



www.lolbusiness.pt

PPPV EM DISCUSSÃO PÚBLICA

Desde o dia 26 de fevereiro e até dia 23 de março, o Plano de Pormenor do Prior Velho (PPPV) está em discussão pública. O projeto apresentado à população visa a requalificação dos terrenos ocupados durante muitos anos pelo bairro de barracas da Quinta da Serra.

Pág. 4

POR UMA VIDA MELHOR

A CREACIL é uma entidade que presta apoio a jovens e adultos com deficiência intelectual e multideficiência, tendo inaugurado em 2017 o primeiro centro de atividades ocupacionais do concelho de Loures, em Moscavide, onde se privilegia a sua autonomia e empregabilidade, uma possibilidade ao alcance de todas as pessoas que preenchem os requisitos.

Pág. 9

OS ARQUITETOS DO MOMENTO

Em entrevista, Helena Vieira e Pedro Ferreira, os dois arquitetos responsáveis pelo projeto do Centro Pastoral de Moscavide, revelam-nos o percurso de tão importante obra para a Freguesia, assim como a sua vivência no Concelho e a alegria das diversas distinções de que têm sido alvo.

Págs. 12 e 13



BEMPOSTA



MOSCAVIDE PORTELA



LOURES



LOURES INFANTIL

ALEGRIA NO CONCELHO

LOURES TAMBÉM É SINÓNIMO DE CARNIVAL

Como sempre, o Carnaval é muito festejado no concelho de Loures. Além do Carnaval de Loures, aquele que atrai uma maior multidão, mais de 100 mil pessoas, também existem outros de referência, como o da Bemposta e outros que começam a fazer história. Dos mais recentes, destacamos o Carnaval Infantil de Loures e o de Moscavide.

Pág. 3

30 ANOS

A CUIDAR DOS SEUS OLHOS

Veja a oferta que temos para si



Pedro Santos Pereira
Diretor

Crónicas Saloias

HERÓIS E HERÓINAS

Vários são os motivos de orgulho nesta edição do NL. A Plano Humano, atelier de arquitetura, como já foi noticiado em edições anteriores, foi distinguida por esse mundo fora, tornando-se uma referência numa arte em que Portugal tem profissionais de excelência. Falamos muitas vezes de Cristiano Ronaldo, Figo ou Eusébio, e bem, que alcançaram bolas de ouro, mas esquecemo-nos de Siza Vieira ou Souto Moura que, mercê do seu desempenho profissional, já foram distinguidos pelo prémio Pritzker, um género de bola de ouro na arquitetura. Pedro Ferreira e Helena Vieira ainda não chegaram a esse pata-

mar, mas conseguiram colocar nas bocas do mundo o Centro Pastoral de Moscavide, uma obra no Concelho desenhada por dois municípios de Loures. Acreditamos que as suas distinções não vão ficar por aqui, desejando que mais projectos desenvolvam na nossa terra. Também Rodrigo Moreira, ortopedista de profissão, representou o Concelho no último campeonato europeu de futsal, onde desempenha as funções de responsável clínico. Um torneio que terminou, pela primeira vez, com a vitória lusa, dando-lhe a possibilidade de celebrar o primeiro grande título internacional na sua modalidade de excelência, um

feito assinalável deste ex-cronista do Notícias de Loures. Mas, felizmente, há mais. Também a Artelier?, uma companhia de teatro sediada no Concelho, provinda da Portela da Azóia, está em destaque. Nuno Paulino, seu director, foi convidado a estar presente no Burning Man, um festival de referência no mundo artístico alternativo, que decorre nos Estados Unidos e onde nunca uma companhia portuguesa marcou presença. Um reconhecimento justo, de uma Companhia que tem percorrido um caminho digno de orgulho. Uma nota de destaque também para o Carnaval de Loures que, ano após ano, continua a

ser um evento de referência no plano nacional, conseguindo atrair mais de 100 mil pessoas. Outro dos motivos de orgulho prende-se com a CREACIL que, apesar de não ter um reconhecimento mediático nacional e internacional relevante, tem desenvolvido um excelente trabalho no Município, auxiliando cuidadores de jovens e adultos com deficiência intelectual e multideficiência. Para terminar, uma nota pessoal para o Dia da Mulher que se celebra em Março, mais propriamente no dia 8. Não porque a Mulher se resume a um dia, longe disso, mas para que este dia sirva de alavanca até ao próximo ano e assim

sucessivamente. Nesta edição já foram referenciadas, directa ou indirectamente, várias mulheres, casos de Helena Vieira da Plano Humano ou Carla Coelho da CREACIL, mas todos nós temos referências femininas. Eu tenho três. Uma desde o início e que se prolongará para a eternidade. Outra pouco depois do início e cujo desfecho também será eterno. E, por último, mas não menos importante, alguém que entrou a meio (espero eu que esteja a meio da minha existência), mas para a qual desejo que perdure indefinidamente pelos confins da imortalidade.

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

TUDO SOBRE O SEU CONCELHO À DISTÂNCIA DE UM CLICK

WWW.NOTICIAS-DE-LOURES.PT



Geral

219 456 514 | geral@ficcoesmedia.pt

Editorial

noticiasdeloures@ficcoesmedia.pt

Comercial

filipe_esmenio@ficcoesmedia



Notícias de Loures

Ficha Técnica

Diretor: Pedro Santos Pereira **Gestão de Marketing e Publicidade** Patrícia Carretas **Colaborações:** ACES, Denizio Boaventura, Florbela Estêvão, Francisco Rocha, Gonçalo Oliveira, Joana Leitão, João Alexandre, Maria Silva, Patrícia Duarte e Silva, Pedro Cabeça, Ricardo Andrade, Rui Pinheiro **Fotografia:** João Pedro Domingos, Miguel Esteves e Nuno Luz **Direção Comercial:** geral@ficcoesmedia.pt **Ilustrações:** Bruno Bengala **Criatividade e Imagem:** Nuno Luz **Impressão:** Grafedisport - Impressão e Artes Gráficas, SA - Estrada Consiglieri Pedroso - 2745 Barcarena **Tiragem:** 15 000 Exemplares **Periodicidade:** Mensal **Proprietário:** Filipe Esménio **CO:** 202 206 700 **Sede Social, de Redacção e Edição:** Rua Júlio Dinis n.º 6, 1.º Dto. 2685-215 Portela LRS **Tel:** 21 945 65 14 **E-mail:** noticiasdeloures@ficcoesmedia.pt **Nr. de Registo ERC:** 126 489 **Depósito Legal n.º** 378575/14



BEMPOSTA



MOSCAVIDE PORTELA



FOLIA NO CONCELHO

Como sempre, o Carnaval é muito festejado no concelho de Loures. Além do Carnaval de Loures, aquele que atrai uma maior multidão, mais de 100 mil pessoas, também existem outros de referência, como o da Bemposta e outros que começam a fazer história. Dos mais recentes, destacamos o Carnaval Infantil de Loures, organizado pelo Município com a participação da maior parte dos agrupamentos escolares e o de Moscavide, cuja organização pertence à Junta de Freguesia de Moscavide e Portela, que é composto pelas escolas primárias e creche da Freguesia, assim como de algumas associações de idosos.



LOURES



LOURES INFANTIL





Pedro Cabeça
Advogado

A Primavera e as Políticas de Ambiente?

Ora aí está o mês de Março que traz consigo a Primavera, altura em que por via dos milagres da natureza olhamos naturalmente mais para o ambiente. Mas olhar, apenas, é pouco, precisamos de ir mais longe e reflectir sobre o que verdadeiramente pretendemos para a qualidade de vida e ambiental do Concelho.

As palavras que se dedicam ao Ambiente são apenas palavras, muitas das vezes usadas como máscara para disfarçar os males ambientais que se vão permitindo.

É um problema antigo com que os executivos se debatem, a dualidade entre o desenvolvimento, a sustentação de emprego e a qualidade ambiental essencial para o bem-estar de todos.

Mas a verdade é que se fosse clara a determinação, fácil seria dizer não quando, por via de alguma "chantagem" de empregos e da essencialidade económica, se pretendesse atropelar as condicionantes ambientais e nunca veríamos grande parte do que agora vemos no aviso, publicado a 6 de Fevereiro na 2.ª série do D.R., de alteração ao PDM do concelho de Loures. O município não pode apregoar, por um lado, uma ambição de políticas ambientais e ao mesmo tempo fechar os olhos a atentados, ou potenciais atentados, ambientais apenas e só porque cede às pressões de quem vê naturalmente o lucro sem qualquer consciência no que respeita ao ambiente (se fossem entidades com consciência ambiental nunca colocariam os executivos entre a espada e a parede, simplesmente cumpriam por sua iniciativa as regras ambientais).

Há pouco tempo ouvi, no Concelho, algumas palavras sobre a necessidade de compatibilizações entre a actividade industrial e a qualidade ambiental proporcionada aos cidadãos, por via da antiguidade de uma empresa e da sua importância no Concelho. Ora só quem se vê encurralado por condicionantes, que não seja a vida dos seus munícipes, pode colocar em dúvida que entre uma qualidade de vida saudável e uma vida pouco saudável e curta, se possa optar pela vida mais curta apenas e tão só porque isso pode "ajudar o município" economicamente.

A mim parece-me que neste momento, talvez por falta de verdadeira política ambiental, o Município está a ponderar demais o factor económico em detrimento da qualidade de vida dos seus munícipes. É ainda tempo de arrepiar caminho e travar, pelo menos, o ímpeto expansionista de empresas que colocam o executivo em situações complicadas como propor a alteração ao PDM, passando por cima de reservas ecológicas, ou fechar os olhos a atentados a árvores protegidas.

Nota: Estranho o silêncio do P.E.V. sobre questões ambientais no concelho de Loures, como as que vão ganhando dimensão.

"O que nós tomamos como garantido pode não estar aqui para os nossos filhos."
Al Gore

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

PPPV EM DISCUSSÃO PÚBLICA

Desde o dia 26 de fevereiro e até dia 23 de março, o Plano de Pormenor do Prior Velho (PPPV) está em discussão pública. O projeto apresentado à população visa a requalificação dos terrenos ocupados durante muitos anos pelo bairro de barracas da Quinta da Serra.



O Pavilhão Multiusos do Prior Velho foi o local escolhido para a apresentação do PPPV. A população acedeu ao convite e encheu o espaço para ficar a conhecer a proposta da Câmara de Loures para os terrenos ocupados pela antiga Quinta da Serra.

"Quando se fazem estes planos, o objetivo é decidir o que é que pode existir no território que está abrangido por este projeto. Depois, os promotores e proprietários dos terrenos é que investem no seu desenvolvimento", clarificou o presidente da Câmara de Loures. "O que o Município faz é aproveitar este plano para colocar a cargo dos promotores um conjunto de soluções para problemas já antigos, como as acessibilidades, procurando, simultaneamente, melhorias nas atividades económicas e mais emprego", explicou Bernardino Soares.

O PPPV abrange uma área de 18 hectares, com 200 mil m² de superfície de construção, em que 1/3 está afeto a atividades económicas. É aqui que surge a «possibilidade de ter o grande Centro de Congressos que Lisboa ainda não tem por não encontrar locais viáveis para a sua implantação», referiu Bernardino Soares. «Há fortes possibilidades que esse Centro, acompanhado por uma unidade hoteleira de grande dimensão que o irá servir e, aproveitando a proximidade do aeroporto, venham a ser uma realidade», acrescentou.

«Atrás disso virão, obviamente, toda uma série de outros serviços - uma torre de 21 pisos está também contemplada - e, uma zona que era considerada degradada, passará a ser uma zona de referência, não só de todo o

concelho de Loures, mas de toda a Área Metropolitana de Lisboa».

Novas infraestruturas rodoviárias

O PPPV prevê ainda a criação de novas ligações rodoviárias, uma delas à Portela, atravessando a 2.ª circular através de um viaduto, e outra a poente, através da Avenida Vasco da Gama, que será prolongada, contemplando um túnel e também um viaduto até à variante ao Prior Velho. O espaço, que antigamente era dominado pelas barracas já demolidas da Quinta da Serra, será totalmente transformado por uma nova paisagem que contemplará cerca de 6 ha de espaços verdes, uma alameda com 40 metros de largura, de carácter predominantemente

pedonal, uma escola básica e uma zona habitacional, que terá entre 800 a 900 fogos.

Aos promotores deste projeto caberá ainda a responsabilidade de indemnizar ou realojar os moradores de algumas construções precárias que ainda subsistem.

O PPPV vai estar em discussão pública até dia 23 de março e pode ser consultado on-line, no sítio da Câmara Municipal de Loures em Urbanismo/Instrumentos de Gestão Territorial/Planos de Pormenor. A apresentação do projeto contou com a presença do presidente da Assembleia Municipal de Loures, Ricardo Leão, da vereadora Sónia Paixão e do presidente da União das Freguesias de Sacavém e Prior Velho, Carlos Gonçalves.

5Agência

Part-time e
Full-time
MARQUE JÁ!

PROMOTORES COMERCIAIS (m/f) LOURES/ODIVELAS

Perfil:
- Idade mínima 25 anos
- Excelente capacidade de argumentação
- Gosto por desafios
- Dinamismo e ambição

Oferta:
- Formação inicial e contínua
- Contrato de trabalho
- Prémios por objetivos
- Possibilidade de carreira

4 Vagas para reforçar a nossa equipa de talentos!

ENTRADA IMEDIATA!

917 609 234 • 919 843 031 • 214 177 151 • drh@5agencia.pt

CONCERTO SOLIDÁRIO

A Câmara Municipal de Loures, a União dos Sindicatos de Lisboa (USL) e o Sindicato dos Trabalhadores Têxteis, Lanifícios e Vestuário do Sul promoveram, no dia 18 de fevereiro, um concerto solidário com os trabalhadores da ex-Triumph, que contou com a participação de mais de uma centena de artistas nacionais.

