

# Notícias de Loures

Distribuído no Concelho de Loures

Expresso

ANO 6 | Nr.62 MENSAL | 1 DE JUNHO DE 2019 | Diretor Fundador: Pedro Santos Pereira  
Diretor: Filipe Esménio | Preço: 0.01€

**RTL**  
cooptaxisloures.pt  
outras redes  
(91/93/96)  
**21 941 6666**

**Taxiclick**  
táxi para smartphones  
A SUA APP

## PRÉMIO MUNICÍPIO MAIS SUSTENTÁVEL/GALP

O Município de Loures recebeu o Prémio Município Mais Sustentável/GALP, no âmbito da Portugal Smart Cities Summit 2019/Green Business Week. Loures Investe, Loures Inova e a App "Mais perto de si" foram os projetos que mereceram destaque.

Pág. 4

## ESCOLAS COM AMIANTO

Quatro agrupamentos de escolas do concelho de Loures fazem queixa do Ministério da Educação à Provedora de Justiça por inação na retirada do fibrocimento degradado, contendo amianto, dos vários estabelecimentos escolares daqueles agrupamentos.

Pág. 3

## ENGENHEIRO TRINDADE

Um empresário que investe no concelho - Criar emprego no concelho é condição para atrair jovens famílias para aí se fixarem... permitir que os munícipes trabalhem no local onde vivem é proporcionar-lhes qualidade de vida.

Págs. 10 e 11



1 SEMANA DEPOIS

# INCÊNDIO NA QUINTA DO MOCHO

14 famílias, 37 pessoas, 31 veículos, 93 bombeiros... 0 soluções.

Págs. 12 e 13

**ZONA ÓPTICA**  
CUIDAMOS DOS SEUS OLHOS





**Cristina Fialho**  
Chefe de Redação

# INVICTUS



**Q**uerido leitor, Espero que saibas que tu és o autor da tua própria história. Tu és o protagonista e podes até ser o antagonista também. Tu tens a oportunidade de escrever grandes amores; tu podes escrever sobre grandes triunfos. Tu até podes começar a escrever a partir de situações confusas, dolorosas e difíceis que assombram os teus sonhos e os teus momentos de vigília. É o teu livro de memórias. É o teu romance. É o teu guião. É a tua narrativa. Se há vilões na história, tu podes escrevê-los. Tu decides quando eles saem. Tu decides o que acontece a seguir. Se a configuração da tua história não se encaixa bem contigo, podes simplesmente escrever uma mudança. Começas a escrever numa nova cidade, numa nova vida... Tu decides o que acontece a seguir. Se houver objetivos mais profundos na tua história, tu poderás descobri-los. Tu consegue descobri-los. Tu decides o que acontece a

seguir, lembras-te? Começas a escrever a tua história de amor. Começas a escrever um novo sonho. Se as páginas estiverem a mudar-se muito lentamente, escreves uma nova aventura. Quando um capítulo termina, escreves um novo. A história é tua - não dos teus pais, não dos teus irmãos, não dos teus melhores amigos, não dos teus namorados. Eles não terão as palavras certas - apenas tu terás. Espero que escrevas a história que tu queiras ler. Espero que vás à bibliote-

ca e faças os teus tpcs e as tuas pesquisas. Espero que tu saibas que te podes preparar para ser um best-seller. Está dentro de ti, mas por favor, certifique-te de planeias e tomas notas. Faz apontamentos também. Deixa-te inspirar quando menos esperas; Incorpora essa inspiração no teu manuscrito se der para o alimentar. Deixa que leiam os rascunhos quando estiveres pronto. Continua a escrever todos os dias. Lembra-te: é a tua história e as páginas estão lá para as tuas palavras.



**Filipe Esménio**  
Diretor

## MEL DE CICUTA

### OS VENDEDORES DE SENHAS

**H**á muitos critérios para avaliar o estado do sítio onde vivemos. Mortalidade infantil, saúde e educação, PIB per capita, esperança média de vida, entre muitos outros. Não me vou alongar na abstenção. Perto de 70 % do país disse não às europeias, renunciou ao seu direito de voto. Algo pelo que muitas pessoas morreram no passado. Apesar de tudo Loures só teve cerca de 60% de abstenção, menos 10% que o país. Lincoln está desatualizado, ele afirmava que «um boletim de voto tem mais força que um tiro de espingarda.», já não tem. Os sintomas estão lá há muito tempo. A doença alastra, os agentes do estado fecham os olhos. Acreditem, a coisa não vai acabar bem. É impossível. Os ciclos históricos mostram-nos e a tendência é a óbvia. O fim do sistema democrático tal como o conhecemos. Não preconizo a desgraça, apenas quero identificar o óbvio. Até porque não tenho poderes de vidente. O mini sintoma em que eu queria colocar o foco é numa coisa tão simples como o cartão do cidadão. Naquilo que se chama a total falta de respeito por nós. Na incapacidade do Estado de dar resposta ao mais elementar documento físico da cidadania. O cartão de cidadão. Marcações com meses de distância, filas imensuráveis para pedir novos ou renovações, e filas grandes, de várias horas, para simplesmente o levantar. Já era assim na saúde, nas cirurgias, não há vagas suficientes na universidade públicas para todos, mas agora até no que é elementar. Cria-se em Portugal uma nova profissão, os vendedores de senhas. Como podemos respeitar quem não nos respeita? Como pode haver apelos mágicos ao voto eficaz da parte daqueles que nos representam? E por favopr, parem co9m isso de apreender carros. É demais! Muitas melhorias houve, naturalmente, historicamen-

te, mas não podemos permitir que isto seja em rebuliço, com avanços e recuos sistémicos e traumáticos. Por favor sentem-se à mesa e organizem-se, caso contrário, depois, não se queixem. Das europeias uma nota, vitória clara do PS no país, e em Loures também. No país só não ganhou em Vila Real e no Funchal, em Loures ganhou em todas as freguesias somando 37% dos votos, a milhas do segundo partido mais votado, o PSD com 13,5% dos votos e com uma queda abrupta da CDU de 23,5% em 2014 para 12,7%, em Loures, embora tenha mantido os dois deputados europeus. Extrapolando para legislativas ou para autárquicas é sempre complexo e não é adequado, mas é certo que os sorrisos estão no Largo do Rato e na sede do Bloco. Nas outras sedes todos deverão estar menos sorridentes. O tamanho do boletim de voto, e a disseminação de votos são também um elemento a considerar. Resta saber se os «novos» partidos trazem algo de novo ou apenas sub discursos reciclados. Para já só o PAN merece destaque, afirma-se nos parlamentos, depois de Lisboa, Bruxelas, uma surpresa, para quem não anda atento. Em suma, e parafraseando com algum dramatismo Saramago, «O que chamamos democracia começa a assemelhar-se tristemente ao pano solene que cobre a urna onde já está apodrecendo o cadáver. Reinventemos, pois, a democracia antes que seja demasiado tarde». PS1: Uma palavra de apreço à família e amigos de Simenta Mordido, autarca socialista que exerceu as funções de Presidente de Câmara, Presidente de Junta de Moscavide e da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Moscavide e Portela, que nos deixou no passado dia 25 de maio. Bem haja. PS2: Este artigo é estupidamente escrito com o novo acordo ortográfico.

#### Geral

219 456 514 | geral@ficcoesmedia.pt

#### Editorial

cristina\_fialho@ficcoesmedia.pt

#### Comercial

noticiasdeloures@ficcoesmedia.pt



**Notícias de Loures | 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, 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@ficcoesmedia.pt **Nr. de Registo ERC:** 126 489 **Depósito Legal n.º** 378575/14  
**Estatuto Editorial disponível em:** 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.



# ESCOLAS (AINDA) COM AMIANTO

Com o objetivo de pressionar o Governo a retirar estruturas e coberturas que contêm amianto das quatro escolas que, em conjunto, são frequentadas por mais de 6 mil alunos. As Escolas de Loures entregam queixa na Provedoria contra Ministério da Educação por causa do amianto.



O passo seguinte é passar texto da reclamação aos milhares de encarregados de educação das 4 escolas, para que possam fazer também queixa em nome individual.

A 14 de maio, quatro agrupamentos de escolas do concelho de Loures fazem queixa do Ministério da Educação à Provedora de Justiça por inação na retirada do fibrocimento degradado, contendo amianto, dos vários estabelecimentos escolares daqueles agrupamentos.

A reclamação formal foi entregue diretamente na Provedoria de Justiça, no dia 16 de maio, pelas 11h30, por representantes das direções dos agrupamentos e associações de pais daquelas escolas: Agrupamento de Escolas D. Nuno Álvares Pereira (Camarate), Agrupamento de Escolas de Moscavide e Portela (Portela), Agrupamento de Escolas Eduardo Gageiro (Sacavém) e Agrupamento de Escolas de São João da Talha (São João da Talha).

Foto da escola (escolhe uma ou montagem...)

O passo seguinte foi a passagem do texto da reclamação a todos os encarregados de educação das escolas envolvidas, para que pudessem remeter também, eles próprios, reclamações à Provedora de Justiça, a título pessoal, numa demonstração de força e solidariedade para chamar a atenção para o problema do amianto nas escolas do concelho de Loures.

"A proibição de utilização de produtos contendo amianto é uma diretiva europeia que foi transposta para o direito interno português em 2003, pelo que esta altura de campanha eleitoral para as eleições do Parlamento Europeu parece-nos especialmente indicada para chamar a atenção para este problema que assola esco-

las de todo o país e tem especial incidência no concelho de Loures", refere André Julião, encarregado de educação e impulsor da iniciativa.

Adicionalmente, o Decreto-Lei n.º 266/2007, de 24 de julho e a Lei n.º 2/2011, de 9 de fevereiro, vieram complementar essa proibição, contemplando a remoção de amianto em edifícios, instalações e equipamentos públicos.

"É urgente a criação de um Plano de Ação para a retirada do fibrocimento de todas as estruturas escolares do concelho de Loures, com metas e objetivos traçados e calendarizados no tempo, devidamente orçamentados e cabimentados, para que o problema não seja adiado sine die", aponta André Julião.

As escolas em questão - Escola Secundária da Portela, EB 2,3 Gaspar Correia, Escola Secundária Eduardo Gageiro, EB 2,3 Mário de Sá Carneiro e Escola Secundária de São João da Talha - são frequentadas, no total, por mais de 6 mil alunos.

"Já perdemos a conta às vezes que reportámos, a par da Associação de Pais e Encarregados de Educação do agrupamento escolar, ao Ministério da Educação a necessidade de se proceder à substituição dos telheiros em fibrocimento, numa escola que, em mais de 35 anos de existência, não conheceu uma única obra estruturante, nem consta de nenhuma lista de escolas consideradas prioritárias para esse tipo intervenção, o que se estranha", aponta Carlos Candeias, diretor do Agrupamento de Escolas Eduardo Gageiro.

"Existe uma clara inércia por parte do governo e do Ministério da Educação relativamente aos seus deveres quanto à retirada de amianto das escolas e de salvaguarda

da saúde das crianças e jovens que frequentam o ensino obrigatório nas escolas públicas, no que ao concelho de Loures diz respeito", adianta o diretor.

