

LOURES  
TEM  
SAÚDE



**MEDICAMENTOS AGORA!**



Tudo em sua casa  
como na farmácia



PODE ENCOMENDAR PELA APP  
RECEITAS MÉDICAS

Notícias de Distribuído no Concelho de Loures **Expresso**

# LOURES

**RTL** COOP.TÁXIS  
LOURES  
PORTUGAL

219 416 666 | 939 416 666  
969 416 666 | 919 416 666

Não saia de casa sem nós! [www.cooptaxisloures.pt](http://www.cooptaxisloures.pt)

ANO 5 | Nr.60 MENSAL | 6 DE ABRIL DE 2019 | Diretor Fundador: Pedro Santos Pereira | Diretor: Filipe Esménio | Preço: 0.01€

**NOTÍCIAS DE LOURES  
EM LONDRES**

O que acontece quando várias religiões se juntam.

Págs. 10 e 11

**16º  
SIMPÓSIO  
DA  
PAZ**

## BOLSA DE ATIVIDADES EDUCATIVAS

Foi assinado o protocolo que visa dar mais apoio financeiro para material escolar e atividades aos alunos do concelho.

Pág. 4

## ALUNOS ESTRANGEIROS APRENDEM ROBÓTICA

A Escola Secundária da Portela recebeu alunos de cinco países, para realizar atividades de robótica e realidade aumentada.

Pág. 6

## SIFÃO DE SACAVÉM AO ABANDONO

O Sifão do Canal do Alviela em Sacavém encontra-se ao abandono com probabilidade de ruptura. A Associação de defesa do Ambiente de Loures quer apurar responsabilidades.

Pág. 18

**ZONA ÓPTICA**

CUIDAMOS DOS SEUS OLHOS



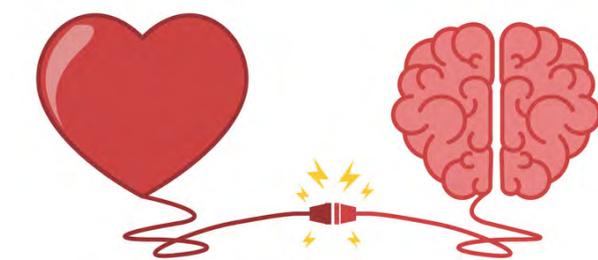
**Cristina Fialho**  
Chefe de Redação

# FAZ O QUE GOSTA? GOSTA DO QUE FAZ?

Já fui babysitter, promotora de eventos, já trabalhei numa livraria, numa loja de acessórios, já fui assistente de marketing, já fiz reportagens para a TV, já fui modelo de cabeleireiros e de maquiadores, já fui figurante em novelas, já fui produtora de um programa de televisão, já desenvolvi conteúdos para revistas, jornais, blogs, sites, já criei campanhas, estratégias de redes sociais, relatórios de performance. Já geri equipas, dei aulas, dei explicações, fui avaliada e avaliei. Tive colegas que ficaram amigos e outros que nunca soube o nome.

Cientes que me permitem arriscar e outros que me fizeram arrancar cabelos. Tive chefes que me inspiraram a ser melhor e mais criativa e outros que me fizeram desistir passado uns meses.

Cruzei-me com pessoas muito más, que se faziam temer, que insultavam, que diminuíam e ameaçavam. Cheguei a ir para o trabalho com vontade



de chorar só de pensar que teria de lidar com aquela pessoa monstruosa a odiar-me o dia todo. Das vezes que isso me aconteceu (não foi só uma, infelizmente há muitos portugueses que acham que "gerir" é sinónimo de esmagar os funcionários).

Por todo o lado onde passei (já lhes perdi a conta), guardo comigo os ensinamentos de três mentores que esculpam a minha forma de ver o mundo profissional e que me incutiram as características que mais estimo em mim.

A MPB ensinou-me que "depressa e bem não faz ninguém", que as coi-

sas levam o seu tempo. Ensinou-me a ter brio e orgulho em fazer um trabalho "limpinho", organizado, com bom gosto. A M de vez em quando trazia presentes para nós (éramos uma equipa de 3), cadernos para nos inspirarmos, post-its para colorir os lembretes... Trabalhar com ela era calmo, sem pressa de ir para casa.

O AA deu-me independência e espaço para criar, para dar ideias, para pensar, explorar e chegar aos decisores pelos meus pés, pôr-me à prova sem medo e atrever-me a fazer acontecer. Deu-me responsabilidade na

mesma medida em que me deu apoio e é assim que se cresce. Espero um dia poder repetir as capacidades de liderança que ele mostrou.

O FE abriu-me a porta quando eu era uma miúda e nunca mais a fechou. Sem saber quem eu era aceitou os textos ainda verdes de quem sonha escrever pela vida (e para a vida). Com umas qualidades humanas fora de série, é um amigo, um conversador, um impulsionador, é a personificação da frase "sê a diferença que queres ver no Mundo". E com isto todo ele é inspiração e contágio com vontade de ser melhor.

É por isto que não há nada, mas mesmo nada nem ninguém que mereça estar feliz, ser maltratada, estar resignada, triste e contrariada na vida profissional. Há um mundo inteiro à nossa frente cheio de coisas para fazer e qualquer que seja a tarefa, o que importa é que a façamos com gosto e boa companhia.



**Filipe Esménio**  
Diretor

## Mel de Cicuta

### CINCO X CINCO + ...

Edição 60. Cinco anos.

É verdade já lá vão cinco anos a redigir e a DAR informação aos nossos leitores.

E muitas vezes perguntamos se vale a pena... Mas depois recebemos um email, uma carta, um sms, um abraço e um sorriso e percebemos que sim. Vale a pena, vale mesmo a pena! Sabemos que estamos contraciclo, sabemos que há quem preferisse que não existisse o Notícias de Loures, sabemos que há quem quisesse que fôssemos diferentes.

Mas não dá! Somos mesmo contraciclo porque sabemos que 98% das pessoas que gostam de ler, preferem em papel (dados recentes de um inquérito desenvolvido pelo jornal expresso) e é para elas que escrevemos, e ainda temos site.

Há quem nos procure asfixiar de diferentes formas, mas não têm sucesso. Por que os leitores nos respeitam, porque as empresas, as IPSS, as entidades que navegam neste mar de Loures sabem que somos o veículo de informação local com maior tiragem em Loures. E INDEPENDENTES, e não vamos ser diferentes! Viemos para ficar! Estamos a crescer. Em tiragem, em postos de distribuição e já estamos há um ano a colocar dentro das caixas do correio de alguns bairros do concelho.

Sabemos bem de onde viemos. Sabemos bem para onde vamos. Já andamos a fazer jornais há 22 anos neste concelho. Passando por diferentes poderes políticos que nos foram olhando de formas diferentes, mas nunca conseguiram deixar de olhar.

A nossa força não vem de um homem, nem de um subsídio, nem de um capitalista excêntrico, nem de nenhum poder mais ou menos oculto, nacional ou estrangeiro.

Vem das gentes da nossa terra que acreditam que a missão de informar é mesmo nossa. Que o dever de alertar para o que de bom e de mau se faz por cá é da nossa responsabilidade.

A todos os que nos deram a mão, aos nossos anunciantes um obrigado, aos nossos colaboradores, o nosso muito obrigado. Nada se faz por acaso, e o tempo acaba sempre por dar ou tirar razão a quem age.

«Seja como for o que penses, creio que é melhor dizê-lo com boas palavras», afirmou William Shakespeare.

Nós por cá vamos fazendo o que podemos.

Um abraço Pedro.

PS: Este artigo é estupidamente escrito com o novo acordo ortográfico.

#### ERRATA

Na notícia "Dos trilhos de Bucelas para o topo do BTT", publicada na última edição do NL: (i) onde se lê "Campeão Nacional 2017" deve ler-se "Vencedor da Taça de Portugal 2017"; (ii) onde se lê "Apoios foi algo que Renato nunca conseguiu no concelho, nem na freguesia", deve ler-se "Renato foi apoiado pela Junta de Freguesia de Bucelas mas nunca obteve apoio do Município de Loures".

#### Geral

219 456 514 | geral@ficcõesmedia.pt

#### Editorial

cristina\_fialho@ficcõesmedia.pt

#### Comercial

noticiasdeloures@ficcõesmedia.pt



**Notícias de Loures** | [www.noticias-de-loures.pt](http://www.noticias-de-loures.pt)

#### Ficha Técnica

**Diretor Fundador:** Pedro Santos Pereira **Diretor:** Filipe Esménio

**Chefe de Redação:** Cristina Fialho **Gestão de Marketing e Publicidade:** Patrícia Carretas

**Colaborações:** ACES, Alexandra Bordalo Gonçalves, Florbela Estêvão, Gonçalo Oliveira, Joana Leitão, João Alexandre, Pedro Cabeça, Ricardo Andrade, Rui Pinheiro, Rui Rego, Vanessa Jesus **Fotografia:** João Pedro Domingos, Miguel Esteves e Nuno Luz **Ilustrações:** Bruno Bengala **Criatividade e Imagem:** Nuno Luz **Impressão:** Grafedisport - Impressão e Artes Gráficas, SA - Estrada Consiglieri Pedroso - 2745 Barcarena

**Editor:** Ficções Média - Comunicação, Conteúdos e Organização de Eventos, Lda - NIF: 505329271

**Tiragem:** 15 000 Exemplares **Periodicidade:** Mensal **Proprietário:** Filipe Esménio **CO:** 202 206 700 **Sede Social, de Redação e**

**Edição:** Rua Júlio Dinis n.º 6, 1.º Dto. 2685-215 Portela LRS **Tel:** 21 945 65 14

**E-mail:** noticiasdeloures@ficcõesmedia.pt **Nr. de Registo ERC:** 126 489 **Depósito Legal n.º** 378575/14

**Estatuto Editorial disponível em:** [www.noticias-de-loures.pt](http://www.noticias-de-loures.pt)



É interdita a reprodução total ou integral de textos e imagens sob quaisquer meios e para quaisquer fins, sem autorização escrita do autor. O Jornal Notícias de Loures não se responsabiliza por qualquer alteração de informação ou cancelamento de atividades, após o fecho da edição.

# GABINETE DE APOIO AO CUIDADOR INFORMAL EM LOURES

Estudar o território do concelho para caracterizar as condições em que vivem atualmente os mais idosos e dependentes, qual o apoio de que necessitam e quem são os cuidadores informais que já trabalham no terreno. É este o objetivo do Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal.

É um dos temas do momento e não há ainda previsão para a sua resolução, mas o Concelho de Loures pode tornar-se num exemplo a seguir quanto ao apoio aos cuidadores informais. No passado dia 7 de março, a Assembleia Municipal aprovou, por unanimidade, uma moção do Bloco de Esquerda para a

criação de um Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal de Loures (GACIL).

De acordo com o documento, a que o NL teve acesso, o objetivo passa por criar um Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal, que será um espaço onde os cuidadores informais poderão recorrer para ter acesso a atendimento e

acompanhamento psicológico e social. Tudo, de forma gratuita.

Segundo a proposta aprovada, este gabinete tanto pode funcionar num único espaço fixo na sede do concelho, como de forma rotativa, deslocando-se entre várias freguesias periodicamente.

Na mesma reunião foi aprova-

da uma recomendação para a elaboração de um diagnóstico local dos cuidadores informais. O objetivo desta medida é estudar o território do concelho para caracterizar as condições em que vivem atualmente os mais idosos e dependentes, qual o apoio de que necessitam e quem são os cuidadores informais que já trabalham no terreno.

de Loures efetue as diligências necessárias junto do Governo, por via do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, para que seja reconhecido, com todos os seus direitos, o Estatuto do Cuidador Informal com a respetiva afetação orçamental e necessária revisão legal. Alguns municípios, como o Fundão, já aprovaram também iniciativas similares, sendo que cabe agora à autarquia de Loures decidir se vai ou não implementar, no terreno, estas medidas aprovadas por todos os partidos na Assembleia Municipal e em que moldes.

