



CRESCEMOS CONSIGO

ficçõesevents

ficçõesgifts

ficçõesmídia



Notícias de

Distribuído no Concelho de Loures

LOURES

ANO 11 | Nr. 133 MENSAL | 3 DE MAIO DE 2025 | Diretor Fundador: Pedro Santos Pereira | Diretor: Filipe Esménio | Preço: 0,01€

LOURES HOMENAGEIA PAPA FRANCISCO COM MISSA E NOME DE PARQUE URBANO

Parque Adão Barata, em Loures, recebeu esta semana uma emotiva Missa em Sufrágio pela alma do Papa Francisco, numa cerimónia organizada pela Câmara Municipal de Loures em colaboração com todas as paróquias do concelho.

Págs. 10 e 11

COMEMORAÇÕES DO 25 DE ABRIL CELEBRAÇÃO DA LIBERDADE EM LOURES

O município de Loures celebrou o 51.º aniversário do 25 de Abril com um programa diversificado de eventos culturais e comemorativos, destacando-se os concertos de Pedro Burmester e Ricardo Ribeiro, este último homenageando José Afonso.



Pág. 4

O nosso aniversário vê-se com bons olhos.

Veja mais no interior.



ZONA ÓPTICA
Cuidamos dos seus olhos

O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.

38% CASHBACK



Filipe Esménio
Diretor

UM CONCELHO QUE AVANÇA COM FÉ, MOBILIDADE E... BOLETIM DE VOTO

Em Loures, não nos faltam razões para sorrir — e agora temos mais uma: a zona ribeirinha vai receber um novo Parque Urbano com o nome do Papa Francisco. Sim, esse mesmo. Um espaço verde dedicado ao convívio, à tranquilidade e à harmonia com a natureza. Um parque para todas as gerações, com nome de esperança e de futuro. Diz-se que quem plantar uma árvore por lá, colhe serenidade. E nós acreditamos.

Mas não é só a natureza que cresce por cá — também a mobilidade urbana começa a dar passos importantes. O tão aguardado metro ligeiro da Linha Violeta continua no horizonte, com avanços concretos rumo a uma mobilidade mais eficiente e sustentável. Quando os carris se cruzarem com os nossos caminhos diários, Loures vai tornar-se ainda mais ligada — às pessoas, às oportunidades e ao resto da Área Metropolitana de Lisboa. Um passo de cada vez, mas com rumo certo.

E porque as soluções para o trânsito e o estacionamento também são prioridade, há

boas notícias para os lados do Infantado: está em preparação um silo automóvel, moderno e funcional. Uma estrutura que vai aliviar o estacionamento na zona e melhorar o dia a dia de quem lá vive, trabalha ou apenas passa. Um investimento em qualidade de vida, daqueles que fazem a diferença sem precisar de grande propaganda.

E falando em escolhas que fazem a diferença... vem aí o momento de todos termos voz: as eleições legislativas. É a nossa oportunidade de escolher quem queremos que represente o país — e, claro, também os interesses da nossa terra. Votar é mais do que um direito: é um gesto simples que molda o futuro. Por isso, este ano, vamos às urnas com entusiasmo, com consciência e, quem sabe, com um sorriso. No Notícias de Loures, jornal líder (ou um dos líderes — que a humildade também vende), continuamos a acompanhar o que se passa no concelho com atenção, otimismo e uma pitada de bom humor. Porque crescer em Loures é bom. E contar a história é ainda melhor.



Cristina Fialho
Chefe de Redação

LOURES EM MOVIMENTO

Como podemos melhorar os transportes públicos em Loures para que sejam mais acessíveis e sustentáveis?

Loures é um concelho em movimento. Entre zonas residenciais densas e áreas comerciais em crescimento, milhares de pessoas dependem todos os dias dos transportes públicos para se deslocarem entre casa, trabalho, escola, etc. No entanto, para muitos, a experiência está longe de ser eficaz. Autocarros sobrelotados, percursos limitados, fraca acessibilidade para pessoas com mobilidade reduzida e uma grande dependência do carro particular compõem um cenário que precisa de atenção urgente. E tudo isto num município que há anos espera por uma promessa adiada: a chegada do Metro.

O Metro de Loures: promessa ou miragem?

Durante décadas, os habitantes de Loures ouviram falar da expansão da linha de metro como se fosse uma inevitabilidade. Em 2022, foi finalmente anunciada a extensão da Linha Vermelha até à zona de Loures, ligando-a à rede de Lisboa. Mas entre anúncios oficiais, concursos públicos e impasses políticos,

a sensação geral é de frustração. O metro continua a ser uma promessa no papel, longe de ter impacto na vida quotidiana.

Num concelho com mais de 200 mil habitantes, a ausência de um meio de transporte rápido, fiável e bem integrado é um atraso inaceitável. A expansão do metro não pode continuar a ser uma moeda de troca política — tem de ser uma prioridade de investimento real, com prazos cumpridos e transparência no processo.

Repensar os percursos — sobretudo nas zonas menos servidas

Mesmo com o metro no horizonte, a rede de autocarros precisa de ser repensada. Muitos bairros continuam sem ligações eficazes entre si. É essencial planejar melhor os percursos, integrando-os com os futuros terminais do metro e criando uma rede que funcione com ou sem ele.

Investir em autocarros elétricos e híbridos

Sustentabilidade não é só plantar árvores — é mudar a forma como nos deslocamos. A introdução de uma frota de autocarros elétricos ou híbridos reduziria drasticamente as emissões de carbono, diminuiria o ruído e mostraria que Loures leva a sério os seus compromissos ambientais.

Tornar os transportes mais acessíveis para todos

A acessibilidade tem de ser uma

exigência básica. Autocarros com piso rebaixado, sinalética inclusiva, apps com horários em tempo real — tudo isto deve fazer parte de um sistema moderno. E quando (ou se) o metro chegar, essa acessibilidade tem de estar presente desde o primeiro dia.

Incentivar o uso através de benefícios concretos

Porque não criar um sistema de pontos para quem utiliza transportes públicos em vez do carro? Precisamos de mais do que boas intenções — precisamos de medidas que convençam.

Envolver a comunidade no planeamento

Ninguém conhece melhor os problemas dos transportes em Loures do que quem os usa. Por isso, o planeamento do metro e de toda a rede de mobilidade tem de incluir a voz dos cidadãos. Não basta anunciar projetos — é preciso ouvi-los, explicá-los e ajustá-los à realidade de quem vive aqui.

Melhorar os transportes públicos em Loures não é apenas uma questão de futuro — é uma urgência do presente. Com o metro ainda longe de concretizar-se, não podemos continuar à espera. Investir em acessibilidade, sustentabilidade e planeamento participado por todos é investir em qualidade de vida.

Porque um concelho que se quer moderno, justo e verde começa... por saber mover-se.

AQUI
VAI HAVER
METRO



Geral
geral@ficcoesmedia.pt

Editorial
cristina_fialho@ficcoesmedia.pt

Comercial
noticiasdeloures@ficcoesmedia.pt

f Notícias de Loures

www.noticias-de-loures.pt

219 456 514



AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE EM LOURES UM COMPROMISSO COM O FUTURO

O concelho de Loures tem dado passos concretos na luta contra as alterações climáticas e na promoção de um modelo de desenvolvimento mais sustentável. A ação do município passa por investimentos na mobilidade elétrica, requalificação de espaços verdes, projetos de descarbonização e educação ambiental. Desde 2010, Loures aderiu à rede piloto de mobilidade elétrica, com a instalação de 32 postos de carregamento. Em 2020, celebrou novo protocolo com a MOBI.E para instalar mais nove pontos, incluindo carregadores rápidos e ultrarrápidos, com capacidade para 18 veículos em simultâneo. A ambi-

ção da autarquia é clara: até 2025, o concelho contará com 212 postos, num investimento de 2,4 milhões de euros. Esta aposta está alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, em particular os ODS 7 (energia limpa) e 11 (cidades sustentáveis). Outro destaque é o projeto "PAB_LivingLab - Vive a Descarbonização no Parque Adão Barata", que envolve energias renováveis, requalificação energética de edifícios, compostagem e atividades educativas. Cofinanciado em 79% pelos EEA Grants, este projeto conta com parceiros como a AID Global, Innovation Point, DST

Solar, BIM+ e Instituto Superior Técnico. A iniciativa visa reduzir a intensidade carbónica local e sensibilizar a população para práticas sustentáveis. Além disso, o município tem vindo a requalificar parques e zonas verdes, como o Parque da Cidade e o Cabeço de Montachique. Também promove hortas urbanas e campanhas de reciclagem, com especial enfoque junto das escolas. O conjunto destas ações valeu a Loures, em 2025, uma menção honrosa no Prémio Iscte Políticas Públicas, que reconheceu o esforço estruturado do município na transição ecológica.