"O amianto é um problema grave, que se arrasta há anos e para o qual parece não haver fim à vista, pelo que nos vemos forçados a recorrer a iniciativas como esta para tentar pressionar o Governo a fazer o que lhe compete", refere, por seu turno, Marina Simão, diretora do Agrupamento de Escolas de Moscavide e Portela.

"Não haverá certamente prioridade maior quando está em risco a saúde das crianças, dos professores e dos funcionários que, todos os dias, convivem de perto com as estruturas de fibrocimento degradado", adiciona Marina Simão.

O fibrocimento que compõe as estruturas das passagens e coberturas dos pavilhões das

escolas destes quatro agrupamentos está bastante degradado e é presença assídua nos relatórios dos delegados de saúde que periodicamente visitam estas escolas.

O amianto é também presença assídua nos relatórios que, todos os anos, a Associação de Pais, Encarregados de Educação e Amigos do Agrupamento de Escolas D. Nuno Álvares Pereira leva a cabo, por sua conta e iniciativa, denunciando todos os problemas e anomalias existentes nas várias escolas daquele agrupamento.

"Tentamos, por todos os meios, melhorar as condições em que os nossos filhos aprendem, mas esta é uma tarefa inglória se, do lado de quem decide e tem a competência para, de facto, fazer as coisas acontecerem, não houver nem um sinal de que poderá haver melho-

rias a curto ou médio prazo", avança Ricardo Oliveira, presidente da Associação de Pais, Encarregados de Educação e Amigos do Agrupamento de Escolas D. Nuno Álvares Pereira.

"A existência deste tipo de materiais em escolas públicas, onde circulam crianças, coloca em risco a sua saúde, pelo que não é minimamente compreensível que, quase oito anos após a publicação da lei que prevê a retirada do amianto dos edifícios públicos, possam existir escolas públicas onde o mesmo ainda se encontre presente", acrescenta Ricardo Oliveira.

"É angustiante ver que, ano após ano, os problemas na Escola Secundária de São João da Talha, e este do amianto em particular, continuam a acentuar-se sem que haja sequer uma declaração de intenções do Ministério da Educação no sentido de os resolver", confessa, por sua vez, Pedro Camarinha, presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Secundária de São João da Talha.

"Todos os dias, vamos trabalhar sem ter a certeza de que os nossos filhos estão em segurança e que não está a ser colocada em causa a sua saúde a médio e longo prazo", desabafa Pedro Camarinha.



A queixa foi entregue cerca das 11h30, sendo que o grupo já era aguardado na Provedoria de Justiça. O grupo aguarda agora, com serenidade, pela decisão da Provedora, que deverá ser conhecida, aproximadamente, daqui por um mês. A convicção é que será efetuada uma recomendação ao Ministério da Educação e que esse documento terá consequências efetivas, em termos práticos, mas, para já, resta aguardar. O próximo passo é distribuir o texto por todos os encarregados de educação, funcionários, professores e amigos destes quatro agrupamentos de escolas, para que o possam também remeter, por via eletrónica, à Provedoria de Justiça.

**"Quantos mais formos, mais força terá este movimento e maiores serão as probabilidades de ser, efetivamente, feita alguma coisa."**





**Rui Pinheiro**  
Sociólogo

## FORA DO CARREIRO

### NOTAS DE POST-SCRIPTUM

Nesta edição, escrevo algumas notas sobre temas antes abordados e que constituem apenas uma espécie de actualização. Como que um pós-escrito.

#### Sifão do Canal Alviela em Sacavém

O senhor Presidente da EPAL já escreveu em resposta ao Presidente da Associação de Defesa do Ambiente de Loures sobre a problemática do Sifão do Canal Alviela. Confirma que a EPAL retirou do serviço aquela infraestrutura. Afirma que o seu estado geral de conservação é apenas de nível "Razoável" e que está previsto no Plano Anual de Investimentos da empresa a "execução de uma obra de reabilitação", já que se pretende "reparar a fissura do lado montante da travessia eliminando as infiltrações".

Diz ainda o senhor Engenheiro José Manuel Sardinha que "a EPAL, atenta à memória da conservação e preservação do património histórico de abastecimento de água, está a desenvolver estudos para salvaguarda e valorização" de que o Sifão de Sacavém "é um bom exemplo".

Portanto, o diagnóstico da ADAL foi oportuno e estava correcto e há agora um compromisso da EPAL para com a Cidade de Sacavém e o Concelho de Loures e o seu património construído, bem como com a imagem da Cidade. Oxalá a Junta de Freguesia também aja e contribua para dignificar a principal entrada da Cidade. De um lado estão a decorrer obras, do lado do Sifão não. E aquele cabeçudo horrendo e mal tratado,

devia ter outro destino, bem como a barracaria e vedações à beira-Tranção que impedem o pleno usufruto da frente ribeirinha.

#### Recolha de resíduos

A Câmara Municipal de Loures estabeleceu um acordo com os SIMAR de Loures e Odivelas e com as Juntas de Freguesia do Concelho de Loures para fazer face ao fenómeno dos "monos e monstros" que têm pululado nos últimos meses por todo o território. Não será ainda o conjunto de medidas de fundo que é preciso tomar para resolver a questão - falta divulgação dos regulamentos municipais, falta fiscalização municipal e das forças da ordem, falta aplicar coimas a sério, falta abrir ecocentros para deposição directa pelos munícipes - mas trata-se de um avanço muito substancial, do meu ponto de vista.

É certo que se trata de um investimento de 500 mil euros, que há-de ser retirado de outras importantes acções, mas que hoje é possível fazer dada a recuperação económico-financeira que o actual Executivo municipal conseguiu e é um investimento de todo justificado, com os protagonistas certos. Mas considero que seria muito importante que no futuro não tenha de se prosseguir com tal investimento impedindo outros. Ou seja, se se mantiver a conduta pouco cívica de alguns prejudicando todos, devem ser aqueles alguns a pagar as coimas e taxas que sustentem o serviço ou, então, são corrigidas as más práticas e acaba-se o problema.

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

# PRÉMIO MUNICÍPIO MAIS SUSTENTÁVEL/ GALP

O Município de Loures recebeu o Prémio Município Mais Sustentável/GALP, no âmbito da Portugal Smart Cities Summit 2019/ Green Business Week.

O galardão, entregue no dia 21 de maio, distingue a prioridade dada no Município à sustentabilidade, patente em diversas medidas e iniciativas atualmente em execução.

A criação da Agência Municipal de Energia e Ambiente, a aposta na eficiência energética, o trabalho da Agência de Investimento - Loures Investe e do Loures Inova - Centro de Negócios e Incubação, na criação de um ambiente propício ao desenvolvimento económico, a App "Mais perto de si" para comunicação de problemas/questões no espaço público, a aposta nos transportes coletivos, o trabalho de educação e sensibilização ambiental ou o investimento na regularização de linhas de água, são alguns exemplos de medidas inseridas nesta estratégia.

O prémio foi entregue pelo presidente da Fundação AIP, Comendador Rocha de Matos e pela Diretora de Comunicação e Marketing da Galp Energia, Joana Garoupa.

Na ocasião, o Presidente da Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, afirmou que o Município encara esta distinção como um incentivo para continuar a procurar as melhores soluções na gestão do território e na melhoria da qualidade de vida das populações.

Loures integra este certame desde a primeira edição e está presente este ano com um módulo de exposição onde reflete o tema Mobilidade e Sustentabilidade, e em que participam igualmente diversas empresas de inovação e tecnologia sediadas no concelho de Loures.



TEATRO POLITEAMA

Montepio

SEVERA

O MUSICAL  
de FILIPE LA FÉRIA

Quarta a Sábado às 21h30 e Sábado e Domingo às 17h00  
Reservas: 213 405 700 - 964 409 036 - 1820 (24h) M/12

LISBOA





distribuição

# SEMPRE LIGADOS



## O QUE NOS LIGA A SI

Os nossos canais digitais estão mais intuitivos e mais fáceis de utilizar. Comunicar leituras, avarias ou situações de risco são alguns dos serviços disponíveis, em qualquer lugar e a qualquer hora.

Visite-nos em [edpdistribuicao.pt](http://edpdistribuicao.pt) ou descarregue a nossa app.



# HASTEADA BANDEIRA LGBT+

A bandeira LGBT foi hasteada, pela primeira vez, em Loures no dia 17 de maio, pelas 9h, no Palácio dos Marqueses da Praia e Monforte, edifício que alberga a Assembleia Municipal de Loures. A bandeira arco-íris esvoaçou para assinalar o Dia Nacional e Internacional Contra a Homofobia e Transfobia. A cerimónia surge após sucessivos adiamentos por parte da autarquia, na sequência da aprovação de uma recomendação do Bloco de Esquerda, em setembro de 2017.

**P**ela defesa dos direitos da comunidade LGBT+ no concelho de Loures.

## Considerando que:

No dia 17 de junho teve lugar mais uma Marcha do Orgulho LGBT, em Lisboa. O desfile que juntou milhares de pessoas decorreu entre o Jardim do Príncipe Real e a Ribeira das Naus;

A Marcha decorreu com o habitual ânimo, alegria e frases de ordem que pretendem dar visibilidade às pessoas LGBT+, às suas famílias e chamar a atenção para os atos de discriminação de que essas pessoas são vítimas;

“A sociedade tem de sair do armário” foi uma das frases de ordem da marcha deste ano e foi um dos motes para as intervenções que os promotores da

iniciativa fizeram na Festa da Diversidade, onde terminou o desfile;

Tal como o preconceito, as pessoas LGBT+ existem transversalmente na nossa sociedade. São médicos, artistas, professores, advogados, funcionários públicos, trabalhadores por conta de outrem, precários... São colegas de trabalho e amigos; são tios e tias, primos e primas, irmãos e irmãs e pais e mães. Somos, muitas vezes, nós próprios ou o nosso vizinho;

O Dia Mundial de Luta Contra a Homofobia e Transfobia (IDAHOT - International Day Against Homophobia and Transphobia) comemora-se a 17 de maio, data em que, no ano de 1992, a Organização Mundial de Saúde (OMS) retirou a homossexualidade da lista de doenças mentais;

Neste dia pretende criar-se uma consciência global para o fenómeno da homofobia e transfobia. Hoje, todos somos chamados a contribuir para uma sociedade mais inclusiva, que rejeita todas as formas de discriminação sem violência, sem homofobia nem transfobia. Várias instituições portuguesas já assinalam este dia com o hastear da bandeira arco-íris, símbolo da luta pelos direitos das pessoas LGBT+.

## Assim, a Assembleia Municipal de Loures, reunida em plenário, delibera:

Recomendar à Câmara Municipal de Loures que apoie solidariamente a comunidade LGBT+, passando a juntar-se às celebrações do Dia Mundial de Luta Contra a Homofobia e Transfobia, hasteando a ban-

deira arco-íris todos os anos, no dia 17 de maio, no edifício sede da Câmara Municipal de Loures nos Paços do Concelho; Recomendar a todas as Juntas de Freguesias do concelho que hasteiem a bandeira arco-íris nos seus edifícios sede, no dia 17 de maio, como sinal de apoio aos direitos das pessoas LGBT+ e de compromisso com a luta contra todas as formas de discriminação;

Saudar a Marcha LGBT de Lisboa, todas e todos os que nela participaram e todas as organizações que a organizaram;

Enviar este documento aos grupos parlamentares representados na Assembleia da República, à Associação Nacional de Municípios, à Associação Nacional de Freguesias, à Associação ILGA Portugal (Intervenção Lésbica,



Gay, Bissexual e Transgénero), à Associação Opus Gay, à AMPLOS (Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual), à Rede Ex Aequo, às Panteras Rosa e aos órgãos de comunicação social.

