

# LOURES

ANO 6 | Nr.64 MENSAL | 3 DE AGOSTO DE 2019 | Diretor Fundador: Pedro Santos Pereira  
Diretor: Filipe Esménio | Preço: 0.01€

## AS QUINTAS DE CAMARATE

Não são só bairros sociais e o palco de um acidente de avião. Camarate tem quintas lindíssimas. Não acredita?

Pág. 5

## DA BOBADELA PARA OUTRO PLANETA

Um instrumento capaz de simular uma velocidade de 10km por segundo existe aqui mesmo ao seu lado.

Pág. 5



## FESTAS DA CIDADE

# O RITMO QUE FAZ A DIFERENÇA

“O ritmo que faz a diferença” foi o lema das Festas de Loures 2019, que este ano assinalaram os 133 anos do concelho.

Pág. 12



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

**Taxiclick**  
táxi para smartphones  
A SUA APP

## 20 A TUDO

Beatriz teve média de 20 e vai tirar medicina. Não só é possível como ainda faz desporto e toca guitarra. Quem quer, arranja maneira.

Págs. 14 e 15




ZONA ÓPTICA

CUIDAMOS DOS SEUS OLHOS





**Cristina Fialho**  
Chefe de Redação

**N**oé construiu uma arca e levou lá para dentro as suas coisas preferidas, a sua família, os seus amigos, os animais (um de cada) mas só os seus preferidos, os idiotas dos dinossauros não. São barulhentos e desajeitados. Os do mar também não, cheiram mal. Podem perfeitamente ficar na rua. Noé e a seleção das suas coisas preferidas do planeta esconderam-se numa arca, isolados de tudo o que lá vinha que podia ser diferente e assustador. Que podia acabar com as suas coisas favoritas ou levá-las para longe de si.

Mas passados 40 dias e 40 noites os animais começaram a ter fome, os mantimentos escasseavam e os livros já tinham sido todos lidos. Noé estava aborrecido e as suas coisas preferidas deixaram de ter piada e de o entusiasmar como antes. Estava cansado de viver. Nada tinha graça. Nada valia a pena e alin-de deixou ficar, à espera do fim.

Mas os animais precisavam de comida e os donos dos animais são altruístas ao ponto de



## E AS ÁRVORES, NOÉ?

cuidarem deles mesmo quando não querem cuidar de si próprios.

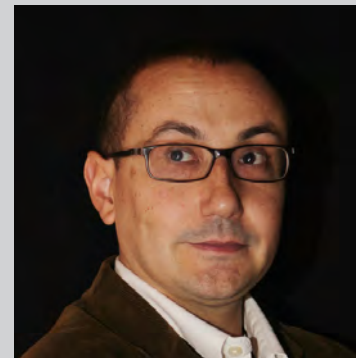
Noé abriu uma janela da arca e deixou sair uma pomba... já não gostava assim tanto de pombas porque elas cagavam

tudo.

Disse para a pomba ir ver se havia comida, novidades ou ajuda ... qualquer coisa que importasse.

A pomba voltou com um pequeno ramo de Oliveira.

Esse ramo representava uma vida para lá da arca ... uma nova esperança, uma coisa diferente... afinal, Noé tinha tanta coisa dentro da arca... mas não tinha nenhuma árvore.



**Filipe Esménio**  
Diretor

### MEL DE CICUTA

## VOLTA A LOURES EM TRANSPORTES PÚBLICOS

**C**omo qualquer «velho de tasca» sempre gostei de Hóquei em Patins, futebol e ciclismo. Confesso que o doping me retirou muito do interesse que tinha no ciclismo..., mas ainda gosto.

Neste verão que teima em chegar, decidir fazer a volta a Loures em transportes públicos, freguesia a freguesia. Não é fácil, é preciso tempo e manual de instruções para além de muitas perguntas aos concidadãos pois as coisas não são claras e não há um sistema dedicado a explicar. Ou seja, o passe é único, a rede de transportes não. Cada um decora o seu caminho e sabe-o, mas para quem quer dar a volta ao concelho de transporte público é mesmo uma grande aventura. Seria para mim urgente criar uma plataforma que de forma clara e simples explique onde são as paragens e para onde podemos ir. Se existe peço desculpa, mas eu não encontrei. Já agora um papelinho com fonte de letra que todos consigam ler também dá jeito, acima de tudo aos idosos. São os que mais percebem da «coisa», e os que mais precisam da «coisa».

A unidade territorial é um ponto importante para todos. Mas a circulação dentro do território é muito importante. O Rodinhas, para quem se movimenta dentro da sua freguesia foi uma medida que trouxe muita facilidade para quem não tem carro e precisa de ir às compras ou ao médico. Mas não resolve o problema de freguesia para freguesia.

Confesso que a internet e diferentes sites de apoio me ajudaram. Mas vi muitas coisas que me fizeram confusão: atrasos, camionetas degradadas, tempos de espera excessivos só para começar além de muitas trocas de camioneta quando queremos destinos menos prováveis. Nada que não estivesse à espera, mas eu estava de passeio, mas, os transportes são, essencialmente, para aqueles que no seu dia a dia trabalham e estão pressionados pelos horários e prazos. Este concelho tem muito, muito por onde melhorar.

Sabemos que a Assembleia da República aprovou um texto final relativo a quatro projetos de resolução que defendem a suspensão do projeto da linha circular e a expansão do metropolitano de Lisboa para o concelho de Loures, discussão tida com base na petição levada a cabo no concelho, algo importante para mais quando deixa de ser prioritário a linha circular defendida por alguns, mas a verdade que não há prazo nem projeto para que tal se concretize, mas temos de começar por algum lado. Espero que se conclua no meu tempo de vida, tenho 45 anos. Mas, até lá muitas coisas simples podem ser feitas para melhorar a qualidade dos serviços.

Em breve vou dar mais uma volta, voltamos a falar... Com ou sem ciclismo, a verdade é que há muitas tascas que merecem ser visitadas.

PS: 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, João Patrocínio, João Pedro Domingues, Ricardo Andrade, Rui Pinheiro, Rui Rego, Vanessa Jesus **Fotografia:** Kiano Lima, Nuno Luz, Tusca Lima **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.



# ESTE PAÍS NÃO É PARA VELHOS

Deputado do CDS-PP na Assembleia da República, Filipe Anacoreta Correia, visita Associação Luíz Pereira Motta, apuram-se desafios, admiram-se as conquistas e constata-se que não há legislação para proteção de idosos.

No passado dia 11 de julho, o Deputado do CDS-PP na Assembleia da República, Filipe Anacoreta Correia, visitou as instalações em Loures da Associação Luíz Pereira Motta, onde foi recebido pelo presidente desta IPSS, Sr. José Maria Silva Lourenço. Nesta visita pôde constatar-se o trabalho desenvolvido por esta IPSS, assim como os seus desafios, nomeadamente a necessidade de correção de situações na legislação que limitam e dificultam o

apoio a crianças e idosos, assim como a legislação referente a creche familiar e ao serviço de apoio domiciliário e a ausência de uma legislação de proteção de idosos. Esta associação teve a preocupação de integrar nos seus quadros de pessoal e de voluntariado, pessoas com diversos tipos de deficiência. Este encontro decorreu a convite da Deputada Municipal do CDS-PP em Loures, Dra. Lizette Braga do Carmo, conforme referido em comunicado.



## MOVIMENTO "ESCOLAS SEM AMIANTO"

# AMIANTO NA ESCOLA PÚBLICA EM DEBATE NO CONCELHO DE LOURES

O Movimento "Escolas Sem Amianto", a associação ambientalista ZERO e o Agrupamento de Escolas de Portela e Moscavide têm a honra e o prazer de anunciar a realização da Conferência "Amianto na Escola: causas, consequências, soluções", que terá lugar no próximo dia 10 de setembro, entre as 14h e as 18h, no Pavilhão Gimnodesportivo da Escola Secundária da

Portela. A Conferência, que junta reputados especialistas nacionais na problemática do Amianto, com especial destaque para Filipe Antunes, engenheiro do ambiente, Jorge Santos, químico, e Íria Roriz Madeira, arquiteta, contará ainda com um debate com deputados à Assembleia da República dos vários partidos com assento parlamentar.

**A ENTRADA É LIVRE, MAS SUJEITA A INSCRIÇÃO PRÉVIA. AS INSCRIÇÕES PODEM SER FEITAS ONLINE.**

## TEATRO POLITEAMA



# 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)

LISBOA  
apóla

M/12



# OS CONVENTOS E A LOUÇA DOS COSTA CABRAL



Os Conventos e a Louça dos Costa Cabral será o mote da visita guiada entre o Museu de Cerâmica de Sacavém e o Museu Municipal de Loures, que vai decorrer no dia 17 de agosto, a partir das 14 horas. Uma viagem no tempo onde poderá assistir a uma reconstituição histórica dramatizada com personagens de época.

## PROGRAMA:

**14:00 MUSEU DE CERÂMICA DE SACAVÉM**  
Visita à exposição Vivências Quotidianas do Convento de Cristo após a extinção da Ordem, através da cultura material e documental.

**15:15** Visita animada pelos espaços do **MUSEU MUNICIPAL DE LOURES.**

**17:15 MUSEU DE CERÂMICA DE SACAVÉM,**  
Visita à exposição Vivências Quotidianas do Convento de Cristo após a extinção da Ordem, através da cultura material e documental.