## Pelo reconhecimento do Estatuto do Cuidador Informal

A recomendação aprovada estatui ainda que a Câmara Municipal



TEATRO POLITEAMA

Associação Municipal Montepio

**Rapunzel**  
O MUSICAL DE FILIPE LA FÉRIA

Terça a Sexta às 11h e às 14h | Sábados e Domingos às 15h

M/3 **Informações e Reservas: 213 405 700 - 964 409 036 - 1820 (24h)**

EFAPEL Corine de Fátima ZOO ASC barral Ed. Paulo claret ANTENA 1 Jomal S&S CAMO E. António P. Mendes G. Silva LOM RIN H. VILVA

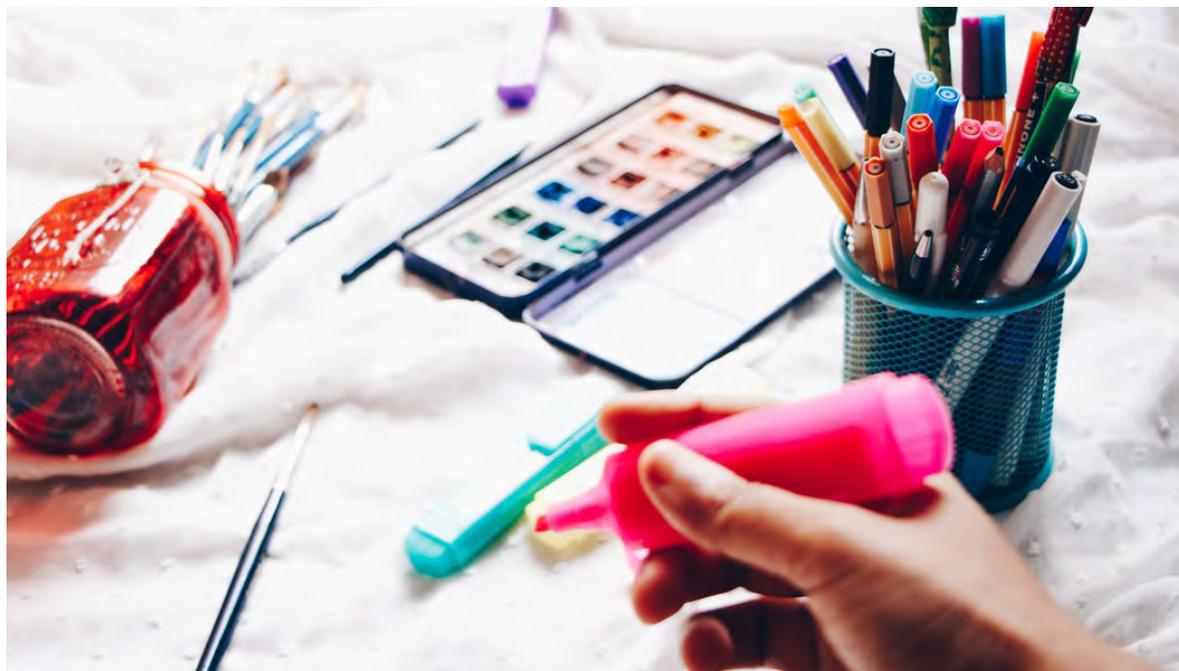
# BOLSA DE DESENVOLVIMENTO DE ATIVIDADES EDUCATIVAS

A Junta de Freguesia de Sta Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela assinou no dia 6 de março o Protocolo "Bolsa de Desenvolvimento das Atividades Educativas - Turma Mais", com Agrupamentos de Escolas, Associações de Pais e Encarregados de Educação, e pelas Instituições Particulares de Solidariedade Social, com Acordo de Cooperação com o Instituto de Segurança Social.

Este é um projeto que visa dotar as comunidades educativas de um apoio financeiro extraordinário, fixado numa verba fixa de 6,00€ por aluno, transferido para as Associações de Pais, através do qual os professores titulares, em articula-

ção com o Agrupamento de Escolas e os Coordenadores de Estabelecimento, apoiam os projetos e as necessidades na Sala de Aula, como na aquisição de material escolar, no apoio à realização de visitas de estudo e no desenvolvimento de projetos escolares e que irá representar um investimento de cerca de 14.300€ este ano letivo.

O principal objetivo é o reconhecimento do benefício em reforçar o apoio às dinâmicas escolares com recursos financeiros para um melhor desenvolvimento de projetos educativos que promovam a melhoria do desempenho escolar e o aprofundamento da inclusão social.



# LOURES PODE BEBER DA TORNEIRA

No Dia Mundial da Água, a Câmara Municipal de Loures e os Serviços Intermunicipalizados de Águas e Resíduos de Loures e Odivelas apresentaram uma campanha de incentivo ao uso de água da torneira.



Numa iniciativa realizada no Parque Adão Barata, em Loures, no dia 22 de março - Dia Mundial da Água, perante cerca de 150 crianças, foi apresentada a nova imagem da campanha (uma gota), sugerindo um maior aproveitamento da água da torneira e dos bebedouros instalados por todo o concelho.

Na ocasião, o presidente da Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, salientou: "A água da torneira em Loures é

de excelente qualidade, tendo inclusive um selo de qualidade atribuído pela Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos".

O lançamento desta campanha visa garantir um maior uso dos bebedouros, visto que há cerca de 300 distribuídos entre escolas, jardins e parques do concelho.

Bernardino Soares sublinha ainda a "importância da água como um bem essencial à vida",

recordando a falta de água potável no planeta e apelando à sua preservação: "É preciso poupar água para preservar o nosso planeta", concluiu.

Foi também contada às crianças uma história sobre a temática do desperdício de água.

No final da cerimónia, foi feita uma demonstração de como a água chega até às torneiras de casa, através da instalação de dois depósitos e de uma bicicleta.



Lic. António Alfredo Moutinho Águia de Moura

Notário em Marco de Canaveses

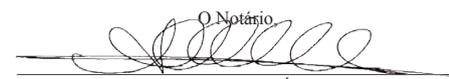
CARTÓRIO NOTARIAL EM MARCO DE CANAVESES  
DE LIC. ANTÓNIO A.M. ÁGUIA MOURA  
EXTRACTO

Certifico narrativamente, para efeitos de publicação que por escritura de justificação lavrada em dezanove de Março de dois mil e dezanove, iniciada a folhas cento e trinta e uma, do Livro de Notas para Escrituras Diversas nº Duzentos e Quarenta e Três - A, do Cartório Notarial sito na Travessa Amália Rodrigues, nº8, freguesia do Marco, concelho de Marco de Canaveses, a Sr.<sup>a</sup> **Tânia Alexandra da Silva Ferreira**, natural da freguesia de São Sebastião da Pedreira, concelho de Lisboa, residente na Rua dos 3 Pastorinhos, nº 208, 1º esquerdo, freguesia do Marco, deste concelho de Marco de Canaveses, casada sob o regime da comunhão de bens adquiridos com Arménio Amílcar Pinto de Moura, **declarou** que, com exclusão de outrem, é dona e legítima possuidora de um prédio urbano, composto de casa habitação de dois pavimentos, sito na Avenida Miratejo, nº 56-B, lugar de Estacal Novo, união de freguesias de **Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela**, concelho de **Loures**, com a superfície coberta de sessenta e oito metros e cinquenta decímetros quadrados (68,5 m2), **não descrito** na Conservatória do Registo Predial e inscrito na matriz sob o artigo 5369, que provém do artigo 2801, da extinta freguesia de Santa Iria de Azóia, do mesmo concelho, com o valor patrimonial de 77.674,72 Euros.-----

Mais declarou que não dispõe de qualquer título formal de que resulte pertencer-lhe a propriedade plena do referido prédio para proceder ao seu registo na Conservatória, tendo-o adquirido por usucapião. -----

Está conforme com o original, na parte a que me reporto. -----

Marco de Canaveses, dezanove de Março de dois mil e dezanove.

O Notário  
  
(António Alfredo Moutinho Águia de Moura)

# 45 ANOS DO 25 DE ABRIL

As festividades da liberdade este ano são a dobrar, comemora-se o 45º aniversário da revolução dos cravos e o município já está a festejar desde 19 de março.

Caminhadas, conversas, debates, visitas a monumentos alusivos ao tema, cinema, e sobretudo muita música com convidados especiais.

O programa encontra-se online para consulta mas para ter uma ideia do que lá vem fica a dica: dia 24 de abril às 22h no Pavilhão Paz e Amizade vão estar Sérgio Godinho, Rita Red Shoes, António Saiote e muitos mais...



**MENCIONÁMOS QUE A ENTRADA É GRATUITA?**  
Divirta-se, não fique em casa.

# LOUSA BRILHA NO CICLISMO

Rodrigo Paiva do Grupo Desportivo de Louisa/Informantem, conquistou no passado dia 17 de março o primeiro lugar no 3º Grande Prémio de Ciclismo João Agostinho, na classe de Cadetes.

O ciclista foi o grande protagonista da corrida ao singrar numa fuga solitária de mais de 20 km, chegando isolado à meta com mais de 2 minutos sobre o pelotão.

O Grupo Desportivo de Louisa/Informantem foi o grande vencedor da classe principal desse evento desportivo.



## CA Soluções de Habitação

# CASA ESCOLHIDA FELICIDADE À PORTA!

Surprenda-se com as condições que temos para concretizar a compra da casa que tanto quer.

INFORMAÇÕES NA AGÊNCIA OU LINHA DIRECTA:  
**808 20 60 60**  
Atendimento 24h/dia, personalizado 2ª a 6ª feira: 8h30 às 23h30; sábados, domingos e feriados: 10h às 23h.  
[www.creditoagricola.pt](http://www.creditoagricola.pt)

CAMPANHA VÁLIDA ATÉ 03/05/2019

SIGA-NOS



CAVida

CA Seguros

**CA**  
Crédito Agrícola

O Banco nacional  
com pronúncia local

Desde 1911

# ALUNOS ESTRANGEIROS APRENDEM ROBÓTICA COM A SECUNDÁRIA DA PORTELA

Escolhida entre quinze estabelecimentos de ensino do país, a Escola Secundária da Portela, a “Arco-Íris”, recebeu entre o dia 11 e 14 de março alunos de cinco países, para realizar atividades de robótica e realidade aumentada.

VANESSA JESUS



Esta iniciativa realizou-se no âmbito do projeto Erasmus + “DAWN OF SCHOOLS WITH EDUCATION 4.0” e, para além do Agrupamento de Escolas de Portela e Moscavide, contou com o apoio da Junta de Freguesia de Moscavide e Portela e da Ageas Portugal Companhia de Seguros, SA. “Fomos selecionados pela qualidade do trabalho que já tínhamos desenvolvido pela área da robótica”, começou por explicar o Professor, Coordenador do Projeto ATtitude3D e responsável por esta iniciativa em Portugal, Paulo Torcato. No total, são 21 alunos e 9 pro-

fessores oriundos da Eslovénia, Letónia, Finlândia, Suécia e Turquia, com idades compreendidas entre os 10 e 18 anos, 13 estudantes e 6 professores portugueses.

## Atividades

Alunos e professores foram recebidos na manhã de segunda-feira, dia 11, na Escola Secundária da Portela, pelo Professor Paulo Torcato, pela Dra. Marina Simão, Diretora do Agrupamento de Escolas de Moscavide e Portela e pela Dra. Eunice Proença, Tesoureira do Executivo da Junta de Freguesia de Moscavide e Portela, que deram as boas-vindas aos presentes.