O pavilhão do Sport Grupo Sacavenense encheu-se de centenas de pessoas que ali se juntaram para um concerto solidário, com o intuito de ajudar os trabalhadores da ex-Triumph que, após estarem desde novembro de 2017 sem receber salário, estiveram em vigília, à porta da empresa, durante três semanas, para impedir a saída das máquinas e garantir assim os seus direitos.

Centenas de artistas nacionais associaram-se a esta causa, acolhendo os trabalhadores e, em especial, as trabalhadoras, desta antiga fábrica, com diversas mensagens de solidariedade. De entrada livre, os convidados contribuíram com um donativo que reverteu a favor dos 463 trabalhadores desta antiga empresa.

Nomes como Vitorino, Peste & Sida, Sebastião Antunes, Toy, Luísa Amaro, Ezequiel Ferreira, Duarte, Celina Piedade, Samuel, Tonecas Prazeres, entre muitos outros, fizeram parte do cartaz deste concerto solidário.

O presidente da Câmara Municipal de Loures agra-

deceu a presença dos trabalhadores da ex-Triumph, «que estão aqui em grande número, assinalando este concerto de solidariedade que, felizmente, tem muito mais gente que quis aqui vir trazer o seu testemunho de apoio incondicional à luta destas trabalhadoras e destes trabalhadores».

Presentes no concerto solidário estiveram também o vice-presidente da Autarquia, Paulo Piteira, as vereadoras Maria Eugénia Coelho, Sónia Paixão, Rita Leão e Ivone Gonçalves, o presidente da Assembleia Municipal de Loures, Ricardo Leão, os presidentes das uniões de freguesia de Sacavém e Prior Velho e de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, Carlos Gonçalves e Nuno Leitão, respetivamente, Libério Domingues, da União dos Sindicatos de Lisboa (USL), e os secretários-gerais do Partido Comunista Português (PCP) e da Confederação Geral dos Trabalhadores Portugueses - Intersindical Nacional (CGTP-IN), Jerónimo de Sousa e Arménio Carlos, respetivamente.



Nathalie Pereira
Especialista em Auriculoterapia

A Auriculoterapia é uma técnica de tratamento, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde, que utiliza a orelha para avaliação e tratamento das disfunções orgânicas, emocionais e dores em geral.

Embora existam evidências da utilização desta técnica por diversos povos desde a Antiguidade, foi na China que se deu o seu maior desenvolvimento.

O pavilhão auricular (P.A.) possui um micro sistema que reflete todo o organismo (representação de um feto na sua posição pré-natal). O estímulo adequado de pontos específicos do P.A. desencadeia reflexos no organismo que promovem o seu equilíbrio.

À luz da medicina chinesa, as patologias que apresentamos traduzem-se em desequilíbrios

energéticos e mais de 80% das nossas emoções representam a causa desses desequilíbrios.

Em cada um nós, destacam-se emoções, gostos, repulsas que afetam a predisposição para determinadas patologias. Quanto mais cedo for identificado o desequilíbrio mais eficaz será a sua harmonização. O pilar da saúde é, sem dúvida, a prevenção. Os chineses dizem que "não devemos escavar um poço apenas quando temos sede".

Em consulta, são colocadas questões que visam clarificar a queixa apresentada e a sua causa (emoções, hábitos de vida, historial clínico) - O tratamento é sempre ajustado ao paciente. Poderá incluir a punção de pontos através de agulhas filiformes no P.A., assim como a colocação de esferas ou sementes (através de um

adesivo). Poderão ser aplicadas outras técnicas, sendo estas as mais comuns. As sensações frequentemente relatadas são de dor local pouco intensa, sensibilidade e/ou sensação de calor. O número adequado de sessões varia de caso para caso, sendo os seus efeitos muitas vezes visíveis logo após o primeiro tratamento.

No caso de crianças e idosos com debilidade, apenas são usadas sementes. Nas crianças, verifica-se uma resposta muito rápida e como não é invasiva, é uma excelente ferramenta de tratamento.

Ansiedade, Depressão, Insónia, Obstipação, Lombalgia, Bicos de Papagaio, Enxaquecas, Febre, Vômitos, Dormências... e todas as Dores em Geral



Workshop

Introdução à Auriculoterapia

Sábado 3 de
Março das
11:00 às
12:30

Terça 6 de
Março das
18:30 às
20:00

10 Euros
valor dedutível na 1ª
consulta

Vagas Limitadas

CLUBE DO MOVIMENTO | AV. DAS DESCOBERTAS, 43 A - INFANTADO-LOURES | TEL. 211 382 412



Ricardo Andrade
Comissário de Bordo

Campanha. Propaganda. Verdade. Primeiro passo.

Recorrentemente ouvimos dizer que os cidadãos e os políticos estão de costas voltadas. Quase diariamente escutamos teorias de que o problema está nos partidos e na forma como eles se relacionam com a “sociedade civil”. Com frequência se debate como poderá o panorama nacional, no que toca ao afastamento, ser distinto.

Confesso que fico sempre na dúvida quando vejo pseudo-soluções milagrosas do tipo: “Como reproximar os cidadãos dos partidos políticos em 3 dias”. Admito que não sou um defensor da teoria de que os cidadãos estejam afastados da política de forma radical. Assumo que não me parece razoável a teoria de que os políticos sejam a fonte de todo o mal.

Para que haja uma solução, cada qual tem que fazer a sua parte. Para que se inverta uma tendência de afastamento todos devem procurar alterar o que pode eventualmente provocar um afastamento que não é natural, na medida em que população e eleitos não vivem uns sem os outros.

No interior do PSD em Loures é normal discutir-se esta temática e, muitas vezes, debater-se o assunto na lógica de que a proximidade deve ser aumentada através da comunicação. Dentro do PSD Loures (que no fundo é dentro da sociedade do nosso concelho de Loures) a preocupação com o passar a mensagem é tão tida em conta, quanto é a perceção de que existe da parte de outros uma constante propaganda “24 sob 24 horas”, “365 dias ao ano” em que nem sempre as mensagens aproximam quem está afastado de tão propagandísticas que são.

Mas apenas comunicar e passar uma mensagem não basta. Procurar vender uma ideia que nada tenha de útil vale pouco ou nada. Não ter a coragem de tocar onde é preciso ainda menos. E não assumirmos o que somos ainda pior.

Por isso o PSD em Loures virou esta semana uma página e saiu para a rua com uma campanha de outdoors por todo o Concelho, em que claramente se assume como “A oposição com coragem de dizer a VERDADE”. Uma campanha que é a primeira, em muitos anos, que não se enquadra em qualquer campanha eleitoral que esteja à espreita. Uma campanha que procura dizer aos cidadãos que podem contar com quem não tem medo. Uma campanha que é desempoeirada na imagem, mas sincera na mensagem.

Ajudará a aproximar o cidadão do titular de cargos públicos? Aumentará a confiança dos eleitores nos eleitos? Bastará para inverter uma tendência?

Veremos. Mas acima de tudo o primeiro passo para comunicar mais com a população está dado.

BOBADELA PODE ACOLHER DOENTES COM CANCRO

Uma nova unidade de tratamento de doentes com cancro, do Serviço Nacional de Saúde, poderá vir a funcionar no Campus Tecnológico e Nuclear do Instituto Superior Técnico (IST), na Bobadela.

As linhas orientadoras para uma nova unidade de tratamento do cancro, baseada na física nuclear, foram aprovadas, no dia 15 de fevereiro, em Conselho de Ministros. O Governo pretende, agora, que esta unidade que se caracteriza por recorrer a terapias de feixes de partículas de elevada energia, esteja instalada em 2022, permitindo tratar anualmente 700 doentes.

A notícia de que esta unidade de tratamento poderá vir a funcionar no Campus Tecnológico e Nuclear do IST, na Bobadela, foi aco-

lhida com grande satisfação pela Câmara Municipal de Loures que, desde 2012, tem vindo a reforçar e a consolidar a sua relação de parceria com o Instituto Superior Técnico, de modo a enriquecer a vida cultural, artística, científica e social do Município.

O projeto, para o qual foi criado um grupo de trabalho, formado nomeadamente por representantes do ministério, do Instituto Superior Técnico e do Instituto Português de Oncologia de Lisboa, implica um investimento de 100 milhões

de euros, que Manuel Heitor, ministro da Ciência, Tecnologia e do Ensino Superior, pensa poder ser suportado por fundos comunitários e por fundos reembolsáveis do Banco Europeu de Investimento.

De acordo com o ministro, esta tecnologia tem menos efeitos secundários do que a quimioterapia e radioterapia, sendo igualmente utilizada com aplicações na oncologia na Alemanha, no Reino Unido e na Suíça.

A FRUTA COMO EXEMPLO

A APCOI - Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil já apresentou os 327 videoclipes criados pelos milhares de alunos das escolas que participam este ano letivo na 7ª edição do projeto «Heróis da Fruta - Lanche Escolar Saudável». Nesta divertida competição que se assemelha a um “festival da canção” interescolar, as crianças partilham a cantar as lições sobre nutrição e saúde que aprenderam ao longo dos últimos meses e convidam todos os portugueses para escolher e votar no seu vídeo favorito através do site: www.heroisdafruta.com

A votação, aberta a todo o público, decorre até às 23h59 do dia 15 de março no site www.heroisdafruta.com

fruta.com e vai apurar 80 finalistas: os 3 mais votados, bem como o mais partilhado de cada distrito ou região autónoma.

Mário Silva, presidente e fundador da APCOI e mentor do projeto “Heróis da Fruta - Lanche Escolar Saudável” lembrou que «cada voto em qualquer hino dos heróis da fruta reverte como donativo para a “Missão 1 Quilo de Ajuda”, o nosso fundo social que nos permite distribuir gratuitamente cabazes semanais nas escolas para apoiar a inclusão de fruta no lanche escolar dos alunos mais carenciados do País».

Mário Silva, acrescentou ainda que «todas as pessoas que votarem nos videoclipes dos heróis

da fruta ficarão também habilitadas a ganhar fantásticos prémios imediatos. São mais de mil e quinhentas experiências à escolha para parques aquáticos, zoológicos, museus, aquários, centros de ciência viva e parques de diversões».

Os estabelecimentos escolares e turmas de Loures a concurso: Associação Pomba da Paz - IPSS - Sala Verde, Sala Laranja, Sala Vermelha, Sala Azul, Sala Rosa, Sala Amarela Nuclisol-Jean Piaget S. João da Talha - Sala 4 anos Colégio Bartolomeu Dias - 1ª, 1ºB, 1ºC



DOMINGOS ÀS 11H
**CINEMA
GRÁTIS**

DESCUBRA O FILME DA SEMANA
EM LOURESHOPPING.PT

*Os melhores
filmes
infantis
acontecem
aqui*



LoureShopping
Loures acontece aqui.

*Campanha sujeita a apresentação de cupão nas bilheteiras do cinema. Para aceder aos cupões, terá de estar registado no site do seu Centro. Cada cupão permite a entrada a 1 pessoa, desde que exista lugar na sala. Esta sessão destina-se a crianças. Cada criança, terá de ser acompanhada por no mínimo 1 adulto, no máximo 2. Considere-se adulto uma pessoa com idade igual ou superior a 18 anos. Promoção limitada a 4 cupões por cliente registado no site do seu Centro. A adesão a esta promoção não garante a disponibilidade de bilhetes para a sessão pretendida. Promoção limitada à disponibilidade de lugares e sessão/sala. Promoção válida para as sessões de domingo às 11h no dia do filme, acima referido. Promoção não acumulável com outras promoções em vigor. Para mais informações consulte o site do seu Centro.

ARTELIER? NO BURNING MAN

Foi no passado dia 26 de fevereiro que a Artelier?, uma criativa companhia de teatro de rua da Portela da Azóia, apresentou, em comunicado realizado nas águas do Tejo, a sua participação no festival Burning Man, no Nevada, ao mesmo tempo que foi atribuída bandeira azul à sua embarcação.

Joana Leitão



A Artelier? é uma companhia artística, de âmbito nacional, que deu os primeiros passos há duas décadas, pela iniciativa de Nuno Paulino, dramaturgo urbano e diretor, um pensador fora da caixa.

Com um novo conceito de animação comunitária, voltada para o teatro e circo, os seus espetáculos de rua denotam influências etno-punk e trad-folk, estilos muito próprios. Atores e malabaristas, vestidos a rigor, desfilam carros alegóricos e construções originais, ao som de música e por entre fogo, chamando a atenção de pessoas de qualquer idade. Coloridas performances em video mapping fazem também parte do repertório, que se pretende diversificado. Funcionam como uma espécie de serviço de abastecimento poético e artístico, destinada a espaços públicos, lugares não convencionais e de interação comunitária.

Com sede no concelho de Loures, já se lançaram em países como Espanha, Rússia ou China, tendo as ruas de Portugal, amplamente percorridas, o sabor especial de quem se sente em casa.

Dez anos depois do início desta aventura, formaram o grupo de Teatro Nacional de Rua ou TNR, uma associação sem fins lucrativos, destinada à defesa da dignidade das artes de rua e dos direitos dos artistas. Recentemente, foram criadas pelo governo novas

regras para a atribuição de apoio às artes, onde as de rua se incluem, como atividade profissional.

Em paralelo, criaram também a Plataforma de Artes de Rua, um projeto formativo e cultural, que promete trazer mais atividade e diversão à localidade.

Participação no Burning Man

Este ano, curiosamente perto da data em que comemoram 20 anos, comprovam mais uma vez que, acreditar naquilo que se faz, nos leva longe. O diretor do conhecido festival Burning Man, convidou Nuno Paulino a estar presente no próximo evento, que decorrerá entre 26 de agosto e 3 de setembro, no deserto do Nevada, nos Estados Unidos, depois de ter visto um dos seus espetáculos. Esta é a primeira companhia artística portuguesa, com uma estrutura organizada, a ser convidada a participar. Desta viagem, de observação e convivência, deve resultar o projeto a apresentar no mesmo local em 2019.