**18:00** Regresso ao **MUSEU MUNICIPAL DE LOURES.**

**A PARTICIPAÇÃO NESTA VISITA ANIMADA É GRATUITA, MAS PRESSUPÕE INSCRIÇÃO PRÉVIA ATÉ DIA 14 DE AGOSTO, E ESTÁ LIMITADA À LOTAÇÃO DO AUTOCARRO PARA TRANSPORTE ENTRE OS VÁRIOS LOCAIS DA VISITA**

**Para quem inicia a visita em Sacavém:**  
Telefones 211 151 082/83 e 211 151 084/85 ou  
se\_ceramica@cm-loures.pt

**Para quem inicia a visita em Loures:**  
Telefones 211 150 673 e 211 151 507 ou  
se\_conventinho@cm-loures.pt



**João Pedro Domingues**  
Professor

## METRO PARA LOURES NÃO PODE SER UMA UTOPIA

Em junho de 2011, publiquei um pequeno artigo de opinião em resposta à não intenção do alargamento da linha de Metropolitano a Odivelas, Loures e Amadora, em que afirmava que os compromissos para com os cidadãos de Loures estavam postos em causa. Hoje, passados já alguns anos, Odivelas e Amadora são servidas pelo Metro, e Loures, território com mais de 200 mil habitantes, tem uma única estação, em Moscovide. Esta situação, para além de claramente injusta, é um retrocesso na estratégia de desenvolvimento do Município de Loures que o Partido Socialista sempre prosseguiu, para além de ser, do ponto de vista das prioridades, um erro colossal. Devemos procurar melhorar a

qualidade de vida das populações e das cidades, tentando reduzir o entupimento nas suas entradas e saídas, diminuindo o fluxo das cerca de 97 mil viagens, que diariamente entram em Lisboa provenientes de Loures (a maior parte delas em transporte individual), apoiando dessa forma a descarbonização. A opção deveria ser incentivar o uso do transporte público (a redução tarifária é um grande incentivo). Não expandir a rede de Metropolitano a Loures, o único eixo da Área Metropolitana de Lisboa que não é servido por um meio de transporte pesado, é um sinal contrário a uma política de desenvolvimento sustentado e sustentável. Quando a maior parte das

grandes metrópoles europeias já promoveu redes eficazes de transportes públicos que servem as periferias, a não expansão do Metro para Loures, é algo que prejudica gravemente um território onde residem muitos milhares de pessoas. Entendo que a opção pela Linha Circular em Lisboa, vai estabilizar um poderoso instrumento de mobilidade e robustecer o centro da cidade. Assim, não coloco em causa a eventual necessidade da construção desta Linha Circular, mas é fundamental, até para a cidade de Lisboa, que a expansão do Metro se faça até Loures e, eventualmente, prossiga até à zona do Mercado Abastecedor da Região de Lisboa (MARL). A Petição, lançada em Loures, que contou com o forte empen-

hamento dos lourenses e dos autarcas socialistas de Loures, que defende a concretização da extensão do Metro a Santo António dos Cavaleiros, Loures, Infantado, Portela e Sacavém, e que foi discutida recentemente na Assembleia da República, foi e será importante para, uma vez mais, colocar esta questão na ordem do dia das prioridades da mobilidade na AML. É fundamental que no próximo Plano Nacional de Investimentos (PNI), seja alocada verba para a ligação, através da extensão da linha do Metro, mas também através de Transporte em Sítio Próprio, para as localidades atrás referidas, pois Loures, com mais de 200 mil habitantes, merece e reclama uma infraestrutura pesada de

transporte, não obrigando a que dezenas de milhares de pessoas tenham de utilizar apenas o transporte público rodoviário (apesar do custo do mesmo ter baixado significativamente), ou, como é de resto a prática comum, o transporte individual, com todos os inconvenientes que daí resultam. A AML irá receber, segundo o Ministro do Ambiente, cerca de 1,1 milhões de euros de financiamento comunitário, ao abrigo do próximo Programa de Financiamento, para a década de 2020. Torna-se importante que parte desta verba possa ser utilizada no sentido de dotar este concelho de uma infraestrutura tão necessária e há tanto tempo reivindicada.



# ATRAVESSAR A ATMOSFERA DE OUTRO PLANETA É POSSÍVEL

O tubo de choque para apoio de missões da Agência Espacial Europeia (ESA), designado por ESTHER, foi inaugurado, no dia 24 de julho, no Campus Tecnológico e Nuclear, na Bobadela.

**N**a prática, esta invenção permite que as missões espaciais consigam atravessar a atmosfera de outro planeta, sobrevivendo a uma velocidade superior a dez quilómetros por segundo.

“Os últimos anos foram de preparação para alcançar o grande desafio um engenho que consiga simular uma pressão atmosférica que pode atingir 600 vezes o valor da Terra”, afirmou o investigador responsável, Mário Lino da Silva.

Já o presidente do Instituto Superior Técnico (IST), Arlindo Oliveira, enalteceu a parceria que compõe o consórcio com o Instituto de Soldadura e Qualidade, a empresa Fluid Gravity Engineering e a Universidade de Manchester (Reino Unido), a Universidade de Provença e a empresa Ingénierie et Systèmes Avancés (França) e a Universidade alemã de Aachen.

“Este momento tinha de acontecer em Loures, neste campus aqui instalado há mais de cinquenta anos. Nos últimos tempos, reforçámos e

potenciamos a colaboração entre o IST e Câmara Municipal, o que nos deixa orgulhosos porque se trata de desenvolvimento e progresso para a comunidade. A revitalização desta área do concelho continuará por via das Jornadas Mundiais da Juventude de 2022”, destacou o presidente do Município de Loures, Bernardino Soares.

O processo representou um custo de cerca de um milhão de euros, o qual “contou com investimento público português”, assinalou o Ministro da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Manuel Heitor, acrescentando que “a ciência cria emprego e conhecimento, sendo fundamental a confiança com a sociedade. E temos a ambição de progredir em tratamentos científicos, no campo da saúde, como por exemplo relacionados com o cancro”. O ministro reafirmou o apoio ao projeto de criação de um equipamento avançado de tratamento oncológico na Bobadela.

O ESTHER deverá estar em funcionamento a partir de outubro.



## AS QUINTAS DE CAMARATE

“As quintas de Camarate são um património cultural e histórico riquíssimo mas que, infelizmente, se encontra quase ao abandono” - assim podemos ler na página de Facebook do Jornal de Camarate que tomou a iniciativa de realizar um trabalho de pesquisa sobre estas mesmas quintas, as suas histórias e curiosidades. “Este foi um trabalho moroso, de bastante estudo, horas de pesquisa/leitura e no terre-

no. O maior e mais completo trabalho conhecido até hoje sobre as Quintas de Camarate.”

O resultado está disponibilizado online, em forma de revista digital, de acesso gratuito e encontra o link facilmente ao visitar o [facebook.com/jornaldecamarate](https://facebook.com/jornaldecamarate). “Camarate não se limita às más notícias dos bairros sociais ou à queda do avião... Camarate é muito mais que isso!” Vale a pena espreitar.



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

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





**Alexandra Bordalo Gonçalves**  
Advogada



**Rui Rego**  
Advogado

## DAS NOTÍCIAS E DO DIREITO

### DO DIREITO E DAS FÉRIAS: AS SURPRESAS DA CANÍCULA!

Fala-se, demais dizemos nós, das férias judiciais e do encerramento dos tribunais, criando um mito em que todos os agentes da justiça, magistrados, advogados e funcionários, vão a banhos durante mês e meio.

Ora, não só não é verdade, pois os tribunais não fecham portas, e os Magistrados e Funcionários têm o mesmo tempo de férias que os demais trabalhadores da função pública, como são poucos os Advogados que gozam semelhante privilégio.

Certo é que, há processos e procedimentos que não param, que correm (ou se arrastam) em férias. Nomeadamente, as situações de flagrante delito que são levadas a julgamento nas 48 horas seguintes, como sucede com quem é apanhado a conduzir sem carta ou com taxa de alcoolémia superior ao limite legal. Também, casos que pela sua gravidade são presentes a Juiz para fixação de medida de coação, porque os criminosos não têm férias, nem se deixam andar à solta, só porque é verão!

Também a conflitualidade parental que se exacerba nesta altura, com progenitores que não entregam os filhos ao outro para as férias, ou que os não entregam nas datas devidas, ou que pura e simplesmente não atendem o telefone.

Assim como, as providências cautelares que visam evitar um mal maior e por causa disso têm natureza urgente. Ou os processos de insolvência que têm, também tal classificação.

Todos estes processos têm natureza urgente e não param por causa das férias judiciais. Os prazos não se suspendem nas férias, realizam-se julgamentos e todas as diligências necessárias.

Porém, esta convicção generalizada e enraizada da paragem para banhos e que somente em setembro se torna necessário tratar e consultar o Advogado, dá, com basta

frequência, e perdoem-nos a coloidalidade, grossa asneira.

Pois, também processos e procedimentos de natureza administrativa não se suspendem com as férias, mormente os processos de contra-ordenação, seja rodoviária ou qualquer outra. Esses prazos, em regra dias úteis, não são prazos judiciais e não se suspendem em férias, o que conduz a que muitos incautos só tragam tais notificações ao Advogado quando setembro chega para, com estupefação, se confrontarem com prazo já findo.

Também, situações do foro laboral como processos disciplinares para despedimento ou procedimentos para despedimento coletivo e extinção de posto de trabalho, não se suspendem com férias judiciais e carregam consequências duradouras e impactantes na vida dos visados.

Daí que, mesmo esta convicção que em férias judiciais nada é preciso tratar ou fazer, porque chegará setembro e a burocracia do dealbar do outono se apresentará, é absolutamente falsa.

Pelo que, convém sempre, por política de cautela, analisar toda e qualquer notificação, remetendo-a ao Advogado para que seja este a verificar o prazo.

Não querendo imputar às autoridades públicas qualquer especial predileção pela tramitação célere em férias, não é menos verdade que, na nossa experiência, que é nossa apenas, muito do trabalho realizado no verão é de defesa em processos contra-ordenacionais...

Entre o protetor solar, a ida às termas e à romaria estival, verifique o correio, quer o de casa, quer o profissional, e assuste-se com as notificações, fale com o seu Advogado e acautele-se.

Assim, se evitam surpresas desagradáveis e efeitos secundários da canícula.

Boas férias, se for o caso, e bom verão, se a meteorologia permitir!

# TOCA A RIPAR

A Câmara Municipal de Loures promoveu, no dia 20 de julho, uma saída de campo com especial enfoque nos insetos para RIPAR - Registrar, Identificar e Partilhar, na Estação de Biodiversidade (EBIO) de Fontelas, freguesia de Lousa.

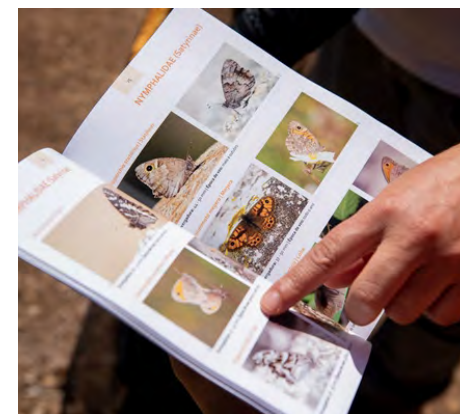
“Que bicho é este?” foi o tema de um trajeto, com cerca de um quilómetro, composto também por oito painéis, com imagens e comentários com informação sobre as plantas e os animais comuns que podem ser observados. Aliás, observados e “RIPADOS”.