A recepção realizou-se numa sala muito especial e diferente, a ATtitude3D Classroom, que funciona “à semelhança de uma sala do futuro”, como nos descreveu Paulo Torcato, enquanto recordou o momento em que foi um dos 12 professores (expert teachers) convidados da Europa para ir a Bruxelas desenhar atividades (Learning Scenarios) para a primeira sala do futuro. De seguida, em grupos, pintaram bandeiras e um pássaro. “No final, quando se apontar o telemóvel a bandeira vai ficar hasteada e ficar em movimento, assim como o ‘bicharoco’ vai ganhar vida e eles vão poder

brincar com ele”, explicou. Ainda sobre a manhã receberam a visita do Professor do Departamento de Informática e BioSI, da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, Luís Correia. “Apresentei um pouco daquilo que se faz na robótica atualmente e das tecnologias que estão por trás do comportamento e das capacidades dos robôs”, explicou, acrescentando que acha “extraordinário” este tipo de iniciativa.

Durante os vários dias, os alunos usufruíram de várias atividades da área da robótica, programação e de realidade aumentada. Para além das palestras de dois Professores do Departamento de Informática, da Universidade de Lisboa, sobre esta temática, os alunos tiveram um workshop de impressão 3D. Nesta atividade tiveram a oportunidade de aprender a fazer peças para poder construir um robô. A passagem pelo Oceanário e um curso de soldadura no Pavilhão do Conhecimento fizeram também parte do programa.

## Uma iniciativa marcante

Para Francisco Vasconcelos, de 14 anos, do grupo português, não restam dúvidas que estes eventos são importantes, devido à “mistura de culturas e aprendizagem sobre robótica”. Opinião partilhada pelo colega Rodrigo Brito, de 13 anos, que realça “o encontro de culturas” e o aprender mais “sobre a temática abordada. Rodrigo Barros, de 14 anos, recebe agora os colegas do estrangeiro mas também ele já viveu a experiência de Erasmus na Turquia. “Foi uma experiência muito interessante”, afirma. Ilker Atalay, Diretor da Escola Kudret Demir Ortaokulu, na Turquia, não poupou elogios à organização do evento em Portugal e à cidade Lisboa, mostrando-se “agradecido” pela forma como “foram tão bem recebidos”.

Dávis Paulovs, tem 16 anos e é da Letónia. Para ele fazer Erasmus é muito importante pois ajuda-o a “melhorar o inglês” e a “conhecer novas pessoas”. Já Livija Pirc, 13 anos, é da Eslovénia e o facto de gostar de viajar e conhecer pessoas de outros países fez com que não hesitasse quando a professora a questionou se gostava de vir a Portugal. Depois da Turquia ter recebido vários alunos em novembro do ano passado e Portugal agora em março, é a vez da Finlândia ser a anfitriã do evento já no próximo mês de maio, do dia 12 a 17.



**DURANTE OS VÁRIOS DIAS, OS ALUNOS USUFRUÍRAM DE VÁRIAS ATIVIDADES DA ÁREA DA ROBÓTICA, PROGRAMAÇÃO E DE REALIDADE AUMENTADA**

# ASSOCIAÇÃO DE PAIS AJUDA A REABILITAR ESCOLA DA PORTELA

Nova direção da APEE da Arco-Íris aponta a parcerias com empresas locais para ajudar a reparar equipamentos e a melhorar o ambiente escolar. Pais e mães dedicam fins-de-semana a pintar salas de aula e criar bancos e mesas com paletes usadas.



O sol convidava a um passeio e antecipava um dia primaveril. À hora marcada, como combinado, marcaram presença sem hesitar. Às costas, muito material de pintura, bricolagem e uma grande dose de boa vontade. Afinal, é pelas crianças e isso vale qualquer sacrifício. Os trabalhos começaram ainda antes das 09h30, num sábado soalheiro e garrido, sob o chilrear agudo dos pássaros que esvoaçavam perto das árvores. Estava na altura de pôr mãos à obra!

Pais, mães, alguns mais, outros menos jovens, mas todos com a mesma vontade, juntaram esforços para um dia diferente. A missão, para uns, passava por transformar paletes velhas e em mau estado em bancos

coloridos e mesas para os alunos da Escola Secundária da Portela poderem almoçar mais alegres e confortáveis. Para outros, consistia na pintura da sala de aula onde os filhos diariamente aprendem e evoluem.

Esta foi uma das mais participadas iniciativas da nova Associação de Pais e Encarregados de Educação (APEE) da Escola Secundária da Portela (Arco-Íris), que decidiu fazer-se ao caminho e combinar esforços para melhorar o ambiente escolar. «O objetivo é criar uma maior interação entre os pais e a escola, envolvendo toda a comunidade escolar, de forma a todos contribuímos para um melhor ambiente na escola e uma maior proximidade entre toda a comunidade», explica Ana Paiva, vice-presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Secundária da Portela

de», explica Ana Paiva, vice-presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Secundária da Portela

«É preciso recordar que a escola é uma segunda casa, pois é lá que os alunos passam grande parte do seu tempo», avança. «E, se uma segunda casa estiver em péssimas condições, é natural que fiquemos preocupados», defende Ana Paiva.

Além da construção de bancos e mesas com paletes usadas, a Associação de Pais já levou a cabo outras iniciativas, nomeadamente a pintura de salas de aula, em que estiveram envolvidos pais, encarregados de educação de várias turmas e até atuais e antigos alunos. Entre as próximas, conta-se a criação de um equipamento desportivo exterior, para permitir a prática desportiva. «Existe um projeto de uma turma do 10.º ano para teraplanar um terreno e construir um campo de futebol, com o apoio da Junta de Freguesia», revela Ana Paiva. A substituição e reparação de cadeiras é outras das iniciativas na forja, assim como a execução de pequenas reparações nas casas de banho, sobretudo ao nível das torneiras e autoclismos. «Existe outro problema bastante mais grave, que é o fibrocimento degradados dos telheiros, uma situação de saúde pública que nos preocupa bastante», subli-

nha a responsável. «Há ainda a falta de um espaço para os alunos que trazem refeições de casa poderem almoçar, sem terem de comer ao vento e à chuva, no inverno», adiciona.

## Parcerias para envolver a comunidade

Estas atividades da Associação de Pais, nomeadamente a pintura de salas de aula, contaram com a ajuda de algumas parcerias que estão a ser criadas para dinamizar a escola. «Um dos pais conseguiu criar várias parcerias, nomeadamente com o Aki de Sacavém, que ofereceu tintas e material e também se prontificou a trazer funcionários para pintar uma sala de aula», conta Ana Paiva. «Aos poucos, estamos a conseguir alguns resultados muito positivos, criando, dessa forma, um envolvimento com a comunidade que é salutar, porque é bom que as empresas locais também se envolvam na vida da escola», aponta.

O objetivo passa por alargar o leque de parcerias para ir cumprindo objetivos e melhorando a escola passo a passo. «Só o facto de estarmos aqui a um sábado de manhã já é bastante relevante, pelo que, pensamos que toda a comunidade vai ficar bastante beneficiada com este envolvimento», realça Ana Paiva.



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

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

# PASSE ÚNICO METROPOLITANO DESDE 1 DE ABRIL

Apesar de estar disponível neste dia das falácias, é mesmo verdade, desde 1 de abril que já é possível utilizar o passe Navegante, um passe válido para todas as empresas de transportes públicos nos 18 municípios da Área Metropolitana de Lisboa (AML).

A partir de abril, o seu passe custa menos

## NAVEGANTE

municipal → 30€  
metropolitano → 40€

Custa mais acreditar do que comprar. Passe a palavra.

Para mais informações: Clique aqui.



Este passe custará no máximo 40 euros e terminará com as centenas de títulos combinados que existem atualmente. O Navegante Municipal custará 30 euros, permitindo viagens dentro do concelho, enquanto que o Navegante Metropolitano custará 40 euros, permiti-

tindo deslocações em toda a área metropolitana, em todas as empresas de transporte. Por exemplo, poderá viajar, entre Setúbal e Loures por 40 euros. Para a concretização desta medida que beneficiará milhares de famílias do concelho de Loures, o município vai investir

cerca de 2,5 milhões por ano. O Navegante Metropolitano terá, ainda a variante +65, destinando-se a maiores de 65 anos, reformados e pensionistas. Terá um preço de 20 euros mensais. O novo passe permitirá, ainda, que cada agregado familiar pague no máximo o valor de

dois passes Navegante Metropolitano, ou seja, 80 euros, independentemente do número de elementos do agregado familiar. O mesmo se aplica ao Navegante Municipal Família, mas neste caso, o valor máximo é de 60 euros. Ambos só estarão disponíveis a partir de julho.

Também as crianças poderão viajar gratuitamente em toda a AML até ao último dia dos seus 12 anos, o que atualmente só acontecia no concelho de Lisboa.

O novo sistema de passes abrange todos os operadores de transportes dos 18 municípios da AML: Alcochete, Almada, Amadora, Barreiro, Cascais, Lisboa, Loures, Mafra, Moita, Montijo, Odivelas, Oeiras, Palmela, Seixal, Sesimbra, Setúbal, Sintra e Vila Franca de Xira.

Bons passeios!

A ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA TEM UMA LINHA TELEFÓNICA INFORMATIVA DE APOIO AO UTENTE, NO ÂMBITO DO NOVO SISTEMA TARIFÁRIO DE TRANSPORTES.

FUNCIONA DURANTE OS DIAS ÚTEIS ATÉ 15 DE ABRIL DE 2019 (INCLUSIVE) ENTRE AS 09H00 E AS 20H00.

O NÚMERO DE TELEFONE É O 211 211 776

SAIBA MAIS EM:  
[WWW.AML.PT/PASSE-PALAVRA](http://WWW.AML.PT/PASSE-PALAVRA)

# LOURES ASSINA CONTRATOS

A Câmara Municipal de Loures assinou contratos com 40 trabalhadores e regularizou a situação contratual com mais 170 funcionários que passam agora a fazer parte dos quadros.

“Contamos com o vosso empenho e profissionalismo neste concelho de grande dimensão, com muitos projetos e com competências de referência na Grande Lisboa e a nível nacional. Todos vocês entram no quadro como assistentes operacionais, com um vencimento que não é estabelecido por nós, até porque entendemos que deve haver uma melhor remuneração para a administração pública que presta um serviço essencial à sociedade”, declarou, na ocasião, o presidente do

Município, Bernardino Soares.

Os novos funcionários irão assumir funções nas unidades de habitação, transportes e oficinas, zonas verdes e florestais, agrupamentos de escolas e gabinete veterinário.

A cerimónia de assinatura dos contratos realizou-se no dia 15 de março no salão nobre dos Paços do Concelho e estiveram também presentes o vice-presidente da autarquia, Paulo Piteira e os vereadores Tiago Matias e Gonçalo Carço.



# MEDICAMENTOS AGORA!

2H  
ENTREGA  
RÁPIDA

24/7  
TODOS OS  
DIAS

365  
TODO O  
ANO

Tudo em sua casa  
como na farmácia



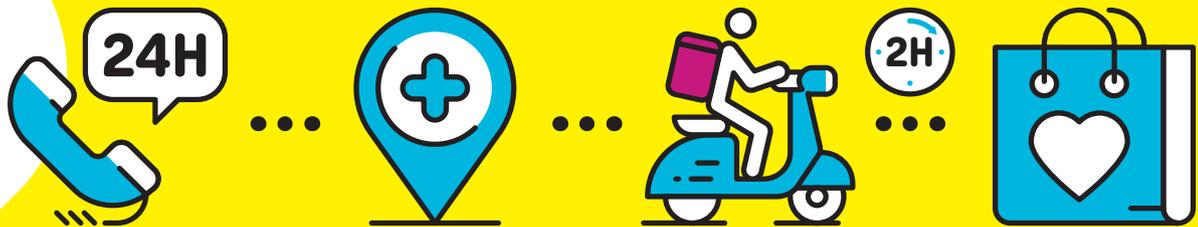
1400  
LIGUE GRÁTIS



PODE ENCOMENDAR  
ATRAVÉS DA APP  
**Receitas Médicas**

NOVA APP  
powered by Farmácias  
Portuguesas

LOURES  
TEM SAÚDE



App disponível para download na App Store e Google Play / Serviço disponível no Concelho de Loures / Grátis até 30 de junho de 2019.



