

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS **€75,00**

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS **€250,00**

A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

DIRETAMENTE DA FÁBRICA PARA SI

JUNTO AO CENTRO COMERCIAL OCEANO

Av. D. Dinis N°60A/62B Tlf. 214 036 372 /Tlm 935 578 589

SABORES COM QUALIDADE

Paullu's

WWW.PAULLUS.PT

Odivelas - Parque da Nações

ON

ODIVELAS NOTÍCIAS

Semanário de Distribuição Gratuita | Ano 5 | Edição nº 257
2019 | Quinta-feira | 21 de Março
Diretor: Francisco Godinho

12°
Max
9°
Min



www.cinogaz.pt

NORUEGAS
CHURRASQUEIRA

À SEXTA
5,50€
FRANGO

RUA DUQUE DE SALDANHA Nº 1-B - ODIVELAS
JUNTO AO C.C. OCEANO | TEL: 21 934 17 38

franciscogodinho
publicidade e marketing

**PUBLICIDADE
CRIATIVIDADE
DESIGN**



TLM962001300
TLF 219318827

Em Simpósio da Paz no Reino Unido
**Califa da Comunidade Ahmadia do Islão
alerta para perigo de Guerra Nuclear**

**Movimento de Cidadãos
entregou petição
contra encerramento
da Linha Amarela**

**Carris reforça
presença em Odivelas**

**Superliga Europeia de
Goalball no Multiusos**

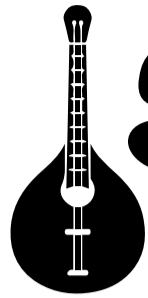
**clínica
dentária
das laranjeiras**

Estrada da Luz, nº92-B
1600-161 Lisboa
Tlf: 218 224 022
e-mail: geral@cddl.pt

**Devolvemos o seu sorriso!
No mesmo dia!**

www.cddl.pt

TUDO ISTO É FADO



Nem sempre rima, mas até pode ser verdade

Segisnando Formosinho
Pintor e Poeta Popular Pós-modernista
segisnando@odivelasnoticias.pt

Como vão ler esta crónica no dia 21 de março, aproveite e dou já as boas-vindas à Primavera que neste dia chega, ainda que, pelas bandas da Pontinha ainda não tenha visto andorinhas. Mas, se como diz a canção, «*Por morrer uma andorinha, não acaba a primavera*» também não é pela sua ausência que ela não chega. Ai que saudades eu tenho dos meus tempos de menino e das centenas de ninhos que se viam nos beirais dos telhados e até nos postes elétricos e os telefones. Pois, com o buraco do ozono já nem a primavera é o que era. Bom valha-nos ao menos que ainda nos traz dias maiores e soalheiros.

O passado fim de semana foi em cheio no concelho de Odivelas. Primeiro o Prémio Beatriz Ângelo que homenageou três mulheres e uma instituição. Já aqui o disse e tenho de voltar a repetir, quem sabe se com a insistência alguém me ouve: Há muitas mulheres e instituições de Odivelas a merecerem essa distinção. Não é preciso “importar” homenageadas. É ou não verdade que este é um prémio municipal? Pois... Pois! Ainda assim, é meu dever de cronista atento endereçar os meus para-

béns ao município pelo prémio e às homenageadas pela distinção.

Foi também Dia Aberto no Convento de S. Dinis e S. Bernardo. Finalmente os munícipes voltaram a ter oportunidade de entrar naquele monumento nacional que faz parte da nossa identidade. Resta agora apelar a todos os munícipes que não deixem por mãos alheias a sua vontade coletiva e vão ao site do município participar na consulta pública sobre os equipamentos e serviços a integrar naquele espaço agora sob gestão da Câmara Municipal de Odivelas.

A Povarte – Associação de Artesãos da Póvoa de Santo Adrião e o Póvoa de Santo Adrião Atlético Clube fizeram 17 anos. A Sociedade Musical e Desportiva de Caneças fez 139 anos. Para estas três coletividades que honram o concelho de Odivelas o Segisnando envia sinceros votos de parabéns estendidos a todos os seus dirigentes, passados e presentes, atletas, técnicos, músicos e associados.

E, depois de alguns alegres fados, temos de ir, infe-

lizmente, ao triste fado.

No seu Facebook o senhor Vereador da Câmara Municipal de Odivelas partilhou uma publicação do jornal Expresso que tinha por título «*Não há democracia na Coreia do Norte? É “uma opinião”, diz Jerónimo de Sousa*».

A acompanhar esta partilha o senhor Vereador comentou: «*Será que o Estado Novo não era também uma Democracia?? Não, claro que não!! Só são Democracias, as Ditaduras de Esquerda... as de Direita são regimes Autoritários sem respeito de liberdades ou garantias!*

Granda PCP e os seus 98 anos, faz tanta falta como uma viola num enterro!!!».

Não me levem a mal, mas acho que o Facebook tem nas pessoas o mesmo efeito que as bebidas alcoólicas. A malta diz mesmo tudo o que lhes vai na alma. Mas, senhor Vereador é dirigente de um partido político. Acha que lhe ficam bem estes comentários sobre outro partido, que até teve um papel importante na luta contra a ditadura quando o senhor Vereador ainda não passava de um projeto? Pois, bem me parecia!

Faleceu recentemente o senhor Maximino Costa que durante muitos anos exerceu as funções de coveiro no Cemitério de Odivelas, que teve gestão da Junta de Freguesia de Odivelas, mas que há uns mandatos atrás, nos tempos da dona Graça, passou para a gestão do município. Para a família do falecido o Segisnando envia sentidas votos de pesar e tem de deixar também um lamento. Maximino Costa era um bom funcionário, respeitado pelos seus colegas e superiores. No seu funeral viam-se muitos desses colegas e autarcas da freguesia, passados e presentes, mas não esteve um único representante da sua atual entidade patronal, ou seja, da Câmara Municipal de Odivelas. Acho tal facto muito lamentável e, até mesmo, imperdoável.

E assim chego ao fim de mais uma crónica, misto de fado feliz e fado triste, deste concelho que já foi terra de oportunidades e agora é de todos. Para a semana contem comigo de novo, até lá façam da vida um alegre fado.



Um ciclovía com bicicletas tão estranhas...

FICHA TÉCNICA

Diretor: Francisco Godinho - diretor@odivelasnoticias.pt | Telm: 96 200 1300 | Subdiretor: Marina Leonardo; Conceção Gráfica e Paginação: Luís Rodrigues | Ilustrações: Hugo Mestre | Informática: Edgar Carreira | Colunistas: Vítor Cacito; Andreia Fernandes; Arlindo Costa; Miguel Ferreira, Hugo Santos; José Duarte; Segisnando Formosinho | Colaboradores Voluntários: Tiago Godinho, António Mota; José Luís Marques; Bruno Batista; Tiago Magalhães; Ricardo David. Redação, Administração e sede: Rua do Pomarinho, armazém JMF, 2675-428 Odivelas, Tel: 219 318 827 E-mail: geral@odivelasnoticias.pt | Site: www.odivelasnoticias.pt. Propriedade: Absolutnectar, Lda. Sócio Gerente: Francisco Godinho. Sócio: Tiago Godinho 48%, Carolina Godinho 48% e Marina Godinho. NIF: 510 353 630 | Registo nas ERC 126 396 | Depósito Legal: 363 966/13 Impressão: Gráfica Funchalense, Rua da Capela da Nossa Senhora da Conceição, nº 50 Morelena, 2715-029 Pêro Pinheiro | Tiragem desta edição: 5.000 exemplares.

Para consultar o Estatuto Editorial do Odivelas Notícias visite: <http://odivelasnoticias.pt/wp/sobre-nos/>

Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores e não comprometem a linha editorial do jornal. É permitida a reprodução de imagens e textos desde que seja mencionado o seu autor e a fonte.

ATLANTIC
HAIR CLINIC



Clínica São Gonçalo

SOFRE COM ALGUM TIPO DE CALVÍCIE?

Na Atlantic Hair Clinic já realizamos transplantes capilares nas seguintes zonas:

Couro Cabeludo **Barba** **Sobrancelhas**

Marque connosco sua primeira consulta de avaliação capilar de forma a examinarmos o seu caso, para determinarmos o seu tipo de alopecia, classificar a perda de cabelo instalada e a sua provável evolução e traçar a melhor estratégia de tratamento para o seu caso.

A Atlantic Hair Clinic chegou a Odivelas!

Tif: 219 335 862

Tlm: 966 103 399 | 912 199 527

lisboa@csgclinic.com

R. Pulido Valente, nº 21 R/C Dtº,
Colinas do Cruzeiro Odivelas



TRANSPLANTES CAPILARES

MÉDICO CIRURGIÃO DR. CRUZ DINIS

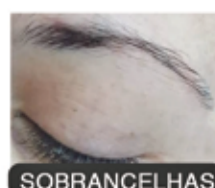
A Alopecia Androgenética é a causa mais comum e frequente de calvície masculina, mas também, atinge as mulheres. No caso dos homens começa a manifestar-se entre a puberdade e a vida adulta, tendo muitos graus, e no caso da mulher normalmente pode ocorrer a partir dos 45 anos com a entrada na menopausa. Este tipo de perda de cabelo não tem recuperação possível e o único método que garante resultados naturais é o recurso ao Transplante Capilar.



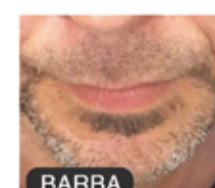
HOMENS



MULHERES



SOBRANCELHAS



BARBA



Novas ligações da Carris a Odivelas

Fotografia: Carris



Este mês a Carris alargou a sua rede em Odivelas. A carreira 736 passa a circular regularmente entre o Cais do Sodré e Odivelas, tendo o seu terminal sido alterado do Sr. Roubado para a Av. D. Dinis (Bairro Dr.

Lima Pimentel). A carreira noturna nº 206 retoma também o seu terminal original em Odivelas, com o mesmo percurso da carreira 736. Pode consultar os novos horários no site da empresa: <http://www.carris.pt>

Novo mural de Styler ilustra biodiversidade

Fotografia: CMO



Durante três semanas João Cavalheiro, conhecido como Styler no mundo do graffiti, executou um novo mural no âmbito do projeto de Arte Urbana da Câmara Municipal de Odivelas que tem o objetivo de sensibilizar a população para a importância de práticas conducentes à sustentabilidade do meio ambiente.

O mural foi executado na Rua Cristóvão Colombo e na Ronda da Quinta Nova e retrata o ambiente com ilustrações alusivas à biodiversidade existente na Terra.

Exposição de Escultura de Pedro Figueiredo

Fotografia: CMO



No dia 14 de março foi inaugurada no Centro de Exposições de Odivelas a exposição *Espaço Interrompido*, com esculturas de Pedro Figueiredo que estará patente até 14 de abril.

No ato inaugural estiveram presentes o Vereador da Cultura, Edgar Valles e Ricardo Oliveira, em representação do Presidente da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio.