Trinta participantes entre pequenos e graúdos realizaram o passeio dinamizado por investigadores do Centro de Conservação das Borboletas de Portugal, que ajudaram a identificar

as espécies de bichos e plantas.

Por exemplo... Foram avistadas as borboletas Cupido-dos-cálcarios (Cupido lorquini), a Fritilária-comum (Melitaea deione), a Esculi (Satyrium esculi), a Libélula anelada (Cordulegaster boltonii) e ao nível da flora: Carvalho-cerquinho (Quercus faginea) e Orquídea piramidal (Anacamptis pyramidalis). Em Portugal existem 20 mil a 30 mil espécies diferentes.

Fique atento à agenda da Câmara de Loures e junte-se ao próximo passeio.





# A SAÚDE JÁ ACONTECE AQUI. □

O TROFA SAÚDE HOSPITAL  
JÁ ABRIU



**JUNTO  
À H&M  
PISO 1**



LoureShopping





# A VOLTA A PORTUGAL EM BICICLETA PASSA AQUI

Há quase 30 anos que este evento não passa pelo Concelho. A segunda etapa da 81.ª edição da Volta a Portugal em Bicicleta cruza Loures dia 2 de agosto (*data de fecho desta edição dia 31 de Julho*).

**T**em início na Marinha Grande, a etapa contou com 198,5 km – a mais longa desta edição – e termina em Santo António dos Cavaleiros.

A edição de 2019 começa 31 de julho e pedala até 11 de agosto. São cerca de 140 ciclistas, em representação de 20 equipas, 9 delas portuguesas.

Loures é o único concelho da Área Metropolitana de Lisboa a receber uma etapa da Volta a Portugal em 2019, sendo, em simultâneo, o território mais a Sul desta edição. Desde 1990 que o concelho não recebe uma etapa da Volta a Portugal, re-entrando agora no calendário de um dos maiores eventos desportivos realizados em Portugal.

A caravana da Volta vai estacionar em Santo António dos Cavaleiros, trazendo consigo a festa que rodeia o evento. A 81.ª edição da Volta começa com um prólogo em Viseu e termina no Porto, com um contrarrelógio individual, contando com um total de dez etapas, que totalizam 1 531 km.



## Cartório Notarial de Póvoa de Santa Iria de Joana Azevedo

### PUBLICAÇÃO

**Joana de Oliveira Soares Azevedo**, Notária com Cartório sito na Rua Maria Carlota d'Oliveira, número 24-A, rés-do-chão loja, Póvoa de Santa Iria, em Vila Franca de Xira, faz saber que no dia vinte e três de Julho de dois mil e dezanove, no referido Cartório Notarial, foi celebrada escritura pública de Justificação, lavrada a folhas 148 e seguintes do Livro 41-A:

**JUSTIFICANTE:** **Jorge Lourenço Gomes Martins**, contribuinte fiscal número 103.943.676, divorciado, natural da freguesia de Vale da Mula, concelho de Almeida, residente na Rua do Sacrifício, lote 35, Portela da Azóia, Santa Iria de Azóia, em Loures, portador do cartão do cidadão com o número de identificação civil 04294777, válido até 10 de Outubro de 2021, emitido pelas entidades competentes portuguesas, que é o dono e legítimo possuidor, do seguinte bem imóvel:

**IMÓVEL:** Prédio urbano, composto de lote de terreno com a área de trezentos e dezoito virgula cinquenta metros quadrados, designado pelo lote dezasseis, a desanexar do prédio urbano sito na Rua 1.º de Maio, lote 15/16, Portela da Azóia, freguesia de Santa Iria de Azóia, concelho de Loures, com a área total de seiscentos metros quadrados, descrito na Segunda Conservatória do Registo Predial de Loures sob o número cinco mil trezentos e oitenta e oito, inscrito na matriz sob o artigo 3282 da União de freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela (anteriormente artigo 1655 da freguesia de Santa Iria de Azóia), com o valor patrimonial total de 49.420,35 euros, ao qual atribui o valor de 10.000,00€ (dez mil euros) unicamente para efeitos deste acto, tendo em conta que apenas está a justificar um lote de terreno sem construção, com a área de trezentos e dezoito virgula cinquenta metros quadrados.

**MODO DE AQUISIÇÃO:** Que o referido prédio veio à posse do ora declarante, por compra e venda verbal que lhe foi feita por Maria Ângela da Ascensão Fernandes e Vasco Almeida Dias.

Em 23 de Julho de 2019,  
A Notária, Joana de Oliveira Soares de Azevedo



## CANDIDATURAS A DECORRER

DESENVOLVIMENTO LOCAL DE BASE COMUNITÁRIA – PDR 2020 – Medida 10  
LOURES, MAFRA E SINTRA

**10.2.1.1 – PEQUENOS INVESTIMENTOS NAS EXPLORAÇÕES AGRÍCOLAS**  
17 de julho a 19 de setembro de 2019

**10.2.1.2 – PEQUENOS INVESTIMENTOS NA TRANSFORMAÇÃO E COMERCIALIZAÇÃO DE PRODUTOS AGRÍCOLAS**  
3 de julho a 30 de agosto de 2019

**10.2.1.3 – DIVERSIFICAÇÃO DE ATIVIDADES NA EXPLORAÇÃO AGRÍCOLA**  
3 de julho a 30 de agosto de 2019

**10.2.1.6 – RENOVAÇÃO DE ALDEIAS (Apenas para o concelho de Mafra)**  
3 de julho a 30 de agosto de 2019

Mais informações em [www.a2s.pt](http://www.a2s.pt), email [geral@a2s.pt](mailto:geral@a2s.pt) ou telefone 261 025 007



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Europeu Agrícola  
de Desenvolvimento Rural  
A Europa investe nas zonas rurais



# MANTENHA A NOSSA ENERGIA SEMPRE LIGADA



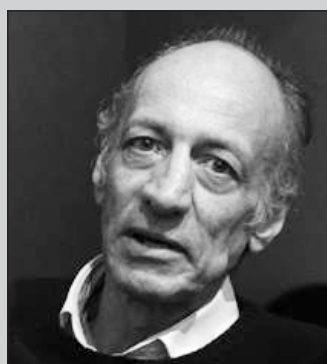
## ALERTE PARA A INTERFERÊNCIA DE VEGETAÇÃO NAS LINHAS ELÉTRICAS

Utilize a app da EDP Distribuição para reportar uma situação de proximidade de vegetação a uma linha elétrica, apoiando a intervenção das nossas equipas e o contacto com os proprietários.

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







**Gonçalo Oliveira**  
Ator

## P'LA CANETA AFORA CICLOS CIRCULARES

**P**artimos de um sítio, damos uma volta e voltamos ao lugar de partida. Mais ou menos como o jogo da minha infância, de seu nome Monopoly. Há quem chame a estas situações “as voltas da vida”. Parte-se de um lugar, “navega-se” pela vida e volta-se ao mesmo lugar. Tudo se repete? Existe quem defenda esse tipo de tese. Há quem diga até que a história se repete! E de alguma forma não deixa de ser verdade. As circunstâncias diferem, mas a essência dos factos mantém-se. Talvez seja assim. Ou talvez não. Ou talvez seja o contrário: as circunstâncias mantêm-se, mas os factos diferem. Não, não se assustem. A crónica não vai “virar” tratado filosófico, nem se vai transformar na quadratura do círculo, nem na circunscritura do quadrado. Tudo isto vem a respeito de que todos os anos as pessoas vão de férias. Todos os anos por esta altura fazem-se balanços, sondagens e medições de audiências. Todos os anos voltam os incêndios cada vez mais como armas políticas. À priori neste país à beira mar plantado tudo vai bem; as pensões aumentaram, o ordenado mínimo aumentou, a vida dos portugueses está mais folgada (ou a maioria pensa que sim!), a dívida do país vai sendo paga. O nosso ministro das finanças é presi-

dente do Eurogrupo e presidente do Conselho de Governadores do Mecanismo Europeu de Estabilidade e muito provavelmente vai a caminho da Direcção do FMI. Entretanto o nosso primeiro-ministro vem tendo sido acusado (com ou sem razão. As eleições ditarão o seu veredicto.) de todos os males e maleitas que existem no nosso país, como por exemplo os incêndios. Por outro lado a oposição não opõe, nem tenta, nem sabe fazer oposição, coisa que também não é tarefa fácil! Segundo as últimas sondagens o PS quase dobra a votação do PSD e o CDS está a passos largos de voltar a ser o partido do táxi e o BE é a terceira força política. As TVs mais parecem clubes de futebol em época de transferências, isto pelos valores implicados e não pela quantidade de talentos: ou Coucha ou Cristina ou Felipa Garnel ou Bruno Santos ou Ricardo Araújo Pereira. Ah! Não pense que é o único sortudo que vai de férias... os deputados também vão! E a TV do Parlamento nem aparece na guerra das audiências! Ah! E a RTP2 também não! A mim apenas me move uma preocupação: para que televisão vai Ricardo Araújo Pereira? A televisão onde ele estiver, ganha mais um espectador: eu! Boas férias!!!

Este colunista escreve em concordância com o antigo acordo ortográfico.

# A ESCOLA DAS NOVAS PROFISSÕES

Ao longo dos seus 30 anos de história e boas práticas, a ECL assume-se, orgulhosamente, como um laboratório de experiências pedagógicamente orientadas ao serviço dos seus alunos, da sua equipa e dos seus parceiros.

**N**um processo de inovação disruptiva. Acreditamos que no perfil do aluno, além da aquisição de competências técnicas referentes a cada qualificação, se deve apostar no desenvolvimento de capacidades, atitudes e valores fundamentais num mundo cada vez mais incerto, complexo e volátil. O foco da aprendizagem inspira-se num perfil humanista, assente na edificação de um Modelo de Pessoa que prepare os alunos para os desafios da sociedade do século XXI, desejando que se tornem Pessoas Conscientes, Colaborativas, Competentes, Comprometidas e Criativas. Gostamos de nos pensar como um projeto em contínuo desenvolvimento, em que a ECL se desafia e explora espaços e momentos de reflexão, bem como práticas disruptivas, ao ponto de concebermos a ideia de uma escola invertida! Piedade Pereira, diretora da escola de Comércio de Lisboa, assim apresenta a instituição: “A história da Escola de Comércio de Lisboa (ECL) começa em 1989, numa pequena sala na rua Castilho em Lisboa, fruto da determinação, entre outros, da Ensinus e da Confederação

do Comércio e Serviços de Portugal em criar pontes funcionais, estruturais e criativas entre “a Escola” e “o Mercado de Trabalho”. Ao longo dos seus 30 anos de história e boas práticas, a ECL assume-se, orgulhosamente, como um laboratório de experiências pedagógicamente orientadas ao serviço dos seus alunos, da sua equipa e dos seus parceiros. Uma escola em que o aluno está no centro do processo de aprendizagem e é o verdadeiro protagonista. Uma escola flexível, multicultural, digital e capaz de trabalhar de forma colaborativa e em rede.” Além dos cursos profissionais, a ECL também tem uma vasta oferta de cursos intensivos e workshops de curta duração para pôr em prática os seus projetos ou para desenvolver conhecimentos nas áreas das novas tecnologias e do digital. Há uma preocupação com as tendências do mercado de trabalho e empregabilidade e por isso, a oferta de formação de acordo com as exigências das novas profissões e funções emergentes.