**Alexandra Bordalo Gonçalves**  
Advogada



**Rui Rego**  
Advogado

## Das Notícias e do Direito DA ÉTICA VERDE

Sendo o mês de Março o do início da Primavera, o da Árvore e até da última Super Lua do ano, impõe-se falar de ética ambiental.

Assim, sendo a ética o conjunto de princípios conducentes à descoberta do melhor modo de viver e conviver, isto é, a busca do melhor estilo de vida, tanto na vida privada quanto em público, vemos na ética uma necessidade absoluta, pois é o que nos distingue e define. Embora se não confunda com a lei, leis há pelas quais perpassam princípios éticos, sendo certo que da própria evolução da sociedade e suas gentes resultam novos princípios e exigências éticas.

As relacionadas com o ambiente são exemplo.

Seja pelas necessidades de higiene e limpeza, nas cidades nomeadamente, seja pelo buraco na camada de ozono, pelas alterações climáticas, pelas mega toneladas de plástico à deriva nos oceanos, pelos eventos naturais ou humanos que culminam em perda de vidas, como os incêndios de 2017 ou o ciclone Ildai que fustigou Moçambique.

Das preocupações éticas à forma de lei, certo é que temos actualmente um amplo conjunto legislativo que visa a protecção do meio ambiente para que todos nós, sem excepção, tenhamos qualidade de vida.

Neste contexto, a reciclagem assume suprema importância, quer pela diminuição do impacto e soma dos resíduos, quer pelo potencial de transformação.

Problemático, porém, é sensibilizar a população para o efeito. Separar o lixo, colocá-lo no ecoponto devido, criar este hábito constante e permanente.

Há anos atrás, foi feito um anúncio para as televisões, com um símio, Gervásio de sua graça, para demonstrar o quão fácil era identificar onde depor que lixo.

Não obstante, tal simplicidade que até o Chimpanzé Gervásio rapidamente a fixou, certo é que são constantes as embalagens e

cartões largados nos contentores comuns, ou pasme-se, ao lado!

Como todos sabemos, quando não se actua voluntaria e livremente, por vezes a obrigação ou a lei da força produzem os seus efeitos.

Sabia que o Regulamento de Resíduos Sólidos da maior parte dos Municípios prevê coimas para quem não o faça?

Sabia que estão previstas coimas para quem largue o lixo ao lado do contentor e não dentro? Ou quem misture o lixo sem separar e colocar nos correspondentes ecopontos? Ou quem largue monos fora dos dias e locais publicitados? Ou para quem poda e limpa jardins e larga tudo no contentor, ou ao lado?!!!

Pois bem, efectivamente estão! E muitíssimo bem, acrescentamos nós!

Não sendo fácil ou evidente o modo como serão levantados autos de contra-ordenação, pois em regra o lixo não tem nome, não é menos certo que o aumento das polícias municipais e métodos de vigilância, poderão atribuir identidade aos infractores...

Sendo de legalidade muitíssimo duvidosa, práticas em curso e que passam por vasculhar o lixo encontrando sobrescritos com a identificação do destinatário da correspondência...

Há que ter por bom que não é difícil ou complexo separar o lixo, colocá-lo dentro dos respectivos locais nos milhentos ecopontos existentes.

Saber com isto, que mantemos a limpeza da nossa rua, do local do ecoponto onde vamos, que teremos ajudado a poupar umas quantas emissões, reduzindo a nossa pegada ecológica, devia ser motivação bastante.

Para quem só é motivado sob ameaça, resta-nos aguardar que as Autoridades dêem exequibilidade ao que já regularam, mas pouco põem em prática.

Mantenham-se ou aprendam a ser verdes... e cuidado com os pólenes!

# 16º SIMPÓSIO A NECESSIDADE

A Comunidade Islâmica Ahmadiya do Reino Unido organizou, no passado dia 9 de março, em Londres o 16º Simpósio Nacional da Paz, um evento que teve como principal objetivo promover uma compreensão mais profunda do Islão e das outras religiões e inspirar um esforço concertado para a paz duradoura.

**CRISTINA FIALHO**



### O evento

O evento realizou-se na Mesquita Baitul Futuh, em Londres, esta trata-se da maior mesquita da Europa Ocidental e contou com a presença de mais de 1000 pessoas, incluindo 700 dignitários e convidados, oriun-

dos de 30 países, entre os quais membros do parlamento, deputados, embaixadores, líderes religiosos e cívicos, bem como representantes das diversas instituições de caridade e das comunidades religiosas.

O Notícias de Loures foi convidado a estar pre-

sente em todo o Evento, que além do jantar onde se proclamaram os discursos e se entregou o Prémio da Comunidade Islâmica Ahmadiya para a Promoção da Paz, consistiu ainda de uma visita guiada a toda a Mesquita, uma conferência de imprensa com o Chefe Supremo desta Comunidade, o Califa Hadrat Mirza Masroor Ahmad onde se colocaram questões pertinentes acerca do tema e do estado atual do Mundo e houve também a possibilidade de um encontro mais pessoal com o Califa para apresentações.

### Sobre a islamofobia

“À medida que as rivalidades fermentam e os ódios se tornam cada vez mais entrincheirados, ninguém sabe a onde tais questões finalmente nos levarão ou quão terríveis serão as consequências”.

”

**À MEDIDA QUE AS RIVALIDADES FERMENTAM E OS ÓDIOS SE TORNAM CADA VEZ MAIS ENTRINCHEIRADOS, NINGUÉM SABE ONDE TAIS QUESTÕES FINALMENTE NOS LEVARÃO OU QUÃO TERRÍVEIS SERÃO AS CONSEQUÊNCIAS**

# DA PAZ: URGENTE DE PAZ

”

**SE HOVER UMA GUERRA NUCLEAR, NÃO ESTAREMOS APENAS A DESTRUIR O MUNDO HOJE, MAS TAMBÉM ESTAREMOS A DEIXAR PARA TRÁS UM RASTRO PERMANENTE DE DESTRUIÇÃO E MISÉRIA PARA AS FUTURAS GERAÇÕES. PORTANTO, DEVEMOS FAZER UMA PAUSA E REFLETIR SOBRE AS CONSEQUÊNCIAS DOS NOSSOS ATOS.**

Hadrat Mirza Masroor Ahmad mencionou uma série de fatores que contribuem para as tensões entre as potências nucleares, conflitos e guerras “fomentadas” no Médio Oriente, o crescimento exponencial de grupos nacionalistas da extrema-direita, anti-imigração, as frustrações económicas locais que afastam a unidade entre os países. Estes ressentimentos baseiam-se na opinião de que os cidadãos nativos existentes estão a ser prejudicados para financiar e apoiar os imigrantes. Ele acredita que a solução a longo prazo será estabelecer a paz nos países de origem e ajudar as populações devastadas pela guerra a reconstruir-se. E a solução a curto prazo será tratar os refugiados com dignidade e respeito e ao mesmo

tempo, o apoio que lhes é dado não ser à custa dos cidadãos. Devem ser incluídos na sociedade, trabalhar e gerar valor para a sociedade em que estão inseridos. Caso contrário, isso contribuirá para ressentimentos, aspeto que, segundo o Califa, só por si acontece devido à frustração financeira e injustiça económica que já se vive no país de acolhimento, o que gera a islamofobia e xenofobia.

*(Mais sobre este tema na coluna da joana leitão, na página 22 deste jornal)*

## Sobre uma guerra nuclear

“Se houver uma guerra nuclear, não estaremos apenas a destruir o mundo hoje, mas também estaremos a deixar para trás um rastro permanente de

destruição e miséria para as futuras gerações. Portanto, devemos fazer uma pausa e refletir sobre as consequências dos nossos atos.”

Comentando as tensões crescentes entre os países, Hadrat Mirza Masroor Ahmad falou na tensão entre os Estados Unidos e a Coreia do Norte e o acordo de paz que não aconteceu, e da escalada de tensão entre a Índia e o Paquistão: “ambos os países são potências nucleares e ambos têm alianças estabelecidas com outros países, quer aberta quer secretamente, o que significa que as consequências potenciais de uma guerra seriam extensas e de grande alcance.”

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou que os países estão a usar conflitos no Médio Oriente como uma desculpa para formar alianças e desencadear novos conflitos, tanto a Rússia com a Turquia de um lado e os Estados Unidos e a Arábia Saudita do outro, ambos com o objetivo de dominar o Médio Oriente pressionando cada vez mais o Irão.

O Califa lamenta ainda a guerra da Síria e dá como exemplo de uma guerra que nada alcançou: “Ao longo de quase uma década, a Síria foi devastada pelo derramamento de sangue e despedaçada. Diz-se que a guerra civil está agora a aproximar-se do fim, mas o que foi alcançado na última década exceto a morte de centenas de milhares de pessoas inocentes e o deslocamento de milhões de outras pessoas? Nada de positivo surgiu e o futuro permanece incerto e precário, à medida que as tensões aumentam entre os países que têm os seus próprios interesses ligados ao futuro da Síria.” Salientou que a guerra nuclear já não era uma perspetiva remota ou distante, pelo contrário, era uma ameaça crescente que não poderia continuar a ser esquecida ou ignorada.

## O prémio

Durante o evento, o Califa Hadrat Mirza Masroor Ahmad



conferiu ao dr. Fred Mednick, fundador de professores sem fronteiras, o Prémio da Comunidade Islâmica Ahmadiya para a promoção da paz, em reconhecimento dos seus esforços para fornecer acesso irrestrito à educação algumas das partes mais negligenciadas do mundo.

Após ter recebido Prémio da Comunidade Islâmica Ahmadiya para a promoção da paz, dr. Fred Mednick, fundador de professores sem fronteiras, disse:

“Com este prémio, sua santidade, a comunidade ahmadiya ouviu a voz do professor e ouviu a canção dos professores... eu só posso dizer aqui hoje, honrado pela hospitalidade e cordialidade e abertura desta comunidade, é uma honra especial para receber este prémio; faremos o melhor que pudermos, incha'allah [se deus quiser], para chegar a todos os professores que pudermos neste planeta e ainda mais professores e mais crianças nesses pequenos lugares em toda a parte da terra.”

## Sobre o terrorismo

“Dizem que o grupo terrorista Daesh está à beira do colapso e que o seu autoproclamado “Califado” chegou ao fim. Mas os especialistas também alertam que, embora o Daesh tenha perdido o seu território, a sua ideologia odiosa ainda persiste e os seus membros que sobreviveram estão agora a dispersar-se e podem eventualmente reagrupar-se e perpetrar ataques na Europa ou em qualquer outro lugar.” Já em várias outras ocasiões,

Hadrat Mirza Masroor Ahmad se referiu a atitudes extremistas como atos que não se identificam com a religião e com quem segue o Alcorão.

Condena todo e qualquer ato terrorista, de ideologia terrorista ou que manifestem intolerância para com o outro. Os ensinamentos do Alcorão deixam claro que a violência não faz parte do islamismo.