Doces de Odivelas na BTL

Fotografia: CMO



A Câmara Municipal de Odivelas marcou presença na 31ª edição da Bolsa de Turismo de Lisboa. Durante os cinco dias do evento deu a conhecer o Concelho de Odivelas, em especial a sua marca de Marmelada Branca e o Património Cultural existente.

Câmara de Odivelas recebe diploma Quality

Fotografia: CMO

A Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal (AHRESP) atribuiu Diplomas QUALITY aos municípios de Mafra, Montijo, Odivelas e Oeiras, numa cerimónia realizada no dia 14 de março, na Bolsa de Turismo de Lisboa (BTL), que contou com a presença de Ana Mendes Godinho, Secretária de Estado do Turismo. Os quatro concelhos da Área Metropolitana de Lisboa foram distinguidos pelo



trabalho desenvolvido no âmbito do Programa QUALITY, projeto lançado pela AHRESP com o objetivo de qualificar e valorizar o Alojamento Local (AL), garantindo a

sua legalização, bom funcionamento e comercialização. O Vice-Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Edgar Valles, esteve presente na cerimónia, onde recebeu o diploma, dando o seu testemunho sobre o impacto da implementação do programa no Concelho de Odivelas.

Projeto Miúdos a Votos

Fotografia: CMO



A 12 de março, na Biblioteca da Escola Braamcamp Freire, na Pontinha, teve lugar o projeto "Miúdos a Votos", onde foi dado aos jovens alunos a possibilidade de

apresentarem e defenderem junto dos colegas os seus livros preferidos.

Esta iniciativa contou com as presenças do Secretário de Estado da Educação, João Costa, do Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, e da Vereadora da Educação, Susana Santos.

O projeto que promove, simultaneamente, a leitura e a cidadania, funciona como um processo semelhante ao de eleições eleitorais: recenseamento, apresentação de candidaturas, campanha eleitoral, votação e escrutínio dos votos, organizados e participados por alunos.

Finalizadas as 11 intervenções, que contaram com a participação de 26 alunos do 3º ciclo e do ensino secundário, foi dada a palavra ao Secretário de Estado da Educação, João Costa, que aproveitou para dar os parabéns a todos os intervenientes, autênticos políticos, por defenderem de forma criativa e argumentista as suas opções literárias.

A votação está marcada para 15 de março, e a 20 de abril os resultados eleitorais serão tornados públicos.

PSAAC, 17 anos de vida

Fotografia: CMO



O Póvoa de Santo Adrião Atlético Clube assinalou no dia 16 de março o seu 17.º aniversário com um jantar comemorativo que contou com a presença de dirigentes, atletas, treinadores e amigos do clube.

Paulo Santos, Presidente da Direção sublinhou o historial e as atividades do clube. O Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira, e o Presidente da Junta da União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, Rogério Breia, também participaram na festa.

Povarte, 17 anos de Vida

Fotografia: CMO



A Povarte - Associação de Artes e Artesanato da Póvoa de Santo Adrião assinalou a 14 de março o seu 17.º aniversário

com uma cerimónia que decorreu na Casa da Cultura da Póvoa. A Presidente da Direção, Helena Raposo, e restantes membros dos órgãos sociais fizeram as honras da casa, dando a conhecer aos convidados a Exposição de Palhaços e Arlequins que se encontra patente até dia 20 de março. O Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, o Presidente da Junta da União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, Rogério Breia, e Jorge Silva, representante do Vereador Edgar Valles, foram alguns dos convidados presentes.



Notícias do Parlamento

Susana Amador

Deputada e Vice-Presidente do GP-PS na AR /Dirigente Nacional PS

1 – MULHERES E VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: No passado dia 15, no debate parlamentar sobre Prevenção e combate à violência doméstica, saliente que a violência doméstica é um grave atentado aos Direitos Humanos e constitui um dos maiores obstáculos à efetivação da Igualdade e uma fragilização da própria Democracia. O Governo do PS tem vindo a trabalhar e a reforçar um conjunto de medidas com vista a erradicar os femicídios e a prevenir a devastação da violência de género, onde a recente decisão de criar uma equipa multidisciplinar para a violência doméstica e o aperfeiçoamento e agilização das respostas às queixas de casos de violência nas 72 horas subsequentes às mesmas, a par de formação mais dirigida a casos concretos são exemplos paradigmáticos. A violência doméstica continua a ser um drama inaceitável que persiste enraizado na nossa sociedade e que importa prevenir, denunciar e combater. Tal como sublinhei nas intervenções que proferi nos dias 8 e 15 de Março, sem dúvida que a adesão das crianças com o apoio das suas famílias à área da Igualdade de Género que integra gora todos os níveis de ensino, é vital para a inversão dos preconceitos e para a afirmação da importância do papel das mulheres em todos os campos. A Escola é sempre a chave que abre a porta da Mudança de Mentalidades.

2 – 21 de MARÇO- DIA CONTRA A DISCRIMINAÇÃO RACIAL: O princípio constitucional de não discriminação e igualdade perante a lei em razão, nomeadamente da raça, língua ou território de origem, faz parte intrínseca da nossa matriz. Apesar dos avanços registados no quadro legal nacional (cujo contributo do PS tem sido evidente, atenta-se á nova lei da Discriminação Racial de 2017), ainda subsistem casos de discriminação racial. Assim, foi particularmente importante o encontro realizado no passado dia 14, na sede da Federação da Área Urbana de Lisboa do PS sobre Imigração e práticas de Integração. Neste debate, destaquei os bons indicadores de integração e a inclusão existente em Portugal num processo que é sempre multidimensional. Foi igualmente importante contar com a participação de quem está no terreno, tal como a Casa do Brasil e a Associação de Cabo Verde. Também nesta matéria, estamos no bom caminho, porque saber acolher é fundamental para a nossa sustentabilidade, coesão e demografia.

3 – MANIFESTAÇÃO ESTUDANTIL: A Greve Climática Estudantil decorreu em todo o globo na passada sexta-feira 15 de março. Em cerca de três dezenas de localidades portuguesas, milhares de alunos não foram às aulas e saíram às

ruas em protesto contra a inação face às alterações climáticas. Tratou-se da maior manifestação estudantil dos últimos anos em Portugal, em torno de um objetivo central: políticas de urgência que respondam e nos protejam da catástrofe climática. Esta iniciativa de cariz global tem um rosto feminino muito jovem, o de Greta Thunberg, estudante sueca que, iniciou um protesto faltando às aulas à sexta-feira, protestando em frente ao Parlamento da Suécia contra a inércia parlamentar em relação às alterações climáticas. O seu discurso na Cimeira do Clima das Nações teve grande impacto.

Foi bom assistir a um sobressalto cívico dos estudantes pela defesa do clima. Em Lisboa, os estudantes encheram a praça em frente à Assembleia da República. Estive lá. Juntei-me a todos eles neste grito de alerta em forma de exigência de que não podemos adiar a adoção de medidas urgentes e mudança de comportamentos. Todos nós temos que ser agentes da mudança, porque não há planeta "B". O Governo Português ao apostar na neutralidade carbónica e ao assumir metas para além do disposto no Acordo de Paris revelou forte vontade política, que esse caminho se aprofunde, porque se o clima mudou drasticamente, nós também temos que mudar!

4 – AUDIÇÃO MAI: No dia 13 de março, teve lugar a audição ao Ministro da Administração Interna, Eduardo Cabrita. Neste encontro, ficou evidente que o PSD e CDS, depois dos cortes brutais que impuseram ao país, continuam a desvalorizar todo o investimento efetuado na área da Administração Interna, à imagem aliás das outras áreas. O reforço impar dos meios de combate aos incêndios, a aquisição de recursos para a proteção civil, a aprovação da nova lei orgânica da Proteção Civil e as largas centenas de progressões e promoções na PSP e GNR (houve 2.355 novas admissões) são alguns exemplos de medidas que a oposição teima em ignorar e tentou abafar nesta audição enchendo a sala com poluição sonora. Nesta audição salientei, mais uma vez, o reforço das medidas de combate à violência de género que foram implementadas desde o início da legislatura.

5. CENTRO DE SAÚDE DE ODIVELAS E MOSTEIRO ABERTO: Está de Parabéns o Concelho de Odivelas e os seus habitantes pelo funcionamento de mais uma importante e tão desejada unidade de saúde !! Igualmente a participação popular sobre o Mosteiro e sobre as respostas e serviços que poderá ancorar, revelam a importância do poder local, onde pulsa diariamente a Democracia!

Urbanwish
GESTÃO DE CONDOMÍNIOS | MANUTENÇÃO 24H/24
LIMPEZA DE CONDOMÍNIOS, ESCRITÓRIOS, CASAS PARTICULARES
ORÇAMENTOS GRÁTIS
COMPETÊNCIA E INOVAÇÃO DEDICADAS
A BOA GESTÃO DO SEU CONDOMÍNIO!
CONTACTE-NOS JÁ!
T.: 910 832 505 | 916 589 574
Email: urbanwishlida@gmail.com | [urbanwish](https://www.facebook.com/urbanwish)
www.urbanwish.pt
Centro Comercial Flamings, Loja 40
Alameda Salgueiro Maia, 2860-329 Santo António dos Cavaleiros

Lota no Bairro
Odivelas foi tem Lota.
Peixe fresco diariamente
Peixes
Mariscos
Vegetais Congelados
Salgados
Produtos Gourmet
Visto-nos! e receba uma oferta.
Rua Guilherme Gomes Fernandes, nº 5 B
Tlf: 219 339 776 | Tlm: 967 982 942
lotanobairro@procamarao.pt

Sem inscrição
Sem compromissos
Sem chatices
Faça aulas avulso
4.50€/aula de grupo ou treino
3€/aula de zumba
VEMOS-VOS AO CONTACTO-VOS
quase 8 anos de história
2 anos de nova gestão
Rua da República 63A - CANEÇAS
929051089 @ 214850334 RODAFIT@GMAIL.COM

Astrólogo Médio Africano Vidente
Professor FOFANA
Professor Diplomado
Sigo absoluto venho ter corrigido vida vobis na mesma semana
Especialista em trabalhos ocultos, diábolos de dom hereditário, resolve todos os problemas mesmo em casos mais desesperadores: amor, negócios, casamento, infidelidade sexual, depressão, doenças espíritas, sorte no jogo, proteção relíquia mágica e defensivo de quem ama, harmonia matrimonial, fidelidade absoluta entre casais, problemas de justiça e acórdão.
Se quiser ter uma vida nova e por fim a tudo o que o/a preocupa, contacte o Professor FOFANA ele resolve o seu problema com rapidez, honestidade e eficiência.
PAGAMENTO APÓS O RESULTADO
Rua Carneiro Araújo 118, 2º Lisboa (Prto do Metro de Alameda)
Tlm.: 968 365 150 - 920 090 464



100%
Eléctrico
Zero
emissão

Já podes tirar a carta e ou ter aulas em automóvel eléctrico!

FORMAÇÃO DE MOTORISTAS

É motorista da Uber, Cabify ou Taxify?
Ou parceiro de uma destas plataformas?