AMBULANTE

FEIRA DE ARTES DE LOURES

3.ª EDIÇÃO

31 MAIO 10:00 > 24:00

01 JUNHO 10:00 > 20:00

ENTRADA GRATUITA



O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.

38% CASHBACK



FESTIVAL TEATRARTES 2025

O Teatro Independente de Loures (TIL) promove, entre 2 de maio e 1 de junho, a bienal TEATRARTES 2025, uma mostra de teatro e outras artes de palco que visa fomentar hábitos culturais junto da população do concelho.

Os espetáculos terão lugar na sala multiusos da Biblioteca Municipal José Saramago, em Loures. No átrio da biblioteca, os visitantes poderão ainda apreciar três exposições de fotografia, pintura, desenho e banda desenhada. Paralelamente, os expositores da rua Manuel Francisco Soromenho, junto ao Largo 4 de Outubro, acolherão uma exposição de fotografia que se manterá patente ao longo de todo o mês de maio.

A componente formativa do festival terá palco na Academia dos Saberes de Loures, onde decorrerão workshops de teatro, de produção de tintas naturais e de fabricação de papel, envolvendo públicos de várias idades.

Um dos pontos altos da programação será a sessão comemorativa do centenário do nascimento do dramaturgo Jaime Salazar Sampaio, patrono do evento e referência incontornável da dramaturgia portuguesa.

O TEATRARTES 2025 destaca-se pela qualidade das produções e pela diversidade da programação, atraindo públicos de todas as idades e contribuindo para a dinamização cultural do concelho. O sucesso do festival reforça a importância do investimento contínuo nas artes performativas como meio de enriquecimento cultural e de coesão social.

COMEMORAÇÕES DO 25 DE ABRIL CELEBRAÇÃO DA LIBERDADE EM LOURES

O município de Loures celebrou o 51.º aniversário do 25 de Abril com um programa diversificado de eventos culturais e comemorativos, destacando-se os concertos de Pedro Burmester e Ricardo Ribeiro, este último homenageando José Afonso.

As celebrações incluíram também o concerto "Cantar Abril", um espetáculo evocativo do centenário de Mário Soares e uma atuação da Banda da Armada, proporcionando momentos de reflexão e celebração dos valores da liberdade e da democracia.

O programa foi concebido para envolver toda a comunidade, promovendo a participação cívica e o reforço da memória coletiva sobre

a importância do 25 de Abril na história contemporânea portuguesa. A autarquia destaca o sucesso das iniciativas e a adesão entusiástica dos munícipes, reafirmando o compromisso com a promoção da cultura e da cidadania.

Concerto com Ricardo Ribeiro assinalou o 25 de Abril

Realizou-se, no Pavilhão Paz e Amizade, em Loures, o espetáculo comemorativo do 51.º aniversário do 25 de Abril. O fadista Ricardo Ribeiro interpretou um cantor e compositor fundamental do século XX português: Zeca Afonso.

Durante cerca de duas horas, Ricardo Ribeiro deu voz às letras de

José Afonso e levou o público numa viagem pelo repertório de um dos maiores ícones da música de intervenção.

"Que amor não me engana", "Vejam bem", "Era um redondo vocábulo", "Maria Faia", "Milho Verde", "Cantigas do Maio" e "A morte saiu à rua" foram algumas das canções que compõem este espetáculo, com direção musical e arranjos do pianista e compositor Filipe Raposo.

Ricardo Ribeiro apareceu em palco acompanhado por Filipe Raposo no piano, Mário Delgado na guitarra e Gonçalo Leonardo no contrabaixo, num concerto que contou, ainda, com a participação do Grupo de Cante "Os Ganhões" de Castro Verde.



TEATRO (Biblioteca José Saramago)

03 21 "Amanhecer em Berlim"	04 16 "MÁ! Estás aí!"	11 11 "O Macaco de Rabo Cortado"
17 21 "(Com)Partilha"	24 21 "24 24"	25 11 "Histórias da Água e da Terra"
25 16 "O Voo da Gaiivota"	31 21 "Teatro de Guerra"	01 16 "A Porta"

MÚSICA E DANÇA (Biblioteca José Saramago)

02 21 Concerto	02 21 Concerto	10 21 "Valto" e "Ad Aertuum"
16 21 Baile Folk / DJ Set	18 16 Música para Pais e Bebés	

WORKSHOPS (Academia dos Saberes)

03 14 O Corpo em Cena	17 15 Técnicas Teatrais
31 10 Pintar com a Natureza	31 14 Fazer o Meu Papel

EXPOSIÇÕES (R. Manuel Francisco Soromenho / Biblioteca José Saramago)

03-01 "Com Outro Olhar", Fotografia	09-16 "O Silêncio do Olhar", Pintura/Desenho/BD
17-24 "Primavera", Aquarelas	24-01 "Natureza em Nós", Técnica Mista

05 mai | 21:30 | COMEMORAÇÃO 100 ANOS DO PATRONO (Biblioteca José Saramago)

Consulte as condições da campanha na App **Zona Óptica** ou no nosso website

zonaoptica.pt

Disponível na

App Store

DISPONÍVEL NO

Google Play

ZONA ÓPTICA

ATUALIDADE

Notícias de **LOURES** 5

INOVAÇÃO E TRANSFORMAÇÃO DIGITAL NAS ESCOLAS DE LOURES

A Câmara Municipal de Loures está a promover, de 10 de março a 23 de maio, o Ciclo "Educação no Centro 2025", dedicado à transformação digital e inovação pedagógica nas escolas do concelho.

O ciclo inclui uma série de conferências, workshops e debates que abordam temas como a integração das tecnologias digitais no ensino, metodologias pedagógicas inovadoras, inclusão e equidade educativa. A iniciativa visa capacitar os profissionais de educação e envolver a comunidade escolar na construção de um sistema educativo mais moderno e adaptado aos desafios do século XXI.

O programa conta com a participação de especialistas nacionais e internacionais, proporcionando momentos de reflexão e partilha de boas práticas. A autarquia destaca a importância do ciclo como plataforma de desenvolvimento profissional e de promoção da qualidade educativa no concelho.



Pizzeria
da Linha
MASSA FINA E ESTALADIÇA

NOVA PIZZA BOLONHESA

PORTELA

RUA DOS ESCRITORES (Quiosque)

TODOS OS DIAS
12h às 22h

☎ **967 936 610**

TAKE AWAY
ESPLANADA
ENTREGA

Zonas de Entrega:

Portela, Moscavide,
Urb. Jardins do Cristo Rei,
Parq. das Nações,
Sacavém e Olivais

* Entrega gratuita, com valor mínimo de 11,50€
De segunda a domingo das 18h às 22h

MB MB WAY VISA

Uber Eats Glovo Bolt Food

ENTREGA GRATUITA*

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

**FORNO
DE LENHA**

REFORÇO DOS BOMBEIROS E DA PROTEÇÃO CIVIL EM LOURES

Com o aproximar do verão, a Câmara Municipal de Loures tem reforçado a preparação do Dispositivo Especial de Combate a Incêndios Rurais (DECIR) 2025, em articulação com os corpos de bombeiros do concelho e o Serviço Municipal de Proteção Civil. A segurança das populações e a resposta eficaz a situações de emergência são a prioridade. O concelho conta com cinco corpos de bombeiros voluntários – Loures, Sacavém, Camarate, Moscavide e Zambujal –, num total de cerca de 500 operacionais. Em abril de 2025, foi apresentado o plano de atuação municipal para os meses de maior risco, com reforço de meios humanos e materiais,

veículos especializados e vigilância florestal contínua. Entre as novidades está a aquisição de drones para reconhecimento aéreo em tempo real, melhorando a capacidade de resposta e coordenação em caso de incêndio. Têm sido promovido simulacros e ações de formação junto da população, em especial em freguesias com maior interface urbano-florestal, como Lousa, Fanhões ou Bucelas. O investimento em equipamentos de proteção individual, viaturas 4x4 e sistemas de comunicações foi igualmente reforçado com verbas municipais e candidaturas a fundos europeus. Paralelamente, as campanhas de sensibilização dirigidas aos cidadãos – sobre

queimadas, limpeza de terrenos e autoproteção – continuam a ser uma peça-chave na prevenção. Em 2025, os Bombeiros Voluntários de Loures comemoram ainda 135 anos de serviço à comunidade. A cerimónia de homenagem, realizada em abril, foi marcada pela entrega de medalhas a elementos destacados e pela presença do executivo municipal. O Serviço Municipal de Proteção Civil, que coordena estas operações, reforça que “a prevenção e a preparação são as melhores defesas num concelho vasto e com áreas de risco elevado”. O envolvimento da população é considerado determinante no sucesso da resposta a situações críticas.