Giuliana recebe bandeira azul

A notícia foi-nos revelada em primeira mão, a bordo da embarcação Giuliana, associada à Artelier?, um clássico veleiro de 36 pés, o

equivalente a 11 metros, no mesmo dia em que se hastiou a emblemática bandeira da Associação Bandeira Azul. Este gesto vem confirmar a política de compromisso com o ambiente, que tem vindo a ser adotada e que se enquadra nos princípios do festival americano.

Além das praias e marinas pode, também esta bandeira, ser atribuída a embarcações que subscrevam um código de conduta e assumam um compromisso de ordem ecológica e ambiental com os oceanos. Em Portugal, apenas cerca de 35 possuem esta distinção.

Apesar da chuva, que não era intensa, a conversa manteve os sorrisos largos, como se ninguém desse por falta do sol e, este, é o espírito de Nuno Paulino e da Companhia.

Pretendem-se realizar iniciativas de limpeza do oceano a bordo do Giuliana, bem como alterar, progressivamente, alguns materiais utilizados, como é o caso dos confetis de plástico, capital de alegria das crianças e dos mais velhos, não fosse ser tão nocivo para o planeta.

Além dos eventos programados para o país, destaca-se a sua participação no festival 'Mappin Me', em Medina del Campo, em Espanha, no próximo mês de agosto, integrando a senda de criação 'on the road to Burning Man'.

BURNING MAN

Nascido em 1986, numa praia de São Francisco, o Burning Man é hoje um dos maiores eventos artísticos a nível mundial, dedicado à arte e à vida em comunidade, contando com mais de 50 mil participantes.

Realizado anualmente em agosto, no deserto de Black Rock, no Nevada, nos Estados Unidos da América, não se assemelha a um festival tradicional, sendo uma espécie de acontecimento disruptivo, aberto a novas emoções e vivências.

Realizado anualmente em agosto, no deserto de Black Rock, no Nevada, nos Estados Unidos da América, não se assemelha a um festival tradicional, sendo uma espécie de acontecimento disruptivo, aberto a novas emoções e vivências. Aparentando ser uma metrópole temporária, quase tudo o que acontece é criado pelos participantes, que se envolvem nesta experiência durante uma semana. Todos são encorajados a expressarem a sua criatividade, através de obras de arte ou performances, numa grande galeria a céu aberto, que tem no centro uma escultura de madeira intitulada por 'Burning Man'.

Num local onde nada se vende, para além de água e café e, onde tudo se troca, no que respeita a alimentação, inclui-se música e dança, momentos que podem ser até meditativos e de renovação interior. Embora seja aberto a qualquer pessoa, só são convidados a expor a sua arte os melhores.

Outra das principais obras de arte é o 'Templo'. Durante toda a semana, os participantes deixam mensagens, fotografias ou lembranças de pessoas que já partiram. No final do festival, o Templo é queimado, simbolizando a queima do sofrimento pela ausência dessas pessoas. O mesmo destino terá o Burning Man, que arderá no encerramento.

À procura de um novo sorriso?

VISITE A NOSSA NOVA CLÍNICA EM CARNAXIDE.



21 851 63 88

www.clinicasaojoao.pt

IMPLANTOLOGIA ORAL

750€ IMPLANTE DENTÁRIO + COROA*
1425€ 2 Implantes + Prót. Acrílica (12 DENTES)*
2850€ 4 Implantes + Prót. Acrílica (12 DENTES)*
 Todos incluem Raio-x 3D*

*com o cartão de saúde da Clínica.

ORTODONTIA

225€ Aparelho ortodóntico fixo completo**
20€ Manutenção e revisão de aparelho fixo**

**com o cartão dentário da Clínica.

ACORDOS E CONVENÇÕES
 SAD-PSP, ADMG, ADM, Advancecare, Medis, Saúde Prime, PT-ACS, AOFA, SPP-PSP, Groundforce

CLÍNICA OLIVAIS
 R. Cidade de Bolama 3, R/C Esq. Olivais Sul, 1800-077 Lisboa
 T.: 21 851 63 88

CLÍNICA CARNAXIDE
 R. João das Regras 3, 2790-072 Carnaxide
 T.: 21 418 11 78

REDUZIR AS DIFERENÇAS

A CREACIL é uma entidade que presta apoio a jovens e adultos com deficiência intelectual e multideficiência, tendo inaugurado em 2017 o primeiro centro de atividades ocupacionais do concelho de Loures, em Moscavide, onde se privilegia a sua autonomia e empregabilidade, uma possibilidade ao alcance de todas as pessoas que preencham os requisitos.

Joana Leitão

Quem conviveu de perto com a deficiência humana, entenderá bem a utilidade da CREACIL, que significa cooperativa de reabilitação, educação e animação para a comunidade integrada do concelho de Loures.

Nasceu em 1991, para dar resposta às necessidades de jovens e adultos com deficiência intelectual ou com multideficiência, por outras palavras, com mais do que uma, por iniciativa de pais nestas circunstâncias e de técnicos de intervenção social e reabilitação.

Como as crianças com deficiência têm direito a frequentar unidades de ensino estruturado em escolas públicas até aos 18 anos, dá-se lugar aos

mais crescidos, numa área com pouca resposta e longas listas de espera.

CREACIL

A CREACIL tem sede em Loures e um CAO ou centro de atividades ocupacionais em Moscavide, este último, desde junho de 2017.

Enquanto as obras a realizar na sede não estiverem concluídas, o centro de trabalho está, exclusivamente, em Moscavide. Foram já desenvolvidos projetos nas áreas da intervenção precoce, equitação terapêutica, natação adaptada, bem como grupos de reflexão e ações de formação para pais e profissionais.

CAO

As paredes do CAO cheiram a novo e tudo, embora simples, está impecavelmente distribuído e arrumado, interior e exteriormente, onde há um pequeno jardim. O local está licenciado para 30 pessoas, tendo atualmente dez, com idades entre os 18 e os 40 anos. Salas disponíveis há três, do refeitório, onde fazem as suas refeições, às atividades, que incluem trabalhos manuais. Entre as 9h30 e as 16h30 dos dias úteis, os utilizadores ocupam o seu tempo a fazer colares, almofadas ou separadores de livros, cheios de cores, acessíveis a quem queira comprar. Também se realizam ateliers de culinária, jardinagem, visitas na comunidade e a museus ou exposições, aulas de música e de natação.

Privilegiando-se a autonomia e o bem-estar destes jovens e adultos, desenvolvem-se tarefas que tornam a sua vida mais independente, tais como pôr e levantar a mesa, ir às compras ou contar dinheiro.

Só vimos caras alegres e houve uma que nos veio cumprimentar, Débora. Com idade inferior a 25 anos e portadora de multideficiência cognitiva e visual, com dificuldades de mobilidade, vai e volta para casa de autocarro, embora com supervisão. Para os pais, é muito difícil aceitar que os seus filhos se tornaram adultos, pelo que é muito comum deixá-los na infância, coisa que não acontece certamente com os seus. Além de permitir ocupar o tempo, capacitando estas pessoas com competências práticas relevantes, a instituição acompanha-os na integração no mercado de trabalho, fomentando a sua empregabilidade.

Podem usufruir dos serviços prestados cidadãos com uma deficiência intelectual superior a 60%, atestada por certificado oficial, com um custo mensal de cerca de 1000 euros. Deste valor, 452 euros são suportados pela Segurança Social, ficando o restante a cargo das famílias, de acordo com os rendimentos do agregado familiar e, da própria instituição, facilitando o acesso a famílias mais carenciadas. Embora seja dada prioridade a residentes no concelho de Loures, moradores de outros municípios não são fator de exclusão.

É sabido que ter um filho com deficiência costuma ser pesado, motivo pelo qual a CREACIL também presta apoio aos cuidadores. Existe normalmente um cuidador que suporta a família e, se ele falha é complicado; para que não falhe, precisa de ser cuidado, salienta Carla Coelho, diretora técnica da organização. Assim, disponibilizam, embora com um custo, 168 horas anuais de pausa na atividade do cuidador a 20 famílias do Concelho, geridas de acordo com as suas necessidades, substituindo-se nas suas tarefas.

Campanhas

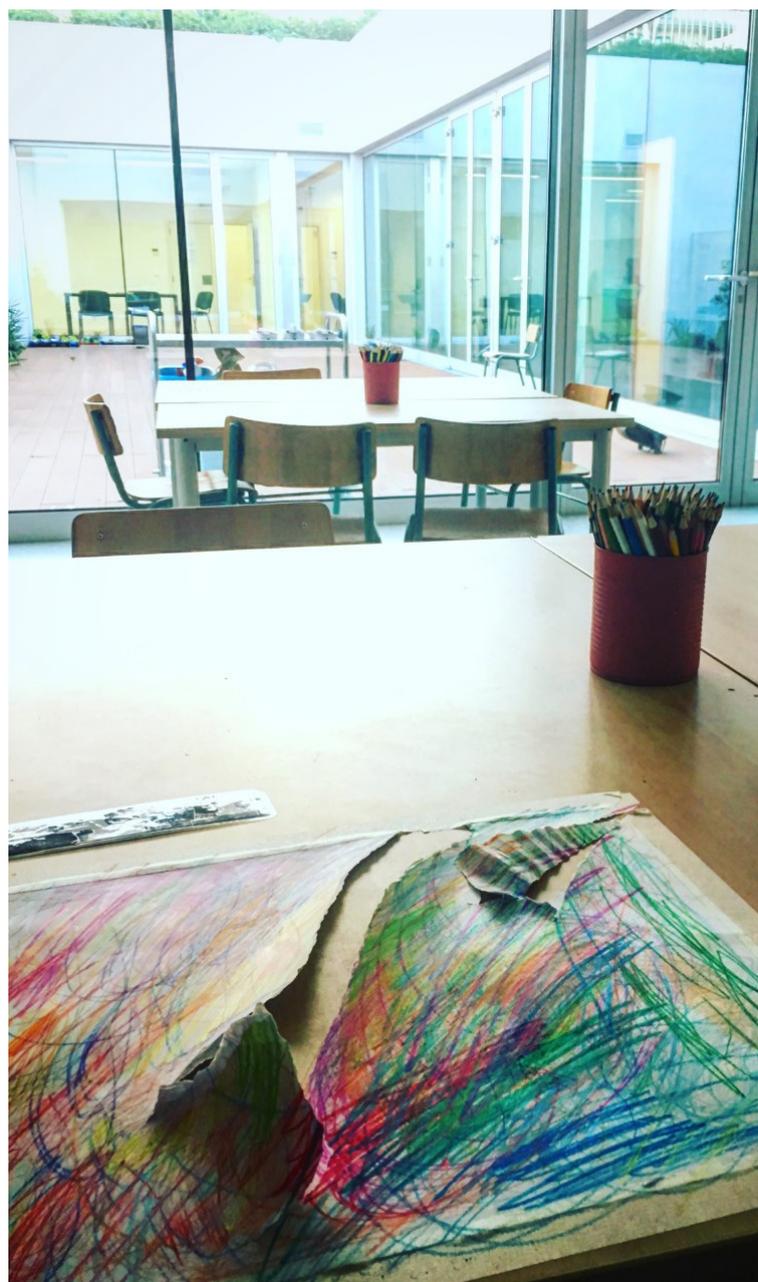
Os fundos são conseguidos através de quotas, donativos, recolha de tampas e através do pirilampo mágico, que estará à venda entre meados do próximo mês de maio e 10 de junho. Tampas de plástico podem ser entregues no CAO de Moscavide, na PSP e Loja do Cidadão de Loures, assim como em algumas escolas do Município. Em 2017, juntando alguns donativos ao angariado

em tampas, comprou-se uma carrinha. A 150 euros a tonelada são precisas muitas, procurando-se um motorista voluntário, de preferência reformado, que as possa recolher.

O recente reconhecimento dos CAVI, centros de apoio à vida independente, pelo governo português e, a figura de um assistente pessoal com as mesmas finalidades, projetam a criação de residências autónomas, que consistem na disponibilização de apartamentos na comunidade, que permitam albergar grupos de duas ou três pessoas, com supervisão técnica. Aqui, a vida será mais independente quando comparada com o dia a dia dos lares residenciais existentes.

Em cima da mesa está também a possibilidade de se criar um jardim sensorial, com flores, cores e sons, que permita o relaxamento de qualquer pessoa.

A deficiência existirá sempre, o que vai mudando é a forma como é encarada e cuidada. E aí, o progresso vai no sentido de reduzir as diferenças, aproximando os seres humanos.