Não deixe de visitar o website e descobrir o que é que esta escola tem para oferecer: [www.escolacomerciolisboa.pt](http://www.escolacomerciolisboa.pt)

”

**A HISTÓRIA DA ESCOLA DE COMÉRCIO DE LISBOA (ECL) COMEÇA EM 1989, NUMA PEQUENA SALA NA RUA CASTILHO EM LISBOA, FRUTO DA DETERMINAÇÃO, ENTRE OUTROS, DA ENSINUS E DA CONFEDERAÇÃO DO COMÉRCIO E SERVIÇOS DE PORTUGAL EM CRIAR PONTES FUNCIONAIS, ESTRUTURAIS E CRIATIVAS ENTRE A ESCOLA E O MERCADO DE TRABALHO.**





# FESTIVAL DO CARACOL SALOIO

Mais saloio que nunca, esteve de volta o festival das tasquinhas, artesanato, street-food, animação e um espaço infantil gratuito para crianças dos 3 aos 12 anos. Mas claro, a estrela da festa foi a iguaria re-interpretada pelas diferentes receitas cada vez mais originais de cozinhar este molusco de concha espiralada.

Tudo aconteceu junto ao pavilhão Paz e Amizade. Tudo se viveu pacificamente e entre amigos, como de costume. As especialidades do evento não desiludiram: o tradicional caracol cozido estava temperado no ponto, a feijoada de caracoleta envergonhava qualquer chefe francês especialista em escargots. Não faltaram os rissóis de caracol, caracoletas à

bulhão pato, ovos mexidos com caracoleta e farinha e muito mais combinações inusitadas. Se não foi a este festival, aproveite as esplanadas do concelho, o caracol ainda é servido até ao fim de agosto, já que é iguaria de meses sem R... se quiser mais uma desculpa: "Do ponto de vista nutricional, os caracóis são maioritariamente compostos por água, na ordem

dos 70 a 85 por cento, e não são muito calóricos. Além disso, são pobres em gordura, ricos em proteína e contêm minerais importantes como o cálcio, ferro, cobre, zinco e magnésio. Resultado: uma ótima alternativa para incluir na alimentação dentro ou fora de casa.", destaca a nutricionista Bárbara de Almeida Araújo à NiT. Tenha é atenção à cerveja que bebe a acompanhar.



Rui Pinheiro  
Sociólogo

## FORA DO CARREIRO

### OS TERRORISTAS, AFINAL, ESTÃO ENTRE NÓS ?!...

Portugal adoptou um Regime Jurídico para o denominado Registo Central do Beneficiário Efetivo (Lei 89/2017) transpondo a Diretiva 2015/849 do Parlamento Europeu e do Conselho de 20 de Maio de 2015. Vejamos como se apresenta a dita directiva: "relativa à prevenção da utilização do sistema financeiro para efeitos de branqueamento de capitais ou de financiamento do terrorismo, que altera o Regulamento (UE) 648/2012 do Parlamento Europeu e do Conselho, e que revoga a Diretiva 2005/60/CE do Parlamento Europeu e do Conselho e a Diretiva 2006/70/CE da Comissão" Permita-se-me sublinhar bem o objectivo dos diplomas: **"prevenção da utilização do sistema financeiro para efeitos de branqueamento de capitais ou de financiamento do terrorismo"**.

E quem está sujeito a este registo anti-terrorista? Veja-se bem:

"1 - Estão sujeitas ao RCBE as seguintes entidades:

As associações, cooperativas, fundações, sociedades civis e comerciais, bem como quaisquer outros entes coletivos personalizados, sujeitos ao direito português ou ao direito estrangeiro, que exerçam atividade ou pratiquem ato ou negócio jurídico em território nacional que determine a obtenção de um número de identificação fiscal (NIF) em Portugal"

Ou seja, dizendo a coisa de forma simples: a União Europeia diz pretender combater o branqueamento de capitais e o finan-

ciamento do terrorismo e o Governo português não vai de modas, inclui entre os possíveis terroristas ou fomentadores, os dirigentes de associações e cooperativas.

Quando inicialmente me contaram, desvalorizei, porque parti do princípio que não havia sido bem percebida a legislação produzida. Fui ler para me inteirar directamente. Não queria acreditar. Aliás, continuo a não querer acreditar.

Contudo, passados vários meses, começo a pensar outra coisa sobre o assunto e sobre as razões pelas quais se misturam propositadamente os dirigentes associativos voluntários com a cáfila de manipuladores do sistema financeiro e toda a espécie de especuladores e jogadores da bolsa. E o que me ocorre é que podem pensar ter descoberto o instrumento certo para desarticular, subjugar e talvez mesmo destruir aquele que é provavelmente o mais numeroso, dinâmico e interventivo movimento associativo popular em toda a Europa. O Movimento Associativo português, pelas suas raízes históricas, a sua natureza e a sua capacidade de influência, constitui uma "ameaça" permanente ao poder. Não porque seja financiador do terrorismo, mas porque quando tomar boa consciência da sua capacidade interventiva e transformadora, os poderes institucionais não mais poderão continuar a manipular e enganar as populações. Os legisladores portugueses deviam ter vergonha de produzir uma tal lei.





**Ricardo Andrade**  
Comissário de Bordo

## A MELHOR OPÇÃO? UMA EQUIPA DE QUALIDADE!

Este mês retorno à temática das Eleições Legislativas que se avizinham dando notas sobre aspetos que considero relevantes para o Concelho de Loures neste contexto de eleitoral. Faço-o porque acredito que na política devemos aproximar eleitos de eleitores e porque devemos em Loures dar exemplos para o país pois apenas com essa postura poderemos ser reconhecidos por todos os lourenses e por todos os nossos concidadãos. Os portugueses em geral não sabem, na maioria dos casos, quem são aqueles seus vizinhos que poderão eleger. Esse facto não é culpa apenas de uns ou de outros mas de todo um sistema eleitoral em que o afastamento entre eleitos e eleitores é altamente potenciado pela não opção por círculos uninominais.

Mas esse debate ficará para um outro dia porque agora importa sim elogiar o facto de o PSD Loures ter logrado obter 4 candidatos nos 4 efetivos da lista do PPD/PSD para o círculo eleitoral de Lisboa. Essa participação e posicionamentos altamente dignos são reveladores não apenas do trabalho do PSD Loures no Distrito de Lisboa mas igualmente do reconhecimento dos quadros que têm vindo a ser produzidos por esta força política em Loures ao longo dos anos. Essa ordenação revela ainda que, nesta nossa terra, o PSD é a única força política que aposta não em supostas figuras iluminadas e solitárias mas numa equipa de gente válida, trabalhadora e credível onde mais do que as individualidades importa o espírito de equipa. E sim, essa forma de pensar e agir merece, desde já, a nota de que o PSD em Loures se apresenta, a cada dia que passa, como a maior e como a melhor alternativa para tomar, pela primeira vez, as rédeas da Câmara Municipal de Loures e de muitas das sua Juntas de Freguesia nas Eleições Autárquicas de 2021 tendo também como cartão de visita os exemplos das autarquias que em Loures têm sido geridas pelo PSD ao longo dos anos. Interessante também que dos 4 indicados pelo PSD para integrar a lista deste Partido à Assembleia da República pelo círculo eleitoral de Lisboa todos sejam autarcas. O Vasco Touguinha na Câmara Municipal de Loures, o Ricardo Andrade e o Pedro Lopes na Assembleia Municipal de Loures e a Sónia Alain Santos na Assembleia de Freguesia da União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, são fruto também de um bom trabalho do PSD dentro do nosso Concelho e isso não pode ser escamoteado nem pode deixar de ser dito aos quatro ventos.

Por isso, estou claramente convicto, de que a melhor opção para os lourenses é o voto no PPD/PSD e no Ricardo, no Vasco, na Sónia e no Pedro. Porque apenas com essa equipa no centro de decisão nacional, poderá Loures almejar o lugar que merece no nosso país e que há muito tarda em conseguir atingir.

# O RITMO QUE FAZ A DIFERENÇA

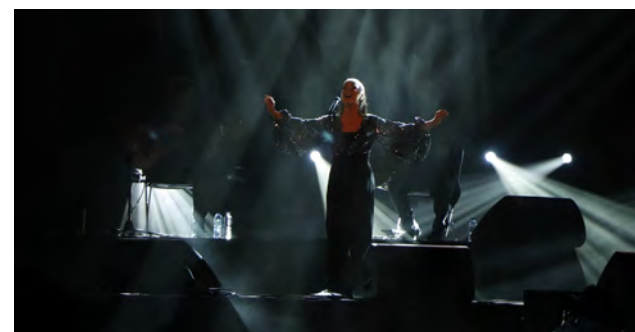
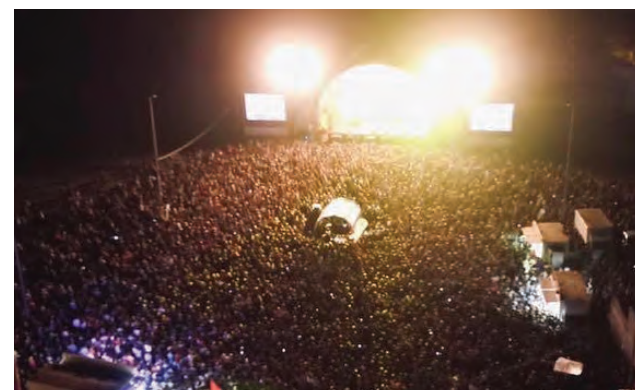
“O ritmo que faz a diferença” foi o lema das Festas de Loures 2019, que este ano assinalaram os 133 anos do concelho.