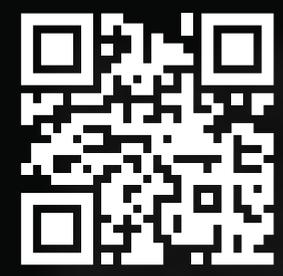
MODERNIZAÇÃO E SIMPLIFICAÇÃO DOS PROCESSOS URBANÍSTICOS

A Câmara Municipal de Loures aprovou recentemente alterações significativas ao Regulamento Municipal de Edificação e Urbanização (RMEU) e ao Regulamento de Taxas, com o objetivo de modernizar e simplificar os processos urbanísticos no concelho. As alterações ao RMEU, publicadas em Diário da República através do Aviso n.º 9890/2025/2, visam adaptar o regulamento às novas exigências legais e técnicas,

promovendo uma maior eficiência e transparência nos procedimentos de licenciamento e fiscalização urbanística. Paralelamente, o Regulamento de Taxas foi revisto para refletir as mudanças introduzidas pelo novo regime jurídico da urbanização e edificação, nomeadamente no âmbito do Simplex Urbanístico, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 10/2024. Estas reformas têm como objetivo facilitar a atividade dos pro-

dutores imobiliários e dos cidadãos, reduzindo a burocracia e promovendo um ambiente mais favorável ao investimento e ao desenvolvimento urbano sustentável. A autarquia sublinha que as alterações foram objeto de consulta pública, permitindo a participação dos munícipes no processo de revisão regulamentar. Com estas medidas, pretende-se responder aos desafios do crescimento urbano e da sustentabilidade ambiental.





ficcoesmedia.pt



O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.

38% CASHBACK



LINHA VIOLETA DO METRO LIGEIRO NOVO CONCURSO

No dia 15 de abril de 2025, foi relançado o concurso público para a construção da Linha Violeta do Metro Ligeiro de Superfície, um projeto ambicioso que visa transformar a mobilidade entre Loures e Odivelas. Com um investimento previsto de 677,5 milhões de euros, a linha terá uma extensão de 11,5 quilómetros e incluirá 17 estações, ligando o Hospital Beatriz Ângelo a Odivelas. Este projeto é visto como um marco na melhoria das infraestruturas de transporte público na região, prometendo reduzir significativamente os tempos de deslocação e aliviar o tráfego rodoviário. A conclusão da obra está prevista para 2029, e espera-se que beneficie milhares de residentes e trabalhadores que diariamente se deslocam entre os dois concelhos.

O relançamento do concurso surge após um processo anterior ter sido anulado devido à exclusão de todas as propostas apresentadas. Agora, com novas diretrizes e critérios, as autoridades esperam atrair propostas viáveis que garantam a execução eficiente do projeto.

A Linha Violeta é parte integrante do plano de expansão do Metropolitano de Lisboa, que visa melhorar a cobertura da rede e promover uma mobilidade mais sustentável. A iniciativa conta com o apoio do governo e das autarquias locais, que reconhecem a importância estratégica do projeto para o desenvolvimento económico e social da região.

Para mais informações sobre o projeto e o concurso público, os interessados podem consultar o site oficial do Metropolitano de Lisboa.



RESTAURANTE

VENDEMOS COMIDA PARA FORA

ESTÁDIO DA PORTELA

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

Consulte as condições da campanha na App **Zona Óptica** ou no nosso website

zonaoptica.pt

Disponível na

App Store

DISPONÍVEL NO

Google Play



ATUALIDADE

Notícias de **LOURES** 9

SILO DE ESTACIONAMENTO NO INFANTADO SOLUÇÃO PARA O ESTACIONAMENTO URBANO

A Câmara Municipal de Loures apresentou recentemente à população do Infantado uma proposta para a construção de um silo de estacionamento na Avenida das Descobertas. A iniciativa visa responder às crescentes necessidades de estacionamento na zona, proporcionando uma solução estruturada e eficiente para os residentes e visitantes. Durante a sessão de apresentação, realizada na Escola Básica do Infantado, os técnicos municipais explicaram os detalhes do projeto, que prevê a criação de várias centenas de lugares de estacionamento distribuídos por vários pisos. O objetivo é reduzir a pressão sobre o estacionamento à superfície, melhorar a fluidez

do tráfego e contribuir para a requalificação urbana da área envolvente.

A proposta inclui também medidas de sustentabilidade, como a instalação de pontos de carregamento para veículos elétricos e sistemas de gestão energética eficientes. A autarquia sublinha que o projeto será desenvolvido em estreita colaboração com a comunidade local, garantindo que as preocupações e sugestões dos moradores sejam consideradas no processo de planeamento. Este projeto insere-se na estratégia municipal de promoção da mobilidade sustentável e de melhoria da qualidade de vida urbana, alinhando-se com as políticas de desenvolvimento urbano inteligente e inclusivo.




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

Vinhos e Destilados Acessórios Produtos gourmet



+351 961 350 775



lojadovinhoportela@gmail.com



www.whynotwine.pt



WhyNotWine

Garrafeira


Why Not Wine

LOURES HOMENAGEIA PAPA FRANCISCO COM MISSA E NOME DE PARQUE URBANO



O Parque Adão Barata, em Loures, recebeu esta semana uma emotiva Missa em Sufrágio pela alma do Papa Francisco, numa cerimónia organizada pela Câmara Municipal de Loures em colaboração com todas as paróquias do concelho. A celebração, presidida por D. Rui Gouveia, Bispo Auxiliar do Patriarcado de Lisboa, reuniu centenas de fiéis num momento marcado pela fé, pela memória e

pela gratidão. Além da participação das comunidades paroquiais, a cerimónia contou com a presença de representantes de várias confissões religiosas, num gesto ecuménico de unidade e reflexão. Foi recordada, com emoção, a Jornada Mundial da Juventude de 2023, que levou milhares de jovens a Loures e cuja marca perdura na memória coletiva do concelho. No mesmo espírito de homenagem, a Câmara

Municipal de Loures decidiu atribuir o nome “Parque Papa Francisco” à nova zona verde da frente ribeirinha da Bobadela, atualmente em fase de requalificação. A proposta foi aprovada esta quarta-feira em reunião de executivo e pretende honrar o legado de proximidade, justiça social e cuidado com o planeta que o pontífice representa, perpetuando também a sua passagem por Loures durante a JMJ. O novo parque, anterior-



SISTEMA DE VIDEOPROTEÇÃO EM LOURES

A Câmara Municipal de Loures está a implementar um projeto inovador de videoproteção, em estreita colaboração com a PSP e a GNR, que prevê a instalação de 180 câmaras de vigilância em pontos estratégicos do concelho. Esta medida tem como principal objetivo reforçar a segurança pública, promovendo um ambiente mais seguro e dissuasor de comportamentos ilícitos em todo o território municipal.

As câmaras serão instaladas em locais identificados como prioritários pelas forças de segurança, com base em critérios de prevenção e combate à criminalidade. O sistema de videoproteção será gerido em conformidade com as normas legais de proteção de dados e privacidade, garantindo que a utilização das imagens respeita os direitos dos cidadãos. A autarquia destaca que o projeto visa não apenas a

repressão de ilícitos, mas também a prevenção e a promoção de uma cultura de segurança partilhada entre as autoridades e a comunidade. Este investimento em tecnologia de segurança insere-se numa estratégia mais ampla de modernização dos serviços municipais e de reforço da cooperação com as forças de segurança, visando a construção de um concelho mais seguro e resiliente.



Consulte as condições da campanha na App **Zona Óptica** ou no nosso website

zonaoptica.pt

Disponível na

App Store

DISPONÍVEL NO

Google Play



ATUALIDADE

Notícias de **Loures** 11

mente ocupado por contentores logísticos, terá mais de 35 hectares e será um espaço aberto à população, com percursos pedonais, zonas de lazer, equipamentos desportivos e amplas áreas verdes. A autarquia espera que venha a ser um novo polo de convívio, cultura e natureza para milhares de famílias de Sacavém,

Bobadela e Santa Iria de Azoia. Com este investimento, Loures reforça o seu compromisso com a regeneração urbana e devolve à comunidade um espaço que esteve abandonado durante décadas. A escolha do nome inscreve-se numa linha de continuidade com a decisão já tomada pela Câmara Municipal de Lisboa,

que atribuiu o nome do Papa Francisco à parcela do mesmo território situada no seu concelho.

A homenagem, tanto simbólica como prática, reforça a ligação entre Loures e os valores universais que marcaram o pontificado de Francisco: paz, solidariedade, ecologia e acolhimento.



BOUTIQUE DA CULTURA

3ª FESTA do Livro

Infantado - Loures
Maio | 8 | 9 | 10 | 11
Rua Vasco da Gama
10H00 - 20H00

O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.