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



Rui Pinheiro
Sociólogo

FORA DO CARREIRO

O sucesso e a Cidade

- Também poderia ter titulado esta crónica como o Insucesso e a Cidade, mas a perspectiva que prefiro seguir é de feição positiva, por forma de estar na vida, mas também porque me atrevo a falar, (em tão reduzido espaço para a imensidão da tarefa) da minha terra, da minha Cidade, de Sacavém.
- Nem a circunstância de a força política dominante, sendo dominante há já 20 anos (venceu as eleições autárquicas de 14 de Dezembro de 1997 e daí em diante) me impele à resignação de focar a estagnação e, pode dizer-se, o atrofiamento cultural, económico e vivencial da Cidade.
- Claro que faria (e faz) sentido proceder a um bom diagnóstico do actual estado da comunidade e do espaço territorial, com um carácter descomprometido, rigoroso, atento e com os instrumentos analíticos apropriados. A leitura e interpretação da Cidade é crucial para definir novas ambições, novos propósitos e um rumo. Mas é patente que uma mera abordagem empírica nos impõe, imediatamente, uma espessa nuvem de inquietações imediatas, prementes, acutilantes.
- Sacavém, no meu entender, precisa com toda a urgência de encontrar as metodologias de reflexão e acção em cinco pilares decisivos: a) a qualificação urbana; b) a cultura; c) o território; d) a demografia; e) o rumo prospectivo. Desencadear o debate entre os sacavenenses e destes com as entidades públicas com papéis a desempenhar na Cidade, é um passo elementar de bom-senso, pertinência, necessidade.
- Os órgãos autárquicos têm uma missão incontornável e decisiva na dinamização de um tal processo, do qual as forças políticas, responsabilmente, não se podem alhear e bem pelo contrário, deveriam assumir como centro das suas preocupações e propostas. Também os cidadãos, quer se sintam mais ou menos representados por aquelas instituições, têm um lugar insubstituível na tarefa, comum a todos que vivem e trabalham na Cidade, de a melhorar e projectar para o futuro. Informar-se, opinar, participar e envolver-se não é uma opção, mas antes uma obrigação.
- Inquestionavelmente dar tais passos, estimular a participação, a opinião informada, admitir o debate franco, aberto e leal, requer coragem, física e intelectual, porque não se ignora o contexto e as pressões a que os indivíduos estão sujeitos para que se contenham, para que usem de reserva mental para com os demais, num mecanismo de autoprotecção individualista, para que recorram ao calculismo e pragmatismo como instrumento de sobrevivência num registo de vida quantitativa. Contudo, romper com esta "cultura" disseminada, criar laços e interacções entre vizinhos e no seio da comunidade, são metas imprescindíveis.
- Ninguém pode ficar refém de restritos grupos de per tença, seja qual for a sua natureza, menos ainda se virtuais, porque uma Cidade a sério faz-se com diversidade e cidadania activa e o sucesso da Cidade, é o sucesso de todos, colectivo e sustentado.

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

HOMENAGEM A EUNICE MUÑOZ

A atriz Eunice Muñoz foi homenageada pelo Rotary de Loures que, através desta iniciativa, fez questão de realçar o contributo desta figura ímpar para a arte da representação.

JOANA LEITÃO

Foi no passado dia 2 de fevereiro que o Rotary de Loures prestou homenagem a Eunice Muñoz, durante um jantar realizado para o efeito, no Concelho. Debilitada com uma gripe e com dificuldades na voz, a atriz não pôde comparecer, tendo-se feito representar por D. António Raposo, Bispo da Igreja Vetero Católica de Maфра. A cerimónia decorreu como se a homenageada estivesse presente. Foi largamente elogiada através de palavras, fotografias e vídeo, com direito a palmas.

Movimento rotário

O Rotary é uma organização com 113 anos, nascida numa reunião de amigos, numa casa em Atlanta, nos Estados Unidos da América. Tendo-se alastrado a outros países, onde se inclui Portugal, é um movimento mundial que pretende ajudar as comunidades. A Loures chegou há 30 anos, contando com 23 membros, dos quase 2000 existentes em

diversas localidades do país. A Organização financia projetos sociais com o valor decorrente das quotas, eventos organizados e com fundos pessoais dos próprios rotários. Até à data, equiparam uma sala de fisioterapia de uma instituição, um cabeleireiro, ofereceram uma prótese a uma pessoa com problemas motores e dão bolsas de estudo, a alunos de Universidades e do ensino básico.

Tendo como objetivo acabar com a poliomielite no mundo, o próximo projeto consiste na criação de uma sala de snozzland, de apoio à deficiência motora e mental, dados os poucos recursos existentes localmente.

Declarações

Para Maria Gorety Ribeiro, de 48 anos, que ocupa atualmente o cargo de presidente neste Concelho, a atriz "é uma grande senhora da cultura portuguesa nas suas variadas vertentes, do cinema à televisão, com quase 90 anos maravilhosos".

A escolha da pessoa a homenagear foi motivada pela admiração que todos lhe têm e pelo facto de se encontrarem no mês dedicado ao rotário profissional.

Para D. António Raposo, "é uma felicidade ver a atriz no palco", referindo que "se consegue sentir tudo o que a mesma transmite". A nível pessoal, reforça o facto de ser uma pessoa humilde, que trata todos de igual forma.

Marcou também presença o Professor Fernando de Pádua, conhecido médico-cirurgião e professor universitário que, embora não conhecendo a atriz, a considera "a melhor artista que temos". Ambos têm apenas um ano de diferença, tendo o Professor nascido primeiro e, um sorriso que, por ser grande, os caracteriza.

No final, todos desejaram as rápidas melhoras à atriz, não restando dúvidas que é e, será sempre, uma das melhores atrizes portuguesas de todos os tempos.





Expensive Soul

3 março > 22:00

Pavilhão Paz e Amizade - Loures



D.A.M.A

24 março > 22:00

Pavilhão José Gouveia
São João da Talha

ENTRADA LIVRE

Concertos > Feira da Ladra > *Graffiti* > Exposição
Debate > Caminhada



Helena Vieira

“**QUERÍAMOS FAZER UM EDIFÍCIO QUE SE DEMARCASSE A NÍVEL DE MATERIALIDADE, A NÍVEL DE ASPETO E IMPOSIÇÃO ESPACIAL, MAS QUE NÃO SE IMPUSSESSE DEMAIS.**”



Pedro Ferreira

Em entrevista, Helena Vieira e Pedro Ferreira, os dois arquitetos responsáveis pelo projeto do Centro Pastoral de Moscavide, revelam-nos o percurso de tão importante obra para a Freguesia, assim como a sua vivência no Concelho e a alegria das diversas distinções de que têm sido alvo.

Pedro Santos Pereira

A Plano Humano Architectos é constituída por Helena Lucas Vieira e Pedro Miguel Ferreira, que têm como colaboradores a arquiteta Vanessa Ferrão e o arquiteto estagiário João Martins. Esta dupla já leva alguns anos na arquitetura, mas muitos mais na amizade. O Centro Pastoral de Moscavide e as suas recentes distinções são os temas chave desta conversa.

Qual é a vossa ligação com a Freguesia e o Concelho?

Pedro Ferreira (PF): A nossa ligação, em primeiro lugar, é com o Concelho. No meu caso, morei em Lisboa até aos 12 anos e depois fui morar para São Julião do Tojal. Tenho passado praticamente a minha vida toda em São Julião e por isso é que eu digo que sou de Loures. O nosso ateliê também começou em Loures, em São Julião do Tojal e viemos para Lisboa há quatro anos.

Helena Vieira (HV): A minha

relação é com o Concelho primeiramente. Vim para o concelho de Loures com meses e vivi na freguesia de Fanhões. Fomos municipais, estudantes.

A parceria vem desde essa altura?

HV: Sim. A amizade veio primeiro, depois fizemos o liceu, e os escuteiros, juntos.

Como é que surgiu o convite para fazerem o Centro Pastoral?

PF: Na altura fomos contactados por um escuteiro, a Paróquia tinha a vontade de fazer umas capelas mortuárias. Esse escuteiro era chefe do agrupamento, apresentou-nos ao Sr. Prior e, nessa altura, foi um convite para concurso. Não sabemos exatamente quantas pessoas concorreram, porque era um concurso por convite, relativamente informal, não havia um caderno de encargos ou um regulamento de concurso. Quando apresentá-

mos a nossa proposta, já havia uma outra equipa à espera para também poder apresentar a sua. Gostaram imenso da nossa primeira proposta, gostaram da forma como apresentámos o projeto e, porventura, a relação que costumamos estabelecer com as pessoas. Posteriormente, a Paróquia disse-nos que tínhamos sido selecionados para fazer o projeto.

Quando entrevistei o Padre José Fernando, ele estava muito agradado com o vosso trabalho, com a vossa disponibilidade e também na altura referiu esse contacto por parte dos escuteiros. Qual foi o vosso grande objetivo para o projeto, estando ao lado de uma Igreja que pode ser classificada como património? Qual foi a vossa preocupação, uma vez que Moscavide é uma vila sui generis?

HV: Tem uma malha muito consolidada. Estávamos num

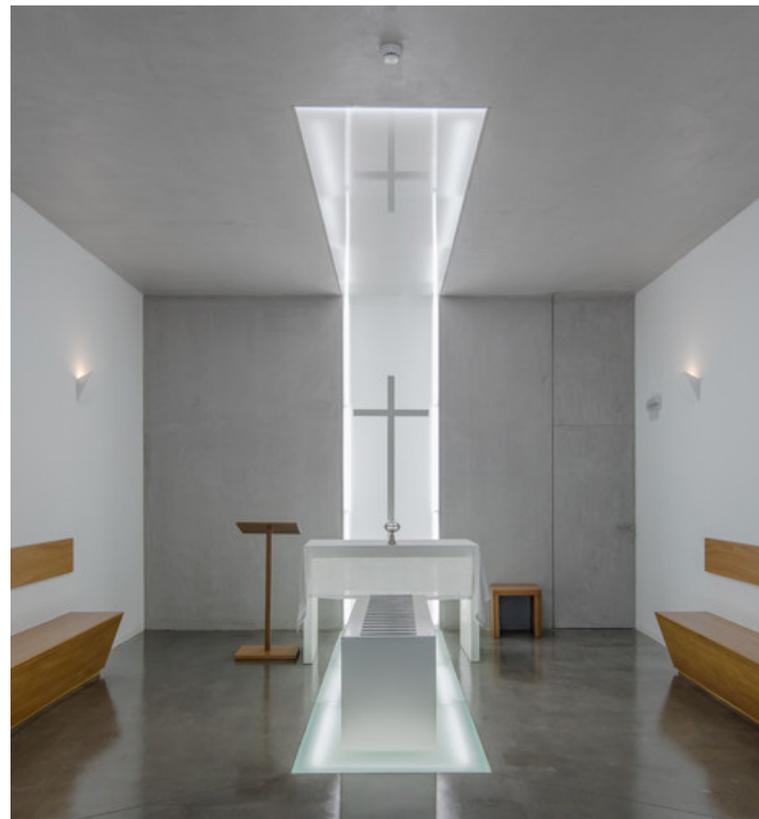
espaço que, aquando do projeto inicial da Igreja, também tinha sido pensada a construção de um Centro Pastoral, mas na altura não foi possível fazer essa construção e o espaço que agora resultava também já não era o mesmo que inicialmente tinha sido pensado. Nós tínhamos um programa a cumprir com muito pouca área disponível, tínhamos que implementar salas de catequese, que eram pequenas e sem muitas condições, as capelas mortuárias na cave também tinham os acessos muito dificultados. Aquilo que queríamos fazer era um edifício que se demarcasse a nível de materialidade, a nível de aspeto e imposição espacial, mas que simultaneamente não se impusesse demais.

PF: Na altura, a Igreja surgiu no Movimento de Renovação da Arte Religiosa e portanto o objetivo, presumimos nós, era romper com os cânones que até aí prevaleciam. Nós não quisemos romper com

nenhum cânone porque, atualmente em Portugal pratica-se muito boa arquitetura e não queríamos fazer alguma coisa altamente inovadora e que se descontextualizasse completamente. Queríamos fazer algo que marcasse o nosso tempo e, no fundo, marcando o nosso tempo. Também estávamos um bocadinho a cumprir a ideia que a Igreja tinha cumprido no seu tempo há 60 anos atrás.

HV: Não íamos fazer uma cópia da Igreja, fomos buscar algumas influências como os elementos verticais que estão na fachada principal. Os elementos utilizados têm uma certa ligação com a Igreja.

O espaço disponível era um bocadinho exíguo e a questão da imposição do programa e da necessidade das áreas, que era alguma, porque eram precisas muitas salas, há muitas crianças na catequese, também se queria implementar a universidade sénior e portanto quanto mais salas existissem



para a comunidade, melhor.

PF: Muitos objetivos já estavam no programa inicial, mas ainda durante a fase de desenvolvimento, durante o estudo prévio e licenciamento, houve muitas versões do projeto, até chegar à fase de execução. Inicialmente havia necessidade de incluir apartamentos para pessoas que moravam naquelas casas, depois a Paróquia chegou a um entendimento para arranjar casas noutros sítios e conseguiu-se ter a disponibilidade desse terreno para cumprir com o programa que, efetivamente, fazia falta à Paróquia, nomeadamente o acesso à sala polivalente. No fundo o programa foi o resultado de muitas reuniões com uma equipa da Paróquia.

HV: Essa equipa teve algo que é sempre essencial para os projetos: a noção e a consciência do que é que os espaços precisavam, o que é que os espaços novos deviam cumprir.

Agravando ainda mais a questão da exiguidade do espaço disponível, nós gostamos muito da luz natural e artificial. A natural, absorver o mais possível, e para isso, neste espaço fizemos muitas versões para que a luz natural atravessasse o espaço.

PF: Na casa mortuária a luz é artificial. É uma característica simbólica que se quis dar às capelas. Um pormenor de inovação. Chamam-se Capelas da Ressurreição, o Padre José Fernando sempre disse que queria umas capelas com luz e um espaço leve e minimamente agradável. Também há

outros pormenores que utilizámos nas capelas em termos de mobiliário. Há algumas medidas que estão presentes na construção do mobiliário que têm iconografia, simbolismo.

Ambos são católicos. Estavam mais preparados para essa iconografia e simbolismo. Sentem que tinham um maior conhecimento e utilizaram-no?

PF: A nossa educação religiosa é a normal e a vivência escutista ajuda-nos a trabalhar estes programas quando se ligam muito com a religião. É mais simples a pesquisa.

HV: Estamos mais próximos das referências litúrgicas e dos pormenores.