**A**brir as festividades, no dia 19 de julho, Amor Electro deram um concerto em Sacavém. Entre os dias 25 e 28 de julho, tiveram lugar as diversas

propostas de animação, como música, exposições, desporto e teatro, entre outras, com destaque para os grandes concertos do Palco Loures com Diabo na Cruz sem-

pre “a abrir” no dia 25, Raquel Tavares encantou no dia 26, Carlão encheu a plateia dia 27 e Xutos & Pontapés fecharam em grande o cartaz no dia 28 de julho.

A entrada era livre e a afluência foi mais que muita. Os Lourenses saíram para festejar, cantar, dançar e comer e até os mais pequenos se divertiram com atividades.



Fotos: João Patrocínio

## 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





# Happy Kids FEST

○ FESTIVAL ONDE OS SEUS FILHOS ○ QUEREM LEVAR

SESSÃO 1

MANHÃ – 10H/12H30 | PARA TODOS - BABY FRIENDLY

SURMA ● Banda Sinfónica da PSP ● Truz Truz – Dança Performativa  
Hora do Conto ● Atividades Lúdicas e didáticas ● Muitas surpresas



SURMA



NOISERV



B FACHADA

SESSÃO 2

TARDE – 15H/19H | PARA TODOS

NOISERV ● B FACHADA ● Truz Truz – Dança Performativa ● Teatro  
Hora do Conto ● Atividades Lúdicas e didáticas ● Muitas surpresas

BILHETES JÁ À VENDA  
EM [WWW.TICKETLINE.PT](http://WWW.TICKETLINE.PT)



BILHETES JÁ À VENDA  
EM [WWW.TICKETLINE.PT](http://WWW.TICKETLINE.PT)

PAVILHÃO CARLOS LOPES



# MÉDIA DE 20 ISSO EXISTE?

É uma miúda normal, bem educada e gira. Gosta de desporto e é “aplicadinha na escola”, ninguém diria, à primeira vista, que esta miúda como tantas outras, tem uma disciplina e ambição que lhe permitem resultados escolares irrepreensíveis. Para quem acha que é impossível. Média de 20... yup. Existe. Conheça a Beatriz.

**S**empre foste boa aluna? Vias a escola como uma obrigação ou um prazer? Sempre fui, desde pequena, uma rapariga muito aplicada no que toca à escola. Gostava de ficar contente com o trabalho que tinha feito e satisfazia-me ver que os meus professores gostavam daquilo que eu fazia e que ficavam felizes com os meus resultados. O meu objetivo sempre foi dar o meu melhor; não tinha de ter a nota máxima ou de ser a melhor da turma, queria era sentir que o meu esforço tinha compensado e resultado numa nota que exprimia aquilo que eu na verdade sabia. Como sou uma pessoa muito exigente comigo mesma, a minha relação com a escola sempre foi um misto de obrigação e gosto porque, apesar de gostar de estudar e de aprender e de toda a dinâmica da escola, punha sempre pressão em mim mesma para alcançar o resultado que eu achava que era capaz de atingir, obrigando-me a estudar muito mais do que aquilo que acabava por ser necessário.

**Quais foram as tuas notas?** Este ano terminei com média de 20 e tive 19,5 nos exames nacionais de matemática e português. Acabei o secundário com uma média interna de 19,2 e a minha nota de candidatura em princípio possibilita-me a candidatura e entrada em qualquer curso, o que era o meu objetivo desde o início.

**Quais as tuas disciplinas favoritas?** A minha disciplina favorita é definitivamente matemática, mas também gosto bastante de biologia, de química e de filosofia.

**Como era a tua vida fora das aulas, participavas em atividades extra-curriculares?**

A minha vida fora da escola sempre foi extremamente preenchida e agitada. Desde o meu quinto-ano que compito em natação sincronizada, com treinos 5 vezes por semana, que variavam entre as 3 e as 6 horas de duração. Entre viagens de ida e volta para a piscina, tempo de balneário e o treino em si eram cerca de 25 a 30 horas por semana dedicadas ao desporto. Para além da escola e da natação, tive catequese durante muitos anos e aulas de guitarra nos últimos três anos. Olhando para trás, sempre tive a vida muito sobrecarregada e por isso no 12º ano decidi treinar apenas no final do ano e dedicar-me a outros projetos durante o restante ano letivo, tais como um maior investimento na guitarra, voluntariado e babysitting, o que me deixou ocupada mas com menos peso sobre os ombros.

**A dedicação ao estudo era vista como um sacrifício ou era parte natural do dia a dia? Deixaste de fazer coisas por causa da dedicação aos estudos?** Eu estudo quase todos os dias e, com exceção deste ano, todo o tempo que tinha em casa era passado a estudar. Apesar de eu estudar bastante, há muitos momentos em que eu preferia estar a fazer outras coisas para dar um pouco de descanso à cabeça, mas não me permito a desviar a atenção daquilo que estou a fazer porque sei que em princípio aquele esforço no final compensa. Neste meu último ano de escolaridade obrigatória, consegui realmente ver que todo esse esforço valeu a pena, porque me sentia imensamente confortável com as matérias lecionadas nos anos anteriores e que saíram nos exames, o que me facilitou o estudo para os mesmos. Apesar de, a nível académico,

o sacrifício ter compensado, houve muitas coisas que eu não fiz porque ficava em casa a estudar, tais como saídas com amigos e família, ir a festas de aniversário e coisas tão simples como seguir uma série na televisão.

**Como és na tua vida social?** Durante muito tempo fui uma rapariga tímida e que evitava eventos sociais, o que era relativamente fácil porque tinha sempre treinos ou estudo para fazer. Mas, com o tempo, fui ganhando skills sociais e fazendo novos amigos. Atualmente tenho sempre a minha vida social bastante preenchida, porque quando tenho tempo livre prefiro passá-lo com pessoas de quem eu goste do que sozinha em casa.

**Que profissões já quiseste ter? Que curso queres tirar? Para onde queres ir estudar?** Já quis ter imensas profissões ao longo da minha vida, mas as que mais se destacam são cozinheira, escritora, criminologista, ilustradora científica, investigadora na área da Medicina e médica legista. Enquanto todas as outras se desvaneceram na minha mente com o passar dos anos, as últimas duas sempre se mantiveram presentes, diria eu desde os meus 10 ou 11 anos. E é mesmo para Medicina que me vou candidatar, mas agora de mente aberta para qualquer especialidade. Eu sempre tive a ambição de estudar no estrangeiro, mas entrando em Portugal para uma boa universidade acho que é desnecessário a vários níveis ir tirar Medicina para fora. Como ainda não entrei no curso e como me sinto ainda como um “bebé” no mundo da Medicina, não tenho qualquer ideia de onde quero trabalhar, e nem consigo projetar-me 10 anos no futuro e ver-me numa especialidade.



## CERTIFICO, Para efeitos de publicação

Que neste Cartório de Almada, da Notária Susana Ribeiro de Brito Valle, sito na Rua São Salvador da Baía, nº5, Almada, foi outorgada uma escritura de justificação notarial lavrada em dezasseis de julho de dois mil e dezanove, com início a folhas cento e treze e seguintes do livro de notas para escrituras diversas número VINTE E QUATRO, na qual FLORINDO LUIS, NIF 131535323, e mulher OLANDINA FLORINDA GOMES, NIF 140 600 000, casados sob o regime da comunhão geral de bens, ambos naturais da freguesia e concelho de Coruche, residentes no Bairro do Valente, 4, R/C, Santa Eulália, Vialonga declararam:

Que são, com exclusão de outrem, donos e legítimos possuidores do **prédio urbano**, composto de terreno para construção com a área de trezentos metros quadrados, sito em Santa Iria da Azoia, Rua Bernardino Ribeiro, com o n.º C255, Vale dos Mestres, na união das freguesias de Santa Iria da Azoia, São Joao da Talha e Bobadela, concelho de Loures, a confrontar do norte com Rua Bernardino Ribeiro, do sul com, espaço para equipamento, do poente com Jose Joaquim Costa, e do nascente com Isidro Ferreira Martins, omisso na Conservatória do Registo Predial de Segunda Conservatória do Registo Predial de Loures, inscrito na matriz da união das freguesias de Santa Iria da Azoia, São Joao da Talha e Bobadela, sob o artigo 7534, em nome dos justificantes. Que os justificantes adquiriram o identificado prédio por compra feita a Jose Antonio Azevedo, residente na Estrada Nacional n.º 10, Moradia 12, frente à Safal, S. Joao da Talha, em Loures, compra essa feita entre finais do ano de mil novecentos e setenta e dois e o ano de mil novecentos e setenta e três, em data que já não sabem precisar dado o tempo entretanto decorrido, não tendo, contudo, sido na ocasião celebrada a competente escritura de compra e venda.

Que apesar de não ter sido celebrada a competente escritura, desde aquela data que os justificantes entraram na posse do dito lote de terreno, exercendo os actos correspondentes ao direito de propriedade plena, agindo como seus verdadeiros proprietários.

Que, deste modo, os justificantes são interessados na justificação do identificado prédio. Que como ficou exposto, não dispõem de qualquer título formal para comprovar a titularidade do seu direito e registar a respetiva aquisição em seu nome na referida Conservatória.

Que, nos termos expostos, entraram na posse efetiva e material do referido prédio, há mais de quarenta e cinco anos, fazendo a sua manutenção e tratamentos necessários de conservação, tendo dele usufruído, gozando todas as utilidades por ele proporcionadas, pagando os respectivos impostos, contribuições e demais despesas, posse que sempre exerceram em nome próprio, como seus proprietários, ininterruptamente, na convicção de não estar a lesar direitos de outrem, de boa fé, sem violência e de modo a ser conhecida por toda a gente, por isso pacífica e pública, não havendo oposição de quem quer que fosse.

Que a posse pública, pacífica, contínua e em nome próprio do identificado prédio desde o indicado ano, conduziu à aquisição do mesmo pela usucapião, que invocam para justificar dessa forma o seu direito de propriedade para fins de registo.

Que o identificado prédio não tem qualquer relação com o prédio descrito na Segunda Conservatória do Registo Predial de Loures sob o número mil quatrocentos e oitenta e seis da freguesia de Santa Iria da Azoia, concelho de Loures.

Cartório Notarial de Almada da Dra. Susana Ribeiro de Brito Valle,  
16 de Julho de 2019.

A Notária,  
*Susana Ribeiro de Brito Valle*  
(Susana Ribeiro de Brito Valle)



Que expectativas tens acerca da vida académica?

Que pensas dos programas de intercâmbio tipo Erasmus ou Sócrates?