38% CASHBACK



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

DÊ LUZ ÀS SUAS FINANÇAS RENEGOCIAR É COMEÇAR A POUPAR!

Nos últimos tempos, temos ouvido falar de apagões energéticos em vários países da Europa. E se esse fenómeno servisse também como metáfora para aquilo que acontece, silencio-

samente, nas nossas finanças? Muitas famílias vivem num verdadeiro "apagão financeiro": contas que não batem certo, prestações que pesam cada vez mais, créditos acumulados e uma sensação constante de

que o dinheiro não chega até ao fim do mês. Mas há uma boa notícia: há luz ao fundo do túnel – e começa com uma simples atitude: renegociar. Renegociar os seus créditos pessoais, automóvel ou habitação

pode representar uma poupança significativa todos os meses. Ao baixar taxas de juro, rever prazos ou até consolidar vários créditos num só, muitas famílias conseguem recuperar o controlo das suas

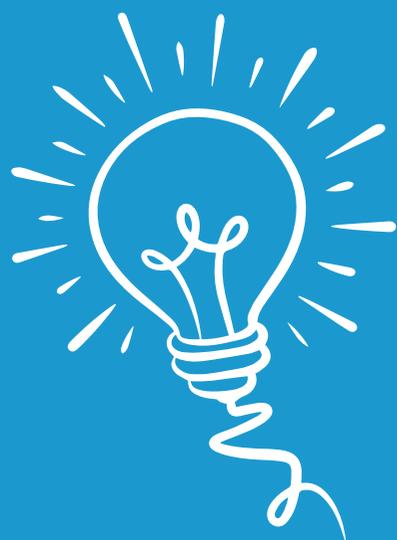
finanças e respirar de alívio. Mas vamos mais longe: tratamos também da revisão dos seus seguros, para que não pague mais do que precisa, e ajudamos na procura do imóvel certo para a pessoa certa – porque o seu próximo passo deve ser dado com segurança e confiança. Não se trata apenas de poupar. Trata-se de viver com mais tranquilidade, com mais liberdade e menos stress. Trata-se de iluminar as suas finanças e dar um passo rumo à qualidade de vida que merece. Na iProperties - Rede Doutor Finanças, agora já com uma loja em Oeiras, para quem quiser estar presencialmente connosco, temos uma equipa pronta para ouvir, analisar e apresentar soluções personalizadas. Não deixe as suas finanças no escuro. O primeiro passo para poupar é mais simples do que imagina.

Fale connosco:
forum.oeiras@rede.doutorfinancas.pt

 **iProperties**
Oeiras

▶ **JÁ ABRIU**
Loja Fórum Oeiras

Registo BdP:
0007781



Dê Luz às suas
FINANÇAS



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





João Pedro Domingues
Professor

TODOS, TODOS, TODOS.

O 25 de Abril de 1974 marcou um momento decisivo na história de Portugal. Com a revolta dos Capitães findou uma ditadura marcante para várias gerações de portugueses, que sentiram na pele a violência de um regime desumano, e deu-se início a um caminho democrático, onde os então esquecidos valores da liberdade, da dignidade humana e da justiça social se tornaram elementos fundamentais numa sociedade que se quer inclusiva e livre, e onde a vontade da popu-

lação é o bem maior. E quando findamos as celebrações dos 50 anos da Liberdade, eis que uma notícia nos entristece: a morte do Papa Francisco. Rapidamente encontramos um paralelo, claro que de um modo simbólico, mas profundamente significativo, entre o 25 de Abril e o Pontificado do Papa Francisco. Muitos como eu, que sendo católico não sou praticante, por tantas vezes desacreditei a Igreja, pelo exemplo que alguns dos seus membros e representantes

nos transmitiram, percebemos que o Papa Francisco era uma voz firme e audível na liberdade de consciência, na defesa dos mais pobres, dos marginalizados, dos que vivem nas periferias. O Papa Francisco era um homem completo, sem máscara, sem fingimentos, que colocava toda sua energia, todo o seu ser, ao serviço da Igreja e do Mundo.

A sua visão de uma Igreja e de uma sociedade mais inclusiva, mais perto dos desfavorecidos e muito comprometida com a justiça e a paz, são pontos comuns com a Revolução dos Cravos.

Quer a nossa Revolução quer o Pontificado de Francisco, claro que em contextos distintos, visaram um mesmo objetivo: a construção de uma sociedade assente no respeito dos direitos humanos, na liberdade, na solidariedade, na igualdade e na esperança.

A sua preocupação com o meio ambiente, com as alterações climáticas, com as crises humanitárias e os migrantes, com os direitos das minorias, foram temas muito

importantes para colocar a Igreja a dialogar com o Mundo.

E esta foi uma grande marca do seu Pontificado: colocar a Igreja Católica que estava muito centrada sobre si mesmo, muito egocêntrica, a viver os problemas que assolam o século XXI. Francisco não advogava a paz somente nas ruas, mas acima de tudo na consciência de cada um. E, no momento atual, como isso é tão importante!

Mais triste do que sentir que morreu o Papa, é sentirmos que morreu um homem bom.

Para quem é católico praticante, mas mesmo para os não praticantes, é importante que se reze, para que Deus envie outro Papa, também preocupado e envolvido nas exigências específicas do tempo, tão conturbado, que agora vivemos.

Que o legado do Papa Francisco possa ter continuidade e não se verifique um retrocesso; e que a Igreja possa ser, como disse o Papa Francisco, para todos, todos, todos!

CERTIFICO para efeitos de publicação que por escritura lavrada neste Cartório no dia três de abril de dois mil e vinte e cinco, lavrada de folhas quarenta e cinco a quarenta e oito verso, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número Quarenta e Sete-B, que:

Maria de Lurdes Marques Henriques Cabaça, NIF 129.097.780, viúva, natural de Midões, Tábua, residente na Rua 5 de Outubro, Lote 3-A, Bairro do Zambujeiro, 2660-112 Santo Antão do Tojal, Loures;

Paula Cristina Marques Cabaça, NIF 210.659.270, solteira, maior, natural de S. Sebastião da Pedreira, Lisboa, residente na mesma morada da anterior;

Cláudia Sofia Marques Cabaça, NIF 212.540.106, divorciada, natural de S. Sebastião da Pedreira, Lisboa, residente na Travessa Casal do Piolho, nº 5, 1º esqº, 2655-481 Ericeira;

Ana Patricia Marques Cabaça, NIF 243.504.896, solteira, maior, natural de Santo Antão do Tojal, Loures, residente na Rua Casal dos Degraus, s/n, Mata da Palhacana, 2580-255 Pereiro de Palhacana;

Cátia Isabel Marques Cabaça Duarte, NIF 243.504.861, devidamente autorizada por seu marido André Filipe Izidoro Duarte, NIF 238.293.211, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, ela de Santo Antão do Tojal, Loures e ele de Loures, residentes na Av. Estrada Real, nº 5, r/c esqº, Póvoa da Galega, 2665-340 Milharado;

Marco António Marques Cabaça, NIF 267.901.038, solteiro, maior, natural de Santo Antão do Tojal, Loures, residente na Rua 5 de Outubro, Lote 3-A, já referida, que outorga por si e na qualidade de procurador de seu irmão:

Luis Filipe Marques Cabaça, NIF 232.689.920, divorciado, natural de S. Sebastião da Pedreira, Lisboa, residente na Rua Dom Luis de Ataíde, nº 1, 1º drº, Santo André, 2830-187 Barreiro, qualidade e poderes que verifiquei por procuração que arquivo, justificam os seus direitos, pela forma constante do fotocopiado, o que está conforme o original.

Que, são donos e legítimos possuidores, em comum e sem determinação de parte ou direito do seguinte bem:

A quota parte de trezentos e vinte e nove de vinte mil oitocentos e trinta e três vírgula cinco avos indivisos,

Do prédio rústico situado em Zambujeiro, freguesia de Santo Antão do Tojal, concelho de Loures, com a área total de vinte mil oitocentos e trinta e três vírgula cinco metros quadrados, descrito na 2.ª Conservatória do Registo Predial de Loures sob o número mil quinhentos e oitenta e quatro – freguesia de Santo Antão do Tojal, inscrito na matriz a favor de Joaquim Antunes (Cabeça de Casal da Herança de (...)) sob o artigo 74 da secção 1H pendente de retificação, conforme requerimento apresentado no Serviço de Finanças de Loures-1 aos 19.08.2024 que me exibiram com o valor patrimonial correspondente de 5,63€e atribuído de 250,00€

Que, aquela quota parte se encontra registada a favor de Joaquim Antunes casado com Emília da Costa Henriques Antunes em comunhão geral de bens, sob a apresentação treze de vinte e oito de outubro de mil novecentos e setenta e dois;

Que, o referido direito aos avos indivisos entraram na posse e fruição da outorgante mulher Maria de Lurdes Marques Henriques Cabaça e marido António Fernando Martins Cabaça, casados que foram em comunhão de adquiridos, por compra e venda meramente verbal, que lhes fizeram os pais da quarta outorgante, os referidos titulares inscritos no registo predial Joaquim Antunes e mulher Emília da Costa Henriques ou Emília da Costa Henriques Antunes, no ano de mil novecentos e oitenta. Tal compra nunca foi reduzida a escritura pública ou outro título capaz de provar, pelos mecanismos extra judiciais normais, a sua propriedade plena sobre a quota parte acima mencionada, não sendo já hoje possível fazê-lo.