PF: Temos aprendido muito à medida que vamos trabalhando e com os novos projetos que vão surgindo, mas também sentimos que o trabalho que está presente no Centro Pastoral é o nosso trabalho, mas também o trabalho da nossa equipa e é sobretudo o trabalho das pessoas da comissão que reuniram sempre conosco: conselho económico, conselho fiscal, conselho pastoral. Essas pessoas deram-nos sempre inputs, o Padre José Fernando, as próprias entidades, a Câmara Municipal de Loures, a DGPC. Mas o resultado é o entendimento entre todas as condicionantes.

À medida que a obra foi crescendo, como foi a relação com a comunidade envolvente?

HV: O feedback foi muito positivo. Nós fizemos uma apresentação do projeto à comuni-

dade e muita gente deslocou-se às instalações da Paróquia para ver essa apresentação. O Centro Paroquial estava cheio. Fiquei admirada porque as pessoas estavam com muita curiosidade, fizeram imensas perguntas, umas mais técnicas, outras menos técnicas, mas penso que o que sobretudo levou aquelas pessoas até lá, foi a curiosidade sobre como é que tudo ia acontecer. Durante a obra também manifestaram curiosidade. Na inauguração confirmamos essa receptividade por parte das pessoas.

Com esta obra acabaram por vencer o American Architecture Prize. Qual foi a sensação de vencer um prémio tão prestigiado?

PF: Concorremos porque achamos que podia ter viabilidade, mas na verdade não estávamos à espera de ser premiados. Ficámos muito contentes. Também, agora recentemente, foi considerado Building of the Year no Archlovers e esteve nomeado, pelo Archdaily, para o prémio de Arquitetura Religiosa.

HV: Ficámos mesmo muito contentes. Foi um processo longo, muito desafiante, uma aprendizagem espetacular. Os primeiros traços começaram em 2011, é inaugurado em 2016, com muita coisa pelo meio mas com um saldo muitíssimo positivo. Este reconhecimento internacional do nosso empenho foi fantástico.

Sentem que poderão abrir-se mais portas?

PF: Eu acho que pode acontecer. Os prémios podem obviamente ajudar o ateliê. O nosso trabalho é valorizado.

HV: Dá mais visibilidade, a possibilidade de surgirem mais contactos, embora não tenham existido ainda efeitos práticos e imediatos.

É a vossa obra-prima, até agora?

PF: Eu não acho que nós tenhamos uma obra-prima. Esta obra foi um projeto que aconteceu durante muitos anos, terá sido dos mais extensos até agora e porque envolveu a comunidade. Em termos de dimensão também é a nossa maior obra construída. Na altura reconhecemos a responsabilidade que tínhamos, estamos muito agradecidos a esta comunidade que acreditou e também ao Padre José Fernando que acreditou no nosso trabalho, no nosso valor e que nos confiou este desafio. Foi uma oportunidade para o ateliê. Este trabalho permitiu-nos crescer e aprendemos muito com ele. Tem um sabor bom vermos um bom resultado e reconhecendo todos os problemas que surgiram. Foi um processo difícil, trabalhoso. Mas felizmente, penso que as pessoas reconhecem aquilo que têm, o Padre José Fernando está contente com o trabalho. Mas temos outros trabalhos de que também gostamos muito e não só religiosos.

Gostavam de fazer outra obra de referência dentro do Concelho?

HV: Inevitavelmente no Concelho é-nos mais próximo. Temos história, temos vivência, temos conhecimento. É sempre um gosto poder trabalhar também na nossa terra e deixarmos o nosso contributo para melhoria das condições.

Na arquitetura por vezes veem-se duplas de trabalho. É fácil conjugar diferentes pontos de vista?

HV: É um desafio perfeitamente possível. É uma disciplina muito extensa que exige algum debate, que a solo é sempre mais difícil. São precisos inputs diferentes.

PF: Tem que haver discussão e coordenação. Nós temos muitas convergências, mas às vezes não pensamos da mesma forma, muitas vezes surgem dúvidas, questões, mais ideias. O que é realizado na prática tem de ser aquilo que nós visualizamos, que aceitamos, aquilo que entendemos que deve ser o projeto. É mais rico trabalhar em equipa.

De onde vem o nome Plano Humano?

HV: Em primeira instância é motivado pelas iniciais de Pedro e Helena. Inicialmente queríamos que se chamasse PH Arquitectura, mas já havia outra empresa com esse registo.

PF: Perante isso, escolhemos Plano porque se reflete no que fazemos e Humano porque gostamos de estar próximos das pessoas e é para elas que desempenhamos os nossos trabalhos.



Gonçalo Oliveira
Ator

ARTIGO 29º DO CÓDIGO DO TRABALHO

(Vozoff em tom de pensamento)
Escrevo ou não escrevo? Opino ou não opino? Isto vai ser polémico!... Bom... pode ser que não!

Em Portugal, o artigo 29º do Código do Trabalho assim define assédio:

1 - Entende-se por assédio o comportamento indesejado, nomeadamente o baseado em factor de discriminação, praticado aquando do acesso ao emprego ou no próprio emprego, trabalho ou formação profissional, com o objectivo ou o efeito de perturbar ou constranger a pessoa, afectar a sua dignidade, ou de lhe criar um ambiente intimidativo, hostil, degradante, humilhante ou desestabilizador.
2 - Constitui assédio sexual o comportamento indesejado de carácter sexual, sob forma verbal, não verbal ou física, com o objectivo ou o efeito referido no número anterior.
Vamos lá então a isto! Mãos à obra!!! E de forma rápida e incisiva!!!

Não sou formado em Direito e muito menos em Direito do Trabalho e na verdade para um cidadão comum descodificar este ou qualquer outro artigo, deste ou de outro qualquer Código, é trabalho hercúleo.

Toda e qualquer lei é sempre escrita para ter várias possibilidades de leitura. Para isso é que existem os advogados. E eu não sou um deles.

Tudo isto vem a respeito das mais que muitas notícias internacionais e nacionais sobre as "ditas" figuras públicas que atingiram o topo das suas carreiras e que, no fundo, nos vieram dizer que chegaram onde chegaram porque foram vítimas de assédio sexual.

As que atingiram o topo e não têm as medidas certas, não levam injeções de botox ou os que não têm o corpo em V, uma carinha laroca e não tomam esteróides - depreende-se! -, estão no topo porque encararam o seu trabalho com profissionalismo, estudaram e continuam a trabalhar e a estudar para continuarem a ser as/os melhores. Vide, por exemplo, Meryl Streep ou Robert de Niro.

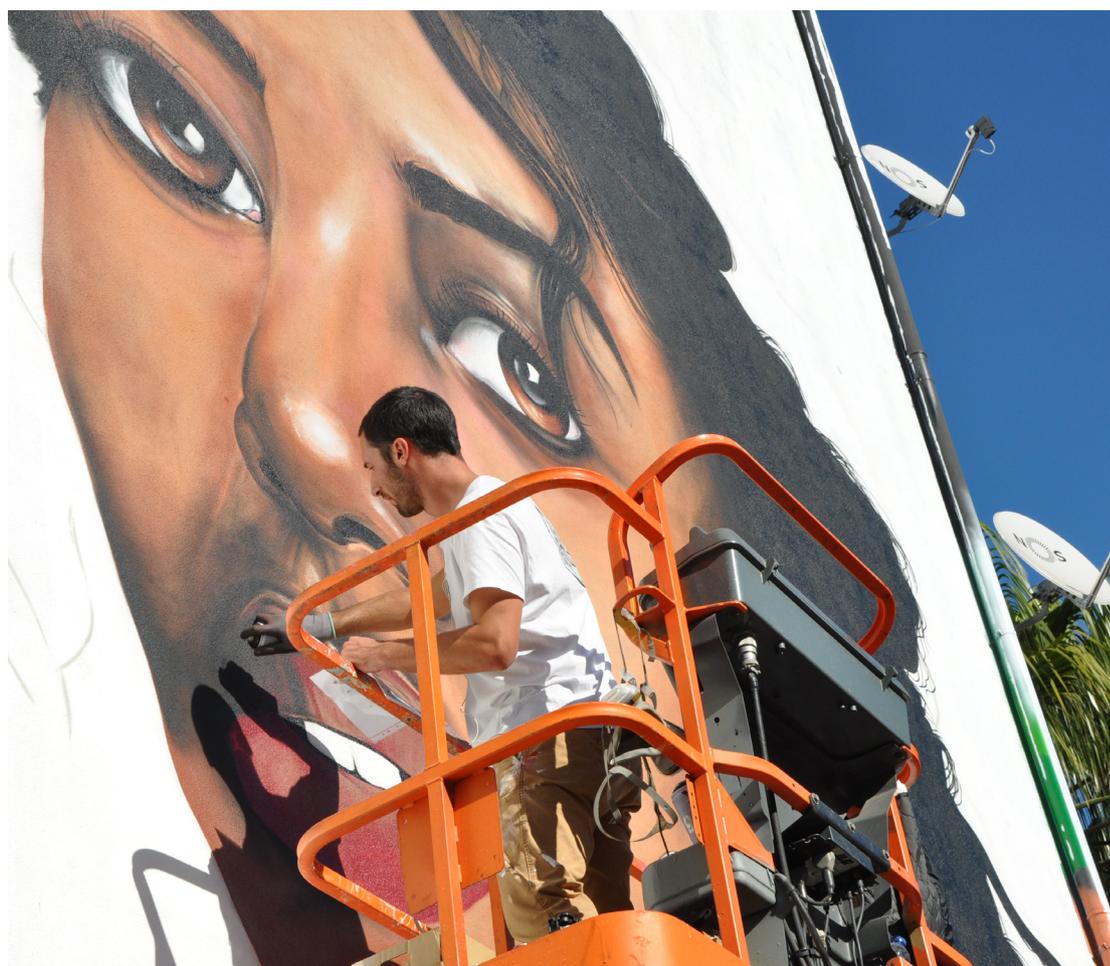
E as histórias das secretárias que seduziram os seus superiores? Isso já não é assédio, claro! São histórias de gente comum que não vendem revistas.

E quando Meryl Streep diz que nunca foi incomodada ou Catherine Deneuve vem defender o jogo da sedução? Porque será? Porque são feias? Porque hoje são velhas? E quando eram novas? Jogo de sedução ou assédio sexual? A mim nunca me pediram para ir a um quarto de hotel fazer um casting ou discutir um papel num filme. Mas eu tenho espelhos em casa!

Termino com duas perguntas: "Jogo de sedução ou assédio sexual?" e "foram precisos nalguns casos mais de 20 anos para decidirem pôr a boca no trombone? Agora já têm as palminhas das mãos no Passeio da Fama, casa em Beverly Hills e o Lamborghini à porta?

Agora resta-nos esperar pela red carpet e os vestidos negros nele a desfilarem em direcção à porta do Teatro Dolby em LA a caminho da 90.ª cerimónia de entrega dos Academy Awards pela Academia de Artes e Ciências Cinematográficas, para premiar os melhores atores, técnicos e filmes de 2017.

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.



ÔJE

Biografia do Artista

É autodidata. Cresceu fora do contexto urbano, mas isso não impediu que desenvolvesse uma enorme paixão pelo graffiti.

Começou a pintar em 2013, iniciando o seu percurso em pintura, ilustração e artes gráficas. É licenciado em design de ambientes pela Escola Superior de Artes e Design, das Caldas da Rainha.



João Alexandre
Músico e Autor

Ninho de Cucos

SEMIFINAIS DO FESTIVAL DA CANÇÃO 2018 – RTP

No seguimento do artigo publicado no número anterior sobre as eliminatórias do Festival da Canção de Portugal para 2018 e neste âmbito e esforço considerável da organização para mudar a imagem de um evento que até à vitória dos Sobral estaria pouco mais que moribundo debruçemo-nos então nestas duas semifinais e nos apurados para a final de 4 de março em Guimarães.

A 1ª eliminatória ofereceu-nos um desfile de temas relativamente variados e as canções apuradas foram:

-“Para te dar abrigo”, de Fernando Tordo para Anabela, ambos vencedores de edições anteriores;

-“Para sorrir eu não preciso de nada”, de Júlio Resende, com letra de Camila Ferraro, para Catarina Miranda, também conhecida por Emmy Curl;

-“Zero a zero”, de Benjamim para Joana Espadinha;

-“(Sem título)” de e por Janeiro;

-“Anda estragar-me os planos”, de Francisca Cortesão e Afonso Cabral para Joana Barra Vaz;

-“Só por ela”, de Diogo Clemente para Peú Madureira;

-“Sem medo”, interpretada por Rui David e composta por Jorge Palma; Esta última apurada no dia seguinte, por troca com o tema de Mallu Magalhães, depois de a RTP ter detetado um erro lamentável na contagem dos votos.

O júri composto por Júlio Isidro (Presidente), Sara Tavares, Luísa Sobral, Ana Markl, Ana Bacalhau, Carlão, Tozé Brito, Mário Lopes e António Avelar de Pinho decidiu atribuir a pontuação máxima ao despojado Janeiro e Peú Madureira foi o favorito para o público (como já

referido, júri e voto público dividem o peso das votações).

Ainda que não exista um filtro muito grande (mais de metade dos temas são selecionados para a final), acabaram por ficar fora dos selecionados nomes como José Cid ou JP Simões.

A segunda eliminatória desta edição de 2018 do Festival não começou bem para Maria Inês Pais a cantar “Bandeira azul”, tema do tio Tito Paris e letra de Pierre Aderne, com problemas técnicos de som comprometedores e a dar-lhe direito a repetição de interpretação no fim, desta vez confiante e a levá-la dessa forma para a final (esta justa segunda audição foi definitivamente uma vantagem).