Obtenha o seu certificado de motorista de transporte individual e remunerado de passageiros em veículos descaracterizados a partir de plataforma eletrónica (CMTVDE),
na Escola de Condução Jante Integral, em Odivelas.



CARTA DE LIGEIROS
2999€
oferta de 1 exame e atestado médico

Jante Integral

escola de condução

Abertos aos Sábados - Facilidades de Pagamento - Aceitamos Transferência de outras Escolas

Tel.: 219 335 028 • Tlm: 915 909 713 • geral@janteintegral.com
Avenida Dom Dinis nº 110 - 2675-486 ODIVELAS

Encurtamento da Linha Amarela do Metro Entregue petição e abaixo-assinado na Assembleia da República



Vítor Peixoto, Ilda Tojal e Paulo Bernardo e Sousa, promotores do "Movimento de Cidadãos Contra o Fim da Linha Amarela" do Metropolitano de Lisboa (tal como existe atualmente), entregam esta quinta-feira uma Petição dirigida à Assembleia da República e de um abaixo-assinado dirigido a todos os Grupos Parlamentares, por um vasto grupo de cidadãos utilizadores da Linha Amarela do Metropolitano, afirmando que

estes cidadãos «Não se permitem aceitar a estratégia e dinâmica de desinformação que o Governo tem desenvolvido. Não desejamos que aquele que protagonizou a corrida entre um burro e um Ferrari há uns anos atrás na Calçada de Carriche se prepare para ser o coveiro da estruturante Linha Amarela, transformando-a desnecessariamente - insistimos desnecessariamente - numa Linha dos Arrabaldes, afetando assim a vida de meio milhão de portugueses em troca de um não objetivo e de uma formato de linha de metro que vem sendo abandonado noutros cidades» e que «Não compactuamos com a mentira propalada de que a futura Linha Verde circular coabitaria com a atual Linha Amarela, durante alguns períodos do dia - ideia que nunca foi acompanhada da apresentação do competente projeto, tendo surgido e sido recuperada timidamente sempre que os cidadãos mostram oposição à ideia». Devido às necessidades de fecho da edição antes desta entrega voltaremos a esta matéria na próxima edição.

A partir de abril Passe único na Área Metropolitana de Lisboa



NAVEGANTE

O Governo e os presidentes dos municípios da Área Metropolitana de Lisboa (AML) assinaram no dia 18 de março os contratos que permitirão a entrada em vigor, no mês de abril, dos novos passes de transporte coletivo na AML. O passe único passa a ter apenas duas configurações, acabando com as centenas de títulos combinados existentes.

O passe Navegante Metropolitano vai permitir utilizar todos os serviços de transporte público regular de passageiros, em todos os 18 municípios da área metropolitana de Lisboa. Terá um preço de 40 euros e uma validade mensal, isto é, do primeiro ao último dia do mês para o qual foi adquirido. Quem optar pelo Navegante Metropolitano poderá ir, por exemplo, de Setúbal até Maфра, utilizando qualquer operador do serviço público de transporte de passageiros com um único passe.

O Navegante Metropolitano terá a variante Navegante 12, com as mesmas características do Navegante Metropolitano. Permitirá utilizar gratuitamente todos os serviços de transporte público regular de passageiros, em todos os 18 municípios da área metropolitana de Lisboa. O Navegante 12 é gratuito para todas as crianças até aos 12 anos de idade (inclusive), isto é, até ao último dia do mês em que a criança faz 13 anos. O Navegante Metropolitano terá a variante +65, destina-se a maiores de 65 anos, reformados e pensionistas, vai permitir utilizar todos os serviços de transporte público regular de passageiros, em todos os 18 municípios da área metropolitana de Lisboa. Terá um preço de 20 euros e uma validade mensal, isto é, do primeiro ao último dia do mês para o qual foi adquirido.

O Navegante Metropolitano Família tem as mesmas características do Navegante Metropolitano, permitirá que cada agregado familiar pague no máximo o valor de 2 passes Navegante Metropolitano ou seja 80 euros, independentemente do número de elementos do agregado familiar. É válido em todos os serviços de transporte público regular de passageiros, em todos os 18 municípios da área metropolitana de Lisboa. Este título é exclusivo de agregados com domicílio devidamente comprovado na área metropolitana de Lisboa. Também tem validade mensal, isto é, do primeiro ao último dia do mês para o qual foi adquirido (disponível a partir de julho de 2019).

O Navegante Municipal é válido para qualquer deslocação, em todos os serviços de transporte público regular de passageiros dentro de 1 dos 18 municípios que constituem a área metropolitana de Lisboa. Este passe terá um preço de 30 euros e uma validade mensal, isto é, do primeiro ao último dia do mês para o qual foi adquirido.

Para o Passe Único, a Câmara Municipal de Odivelas contribui com um valor superior a 1 milhão de euros, sendo que em 2020 a verba investida pela Autarquia aumentará para 1.5 milhões de euros.

O Presidente da Câmara, Hugo Martins, realçou a importância deste investimento no Concelho apresentando-o como mais um apoio fundamental para as famílias e para os municípios em geral, e que irá melhorar, manifestamente, a vida de quem estuda, vive ou trabalha neste Município.

Se atualmente não se desloca diariamente em transporte público na área metropolitana de Lisboa, mas pretende passar a fazê-lo, deverá requisitar já o seu cartão (entrega em 10 dias úteis). Poderá fazê-lo junto dos Operadores de Transportes ou online, em www.portalviva.pt

PUB



CERTIDÃO NARRATIVA

Eu, abaixo assinada, Sandra Cristina Vieira Ramos Neves de Oliveira Monteiro Brás, **Notária** do Cartório Notarial de Odivelas sito no Strada Shopping & Fashion Outlet, piso dois, loja dois mil cento e dez, Estrada da Paia, cédula profissional número 206, **certifico** que:

1 – Foi lavrada neste Cartório Notarial, no dia doze de Março de dois mil e dezanove, de folhas setenta e nove a folhas oitenta e dois do livro de notas para escrituras diversas número duzentos e três, uma **escritura de justificação notarial** na qual **MANUEL DE JESUS SALGUEIRO BULE**, casado com Adelaide Rodrigues Alves da Cunha Bule, no regime da comunhão de adquiridos, natural da freguesia e concelho de Serpa, residente na Rua João das Regras, número 10, segundo andar esquerdo, em Odivelas, NIF 181 440 016, declara que é dono e legítimo possuidor, com exclusão de outrem, da fracção autónoma designada pela letra "F", que corresponde ao **segundo andar esquerdo**, do prédio urbano, em regime de propriedade horizontal, sito na Rua João das Regras, número 10, Pombais, freguesia e concelho de **Odivelas**, descrito na **Conservatória do Registo Predial de Odivelas**, sob o número **quatro mil duzentos e noventa e seis**, da referida freguesia, e inscrito na matriz da mencionada freguesia sob o **Artigo 4178**.

2 – Mais declara que a identificada fracção foi por ele adquirida há vinte e cinco anos por doação verbal que seus pais, Eliseu de Jesus Bule e Ana Teresa Mendes Salgueiro lhe fizeram, a qual não chegou a ser titulada, pelo que não dispõe de qualquer título formal para a registar na Conservatória.

3 – Está conforme o original, na parte a que me reporto.

Odivelas, doze de Março de dois mil e dezanove.

A Notária,

Sandra Brás

Conta conferida e registada sob o nº 303 64

OURIVESARIA
PRATA - RELOGIOS - JOIAS
COMPRO E VENDENDO OURO
TELM.: 912 701 140

Pratos a 5[€]

2^a feira

Taco Dos Amores

Tortillas com frango desfiado, banana e queijo... decora com riscado de queijo cheddar...

Enchilada Dos Manos*

A típica enchilada com frango e porco desfiados com queijo e molho rojo... acompanha com arroz e puré de feijão...

Pollo Dos Mexicanos*

Peito de frango grelhado com natas e salsa roja com batata frita e puré de feijão...

3^a feira

Taco Tres Amigos*

Tortillas com carne de porco desfiado, ananás e salsa roja... decora com riscado de salsa roja...

Enchilada Tres Besos

A típica enchilada com carne de vaca desfiada com natas e queijo... acompanha com arroz e puré de feijão...

Tres Carnitas

Tortillas com tiras de carne salteadas... acompanha com arroz e puré de feijão...

4^a feira

Taco Cuatro Mariachis

Tortillas com todas as noças carnes desfiadas e queijo... decora com alface e salsa QP...

Enchilada Cuatro Locos

A típica enchilada com todas as carnes desfiadas, natas e queijo... acompanha com arroz e puré de feijão...

Cuatro Berritos

Quatro berritos cobertos com queijo e picadillo de cebola e coentros...

Prato

5^a feira

Taco Cinco de Mayo

Tortillas com frango desfiado, ananás e queijo... decora com riscado de queijo cheddar...

Enchilada Cinco Niños*

A típica enchilada com legumes e molho rojo... acompanha com arroz e puré de feijão...

Taquitos Cinco Corazones

Taquitos de frango com tomate, alface e guacamole... decoram com cebola e coentros...

6^a feira

Taco Seis Gringos**

Tortillas com carnes desfiadas, queijo e salsa verde... decora com salsa verde e roja...

Enchilada Seis Mexicanos

A enchilada louca... recheada com carne de vaca desfiada, puré de feijão e guacamole... acompanha com arroz...

Quesadilla Tijuana

Tortillas com todas as carnes desfiadas e queijo... acompanha com arroz, puré de feijão e guacamole...

HACIENDA D. LUISA

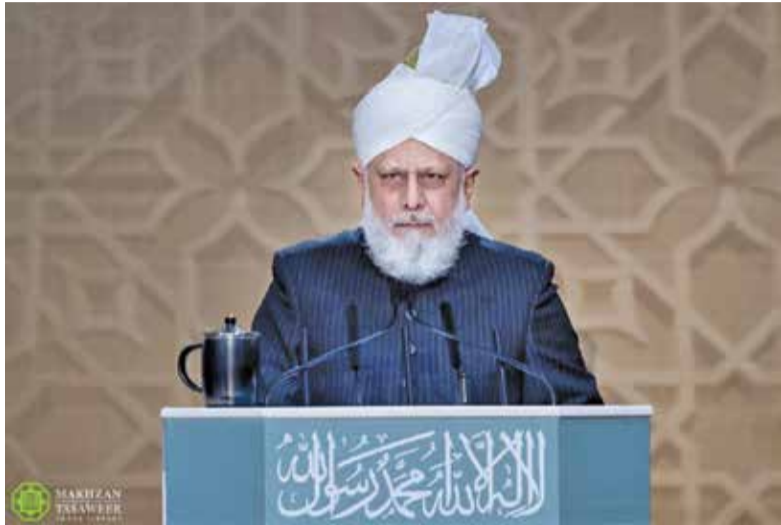
RESTAURANTE MEXICANO

Rua Fernando Namora nº 24 Loja C - Colinas do Cruzeiro ☎ 21 933 0019

Chefe Supremo a Comunidade Islâmica Ahmadia alerta

Intensificação das hostilidades globais

Fotografias: Associação Ahmadia



No dia 9 de março de 2019, o **Chefe Supremo, o Quinto Califa da Comunidade Islâmica Ahmadia Internacional, Sua Santidade, Hadrat Mirza Masroor Ahmad, proferiu o discurso principal no 16º Simpósio Nacional da Paz, organizado pela Comunidade Islâmica Ahmadia do Reino Unido.**

“À medida que as rivalidades fermentam e os ódios se tornam cada vez mais entrenchados, ninguém sabe onde tais questões finalmente nos levarão ou quão terríveis serão as consequências” - Hadrat Mirza Masroor Ahmad Califa estimula os países a trabalharem em conjunto para criar uma paz duradoura no mundo

O evento realizou-se na *Mesquita Baitul Futuh*, em Londres, com uma audiência superior a 1000 pessoas, incluindo 700 dignitários e convidados, oriundos de 30 países, entre os quais Ministros, Embaixadores e vários Membros do Parlamento.