Que os primeiros e representado de Marco António Marques Cabaça são os únicos e universais herdeiros de António Fernando Martins Cabaça, marido da referida Maria de Lurdes Marques Henriques Cabaça e pai dos restantes, respetivamente, conforme escritura de Habilitação de Herdeiros, lavrada no Cartório Notarial de Sofia Alves Paulico Valente, (em substituição) em Loures, no dia dois de fevereiro de dois mil e vinte e três, exarada de folhas quarenta e nove a folhas cinquenta verso do Livro de Notas para escrituras diversas Cinco-B. Que, Maria de Lurdes Marques Henriques Cabaça e falecido marido, nunca lograram obter título bastante para registarem o referido direito em seu nome, não possuindo, agora por esse motivo, os justificantes, título aquisitivo bastante para o registar em nome dos mesmos e posteriormente estabelecer o trato sucessivo e registar a favor dos filhos e da mãe, por falecimento do marido e pai, em comum e sem determinação de parte ou direito.

Que, assim, primeiro a justificante mulher viúva e referido marido, desde o ano mil novecentos e oitenta, até ao ano de dois mil e vinte e dois, data de falecimento de António Fernando Martins Cabaça, possuíram o referido direito sobre o imóvel em conjunto com os demais comproprietários titulares e na proporção do direito que ora se justifica, ou seja durante o período de quarenta e cinco anos, sendo a referida quota parte do terreno administrada por eles, limpando-o e dele recolhendo os seus proveitos, plantando, tudo isto ininterruptamente, sem violência, sem a menor oposição de quem quer que seja, desde o seu início, posse que sempre exerceram ostensivamente, com conhecimento de toda a gente traduzida em atos materiais de fruição, conservação e defesa, suportando os encargos dessa sua conservação, pagando os respetivos impostos e contribuições, agindo sempre pela forma correspondente ao exercício do direito de propriedade, sendo por isso uma posse de boa-fé, contínua, pacífica e pública que conduziu à aquisição do direito de propriedade por seus pais da mencionada quota parte indivisa por usucapião.

Posteriormente, com o falecimento de António Fernando Martins Cabaça, conforme a escritura de Habilitação de Herdeiros atrás identificada, ficaram eles justificantes, na qualidade de seus únicos herdeiros, donos e legítimos possuidores em comum e sem determinação de parte ou direito do mesmo, de que mantiveram a posse nos mesmos termos dos anteriores. Que dado o modo da sua aquisição, não têm documentos que lhes permitam fazer prova do seu direito de propriedade plena sobre o indicado direito, nem possibilidade de a obter pelos meios extrajudiciais normais, pelo que vem, por si e em nome da sua representada, invocar a usucapião, de forma a poderem registar o mesmo a seu favor.

Que, não decorreu qualquer fracionamento proibido por lei, porquanto os antepossuidores de quem primeiro António Fernando Martins Cabaça e mulher Maria de Lurdes Marques Henriques Cabaça, e posteriormente os justificantes adquiriram o referido direito, não possuem outros prédios rústicos contíguos ao acima identificado.

Que, esta posse continua a ser mantida pelos primeiros outorgantes, encontrando-se a quota parte inserida em Área Urbana de Génese Ilegal denominada “Zambujeiro” que se encontra em legalização pela Câmara Municipal de Loures, e a qual irá ser atribuída no âmbito do Alvará de Loteamento a ser emitido pela mesma Câmara, o seguinte lote de terreno: Lote número 3A (anteriormente lote cinquenta e nove).

A Notária,

Maria Filomena Valente Ferreira Porto

Extrato nº

São: vinte euros e sessenta e oito cêntimos.

GRÁTIS ► **RECOLHA AO DOMICÍLIO NA PORTELA**
► **ORÇAMENTOS**



PC ASSIST
PORTELA

REPARAÇÃO
DE COMPUTADORES

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



Florbela Estêvão
Arqueóloga e museóloga

PAISAGENS E PATRIMÓNIOS

LINHAS DE TORRES E O HOSPITAL MILITAR DE SACAVÉM

Continuando a crónica anterior, em 1810 existiu em Sacavém um hospital militar instalado provisoriamente numa fábrica de estampanaria. Saliente que toda a atual região do concelho de Loures estava, na época em questão, preparada para defender a cidade de Lisboa da terceira invasão do exército napoleónico, comandada por Masséna. Todo um dispositivo articulado em rede pretendia assegurar não só o apoio às forças anglo-lusas posicionadas nas fortificações, mas também nos territórios mais próximos da capital.

Assim, como já abordei em crónicas anteriores sobre esta temática, além das fortificações de campo situadas mais a norte, nomeadamente nas freguesias de Bucelas, Fanhões e Lousa, todas as outras povoações localizadas junto à Várzea de Loures tinham também as suas forças militares devidamente organizadas, como Loures, Frielas, Unhos, Santo Antão do Tojal e São Julião do Tojal, bem como em Sacavém. Estes contingentes militares dispersos por estas povoações tinham como propósito principal garantir a segurança das forças militares posicionadas nas Linhas de Torres caso essas fossem forçadas a recuar, ou seja, na circunstância do sistema defensivo não conseguir travar a investida dos homens de Masséna.

Para um contexto difícil como o de 1810, todo este território foi transformado numa paisagem militar. Para um bom funcionamento da logística essencial às manobras de qualquer exército, outras estruturas foram igualmente acauteladas, como por exemplo um posto ou armazém de abastecimentos em Montachique, ou um Hospital Militar provisório em Sacavém.

Sacavém era um ponto estratégico importante, uma vez que estava em articulação com a Estrada Real que bordejava a margem do Tejo, aliás, caminho que foi usado por Junot na primeira invasão francesa em 1807.

Para a implementação do hospital militar foi necessário encontrar um edifício apropriado. Tomaram-se então diligências para que uma fábrica de estampanaria fosse temporariamente desativada para nela instalar o referido hospital. Em 13 de outubro de 1810 o Secretário de Estado dos Negócios Estrangeiros e da Guerra, D. Miguel Pereira Forjaz envia um ofício ao Intendente

Geral da Polícia, Lucas de Seabra da Silva para que o mesmo desocupasse a Fábrica de Estampanaria com urgência, por forma a acomodar alguns doentes do exército aliado ““O Príncipe Regente Nosso Senhor he servido que V. S. passe imediatamente ordem ao Ministro do Bairro competente, para fazer desocupar, sem demora, a fabrica de Estampanaria de sacavem, onde se deve acomodar alguns doentes do nosso exercito.”. A urgência é explicada pelo avanço francês que implicou combates mais próximos de Lisboa e por conseguinte a necessidade de evacuar feridos e doentes para um hospital localizado

na retaguarda. A dita fábrica foi desocupada a 15 de outubro, conforme atesta ofício do Intendente Geral da Polícia para o Conselho de Guerra, informando que em dois dias o assunto ficou resolvido: “Na data de hontem participou o Corregedor do bairro d’Alfama estar desembaraçada a prompta para acomodar doentes do nosso Exercito a Fabrica de Estampanaria de Sacavém, que foi mandada desocupar em observância das reais Ordens que V. A. R. (...)”.

Porém, a instalação de um hospital militar em Sacavém acarretou um problema adicional, a igreja que até então tinha servido de cemitério tinha atingido o limite. O prior de Sacavém informou as autoridades que não podia enterrar os soldados falecidos no hospital, e que era urgente comprar um terreno, relativamente perto da igreja, para que o mesmo fosse sagrado e pudesse ser usado como cemitério. Assim, o Revendo Domingos Francisco de Trigo, capelão na altura do Hospital Militar de Sacavém, corroborou a necessidade de comprar uma porção de terra onde fosse mais conveniente para o novo cemitério, remetendo para o efeito um requerimento que teve deferimento.