# RECOLHA DE MONOS A CARGO DAS FREGUESIAS

A Câmara Municipal de Loures cedeu às juntas de freguesia do concelho meios financeiros e viaturas para a recolha de resíduos.

**O** contrato de delegação de competências foi assinado na terça-feira, dia 21 de maio, às 14h30, na Praça da Liberdade, junto aos Paços do Concelho, em Loures, momento em que também foram entregues as novas viaturas. Esta medida visa aumentar a eficiência e a eficácia na recolha de resíduos, nomeadamente dos monos, tendo em conta o contributo das juntas de freguesia do concelho, pela sua proximidade e o conhecimento direto dos problemas. Representa um investimento de cerca de 500 mil euros e envolve também a colaboração dos Serviços Intermunicipalizados de Águas e Resíduos de Loures e Odivelas (SIMAR).

Com esta conjugação de esforços, a autarquia pretende ainda otimizar a gestão de

resíduos, no sentido de diminuir as deposições em aterro e aumentar a taxa de reciclagem. Este tema tem sido alvo de muitas reclamações perante as juntas de freguesia que pressionaram a Câmara de Loures e o SIMAR para uma solução para este problema. Acredita-se que a distribuição destes recursos crie condições para a realização de uma recolha de resíduos mais eficaz.

O presidente da Câmara Municipal de Loures assinou os protocolos e entregou as chaves das novas viaturas aos presidentes das freguesias de Bucelas, Fanhões, Lousa e Loures, bem como às Uniões das Freguesias de Moscavide e Portela, Sacavém e Prior Velho, Santo Antão e São Julião do Tojal e Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela.

“Este é um momento impor-



tante para a vida do nosso Município”, referiu Bernardino Soares. “Conseguimos concretizar um acordo com as freguesias do nosso concelho que permitirá melhorar, e muito, a capacidade de recolha dos monos por todo o nosso território”.

“Com o aumento da produção de resíduos têm havido dificuldades, apesar do aumento

da capacidade dos SIMAR, em responder a todas as exigências da recolha de monos que existem um pouco por todo o concelho”, explicou Bernardino Soares. Por essa razão, “entendeu a Câmara que era indispensável encontrar uma solução que pudesse contribuir para pôr fim a esta questão. Em conjunto com os SIMAR, e com cada uma das freguesias,

desenvolveu-se um processo de negociação e de acerto de pontos de vista que culminou num acordo que permitirá a entrega, a cada uma das freguesias, de uma viatura para recolha de monos, para além de um financiamento para recursos humanos, combustível e outros gastos que orçará meio milhão de euros”.





# A SAÚDE JÁ ACONTECE AQUI.

O TROFA SAÚDE HOSPITAL  
JÁ ABRIU



**JUNTO  
À H&M  
PISO 1**



LoureShopping



# MAIS DINHEIRO PARA O DESPORTO

66 mil euros para o Programa Municipal Mais Formação para a época 2018/2019, o que representa um acréscimo de mais 12.399,52 euros face à época anterior. 90 mil euros para o programa Desporto Mais e 3 mil euros para o ciclismo.

**O** Programa Municipal Mais Formação, que visa compartilhar financeiramente as coletividades que desenvolvem trabalho regular na área da formação desportiva, vai apoiar “mais cinco centros de formação, mais cinco modalidades e o volume das transferências financeiras vai crescer 12.399,52 euros”, face à época anterior, referiu o vice-presidente da Câmara Municipal de Loures, Paulo Piteira, perfazendo um total de cerca de 66 mil euros para a época 2018/2019. Para o mesmo período, e no âmbito de outro programa municipal - Desporto Mais -, a Autarquia irá transferir cerca de noventa mil euros, que visam apoiar financeiramente a formação e participação

de atletas ou equipas, do escalão sénior, em campeonatos nacionais. Para a modalidade de ciclismo, existente apenas no Grupo Desportivo de Louisa, a Autarquia deliberou transferir três mil euros, referentes aos custos com a organização de um prémio de ciclismo a contar para os campeonatos nacionais da modalidade, integrado no programa das Festas de Loures de 2018, e que se irá repetir também em 2019.

Aos agentes culturais, que desenvolvem atividade nas áreas da música, do teatro e das tradições regionais, serão atribuídos, ao abrigo dos acordos de colaboração, cerca de 130 mil euros, distribuídos por 65 entidades.

Fonte CMLoures



## GIMNOLOURES PROMOVE BOAS-PRÁTICAS GÍMNICAS

Um sarau organizado pela Câmara de Loures em parceria com a Associação de Ginástica de Lisboa, pretendeu promover o convívio e a partilha de experiências entre atletas, bem como as boas-práticas gímnicas.

**A**ssim, no dia 17 de maio, os atletas do Sport Clube Sanjoanense, Acromix Camarate Clube, Grupo Dramático e Recreativo Corações de Vale Figueira e Sport Lisboa e Benfica tiveram oportunidade de mostrar os seus dotes gímnicos, divulgando o trabalho efetuado na última época desportiva. A edição deste ano, no Pavilhão José Gouveia, em São João da Talha, contou com a presença de centenas de simpaticantes da modalidade, que quiseram assistir à exibição dos cerca de 260 ginastas nas mais

diversas disciplinas como trampolins, ginástica infantil, acrobática, entre outras.

Presentes no sarau gímnico estiveram ainda o presidente da Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, bem como o presidente da Associação de Ginástica de Lisboa, Carlos Oliveira, que entregaram os diplomas às coletividades participantes.

“O GimnoLoures é uma grande festa da ginástica e corresponde a uma intensa atividade desta modalidade, com grande tradição no concelho e com forte apoio das

coletividades que a ela se dedicam, e também da Câmara de Loures”, referiu Bernardino Soares.

“Temos uma política cada vez mais intensa de apoio ao desporto e às modalidades, em particular na área da formação”, continuou o presidente da Câmara. “Além do Regulamento de Apoio ao Associativismo que foi aumentado, este ano, em mais 20%, permitindo apoiar mais modalidades e mais atividades, temos um apoio específico direcionado para os vários centros de formação existentes nas coleti-

vidades do nosso concelho, com uma verba de 15 mil euros, apenas dedicada à ginástica, ajudando a desenvolver esta intensa atividade”.

“Vamos continuar a trabalhar para que os cerca de 1000 atletas do concelho, que trabalham na área da ginástica, continuem a ter um forte apoio para desenvolver o seu trabalho e obter os excelentes resultados que têm vindo a obter”.

No próximo dia 7 de junho, o Pavilhão Paz e Amizade, em Loures, irá receber, a partir das 21h, a edição da zona norte do GimnoLoures.





**RTL**

**cooptaxisloures.pt**

outras redes

**(91/93/96)**

**21 941 6666**

**Taxiclick**

táxi para  
smartphones

A SUA APP



## ENTREVISTA AO ENGENHEIRO JOSÉ TRINDADE



Engenheiro José Hilário Mendes da Trindade  
72 anos

O Engenheiro Trindade como é conhecido no concelho de Loures é um dos grandes empreendedores da nossa terra. Conhecido pelos milhares de metros quadrados de armazéns industriais, virou-se para a floresta, área onde continua a investir.

## PERCURSO

**Foi desde sempre empresário e empreendedor?**

Nem sempre empresário. Durante os primeiros cinco anos de atividade profissional, trabalhei por conta de outrem, como empresário trabalho há 41 anos.

**Como define a sua atividade no concelho de Loures numa frase ou três palavras?**

Para definir a opção por instalar a minha atividade no concelho de Loures uso 3 palavras "uma boa escolha".

**Em que ano iniciou a sua atividade como empresário?**

Iniciei a minha atividade como empresário em 1978.

**Para onde direcionou então os seus investimentos?**

No início da minha atividade direcionei os investimentos para a área da construção de naves industriais.

**Porquê o imobiliário industrial, quando a maioria dos empresários do setor se direcionavam para habitação?**

Por um lado por entender que havia uma lacuna por preencher de espaços destinados a instalar pequenas e médias empresas industriais, os poucos existentes não estavam bem localizados eram caros e sem condições.

Por outro, por ter a ambição de contribuir para a dinamização da economia, criando estruturas onde as pequenas e médias empresas pudessem desenvolver-se, criar riqueza e emprego.

**A grande Lisboa tem capacidade para absorver mais armazéns industriais?**

Sem dúvida que a grande Lisboa continua a precisar de espaços onde as empresas possam instalar-se.

Se as empresas nossas inquilinas podem servir de barómetro, a ocupação dos

## ” PERMITIR QUE OS MUNÍCIPES TRAVIVEM É PROPORCIONAR-LHES Q

armazéns situados na grande Lisboa, atualmente ronda os 100%.

Continua a haver procura, nem sempre possível de satisfazer, dada a dificuldade/ morosidade na aprovação de novos projetos.

**O que tem Loures a ganhar com a presença dos seus parques industriais?**

Loures só tem a ganhar com a criação de emprego e riqueza e é isto que os nossos parques industriais potenciam.

Da instalação destes parques resultam benefícios económicos, sociais e ambientais,

porque uma região é tanto mais forte, dinâmica e competitiva quanto maior é a possibilidade dos habitantes desenvolverem as suas competências no concelho, evitando a deslocação para outras regiões ou mesmo a emigração e isso só é possível se tiverem oportunidades de trabalho.

Criar emprego no concelho é condição para atrair jovens famílias para aí se fixarem, dinamizarem económica e culturalmente a zona.

Permitir que os munícipes trabalhem no local onde vivem é proporcionar-lhes qualidade

de vida, tempo para atividades lúdicas e culturais, para a família e para o descanso.

Da criação de riqueza no concelho também resultam benefícios ambientais, porque ao diminuir as deslocações para os grandes centros urbanos, reduz a poluição e o consumo de combustíveis fósseis.

Em suma criar emprego em Loures é torná-lo um concelho vivo e não um mero dormitório de Lisboa.

**Como se refletiu nas suas empresas a última crise do imobiliário?**

### INVESTIMENTO NA FLORESTA. PORQUÊ?

A construção civil e a floresta são áreas que me interessam especialmente e onde possuo alguns conhecimentos. A par da preparação académica o estudo e pesquisa constantes mantêm-me preparado para novos desafios.

Se inicialmente o setor florestal foi uma necessidade para complementar uma atividade em crise, atualmente é uma paixão. A floresta é cada vez mais reconhecida como um espaço de importância fundamental para a manutenção dos valores naturais e para melhoria da qualidade de vida das populações.

A importância que atribuímos à floresta está muito longe de ser apenas estritamente económico.

A floresta sempre foi o fator mais importante do nosso planeta, pois sem ela não haveria vida especialmente para os animais, a que chamamos superiores e onde obviamente se inclui o homem.