Durante o evento, Sua Santidade conferiu ao Dr. Fred Mednick, fundador de *Professores sem Fronteiras*, *Prémio da Comunidade Islâmica Ahmadia para a Promoção da Paz*, em reconhecimento dos seus esforços para fornecer acesso irrestrito à educação algumas das partes mais negligenciadas do mundo.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad começou o seu discurso afirmando que a Comunidade Islâmica Ahmadia nunca desistiria dos seus esforços para promover a paz no mundo.

Sua Santidade alertou que as rivalidades entre os países estavam a intensificar-se e novas linhas de batalha estavam a ser traçadas, o que poderia ser desastroso.

Sua Santidade salientou que a guerra nuclear já não era uma perspectiva remota ou distante, pelo contrário, era uma ameaça crescente que não poderia continuar a ser esquecida ou ignorada. Ele mencionou uma série de catalisadores prementes, incluindo tensões entre as potências nucleares, conflitos e guerras por procuração no Médio Oriente, nacionalismo da extrema-direita, sentimentos anti-imigração, frustrações económicas e isolacionismo que continuam a levar os países à guerra nuclear e à destruição global.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad alertou para a destruição catastrófica que a guerra nuclear poderia causar se os países não mostrassem tolerância ou se esforçassem para pôr fim às causas da divisão entre elas.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad disse:

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

permanente de destruição e miséria para as futuras gerações. Portanto, devemos fazer uma pausa e refletir sobre as consequências dos nossos atos. Não devemos considerar qualquer questão ou conflito insignificante, quer seja dentro de um país ou a nível internacional”.

Comentando as tensões crescentes entre os países, Hadrat Mirza Masroor Ahmad declarou:

«Durante o ano passado, os Estados Unidos afirmaram com um grau elevado de confiança que estavam perto de chegar a um acordo de paz histórico com a Coreia do Norte, mas nos últimos dias tornou-se claro que nada de substancial foi alcançado».

Hadrat Mirza Masroor Ahmad continuou:

«Nos últimos dias, o mundo testemunhou uma súbita escalada de tensão entre a Índia e o Paquistão. Ambos os países são potências nucleares e ambos têm alianças estabelecidas com outros países, quer aberta quer secretamente, o que significa que as consequências potenciais de uma guerra seriam extensas e de grande alcance».

Sua Santidade afirmou que os países estão a usar conflitos no Médio Oriente como uma ferramenta para criar domínio formando alianças e desencadeando novos conflitos.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou:

«De um lado, a Rússia e a Turquia estão a alinhar-se, enquanto por outro lado, os Estados Unidos e a Arábia Saudita estão a unir-se e a aumentar a pressão sobre o Irão e tentar implicar novas sanções con-

tra eles. Os especialistas políticos estão a expressar abertamente que o objetivo desses países é dominar o Médio Oriente».

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou ainda:

«Vimos, repetidas vezes, exemplos de países que intervieram em países devastados pela guerra ou prestaram ajuda aos países necessitados a pretexto de trazer a paz, mas impuseram condições que lhes permitem ter controlo dos recursos do país mais fraco. Em vez de se contentarem com a sua própria riqueza, os países poderosos tentam afirmar o seu controlo sobre os países mais fracos».

Sua Santidade citou a Síria como exemplo de uma guerra que causara interminável miséria e que ainda se encontrava num estado precário.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou:

«Ao longo de quase uma década, a Síria foi devastada pelo derramamento de sangue e despedaçada. Diz-se que a guerra civil está agora a aproximar-se do fim, mas o que foi alcançado na última década exceto a morte de centenas de milhares de pessoas inocentes e o deslocamento de milhões de outras pessoas? Nada de positivo surgiu e o futuro permanece incerto e precário, à medida que as tensões aumentam entre os países que têm os seus próprios interesses ligados ao futuro da Síria».

Ele mencionou também que, embora esses países tenham tentado derrotar os grupos extremistas como Daesh no Médio Oriente, mas na realidade, permitiram que

os seus ensinamentos odiosos se espalhassem ainda mais.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou:

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

Hadrat Mirza Masroor Ahmad também enfatizou que o nacionalismo continua a crescer e mostrar a sua carantonha e que os partidos de extrema-direita estão a ganhar popularidade globalmente. Ele explicou que uma razão principal que está a sustentar a popularidade da extrema-direita tem sido o aumento da imigração.

Sua Santidade explicou ainda que os sentimentos de ressentimento baseiam-se na opinião de que os cidadãos nativos existentes estão a ser prejudicados para financiar e apoiar os imigrantes. Ele forneceu uma solução a longo prazo e a curto prazo para resolver essa questão urgente.

Explicando a solução a longo prazo, Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou:

«A solução a longo prazo para a crise da imigração é estabelecer a paz em países devastados pela guerra e ajudar a população local, que foi obrigada a suportar vidas de miséria e perigo, a viver em



Escritório e Armazém principal:
Rua Horta das Ribeiras, Lote 12, 1685-578 Caneças
(Traseiras Bombeiros de Caneças)
Tel.: 219 817 030/6 Fax.: 219 817 039



pode levar a guerra nuclear desastrosa



paz». Discutindo a solução a curto prazo, Hadrat Mirza Masroor Ahmad declarou:

«Quanto à solução a curto prazo, quando os refugiados ou requerentes de asilo vêm para o Ocidente devido às condições políticas ou religiosas prevalentes nos seus próprios países, devem ser tratados com dignidade e respeito. Ao mesmo tempo, qualquer apoio que lhes for dado não deve ser à custa dos cidadãos existentes. Os imigrantes devem ser fortemente incentivados a entrar no emprego o mais cedo possível, em vez de viver de benefícios por longos períodos. Eles devem trabalhar arduamente, tentar andar pelos seus próprios pés e contribuir positivamente para a sua nova sociedade. Caso contrário, se eles forem continuamente financiados pelo dinheiro dos contribuintes, isso inevitavelmente conduzirá aos ressentimentos».

Além disso, Hadrat Mirza Masroor Ahmad manifestou a sua opinião de que, a causa subjacente da maioria dos ressentimentos na sociedade tende a ser a frustração económica e financeira e que isso inevitavelmente leva à propagação de islamofobia e de xenofobia.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad

afirmou:

«Certos grupos aproveitam-se dessa ansiedade, atribuindo a culpa aos imigrantes ou aos seguidores da religião e incitam sentimentos de ódio contra eles. Assim, criou-se na Europa uma impressão de que os asiáticos, os africanos e particularmente os imigrantes Muçulmanos são uma ameaça à sociedade. Nos Estados Unidos, existem medos semelhantes em relação aos Muçulmanos e também aos Hispânicos que tentam entrar no país através do México».

Sua Santidade explicou que a causa principal da frustração e da hostilidade resultante, seja no Oriente ou no Ocidente, é a injustiça económica e, portanto, é essencial empreender um esforço concertado para transpor o fosso económico entre os países e os seus povos.

Ele afirmou que, se esses países, que têm sido centros de guerra ou de divisão, puderem prosperar economicamente, já não terão frustrações nem terão ódio contra outros povos. Nem os seus povos serão obrigados a migrar.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad também abordou a incerteza e ansiedade generalizada no Reino Unido em relação ao 'Brexit' e à relação futura do Reino Unido com a União Europeia.

Sua Santidade mencionou que ele apresentou claramente o seu ponto de vista sobre o 'Brexit' durante o seu discurso feito no Parlamento Europeu em 2012, quando afirmou que a força da Europa reside no facto de permanecerem unidos e juntos.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad afirmou:

«No meu discurso há sete anos, concentrei-me na importância de remover os receios do público sobre a imigração e destaquei a importância de benefícios da unidade. No entanto, as preocupações das pessoas não foram abordadas de forma adequada e, assim, cada vez mais, as pessoas em toda a Europa começaram a questionar os benefícios da União Europeia... Por isso, enquanto eu esperava uma maior unidade na Europa, os últimos anos testemunharam uma crescente divisão e turbulência».

Citando preceitos Islâmicos para apresentar uma solução para esta turbulência, Hadrat Mirza Masroor Ahmad declarou:

«Do ponto de vista Islâmico, a melhor maneira de alcançar a paz é através da unidade. Porém, infelizmente, em vez de nos unirmos, procuramos a separação e priorizamos os nossos interesses pessoais sobre os interesses coletivos do mundo. Acredito que tais políticas

irão destruir a paz e a segurança do mundo e certamente estão a destruir».

Explicando como os ensinamentos Islâmicos garantem paz ao mundo, Hadrat Mirza Masroor Ahmad disse:

«Para obter um retrato preciso da governança e liderança Islâmica, devíamos olhar para a era do Fundador do Islão, o Sagrado Profeta Muhammad (que a paz e as bênçãos estejam sobre ele). Depois de o Sagrado Profeta (que a paz e as bênçãos estejam com ele) ter migrado para a cidade de Medina, ele formou um pacto com o povo Judeu, pelo qual os Muçulmanos e os cidadãos Judeus deveriam viver juntos pacificamente e com um espírito de simpatia mútua, tolerância e equidade».

Hadrat Mirza Masroor Ahmad continuou:

«O pacto provou ser uma carta magnífica dos direitos humanos e governação e garantiu a paz entre as diferentes comunidades que viviam em Medina. De acordo com os seus termos, todas as pessoas, independentemente de sua fé ou etnia, eram obrigadas a respeitar os direitos dos outros. A liberdade de crença e a liberdade de consciência eram pedras angulares desse tratado».

Sua Santidade Hadrat Mirza Masroor Ahmad concluiu o seu discurso orando pela paz mundial a longo prazo.

Hadrat Mirza Masroor Ahmad orou:

«Que Deus Todo-Poderoso permita que a verdadeira paz surja e que as longas sombras da guerra e do conflito que pairam sobre nós sejam substituídas por céus azuis de paz e prosperidade. Oro pelo fim das frustrações e privações que atormentaram a vida de inúmeras pessoas e alimentaram guerras devastadoras e injustiças em todo o mundo ... Oro para que mostremos tolerância com as crenças e costumes de cada um e valorizemos a diversidade nas nossas sociedades. Oro para que possamos ver o melhor da humanidade e usar os pontos fortes e as habilidades uns dos outros para construir um mundo melhor para os nossos

filhos e possamos cultivar uma paz duradoura na sociedade».