Mas, a população que vivia em Sacavém também tinha que de algum modo assegurar parte da logística inerente à presença das forças militares. Uma forma, na época, de acomodar alguns

destes homens era assegurar o seu “aboletamento”. Isto significava que alguns deles passavam a residir em casas particulares, sendo que nem sempre esta solução agradava aos respetivos proprietários. Por exemplo, em abril de 1810, João Crispim, vassalo britânico queixa-se aos oficiais de justiça do Distrito de Sacavém que não foram respeitados os privilégios que o excluam da obrigação de dar aboletamento. A sua petição foi aceite, tendo sido ordenado pelo Príncipe Regente, o futuro rei D. João VI, a saída de sua casa de Sacavém dos oficiais e demais tropas do Exército Português aí aboletados, isentando-o da responsabilidade de aquartelamento para o futuro. Outra situação, é apresentada às autoridades competentes reivindicando o retorno de umas casas. Com efeito, Josefa Maria, viúva e moradora em Sacavém solicitou em 1813, o pagamento de umas casas que lhe tinham sido tomadas para “boletos”. Importa, pois, salientar que o esforço de guerra pedido às populações civis durante as primeiras décadas do século XIX acarretou um grande impacto social e económico, tendo sido um período muito difícil não só para aqueles que viviam nos territórios onde os exércitos se confrontaram em batalhas, mas em todo o reino, com destaque para a zona de Lisboa e arredores assolada por uma vaga de migrantes fugidos da guerra.



Iconografia representando o Combate do Bussaco in site <https://www.rhlt.pt/pt/as-linhas-de-torre>



Bruno Silveira
Consultor de Marketing digital

5 ERROS COMUNS QUE IMPEDEM UM NEGÓCIO DE CRESCER ONLINE

Ter presença digital já não é um extra: é essencial. Ainda assim, muitos negócios locais continuam a cometer erros que limitam o seu crescimento. Conheça os cinco erros mais comuns e como os corrigir.

1. Site sem otimização para telemóveis

A maioria dos acessos à internet é feita por dispositivos móveis. Se o seu site não se adapta bem a ecrãs pequenos, perderá clientes. Aposte num design responsivo e numa navegação rápida e simples.

2. Redes sociais sem estratégia definida

Estar nas redes apenas para "marcar presença" não basta. É fundamental ter uma estratégia alinhada com os objetivos do negócio. Publicar de forma aleatória não gera resultados. Defina quem é o seu público-alvo, quais são os temas que lhe interessam e com que frequência deve comunicar. Aposte em conteúdos de valor e adequados a cada rede social — nem tudo o que funciona no Instagram resulta no Facebook ou no LinkedIn.

3. Ignorar o Google Business Profile

Quando alguém pesquisa por produtos ou serviços na sua área, o seu negócio pode aparecer em destaque no Google — mas para isso, a sua ficha tem de estar otimizada. Informação incompleta, horários errados ou falta de fotografias passam uma imagem de descuido. Atualize regularmente os dados, publique novidades e incentive os seus clientes a deixar avaliações positivas. Estas são pequenas ações que geram uma grande visibilidade local.

4. Não criar conteúdo relevante

Artigos, vídeos ou posts interessantes ajudam a construir reputação e a manter a audiência envolvida. Conteúdos úteis são essenciais para gerar tráfego e fidelizar clientes.

5. Não analisar resultados

Publicar sem medir o que funciona é desperdiçar oportunidades. Utilize ferramentas como o Google Analytics para acompanhar o desempenho e fazer ajustes que tragam mais resultados.

Corrigir estes erros não exige grandes investimentos, mas sim atenção e consistência. Dúvidas sobre marketing digital? Envie email para bruno.silveira@sicacreative.com



Alexandra Bordalo Gonçalves
Advogada

DAS NOTÍCIAS E DO DIREITO O APAGÃO, E AGORA?

Preparava-me para iniciar este texto quando aconteceu o apagão.

Desligou-se tudo, menos o computador que tem bateria, disparou o alarme, ficamos sem telefones e sem rede.

O que fazer?

Ficamos perdidos e desatendidos com estes acontecimentos. No escritório pouco se pode fazer sem luz e sem net. Não se consultam processos, não se fazem pesquisas, não se consegue imprimir fotocópiar, nada! A minha sobrinha diz que

na escola todos almoçaram a comida fria, pois sem luz não há micro-ondas.

Vi passar o Senhor do 5º andar há pouco. Tem quase 90 anos e deve estar derreado de subir os Himalaias em que se tornaram as escadas do prédio sem elevador.

Muitos ficam sem água e sem poderem sequer cozinhar, pois têm tudo elétrico.

Isto recorda-me outros tempos.

No início dos anos 80 houve cheias. Ficámos vários dias sem luz. Os

meus Pais salvaram o conteúdo da arca, indo colocar os congelados a casa de uns primos. Entretanto no prédio só cheirava a comida, pois para evitar que se estragasse os vizinhos cozinham tudo quanto tinham congelado. Estivemos dias à luz das velas e dos candeeiros a petróleo. Os modernos tinham petromax!

Também nos anos 80, com os perigos e ameaças do nuclear, a ficção desenvolveu romances vários que descreviam o dia seguinte à explosão da bomba nuclear. Os sobreviventes, as improvisações, as adaptações, o sobrevivencialismo, o desconhecimento do que teria sucedido aos familiares e amigos, enfim, sem luz, sem comunicações e sem água potável.

Não sei quanto tempo vai durar.

Aquí no escritório, a Assistente foi fazer arquivo, tarefa que se consegue fazer sem electricidade!

Enquanto as baterias durarem podemos produzir alguma coisa, mas sem net não acedemos às plataformas e não podemos submeter

nada.

Aquecer o almoço, bem para quem tiver gás pode regressar ao método do banho maria...

Se isto não se despacha, acho que vou para casa, apanhar sol e ler um livro, afinal sempre se dá proveito ao dia.

Entretanto circulam teorias e brincadeiras diversas sobre o apagão geral. Vivemos tempos difíceis. Pululam líderes acéfalos, ignorantes quanto à divisão de poderes, perigosos e subvalorizados.

Chorou-se a partida de um Homem bom, louvou-se o carácter, a dignidade e o pontificado de um Homem bom.

E o que trouxe cada um para si? O que melhorou, o que decidiu melhorar? O que vai fazer.

Palavras e boas intenções leva-as o vento.

Usemos os apagões, os reais e os metafóricos, para mudar algo, para lograr crescer e melhorar, para encontrar a luz. Talvez assim seja possível encontrar mais Homens Bons.

Ansiemos!

(e agora vou guardar o texto, e esperar poder mandá-lo por mail brevemente)





João Calha
Consultor Informático

CONSULTÓRIO INFORMÁTICO

VAI COMPRAR UM COMPUTADOR NOVO? PENSE NISTO

Ligar o computador e esperar interminavelmente pelo carregamento do sistema operativo ou desesperar com a lentidão ao abrir aplicações são frustrações comuns para muitos utilizadores.

A procura pela maior velocidade dos equipamentos sejam computadores de secretária ou portáteis é constante e uma das formas de darmos maior tempo de vida aos nossos equipamentos é a troca do comum HD (Disco Rígido) por um disco SSD (Solid-state drive).

Ao contrário dos HDDs, que dependem de partes mecânicas para aceder aos dados, os SSDs utilizam memória flash para armazenar e recuperar informações eletronicamente.

A utilização de um disco SSD aumenta a velocidade porque já tem a informação pronta para o processador começar a trabalhar permitindo assim tirar o partido total do computador que poderia estar "adormecido" com um disco rígido comum.

Aqui ficam as principais vantagens dos discos SSD:

Inicialização do computador: como não existem discos internos que precisam de uma velocidade constante, necessitam de menos tempo para iniciar.

Pesquisas de ficheiros: sempre que fizer uma pesquisa por um ficheiro no seu computador verá a diferença porque os SSD executam essa tarefa 5 vezes mais rápido.

Transferência de ficheiros: os discos SSD são em média 10 vezes mais rápidos a escrever do que os discos HD.

Inicialização de programas: os discos SSD abrem aplicações com o dobro da velocidade dos discos HD.

Tempo de inatividade: aquelas tarefas de manutenção como os antivírus reduzem a velocidade do nosso computador, mas com estes discos SSD essa inatividade é reduzida em 50 %.

Consumo de energia: os SSD consomem menos energia e podem adicionar, em média, 30 minutos à autonomia da bateria dos portáteis.

Problemas de dados corrompidos: Um dos maiores problemas dos discos HD é o risco de impacto, vibração e aquecimento. Com os discos SSD não existem essas preocupações.

Segurança: com os disco SSD pode apagar os seus ficheiros com maior segurança, já que estes são irrecuperáveis.

Embora o custo de um SSD possa ser ligeiramente superior ao de um HDD, as vantagens em termos de velocidade, desempenho e durabilidade tornam a troca para um SSD um investimento extremamente inteligente.