Os outros temas selecionados foram:

- “Canção do fim”, de e por Diogo Piçarra;

- “O jardim”, de Isaura, por Cláudia Pascoal;

- “Patati patata”, de Paulo Flores para as vozes de Minnie e Rhayra;

- “O voo das cegonhas”, de Armando Teixeira por Lili;

- Amor veloz, de Francisco Rebelo com letra de

Márcio Silva por David Pessoa;

- Sunset, de e pela voz do luso-canadiano Peter Serrano.

De fora ficaram nomes como Miguel Ângelo, Capicua ou Aline Frazão.

A votação para o vencedor desta semifinal recebeu a unanimidade de júri e público com os 12 pontos de cada parte atribuídos por inteiro a Diogo Piçarra e apontando-o seriamente como candidato à vitória final. Peú Madureira, Janeiro e Cláudia Pascoal terão uma palavra a dizer caso não existam outras surpresas que um Festival neste formato pode sempre gerar.

A tentação de criar múltiplos sucedâneos de Salvador Sobral foi, felizmente, contida e apesar dos erros da produção e problemas técnicos e de afinação em boa parte dos intérpretes das duas eliminatórias, a verdade é que a RTP trouxe o Festival da Canção de volta a casa dos portugueses e capaz de discutir audiências com os programas tablóide da concorrência.

AQUI FICA O ALINHAMENTO PARA A FINAL DO DIA 4 DE MARÇO EM GUIMARÃES.

- Canção nº 1: Sem Medo – Rui David
- Canção nº 2: Canção do Fim – Diogo Piçarra
- Canção nº 3: Sunset – Peter Serrano
- Canção nº 4: Zero a Zero – Joana Espadinha
- Canção nº 5: O Voo das Cegonhas – Lili
- Canção nº 6: Para Sorrir eu Não Preciso de Nada – Catarina Miranda
- Canção nº 7: Anda Estragar-me os Planos – Joana Barra Vaz
- Canção nº 8: Amor Veloz – David Pessoa
- Canção nº 9: Patati Patata – Minnie & Rhayra
- Canção nº 10: (sem título) – Janeiro
- Canção nº 11: Bandeira Azul – Maria Inês Paris
- Canção nº 12: Para te dar Abrigo – Anabela
- Canção nº 13: O Jardim – Cláudia Pascoal
- Canção nº 14: Só por Ela – Peú Madureira

ORGANIZAÇÃO DECORAÇÃO

ANIVERSÁRIOS | BATIZADOS | CHÁ DE BEBÉ
 CHÁ DE REVELAÇÃO | COMUNHÕES | EVENTOS COORPORATIVOS
 EVENTOS ESPECIAIS | FESTAS INFANTIS
 INAUGURAÇÕES | WORKSHOPS

IDEALIZE, NÓS CONCRETIZAMOS !

Mafalda Lima

+351 961476211

foryoueventos@gmail.com

Rua Júlio Conceição Sousa
 N 5B Loja 2
 2695-065 Bobadela
 (Quinta da Parreirinha)

<http://www.facebook.com/foryoueventos>

SARRABULHO PARA LOURENSE PROVAR

A partir de agora, arroz de sarrabulho e rojões à moda de Ponte de Lima faz parte do menu gastronómico do concelho de Loures. A primeira edição desta jornada gastronómica aconteceu a 4 de fevereiro, no refeitório da Câmara Municipal de Loures e reuniu quase três centenas de pessoas, entre apreciadores da comida minhota e muitos que procuravam, pela primeira vez, provar este prato centenário.

Denizio Boaventura

Esta iniciativa foi promovida pelo Grupo Folclórico e Etnográfico Verde Minho, em parceria com a Câmara Municipal de Loures, a Confraria do Arroz de Sarrabulho à Moda de Ponte de Lima e alguns dos mais renomados restaurantes de Ponte Lima.

Segundo Teotónio Gonçalves, diretor do Grupo Folclórico e Etnográfico Verde Minho, as expectativas previstas inicialmente para este certame foram superadas, tendo o refeitório da Câmara Municipal sido pequeno para acolher as quase três centenas de pessoas que lotaram por completo o espaço.

Foram vários os eleitos municipais do concelho de Loures que marcaram presença nesta jornada gastronómica, que contou ainda com as presenças do comendador Adelino Tito de Moraes, em representação da Confraria do Arroz de Sarrabulho à Moda de Ponte de Lima, do Presidente da Assembleia Municipal de Ponte de Lima, do Presidente da Confederação das Coletividades de Cultura, Desporto e Recreio, entre outras personalidades e individualidades.

No final, Teotónio Gonçalves confessou ao NL que a sua maior satisfação foi saber «que a Verde Minho fez uma jornada

gastronómica que agradou a toda a gente».

Bruno Simão, que representou neste almoço o presidente da Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, não escondeu a sua satisfação por mais esta manifestação cultural em Loures e, em declarações ao NL, explicou que «o Município tem esta particularidade, de ser constituído por um conjunto de comunidades das mais diferentes proveniências, o que levou a que nos últimos 40 anos, quase todos os autarcas deste Concelho percebessem que a grande riqueza desta comunidade residia na sua diversidade cultural, etnográfica e num conjunto de tradições, saberes e sabores que para aqui trouxeram, fazendo deste um Município único na área metropolitana de Lisboa». Foi neste sentido que o autarca congratulou a organização por esta iniciativa, enfatizando o papel que este tipo de eventos têm na valorização do Município e na mitigação «das saudades que muitos têm do lugar onde nasceram», rematou.

Para o ano há mais. Os apreciadores pediram e a organização cedeu, marcando a segunda edição dessa jornada gastronómica para o dia 3 de fevereiro do ano que vem.



TUDO SOBRE O SEU CONCELHO À DISTÂNCIA DE UM CLICK

WWW.NOTICIAS-DE-LOURES.PT



Notícias de
Loures





Florbela Estêvão
Arqueóloga e museóloga

Paisagens e Patrimónios

PINTÉUS, UMA CASA DE MARIA AMÁLIA VAZ DE CARVALHO

Retomando uma crónica anterior onde abordamos o Palácio de Pintéus, edifício que foi propriedade de D. José Vaz de Carvalho, chanceler-mor do reino no tempo de D. João V, voltamos a este espaço para falar de uma sua outra residente ilustre, desta vez no feminino, a escritora Maria Amália Vaz de Carvalho. Foi autora de uma extensa obra em géneros muito diversos, incluindo contos, poesia, ensaios e biografias. Além disso, colaborou igualmente em muitos jornais e revistas, tanto nacionais (Diário Popular, Repórter, Artes e Letras) como brasileiros (Jornal do Comércio, Rio de Janeiro), e em várias publicações portuguesas tais como Contemporânea, A Ilustração Portuguesa, A Mulher, O Ocidente, Renascença, Repórter, A Semana de Lisboa, e chegou a usar o pseudónimo de Maria de Sucena. Várias são as suas crónicas de crítica literária, mas também publicou reflexões sobre ética e educação, especialmente das mulheres. Foi, indubitavelmente, uma escritora prestigiada, mas também uma autora que procurou analisar a condição e o papel da mulher na sociedade do seu tempo.

Maria Vaz de Carvalho nasceu em Lisboa a 1 de fevereiro de 1847, na freguesia de Santa Catarina e foram seus pais, José Vaz de Carvalho e Maria Cristina de Almeida e



Maria Amália Vaz de Carvalho na sua casa de Cascais em 1911

Albuquerque, membros de famílias ilustres da sociedade portuguesa. O seu pai era descendente do chanceler-mor do reino de D. João V e mantinha na sua posse a propriedade de Pintéus com o seu palácio.

Casou aos 27 anos de idade com o poeta António Cândido Gonçalves Crespo, a 12 de março de 1874, na Igreja Paroquial de Santo Antão do Tojal. Porém, o casamento não durou muito, pois em junho de 1883 o marido morreu vítima de tuberculose, ficando Maria Vaz de Carvalho com dois filhos menores e grávida de um terceiro, o qual acabou por não sobreviver ao parto. Morreu com 74 anos, em 1921, na sua casa, em Lisboa.

Maria Amália desde cedo se moveu em meios intelectuais e literários, sempre convivendo com escritores, jornalistas, políticos. Aliás, a sua residência foi o primeiro salão literário da capital, por onde passaram grandes nomes da literatura e da cultura portuguesa como Eça de Queiroz, Camilo Castelo Branco, Ramalho Ortigão, Guerra Junqueiro, Conde de Sabugosa, Bulhão Pato, Sousa Martins, Bernardino Machado e

João de Deus, entre muitos outros. Precisamente, um salão literário era um local de reunião onde homens e mulheres eruditos se encontravam regularmente, sob os auspícios de um anfitrião ou anfitriã, como era este o caso, para debaterem questões relativas a eventos correntes como filosofia, literatura, política, entre outros mais banais. A sua reconhecida influência explica a circunstância de ter sido a primeira mulher a ser admitida na Academia das Ciências de Lisboa.

Quando procuramos no Portugal de 800 testemunhos em torno da mulher, e sobre as questões sociais que a sociedade da época vai convocando, a voz de Maria Vaz de Carvalho é incontornável. Na sua vasta obra, nomeadamente em torno da educação feminina, como “Cartas a Luiza”, “Mulheres e Creanças” ou “Cartas a uma Noiva”, é clara a sua posição relativamente ao lugar que a mulher deve ocupar na esfera pública, na importância da educação como forma de dar visibilidade à mulher e à afirmação desta como autora. Nesta altura, os papéis sociais masculinos e femininos ainda estavam muito marcados pela divisão entre a esfera pública e a esfera privada, cabendo ao homem as luzes da ribalta e às mulheres os bastidores. Importava, portanto, assegurar à mulher a afirmação de uma visibilidade singular, sem descurar os seus papéis na esfera privada. Na verdade, apesar das suas ideias sobre o novo estatuto da mulher, estas não significavam uma afronta à ordem então estabelecida, na medida em que conciliavam com o resto o esperado “papel feminino” de esposa e mãe. Esta autora defende que a mulher foi criada para ser isso, esposa e mãe, mas tal não implica que não afirme novas formas de visibilidade social, no domínio da arte, literatura e do ensino, tendo sempre presente a dignificação do papel da mulher. Para Maria Amália Vaz de Carvalho, a mulher poderá

ser aceite na esfera pública, como um ser igual ao homem, a par do desempenho da sua missão social, como educadora das novas gerações e da sua missão doméstica.

Considerando a vida pública de Maria Amália não é de estranhar que o primeiro liceu feminino em Portugal tivesse o seu nome, pois a sua intervenção foi também marcada pela defesa de um liceu feminino em Portugal. Ressalvo que só em 1885 é criada a Escola D. Maria Pia para o género feminino, em homenagem à rainha D. Maria Pia de Sabóia. Os primeiros cursos ministrados nesta instituição foram os labores, a tipografia, a telegrafia e a escrituração comercial. Em 1906, por decreto de D. Carlos I, é criado o primeiro liceu feminino e o Liceu Maria Pia é transferido para o Palácio Valadares, no Largo do Carmo. Pouco tempo depois, num decreto de 1917, Sidónio Pais altera o nome da instituição para Liceu Central de Almeida Garrett e só posteriormente, em 1933, é que o Liceu Feminino passa a designar-se Maria Amália Vaz de Carvalho, agora nas instalações da Rua Rodrigo da Fonseca.

Como já foi mencionado, a obra da nossa autora, como poetisa e escritora, é vasta e variada. Maria Amália estreou-se em 1867 com o poema “Uma Primavera de Mulher”, mas a sua obra maior é “Vida do Duque de Palmela D. Pedro de Sousa Holstein/1898-1903”. Não podemos deixar de aludir ao livro “Contos Para os Nossos Filhos”, o qual escreveu em parceria com António Crespo, em 1886, obra que foi aprovada pelo Conselho Superior de Instrução Pública para utilização nas escolas primárias. A Câmara Municipal de Loures instituiu, há várias décadas, o Prémio Literário Maria Amália Vaz de Carvalho, com o propósito de homenagear a escritora e ativista política, mas também de premiar obras inéditas de autores de língua portuguesa.

 **CA Crédito Agrícola**
Loures, Sintra e Litoral

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



Rodrigo Moreira

“ O SENTIMENTO VIVIDO NÃO FOI DIFERENTE DE OUTRAS CONQUISTAS QUE TIVE NO FUTSAL, COMO O CAMPEONATO DISTRITAL PELA AM PORTELA, OU O CAMPEONATO NACIONAL PELO SPORTING.

Rodrigo Moreira, médico da seleção nacional de futsal, recentemente vencedora do europeu de futsal, fala-nos desta conquista, vista por dentro. Um testemunho de alguém que vive este desporto desde tenra infância, numa Freguesia onde ainda mora.

Pedro Santos Pereira

A paixão pelo futsal de Rodrigo Moreira foi sempre evidente. Desde os tempos em que praticava nos pátios, passando por quando foi acolito na paróquia de Cristo-Rei da Portela. Para quem o conhece, esta é uma marca que o persegue desde muito tenra idade.

Fez parte das equipas de formação da AM Portela, participou em muitos torneios da modalidade disputados no rinquê e, ainda em idade adolescente, abraçou o trajeto de treinador, acompanhando Paulo Saltão na orientação de diversas equipas de formação no seu bairro. Muito cedo sentiu a alegria da vitória, com um triunfo inesperável no campeonato distrital de iniciados. Mais tarde esta dupla técnica rumou

ao Sporting, onde se sagrou campeã nacional, também nos escalões de formação.

Posteriormente, a sua profissão voltou a abrir-lhe a possibilidade de colaborar com o seu desporto favorito, voltando a alcançar mais um feito digno de registo e pioneiro, ser campeão europeu.

Formou-se em 2002 na Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, tendo em 2005 tirado uma pós-graduação em medicina desportiva na Universidade de Lisboa.

Neste momento desempenha funções no Hospital Curry Cabral, local onde começou e onde já se encontra há 13 anos, na Andrea Policlínica, na Portela, no SAMS, no Hospital

da Luz, através da seguradora Tranquilidade, além da Federação Portuguesa de Futebol.