Antes do discurso do Califa, foram dadas as boas vindas por sr. Rafiq Hayat, o Presidente Nacional da Comunidade Islâmica Ahmadiya do Reino Unido.

O reverendíssimo Kevin McDonald, Arcebispo Emérito da Igreja Católica Arquidiocese de Southwark era um dos convidados e agradece à Comunidade Islâmica Ahmadiya pela sua firme determinação na promoção da paz.

“Esta iniciativa é bastante incomum, diferente e imaginativa, reunindo pessoas de diferentes religiões, diferentes crenças, pessoas do setor público e privado, pessoas de diferentes esferas da vida para refletir sobre a paz, porque a paz é uma questão importante para nós todos...” Kevin McDonald, destaca.

Acrescentou ainda que a paz e o conceito de união são fatores comuns a todas as religiões e por isso devia ser um agregador de esforços para o bem comum, a nível internacional, do ponto de vista político e social. Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou veemente que a Comunidade Islâmica Ahmadiya nunca desistiria dos seus esforços para promover a paz no mundo.

Terminou a cerimónia com uma oração partilhada por todos.



**STIHL**®

PRIMAVERA-VERÃO 2019

**TEMPO DE POUPAR**

**BGE 71**

ANTES 114€



**FSE 31**

ANTES 62€



**FS 38**

ANTES 179€



**HSE 42**

ANTES 145€



**MSE 141 C-Q**

ANTES 169€



**MS 170**

ANTES 239€



**SE 62**

ANTES 155€



**RE 88**

ANTES 179€



**RME 235**

ANTES 199€



Promoções válidas de 21 de Março a 26 de Julho de 2019. Todos os preços calculados com um tipo de IVA de 13% para as motosserras e aparelhos a motor com carácter agrícola e/ou silvícola, sendo os restantes à taxa de 23%.

**TREEM**WORLD



**STIHL**<sup>®</sup>

PRIMAVERA-VERÃO 2019

# TEMPO DE LIMPEZAS

FS 38

**149€**



ANTES 179€

FS 55

**248€**



ANTES 294€

FS 131

**429€**



ANTES 555€

FS 235

**369€**

NOVO



ANTES 539€

FS 260 C-E

**599€**



ANTES 685€

FS 460 C-EM

**859€**



ANTES 965€

FS 560 C-EM

**1.219€**



ANTES 1.340€

Promoções válidas de 21 de Março a 26 de Julho de 2019.

Todos os preços calculados com um tipo de IVA de 13% para as motosserras e aparelhos a motor com carácter agrícola e/ou silvícola, sendo os restantes à taxa de 23%.

Rua do Funchal, 45 | Fanqueiro | 2670-364 Loures

Telf. (+351) 210 992 675 | 918 757 056 | 918 757 001

Email: geral@treem.pt | www.facebook.com/treemworld | www.treem.pt



**Ricardo Andrade**  
Comissário de Bordo

## FINALMENTE!!

O mês de Abril é um mês necessariamente ligado, por um lado à mentira devido ao dia 01 de Abril e por outro à abundância devido ao provérbio popular de " Em Abril águas mil". Mas este Abril em Loures fica para mim definitivamente marcado pelo mês que o antecede e pelo facto de ter sido nesse mês ( no dia 28 na Freguesia de Bucelas ) que, finalmente, se tornou realidade algo que, quer este que vos escreve quer o PSD em Loures, defende há muito tempo... a realização da primeira de várias ( 18 ) Assembleias Municipais Temáticas Descentralizadas onde os eleitos vão até junto da população não apenas para fazer "show off" e levar a Assembleia até junto dos munícipes mas para verdadeiramente escutar o que a população pensa sobre aquilo que sente serem as suas necessidades, anseios, dúvidas, receios, reivindicações e tudo o mais.

Foi um caminho longo este que finalmente culminou com esta medida altamente relevante no contexto de uma maior interação entre eleitos e eleitores. Foi um caminho marcado por muito apregoar de democracia por parte do Partido Comunista mas pouca concretização real e efectiva. Foi um caminho que só foi possível devido aquilo que chamo de "teimosia boa" por parte do PSD que nunca deixou cair esta bandeira da democracia verdadeiramente participativa.

E deixem-me partilhar com todos o bom que foi poder ver tantos munícipes a participar e a provar que quando é dada oportunidade à população de participar em liberdade plena, ela não falha e comparece à chamada.

Talvez para a Câmara Municipal de Loures gerida pela CDU não tenha sido muito agradável ouvir muitas das intervenções críticas por parte do público presente mas, ao contrário daquilo que muitas vezes é a intransigência comunista, para mim a democracia verdadeira não é aquela de regimes como o da Coreia do Norte mas sim a que vem da liberdade plena de participação das gentes.

E foi isso a que assistimos em Bucelas. Foi essa marca de liberdade que ficou bem patente nessa Assembleia.

Por isso não podia deixar de nesta linhas dar os parabéns a todos os que não desistiram nem desistem nunca de acreditar que é possível viver num Concelho de Loures em que a liberdade seja uma marca fundamental da actuação política e daqueles que desempenham cargos públicos.

Por isso não podia deixar de agradecer a todos quantos tornaram isto possível.

Assim sim, talvez estejamos, cada dia mais no bom caminho para que a aproximação entre eleitos e eleitores seja sempre bem mais do que um sonho!!

# SING THE WORLD

O Agrupamento de Escolas Luís de Sttau Monteiro aderiu de uma forma entusiasta ao projeto «Sing the World» envolvendo todas as escolas do agrupamento espalhadas pelas Freguesias de Fanhões, Loures e Lousa.

Com a participação de mais de 1500 alunos, professores, educadores, funcionários e encarregados de educação, aguardamos com expectativa o resultado deste trabalho que tem o apoio do Município de Loures.

O lançamento do DVD está marcado para esta tarde de sábado, dia 6 de abril no Pavilhão Paz e Amizade em Loures.

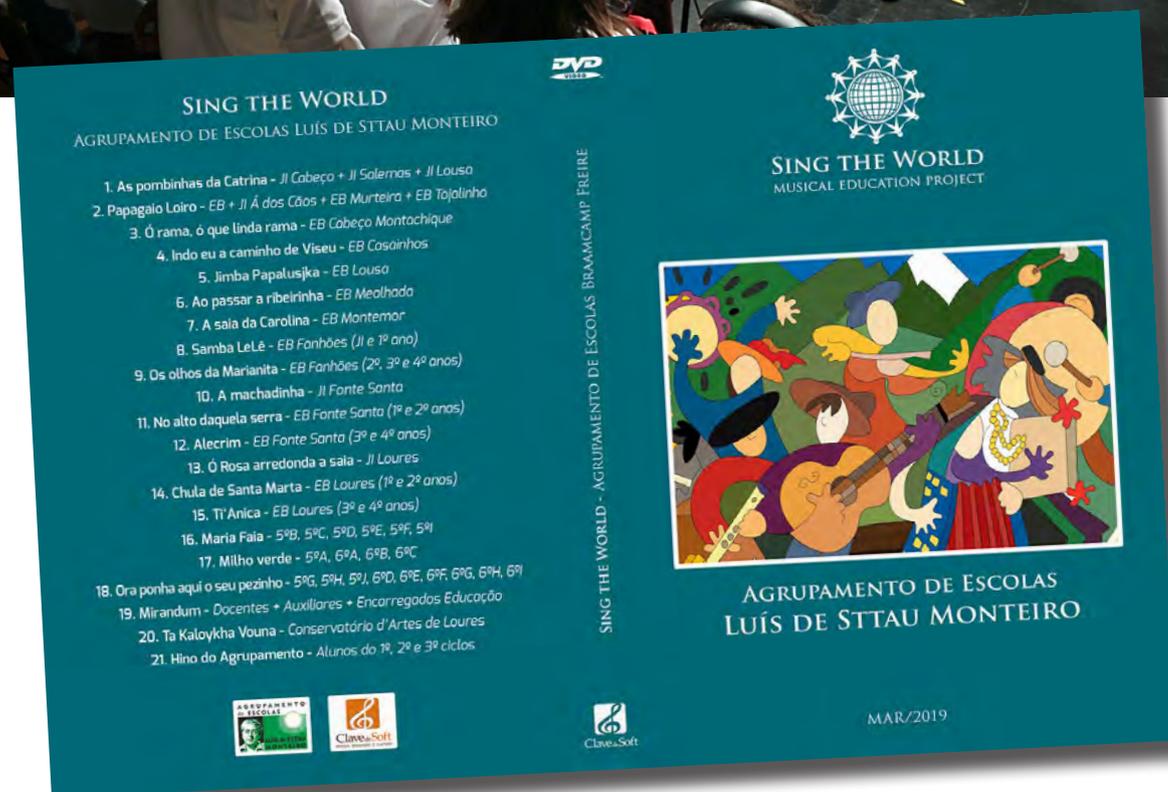
## O PROJECTO

O projecto "Sing the World" leva às escolas da União Europeia a oportunidade de vivenciarem uma experiência singular, envolvendo alunos, professores e pais na gravação, edição e lançamento de um DVD com canções de todo o Mundo, com especial relevo para a música tradicional do velho continente.

Nascido em Portugal em 2000, é uma iniciativa que se estende a Espanha em 2008 e mais recentemente a França e Irlanda, com a adesão de centenas de comunidades escolares em toda a Europa.

"Sing the World" é um projeto de emoções fortes que promove a identidade da instituição educativa, fomenta a partilha e a união da comunidade escolar e contribui ativamente para a descoberta de um legado único no Mundo - a sua herança musical!

Após 19 anos de existência, continuam a trabalhar na plena convicção de que o ensino da música deve ser encarado como uma peça fundamental no desenvolvimento harmonioso das sociedades modernas.



# CLUBE PORTUGUÊS DE MONTEIROS INAUGURA SEDE NO FANQUEIRO

O Clube Português de Monteiros - Associação Nacional de Caça Maior (CPM) inaugurou, no dia 26 de março, em Loures, a sua nova sede social.

Trata-se de um edifício com dois pisos, no Fanqueiro, freguesia de Loures, que passa também a albergar as instalações da Comissão Nacional de Homologação de Troféus. A cerimónia de inauguração contou com a presença do presidente da

Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, que destacou "a vastíssima zona rural existente no concelho", a forte presença do "setor agrícola e agropecuária", realçando ainda a qualidade dos queijos da região e do vinho de Bucelas.

O Autarca salientou também a existência, no Município, de vários clubes de caçadores, alguns dos quais com bastante atividade. "É um orgulho podermos ter aqui a sede social do CPM. Vai ser uma mais-valia para o concelho", concluiu.

O presidente do CPM, Artur Torres Pereira, declarou que "a caça é um instrumento de gestão e uma ferramenta para a conservação da natureza". Por outro lado, acrescentou, é uma atividade lúdica em que participam milhares de portugueses e tem um papel insubstituível para a base económica local.

O responsável defendeu ainda que a caça tem uma "função social essencial", porque "é uma atividade iminentemente democrática".

A encerrar a cerimónia de inauguração das instalações esteve o secretário de Estado das Florestas e Desenvolvimento Rural, Miguel Freitas, que destacou o momento importante que estamos a viver: "Há um alinhamento estratégico em relação ao setor da caça em Portugal. Hoje em dia, até o próprio movimento ambientalista não tem nada contra a caça e estão também prontos para entrar nesse alinhamento", confidenciou. "É preciso alargar a base social de apoio sobre esta matéria", frisou.

O governante deixou ainda uma outra novidade: "Na próxima lei orgânica do Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas, a caça voltará a estar sobre a gestão das áreas florestais, deixando de estar na da conservação da natureza".

O Clube Português de Monteiros - Associação Nacional de Caça Maior foi fundada em 1982 e é a mais antiga organização do sector da caça em Portugal.