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



João Alexandre
Músico e Autor

NINHO DE CUCOS

TENNIS FACE DOWN IN THE GARDEN

A dupla indie pop Tennis, formada por marido e mulher no ano de 2010 em Denver (Colorado – EUA), mistura a melancolia pop dos anos 1950 com o soft rock dos anos 70, num estilo sofisticado / elegante, a condizer com as viagens de barco que os inspiram.

Foi precisamente durante uma excursão de 7 meses no mar que

a banda Tennis desenvolveu muitos dos temas que integram o álbum estreia "Cape Dory", de 2011.

Após essa longa jornada, o casal, Patrick Riley nas guitarras e teclados e Alaina Moore na voz e também teclas, poliram e consumaram as ideias exploradas na costa leste Atlântica.

15 anos passados na carreira e eis-nos perante o 7º álbum de origi-

nais "Face Down in the Garden", acabado de lançar.

Curiosamente os Tennis, ao mesmo tempo que lançam "Face Down in the Garden", anunciam que este será o seu último trabalho e que encerrarão atividade de seguida, uma vez que o duo já o havia acordado: "...preferimos escolher o nosso fim, a enfrentar que final forçado." E que saída em grande estilo, assistimos aqui!

No seu pop adulto e cativante, a banda controla o ritmo midtempo, envolvendo o conforto da voz de Alaina Moore em texturas suaves e fumegantes dos anos 70, mas também modernas o suficiente para se manterem próximas do mainstream. Moore e Patrick Riley no fundo, sempre oscilaram nestas linhas, mas desta feita de forma bem mais convicta que não deixa margem para dúvidas sobre a eficácia de tal encaixe na natureza clássica das músicas e vozes.

Para completar, as músicas são carregadas de uma emoção densa e real como no exem-

plo marcante "At the Wedding", que combina uma melodia suave, letras arrancadas da realidade e acordes de piano que perseguem a linha vocal num bonito jogo de sedução onde o instrumental nos remete para os franceses Air. Outros exemplos como a calma dramática de "12 Blown Tires", de "Weigh of Desire", ou de "I Can Only Describe You" são a prova do esforço do duo em suavizar e embelezar tristeza e tédio do quotidiano.

"Queríamos-nos destacar fazendo o inesperado, compensando melodias intuitivas com arranjos inusitados, para fazer música que soasse familiar, mas resistisse às convenções", afirmou Alaina Moore que revela uma energia nas palavras que não se coaduna para quem anuncia o fim de uma banda: "Apesar de ter sido abalado por um ano estranho, esse é o nosso álbum mais confiante. Estamos muito animados para que o escutem, de preferência em alto volume..." Vamos a isso?!





Rui Pinheiro
Sociólogo

FORA DO CARREIRO

VOLTAR AO RESPEITO POR NÓS PRÓPRIOS

Chegados a mais um aniversário da Revolução portuguesa que rompeu com o fascismo e permitiu um conjunto de conquistas dignificadoras de um povo é sempre tempo de reflectir alguma coisa sobre o tenebroso passado, o periclitante presente e o incerto futuro.

No devir agitado e ambicioso do processo revolucionário, logo apareceram aqueles que, capciosos e maliciosamente, se lhe opunham e por isso disseminavam boatos, questionavam os avanços civilizacionais que se faziam (democratização da educação, para dar

um único exemplo), procuravam desprestigiar as instituições e sobretudo os protagonistas, com o lançamento de atoardas do tipo “são todos iguais” e “querem é tacho”.

À guisa de balanço, pode dizer-se que, com importantes ajudas de serviços secretos e potencias estrangeiras que financiaram a contra-revolução, em geral, os portugueses, foram-se deixando desmobilizar, desinteressar e desligar dos processos políticos que nos deviam conduzir a um país desenvolvido e feliz, mas por mérito da rendição intelec-

tual que concedemos, nos trouxe para o mero papel de consumidores de bens, essencialmente, produzidos noutros países e, em particular na União Europeia. E para isso, destruímos, voluntária e progressivamente, a nossa frota pesqueira, a nossa produção, a nossa agricultura. Mas também congelámos a investigação, abandonámos o ensino, privatizámos a economia, pauperizámos a saúde, profissionalizámos-nos militarmente e deslaçámos as relações sociais.

A resultante, no nosso caso, da sempre complexa equação da

vida de um povo ou de uma comunidade é, direi, a falta de respeito por nós próprios.

Permitimos que aqui se chegasse e, agora, convivemos alegremente, com o individualismo, com a maledicência, a incompetência, a ignorância, a boçalidade, o racismo, a xenofobia, a mentira. Com o nosso afastamento da participação colectiva, com o nosso desinteresse pela democracia participativa, convidámos para as funções políticas e institucionais uma vastidão de oportunistas, charlatães, vigaristas, ilusionistas políticos e até ladrões de malas.

Está tudo perdido? Acredito firmemente que não está, embora mais difícil. Por isso, é essencial que se juntem as forças capazes de dar combate a este rumo e a esta ideologia do oportunismo-consumismo-ignorância vigente. Essa batalha, pode começar nos próximos votos ao nosso alcance, afastando os manhosos da política, conferindo o nosso voto a quem é honesto, dedicado à causa pública e nos convida para participar activamente na vida colectiva.

É tempo de voltar ao respeito por nós próprios!

1288 DIAS e 30912 HORAS sem

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



AGÊNCIA FUNERÁRIA LOURES

**FUNERAIS • TRASLADAÇÕES
CREMAÇÕES • ARTIGOS RELIGIOSOS**



219 830 665 • 919 317 250

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



O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.

38% CASHBACK



João Patrocínio
foodblogger @gastrono.minhas

GASTRONO.MINHAS

RUACANÁ

Foi há 6 anos mas podia ser hoje.

Aqui tudo permanece igual, menos o dia de folga que passou de sábado à tarde e domingo.

“Foi há 26 anos que o Fernando e a Lúcia tomaram conta de um snack -bar/cervejaria na Mealhada, então um pequeno bairro junto à cidade de Loures e que, como o seu negócio, estava em crescimento. Daí para cá, - e parece que foi ontem - foram exponenciando um pequeno espaço que se foi moldando no tamanho às necessidades dos clientes que, entretanto, se foram fidelizando à casa e que hoje já mal cabem nos três espaços atualmente disponíveis. Ele a comandar na sala, e Ela a comandar na cozinha, foram à sua maneira honrando o compromisso com os clientes, servindo com qualidade a boa e tradicional comida portuguesa, ou não fossem eles orgulhosos Minhotos. São, aliás, várias as referências a Vila Nova de Cerveira e à região que vamos encontrando no estabelecimento, a par de inúmeras fotografias com amigos, artistas, famosos e ilustres minhotos. Como espaço de boa comida que é, recebe diversos grupos de amigos, algumas tertúlias, e ainda alguns “Xavieres”. Se tiverem dúvidas, perguntem por eles. Mas antes peçam a ementa, ou em alternativa, deixem-se “guiar” pelas sugestões do Fernando que, neste caso, vos vai compondo a mesa com entradas e iguarias diversas,

todas elas de fazer crescer água na boca. Destacamos o “Pratinho maluco”, os “ovinhos de codorniz”, umas “ameijoas à Bolhão Pato” ou uma das várias “saladas” sempre frescas. Hoje, optei por uma linguiça e farinheira fritas com cogumelos para entrada, enquanto esperava pelas “pataniscas de bacalhau com arroz de feijão” que escolhi para refeição. E que boa escolha fiz eu! Bem temperadas e no ponto certo de fritura. Para acompanhar, nada como um fresquíssimo vinho verde engarrafado e produto exclusivo da casa, vindo diretamente do Minho. Como sobremesa optei por umas deliciosas “Farófias”, daquelas que não se encontram em todo o lado e que se destacam pela textura ideal, sabor equilibrado e com um perfume inigualável. Não é fácil eleger o que comer e o que beber no Ruacaná, tamanho é o leque de escolha tanto na garrafeira como na carne e peixe sempre frescos e disponíveis nas vitrines do estabelecimento. É aliás a variedade e qualidade uma das apostas da casa. Registe-se que, nas respetivas épocas também serve especialidades sazonais, de entre as quais sobressai a típica Lampreia, sempre por encomenda. Comida tradicional Portuguesa é, pois, o que se pode encontrar no Ruacaná e que de uma forma descomplicada é bem confeccionada, apresentada e servida por uma equipa eficiente e disponível, sempre com simpatia e boa disposição”





Nuno Paulino
Dramaturgo Urbano

UMA IDEIA SALÀ RUA

TODOS JUNTOS NA CASA COMUM!



Ricardo Andrade
Comissário de Bordo

UMA VERDADEIRA LIÇÃO

O mundo parou! Não... o mundo não parou! Talvez tenha parado!