“ QUANDO EM 2011, FUI CONVIDADO PARA INTEGRAR O CORPO CLÍNICO DA FPF, DISSE LOGO QUE APENAS QUERIA TRABALHAR COM O FUTSAL.

Qual a sensação de ser campeão europeu na modalidade que praticou e treinou? Foi a realização de um sonho?

Foi fantástico! Mais do que um sonho meu, foi o participar na

concretização de um sonho de uma série de pessoas amigas, os jogadores, treinadores e dirigentes. É curioso que o sentimento vivido não foi diferente de outras conquistas que tive no futsal, como o campeonato distrital pela AM Portela, ou o campeonato nacional pelo Sporting. Quando se vence sabe sempre bem...

A final foi de grande trabalho, em função das diversas lesões. O principal destaque vai para a de Ricardinho, que não voltou a entrar na quadra. Sentiu que além dos olhares, muitas eram as esperanças que estavam depositadas em si, nesse momento?

Foi efetivamente uma final atribulada. As lesões de dois

atletas decisivos na dinâmica da equipa, se por um lado fizeram tremer a equipa, por outro lado uniram ainda mais o grupo. A saída forçada do Ricardinho, fez vir ao de cima o coletivo, que é a grande virtude deste grupo. Quanto ao Bruno Coelho, só ele seria capaz de jogar nas condições em que estava e o facto de ter voltado a entrar na quadra para resolver o jogo deu-me um gosto especial. Ainda assim, preferia um jogo sem protagonismo...

Deu a ideia que foi a vitória de um grupo, a exemplo do que aconteceu no futebol em 2016. Já tendo participado em diversas fases finais de mundiais e europeus, como descreve o espírito desta equipa?

horizonte
fm 92.8

www.horizontefm.pt | Emissão Online



Esta equipa, este balneário é diferente das outras com que já trabalhei. Senti isso aquando do apuramento para este Europeu, realizado na Roménia em abril 2017... e comentei isso. Apesar do grupo se manter estável ao longo dos anos, foram entrando elementos importantes no espírito da equipa. E não falo apenas dos atletas, existem elementos fundamentais neste grupo, desde o técnico dos equipamentos, até à equipa técnica.

Como é que surgiu a oportunidade de servir o futsal através da sua profissão?

Quando em 2011, fui convidado para integrar o corpo clínico da Federação Portuguesa de Futebol, disse logo que apenas queria trabalhar com o futsal. Foi-me dito que teria que aguardar a minha oportunidade. Quando essa oportunidade surgiu, em 2013, sabia que jamais a iria perder, pois o meu conhecimento enquanto traumatologista e enquanto conhecedor da modalidade era uma mais valia grande neste cargo.

De que forma entende que este título pode contribuir para o desenvolvimento da modalidade?

Existe um efeito imediato pela aposta na modalidade a nível de patrocinadores e no mediatismo. Ouvei nos últimos dias várias pessoas dizerem-me que nunca tinham visto um jogo de futsal e que adoraram. Se houver procura, a modalidade

de cresce... Por outro lado em qualquer desporto, quando se conquista um título europeu ou mundial, gera-se uma onda de entusiasmo em volta da prática dessa modalidade nas comunidades locais. O resultado desta aposta será visível dentro de 10-15 anos, com uma nova geração marcada por um título que presenciou.

Esta equipa e o futsal, com este título, tiveram um espaço mediático como nunca tinham tido, tendo sido recebidos e, futuramente, distinguidos pelo Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa. O que significa isso para si?

O mundo do futsal não está nada habituado a isto. Mas este protagonismo foi merecido pela excelência desta participação, que culminou com um título inédito na modalidade e pouco frequente no desporto nacional em geral. As palavras do Prof. Marcelo foram para agradecer a nossa prestação, por esta transmitir esperança ao nosso povo. Também sentimos isso aquando da chegada ao País e nos dias que se seguiram. É com orgulho que vejo este reconhecimento.

A Freguesia, em especial a Portela, sempre teve uma grande ligação ao futsal. Acredita que esta vitória poderá vir a aumentar o número de praticantes na Freguesia?

Recordo a Portela cheia de crianças e jovens a jogar nos pátios, com torneios com mui-

tas equipas, com as bancadas cheias. Os tempos são outros. Dificilmente voltarão a ter tantos jovens a praticar futsal, contudo, juntamente com a base de todo o desporto que é o desporto escolar, é de esperar uma nova vaga de aposta forte no futsal.

Já teve funções de jogador, treinador e médico na modalidade. Perspetiva mais alguma no futuro, como, por exemplo, dirigente?

Enquanto me sentir confortável e gostar do ambiente que me rodeia no futsal continuarei a desempenhar estas funções. Quando deixar de ter estas funções, e porque o futsal faz parte de mim, é natural que possam surgir outros desafios.

Das funções que já desempenhou, e referidas anteriormente, qual a que mais lhe agradou?

Cada uma foi desempenhada em determinada fase da vida e teve o seu tempo. Viviam-se para aquilo. A função atual de médico de equipa é claramente aquela em que sinto que desempenhei com maior competência, pelo que além do prazer que me dá, sinto que também estou a ajudar a equipa.

Incentiva os seus filhos a jogarem futsal?

Incentivo à prática de desporto em geral.

Os seus desempenhos anterio-

res, como jogador e treinador, ajudaram-no a dar-lhe uma maior experiência na avaliação e tratamento de lesões?

O conhecer a modalidade ajuda a identificar situações de risco ou lesões características deste desporto. É sempre uma vantagem perceber a especificidade da modalidade, contudo a grande maioria das lesões é transversal às várias modalidades.

Qual a maior aprendizagem que o futsal pode trazer, não só a nível físico, como comportamental e, assim, contribuir para a vida pessoal?

No futsal, como em qualquer desporto coletivo, temos de perceber que somos apenas uma parte do todo. Sem a ajuda do outro que se encontra ao nosso lado, dificilmente chegaremos a bom porto. Isto aplica-se a toda a nossa vida.



SENSIBILIZAÇÃO PARA A DEFESA DA FLORESTA

Proteger a floresta de Loures contra os incêndios foi o objetivo deste fórum debate em modo ação de sensibilização promovido pela Federação Nacional de Cooperativas de Produtores Florestais FENAFLORESTA, em parceria com a Cooperativa Agrícola de Loures.

Decorreu dia 27 fevereiro na Caixa de Crédito Agrícola de Loures.

Debate

Segundo o presidente da FENAFLORESTA, António Dias, "o desenvolvimento de ações práticas de gestão de combustível e intervenções no edificado que reforcem a sua resistência aos incêndios (limpeza de algarozes, telhados, remoção de lenha junto à edificação, entre outras), é de extrema importância, pois além de se ouvir como fazer,

vemos como fazer."

O presidente da Câmara Municipal, Dr. Bernardino Soares reforçou "a obrigatoriedade da limpeza dos terrenos, referindo que a proteção de pessoas e bens é indispensável, num concelho que tem apostado nos últimos meses em campanhas de sensibilização e informação por diferentes meios de comunicação".

Esta ação contou com a presença do Secretário de Estado das Florestas e Desenvolvimento Rural, Eng.º João Miguel Freitas, com o Presidente da Câmara Municipal de Loures, Dr. Bernardino Soares, com o Presidente do Conselho de Administração da FENAFLORESTA, Sr. António Dias e com o Presidente do Conselho de Administração da Cooperativa Agrícola de Loures, Eng.º José Barreira.

Organização

Tratou-se de uma ação de sensibilização no âmbito da Defesa da Floresta Contra Incêndios (DFCI), encontrando-se estas estreitamente articuladas com os objetivos implícitos no Plano de Sensibilização desenvolvido pelo Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas, I.P. (ICNF) e pela Câmara Municipal de Loures e com o respetivo Plano Municipal de Defesa da Floresta Contra Incêndios, e visam, essencialmente, aumentar a consciencialização sobre o perigo que representa o uso do fogo em espaços florestais e agrícolas, alterando atitudes de risco, de forma a diminuir o número de ignições e aumentar a resistência do território à passagem do fogo.



AÇÚCAR



Açúcar. Faz parte da nossa História, marcando presença habitual nas nossas mesas, nem que seja a acompanhar o café, no final da refeição. É praticamente consensual, apreciado pela maioria, usado, em tempos, como medicamento e especiaria e visto como um bem raro. Durante milhares de anos, foi consumido com moderação, até ao dia em que tudo mudou.

Atualmente, estima-se que, em Portugal, a disponibilidade per capita de açúcar seja de 34,4 kg/ano, o que equivale a 94 g/dia (376 kcal/dia). Tendo em conta que a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que o consumo de açúcar seja inferior a 10% do total do valor energético total diário (2000 kcal), ou seja, 200 kcal, seria desejável a redução média de, aproximadamente, 176 kcal/dia proveniente da ingestão de açúcar. Na prática, tal significa que o total diário de açúcar adicionado aos alimentos, por exemplo em croissants, sumos, sobremesas, cereais, não deveria ultrapassar as 6 colheres de chá de açúcar. Em termos comparativos, uma lata de refrigerante pode conter até cerca de 10 colheres de chá de açúcar.

É necessário notar também que os alimentos ricos em açúcar são importantes contribuintes de "calorias vazias", ou seja, são alimentos que possuem grande quantidade de calorias, mas que são pobres em nutrientes. Por outras palavras, engordam muito, mas alimentam pouco, sendo transformados e armazenados na forma de lípidos (gorduras).

Desta maneira, é imperativo falarmos do açúcar como uma ameaça à Saúde Pública. Os

hábitos alimentares inadequados são um dos quatro principais fatores de risco modificáveis para doenças crónicas, logo passíveis de alteração da nossa parte. Por isso vale a pena debruçarmo-nos sobre a quantidade de açúcar existente nos alimentos que consumimos no nosso dia a dia. Se nos focarmos nas bebidas açucaradas, a nível global, nos últimos anos tem-se verificado um aumento significativo do seu consumo, que se traduz atualmente em cerca de 7% do valor energético total, só por si muito próximo do referido valor máximo recomendado de 10%.

Recentemente, a OMS recomenda a ingestão de apenas 50g de açúcar, diariamente. Sabe a quantidade de açúcar que ingere diariamente? Para ter uma ideia, por exemplo, em termos médios, 1 iogurte com pedaços de morango contém 19g de açúcar, 1 lata de refrigerante contém 43g de açúcar, 4 bolachas contém 8g de açúcar, e um 1 leite achocolatado 22g de açúcar.

A elevada prevalência de doenças crónicas representa a principal causa de mortalidade a nível mundial. Neste âmbito, a ingestão excessiva de açúcar tem sido relacionada com o excesso de peso/obesidade e, conseqüentemente, com o aumento do risco de desenvolvimento de doenças crónicas associadas, sendo de realçar a doença cardiovascular e a diabetes.

O elevado consumo de açúcar está associado a um aumento dos triglicéridos, da pressão arterial e diminuição do HDL (popularmente conhecido como "bom colesterol"), fatores estes responsáveis pelo

aumento do risco de doença cardiovascular.

No caso da diabetes tipo 2, que é a forma de diabetes relacionada com comportamentos alimentares inadequados, esta doença crónica corresponde a um distúrbio metabólico em que se verifica um aumento da glicémia, ou seja, da quantidade de açúcar no sangue sob a forma de glicose. Se a glicémia se mantiver cronicamente

em valores elevados, tal contribui para a resistência à insulina, hormona responsável pela entrada de glicose nas células, e redução da glicémia. Conseqüentemente, os níveis elevados de glicémia tendem, ainda mais, a manter-se. Como tal, quando não tratada, a diabetes tipo 2 pode causar várias complicações graves para a saúde, nomeadamente lesões a nível de órgãos vitais como

o olho, o rim, as extremidades corporais (principalmente os pés) e o sistema circulatório (com maior expressão a nível cardíaco e cerebral). De realçar que a elevação da glicémia no sangue pode ser perceptível através de sintomas como a necessidade frequente de urinar e aumento da sede e fome. Esta doença pode surgir em qualquer idade e, apesar dos esforços em sentido contrário, a sua prevalência tem vindo a aumentar em Portugal.

Assim sendo, é essencial alertar a população para os malefícios da ingestão excessiva de açúcar, bem como promover uma postura individual de prevenção de fatores de risco para doenças crónicas. A prática de exercício físico regular associada à alteração da dieta, com diminuição da ingestão de açúcar, apresentam-se como medidas simples e essenciais para a manutenção de um estilo de vida saudável e para a prevenção das doenças associadas ao consumo desregrado deste "doce veneno".

Unidade de Saúde Pública de Loures - Odivelas
Inês Abundância e Mariana Seabra, médicas internas do Ano Comum
Vítor Pedro, Médico de Saúde Pública

• **PC** •
assist

SERVIÇOS INFORMÁTICOS

✓ REPARAÇÕES ✓ ENTREGA
 ✓ RECOLHA

DOMICÍLIO



925 320 809 • 219 456 514

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

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



Patrícia Duarte e Silva
Psicóloga Clínica

GESTÃO DA CARREIRA VERSUS DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS

Num mundo cada vez mais competitivo e exigente, as carreiras são cada vez mais imprevisíveis devido às diferentes oportunidades de emprego e tarefas no trabalho.

As organizações devem atribuir mais peso à gestão estratégica dos recursos humanos. Para o sucesso das organizações devemos apostar no desenvolvimento das competências profissionais dos seus elementos.

Ideias ultrapassadas

- ✓ Emprego para a vida;
- ✓ Noção de carreira tradicional, que assentava na experiência prévia do trabalhador e nas oportunidades dadas pela entidade empregadora.