A concentração de gases de efeito estufa foi e é uma camada protetora da terra, que ao longo dos milénios tem regulado a temperatura do planeta e que permite a expansão da humanidade no último período da era quaternária, precisamente no holoceno, especialmente depois da última glaciação.

Nos últimos 200 anos a concentração desses gases de efeito estufa aumentou consideravelmente e foi o homem que mais contribuiu para esse aumento e com ele a alteração do clima que se tem feito sentir.

A dita camada protetora constituída por vapor de água e gases de efeito estufa, sendo o principal pela sua quantidade o dióxido de carbono  $CO_2$  e outros dois de grande importância, o óxido nitroso  $NO_2$  e o metano  $CH_4$  fazem com que a radiação infravermelha emitida pela terra não se

perca toda para o espaço e uma parte seja devolvida à superfície do planeta e permita a temperatura necessária para a nossa existência.

Se não a houvesse, a terra tornar-se-ia excessivamente fria, em cerca de  $30^\circ C$ . Contudo como atrás referi, nos últimos 200 anos e especialmente depois da revolução industrial a produção de  $CO_2$  tem aumentado consideravelmente resultante principalmente da queima de matéria orgânica especialmente de hidrocarbonetos para a produção de energia para o nosso conforto e necessidades básicas de locomoção, alimentação e outros.

Ora esta grande produção de  $CO_2$  só pode ser combatida pela sua absorção na terra através da fotossíntese das plantas, pois é através desta que o  $CO_2$  emitido não vai para as altas camadas da atmosfera e seja transformado em madeira, pois  $6CO_2 + 12H_2O = C_6H_{12}O_6 + 6H_2O + 6O_2$  se repararmos as 6 moléculas de  $CO_2$  mais as 12 moléculas de água da equação transformam-se em glicose que é a seiva bruta das plantas  $C_6H_{12}O_6$  e libertam durante a noite para a atmosfera 6 moléculas de água sob a forma de vapor que vai aumentar a pluviosidade nas regiões de maior área florestal, dando assim continuidade ao importante ciclo da água indispensável à vida e ainda libertam essas plantas seis moléculas de oxigénio para a nossa respiração e de todos os outros animais já atrás referidas. Portanto a floresta além da importância enorme em termos económicos tem uma mais importante ainda, em termos ambientais que devemos considerar a todo o momento sempre que em todos os atos da nossa vida interaja com ela.

Esta aborrecida lenga lenga é somente para lembrar a importância da floresta.



# TRABALHEM NO LOCAL ONDE QUALIDADE DE VIDA

Todos os setores sentiram os reflexos desta última crise.

Ela não foi específica do imobiliário, mas sim uma crise financeira que afetou essencialmente as vendas, em todas as empresas, a venda de armazéns não foi exceção.

No entanto, como temos uma vertente dirigida ao arrendamento, essa funcionou razoavelmente.

Mantivemos uma taxa de ocupação razoável dos nossos armazéns, na maioria dos casos só possível graças à colaboração prestada aos nossos inquilinos.

Temos consciência, que o nosso sacrifício evitou o encerramento de algumas empresas e o despedimento de muitos trabalhadores. Também nas nossas empresas mantivemos todos os postos de trabalho, não despedimos ninguém, temos uma boa equipa de profissionais que soube adaptar-se às novas realidades.

**Qual a estratégia ou estratégias para atravessar e ultrapassar essa crise?**

Uma das estratégias que nos permitiu ultrapassar esta crise foi complementar a atividade da construção/arrendamento não habitacional com a produção florestal.

**A aposta publicitária das empresas do grupo trindade é reduzida. Porquê?**

Embora consideremos a publicidade como uma importante ferramenta de promoção de empresas e produtos e a ela recorramos pontualmente quando necessário, a verdade é que temos tido a sorte de não necessitar de divulgar os nossos produtos, porque a divulgação tem sido feita boca a boca pelos nossos inquilinos, que nos recomendam.

**O que diferencia os seus parques de armazéns dos dos seus concorrentes?**

Localização - funcionalidade - preço e assistência, são os fatores que nos diferenciam.

**Os espaços de logística e industriais em Loures ainda podem crescer?**

Para crescer e tornar-se um concelho de referência, Loures, além das empresas tradicionais, tem de atrair empresas jovens e inovadoras, para isso tem de ter condições para as acolher.

Por isso sim, continua a haver espaço para a criação de novos polos logísticos e industriais.

**Porquê a aposta na construção de armazéns de pequenas dimensões?**

Procuramos responder às solicitações do mercado, oferecendo áreas compatíveis com a dimensão das empresas, a preços que estas possam pagar.

O tecido empresarial português é constituído maioritariamente por pequenas e médias empresas e são estas o nosso público alvo, daí que a maioria dos nossos armazéns tenham a dimensão adequada aos nossos clientes.

**Como vê a atual gestão camarária?**

No tocante à assistência às atividades instaladas tem funcionado bem de modo a proporcionar-lhes a possibilidade do seu normal crescimento sem necessidade da sua deslocalização.

**O que considera ser importante acontecer em Loures para que este concelho tenha mais desenvolvimento?**

O empreendedorismo de base tecnológica seria bem vindo. Empresas que apostem em soluções inovadoras, diferentes das existentes no mercado, que permitam resolver os problemas das pessoas, em qualquer área das suas vidas, de forma mais cómoda, rápida e eficaz fazem falta em todo o lado. Fomentar o empreendedorismo através de medidas concretas, apoiar pessoas e ideias, será talvez o principal caminho para alavancar o crescimento da economia de Loures.

**Como se define como empresário?**

Não me compete a mim fazer juízos em causa própria, apenas posso dizer que em toda a minha vida como empresário procurei fazer o melhor que sei e cumprir os meus compromissos. Rodeei-me de bons profissionais, que têm sabido adaptar-se a novos desafios.

Depois a base de tudo é o conhecimento, a iniciativa, a perseverança e coragem para correr riscos.

Preparei-me, estudei e continuo a estudar de modo a conhecer profundamente as atividades a que me dedico e aquelas a que ainda quero vir a dedicar-me.



**Alexandra Bordalo Gonçalves**  
Advogada



**Rui Rego**  
Advogado

## DAS NOTÍCIAS E DO DIREITO

### A JUSTIÇA SERVIDA AO BALCÃO E O ERRO DO PRECONCEITO

Muitos são aqueles que precisam de recorrer a um profissional do Direito. Idealmente para se informarem e tomarem decisões informadas e ajuizadas, no sentido do conhecimento das consequências e regras aplicáveis. Ora, aqueles que desabafam com um qualquer amigo, recebem de pronto a solução para o seu problema, ali mesmo na mesa do café, enquanto beliscam os tremoços e sorvem as imperiais. Pois, esses amigos já tiveram a experiência, ou conhecem a prima da sobrinha da afilhada da vizinha do 3º esquerdo que é amiga da porteira que dá a chave à empregada do 5º direito que apanha a mesma carreira da filha do amigo! E então, sabem na primeira pessoa como agir, como fazer, e aconselham, assim mesmo arrotando verdades absolutas, em regra puras imbecilidades, mas que afugentam qualquer boa alma de se aproximar da justiça!

Ora, se é sabido que apanhemos vacinas para não morrermos das doenças, é bom de ver que os Advogados cumprem o dever de informação, explicando às pessoas as soluções legais, os caminhos a seguir, os riscos, etc. E não, isto não é apenas para quem tem disponibilidade financeira, pois também há justiça para quem tem menos, ou não tem nada.

Muitas Juntas de Freguesia

têm um serviço de consulta jurídica que permite às pessoas obterem uma consulta totalmente gratuita, sem custos. Muitas associações, também oferecem estes serviços. O recurso à Ordem dos Advogados, ajuda igualmente a resolver estas questões, ou prestando a informação de pronto ou encaminhando para os meios próprios.

E aqui chegados, alcançamos o preconceito propagado nos últimos anos, por vezes por quem tinha e tem obrigações superiores e que muito mal andou ou anda, preconceito este consubstanciado na parangona que os advogados oficiosos não prestam!

Ora, os Advogados são advogados (ponto)! Alguns fazem apoio judiciário, outros não. Mas trata-se de um ato de vontade dos próprios, tão só. As qualificações são as mesmas, pagam-se as mesmas quotas, seguros, etc. Os deveres para com o Cliente são iguais.

A grande diferença é que um advogado quando exerce a sua atividade no apoio judiciário, presta informações à Ordem dos Advogados sobre o andamento dos processos e recebe os seus honorários através do Ministério da Justiça.

Agora, as obrigações do Advogado, capacidade e empenhamento no trabalho, nível de serviço, cumprimento do segredo profissional, lealdade, inte-

gridade, relação com os Colegas e as Instituições são os mesmos que os do Advogado remunerado principescamente. As obrigações profissionais e o respeito pela ética da profissão mantêm-se tal qual.

Alguém teve uma má experiência? É possível. Mas tal, infelizmente, pode acontecer em qualquer área da vida, com qualquer profissional. Sendo muito fácil confundir a árvore com a floresta, ou por ignorância ou maledicência, não perceber que não foi feita prova, ou que foi evidente que as testemunhas mentiram ou escusaram-se a depor.

Importante é que todos percebam que em tempos de sociedade de informação, a resposta a cada problema concreto não vem no Dr. Google, não vem do amigo, vizinho ou compadre que tudo sabe e todos conhece.

A justiça é um direito fundamental, consagrado na Constituição e ao alcance de todos.

Com mais ou menos escolhos, ao alcance de todos, e apoiado em paciência e perseverança quando é necessário recorrer a Tribunal, mas ainda assim, ao alcance de todos.

Informe-se e tome decisões informadas. O investimento feito hoje na informação poderá poupar-lhe anos de agruras.

Celebre o Dia de Portugal e a Constituição que garante o acesso à Justiça!





**Ricardo Andrade**  
Comissário de Bordo

## VOLTAR A FAZER POLÍTICA SÉRIA

Há já alguns anos que tenho vindo a ter a sorte de poder desempenhar cargos públicos e desde que tive a oportunidade de, pela primeira vez, tomar a palavra numa reunião enquanto autarca. Desde esse momento que muitas coisas se passaram mas sei que sempre existiram limites que não ultrapassei. Respeito, boa educação, compreensão que cada um dos que exerce funções públicas (independentemente das suas convicções) faz sempre o melhor por aqueles que representa ou noção de que para uma afirmação deve haver o direito ao contraditório, são aspectos que jamais me saem da mente na política e na vida.

O que não esperava era ser confrontado com agressividade gratuita, argumentos pouco honestos no campo intelectual ou até mesmo perante a vontade pura de destruir a imagem alheia e não de debater ideias e projetos e até mesmo perante o ultrapassar de limites de boa educação e urbanidade na salutar convivência entre titulares de cargos públicos.

Infelizmente, os últimos meses como autarca têm sido um autêntico “abrir de olhos” no que diz respeito ao entendimento de que nem todos somos iguais e de que existem outros que podem não ter a mesma noção e de que podem colocar à prova muito do que faz de mim a pessoa que sou enquanto agente político que procura com o seu exemplo construir formas positivas de dar o seu contributo para um elevado debate público na gestão da coisa pública.