Estou muito entusiasmada com esta nova etapa da minha vida, acredito sinceramente que vão ser dos melhores anos da minha vida até ao momento. Claro que vai ser difícil, mas acho que vai ser um percurso que vou gostar de fazer. Quanto a programas de intercâmbio, quero imenso ter essa oportunidade, por isso se não houver nada impeditivo nessa altura, de certeza que querei ir para fora durante um ano ou um semestre.

Como vês a tendência, cada vez mais comum dos jovens

tirarem anos sabáticos para fazer voluntariados, viagens, ou até para pesquisarem melhor quais os cursos que querem tirar?

Nunca considerei a hipótese de fazer um ano sabático, simplesmente acho que suspender os estudos por um ano não era o ideal para mim. Sempre tive metas muito claras em relação ao Ensino Superior, e tirar um ano antes de entrar iria um bocado contra os planos que fiz para mim enquanto fui crescendo. Contudo, conheço várias pessoas para quem tirar um ano sabático faria sentido e, se existe a oportunidade de viajar e de nos enriquecermos enquanto pessoas, acho que é algo que se deve fazer.



”

O MEU OBJETIVO SEMPRE FOI DAR O MEU MELHOR

“  
**intenso?  
conta  
comigo!**  
”

**DÊ TUDO!**

Campanha limitada às vagas disponíveis. Promoção válida até 28/08/2019.

VER CONDIÇÕES EM  
FITNESSHUT.PT/INSCRICAO/

USE A CÂMARA DO SEU SMARTPHONE!



**€1,90** /semana  
**> INSCREVA-SE HOJE!**





# A INSUSTENTÁVEL LEVEZA DO RUÍDO

**Intendente Pedro Franco**

Comandante da Divisão da PSP de Loures e Odivelas

O Ruído apresenta-se cada vez mais como um tema da atualidade, seja por força da preservação do (meio) Ambiente mas também na salvaguarda da saúde humana e do bem-estar das populações, pelo que tem merecido especial atenção e empenhamento por parte da PSP, cujos polícias são bastas vezes chamados a intervir no âmbito de um quadro legal muito pormenorizado mas pouco favorável a resoluções imediatas.

Destarte, o Regulamento Geral do Ruído aplica-se às atividades ruidosas permanentes, às temporárias, ao ruído de vizinhança mas também a outras fontes de ruído suscetíveis de causar incomodidade, designadamente obras, estabelecimentos, equipamentos para utilização no exterior, espetáculos, diversões, manifestações desportivas, feiras e mercados.

A atividade ruidosa permanente será, como a própria designação indica, a atividade desenvolvida “com carácter permanente, ainda que sazonal, que produza ruído nocivo ou incomodativo para quem habite ou permaneça em locais onde se fazem sentir os efeitos dessa fonte de ruído, designadamente laboração de estabelecimentos industriais, comerciais e de serviços”, sendo objeto de um profundo processo de licenciamento, alargado a múltiplos intervenientes.

Já no que tange à atividade ruidosa temporária, é a que, embora não se constituindo um ato isolado, “tenha carácter não permanente e que produza ruído nocivo ou incomodativo para quem habite ou permaneça em locais onde se fazem sentir os efeitos dessa fonte de ruído tais como obras de construção civil, competições desportivas, espetáculos, festas ou outros divertimentos, feiras e mercados”.

De acordo com o Regulamento Geral do Ruído, é proibido o exercício de atividades ruidosas temporárias na proximidade

de edifícios de habitação (aos sábados, domingos e feriados e nos dias úteis entre as 20 e as 8 horas), de Escolas (durante o respetivo horário de funcionamento) e de Hospitais ou estabelecimentos similares.

O exercício de atividades ruidosas temporárias pode ser autorizado em casos excecionais e devidamente justificados, mediante emissão de licença especial de ruído a ser requerida pelo interessado, com a antecedência mínima de 15 dias úteis relativamente à data de início da atividade, sendo então fixadas as condições de exercício dessa concreta atividade.

In fine, o ruído de vizinhança será o ruído associado ao uso habitacional e às atividades que lhe são inerentes, produzido diretamente por alguém ou por intermédio de outrem, por coisa à sua guarda ou animal colocado sob a sua responsabilidade, que, pela sua duração, repetição ou intensidade, seja suscetível de afetar a saúde pública ou a tranquilidade da vizinhança.

**Sempre que é comunicada à PSP uma denúncia de ruído de vizinhança, os polícias deslocam-se ao local e após identificação do reclamante normalmente constata-se uma de duas situações:**

► Não confirmam a situação de ruído de vizinhança e a atuação policial cessa nesse momento; ou

► Confirmam a situação de ruído de vizinhança e ordenam ao produtor de ruído de vizinhança que cesse de imediato com a incomodidade (se o ruído for produzido entre as 23h00 e as 07h00) ou fixam um prazo para fazer cessar (se o ruído for produzido entre as 07h00 e as 23h00);

Se a ordem para fazer cessar a incomodidade não for acatada, há lugar à elaboração de um Auto de Notícia por Contraordenação onde, obrigatoriamente, constam as identificações do infrator mas

também do reclamante. O Auto de Notícia é então enviado para a Câmara Municipal, entidade com competência para a instauração do processo contraordenacional e eventual aplicação das respetivas coimas.

Evidentemente que as situações de ruído são cada vez mais prementes, pelo que jamais deverá ser excluída a possibilidade de contacto direto do reclamante junto da origem do ruído, no sentido de resolver num estágio inicial e até mesmo definitivamente a situação.

**Se não for possível a resolução por esta via, a situação de ruído poderá ser formalmente reclamada junto das seguintes entidades, consoante a matéria:**

Direções Regionais de Agricultura e Pescas (DRAP):

- Reclamações sobre exploração de atividades pecuárias;

IAPMEI - Agência para a Competitividade e Inovação:

- Reclamações sobre atividades industriais;

Direção Geral de Energia e Geologia (DGEG):

- Reclamações sobre extração de massas minerais (minas e pedreiras);

Câmaras Municipais:

- Reclamações sobre funcionamento de estabelecimentos de restauração e bebidas, ginásios, de comércio de bens, de prestação de serviços, mini e supermercados, recintos desportivos, espetáculos e festividades ao ar livre ou obras;

- Ruído de vizinhança, na instauração de processos de contraordenação e sanções acessórias, competindo a fiscalização às autoridades policiais;

Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional (CCDR):

- Reclamações sobre operadores de gestão de resíduos.





# TARRO



**João Patrocínio**  
Jurista

**H**oje, com o calor que fez, apeteceu-me um Gaspacho e lembrei-me de umas linhas que havia escrito há uns tempos sobre esta sopa fria.

*"Dizem uns que chegou por influência árabe, outros defendem a sua origem castelhana, por via da introdução do tomate na Europa oriundo da América do Sul.*

*Já por cá, no Alentejo, e porque não havia tempo para triturar tudo, - à andaluza - inventaram o "Gaspacho do Campo" que tão bem traduz as necessidades de fazer face ao árduo trabalho agrícola e ao calor das*

*planícies.*

*Pão duro e água fresca, mais uns quantos ingredientes que a terra oferecesse às laboriosas gentes de baixa condição social e que tudo "inventavam" para matar a fome."*

Ora, para o comer, onde mais poderia encontrar um "gaspacho do campo" senão no Tarro, em A-das-Lebres?!

E que bom que estava, fresquinho como sempre, tão bem acompanhado de uns belos carapauzinhos fritos.

O Tarro é, provavelmente, um dos melhores restaurantes alentejanos fora do Alentejo.

A sua carta oferece uma enorme variedade de sabores tradicionais e privilegia-nos com algumas especialidades difíceis de encontrar assim tão bem confeccionadas e com tanta fidelidade à matriz, como o faz a Chef Ângela Nunes.

Sente-se e saboreie a refeição com um dos bons vinhos da região disponíveis e não tardará até que o anfitrião João Barnabé - também conhecido como filho da Maria Carola - e que faz as honras da casa, o brinde com uma das suas boas anedotas com sotaque.

As entradas são uma tentação, combinando os pimentos assa-

dos, com azeite e alho, com os enchidos regionais e as frutas da época. E onde, claro, não pode faltar o queijo e o estaladiço pão alentejano.

Para além dos pratos do dia, que variam ao longo da semana - e onde podemos encontrar, entre tantos outros, desde a sopa de beldroegas, o cozido de Grão, o borrego "à Maria Carola", o cação frito, as bochechas de porco -, tem sempre carnes de porco preto prontas para a grelha e que casam maravilhosamente com os diversos acompanhamentos disponíveis, desde o arroz de tomate, de coentros ou de carqueja, e as migas de espargos ou de broa.

Ao nível das sobremesas apresenta boas escolhas, destacando-se, obviamente, a sericaia com licor de poejos e o doce do Sr. Vigário.

Dispõe de duas salas bem iluminadas, e decoradas com motivos típicos alentejanos, numa das quais, pode acompanhar o jantar com música ao vivo ao fim de semana e música alentejana à quarta-feira.

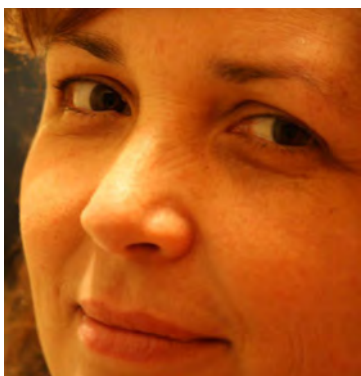
Se aprecia os sabores da região, tem aqui, numa mesa do concelho de Loures, todo o sabor Alentejano.