Fonte: Câmara Municipal de Loures



# MAGICSHOT GAMING FESTIVAL

Nos dias 30 e 31 de março, o Pavilhão do Oriente, em Moscavide, recebeu o MagicShot Gaming Festival, o primeiro festival de videojogos criado de raiz, que aliou a temática dos jogos à música.

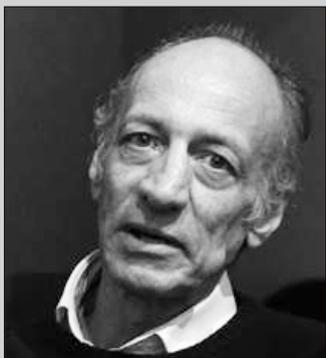
Torneios de eSports, quizzes, momentos de dança coreografados com música de videojogos, espetáculos de dança japonesa, batalhas, showcases de jogos nacionais, jogos dos mais recentes títulos de consola e PC, e realidade virtual, foram algumas das atividades deste Festival, inserido nas comemorações do Março Jovem, iniciativa dedicada à Juventude do

concelho.

No dia 31 de março, o presidente da Câmara Municipal, Bernardino Soares, fez uma visita ao recinto, onde testemunhou as principais novidades do mundo dos videojogos. No decorrer dos dois dias do festival, passaram pelo recinto cerca de mil e setecentas pessoas.

Fonte: Câmara Municipal de Loures





**Gonçalo Oliveira**  
Ator

### P'LA CANETA AFORA

## BEM VINDOS À MELHOR MONTRA NACIONAL DO MUNDO

**P**ela Melhor Montra Nacional do Mundo e pela mão do Melhor Vitrinista do Humor Nacional e Mundial temos visto de tudo ou quase tudo!

Não, não falamos do nosso Presidente Marcelo, a quem só surrupiamos o qualitativo "Melhor do Mundo". Também não falamos dos protagonistas de "Quem Quer Namorar com o Agricultor", nem das mães que tão dedicadamente querem casar os seus serôdios e castos filhos e, muito menos, daquela magnificamente ornada montra de corpos esculturais e peludos uns, outros não, que se esgueiram pelas ruas da cidade em demanda de algo para comer ou apenas de uma parra (folha da videira) para recatarem as partes pudendas. Falo-vos mesmo é de sem-vergonhice! Falo-vos mesmo é de quem não tem mesmo vergonha na cara!

Falo-vos mesmo é de gente sem o mínimo de pudor! De ética! De profissionalismo! De moral! A contínua paródia episódio a episódio do BES, o roubo das armas de Tancos, a rebaldaria nas prisões e a "Sra. Directora" de uma delas, o juiz Neto Moura foram algumas das montras que depois de passarem por qualquer chamada parece-me "Comissão Parlamentar" onde brilharam sob as luzes dos holofotes da fama... os tais 5 minutos de fama a que cada um de nós tem direito, mas que eu prescindo sinceramente dos meus.

Aqui entra o maior vitrinista do mundo, Ricardo Araújo Pereira!

Senhoras e senhores... Gente Que Não Sabe Estar! Entre os conteúdos, entre todos os outros, os acima referidos com as fantásticas e pornográficas sessões das tais ditas "Comissões" e as conclusões bíblicas de Neto Moura, "Gente que Não Sabe Estar" exatamente por esses momentos, deixa para trás qualquer agricultor à procura de namorada ou qualquer mãe a "vender" o seu filho ou mesmo a nudez gratuita sem telemóveis e sem internet.

A pornografia política e televisiva está aí para lavar e durar!

A única coisa que ainda nos vale é Sto Ricardo Araújo Pereira!

Por favor gritemos em uníssono: o Sonho e o Humor ao Poder!

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

# A SEGURANÇA COMEÇA EM CADA UM DE NÓS

No âmbito do seu Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade (MIPP), a Polícia de Segurança Pública (PSP) tem percorrido uma evolução muito positiva no formato dos conteúdos que acompanham as suas diversas ações de sensibilização mas também na forma como estas são apresentadas, tendo-se adoptado novas estratégias de comunicação, algumas delas desenvolvidas em parceria com entidades externas de inatacável reputação.

Este novo paradigma comunicacional tem aproximado a actividade lúdica à componente pedagógico-criminal, com superiores resultados na captação da atenção do público-alvo que, independentemente da sua faixa etária, tende desta forma a melhor reter a informação que se pretende transmitir, aumentando assim o grau de sensibilização/prevenção.

Este tipo de sessões de sensibilização, para além de reforçarem os laços de proximidade e de interacção entre a população e a PSP, têm como principal objectivo emitir alertas para os riscos mas também cuidados a considerar num quadro de um crime que possa ter esse concreto universo como alvo preferencial.

As burlas, embora tradicionalmente dirigidas contra os idosos, por via do aproveitamento de naturais vulnerabilidades físicas, psicológicas ou sociais das vítimas, são um exemplo paradigmático.

Todavia, com o desenvolvimento tecnológico, as burlas transpuseram múltiplos escalões etários, demográficos e sociais, passando a poderem ser cometidas sob os mais variados formatos, desde o contacto pessoal, ao telefone e

até por via da Internet, neste caso normalmente através de vendas fraudulentas de objectos ou arrendamentos fraudulentos/falsos (ex: casas de férias).

É neste quadro de novos e múltiplos modi operandi que as acções de sensibilização, operacionais e investigatórias da PSP têm necessariamente de ser complementadas com o maior adversário dos criminosos: a PREVENÇÃO.

Importa pois que todos estejam assim sensibilizados para alguns cuidados preventivos, pelo que a Divisão Policial de Loures e Odivelas aconselha, uma vez mais, que sejam cumpridos os principais conselhos de segurança:

### EM CASA

Nunca abra a porta de casa a um estranho. Se tiver necessidade de o fazer nunca o deixe sozinho; Se tiver dúvidas quanto à identidade do indivíduo, não hesite em ligar para a Polícia;

Sempre que lhe façam uma proposta aparentemente aliciante, DESCONFIE (ex: ofertas de prémios em dinheiro, de emprego ou de objectos de valor);

Não dê informações sobre a sua vida a desconhecidos;

Quando sair ou entrar em casa, verifique sempre se há suspeitos junto à sua porta ou no interior do seu prédio e tenha as chaves sempre à mão;

Não entre no elevador com desconhecidos;

Deixe as portas e as janelas sempre bem fechadas antes de sair;

Conheça os seus vizinhos - eles podem ser os seus olhos e ouvidos quando não estiver em casa;

### NA RUA

Não exiba desnecessariamente objectos de valor (em especial ouro e telemóveis);

Não transporte somas elevadas de dinheiro mas se tiver necessidade, distribua-o por vários bolsos interiores;

Evite andar sozinho, principalmente depois de escurecer e em locais isolados ou desertos e/ou pouco iluminados;

Tome uma atitude discreta quando for levantar ou depositar dinheiro e preste atenção a indivíduos suspeitos;

Se suspeitar que alguém a/o está a seguir, entre num estabelecimento público e contacte a Polícia;

Se for vítima de crime, DENUNCIE. Chame ou peça para chamar de imediato a Polícia; Participe sempre a ocorrência/crime;

A sua colaboração é fundamental para que se possa identificar e deter o(s) autor(es) do crime(s);

Dê uma descrição tão exata quanto possível dos objectos subtraídos, de forma a ser possível recuperá-los;

Tente memorizar as características do(s) criminoso(s), em particular a roupa, se tem brincos ou tatuagens, cor do cabelo ou qualquer outro traço que permita a sua localização/identificação.

Ajude-nos a prevenir o crime e lembre-se que, se a ocasião faz o ladrão...

...A SEGURANÇA COMEÇA EM CADA UM DE NÓS.

Intendente Pedro Franco



# PSP - DIA DA MULHER

Os membros do Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade (MIPP) da Esquadra de Loures, comemoraram o Dia Internacional da Mulher com uma palestra na Biblioteca José Saramago, onde cerca de 120 pessoas estiveram presentes para ouvir as oradoras convidadas.

Foram elas:

- ▶ **ANA CATARINA CARVALHO**,  
SubComissário da PSP a exercer funções no NRP
- ▶ **GUILHERMINA BRITO DE LIMA**,  
Tenente Coronel Médica. (1ª Oficial feminina do Exército Português)
- ▶ **CRISTINA ESCÓRCIO**,  
Presidente da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Loures
- ▶ **MAFALDA SANTOS**,  
Gerente do Banco Montepio de Loures
- ▶ **SANDRA ISABEL LUÍS**,  
Advogada com escritório em Loures há 27 anos
- ▶ **ORLANDA RODRIGUES**,  
Presidente da Junta de Freguesia de Loures

Estiveram presentes alunas de escolas de Loures, bem como população sénior da Associação Luís Pereira da Mota. A iniciativa, tinha como objectivo, não somente comemorar a data, bem como também, demonstrar o poder da mulher quando decide lutar por objetivos e incentivar a que as jovens presentes tivessem esse facto em mente, ao escolherem o seu futuro. De acordo com Carlos Lourenço, Chefe Supervisor Operacional de Programas Especiais: "Graças às ótimas oradoras, seus percursos de vida e forma como os mesmos foram disseminados pela plateia, creio termos atingido o fim a que nos propusemos."



# MAIS 3 DETIDOS POR VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

O Comando Metropolitano de Lisboa da PSP, através da Divisão Policial de Loures, no dia 11 de março, pelas 22h00, em Caneças, e na sequência de uma chamada para agressões a decorrer, procedeu à detenção em flagrante delito, de 1 homem, com 64 anos de idade, de nacionalidade Portuguesa. No dia seguinte, dia 12 de março de 2019, pelas 11h30 e 17h20, em Loures e Pontinha, resultado das investigações realizadas e mediante Mandado de Detenção emitido por Autoridade Judiciária, deteve 2 homens, com 54 anos e 45 anos de idade, também por estarem indiciados por crimes de Violência Doméstica. Ressalva-se que o detido com 45 anos de idade, ameaçou concretizar o homicídio de filho menor seguido de suicídio, não se vindo a

concretizar, muito provavelmente, devido à celeridade na intervenção por parte da PSP em colaboração com o DIAP de Loures. Em todas as situações, as vítimas iniciaram o contacto com esta Polícia, narrando episódios de agressão e ameaças de morte por parte dos suspeitos, levando de imediato à necessidade de investigação urgente e salvaguarda/proteção das vítimas por parte desta Polícia. Foram assim, os detidos presentes ao Tribunal Judicial da Comarca Lisboa Norte - Núcleo de Loures para aplicação de medida coação, tendo-lhe sido aplicada a medida de coação de Termo de Identidade e Residência ao primeiro caso narrado, a de Vigilância Eletrónica e Proibição de Contacto com a Vítima ao segundo e a mais gravosa de Prisão Preventiva ao último.





Rui Pinheiro  
Sociólogo

### Fora do Carreiro

## BAIXA DE SACAVÉM, TRANCÃO E SIFÃO

Em boa hora, a Associação de Defesa do Ambiente de Loures (também é defensora do Património) suscitou as suas dúvidas - que se calhar muitos de nós partilham - sobre o estado de acompanhamento e conservação que a EPAL dedica a um elemento simbólico central da cidade de Sacavém e de um dos pioneiros sistemas de abastecimento de água potável à Capital.

De facto, quem olha para a Ponte-Sifão que atravessa o Rio Trancão, elemento patrimonial significativo do denominado Aqueduto Alviela, propriedade e sob responsabilidade funcional da EPAL, mas também para a conduta metálica que lhe é paralela e que tem também o fim de abastecer Lisboa a partir de Castelo de Bode, que julgo pertencer ao subsistema Aqueduto Tejo, apresentam um aspecto pouco condizente com preocupações correntes de manutenção.