Vereadores, deputados municipais e até um Presidente de Câmara eleitos pelo Partido Comunista em Loures revelaram nos últimos tempos estar “de cabeça perdida” sempre que o PSD diz aquilo que pensa na Assembleia Municipal de Loures ou até mesmo fora das reuniões oficiais. Autarcas comunistas outrora praticantes de boas práticas no desempenho de cargos públicos e de respeito pela suas funções passaram agora para um plano não antes visto de intolerância para com as opiniões de quem está hoje na oposição em que anteriormente eles haviam estado. Representantes e eleitos do PCP ultrapassam agora quase todos os limites e constroem um dia a dia de agressividade e de atentado a vários dos valores essenciais da democracia no nosso Concelho.

A política em Loures é hoje marcada por um clima bélico desnecessário e pouco positivo para a imagem do que é e deve ser a política em prol dos cidadãos.

Mas compreendo cada vez mais que não basta sermos diferentes e de que me cabe denunciar sempre, dizendo a verdade e procurando que, com isso, a política no nosso Concelho volte a ser leal e justa mas, acima de tudo, séria!

# INCÊNDIO Q

O incêndio que deflagrou na tarde de domingo dia 19 de maio numa zona de mato, barracões e habitações precárias na Quinta do Mocho, em Sacavém deixou 14 famílias desalojadas, num total de 37 pessoas. Ao local foram mobilizados 93 operacionais, apoiados por 31 veículos. Não houve feridos, apenas o fumo incomodou quem estava na área.

Inicialmente, 29 agregados familiares, num total de 66 pessoas, tiveram de deixar as suas casas e pernoitar no quartel dos bombeiros de Sacavém. Contudo, cerca de metade poderá regressar às suas habitações. A câmara de Loures esperava ter soluções para as restantes na terça-feira seguinte. Uma semana depois, as 37 pessoas continuavam desalojadas e a pernoitar no pavilhão dos

Bombeiros Voluntários. Bernardino Soares, presidente da Câmara de Loures, reuniu na segunda-feira, dia 27 de maio, com o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, para discutir possíveis resoluções para a situação. Segundo o autarca, a tutela do terreno recai sobre o Ministério da Defesa, que recebeu nos últimos anos alertas para as condições precárias de habitação

lá presentes e também para a falta de limpeza nas matas. A resposta tarda em chegar, mas Bernardino Soares relembra, numa conferência de imprensa que decorreu esta quinta-feira, que é preciso uma resolução “imediate e digna” que permita a estas pessoas transitarem para uma habitação provisória enquanto é preparada uma permanente.

O município de Loures não tem



**EDIFÍCIO EURO**  
**Arrendam-se Escritórios**  
**15m<sup>2</sup> a 90m<sup>2</sup>**



Imobiliária Constructora, Lda

Av. das Descobertas, nº15, 1º B-C - Infantado - 2670-383 Loures  
219 824 654 | 917 258 585 | geral@imovil.pt





# UINTA DO MOCHO

**INICIALMENTE, 29 AGREGADOS FAMILIARES, NUM TOTAL DE 66 PESSOAS, TIVERAM DE DEIXAR AS SUAS CASAS E PERNOITAR NO QUARTEL DOS BOMBEIROS DE SACAVÉM.**

capacidade para acolher os desalojados do paiol no imediato, tendo uma lista de espera com mais de mil pessoas. É da responsabilidade, acredita o autarca, do Ministério da Defesa - dono do terreno onde se encontra o paiol - e da Segurança Social arranjar uma solução para estas pessoas. Acusa-os de quererem fugir ao problema ao afirmarem não ter competência na área. "O que é preciso não é olhar para as competências nem falar em diplomas no papel que

não resolvem nenhum problema na realidade, é preciso é encontrar uma solução", acrescenta. Aponta também as "inúmeras instalações do ministério da defesa já desativadas ou com capacidade para poderem ser utilizadas para alojar com mais dignidade estas pessoas". O panorama não é amigável: o mercado imobiliário, com preços cada vez mais inflacionados, está fora de questão como resposta ao problema que o incêndio

criou. Vindas de habitações precárias, lembra Bernardino Soares, nenhuma destas famílias tem poder de compra suficiente para tentar encontrar uma casa por arrendamento.

Quanto à habitação social, por outro lado, escasseiam as casas disponíveis e estendem-se as listas de quem precisa delas.

Os programas de apoio existentes ou não têm capacidade de resposta ou não recaem sequer sobre as áreas de apoio

habitacionais necessárias neste caso: "isto não se resolve sem um programa nacional de apoio à construção e às respostas habitacionais para eliminar as habitações precárias", conclui.

O presidente da Câmara reforça: "encontrar a solução é imperativo. Estas pessoas não podem ficar onde estão e também não podem voltar para o paiol."

É necessária a garantia de condições dignas de vida e essas condições estão ainda por conceder.



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

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



# FESTIVAL DO CARACOL SALOIO 2019

A edição 2019 do Festival do Caracol Saloio vai decorrer de 11 a 28 de julho, junto ao Pavilhão Paz e Amizade, em Loures.

Um festival com características únicas, onde poderá apreciar um leque variado de pratos do "famoso" caracol saloio, que vão desde o tradicional Caracol Cozido ao Caracol à Bulhão Pato, Feijoada de Caracoleta, Caracoleta Assada, entre muitas outras especialidades.

11 > 28 JULHO



# WWW.FICCOES

# SMEDIA.PT

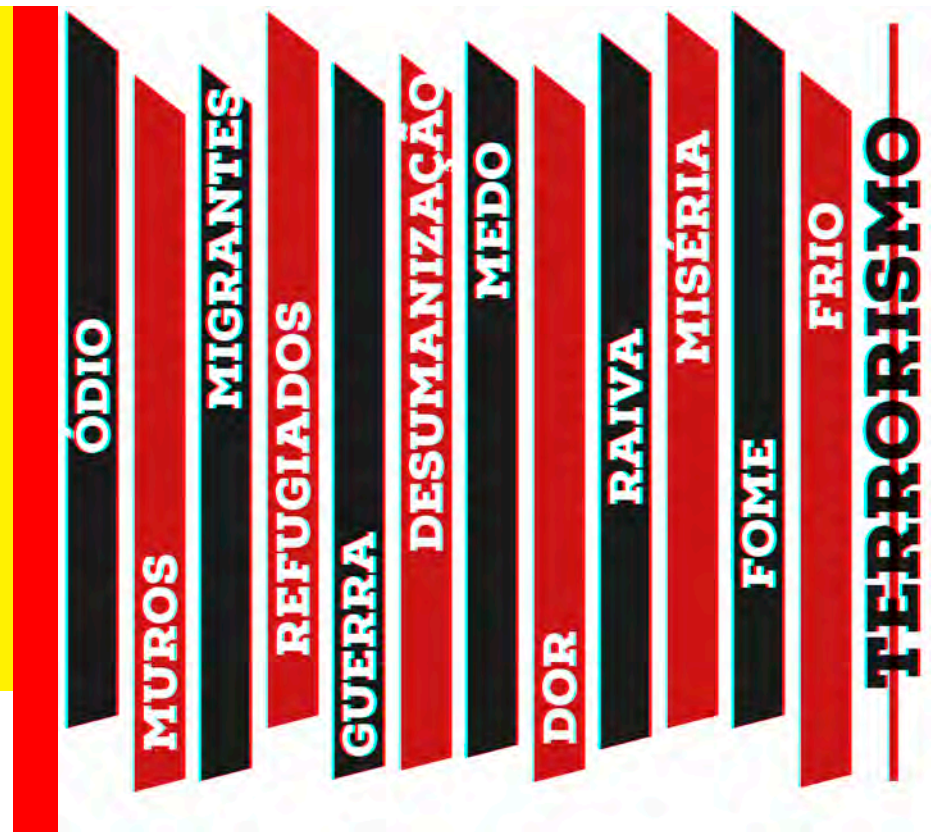




# EXPOSIÇÃO *CORTINAS DE ÓDIO*

A Câmara Municipal de Loures convida a visitar a exposição Cortinas de Ódio, que estará patente ao público até 29 de junho, na Biblioteca Municipal Ary dos Santos, em Sacavém.

Esta exposição, incluída na programação das comemorações do 25 de Abril, é composta por sete painéis e tem como atividade associada o debate/tertúlia Pode a arte derrubar muros? Pode visitá-la de terça-feira a sábado, entre as 10h e as 18h.



## TROCA E OFERTA DE LIVROS

A Biblioteca Municipal José Saramago, em Loures, vai dinamizar, entre os dias 4 e 15 de junho, uma banca de troca e oferta de livros a que deu o nome de Dá & Leva.

A biblioteca disponibiliza alguns exemplares para troca e oferta, e os utilizadores também podem entregar os seus próprios livros, com igual finalidade. Os utilizadores podem entregar um máximo de dez exemplares que já não necessitam e trocar por outros que lhes suscitem interesse. Desta troca estão excluídos os livros em mau estado, manuais escolares e, no caso de obras técnicas, exemplares com conteúdos desatualizados. Aproveite esta oportunidade.



**YOGA**

**TERÇAS-FEIRAS**

- 10.00H
- 18.30H

.....

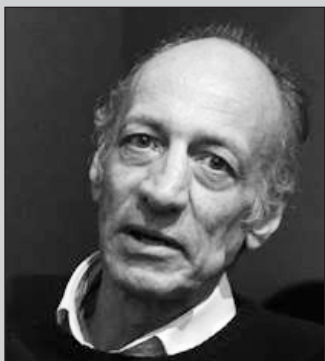
**QUINTAS-FEIRAS**

- 18.30H
- 19.30H

INSCRIÇÕES ABERTAS: 219 444 173 • ANAVIEGASCRUZ@GMAIL.COM

CENTRO MÉDICO DA PORTELA  
EDIFÍCIO CONCORDIA - ROTUNDA NUNO RODRIGUES DOS SANTOS 1, 2ªA | 2685-223 PORTELA LRS





**Gonçalo Oliveira**  
Ator

## P'LA CANETA AFORA

### HEI JOE!

**A**inda nem estou em mim! Nem a campanha eleitoral para as europeias me consegue deixar tão perplexo, tão de boca aberta, tão a não crer acreditar!

Refiro-me, é óbvio, à falta de vergonha, ao descaramento, à falta de ética, à amoralidade, à falta de pudor, à falta de respeito, à falta de idoneidade, à promiscuidade, à algaraviada, à grunhice, à embrulhada, à choldrice, à ordinarice, à intrujice, ao logro, à trapaça, à vigarice, de um tal Zeca Rodrigues, mais conhecido por Ex-Comendador-Por-Enquanto Joe Berardo!

E não sei se me apetece gastar mais caracteres e ocupar mais espaço ao meu/nosso/vosso jornal a falar deste vil anti-patriota.

Exijo que este ser rastejante não faça parte do meu país! O povo do meu país ao qual eu também pertenço, tal como você, você, você e você exigem um pedido de desculpas nacional e que lhe seja retirada a nacionalidade portuguesa!

Não se enxovalha uma Nação! Não se passa um atestado de estúpido a um povo grandioso, que é o meu! Que é o nosso!

Não somos um país de totós e de grunhos, nem de mal educados ó Zeca Rodrigues!!!!