**12H/15H • 19.30H/22H • ENCERRA AO DOMINGO**

**RUA DA LIBERDADE, 52 A-DAS-LEBRES**  
**2660-181 SANTO ANTÃO DO TOJAL ☎ 966 858 328**





**Florbela Estêvão**  
Arqueóloga e museóloga

**PAISAGENS E PATRIMÓNIOS**

# A FESTA E AS FESTAS DE LOURES 2019



**D**e 25 a 28 de julho deste ano decorreram as Festas de Loures 2019, sob o lema “O Ritmo Que Faz a Diferença”, assinalando os 133 anos do concelho. Incluíram muitas manifestações agregadoras de público, como música, gastronomia, exposições, desporto, teatro e concertos, estes últimos como principal atração. A festa é um elemento fundamental estruturante de qualquer sociedade, de qualquer agrupamento humano mesmo, desde o mais simples ao mais complexo. Tradicionalmente sazonal, pautando as várias épocas do ano, deriva da festa religiosa, e conserva frequentemente, mesmo nos acontecimentos mais laicos, mais profanos, um elemento religioso, de culto, de celebração de qualquer coisa. A festa é um excesso. Um excesso no qual se investe muita energia e recursos, e para o qual as coletividades se preparam muito antes dela ocorrer. É preciso que ela marque uma rutura no dia a dia, um corte no tempo, uma certa alteração ou mesmo inversão das regras moderadas pelas quais se pauta a vida coletiva, e represente, ou implique, uma excitação particular dos espaços e das pessoas. A festa é tão antiga como a própria humanidade, mas foi assumindo ao longo do tempo formas muito diversificadas, como é evidente e de esperar. Assim, sobre este tema, caro(a) leitor(a), exis-

tem bibliotecas inteiras: a vida humana seria impossível sem esse intervalo regular que é a festa, e, evidentemente, o seu estudo despertou a curiosidade de infinitos autores. Para as várias entidades locais, a festa, que pode ir do tom mais sofisticado, dirigido a um público restrito, ao mais elementar e comum, destinado a toda a gente, e inclusivamente gratuito, é um elemento identitário fundamental, destinando-se a “colocá-la no mapa”: a festa é o que faz existir uma localidade (grande ou pequena) para além da vivência e dos serviços e atividades rotineiras e necessárias. A festa é o que distingue. Não é necessária para nada, e, contudo, é a atividade mais fundamental de todas, para construir o laço social, e, portanto, solidificar a própria comunidade a quem se dirige. E, como cada localidade quer distinguir-se a assinalar-se junto das demais, existir nos media, atrair atenção e público que frua e seja consumidor de tudo o que a festa oferece, é compreensível que os responsáveis da festa se empenhem em surpreender pela positiva, procurando de cada vez trazer ao local figuras conhecidas, ou eventos originais, que atraiam a atenção e criem uma tradição local. A festa está, pois, ligada a uma imagem, a uma marca, a algo de identitário. Só que a sociedade de consumo, a dita “sociedade de lazer” (haveria muito a

dizer sobre o que é este lazer...) marca uma diferença muito grande em relação às antigas festas sazonais, que eram normalmente uma forma de assinalar um momento de transição das estações do ano, com raízes religiosas muito antigas. Hoje pode dizer-se que a festa se instalou como uma forma de evasão quase constante, nomeadamente nas camadas mais jovens, ligadas a um modo de vivência hedonista, que acompanha uma maneira de estar mais leve, ou aparentemente mais leve, e serve para atenuar, no dia a dia, ou com frequência, as inquietações quanto ao futuro, num mundo cada vez mais imprevisível em todos os aspetos. Já há muitos anos que começou aquele slogan das “férias repartidas”, como outro também de “faça férias cá dentro”. Ora, festa e férias estão ligadas, obviamente, pois ambas são momentos de evasão de um ambiente cuja pressão simbólica é grande, e

onde o desmembramento das tradicionais formas estáveis de vida (afetivas, de emprego permanente, de objetivo ou programa bem definido e duradouro, etc.) é notório para qualquer um(a), sobretudo para os que ainda viveram antes da chamada sociedade de consumo de massas, que é a nossa. Essa necessidade de evasão, que a festa leva ao extremo, coletivamente, nota-se todos os dias ao nível individual: basta frequentar os transportes públicos para se ver as pessoas absolutamente concentradas no chamado telemóvel, que há muito deixou de ser um mero telefone, para se transformar num objeto identitário onde “está” toda a vida do utente. Com frequência usando “phones”, as pessoas tornam-se particularmente “autistas”, ou seja, cada uma ouvindo as músicas que mais lhe agradam, e, portanto, indiferentes aos outros e à vida ambiental incómoda e stressante. A música está hoje pre-

sente em toda a parte: ora, a música, dantes, como qualquer grande ruído espetacular (bombos, foguetes, fogo de artifício, tocar de sinos, marchas militares ou procissões religiosas com seu som peculiar, etc., etc.) era algo ligado à festa ou ao acontecimento excepcional, quer celebrando-o, quer chamando as pessoas para a ele ocorrerem. Hoje, isso generalizou-se e tornou-se quotidiano. Há sempre alguma festa a acontecer em qualquer lugar, por qualquer motivo real ou inventado, para celebrar alguma coisa ou - numa extensão do próprio conceito de festa - fazer o luto de qualquer acontecimento nefasto. Assim, pois, na brincadeira, na folia e no êxtase mesmo, nada há de mais sério e de mais fundamental do que a festa para criar comunidade. E, claro, as festas de Loures, concelho multicultural e que se deseja cada vez mais intercultural, não são exceção.

**horizonte**  
**fm 92.8**

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



# eSight



Os óculos electrónicos HD que devolvem a visão a pessoas portadoras de baixa-visão.

- Visão Instantânea a todas as Distância.
- Tecnologia Portátil de Mãos-Livres
- Permite a Mobilidade e a Independência



**PARQUE DAS NAÇÕES - NORTE**

Av. D. João II Edifício Panoramic Loja1

Tel: 961514315

[esight@zonooptica.pt](mailto:esight@zonooptica.pt)

[www.zonooptica.pt/eSight](http://www.zonooptica.pt/eSight)





**João Alexandre**  
Músico e Autor

**NINHO DE CUCOS**

# BRUCE SPRINGSTEEN

## WESTERN STARS



Que surpresa maravilhosa nos oferece Bruce Springsteen no seu décimo nono álbum de originais, lançado no passado dia 14 de junho e intitulado "Western Stars". Numa altura em que muito poucos imaginariam sequer um novo disco, o "Boss" que completa 70 anos de idade no próximo mês, presenteia-nos com a inspiração e grandiosidade convincente em 13 temas novos, num total de 51 minutos de música incrível. Um manifesto de reafirmação e vitalidade do veterano músico. Desde "Nebraska", outra das obras-primas de Springsteen, editada em 1982 que o lado cinematográfico das suas canções não era tão evidente, desta feita não pela via do obscuro, da quase solidão e do deserto mas

antes pelas vibrantes histórias do Oeste repletas de intencionais clichês e envoltas na estética folk pop americana de início dos anos 70. Na verdade a opulência de "Western Stars" que começou a ser pensado e trabalhado há 8 anos atrás, tendo sido gravado em 6 estúdios diferentes, resulta não só da qualidade dos arranjos orquestrais de cordas e sopros, da produção polida e da interpretação dos 30 músicos assinalados na ficha técnica mas também do próprio conceito do disco, no qual Bruce Springsteen compila o que de melhor existe na sua carreira, "a jewel box of a record" refere o músico. "Western Stars" o tema título, fala de um ator que chegou a ser dirigido por John Wayne mas que é apenas reconhecido

como figurante em anúncios a cartões de crédito e que recorre ao viagra na esperança que lhe traga de volta tudo o que de bom a vida tem. "There Goes My Miracle", "Stones", "Tucson Train" e "Hello Sunshine" são mais alguns dos temas radio-friendly e baseados nas histórias contadas e captadas por Bruce Springsteen ao volante da sua pick up. "Moonlight Motel" encerra de forma bela e serena o disco "Western Stars" mas sem qualquer nostalgia ou sinal de despedida. Sabem que mais? Bruce Springsteen é o expoente do envelhecimento ativo e tem agendado para 2020, novo disco com a sua E. Street Band (para além de reedições, "Born in the USA" por ex.). Este "Boss" é danado!

**f BruceSpringsteen**



**João Calha**  
Consultor Informático

**CONSULTÓRIO INFORMÁTICO**

## O MEU TELEFONE CAIU NA ÁGUA... E AGORA?

Todos os dias há smartphones que caem à água e principalmente nestes dias de férias, é bastante frequente a queda de telemóveis no mar, na piscina ou em locais onde exista água. Mas não desespere, pode ser que não tenha de comprar um telemóvel novo. Quando o seu smartphone cair dentro de água, use os seguintes métodos para o tentar salvar:

### Passo 1

Retirar da água rapidamente e resistir à tentação de ligar o telefone, caso faça isso poderá causar um curto-circuito ao aparelho, e aí já nada pode ser feito;

### Passo 2

Retirar a bateria, abrir todos os dispositivos, remover tampas, cartões, e tudo que possa ser retirado ou aberto para secar melhor. (por exemplo, cartão SIM, cartão de memória, etc.);

### Passo 3

Agora que já retirou a bateria e o cartão SIM, seque o aparelho e os seus acessórios imediatamente. Pode usar papel absorvente ou um pano macio. Se tiver à mão, utilize um compressor de ar ou aspirador de pó para retirar a maior parte da humidade. Importante: nunca usar secador de cabelo ou algum tipo de máquina que provoque aquecimento ao aparelho, pois ele pode danificar os circuitos por completo;

### Passo 4

Agora que já tirou toda a água visível, o ideal é que use algo que tire a humidade por completo. A escolha mais simples é arroz cru. Encha uma tigela até uma altura que o aparelho não fique visível. Insira o aparelho no interior do arroz e mude-o de posição algumas vezes (por exemplo de 6 em 6 horas), e deixe-o ficar no interior do arroz, pelo menos 24 horas. Se estiver preocupado com o pó do arroz, outra alternativa é o gel de sílica. Mas nem sempre os temos em casa, em quantidade suficiente, e o



ideal aqui é ser o mais rápido possível. Químicos para retirar a humidade dos armários também funcionam, tal como o carvão. Mas claramente o melhor e que causa menos dano ao telefone, é o arroz;

### Passo 5

No dia seguinte, retire o aparelho da tigela e enrole-o em papel higiénico ou algo que absorva água para que consiga visualizar a humidade. Deixe-o lá de quatro a seis horas. Passado o período, se onde ele ficou, apresentar sinais de água, repete novamente o processo a partir do passo 3;

### Passo 6

Certo de que não haja mais nenhuma espécie de água, chegou a hora de testar o telefone. Coloque a bateria, (sem colocar o cartão SIM ou outros itens e tente ligá-lo);

#### Se ele ligar?

Ótimo, desligue-o, insira o cartão SIM, e ligue-o novamente.

#### Continua a ligar?

Melhor ainda, insira agora tudo o resto e em princípio, já se safou.

#### Se ele não ligar?

Ligue-o com o carregador mas sem bateria. Se isso funcionar, provavelmente vai precisar de comprar uma bateria nova, pois este é o item mais provável de apresentar defeitos devido ao curto-circuito realizado quando o aparelho caiu na água. Se nada funcionar, infelizmente vai ter de levar o seu aparelho a um técnico especializado. Espero que estas dicas o possam ajudar a resolver este problema tão frequente.