Será que parou? Na passada semana fomos todos surpreendidos por um “apagão” que nos “apanhou na curva”!

Percebemos, ou fomos percebendo, que as nossas vidas estão, hoje, mais dependentes de várias “ferramentas” que outrora não existiam e as quais tomamos não apenas como adquiridas mas, acima de tudo, como essenciais.

Mas será que o são mesmo? Será que precisamos de tudo quanto nos habituámos a ter? Será que o que temos como essencial não é meramente acessório?

Ficámos meio perdidos sem podermos recorrer ao que diariamente recorriámos para estarmos a par de tudo. Ficámos como se estivéssemos no meio do nada entregues apenas à nossa sorte.

Mas será que estamos mesmo entregues à nossa sorte quando somos privados de certas tecnologias ou meios de comunicação?

Mas será que estamos mesmo entregues à nossa sorte quando o acesso à energia rápida e acessível fica condicionado?

Sou daqueles que gosta de aprender com o passado mas não ficar necessariamente preso a ele. Sou daqueles que gosta de olhar para o sucedido e retirar lições. Sou daqueles que acha que um futuro melhor se constrói com aprendizagem empírica.

E sim... sou daqueles que prefere olhar para um raio de sol como luz e não como motivo de uma possível insolação.

Por isso não podia deixar de realçar que, no meio do “caos do apagão 2025”, vi solidariedade entre pessoas que pas-

savam dificuldades. Vi alteração de comportamentos para fazer face a uma adversidade que afectava todos. Vi muito do que normalmente está menos à vista.

Por isso não podia deixar de referir que também aprendi mais alguma coisa sobre mim e sobre os outros.

Por isso não me sai da cabeça que certas ocorrências me ajudam a perceber melhor o que importa mesmo na vida.

O “apagão” já passou mas é agora que ele já se encontra mais longe que penso ser essencial que me recordemos sempre do quanto ele nos fez ver o que, efectivamente, é o mais importante para cada um de nós.

Essa sim é a verdadeira lição que seria bom que nenhum de nós olvidasse!



José Luís Nunes Martins
Investigador

AMA ATÉ AO FIM. AMARÁS SEM FIM.

O amor começa por se prometer, para que depois se vá cumprindo. Para tal, muitas vezes implica sofrer. Nesse ponto, o que importa não será nunca a dor, por maior que seja, mas o amor que lhe dá sentido.

A nossa existência será sempre absurda se escolhermos não definir um destino e um caminho para o alcançar. Depois, ainda que com muitas quedas, mudanças de planos e por mais cansaço que se sinta, a vida será sempre para avançar. Mais do que mudar – o que é essencial – viver é continuar. Apesar de tudo.

A vida chega-nos como um dos frutos do amor dos nossos pais, dos seus pais e assim por diante. Podemos julgar

que somos fruto de um conjunto sem fim de acasos, ou compreender que talvez haja sentidos para além daqueles que conseguimos entender neste mundo.

Recebemos essa vida, cabe-nos depois tratar de a viver bem. O maior de todos os perigos desta viagem entre o nascimento e a morte é a falta de amor. A vida não é para si mesma, só se vive para fora. Nenhuma vida vive só. Amar é o princípio mais radical de qualquer vida. Viver é dar-se, existir num mundo e para o que nele existe.

O amor dá vida e a vida ama quem ama e quem a ama. O final deste mundo corresponde ao começo de outro. O que levamos connosco? O que

fomos capazes de dar. Todo o bem que fizemos chegar à vida daqueles com quem nos cruzámos. Mais ainda, todos os sacrifícios e sofrimentos de que fomos capazes para que assim fosse.

Esta vida é breve, importa viver devagar e com profundidade, alongando e engrandecendo os dias. Num dia cabe mais do que uma vida. Tratemos de aproveitar cada hora. Amando.

A minha vida não é nem minha nem para mim. Ama. E se tiveres de sofrer, sofre. E se tiveres de entregar a tua própria vida a fim de que o amor se cumpra... fá-lo. Porque entregando o teu tempo neste mundo conquistarás a eternidade.

Cartório Notarial a cargo da Notária Marília Susana Luzio Rodrigues Paiva, sito na Rua João Carlos Nunes, número um, loja, em Póvoa de Santa Iria, concelho de Vila Franca de Xira.

Certifico, para efeitos de publicação, que, por escritura de trinta e Abril de dois mil e vinte e cinco, lavrada com início a folhas oitenta e cinco, do livro de notas para escrituras diversas número cento e cinquenta – G, neste Cartório Notarial, a cargo da referida notária, compareceram:

Mário Dias Campos, NIF 120 983 303, natural da freguesia de Pinheiro, concelho de Oliveira de Frades e mulher, Izilda de Jesus Campos, NIF 120 983 290, natural da freguesia de Fiolhoso, concelho de Murça, casados sob o regime de comunhão geral, residentes na Rua 13 de Novembro, lote 830, Bairro da Fraternidade, São João da Talha, concelho de Loures.

E DISSERAM:

Que, são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, de um de setenta e nove avos indivisos do prédio rústico com a área de trinta e quatro mil novecentos e trinta e oito vírgula vinte e cinco metros quadrados, composto por parcela de terreno para agricultura arvense, denominado Porta, Canto e Terra do Canto, Vidraceira a Vidraceira, Pau da Bandeira, Caganita, Matogardo, Caurela da Maçaroca, Vale do Grou, Vale de São Vicente e Casal do Ficalho, sito em São João da Talha, concelho de Loures, inscrito na matriz predial rústica sob o artigo 55, da secção C, da União das Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, com o valor patrimonial total para efeitos de IMI de 214,20 euros, descrito na Segunda Conservatória do Registo Predial de Loures sob o número oitocentos e trinta e sete, da freguesia de São João da Talha.

Que, os justificantes atribuíram ao direito um de setenta e nove avos indivisos do prédio rústico o valor de noventa euros. Que, o prédio encontra-se descrito na referida Conservatória do Registo Predial sob o mencionado número oitocentos e trinta e sete, da freguesia de São João da Talha, com a aquisição do referido direito registada a favor de Joaquim António Dias da Costa e mulher, Alzira Rosa Pinheiro, casados sob o regime de comunhão geral, com residência conhecida na Rua das Barracas, nº 81, 1º andar direito, Lisboa, pela inscrição, Apresentação doze de vinte e sete de Fevereiro de mil novecentos e oitenta.

Que, o referido um de setenta e nove avos indivisos do prédio supra identificado foi adquirido, pelos justificantes, por contrato de compra e venda celebrado verbalmente no ano de mil novecentos e oitenta e quatro, compra essa feita aos referidos titulares inscritos, que, no entanto, não foi reduzida a Escritura Pública, pelo que não têm título bastante que legitime o direito adquirido. Que, em consequência da compra e venda que se efectuou no ano de mil novecentos e oitenta e quatro, data em que se operou a tradição material do mencionado direito do identificado prédio rústico, os ora justificantes sempre estiveram e estão na posse e fruição desse direito, possuindo-o como se donos fossem, usufruindo de todos os seus frutos e rendimentos, amanhando a terra, cuidando da sua conservação e limpeza, ocupando o respectivo terreno à vista de todos e pagando pontualmente os respectivos impostos e contribuições, suportando todos os seus encargos, agindo com plena convicção de serem proprietários daquele um de setenta e nove avos indivisos objecto do identificado prédio rústico.

Que, esta posse foi sendo exercida sem interrupção, de forma ostensiva, à vista de toda a gente e sem violência ou oposição de quem quer que seja, de forma correspondente ao direito de propriedade, pelo que adquiriram o identificado direito de um de setenta e nove avos indivisos do prédio rústico supra identificado por usucapião.

Que, assim, a posse pública, pacífica, contínua, de boa-fé e em nome próprio, desde o referido ano de mil novecentos e oitenta e quatro, conduziu à aquisição, pelos justificantes, do mencionado direito de um de setenta e nove avos indivisos por usucapião, que invocam para justificar o seu direito de propriedade para fins de registo.

Está conforme o original.

Cartório Notarial a cargo da Notária Marília Susana Luzio Rodrigues Paiva, em Póvoa de Santa Iria, Vila Franca de Xira, aos trinta e Abril de dois mil e vinte e cinco.

Conta registada sob o número PB01105/2025.
A Notária, Marília Susana Luzio Rodrigues Paiva.

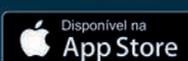
O nosso aniversário
vê-se com bons olhos.



Campanha válida até 31/05/2025 excepto
para lentes de contacto, líquidos e colírios.

Condições da campanha:

zonaoptica.pt



ZONA ÓPTICA
Cuidamos dos seus olhos