O assunto tem relevância, na minha perspectiva, por duas ordens de razões:

A primeira é porque se desconhece se o Canal Alviela (e a ponte-sifão) estão ou não funcionais, se estão em carga ou desactivados. Seguramente as necessidades de manutenção serão diferentes num e noutro caso, mas as evidências apontam para que há muitos anos não seja objecto de qualquer intervenção de preservação, o que é susceptível de deterioração injustificada e pernicioso;

A segunda, mas não menos importante é que embora seja património detido pela EPAL, é património (invulgar) da Cidade de Sacavém, do Concelho de Loures e do país. Não pode, portanto, estar ao abandono - se for o caso, não pode degradar-se e não pode ser elemento nocivo para a imagem de Sacavém.

Bem se vê que a Praça da República em Sacavém apresenta um estado geral lastimoso. Desde os painéis publicitários espalhados a esmo até ao edifício em construção, do jardim decadente e parado no tempo às margens do Trancão sujas e descuidadas, desde um "centro náutico" abarracado e praticamente sem actividade até ao arremedo de terminal rodoviário, do posto de combustíveis ao caos viário, a Praça da República precisa de visão, arrojo e investimento de todos os intervenientes no espaço.

Para breve - julgo - estará o arranque das obras de requalificação - após a interminável demora do Tribunal de Contas e da contestação do Concurso Público em Tribunal - da baixa de Sacavém e a reconstrução e regularização do "caneiro de Sacavém" que muita demora e incómodos trará à vida na Cidade, mas depois disso, é preciso, definitivamente, que alguém pense e faça Cidade, porque não pode continuar ao deus-dará.

Desde logo, porque não está envolvida neste processo, é exigível à EPAL que faça a parte que lhe compete com o património que está à sua guarda. Que o mantenha, que o valorize e que o faça classificar. Certamente, os sacavenenses não permitirão que a EPAL continue a assobiar para o lado e a eximir-se às suas responsabilidades.

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

# SIFÃO DE SACAVÉM AO ABANDONO

O Sifão do Canal do Alviela que atravessa o Rio Trancão em Sacavém é, desde 1880, um elemento simbólico central da cidade e encontra-se agora em estado de abandono com probabilidade de eventual rutura.



Segundo a Associação de Defesa do Ambiente de Loures (ADAL):

"Esta é uma notável obra de engenharia que desempenhou relevantíssimo papel no fornecimento de água potável a Lisboa.

A sua antiga importância funcional e o seu reconhecimento como ex-libris da Cidade de Sacavém são razões mais do que suficientes para uma adequada manutenção e valorização daquele Arco, que viabilizava o fornecimento de água do Rio Alviela à Capital.

Estamos perante um elemento patrimonial da EPAL e esta empresa tem descurado em absoluto a sua conservação. Não apenas a estrutura apresenta já um aspeto decadente, como é possível verificar fissurações superficiais e num ou noutro local, aquilo que parecem ser já perdas de água, portanto, eventuais ruturas com efeitos desconhecidos a prazo." Assim, a ADAL torna ainda público que serão apuradas as responsabilidades junto da EPAL, da APA e da Direcção Geral do Património Cultural, exigindo informação detalhada sobre o estado de conservação daquele património coletivo, bem como as diligências e investimentos pertinentes que garantam a sua preservação e a valorização do seu estatuto simbólico.





**Florbela Estêvão**  
Arqueóloga e museóloga

## PAISAGENS E PATRIMÓNIOS

# A ESTAÇÃO DA BIODIVERSIDADE DE FONTELAS

Nesta crónica de abril, quando a primavera promete dias joviais e vibrantes, desafio os nossos leitores a conhecerem a chamada Estação da Biodiversidade de Fontelas, situada na freguesia de Lousa, cuja visita permite, ao longo de um percurso pedestre de aproximadamente um quilómetro, conhecer um pouco mais da flora e da fauna do nosso território.

Uma Estação de Biodiversidade é a designação convencional de uma determinada zona, devidamente sinalizada, na qual se definiu e materializou um percurso programado para os visitantes poderem, ao longo do mesmo, tomar contacto com as formas de vida (flora e fauna) locais.

Aquela Estação de Fontelas foi inaugurada em 2017, sendo a 30ª de uma já ampla rede nacional, e a primeira a ser instalada na Área Metropolitana de Lisboa. O projeto foi financiado pela Câmara Municipal de Loures, tendo sido desenvolvido pela equipa técnica municipal da Divisão de Zonas Verdes e Floresta, com o apoio no terreno da Equipa de Sapadores Florestais.

Existe por todo o país um conjunto de Estações da Biodiversidade, que constituem mais de uma trintena de locais, oferecendo uma rede de percursos pedestres públicos, cada um deles com uma extensão máxima de três quilómetros, representativos dos

habitats característicos dos locais de implantação. Assim, cada Estação representa, para os visitantes interessados neste tipo de turismo de natureza, a possibilidade de conhecer um pouco mais da riqueza biológica da área a que respeita, através de um caminho pedonal pontuado por painéis informativos que funcionam como autênticos “guias de campo”, orientando a visita.

Nesta rede nacional de promoção, sensibilização e salvaguarda da biodiversidade é dado particular destaque aos insetos e plantas, que são básicos para a conservação dos ecossistemas terrestres. Outra vertente muito aliciante deste projeto é o de promover a participação dos cidadãos na inventariação da nossa fauna e flora, uma vez que o visitante pode recolher imagens e depois enviá-las para a rede nacional, contribuindo deste modo não só para o enriquecimento da dita inventariação, como para a monitorização das espécies já reconhecidas. Para o feito, foi criada pela mencionada associação uma metodologia que designaram “RIPAR”, a qual orienta os interessados na obtenção de informação: registo das observações através da fotografia, identificação das espécies, e partilha pública desses dados através do website [www.biodiversity4all.org](http://www.biodiversity4all.org).

A rede das Estações de Biodiversidade (EBIO) teve

início num projeto do Tagis - Centro de Conservação das Borboletas de Portugal, associação sem fins lucrativos com estatuto de Organização Não Governamental de Ambiente (ONGA) e de Utilidade Pública. Todavia, desde 2010 que as entidades responsáveis pelas Estações são, além do Tagis, o Museu Nacional de História Natural e da Ciência, o Centro de Ecologia, Evolução e Alterações Ambientais, e também os municípios onde as Estações estão localizadas.

Voltando à Estação de Biodiversidade de Fontelas, o percurso a realizar pelos interessados começa precisamente nessa localidade, com a indicação do trajeto que os levará até ao seu término, junto à povoação de Carcavelos. Ao longo do itinerário eles irão encontrando nove painéis interpretativos, um com o mapa geral do caminho a percorrer e os restantes com explicações sobre as espécies que poderão encontrar. Não vou aqui descrever as espécies mais emblemáticas deste habitat, mas não posso deixar de salientar, no que se refere aos meses de abril e maio, momento ideal para quem aprecia estas manifestações locais da natureza, a beleza das orquídeas selvagens que “invadem” os prados, com a sua multiplicidade de formas e cores. Mas também, ao longo do percurso, existem jacintos selvagens, além de borboletas e libélulas, e, mesmo,



Percurso da estação de biodiversidade de Fontelas

um centenário carvalho-cerquinho, soberba árvore classificada como de interesse público, e que, de modo imponente, parece “guardar” as ruínas de um antigo lavadouro contíguo...

Se até agora o meu enfoque foi para o que está mais próximo do olhar do visitante, direi ainda que caminhar por este local permitirá também visualizar outros pontos de interesse mais distantes, mas que sobressaem na paisagem. Por exemplo, o afloramento calcário do Cabeço do Mouro, onde há milhares de anos se obtinha uma matéria-prima propícia

para a fabricação de utensílios cortantes, o sílex. Ou o Penedo do Gato, afloramento grandioso onde foram descobertos vestígios do Paleolítico. Ou ainda o chamado Crasto de Ponte de Lousa, situado em esporão entre a ribeira do Tufo e a ribeira de Lousa, ocupado por comunidades da Pré-história recente. E finalmente, já quase acabado o percurso, a Anta de Carcavelos, situada numa encosta próxima, e que é um bem conhecido monumento megalítico que nos certifica, uma vez mais, da longínqua ocupação humana deste território.

horizonte  
fm 92.8

[www.horizontefm.pt](http://www.horizontefm.pt) | Emissão Online



João Alexandre  
Músico e Autor

NINHO DE CUCOS

## LAMBCHOP

### AQUILO QUE KURT WAGNER NOS QUERIA TER CONTADO



tempos do seu country mais orgânico e parece abraçar de vez, ou pelo menos até à próxima edição, uma sonoridade moderna, onde abundam os loops de percussão, sintetizadores e sobretudo a voz processada por autotune/vocoder.

Aos 60 anos e com uma base respeitável de seguidores do seu estilo pioneiro country folk, não deixa de ser uma ousadia e um risco. Para esta mudança muito contribuiu o encontro com Matthew McCaughan, baterista dos Bon Iver e Hiss Golden Messenger que partilha a composição em 5 dos 8 temas apresentados em "This (is what I wanted to tell you)".

E o que sobra do trabalho anterior que tanto reconhecimento deu aos Lambchop? Claramente, a emoção, coração e alma de Kurt Wagner, o timbre barítono e barroco da sua voz, os sopros e pianos de tonalidade melancólica e o tema "Flower" que encerra o disco, o único onde a voz nos aparece nua e crua.

Kurt Wagner terá chegado relativamente tarde às abordagens eletrónicas na sua música mas fá-lo com mestria e conforto, contando com a evidente cumplicidade com Matthew McCaughan que co-produz o álbum.

Para quem conhecia e gostava dos antigos Lambchop o choque é admissível. Para quem não os conhecia, é previsível a surpresa e a impressão bem positiva num álbum que no seu todo nos leva às paisagens do trip hop, do acid jazz, de James Blake, dos Zero 7 e claro de Bon Iver. Uma eletrónica almofadada pelos pianos doces e harmónicas, centrada numa prosa soft que a sua voz, embora como já referimos, bastante processada, nos continua e continuará a apaixonadamente a embalar.

Assim, não admira que fiquemos de facto a conhecer tudo aquilo que Kurt Wagner, o cérebro dos Lambchop, nos queria ter contado.



João Calha  
Consultor Informático

CONSULTÓRIO INFORMÁTICO



## TEM O SEU GMAIL CHEIO?

O serviço de e-mail do Google, é um dos mais usados do Mundo e atualmente oferece 15 GB gratuitos para os utilizadores enviarem e receberem mensagens.

Parece ser um valor bastante elevado e difícil de gastar, mas ao longo dos tempos, a caixa vai enchendo, o que é um problema porque a única solução é adquirir espaço adicional.

Para evitar isso, aqui deixo algumas dicas, com o intuito de libertarmos espaço à nossa conta.

### ► LIMPEZA DO LIXO

Os e-mails apagados da caixa de Spam são eliminados para sempre, no entanto, as mensagens apagadas da Caixa de Entrada são enviados para o Lixo mas ficam lá durante 30 dias a ocupar espaço, por isso temos de as eliminar.

Para tal basta ir à pasta Lixo e depois apagar os e-mails que não quer mesmo. Pode também eliminar todos os e-mails carregando em Esvaziar o Lixo Agora.

### ► ELIMINAR E-MAILS COM ANEXOS

Como sabemos o texto de um e-mail não ocupa muito espaço. No entanto, se o e-mail vier com algum anexo, é normal que pese mais alguns MB, dependendo da quantidade e tipo de anexos.

Para conseguirmos encontrar esses e-mails com anexos grandes, temos de utilizar a barra de pesquisa.