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





**Joana Leitão**  
Jurista

# LEVAR OU NÃO O CÃO À PRAIA NO VERÃO?

Desde que os animais passaram a ter “direitos” ou melhor, desde que os detentores passaram a ter deveres, que aumentou o número de cães na praia. No entanto, nem todas os locais admitem a circulação e a permanência de animais na praia durante a época balnear que vai, habitualmente, de 1 de junho a 30 de setembro. Com exceção da Praia do Coral em Viana do Castelo, da Praia do Portinho da Areia do Norte em Peniche e das Praias Suave Mar e da Ramalha Sul em Esposende, praias “dog friendly” que não só permitem a entrada de animais como possuem dispositivos para recolha de dejetos e pontos de água, as praias concessionadas não costumam permitir a circulação e permanência de animais. Já nas praias não concessionadas e, portanto, não vigiadas, só estão interditos animais caso exista sinalética e edital de proibição no local. A sua presença em praias não autorizadas pode ser objeto de contraordenação, cuja coima pode chegar aos 2.500 euros, embora não pareça que a Polícia Marítima ou qualquer outra procedam à fiscalização sem que haja denúncia.

Com o resto do ano para correr no areal, coloca-se a questão de saber se são ou não adequadas as idas à praia no verão. A verdade é que, o bem-estar do cão e o sossego das pessoas dependem muito do comportamento do animal e, consequentemente, do bom senso do seu detentor, que decidirá em con-

formidade. Ora, levar um cão à praia requer que o animal tenha sido ensinado a comportar-se e que o detentor saiba como o fazer, ou seja, treino. Requer que esteja socializado com pessoas e com outros animais. Requer, igualmente, sombra e água e, quem sabe, até biscoitos e brinquedos. Requer que tenha mais de seis meses e não tenha dificuldades de locomoção. E além de tudo isto, requer, ainda, trela. No fundo, os requisitos aconselháveis a passeios em qualquer lugar.

Temperaturas elevadas, desidratação, ingestão de água do mar e ferimentos nas patas causados por areia bem quente, podem originar idas imprevistas ao veterinário. E se por um lado é agradável ver os cães correr e brincar na areia, mesmo que com trela, por outro pode tornar-se um desassossego para as pessoas ser-lhes dada a liberdade desejável na época balnear.

Desagradável passa a ser vê-los ansiosos por estarem presos, por se afligirem com os banhos dos detentores, por serem forçados a entrar na água contra a vontade ou por se sentirem intimidados ou agredidos por outros.

Mais uma vez importa saber que não são bonecos e que, também eles, precisam de se adaptar, coisa que só acontecerá se os ensinarmos a integrar-se.

Trazê-los para a nossa vida requer dar-lhes espaço para se expressarem livremente, mas requer, também, respeito por todos os outros seres, incluindo os da espécie humana.



**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





# CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS DO SUPERMERCADO À SUA CASA

A conservação dos alimentos, depende das suas características, podendo ser um alimento refrigerado ou congelado. Um alimento refrigerado deve ser mantido, idealmente, à temperatura de 0°C a 4°C e um alimento congelado tem de ser mantido à temperatura de -18°C a -20°C.

As práticas diárias erradas, podem favorecer o crescimento microbiano e contaminações alimentares. São exemplo, os alimentos já cozinhados deixados muito tempo à temperatura ambiente, a descongelação inadequada, contaminações cruzadas entre alimentos crus em contacto directo com alimentos cozinhados e o transporte inadequado dos alimentos desde o local de compra até ao seu consumo.

Assim, a má conservação de alimentos refrigerados ou congelados, está diversas vezes associada a toxinfecções alimentares, doenças gastrointestinais e alergias alimentares.

## TRANSPORTE DOS ALIMENTOS

O transporte dos alimentos deve ser efetuado respeitando um conjunto de técnicas ou procedimentos, que evitem a contaminação e a degradação dos alimentos e mantenha as suas características.

Um transporte incorreto de alimentos frescos, refrigerados ou congelados desde o local de compra até ao local de consumo,

poderá ser o ponto inicial de uma má conservação dos alimentos. Para os alimentos refrigerados, um inadequado transporte, pode aumentar a temperatura destes até aos 5°C, temperatura à qual se verifica um aumento do número de microrganismos, capazes de afetar a sua qualidade.

De forma a evitar essa situação, no supermercado (local de compra), os alimentos refrigerados e/ou congelados devem ser os últimos a serem colocados no cesto, devendo ser, após isto, transportados em sacos térmicos, durante um período máximo de 1 hora, evitando a exposição solar e a fontes de calor, de modo a manter a temperatura correta até ao local de conservação ou consumo.

## CONSERVAÇÃO POR FRIO

A ação do frio sobre os alimentos, inibe ou retarda o desenvolvimento e a atividade microbiana, sendo este, usualmente, o melhor método de conservação, pois quando bem realizado é o que melhor mantém, ao longo do tempo, as qualidades organolépticas e nutritivas dos alimentos.

Contudo devem ser sempre preservados e respeitados os prazos de conservação e de validade quando aplicáveis.

Existem duas formas distintas de conservação pelo frio: a refrigeração e a congelação. Estas apresentam características e objetivos diferentes, necessitando por isso de cuidados de conservação também distintos. Neste artigo será abordada a refrigeração, posteriormente será publicado um artigo sobre a congelação, fique atento!

## CONSERVAÇÃO POR REFRIGERAÇÃO

Os frigoríficos são os equipamentos utilizados para conservação de alimentos frescos ou cozinhados, durante curtos períodos de tempo. Temperaturas inferiores a 5°C reduzem a velocidade do crescimento bacteriano.

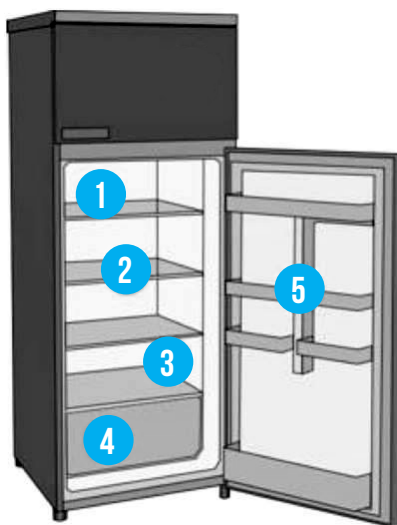
É importante que o consumidor assegure uma adequada conservação dos alimentos, nos equipamentos de frio. Por exemplo, no verão a temperatura do frigorífico deve ser regulada para um valor mais frio.

## O QUE É A CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS?

É um conjunto de regras ou processos, cujo objetivo é prolongar a durabilidade dos produtos, mantendo as suas propriedades e características.

## A TEMPERATURA NÃO É UNIFORME EM TODO O FRIGORÍFICO DEVENDO, POR ISSO, OS ALIMENTOS DEVEM SER ARRUMADOS DA SEGUINTE FORMA:

- 1 **Zona superior**  
logurtes, queijos, natas, compotas e alimentos cozinhados, devendo estes ser conservados em recipientes estanques e adequados.
- 2 **Zona intermédia**  
Pescado e carne fresca, produtos de charcutaria, produtos de pastelaria.
- 3 **Prateleiras inferiores**  
Produtos em descongelação: pescado e carne.
- 4 **Gavetas**  
Produtos frutícolas, hortícolas e leguminosas.
- 5 **Portas**  
Leite, manteiga, margarina, água, sumos.



## CONSELHOS PARA UMA ADEQUADA REFRIGERAÇÃO EM CASA:

► Quando chegados ao local de conservação ou de consumo, os produtos refrigerados devem ser os primeiros a ser armazenados corretamente.

► A carne e peixe fresco, após serem limpos devem ser acondicionados em caixas de plástico com fundo gradeado, para que o alimento não fique em contacto com a escorrência proveniente do mesmo;

► A carne pode ser conservada num período até 3 dias, com exceção da carne picada que não deverá ser conservada por um período superior a 24h;

► Os alimentos devem ser sempre, cobertos com película aderente ou estar protegidos com tampa;

► Os alimentos não devem ser colocados quentes no frigorífico, uma vez que isto aumenta a temperatura do interior do equipamento, podendo deteriorar o mesmo e os alimentos que aí se encontram;

► Os alimentos cozinhados

podem conservar-se no frigorífico até 72h (3 dias);

► Produtos enlatados (como por exemplo: tomate em calda, atum, salsichas, entre outros) após a abertura, devem ser colocados em embalagens de vidro ou plástico, e ser conservados no frio.

### Não se esqueça que...

O frio suspende a atividade microbiana, mas não a elimina (não é um germicida), por isso, quando se interrompe a rede de frio, rapidamente existe uma retoma da atividade dos microrganismos que podem deteriorar os alimentos, prejudicando a saúde do consumidor, e em casos mais graves podendo até, provocar a morte.

Podemos, contudo, diminuir esse risco, seguindo estes procedimentos de conservação dos produtos alimentares, desde o momento em que o produto chega às nossas mãos, salvaguardando assim a saúde de quem os consome.

Unidade de Saúde Pública (USP) Loures - Odivelas

Elvira Martins - Coordenadora da USP

Daniela Lourenço - estagiária da Licenciatura de Saúde Ambiental

Técnicos de Saúde Ambiental da USP

**PC**  
assist

SERVIÇOS INFORMÁTICOS

✓ REPARAÇÕES ✓ ENTREGA  
✓ RECOLHA **DOMICÍLIO**

925 320 809 • 219 456 514



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

Rua Júlio Dinis n.º 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)



**LOURES, FANHÕES**

4 WC 2 1 M<sup>2</sup> 154 M<sup>2</sup> 11000

MORADIA ISOLADA \ 092190117

€485.000

**LOURES, SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS**

2 WC 1 63

APARTAMENTO \ 092190164

€135.000

**LOURES, SÃO SEBASTIÃO DE GUERREIROS**

4 WC 1 100 400

MORADIA ISOLADA \ 092190152

€220.000

**LOURES, SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS**

2 WC 1 65

APARTAMENTO \ 092190114

€125.000

**LOURES, SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS**

2 WC 1 75

APARTAMENTO \ 092190162

€160.000

**LOURES, TORRES DA BELA VISTA**

3 WC 2 96

APARTAMENTO \ 092190167

€140.000

**LOURES, SANTO ANTÓNIO CAVALEIROS**

3 WC 2 81

APARTAMENTO \ 092190169

€140.000

## 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.