Antes do discurso principal, foi proferido o discurso de boas vindas por Sr. Rafiq Hayat, o Presidente Nacional da Comunidade Islâmica Ahmadiana do Reino Unido. Depois disso, Reverendíssimo Kevin McDonald, Arcebispo Emérito da Igreja Católica Arquidiocese de Southwark agradeceu à Comunidade Islâmica Ahmadiana pela sua firme determinação na promoção da paz.

Reverendíssimo Kevin McDonald disse:

«Esta iniciativa é bastante inusual, diferente e imaginativa, reunindo pessoas de diferentes religiões, diferentes crenças, pessoas do setor público e privado, pessoas de diferentes esferas da vida para refletir sobre a paz, porque a paz é uma questão importante para nós todos... Agradeço à Comunidade Ahmadiana por chamar a atenção para a centralidade da paz, por convidar as pessoas de diferentes religiões e normas para se unirem. Espero que possamos nos encontrar em torno desta convicção de que só pode haver paz no mundo se houver paz dentro de nós».

Após ter recebido Prémio da Comunidade Islâmica Ahmadiana para a Promoção da Paz, Dr. Fred Mednick, fundador de Professores sem Fronteiras, disse:

«Com este prémio, Sua Santidade, a Comunidade Ahmadiana ouviu a voz do professor e ouviu a canção dos professores... Eu só posso dizer aqui hoje, honrado pela hospitalidade e cordialidade e abertura desta comunidade, é uma honra especial para receber este prémio; faremos o melhor que pudermos, Incha'Allah [se Deus quiser], para chegar a todos os professores que pudermos neste planeta e ainda mais professores e mais crianças nesses pequenos lugares em toda a parte da Terra».

O evento terminou com a oração silenciosa liderada por Sua Santidade. Tanto antes como depois do evento, Sua Santidade reuniu-se pessoalmente com vários dignitários e convidados e também realizou uma conferência de imprensa com os membros dos media.

J.M. MARTINS
laboratório de prótese dentária

Prótese Fixa | Prótese Removível | Implantes Ortodontia
Prótese Fléxivel | Medicina Dentária

Rua da República 128
1685-594 Canecás

☎ 219812716 www.labmartins.pt

Cuidamos do seu sorriso!

Quinta 21 de Março

Aulas de chikung



No Centro de Exposições e Odivelas. Chikung é a arte da respiração, do bem-estar e da longa longevidade. Posições de animais e posturas da natureza. Chikung do Dragão, Serpente e do Leopardo. Formador: Paul Leng | Valor: 25 € mensais Durante os meses de março e abril às quartas-feiras e sábados. Horário: quartas-feiras das 19h30 às 20h30; sábados das 11h00 às 12h00

Sábado 23 de Março

Meditação para crianças Ser & Sentir



Das 15h00 às 15h45 no Centro de Exposições de Odivelas. Para crianças entre os 5 e os 8 anos de idade esta ação pretende através da meditação zen, promover técnicas de respiração, postura, foco e educação mental. O grande objetivo é por as crianças a pensar positivamente e habituá-las a focarem-se no que é bom e no que lhes traz bem-estar. Facilitadora: Vanda Santos Valor: 3,50€

Atividade de leitura com ateliê de pop-up O capuchinho vermelho



Às 15h00 na Biblioteca Municipal D. Dinis. Dirigido a crianças dos 4 aos 12 anos, os Pop-up são divertidos e estão na fronteira entre o livro e o brinquedo. Será uma atividade cheia de cor e muita magia, acompanhada da leitura do livro *O capuchinho Vermelho*, uma história pop-up. Inscrição prévia: € 5. Tel. 219 320 770, Tlm. 965 910 770, E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

Mitologia grega associada aos nossos jardins



Das 15h00 às 17h00 nos jardins do Largo D. Dinis e da Música. «Ação de sensibilização e informação diri-

gida aos munícipes, através da observação das espécies animais e vegetais, tais como: o Carvalho, o Alecrim, a Alfazema, a Roseira, a Oliveira, o Cipreste, bem como uma abordagem à Mitologia Greco-Latina».

Domingo 24 de Março

Encontro de Tunas Académicas



Das 16h00 às 24h00 na Casa da Juventude, em Odivelas. Para comemorar o Dia Nacional do Estudante a Câmara Municipal de Odivelas promove este Encontro de Tunas.

A Câmara Municipal de Odivelas vai comemorar este dia com um encontro que terá as seguintes tunas: TunISCE - Instituto Superior de Ciências Educativas; Grupo de Serenatas da Faculdade de Motricidade Humana; A Feminina - Tuna Feminina da Faculdade de Farmácia; Vivan Tuna - Faculdade de Psicologia de Lisboa; Tuna A' Grande - Instituto Piaget de Almada.

Aulas de Tai-Chi Chuan, por Ernesto Reis

Das 10h30 às 12h30 no Jardim da Música. Em caso de chuva será no Centro de Exposições de Odivelas. Gratuito. Informações/Inscrições: Divisão de Cultura, Turismo, Património Cultural e Bibliotecas da CMO pelo telefone 219 320 800.

Aulas de Tai Chi e Chi Kung, por António Serra

Com início às 10h00 no Parque da Cidade de Odivelas ou nas arcadas do Instituto de Odivelas há pratica gratuita de Tai Chi e Chi Kung com António Serra credenciado pela Federação Portuguesa de Artes Marciais Chinesas e Instituto do Desporto de Portugal.

Quarta 27 de Março

Correr Lisboa em Odivelas

Das 19h30 às 21h30 com partida no Parque bio saudável junto ao Pavilhão Multiusos de Odivelas. «Treinos semanais de corrida a vários ritmos. Iniciativa da Associação Correr Lisboa em parceria com a Divisão de Desenvolvimento Desportivo da CMO. Informações: Divisão de Desenvolvimento Desportivo – Tel.: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

Outros Dias

VI Feira do Fumeiro de Odivelas



A sexta edição da Feira do Fumeiro, organizada pela Junta de Freguesia de Odivelas, chega esta sexta-feira, dia 22 de março! O Largo D. Dinis volta a encher-se dos tradicionais aromas do fumeiro tipicamente português, para três dias de um certame que já fidelizou o seu público: de 22 a 24 de março.

Não vão faltar os chouriços, nem as morcelas, as alheiras ou os presuntos, devidamente acompanhados por outros petiscos não menos interessantes... pensamos nos queijos, nas compotas e doçaria variada, mas também no artesanato, nos bombos, no baile e no folclore.

Horário: Sexta-feira - 22 de março: 18h00 - 00h00 Sábado - 23 de março: 11h00 - 00h00 Domingo - 24 de março: 10h00 - 21h00

Leituras encenadas com música ao vivo 2019



No dia 21 de março às 15h00 e no dia 22h00 de março às 21h00 na Biblioteca Municipal D. Dinis. Esta iniciativa é composta por uma performance da autoria e interpretação dos Do Aveso, grupo composto por técnicos da Biblioteca. Na prática, trata-se de um espetáculo de leituras encenadas, acompanhadas por diversos géneros musicais. O objetivo principal é promover o livro e a leitura numa abordagem divertida e descontraída. Para estes dias foi elaborada uma cuidada seleção de textos de autores que integram o programa curricular do ensino secundário da disciplina de português. Público-alvo: Alunos do ensino secundário e público em geral Local: Auditório da Biblioteca Municipal D. Dinis Marcações prévias para escolas: Telf. 219 320 770 | E-mail bmdd@cm-odivelas.pt

Março, Mês do Teatro



A Câmara Municipal de Odivelas dedica o mês de março ao teatro com três peças de grupos de teatro amador do Concelho de Odivelas.

As duas peças restantes são representadas nos dias 22 e 23 de março. Dia 22 de março | 21h30

«A Confissão» - «Os Resistentes» do Grupo de Teatro da Associação Sócio Cultural do Vale Grande

Local: Sociedade Musical e Desportiva de Caneças

Bernardo Santareno deixou ao teatro português uma vasta obra carregada de poesia, dramatismo e uma forte observação dos costumes. Os seus textos partem geralmente do povo português, sobretudo no meio rural, donde surge um sopro trágico, épico, lírico, confrontado com situações psicológicas, de modo por vezes rude, por vezes natural. As suas peças afastam-se do substrato realista e descrevem como que uma trajetória circular de onde saem as personagens com uma teoria de conflitos, dúvidas, obsessões e com o combate individual e íntimo entre o bem e o mal – aliás, a verdadeira essência das suas peças.

Género: Dramático Duração: 60 min. Dia 23 de março | 21h30

«Uma leitura da des(H)umanidade» – Grupo Teatro da Memória (Esquerda Alta, Associação Cultural)

Local: Casa da Cultura da Póvoa de Santo Adrião

O Passado, o Presente e o Futuro partilham o mesmo palco, como habitualmente habitam no Ser Humano. Aqui são personificações que dão voz à Poesia sem Tempo, legado imaterial de poetas e poetisas que ousaram desafiar-lo, ao Tempo. Caberá aos três a encenação de leituras de uma seleção criteriosa de textos sobre a humanidade e a desumanidade, onde teriam espaço muitos mais, assim houvesse... Tempo.

Umavez conflituosa, outras harmoniosa, outras ainda de indiferença, a relação entre os três momentos de uma Vida evoluiu no dizer das Palavras, que procuram encher ou esvaziar de sentidos as ações humanas, as de ontem, as de hoje e as de amanhã.

Género: Encenação de textos Duração: 90 min.

Centro de marcha e corrida de Odivelas

De segunda a sábado das 08h00 às 12h00 e das 17h00 às 21h00 no Parque Desportivo Naide Gomes, nas Colinas do Cruzeiro o Centro de Marcha e Corrida de Odivelas proporciona gratuitamente à população, através de acompanhamento técnico especializado, um aconselhamento no treino de marcha e corrida, adequado às características de cada praticante, estimulando a prática destes desportos de forma descontraída e informal.

Informações: Divisão de Desenvolvimento Desportivo – Tel.: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

E também...

Exposição coletiva: Histórias de Abril - um passado com presente

Até 14 de abril no Centro de Exposições de Odivelas. Exposição realizada pelos alunos das escolas do Concelho de Odivelas, no âmbito das Comemorações do 45º aniversário do 25 de Abril de 1974. Informações: Divisão de Cultura e Turismo – Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

Exposição de escultura: Espaço interrompido

Até 14 de abril no Centro de Exposições de Odivelas está patente esta exposição de Pedro Figueiredo.