Somos um país de gente séria e honesta, que não tem e também não quer ter uma retrete com vista para o Tejo!!!!

Paga o que deves, ó Zeca!!!!

P.S.

E o país exige que o teu escritório no Centro Cultural de Belém seja fechado e tu despejado. E deixa lá a tua coleção de Arte, que é nossa e de mais ninguém!

Viva Portugal!!!!

(Quando me passar a paragem de digestão associada a uma paragem cardíaca provocada pelas tuas aleivosias Zeca, eu voltarei a escrever com alegria. É já para o mês que vem! O SNS trata de mim!)

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

# A SEGURANÇA DAS VIATURAS TAMBÉM COMEÇA EM CADA UM DE NÓS

**A** Divisão Policial de Loures e de Odivelas da PSP, perante um fenómeno emergente de furtos em interior de viaturas que vinha a ocorrer no mês de maio, sobretudo na cidade de Odivelas, desencadeou múltiplas operações policiais com vista à prevenção e repressão da prática deste tipo de criminalidade, através do empenho das suas várias valências e Esquadras, designadamente pelas Esquadras de Odivelas, da Pontinha, de Caneças e pela Esquadra de Investigação Criminal, apoiadas pelas Equipas de Intervenção Rápida da Divisão Policial de Loures.

Em paralelo, a PSP desenvolveu ainda diversas diligências de investigação criminal, tendo sido possível interceptar na madrugada do dia 14 e maio de 2019 dois suspeitos, de 29 e 37 anos de idade, nenhum deles residente no concelho de Odivelas. Com base nos meios de prova entretanto recolhidos, foi possível imputar aos suspeitos cerca de 30 (trinta) crimes de furto em interior de viatura. Os detidos, já com um vasto registo criminal por crimes contra o património, foram presentes no Tribunal Judicial da Comarca de Lisboa Norte - Loures, tendo-lhes sido aplicada a medida de coação de prisão preventiva.

No decurso das diligências policiais, foi possível recuperar um elevado número de artigos furtados, os quais foram entregues aos seus legítimos proprietários, mitigando de alguma forma o impacto provocado por estes criminosos. A PSP de Loures e de Odivelas acredita que estas detenções serão suficientemente impactantes para que o fenómeno, prioritário em termos de intervenção policial, sofra decréscimos assinaláveis pela dissuasão de grupos de autores com pretensões desta natureza.

A PSP manterá as medidas de prevenção criminal necessárias ao fortalecimento do sentimento de segurança da população, embora se tenha constatado que estes crimes também ocorreram porque "a ocasião fez o ladrão", ou seja, alguns cidadãos mantêm a desastrosa rotina de deixarem no interior das suas viaturas objetos com valor suficiente a atrair a atenção dos criminosos.



**POLÍCIA**  
SEGURANÇA PÚBLICA

COMANDO METROPOLITANO DE LISBOA  
DIVISÃO POLICIAL DE LOURES

É num quadro de múltiplos riscos que as ações de sensibilização, investigatórias e operacionais da PSP têm necessariamente de ser complementadas com o maior adversário dos criminosos: a PREVENÇÃO. É PREFERÍVEL PROTEGER-SE DO ROUBO DO QUE DEIXAR-SE ROUBAR, sendo a Prevenção a melhor proteção.

Através de medidas simples e fáceis de aplicar, os cidadãos podem ajudar-se e ajudar a PSP a diminuir ainda mais o número de crimes. Apesar de no corrente ano, com o esforço de todos, se registar uma diminuição de ocorrências do crime de furto em interior de viatura (-8,5%), importa que todos se mantenham sensibilizados para alguns cuidados preventivos, pelo que a Divisão Policial de Loures e Odivelas mais uma vez aconselha que sejam cumpridos os principais conselhos de segurança.

A Polícia de Segurança Pública possui um serviço de comunicações rápido e eficiente, que permite um alerta imediato a todos os polícias. Quanto mais oportuno e rápido for o seu alerta às autoridades, maiores são as possibilidades de êxito no combate à criminalidade.

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

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

**Comandante da Divisão Policial de Loures e Odivelas**  
**Intendente Pedro Franco**

## NÃO DEIXE OBJETOS DE VALOR NO INTERIOR DAS VIATURAS

- Se tiver de os deixar, coloque-os no porta-bagagens mas faça-o antes de chegar ao local onde vai estacionar porque pode estar a ser observado. Os criminosos ainda utilizam o sistema de vigiarem os parques de estacionamento, observando quem transporta/guarda objetos de valor;
- Nunca deixe objetos no porta-luvas ou compartimento similar pois oferecem pouca segurança e constituem-se como principais focos da atenção do criminoso.

## 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(s) crime(s);
- Dê uma descrição tão exata quanto possível dos objetos subtraídos, de forma a ser possível recuperá-los.



# SOLAR DOS PINTOR

Situado na Manjoeira, uma aldeia rural a norte da cidade de Loures, o Solar dos Pintor constitui um espaço de referência na gastronomia salaia que oferece uma cozinha tradicional recheada de sabores genuínos e que merece ser explorado.



**João Patrocínio**  
Jurista

**E**sta casa centenária, que se mantém na família há três gerações e que começou como Adega e Taberna, proporciona-nos a entrada pelo espaço de um tradicional Café e dispõe de três espaços de refeições distintos.

É à direita, ao nível superior, no espaço que foi outrora a antiga adega, que podemos sentir as origens do estabelecimento através dos elementos ligados à tradição de comércio de vinhos do mesmo. Falamos de algu-

mas pipas, bancos corridos e muitos quadros na parede, de onde sobressaem as fotografias dos antepassados do atual proprietário.

No entanto, é no espaço da garrafeira que o culto do vinho se manifesta ao nível das exigências gourmet atuais, proporcionando aos clientes uma enorme variedade de escolha ao nível de castas e regiões do vinho que irão consumir.

É natural que perante tamanha variedade e qualidade não seja fácil eleger um, e neste caso nada melhor que o entendido e experiente Luis Filipe Pintor para lhe sugerir a melhor companhia para a sua refeição.

Optei por um vinho do Concelho de Loures, um tinto 2013, da "Quinta das Carrafouchas", situada ali mesmo ao lado a um bom par de quilómetros.

Quando a garrafa se abriu, já o cheiro dos famosos pastéis (mesmo) de bacalhau, acabados de fritar, se fazia sentir em plena conjugação com o aroma de uns coloridos ovos com farinha que escolhi para entrada.

Enquanto me deliciava com

isso, pedi de viva voz à D<sup>a</sup> Áurea Pintor o seu sensacional Ensopado de Borrego, que recomendo pelo sabor equilibradamente registado e perfumado por hortelã fresca.

Para quem aprecia a boa cozinha tradicional a escolha não é fácil, pois as especialidades da casa são inúmeras, sejam fixas ou apresentadas em prato do dia.

Destaco as "Burras à Pintor", a "Chanfana de Vitela" sempre presentes na ementa, bem como uma "Cabidela de Galinha" às quintas-feiras e o "Arroz de Polvo" à sexta.

Das tradicionais sobremesas da carta, fiquei-me pelo saboroso "Manjoeiro", uma queijada de leite "única" e que faz excelente companhia ao café.

A verdade da comida aliada ao compromisso com os sabores e temperos tradicionais, conferem a este simpático espaço a particularidade de nos fazer sentir verdadeiramente confortados, como se estivéssemos em casa a degustar os sabores das nossas avós.



**12H-16 / 19H-22 - ENCERRA AO DOMINGO**

**RUA DA REPÚBLICA, 37  
SANTO ANTÃO DO TOJAL - 2660-445 LOURES  
TEL.: 219 749 011**



# MENÇÃO HONROSA NOS PRÉMIOS SOS AZULEJO 2018

No âmbito dos Prémios SOS Azulejo 2018, o Município de Loures foi galardoado com uma menção honrosa na categoria História de Arte, numa cerimónia realizada no dia 23 de maio, no Palácio dos Marqueses de Fronteira, em Lisboa.

O Projeto SOS Azulejo nasceu da necessidade de combater a grave delapidação do património azulejar português que se verifica atualmente. Com o objetivo de otimizar recursos necessários à efetiva proteção e valorização deste património, e sob iniciativa e coordenação do Museu de Polícia Judiciária, juntaram-se a este projeto a Associação Nacional de Municípios Portugueses, a Direção-Geral do Património Cultural, o Instituto Politécnico de Tomar, a Universidade de Aveiro, a Universidade de Lisboa - Instituto de História de Arte - Rede de Investigação em Azulejo, a Guarda Nacional Republicana e a Polícia de Segurança Pública.

Das muitas iniciativas e ações desenvolvidas pelo projeto, e que promovem a salvaguarda do património azulejar português, há a destacar os Prémios SOS Azulejo. Estes prémios destinam-se a galardoar a excelência dos melhores trabalhos, projetos, estudos, contributos, obras artísticas e ações de proteção e valorização do património azulejar português, reconhecendo assim a sua riqueza e valor incalculáveis.

A 10.ª edição destes prémios, que decorreu no dia 23 de

maio, atribuiu oito menções honrosas, das quais se destaca a menção Ex aequo História de Arte, atribuída à Câmara Municipal de Loures, que apresentou o trabalho realizado no âmbito das comemorações dos 150 anos do nascimento de Jorge Rey Colaço, com a organização da Conferência Jorge Colaço - Conhecer, divulgar e preservar - realizada no dia 26 de fevereiro de 2018, no Museu de Cerâmica de Sacavém.

A conferência contou com dez comunicações de investigadores da obra azulejar de Jorge Colaço e mais de uma centena de participantes. As comunicações foram escritas

pelos autores e editadas numa publicação digital - Memórias da Conferência Jorge Colaço. Conhecer, divulgar e preservar. A acompanhar estas comemorações, a Câmara de Loures realizou uma Mostra Documental Jorge Colaço, sobre os azulejos do artista, produzidos na antiga Fábrica de Loiça de Sacavém, entre 1904 e 1923.

A investigação que deu lugar a esta mostra documental foi também vertida num texto, incluído na publicação digital e ainda apresentada no Museu de Lisboa - Palácio Pimenta, em junho de 2018 e no Museu Municipal Carlos Reis (Torres

Novas), em outubro do mesmo ano. O contributo deste trabalho colocou na ordem do dia a salvaguarda, a promoção e a divulgação do trabalho de Jorge Colaço em azulejaria artística, ainda hoje in situ, e tão apreciado por portugueses e estrangeiros.

A realização da conferência no Museu de Cerâmica de Sacavém simbolizou o regresso de Jorge Colaço ao lugar que lhe proporcionou as condições e os meios artísticos para criar os seus painéis de azulejos artísticos, ainda hoje reconhecidos e apreciados nos edifícios para os quais foram encomendados.

A edição das memórias da Conferência fixa um legado de investigação atual, para a bibliografia deste artista maior da azulejaria portuguesa.

Além dos cinco prémios igualmente atribuídos pelo Museu da Polícia Judiciária, há ainda a referir a atribuição do prémio de carreira 2018, entregue à arquiteta e urbanista Dora Alcântara, que muito tem feito pela História de Arte portuguesa e brasileira, e que marcou presença na cerimónia de entrega dos Prémios SOS Azulejo 2018, que se realizou no dia 23 de maio, no Palácio dos Marqueses de Fronteira, em Lisboa.