Por exemplo, se pretendermos encontrar todos os e-mails com tamanho superior a 5MB usamos o comando: size:5m.

Depois, basta selecionar os e-mails que não interessam e apagá-los.

### ► ELIMINAR E-MAILS RELACIONADOS COM PROMOÇÕES

De certeza que recebe diariamente vários e-mails com promoções ou campanhas publicitárias.

No Gmail, estas mensagens vão entrar numa aba chamada Promoções.

Por isso, basta aceder a essa aba e selecionar todas as mensagens e eliminá-las.

Assim, libertará um espaço considerável.

### ► APAGAR E-MAILS POR DATA

Da mesma forma que fazemos a pesquisa por tamanho de e-mail, também podemos fazer para filtrar por data.

Por exemplo, se quiser todos os e-mails anteriores a 01/01/2017 pode usar o seguinte filtro: older:2017/01/01.

Agora, é escolher o que realmente interessa e eliminar o que não faz falta.

### ► EXCLUIR TODOS OS E-MAILS DE UM CONTATO

Se quiser encontrar e excluir todos os e-mails de um contato, basta procurar na barra de pesquisa por esse contato. Quando encontrar um e-mail desse contacto, clique com o botão do lado direito do rato e escolha a opção Encontrar emails de... depois é só selecionar os e-mails que pretende apagar.

Estas são as formas que tem, para libertar espaço no seu Gmail. Espero que assim evite ter de adquirir espaço adicional.

Sempre que tiver alguma dúvida, basta enviar um email para: [informaticaconsultorio@gmail.com](mailto:informaticaconsultorio@gmail.com)

# RASTREIO DO DO ÚTERO

## O QUE É O CANCRO DO COLO DO ÚTERO?

O cancro do colo do útero é uma lesão tumoral que se forma quando existe o crescimento anormal ou descontrolado de células da parte inferior e mais estreita do útero. É um dos 10 câncros mais frequentes em Portugal, com cerca de 650 novos casos por ano, provocando a morte a 250 mulheres.

## POSSO PREVENIR O CANCRO DO COLO DO ÚTERO?

Existem duas formas de prevenção do cancro do colo do útero: a vacinação contra o Vírus do Papiloma Humano feita através do Programa Nacional de Vacinação às raparigas com 10 anos de idade; e o rastreio nas mulheres com idades entre os 30 e os 65 anos. A vacina contra o Vírus do Papiloma Humano (HPV) ajuda a proteger contra a maior parte dos vírus que provocam este tipo de cancro mas não proporciona proteção contra todos os tipos de HPV ou contra infeções por HPV existentes no momento da vacinação, pelo que o rastreio é essencial para detetar e tratar precocemente alterações do colo do útero e é a melhor forma de evitar o cancro do colo do útero.

## O QUE É O RASTREIO DO CANCRO DO COLO DO ÚTERO?

Consiste na realização de um teste de pesquisa do HPV e de alterações das células do colo do útero. A recolha das células para análise é realizada através de um método semelhante ao que acontece com o tradicional teste de "Papanicolaou" (colpocitologia). O teste é indolor para a maioria das mulheres. O objetivo deste teste é detetar alterações das células, numa fase em que as pessoas ainda não apresentam sintomas, evitando a evolução dessas alterações para lesões ou doenças graves.

## QUEM DEVE FAZER O RASTREIO DO CANCRO DO COLO DO ÚTERO?

Todas as mulheres com idades compreendidas entre os 30 e

os 65 anos, que não tenham contraindicações, serão contactadas pelo médico de família para realizarem o rastreio. Se o resultado do teste for negativo, deverá ser repetido ao fim de 5 anos.

No caso do resultado ser positivo, será referenciada para uma consulta no hospital da área do seu centro de saúde, onde será realizado um exame mais pormenorizado. Um resultado do teste positivo não significa que tenha cancro; outras infeções podem resultar num teste positivo. O cancro do colo do útero, quando detetado em fase inicial, é habitualmente curável.

O rastreio regular é a melhor forma de detetar e tratar precocemente alterações do colo do útero.

## PODEM EXISTIR ALTERAÇÕES, MESMO SEM SINTOMAS?

Sim, podem. Nas fases iniciais, o cancro do colo do útero habitualmente não tem sintomas. O teste de rastreio utilizado permite detetar alterações numa fase inicial, antes de dar sintomas, sendo nesses casos o tratamento mais eficaz. Sintomas como hemorragias durante a atividade sexual ou fora do período menstrual e/ou dor pélvica podem ter várias causas. Nestas situações deve aconselhar-se com o seu médico.

## FUI VACINADA CONTRA O HPV. PRECISO FAZER O RASTREIO?

A vacinação não substitui o rastreio do cancro do colo do útero. A vacina não proporciona proteção contra todos os tipos de HPV ou contra infeções por HPV existentes no momento da vacinação, sendo o rastreio essencial para detetar e tratar precocemente alterações do colo do útero. A consulta e o teste de rastreio realizados no seu centro de saúde são totalmente gratuitos (não paga taxa moderadora).

**Autores:**  
Clarisse Martinho, David Lopes e Hugo Esteves  
Médicos da Unidade de Saúde Pública do Agrupamento de Centros de Saúde Loures-Odivelas

# CANCRO DO COLO



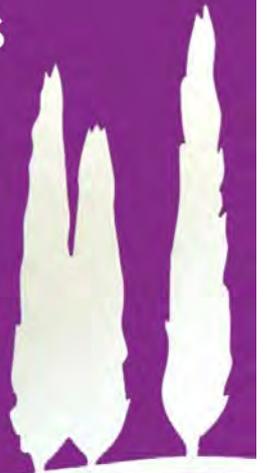
AGÊNCIA FUNERÁRIA  
LOURES

Funerais • Trasladações  
Cremações • Artigos Religiosos



219 830 665 - 919 317 250

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





**Joana Leitão**  
Jurista

# #LOVEFORALL

**T**erminamos mais um mês com a notícia de um novo ataque terrorista, desta vez na Nova Zelândia, perpetrado por um australiano de 28 anos que pretendia vingar “milhares de mortes causadas por invasores estrangeiros”. De arma em punho, entrou em duas mesquitas, provocando a morte a 49 pessoas e ferindo, ao que tudo indica, mais 48. Mais um ser humano, entre tantos, que dissemina o ódio e apela ao extremismo quando não se vingam, nem nunca hão-de vingar-se, mortes com mais morte. Como se vê ‘terrorista’ não é sinónimo de muçulmano, nem muçulmano é sinónimo de radicalismo mas somos nós quem tantas vezes os rotulamos,

enchendo-nos de preconceitos quando nos cruzamos com um tom de pele, feições ou mesmo um vestuário tão característico. À custa de uns quantos, uma minoria quando considerada a comunidade muçulmana globalmente, pagam tantos outros. Aquilo que não se sabe é que é precisamente a comunidade muçulmana que não se envolve em violência a mais atingida, por extremistas, quer partilhem ou não a mesma fé. São, por isso, facciosas as generalizações, pois dentro destas comunidades também se apela à paz. Exemplo disso é a Comunidade Ahmadia presente em 210 países, incluindo Portugal que, em resposta ao extremismo, realiza anualmente um simpósio dedicado à paz, na sua sede, em Londres. Os cerca de 1000 convidados habituais chegam de diversos países e praticam diversas religiões, fés ou modos de vida pois, o que se pretende não é a separação mas a união entre os povos.

Durante a cerimónia ainda há lugar à atribuição de um prémio a pessoas ou instituições que, no ano anterior, tenham contribuído para a nossa evolução enquanto espécie. Este ano, os homenageados foram os ‘Teachers Without Borders’ ou ‘Professores Sem Fronteiras’, pela sua ação através da educação e a sua contribuição para a mudança pois, conforme referiram “quando as crianças têm respeito umas pelas outras, têm respeito pelos outros e crescem a saber resolver conflitos e a reparar o Mundo”. Talvez seja este o momento em que uma sala cheia, de pessoas e emoções, pensa no que está ao seu alcance fazer e no quanto podem fazer os governos. Dos discursos guardámos amor e, apenas isso, não fossem avolumar-se as saudades do Pedro (Santos Pereira), que nos acompanhava em tantas histórias que merecem ser divulgadas. Passado um ano, assumimos que sem ele não foi igual, mas que o sentimos presente de alguma forma.



**Tem um computador que já não utiliza ou está avariado?**



**Efetuamos a recolha GRATUITA de material informático**

**PC**  
**assist**  
Serviços Informáticos

**925 320 809**  
**219 456 514**

[pcassist1977@gmail.com](mailto:pcassist1977@gmail.com)  
[www.pcastist.shopk.it](http://www.pcastist.shopk.it)

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

**PARA VENDA T1 A T4**  
**URBANIZAÇÃO QUINTA DO INFANTADO**



*Lezírias  
do  
Infantado*

**VISITE O ANDAR MODELO**

**LOURES**



**VAZCONSTRÓI**

Telf. 219 333 649

Telm. 964 516 911

[www.vazconstroi.com](http://www.vazconstroi.com)

**LOUISA**

3 WC 2 M<sup>2</sup> 180

MORADIA \ 092190054

€600.000

**LOURES**

1 WC 1 M<sup>2</sup> 118 M<sup>2</sup> 280

MORADIA \ 092190044

€300.000

**BUCELAS**

2 WC 1 M<sup>2</sup> 75

MORADIA \ 092190059

€89.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

3 WC 2 M<sup>2</sup> 74

APARTAMENTO \ 092190061

€135.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

2 WC 1 M<sup>2</sup> 67

APARTAMENTO \ 092190046

€120.000

**ERA**  
IMOBILIÁRIA

**A ERA DESEJA UMA FELIZ PÁSCOA!**

**MEALHADA**

3 WC 2 M<sup>2</sup> 81

APARTAMENTO \ 092190055

€185.000

**LOURES**

M<sup>2</sup> 301

LOTE DE TERRENO \ 092190180

€68.000

**LEGENDA / LEGEND**

- QUARTOS ROOMS
- CASAS DE BANHO BATHROOM
- LUGARES DE GARAGEM PARKING SPACES
- ÁREA CONSTRUÇÃO CONSTRUCTION AREA
- ÁREA TERRENO TERRAIN AREA
- VISTA SERRA MOUNTAIN VIEW
- VISTA MAR/RIO SEA/RIVER VIEW
- VISTA GOLFE GOLF VIEW
- VISTA JARDIM PARK VIEW
- VISTA URBANA URBAN VIEW
- CERTIFICAÇÃO ENERGÉTICA ENERGETIC CERTIFICATION
- VIABILIDADE DE CONSTRUÇÃO CONSTRUCTION VIABILITY
- SEM VIABILIDADE DE CONSTRUÇÃO WITHOUT CONSTRUCTION VIABILITY
- IMÓVEL VEDADO FENCED PROPERTY
- TERRENO COM ÁGUA GROUND WATER TERRAIN
- TERRENO COM ELECTRICIDADE TERRAIN WITH ELECTRICITY
- ÁREA CONSTRUÇÃO CONSTRUCTION AREA
- ANDARES FLOORS
- FRACÇÕES FLOOR UNIT
- EXCLUSIVO GARANTIA ERA
- CASAS DE ALTA RENTABILIDADE
- SELECÇÃO CASA ABERTA ERA
- IMÓVEL GOLDEN VISA ERA

**ERA LOURES**

Passeio Parque da Cidade, Loja G/I,  
2670-331 Loures  
loures@era.pt · era.pt/loures  
t. 219 896 660

LOFTMG, MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA. AMI 12948. CADA AGÊNCIA É JURÍDICA E FINANCIAMENTE INDEPENDENTE.