«(...) As esculturas de Pedro Figueiredo são parábolas, são metáforas, aliterações e pleonasmos vocabulares. São fábulas, pequenas narrativas da imaginação. Alimentam os nossos desenhos no ar que desafiam o nosso entendimento. Têm marcas, sobretudo as de resina de poliéster no cinza luminoso da matéria que adensa a estória no elemento colorido que lhe é somado: uma bola, um coração, uma lâmpada, uma joaninha, uma peça de xadrez, uma tesoura, um parafuso ou uma ausência. Composições simples em associações formais complexas. Um exagero das extremidades, um esticar dos corpos que nos sugerem sempre a geometria das coisas e uma manipulação das escalas e da relação entre os elementos. O real é referência, mas é do surreal que vem a plasticidade, numa associação livre de formas e numa singular meta-leitura do que nos rodeia. Nada é o que parece ou tudo é o que nos apetece.(...)».

Estória (s) da história de Abril

Visitas ao Posto do Comando do MFA, na Pontinha, às quartas e sextas-feiras, às 10h00 e 14h30. Gratuitas com necessidade de marcação prévia. 60'. Para jardins-de-infância e 1º ciclo do ensino básico.

«Como terá sido viver na Ditadura? Será que era como hoje em dia? O que aconteceu nos dias que antecederam a Revolução? O que aconteceu no local onde nos encontramos? Quem são os capitães de abril que estão neste local? Tendo por base contos tradicionais, será efetuada uma visita ao local, passando pelos vários espaços que nos dão a imagem do tempo e sentimentos vividos na época. A visita culminará com o visionamento de um excerto do documentário da SIC 'A hora da liberdade'».

Informações e marcações: Divisão de Cultura e Turismo da CMO. Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

Visitas ao Posto de Comando do MFA

Às terças e sextas-feiras mediante marcação prévia para Jardins-de-infância, 1º, 2º e 3º ciclo do ensino básico, ensino secundários e grupos organizados.

«Este núcleo está localizado nas instalações do Quartel da Pontinha onde, de 24 a 26 de Abril de 1974, estiveram reunidos os oficiais que comandaram todas as operações da Revolução dos Cravos. Através da dignificação deste espaço e da criação de condições de apoio aos visitantes, procura-se não apenas a valorização do local, mas principalmente a sua divulgação junto do público escolar e de todos aqueles que manifestem interesse pelos acontecimentos que marcaram a história do nosso país.»

Informações e marcações: Divisão de Cultura e Turismo da CMO – Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

Visita ao centro histórico de Odivelas

De segunda a sexta-feira mediante inscrição prévia para Jardins-de-infância, 1º, 2º e 3º ciclo do ensino básico, ensino secundários e grupos organizados.

«Visita com passeio pelo centro histórico, ao Memorial de Odivelas, à Igreja Matriz de Odivelas/ Igreja do Santíssimo Nome de Jesus, à Biblioteca Municipal D. Dinis e à Quinta da Memória / Quinta do Arcebispo. Pretende-se assim promover e divulgar o Património do Concelho, artisticamente notável, reconhecendo a evolução cronológica histórica dos monumentos mais emblemáticos do Concelho.»

Informações e marcações: Divisão de Cultura e Turismo da CMO. Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

À descoberta da arte



De segunda a sexta-feira às 10h00 e 14h30 no Centro de Exposições de Odivelas. Para jardins-de-infância, 1º ciclo do ensino básico e grupos organizados. Gratuito. Necessária marcação prévia.

«Visita interativa ao espaço e às salas de Exposição, onde duas personagens, inspiradas na História Alice no País das Maravilhas, dão a conhecer o maravilhoso mundo da Arte, onde tudo poderá acontecer. A visita culminará com a realização de um ateliê, alusivo à temática.»

Informações e marcações: Divisão de Cultura e Turismo da CMO. Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

Visita orientada às exposições no Centro de Exposições de Odivelas



De segunda a sexta-feira às 10h00 e 14h30 para Jardins-de-infância, 1º, 2º e 3º ciclo do ensino básico, ensino secundários e grupos organizados, 45'. Gratuito. Necessária marcação prévia.

«No Centro de Exposições de Odivelas é apresentada anualmente uma vasta programação, que passa pela exposição de trabalhos de artistas, quer na área da escultura, pintura, joalharia, fotografia, instalação e artesanato.»

Informações e marcações: Divisão de Cultura e Turismo da CMO. Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

Exposição: Objeto do mês – Tascas com história



«Uma 'Tasca com História' tem memórias, usos, valores, costumes, tem um legado pleno e tem estórias para contar. Este projeto, falar de "Tascas com História" é contribuir para herdarmos o testemunho de um comércio local que já foi vivido com outra intensidade. Mas também pode ser motivo para cativar, mobilizar, suscitar interesse, curiosidade, conhecimento, criatividade, inovação e empreendedorismo.»

Patente até 31 de março. Informações: Divisão de Cultura e Turismo – Tel.: 219 320 800 E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

**O Mosteiro
de Odivelas
vai ter uma
nova vida.**



**Mosteiro
de Odivelas**

**CONSULTA PÚBLICA
sobre a futura utilização.
Participe!**

**Submissão de sugestões e propostas
até ao dia 31 de março em:**

www.cm-odivelas.pt/mosteiro



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

Basquetebol

Power OBC no Dia do Pai

Fotografia: OBC



Dias de grande animação com muitos jogos durante o fim de semana a culminarem com grandes convívios familiares nos treinos do Dia do Pai que juntaram os rapazes e as raparigas das equipas de formação do Odivelas Basket e o respetivo Pai. Um verdadeiro convívio que mostrou de uma forma geral que o Pai precisava de ir aos treinos...

Quanto a jogos, o "Power" do OBC fez-se sentir em vários sítios. No sábado de manhã mais um convívio ABL em sub12 organizado pelo OBC na escola Vasco Santana, desta feita com a participação do SL Benfica, Salesianos OSJ, CN Natação e JF de Alvalade. Cerca de 100 rapazes e raparigas dos 10 aos 12 anos que animaram a Ramada e que obrigam a organizar cada vez mais convívios destes.

O "power" das sub16F fez-se sentir em Paço de Arcos num jogo muito equilibrado e que até começou com a lesão de Beatriz Isaías, uma das jogadoras mais influentes do OBC.

A equipa muito unida reagiu e segurou uma vantagem mínima até aos segundos finais, até que a 5 segundos do fim, Matilde Marcelino carimbou com um triplo a vitória do OBC em Paço de Arcos (57-53). A mesma sorte não teve a equipa sub14F que no Estoril não teve hipótese em contrariar a forte equipa do Estoril Basket (25-81).

No masculino, os sub16M foram derrotados em Paço de Arcos (35-53) mas as equipas sub14M mostraram muito "power". Equipa A com ritmo avassalador frente ao Odisseia Basket (92-43) (foto), equipa B com vitória administrativa perante o Atlético (20-0) por incumprimento do RTP por parte do adversário ao não apresentar 10 atletas, e a recém-estreada equipa C a bater-se até final no Estoril frente a uma equipa dos Salesianos (40-51).

No próximo fim de semana, 9 jogos oficiais das equipas de formação e o minibásquete com a organização pelo OBC de uma etapa do Circuito Nacional Professor Mário Lemos em sub10 e a organização do I Torneio da Primavera em Minibásquete. Torneios organizados pelo Odivelas Basket com várias equipas convidadas, incluindo pela primeira vez uma equipa de Castelo Branco, o ABA - Associação Basquetebol Alcabastrense. É muito "Power"...

José Luís Marques

Goalball Superliga Europeia no Multiusos



Nos dias 22, 23 e 24 de março vai decorrer no Pavilhão Multiusos de Odivelas a fase final da Superliga Europeia de Goalball, com todos os jogos com entrada gratuita.

O Goalball foi inventado em 1946 pelo austríaco Hanz Lorenzen e pelo alemão Sett Reindle, que tinham como objetivo reabilitar veteranos da Segunda Guerra Mundial, que perderam a visão (jogo praticado por atletas que possuem deficiência visual).

O objetivo do jogo passa por arremessar uma bola com as mãos, na direção da baliza adversária. Cada

equipa é constituída por 3 jogadores e 3 suplentes, sendo obrigatório o uso de vendas nos olhos. A perceção, posicionamento e ação de cada jogador depende do tato (inclusão de linhas no chão – marcação de áreas) e da audição (bola de jogo possui guizos, de modo a perceber qual a sua direção).

É uma modalidade que necessita de grande concentração, não podendo por isso, existir qualquer tipo de ruído no recinto de jogo.

Equipas participantes:

Femininas

Sporting Clube de Portugal (Portugal)
BSI Copenhaga (Dinamarca)
Old Power (Finlândia)
Madrid + Ideas (Espanha)

Masculinas

Sporting Clube de Portugal (Portugal)
GC Perun Prague (República Checa)
Old Power (Finlândia)
Aisti Sport (Finlândia)
FIFH Malmo (Suécia)

Programação:

22 de março (6.ª feira)

14h00 - Cerimónia de Abertura

15h00 - 1.º Jogo: Sporting CP vs Old Power (Nave 1)

16h10 - 2.º Jogo: FIFH Malmo vs Aisti Sport (Nave 1)

17h20 - 1.º Jogo: Sporting CP vs BSI Copenhaga (Nave 1)

18h30 - 3.º Jogo: Sporting CP vs Aisti Sport (Nave 1)

19h40 - 4.º Jogo: GC Perun vs Old Power (Nave 1)

23 de março (sábado)

09h00 - 2.º Jogo: Old Power vs Madrid + Ideas (Nave 1)

10h00 - 5.º Jogo: FIFH Malmo vs GC Perun (Nave 1)

11h00 - 6.º Jogo: Aisti Sport vs Old Power (Nave 1)

12h00 - 3.º Jogo: Sporting CP vs Old Power (Nave 1)

13h00 - 4.º Jogo: BSI Copenhaga vs Madrid + Ideas (Nave 1)

14h00 - 7.º Jogo: Sporting CP vs GC Perun (Nave 1)

15h00 - 8.º Jogo: FIFH Malmo vs Old Power (Nave 1)

16h00 - 5.º Jogo: BSI Copenhaga vs Old Power (Nave 1)

17h00 - 6.º Jogo: Sporting CP vs Madrid + Ideas (Nave 1)

18h00 - 9.º Jogo: GC Perun vs Aisti Sport (Nave 1)

19h00 - 10.º Jogo: Sporting CP vs FIFH Malmo (Nave 1)

24 de março (domingo)

09h00 - Meias-Finais (feminina) - 2.º Grupo vs 3.º Grupo (Nave 1)

10h10 - Meias-Finais (feminina) - 1.º Grupo vs 4.º Grupo (Nave 1)

11h20 - Meias-Finais (masculinas) - 1.º Grupo vs 4.º Grupo (Nave 1)

12h50 - Meias-Finais (masculinas) - 2.º Grupo vs 3.º Grupo (Nave 1)

14h00 - Final Feminina (Nave 1) | 3.º/4.º Classificado Feminino (Nave 2)

15h00 - Final Masculina (Nave 1) | 3.º/4.º Classificado Masculino (Nave 2)

16h00 - Cerimónia de Encerramento

Futebol

Dois jogos do Tenente Valdez

No passado fim de semana acompanhámos dois jogos do Tenente Valdez realizados no seu campo da Paiã.