**A INICIATIVA NASCE DA NECESSIDADE DE COMBATER A DELAPIDAÇÃO DO PATRIMÓNIO AZULEJAR QUE SE TEM VERIFICADO.**





**Florbela Estêvão**  
Arqueóloga e museóloga

## PAISAGENS E PATRIMÓNIOS

# ROTA DAS LINHAS DE TORRES NO ITINERÁRIO EUROPEU DOS “DESTINOS DE NAPOLEÃO”

Não é a primeira vez que abordo, nesta crónica, o importante conjunto patrimonial de valor nacional conhecido como Linhas de Torres Vedras, sistema militar constituído por várias obras militares edificadas entre 1809 e 1810 para proteger a cidade de Lisboa da terceira invasão francesa comandada por Masséna. Recordo que este sistema de dispositivos incluídos na paisagem estremenha é caracterizado por uma conceção defensiva do território “em linha”, que aproveitou as características geomorfológicas da região a norte de Lisboa, transformando nos inícios do século XIX uma paisagem rural numa paisagem militar por meio da construção de mais de 150 fortificações de campo, escarpamentos, de uma rede de estradas militares e da implementação de um sistema de comunicação de telégrafos óticos. Os vários fortes localizados em pontos altos, ou seja, em pontos estratégicos, permitiram controlar vastas áreas, nomeadamente as estradas que na altura constituíam os acessos à cidade de Lisboa. Este importante sistema de defesa, exemplar único de arquitetura militar, é hoje um património histórico associado ao período conturbado das Invasões Francesas, fase da história mundial caracterizada por conflitos que opunham as duas principais potências na altura,

França e Inglaterra, que disputavam entre si o domínio da Europa e respetivas colónias. Com o intuito de valorizar este património foi implementada, na primeira década deste século, a Rota Histórica das Linhas de Torres, projeto desenvolvido pelos municípios de Torres Vedras, Arruda dos Vinhos, Loures, Mafra, Sobral de Monte Agraço e Vila Franca de Xira, que no seu território possuem fortificações da 1ª e 2ª das Linhas Defensivas de um sistema de 4 que compõe as Linhas de Torres. Atualmente a sua gestão é garantida pela Associação para o Desenvolvimento Turístico e Patrimonial das Linhas de Torres Vedras, da qual são membros fundadores os municípios mencionados.

Este projeto cultural e turístico devolve à fruição pública um conjunto de percursos de visita que englobam vários fortes, itinerários apoiados em centros de interpretação e observatórios de paisagem que permitem conhecer um pouco mais da história nacional e europeia. Partindo destes fortes, todos eles localizados em sítios de interesse paisagístico, é possível não só compreender a estratégia militar que esteve na base da sua edificação e o seu contexto histórico, mas também conhecer muitos outros pontos de interesse patrimonial que indubitavelmente enriquecem o visitante.



**Vista geral do Reduto da Ajuda Grande, uma das obras militares integrada na Rota Histórica das Linhas de Torres, Loures.**

O valor nacional deste conjunto patrimonial foi reiterado pela sua classificação como tal, em março último, pelo Estado Português (classificação que apenas aguarda a sua publicação em Diário da República), reforçando a sua importância patrimonial para a história, não só local, mas também nacional. Assim, a Rota Histórica das Linhas de Torres ao promover a visibilidade e importância deste conjunto patrimonial ultrapassa a escala local e regional e atinge uma muito maior abrangência. A adesão da Rota Histórica

das Linhas de Torres ao itinerário cultural europeu designado “Destino Napoleão” (Destination Napoléon), um dos 33 itinerários culturais do Conselho da Europa geridos pela Federação Europeia das Cidades Napoleónicas é, sem dúvida, um passo importante na internacionalização deste património cultural e destino turístico. De facto, o sistema militar em causa só pode ser compreendido se integrado no contexto europeu do início do século XIX, e nesse sentido ele constitui um testemunho his-

tórico de dimensão internacional. Como é óbvio, a sua integração num itinerário europeu, associado à figura de Napoleão, agora conseguida, é certamente um passo positivo para a promoção além-fronteiras desta realidade nacional.

A Federação Europeia das Cidades Napoleónicas, ao lançar o itinerário “Destino Napoleão”, une mais de 60 cidades de 13 países, desde Portugal à Rússia, em torno da figura do imperador Napoleão Bonaparte, cuja ação tanto influenciou a Europa no século XIX.

horizonte  
fm 92.8

www.horizontefm.pt | Emissão Online







**João Alexandre**  
Músico e Autor

**NINHO DE CUCOS**

# VAMPIRE WEEKEND

## E O PAI DA NOIVA



Os Vampire Weekend, banda de Nova Iorque formada em 2006, foi uma das primeiras a alcançar os tops fruto da divulgação massiva nos blogs musicais da internet. Os álbuns "Vampire Weekend" de 2008, "Contra" de 2010 e "Modern Vampires of the City" de 2013, catapultaram o grupo para um grande sucesso, com entrada direta para o nº1 do top US Billboard 200, no caso dos 2º e 3º discos, a reboque de uma inspiração afro pop, Simon & Garfunkel e indie rock. 6 anos após o excelente "Modern Vampires of the City" os Vampire Weekend de Ezra Koenig, Chris Baio e Chris Tomson, regressam às edições (Maio de 2019) com "Father of the Bride", 4º disco de originais, 18 temas, álbum duplo, o 1º editado através de uma major, a Columbia Records, de novo com entrada direta para nº1 do top Billboard, trabalho de grande diversidade musical e contrastes entre uma escrita ora obscura ora direta e uma identidade sonora que transmite luz, alegria e uma nova vida. Rostam Batmanglij, um dos cérebros dos Vampire Weekend, multi-instrumentista e anterior produtor do grupo aventurou-se em carreira a solo (aparecendo no entanto como um dos produtores deste novo trabalho) e Ezra Koenig assumiu papel de principal protagonista, passando a ser a força motriz de um projeto muito centrado em si, vocalista, guitarrista e compositor, que durante este longo hiato constituiu família com a atriz Rashida Jones, lançou uma série de animação no Netflix, continuou a apresentar o programa Time Crisis e co-escreveu Hold Up de Beyoncé. Os Vampire Weekend que entretanto se estabeleceram em Los Angeles,

desenvolveram com sucesso o cruzamento dos ritmos africanos e um pop rock alternativo e adocicado, consolidam e amadurecem em "Father of the Bride" algum experimentalismo exibido no álbum anterior. As participações especiais de Steve Lacy dos The Internet em dois temas e de Danielle Haim em três, ajudaram igualmente o grupo a apresentar um trabalho geral mais heterógeno e complexo. A utilização de cordas exuberantes e teclas experimentais remetem-nos à pop dos anos sessenta, exemplo claro no excelente tema e single "Harmony Hall". Já "Big Blue" é um maravilhoso acústico íntimo à George Harrison. Depois, bem mais exuberantes, canções como "Married In A Gold Rush", "This Life" e "Sympathy", frenéticas e cheias de funk/groove, comprovam a tendência e o à vontade da banda nos ritmos e sonoridades tropicais/afro. No meio de toda esta diversidade e ecletismo que inclui rock progressivo dos anos setenta e folk americano, de referir ainda a incursão na modernidade através de uma eletrónica minimalista, sem qualquer perda orgânica, evidenciada em "2021", um pequeno trecho íntimo, baseado num sintetizador barato e numa guitarra com chorus, dobrado depois com fuzz e em "Unbearably White" tema sobre o racismo e a forma cínica como o mesmo é hoje tratado numa América dividida. Álbum obrigatório e altamente recomendado. Dia 12 de julho actuam no Nos Alive (final da tour europeia 2019) Vão bem os Vampire Weekend! Vai muito bem o pai da noiva!

**VampireWeekend**

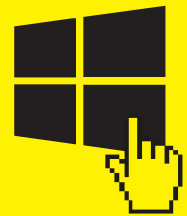


**João Calha**  
Consultor Informático

**CONSULTÓRIO INFORMÁTICO**

## REPONHA O SEU WINDOWS

# Windows



Todos nós adoramos aquela sensação de abrir uma página da internet sem ter de esperar mais do que um segundo, abrir um programa e ele responder imediatamente, mas por muito caro que tenha sido o computador mais tarde ou mais cedo ele vai começar a executar cada vez mais devagar deixando de ser a ferramenta de trabalho eficiente que em tempos foi.

Conseguimos encontrar variadíssimos programas de limpeza que prometem limpar o computador e deixá-lo novinho em folha, mas apesar de ajudarem, os resultados não são completamente satisfatórios. Existe uma solução, para quem tem o Windows 8 ou 10, que lhe permite fazer regressar o seu sistema ao estado original como quando o ligou pela primeira vez.

Esta solução chama-se Repor este PC e vai limpar totalmente o seu computador deixando apenas intactos todos os seus documentos no mesmo sítio onde se encontravam.

Preparação:

Esta operação de limpeza vai eliminar todos os programas que tem instalados no computador e para isso deixo aqui algumas dicas de como se preparar para esta reposição:

Deve apontar num papel todos os programas que estão instalados no computador que vai querer instalar de novo depois da reposição;

Se utilizar o Outlook do Office para gerir as suas contas de correio eletrónico deve fazer um backup das mesmas num disco externo, porque como foi referido em cima todos os programas serão removidos, incluindo o Microsoft Office;

Durante este processo de reposição do Windows deve ter sempre o seu computador ligado à corrente para não haver o risco de o processo terminar a meio por falta de energia;

Apesar de haver a garantia que os seus documentos não serão eliminados, é sempre melhor fazer um backup de todos os ficheiros importantes para um disco externo; Fazer a exportação dos favoritos do seu programa de navegação.

Estamos agora prontos para começar o processo de Reposição do computador e os passos são os seguintes:

Clicar no botão Iniciar, e depois clicar num ícone que vai aparecer no canto inferior direito chamado Definições;

Dentro das Definições do Windows vai clicar em Atualizar e segurança;

No menu do lado esquerdo vai clicar em Cópia de segurança e verificar se o manípulo que fica por baixo de Fazer uma cópia de segurança dos meus ficheiros automaticamente está ligado;

Se não tiver nenhuma cópia de segurança atualizada vai clicar em Mais opções e de seguida clica em Fazer uma cópia de segurança agora;

Regressa para o menu anterior clicando na seta para o lado esquerdo no canto superior esquerdo e clica em Recuperação;

Neste menu vai clicar no botão Introdução que se encontra por baixo de Repor este PC e no menu seguinte escolhe a opção Manter os meus ficheiros;

O computador vai então dar início à Reposição depois de clicar em Repor. Durante este processo de reposição é normal que o computador reinicie algumas vezes e que demore algum tempo. No final irá aparecer um menu completamente igual ao que preencheu quando comprou o computador bastante intuitivo e simples. Quando o Windows iniciar terá que instalar os programas que pretende e fazer o backup de tudo o que guardou no disco externo.

Vai reparar que o computador se encontra de novo rápido e funcional.

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



# O CANCRO DA PELE

O sol é fonte de energia e bem-estar e contribui para a homeostasia da vitamina D no nosso organismo. Contudo, a exposição solar também pode acarretar problemas se não for feita com moderação, como acontece no caso do cancro da pele.