Conceitos atuais

- ✓ Carreira em mudança, gerida pelo próprio trabalhador, tendo este um papel ativo no decorrer do processo;
- ✓ As oportunidades de carreira

são vistas à luz da empregabilidade;

✓ Competências profissionais. A noção de carreira tradicional, que assentava na experiência prévia do trabalhador e nas oportunidades dadas pela entidade empregadora, transformou-se no conceito de carreira em mudança, gerida pelo próprio trabalhador, tendo este um papel ativo no decorrer do processo.

O que são competências profissionais?

Por competências profissionais entende-se a gestão pessoal do emprego e experiências formativas de modo a progredir na carreira, a atualização da carreira e o de atingir objetivos /metas pessoais e valores que têm em vista as condições facilitadoras e os constrangimentos da situação laboral. Traduzem-se em conceitos como iniciativa, empregabilidade e preparação para a mudança.

Existem alguns fatores individuais que influenciam o sucesso de carreira como o género, a idade, o cargo, a ambição, a capacidade de mudança e adaptação, a dinâmica no ambiente de trabalho e o suporte de carreira.

Refletir acerca da nossa motivação ajuda também a tomar decisões realistas em relação

às escolhas relacionadas com a carreira, especialmente quando a motivação está ligada às competências que são necessárias para determinada oportunidade de trabalho (ambos os tipos de comportamento são suscetíveis a serem reforçados, se a pessoa estiver disposta a “explorar” ativamente a melhor maneira de utilizar a sua competência para corresponder a necessidades da organização).

A palavra Carreira vem Do latim medieval carrar a- [via-], «estrada para carros».

Cada indivíduo deve compor a sua carreira através da ampliação das suas competências e das experiências acumuladas ao longo da sua vida.

A carreira começa quando o indivíduo define o seu caminho, as suas metas e expectativas.



Joana Roubaud
Farmacêutica

EFEITOS SECUNDÁRIOS

Os efeitos secundários, também chamados reações adversas a medicamentos (RAMs) são respostas indesejadas e nocivas, resultantes da toma de um medicamento.

Embora muitas delas sejam detetadas na fase de ensaios clínicos (fase de teste em humanos), outras só podem ser detetadas após a sua utilização massiva por muitas pessoas e durante um período de tempo significativo.

Por essa razão, após ser introduzido no mercado, o medicamento é mantido sob observação, num processo chamado farmacovigilância. Nesta fase todos os cidadãos participam, devendo por isso saber como proceder caso sus-

peite de uma reação adversa a um medicamento.

As RAMs podem ser de vários tipos, quer do ponto de vista do órgão ou função afetada (alterações da pele, do sono, cabelo, sangue, fígado, rins, visão, etc) quer do ponto de vista da sua intensidade e gravidade (com sintomas mais ou menos intensos e reações de “importância” leve a grave). Ex: A sonolência causada por alguns antihistamínicos, que embora irritante, não compromete a vida.

Qualquer que seja o tipo de reação deverá sempre comunicá-la ao seu médico para que este avalie a gravidade, a relação risco-benefício associada à toma do medicamento e para que se possam adoptar medidas. Estas poderão passar por um simples ajuste no horário das tomas, uma redução da dose, a introdução de um novo medicamento para

minimizar a reação adversa ou mesmo a suspensão e/ou substituição do medicamento em causa.

Saiba também que as RAMs devem ser sempre reportadas às autoridades competentes. Este processo tem o nome de “notificação” e deverá ser dirigida ao Infarmed, preenchendo um formulário disponível no seu site, no Portal RAM. A notificação pode ser feita por si ou através de um profissional de saúde (médico, farmacêutico ou enfermeiro) e deve ser feita ainda que: apenas tenha uma suspeita e não uma certeza, quer a reação esteja ou não descrita no folheto informativo e independentemente da sua intensidade.

Lembre-se: ao notificar um efeito secundário/reacção adversa, não só está a contribuir para o aumento do conhecimento sobre um medicamento, como para a segurança de todos nós.

RESTAURANTE E DISTRIBUIÇÃO DE PRODUTOS REGIONAIS

NA ANALOR

COM A GERÊNCIA DE LUÍSA GOMES PACHECO



ABERTO AO PÚBLICO EM GERAL

ENCHIDOS CASEIROS E REGIONAIS - VINHOS - PRESUNTOS

PRATOS: COZIDO À PORTUGUESA • CABRITO ASSADO • LEITÃO DA BAIRRADA E MENU SEMANAL

RUA SPORT SACAVENENSE Nº16 • 219412339 • 961522108
• QUINTA DO PATRIMÓNIO •

«ENSINO UM CÃO A SENTAR-SE EM CINCO MINUTOS»



Roger Abrantes, um português, também dinamarquês, da ciência e do mundo, com mais de 40 anos de experiência em treino e comportamento animal, explica como o conhecimento sobre as necessidades dos animais domésticos, aliado ao treino de pessoas e animais, favorece a relação entre ambos, criando harmonia, bem-estar e qualidade de vida.

JOANA LEITÃO

Biólogo evolucionista e etólogo de profissão, Roger Abrantes é o diretor científico do Ethology Institute, uma instituição científica sediada em Cambridge, que se dedica ao treino e comportamento animal, com mais de 5 mil alunos espalhados pelo planeta.

Fez investigação, escreveu 27 livros, dezenas de artigos, deu aulas e, aos 67 anos, continua a fazer palestras e a formar pessoas em todos os continentes, o que fará brevemente em Portugal.

Convidado habitual de programas de televisão e rádio na Dinamarca, já viveu neste e noutros países, de entre eles Portugal, Reino Unido e Tailândia, carregando consigo um pouco do mundo inteiro.

Estudou o comportamento de alguns animais, onde se inclui o lobo e, treinou e tratou de outros, com problemas comportamentais. Pela mão, já lhe passaram mais de 10 mil, entre cavalos, cães, gatos, porquinhos da Índia, ratos, aves e outros.

Talvez só a curiosidade o tenha levado a escolher esta profissão e a vida envolveu-o nela,

quase por coincidência.

Ethology Institute

No Instituto, além de cursos e treinos, tratam-se animais com problemas de comportamento agressivo, entre outros, através de programas que permitem detetar a sua origem e encontrar a solução adequada. Com uma taxa de sucesso de 85%, o detentor é envolvido em todos eles, devendo aprender a aplicá-lo em casa, sob pena da reação em questão voltar a verificar-se.

Os métodos e técnicas utilizadas dependem do animal e do seu comportamento, não existindo standards, pois indivíduos diferentes requerem tratamentos distintos.

O problema da subestimulação

A principal razão que está por trás dos problemas comportamentais é a subestimulação, o que significa que confinamos animais a certos espaços, sem lhes fornecermos atividades físicas e mentais que os desenvolvam e lhes permitam viver adequadamente.

Programas de estimulação

implementados em cães, gatos, cavalos, porcos e galinhas, comprovaram o desaparecimento da maioria dos problemas detetados. Neles foram desenvolvidas atividades ao ritmo adequado a cada animal, consideradas as suas características individuais, método utilizado em alguns países do norte da Europa, desde a década de 80.

Observação e respeito

O que diminui a qualidade de vida dos animais é a sua subjugação constante a condições que não lhes permitem adaptar-se.

Para se criar uma relação com o animal é necessário observá-lo e, depois, respeitá-lo. Observar a forma como comunica, conhecer as suas necessidades e personalidade e, entender o porquê do seu comportamento, tratando-o como um indivíduo que não é um ser humano.

Benefícios do treino

Na opinião do Professor, todos os animais, humanos e não humanos, deviam ser treinados para viver em sociedade e, para todos eles, existem boas e más escolas, dependendo dos fins, dos métodos utilizados e

devendo esta aprendizagem abranger os seus tutores, de forma a que não se transfiram para os animais, responsabilidades que são do ser humano. Como darwinista, acredita que nenhuma espécie é superior às outras, não sendo a favor da submissão do animal ao ser humano, embora inibições sabiamente aplicadas, a par de reforços positivos, para o Cientista, sejam impossíveis de não utilizar, reforçando que a violência cria comportamentos indesejados.

Treinadores

Os bons treinadores não repreendem agressivamente um animal, física ou verbalmente e, quando têm que o fazer, significa que os seus métodos não são adequados e que já se cometeram erros pelo caminho.

Apesar de existirem pessoas que se dedicam ao treino de cães no concelho de Loures, não existe em Portugal regulamentação nem credenciação deste tipo de atividade, exceto para treinadores de cães perigosos e potencialmente perigosos, pelo que qualquer pessoa se pode intitular de treinador, perito ou consultor.

No caso dos cães e dos gatos, todos se julgam especialistas e, muitos acham que podem ser profissionais, apenas porque sabem um pouco sobre estas espécies, no entanto, ser treinador de animais requer conhecimentos mais profundos, conforme refere o Professor. Tais competências podem ser adquiridas através de programas de certificação internacional disponíveis online no site do Instituto, a qualquer pessoa e em qualquer lugar, cuja duração costuma rondar dois a três anos.

O Seminário

Decorrerá na Pedrulha, em Coimbra, nos próximos dias 7 e 8 de abril, entre as 10 e as 18 horas, destinando-se a todos os profissionais da área animal, bem como a famílias com animais de estimação. Esgotadas as vagas com cão, restam individuais a 99 euros.

Deste evento, que será o último que fará em Portugal, pode esperar-se uma análise crítica sobre a nossa relação com os animais, inspiração e ferramentas para fazermos os nossos próprios estudos bem como, conselhos práticos e demonstrações feitas no momento, que incluem ensinar um animal a sentar-se em menos de cinco minutos, sem recurso a palavras, fazendo apenas uso da linguagem corporal.

Dois dias, não são suficientes nem para se treinar um cão nem um detentor, o que requer, pelo menos, cerca de 16 horas de teoria e o dobro de prática, distribuídas ao longo de algumas semanas. No entanto, enriquecimento e melhorias são garantidos.

O SEU ANIMAL É A NOSSA PAIXÃO!



FINALMENTE A TEMPERATURA COMEÇOU A SUBIR E O TEMPO A MELHORAR.

Junto com todas as belezas da Primavera em que toda a Natureza se renova, e com o aumento dos passeios com os nossos companheiros, aparecem também alguns riscos para os quais devemos estar prevenidos. De longe que o mais comum é o aparecimento massivo de parasitas externos (Pulgas, Carrças e Mosquitos).

NO ENTANTO EXISTEM OUTRAS AMEAÇAS A TER EM CONTA:

Maior prevalência de otites, alergias cutâneas e respiratórias, infecções de pele e gastroenterites. Reações anafiláticas à picada de insetos (outro tipo de alergia). As temíveis "praganas", que são sementes que se agarram ao corpo dos nossos companheiros, e que apesar de não terem movimentos próprios se vão introduzindo profundamente nos tecidos, podendo afetar a pele, globos oculares, canais auriculares, genitais, boca, etc.

Assim, recomendamos todos os donos de animais de estimação a usufruírem muito desta Primavera,

tendo apenas o cuidado de desparasitar os companheiros respeitando o peso, o tempo de proteção e o tipo de proteção mais adequado para cada um e a inspecionarem rapidamente os vossos companheiros no final de cada passeio.

OS PARASITAS E OS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO

Os animais de estimação podem ser infestados por vários tipos de parasitas: os externos (ectoparasitas) que vivem na pele e pêlo do seu cão e gato, e os internos (endoparasitas) que vivem no interior dos animais, nomeadamente no estômago e intestino, mas também nos pulmões ou no coração. Com o aumento da temperatura aumenta também a carga parasitária no ambiente!

PARASITAS E PESSOAS

O parasitismo é uma zoonose, ou seja, a maioria dos parasitas dos nossos animais também podem infectar-nos. No entanto é importante reter que a maioria dos casos de zoonoses parasitárias ocorrem por exposição a ambientes contaminados (ex: ingestão de alimentos, contacto com terra, picada de carraças e insetos), e não através do contacto diário com animais de estimação.

As doenças parasitárias podem desencadear sinais e situações clínicas diversas e de gravidade muito variável, incluindo diarreia, náuseas, vômitos, irritação da pele e erupções cutâneas, doenças neurológicas, cegueira, lesões no fígado e pulmão e em casos extremos morte.

Um dos principais cuidados básicos de saúde a ter com o seu cão e gato é a desparasitação. Existem diversos desparasitantes, com espectro, eficácia e atuação diferentes. Nenhum é 100% eficaz contra todos os parasitas ao mesmo tempo e nem todos os animais devem ou podem fazer todos os produtos comercializados. O programa de desparasitação deve ser adaptado a cada animal e deve ser estabelecido pelo médico veterinário.



FELIZMENTE, PREVENIR É FÁCIL! AO CUMPRIR O PROGRAMA DE PROTEÇÃO ANTIPARASITÁRIA ACONSELHADO PELO MÉDICO VETERINÁRIO PROTEGE-SE A SI, À SUA FAMÍLIA E À SUA MASCOTE.



S. FRANCISCO DE ASSIS
GRUPO VETERINÁRIO

**ATENDIMENTO
24H/DIA**



219 887 202

E-MAIL geral@hvsfa.com
SITE www.hvsfa.com

era.pt/seragenteera

SER AGENTE ERA

SER AGENTE ERA É SER DEDICADO, RÁPIDO, FIÁVEL, BEM-SUCEDIDO. É SER UMA MÁQUINA A VENDER CASAS. FALE CONNOSCO OU ENVIE-NOS O SEU CV.



O CÉU NÃO É O LIMITE PARA QUEM TEM O ADN ERA



ERA LOURES

Passeio Parque da Cidade, Loja G e I, 2670-331 Loures

LOFTMG - Mediação Imobiliária, Lda. AMI 12948. Cada Agência é jurídica e financeiramente independente.

t. 219 896 660
www.era.pt/loures : loures@era.pt