Juvenis "B" - Tenente Valdez 9

C A C Pontinha 1

Depois do Carnaval veio o Futebol. O Tenente recebeu o vizinho da freguesia da Pontinha, o Cultural com muita gente assistir e apoiar os jovens atletas

O jogo começou com a equipa do Tenente a procurar o golo e com a bola a circular por todos os seus jogadores, começando a criar perigo e a marcar e assim vieram a marcar por três vezes antes do descanso, mas os visitantes a marcar o golo de honra.

No segundo tempo o ritmo manteve-se com o Tenente a dominar e a marcar sem

que a equipa do Cultural reagisse num jogo com a equipa da casa a dominar e a marcar. Temos que salientar a bela exibição do guarda-redes do CAC pelas boas defesas executadas porque se assim não fosse o resultado seria superior. Jogo correto e arbitragem sem reparos.

Juvenis "A" - Tenente Valdez 4

Aguias de Camarate 2

Para mais uma jornada do campeonato da 2ª divisão da AF Lisboa a equipa do Tenente entrou no jogo com uma atitude que nos últimos jogos não se via. Começaram a jogar em todo terreno, a trocar a bola, para chegar à baliza adversária e foi assim que vieram a marcar dois bonitos golos tendo o Camarate reduzindo antes do descanso.

Na segunda parte com algumas alterações em ambas as equipas, não se alterou o ritmo com o Tenente a controlar e a marcar por mais duas vezes contra um do adversário. Partida correta sem casos na arbitragem.

António Mota

PUB



CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

DANDO CUMPRIMENTO AO DISPOSTO NO ARTº 29.2.alínea b) DOS ESTATUTOS DA COMISSÃO DE REFORMADOS E IDOSOS (CRPI), CONVOCO TODOS OS SÓCIOS, COM AS QUOTAS EM DIA, PARA A ASSEMBLEIA GERAL, A REALIZAR DIA 30 DE MARÇO DE 2019, PELAS 14H00M, NA SEDE DESTA INSTITUIÇÃO, SITA NA RUA ALZIRA BEATRIZ PACHECO (PÓVOA DE SANTO ADRIÃO), COM A SEGUINTE:

ORDEM DE TRABALHOS

- DISCUSSÃO E VOTAÇÃO DO RELATÓRIO E CONTAS DO EXERCÍCIO DO ANO ANTERIOR (2018), BEM COMO DO PARECER DO CONSELHO FISCAL.
- DIVERSOS.

SE À HORA MARCADA NÃO ESTIVER PRESENTE MAIS DE METADE DOS ASSOCIADOS, COM DIREITO A VOTO, A ASSEMBLEIA TERÁ INÍCIO ÀS 15H00M COM QUALQUER NÚMERO DE SÓCIOS, NOS TERMOS DO artº 29.5 DOS ESTATUTOS.

Póvoa de Santo Adrião, 14 de Março de 2019

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA

Arnaldo Botas
Arnaldo Botas

NOTA: Os documentos indicados no ponto 1 encontram-se, para consulta, à disposição dos sócios na secretaria.

Pessoa Coletiva de Utilidade Pública
Instituição de Solidariedade Particular

Rua Alzira Beatriz Pacheco, S/ N
2620-128 Póvoa Santo Adrião

A partir de abril,
o seu passe custa menos

NAVEGANTE

municipal → 30€

metropolitano → 40€

1 PASSE → TODAS AS EMPRESAS DE TRANSPORTE → 18 MUNICÍPIOS
ALCOCHETE, ALMADA, AMADORA, BARREIRO, CASCAIS, LISBOA, LOURES, MAFRA, MOITA, MONTIJO,
ODIVELAS, OEIRAS, PALMELA, SEIXAL, SESIMBRA, SETÚBAL, SINTRA E VILA FRANCA DE XIRA
Carregamento disponível nos locais habituais e MULTIBANCO

Custa mais acreditar
do que comprar.
Passe a palavra.

a. . .
. . m.
. l. .
área
metropolitana
de lisboa

Para mais informações:
www.aml.pt/passe-palavra
ou Portal VIVA, sites dos municípios
e sites das empresas de transporte



CRÓNICAS



MIRANTE
Por **Victor Cacito**
Cronista

Cuidado com o que calça?

É bem verdade, caros amigos leitores. Cuidado com o que calça e o que dá a calçar aos seus filhos.

Este assunto sem dúvida é um assunto pertinente tendo em vista a prevenção de futuras lesões.

A minha recuperação após a operação tem-me feito refletir em alguns destes temas.

O calçado apropriado a cada desporto é fundamental para um bom desempenho e para evitar lesões ao nível da planta do pé, da articulação do tornozelo e do joelho.

Antes de entrar no assunto principal gostaria de partilhar convosco algumas notas desportivas dignas de relevo.

Na primeira nota gostaria de saudar o FC Porto pela conquista da sua 14ª Taça de Portugal de Basquetebol masculino, que foi disputada em Portimão colocando frente a frente a formação campeã, Oliveirense e a do FC Porto. A equipa da cidade Invicta levou a melhor ganhando por 83-80.

E já que estamos em modo de Taça de Portugal, revelaria também a disputa da mesma em voleibol masculino. Assim foi, o SL Benfica venceu o Fonte Bastarda, dos Açores, em Sines.

Os Açorianos começaram por ganhar o primeiro sete, mas o Benfica embalou fazendo a remontada ganhando os três setes seguintes.

O SL Benfica ganha a sua 18ª Taça de Voleibol reforçando a hegemonia nesta prova e aumentando a vantagem sobre o Sporting de Espinho.

Como nota final destacaria uma vez mais a prestação de Cristiano Ronaldo que conseguiu fazer mais um attrick numa noite mágica da Champions, eliminando o Atlético Madrid depois da Juventus ter um resultado negativo de 2-0 na primeira mão.

Um feito ao alcance de muito poucos...

Uma máquina que continua afinada aos 34 anos de idade. Tal como ele disse parece que CR7 foi talhado para estes momentos.

Já que falei em competições europeias, não quero deixar passar em branco as excelentes prestações do FC Porto e do SL Benfica nos seus confrontos diretos levando a melhor sobre a Roma e o Dínamo de Zagrebe.

Feitos os devidos reparos, voltamos ao assunto principal. Assim sendo, reforço a ideia de que a escolha do calçado para a prática desportiva é mesmo muito importante.

O calçado para se fazer caminhada é diferente do utilizado na prática de atletismo e completamente diferente do utilizado no andebol ou no futebol.

O Futebol em Portugal, e não só, é a modalidade que tem mais praticantes, tendo dezenas de milhares de atletas na fase formativa e é para esta faixa etária que eu dirijo as minhas primeiras preocupações. Em primeiro lugar o atleta deve ter mais que um par de botas para poder treinar e para competir, atenção que tem de ter em conta o piso em que o atleta desenvolve a sua atividade desportiva.

Hoje em dia temos muitos recintos com relva sintética e outros de relva natural, o que leva a comprar botas de diferentes pisos. Um atleta bem calçado evita uma série de lesões na coluna, pés e articulações do joelho e tornozelo, estas podem em casos mais graves acabar com os sonhos de muita gente.

Em caso de dúvida peça conselhos a um fisioterapeuta, ao treinador ou a um médico ortopedista.

Infelizmente as rotações associadas a um calçado incorreto são responsáveis por inúmeras lesões no desporto.

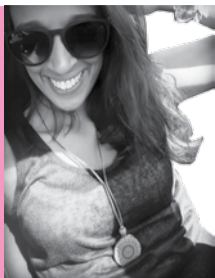
Por vezes as botas da moda, da marca X ou Y não são as mais adequadas ao piso onde o seu filho treina e joga.

Esteja atento.

No futebol sénior e profissional por vezes o atleta representa uma marca e um modelo e tem de honrar os seus compromissos, treinando e jogando com estes ditos modelos. Claro que tem compensações monetárias e uma quantidade de recursos desportivos muito acima da média dos jogadores vulgares.

A simbiose perfeita, a marca desportiva faz publicidade a um custo muito controlado e o atleta tem material desportivo suficiente para desempenhar as suas funções, influenciando a moda e a compra de miúdos e graúdos.

Independentemente da idade, escalão ou modalidade, esqueça a moda e compre calçado confortável e adequado e o resto... é saúde.



VISÃO DE UMA JOVEM MULHER
Por **Andreia Fernandes**
Cronista

P-A-I

Fala-se muito no papel de pai. Existe uma tendência para diminuir o papel de pai na vida dum filho. Não digam que não, sabemos que assim é, é esta a nossa sociedade, que ainda que enalteça o papel do homem, o diminui enquanto pai.

É certo que outrora a responsabilidade para com os filhos era maioritariamente da mãe, a mãe criava, o pai sustentava. Também é certo que a relação mãe-filho é provida de uma ligação sem explicação. É irracional o sentimento que se cria, gerar uma vida dentro de nós é algo mágico, que infelizmente só é privilégio das mulheres. Digo isto porque há por aí mulheres que simplesmente não merecem.

Contudo o papel do pai na vida dos filhos ainda se prende e muito com o papel dum mero espectador. Ainda existe aquele velho e gasto pensamento de que a mãe é que sabe cuidar e o pai apenas ajuda. Não! Errado!

O pai não é o mero ajudante da mãe. O pai não é quem substitui a mãe na sua ausência. O pai é o pai. O pai sabe cuidar do seu filho, o pai tem o seu instinto também, o pai sente, o pai por um filho também vira o mundo. Não subestime a força do amor dum pai. É tão forte como o duma mãe.

Pai que realmente é pai, tem um papel fundamental na vida do seu filho. É o porto de abrigo, é o herói, é a imagem de força e segurança, é que nos defende, é quem "vamos chamar". Um bom pai é o melhor amigo que um filho pode ter.

Se o pai não fosse importante na vida dum filho, não seria necessário para o conceber. Pai e mãe, cada um com o seu papel, cada um com as qualidades são igualmente importantes para um filho.

Então porque continua a sociedade a priorizar as mães? Porque se mantém a ideia de afastamento entre pai e filho? Um bom pai pode não ser um bom marido, um bom pai pode não ser um bom profissional, um bom pai pode não ser um poço de virtudes. Porquê misturar? Ao sermos pais, não deixamos de ser quem somos, não passamos inevitavelmente para um modelo de perfeição, continuamos a ser nós. Não condene um bom pai, a ficar sem o filho, só porque não é o modelo que a sociedade tem. Cada caso tem a sua particularidade, cada pai é um pai. Ponto final.

Este é um dos assuntos do momento. Mas a verdade é que os direitos sobre um filho nem sempre protegem o superior interesse da criança. É preciso pensar neles primeiro. Não misturar tudo nem influencia-los de forma negativa. É uma realidade com que lido, crianças privadas do contacto com o pai, questionando o porquê. Dizendo que têm saudades e que apesar de tudo o pai era amigo. Crianças que sabem que a relação entre os pais não era a melhor, mas que sabem reconhecer o seu pai como bom. Então quem somos nós, sociedade, para os privar de ser pai e filho? Pense nisso.

Aos bons pais que por aí andam, obrigada. Ao meu paizão, obrigada em dobro, triplo, ...