A incidência desta doença tem vindo a aumentar desde meados dos anos 60. O sol é o principal fator externo responsável, contribuindo para cerca de 90% dos casos, o que permite concluir que pessoas com elevados níveis de exposição solar ao longo da vida apresentam maior risco de desenvolver cancro de pele, como é o caso dos trabalhadores rurais, trabalhadores da construção civil, etc.

O cancro da pele tem elevadas taxas de cura se for diagnosticado e tratado em fases iniciais, pelo que o seu reconhecimento, através da autovigilância é essencial.

Existem vários tipos de cancro da pele, mas os mais frequentes são o basalioma, o carcinoma espinocelular e o melanoma.

**Como posso então identificar sinais suspeitos de cancro da pele?**

Deverá fazer uma avaliação da sua pele, com ajuda de um espelho de corpo inteiro, três a quatro vezes por ano.

1. Comece pelo couro cabeludo, sobretudo em zonas mais expostas ao sol;
2. Depois examine a face, os olhos, os lábios, a cavidade oral, as orelhas e o pescoço;
3. Examine os braços e axila;

4. **Avalie o peito (as mulheres devem procurar nas áreas entre e debaixo dos seios);**
5. **Avalie as mãos de ambos os lados e entre os dedos;**
6. **Avalie as costas e as pernas;**
7. **Por fim, preste atenção aos pés, de ambos os lados e entre os dedos. E não esquecer as unhas.**

É importante conhecer a sua pele e os seus sinais, para saber quando apareceu um sinal de novo.

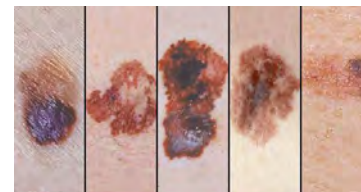
**Quando devo ficar alerta?**

Quando um sinal:

- É diferente de todos os outros (sinal do patinho feio);
- É assimétrico;
- Tem contornos irregulares;
- Tem várias cores;
- Tem mais de 6mm;
- Aumenta no tamanho, cor ou forma;
- Parece diferente dos outros;
- Sangra ou deita líquido;
- É áspero ou descamativo;

- É um nódulo rosado, que cresce progressivamente;
- Forma uma ferida que não sara;
- Risca castanha ou preta sobre a unha.

Se reconhecer algum dos sinais de alerta, não hesite e



marque uma consulta com o seu médico de Medicina Geral e Familiar.

Como o ideal é prevenir, aplique todos os dias nas áreas expostas (face, pescoço, braços, orelhas) protetor solar com fator de proteção solar (FPS) de 30 ou superior. A eficácia do protetor solar só está assegurada 30 minutos após a aplicação, pelo que o produto deve ser aplicado mesmo antes de sair de casa e a cada 2h.

Nas atividades ao ar livre, use preferencialmente chapéu de abas largas (para proteger as orelhas) e nunca esqueça dos óculos de sol.

Evite exposição solar direta nas horas de maior risco (11h-17h).

E não se esqueça, o sol não está presente apenas na praia, mas também na neve, montanha e quando está nevoeiro, pelo que a proteção nessas circunstâncias deve ser incentivada.

As crianças até aos 2 anos de idade não devem sofrer exposição solar direta, sendo os protetores solares minerais os mais adequados a estas faixas etárias.

Se ficou com alguma dúvida, fale com o seu médico, que terá todo o gosto em esclarecê-lo!

**Catarina Ornelas, Soraia Branco, Diana Rocha, Marta Fabião, Carolina Marques**  
Médicas internas de Medicina Geral e Familiar da USF  
Magnólia  
ACeS Loures Odívelas



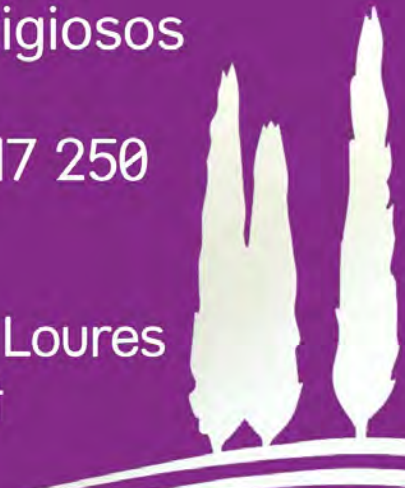
## AGÊNCIA FUNERÁRIA LOURES

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

## VIVER COM ELA

Solidariedade Social (IPSS) desde 2009.

Tem como principal missão o apoio a pessoas diagnosticadas com ELA, bem como aos seus cuidadores ou familiares, através de intervenções específicas tais como aconselhamento jurídico, fisioterapia, nutrição, psicologia, serviço social ou terapia da fala.

De acordo com os registos da Associação, há 800 casos desta doença a nível nacional, nove deles no concelho de Loures.

Por ocasião do Dia Mundial da ELA, haverá lugar a uma ação de consciencialização no próximo dia 21 de junho, entre as 14h30 e as 18h, no Fórum Picoas, em Lisboa. Pretende esta instituição consciencializar a sociedade civil e o corpo político e clínico para o impacto da ELA, não só sobre os doentes mas também sobre os cuidadores que os acompanham, nomeadamente quanto à importância da criação de um estatuto para o cuidador informal.

### ELA ESTÁ PRESENTE NO CONCELHO

Fernando Pires é um dos nove pacientes registados pela Associação que descobriu através da internet, que residem no

concelho de Loures, em Santa Iria de Azóia.

Desde 2015 que apresentava sintomas e se queixava de dores intensas. Sentia falta de força nas mãos e nas pernas e muito cansaço, mas na altura julgou-se ser um problema de coluna, que o levou ao bloco operatório mais do que uma vez. Passados quase três anos, a persistência das dores fez com que o encaminhassem para Santa Maria onde, após alguns exames, foi confirmado o diagnóstico: era ELA.

Foi-lhe dito que tinha a doença e que esta não tinha cura, ao que se seguiu "um ataque de nervos tão forte que ficou internado na ala de psiquiatria", refere a sua mulher Amélia Dias, para que se acalmasse. "Foi um choque tremendo" refere a mesma, revelando que a notícia deixou o casal desorientado.

Fernando tem 61 anos e, passado um ano e meio do diagnóstico, sabe melhor do que ninguém que a doença tem avançado de forma galopante. O tratamento é feito com comprimidos, de entre eles o Rilusol, que não fazem com que consiga alimentar-se sozinho, não se engasgar com saliva ou andar.

E é Amélia que lá está, com o apoio que vai tendo da família.



Aos 59 anos e também ela com 78% de incapacidade é quem lhe dá banho, lhe faz a barba, o ajuda nas idas à casa de banho, o veste e, por vezes, o alimenta, numa nova casa, num rés do chão, para onde tiveram que se mudar.

### APOIO PSICOLÓGICO

É um mito pensar-se que quando um doente recebe uma notícia drástica, que lhe afeta de forma grave a saúde ou a vida, não precisa de apoio. Nos

hospitais tratam-se os sintomas físicos, deixando os emocionais habitualmente para trás e, pior, ficam esquecidas as famílias. É que não são só os doentes que precisam de acompanhamento, são também os familiares chegados e, mais ainda, quando estes são os cuidadores.

É difícil lidar com a incapacidade e a finitude humana e é preciso tempo e informação para nos habituarmos a viver ou conviver com as doenças, pelo que o apoio psicológico devia ser tão fundamental quanto o físico.

**A** Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA) é uma doença degenerativa rara, que atinge cerca de duas a três pessoas em cada 100 mil habitantes.

Cerca de cinco a 10% dos casos resultam de herança genética, crendo-se que os restantes se devam à idade e a algumas substâncias do meio ambiente, tornando, assim, mais difícil atuar preventivamente.

O primeiro sintoma é a fraqueza muscular, que é progressiva, causando a deterioração dos músculos, por isso se diz ser amiotrófica, e que começa nas extremidades, normalmente num dos lados do corpo, daí ser lateral. O que acontece é que, dentro do corpo, as células nervosas que iniciam o movimento muscular envelhecem e os nervos que as envolvem também se deterioram, ou seja, os músculos enfraquecem, desgastam-se, atrofiam, e podem ficar paralisados por completo, incapacitando, assim, o paciente.

Esta é uma doença que progride de forma rápida, comprometendo o movimento dos membros superiores e inferiores, e que pode originar alterações na fala, na deglutição e na locomoção, o que implica o recurso a produtos de apoio à comunicação e à deslocação.

A idade média de início dos sintomas varia entre os 40 e os 70 anos, com uma ligeira incidência no sexo masculino. De acordo com as estatísticas, a esperança média de vida destes doentes oscila entre os dois e os cinco anos, embora existam casos de pessoas que convivem com ELA por dez ou mais anos e até o caso do cientista Stephen Hawking que a combateu por mais de 50.

### APELA

A APELA ou Associação Portuguesa de Esclerose Lateral Amiotrófica foi fundada em 1997, tendo estatuto de Instituição Particular de



## SERVIÇOS INFORMÁTICOS

- ✓ REPARAÇÕES ✓ ENTREGA
- ✓ RECOLHA

DOMICÍLIO

# 925 320 809 • 219 456 514



pcassist1977@gmail.com | www.pcastist.shop.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)



# COMPRAR OU VENDER CASA É MAIS SEGURO COM GARANTIA ERA



As casas não são todas iguais, há casas com Garantia ERA. Um seguro que cobre despesas com reparações de infiltrações, fissuras nas paredes, bolores, problemas nos sistemas eléctricos e de aquecimento. Uma garantia de 12 meses que permite comprar ou vender a sua casa com confiança. De forma simples e sem custos adicionais.

Fale connosco ou visite-nos em [era.pt](http://era.pt)



**PARADELAS**

5 WC 4 4 M2\_297 M2\_398

MORADIA \ 092180233 €600.000

**FANQUEIRO**

4 WC 3 3 M2\_300 M2\_376

MORADIA \ 092190077 €380.000

**LOURES**

3 WC 2 M2\_110

APARTAMENTO \ 092190098 €230.000

**FANQUEIRO**

2 WC 1 1 M2\_90

APARTAMENTO \ 092190101 €225.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

3 WC 2 M2\_70

APARTAMENTO \ 092190088 €145.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

3 WC 2 M2\_74

APARTAMENTO \ 092190061 €135.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

3 WC 1 M2\_73

APARTAMENTO \ 092180258 €130.000

**LOURES**

2 WC 1 M2\_66

APARTAMENTO \ 092190093 €125.000

**LOURES**

2 WC 1 M2\_76

APARTAMENTO \ 092180248 €120.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

2 WC 1 M2\_67

APARTAMENTO \ 092190046 €120.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

2 WC 1 M2\_67

APARTAMENTO \ 092190096 €120.000

**STO. ANTÓNIO DOS CAVALEIROS**

2 WC 1 M2\_67

APARTAMENTO \ 092190097 €90.000

## LEGENDA / LEGEND



## ERA LOURES

Passeio Parque da Cidade, Loja G/I,  
2670-331 Loures  
[loures@era.pt](mailto:loures@era.pt) · [era.pt/loures](http://era.pt/loures)  
t. 219 896 660

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