E a ti, continua a ser o extraordinário pai que és.

SERRALHARIA CIVIL

Albino Martinho
Tlm.: 962 638 939
R. Vasco da Gama Lt 198
Casal do Bispo 1675-853 Famões

CONSULTAS PRESENCIAIS E POR TELEFONE
Agora mais perto de si!

www.mariahelena.pt
www.facebook.com/MariaHelenaTV
Av. Praia da Vitória, nº57 4ºDto 1000-246 Lisboa - Portugal

Receba em qualquer parte do mundo amuletos de proteção.

Maria Helena
(00351) 210 929 030

Semana de 21 a 27 de Março

♈ Carneiro 21 de Março a 20 de Abril

Carta Dominante: O Papa, que significa Sabedoria. Amor: Aposte na sua relação. Que o Amor e a Felicidade sejam uma constante na sua vida! Saúde: Não se desleixe, cuide de si. Dinheiro: Pense bem antes de investir o seu dinheiro. Números da Sorte: 1, 18, 22, 40, 44, 49 Pensamento positivo: Sigo a minha intuição, pois sei que ela é a minha mais sábia conselheira.

♉ Touro 21 de Abril a 20 de Maio

Carta Dominante: Cavaleiro de Copas, que significa Proposta Vantajosa. Amor: Um amigo pode declarar-lhe uma paixão. Que os seus desejos se realizem! Saúde: Vigie a sua alimentação. Dinheiro: Pode ter uma nova proposta de trabalho. Números da Sorte: 6, 14, 36, 41, 45, 48 Pensamento positivo: Acredito que os meus desejos se vão realizar, porque eu mereço!

♊ Gémeos 22 de Maio a 21 de Junho

Carta Dominante: 8 de Copas, que significa Concretização, Felicidade. Amor: Momentos escaldantes a dois. Saúde: Não coma demasiados doces. Dinheiro: Não gaste além das suas possibilidades. Números da Sorte: 7, 22, 29, 33, 45, 48 Pensamento positivo: praticar a arte de ser feliz é muito divertido!

♋ Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta Dominante: O Mundo, que significa Fertilidade. Amor: Controle a impulsividade, meça as suas palavras. Procure gastar o seu tempo na realização de coisas úteis a si e aos outros. Saúde: Dê mais atenção aos seus pulmões, não fume. Dinheiro: Ponha em marcha um projeto antigo. Números da Sorte: 8, 17, 22, 24, 39, 42 Pensamento positivo: Planto hoje sementes de otimismo, e amanhã colherei frutos de felicidade.

♌ Leão 24 de Julho a 23 de Agosto

Carta Dominante: Os Enamorados, que significa Escolha. Amor: Siga com convicção o que o coração lhe diz. Que a compreensão viva no seu coração! Saúde: Faça uma alimentação rica em vitaminas. Dinheiro: Momento favorável a nível profissional. Números da Sorte: 3, 7, 11, 18, 22, 25 Pensamento positivo: Oiço o meu coração e escolho o melhor para mim.

♍ Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro

Carta Dominante: 4 de Espadas, que significa Inquietação, agitação. Amor: Pode sentir que o seu amor não é correspondido, mas é uma fase passageira. Que a sabedoria infinita esteja sempre consigo! Saúde: Tenha cuidados com os olhos. Dinheiro: Possível aumento inesperado. Números da Sorte: 1, 8, 17, 21, 39, 48 Pensamento positivo: Encontro a serenidade dentro de mim.

♎ Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro

Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: Tudo na vida tem uma solução, não desanime. Que a serenidade e a paz de espírito sejam uma constante na sua vida! Saúde: Evite enervar-se. Dinheiro: Situação financeira sem sobressaltos. Números da Sorte: 7, 11, 18, 25, 47, 48 Pensamento positivo: Tenho força e coragem, eu sei que sou capaz!

♏ Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro

Carta Dominante: 9 de Ouros, que significa Prudência. Amor: Controle a sua agressividade. Procure ter pensamentos positivos e não se deixe invadir por sentimentos ou pensamentos negativos. Saúde: Dê mais atenção à sua saúde. Dinheiro: Período favorável. Números da Sorte: 4, 6, 7, 18, 19, 33 Pensamento positivo: Sou prudente e sei que dessa forma alcançarei a vitória.

♐ Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro

Carta Dominante: Rainha de Ouros, que significa Ambição, Poder. Amor: acredite que é uma pessoa com um potencial enorme. Aprenda a soltar toda essa Força e Luz interior que desconhece. Saúde: Cuidado com quebras de tensão. Dinheiro: Momento favorável. Números da Sorte: 1, 8, 42, 46, 47, 49 Pensamento positivo: Mostro ao Mundo toda a luz que existe em mim.

♑ Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro

Carta Dominante: A Roda da Fortuna, que significa Sorte. Amor: Preste mais atenção à sua família. A felicidade na sua casa depende da educação que der aos seus filhos, por isso, preste atenção à formação que lhes dá. Saúde: Vigie a tensão arterial. Dinheiro: Não faça gastos supérfluos. Números da Sorte: 7, 13, 17, 29, 34, 36 Pensamento positivo: sei que a Vida me reserva surpresas maravilhosas.

♒ Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro

Carta Dominante: 7 de Paus, que significa Discussão, Negociação Difícil. Amor: Diga a verdade, por mais que lhe custe. Tome a iniciativa, é você que cria as oportunidades! Saúde: Cuide dos seus pés. Dinheiro: Poderá planear uma viagem ao estrangeiro. Números da Sorte: 5, 25, 36, 44, 47, 49 Pensamento positivo: O diálogo ajuda a resolver todos os conflitos.

♓ Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março

Carta Dominante: 8 de Paus, que significa Rapidez. Amor: Tendência para viver bons momentos a dois. Apesar das contingências, supere sempre as dificuldades, vença os obstáculos e construa o seu caminho! Saúde: Sem surpresas. Dinheiro: Trabalhe com afinco para atingir os seus fins. Números da Sorte: 1, 3, 24, 29, 33, 36 Pensamento positivo: Construo o meu caminho com otimismo e sinceridade!

Farmácias de Serviço Local

Semana de 21 a 27 de Março

Quinta-Feira

Azevedo & Veiga
Rua da Liberdade, 23 A
Bons Dias - Ramada
Tel. 219 345 880

D. Dinis
Rua Pulido Valente, 31 - Lj. C
Colinas do Cruzeiro.
Tel. 219 326 612

Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Serra Largo Major Rosa Bastos, 22 P. S. Adrião. Tel. 219374299 Tanara	Odivelas Rua Prof. Dr. Augusto Abreu Lopes, 29 A Odivelas - Tel. 219315446	Central de Odivelas Av. Infante D. Henrique, 1. Tel. 219318997	Cipriano R Dr. Mário Sacramento, Póvoa de Santo Adrião Tel. 219372803	Codivel Ptº João de Lemos, 1 Odivelas Tel. 219315662	Gonçalves Rua Dr. Egas Moniz, 30B Odivelas. Tel. 219315662
Strada Outlet - Casal do Troca Tel. 219341986	Santa Rita Rua Ferreira Borges, 2 - Lj. B Casal do Rato. Telf. 214785162	Caneças Rua da Republica, 50 C - Loja 6 Caneças Tel. 218510026	Nova Odivelas Pça Cidade de Odivelas, 4 B C do Cruz.Tel. 219343288	Famões Rua José António Carvalho, 16 E Quinta das Pretas. Tel. 219344161	Universo Pça D. Manuel de Arriaga, 12 C Caneças. Tel. 219800040

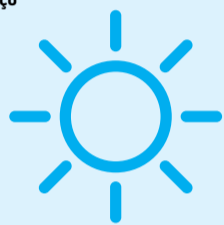
Tempo no Concelho

Semana de 21 a 27 de Março

Quinta-feira

Max

20° Min 8°



SEXTA	SÁBADO	DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA
Max 22° Min 9° Sol	Max 22° Min 10° Nublado	Max 25° Min 15° Sol	Max 25° Min 13° Sol	Max 24° Min 12° Sol	Max 22° Min 11° Sol

HM FRIO Tlm: 914 011 776
UNIPESSOAL, Lda
COMPRA E VENDA DE EQUIPAMENTO HOTELEIRO USADO E NOVO

Sabia que...

... o Centro de Saúde de Odivelas foi oficialmente inaugurado no dia 11 de março? O novo edifício tem capacidade para 41.800 utentes e ocupa uma área bruta de 1638 metros quadrados, que integra duas Unidades de Saúde Familiar (USF), a USF Mosteiro - a funcionar desde dezembro e que substituiu as instalações no Olaio - e a USF Cruzeiro.

Fonte: CMO



Desabafos de um cota Uma família na tasca

Hoje estou a almoçar numa típica e pacata tasca que fica aí a uns setenta metros da bonita Igreja Matriz de Odivelas.

Enquanto vou esperando pelo meu prato reparo que à minha frente está sentado à mesa um casal, quiçá já avós, que tal como eu, veio à procura de boa comida e de um lugar pacato como é este.

Estou eu nestes pensamentos e eis que se aproxima do dito casal outro ainda bastante jovem, acompanhado de uma criança que aparenta ter entre 8 a 9 anos de idade, e que bonito foi observar a forma como se cumprimentaram todos com um carinhoso beijo. Reparei até na felicidade espelhada nos olhos do homem mais novo quando beijou aquele homem já maduro que depois percebi ser o seu pai.

Entretanto, já todos sentados na mesma mesa e, calculem que

coisa rara, ninguém daquela família, vinha agarrada a um telemóvel ou a um Tablet. Depois, entre avós, pais e neto, reparei que as conversas fluíam com muita calma e nada os desviava daqueles momentos de prazer que o seu convívio lhes dava e que, a espaços, aquela criança, ao mesmo tempo que ouvia com atenção algo que o seu avô lhe dizia, ia acariciando o rosto da sua avó com a ternura de quem ama.

Então dei comigo a pensar: mas que momentos tão agradáveis eu estou a assistir onde a comida é tão boa e onde está perto de mim uma família, cujas novas tecnologias ainda não conseguiram envenenar o seu saudável relacionamento familiar. Enfim, ainda há gente assim!

Arlindo De Jesus Costa
arlindocosta44@gmail.com

Diz Correndo...

Episódio 109

me falta a qualidade. Então fui ao caixote das coisas deprimentes retirar um desabafo que fiz, há anos, quanto pratiquei uma dieta que estava a resultar. Assustado com isso, perguntei-me:

Aonde irei parar?

*Pus-me em cima da balança,
Esperando vir a saber,
Se era certo a minha pança,
Estar a desaparecer.*

*Pois a pobre não mentiu;
Nada teme quem não deve;
E o alívio que sentiu,
Quando viu qu' estou mais leve?*

*Ao contrário da galinha,
Que grão a grão enche o papo,
Esta barriga que é minha,
Devagar reduz o saco.*

*Aonde é que vai parar,
Minha elegância balofa,
Se eu vejo, com pesar,
Reduzir peso na alcofa?*

*Por outro lado registo,
Com temor e emoção,
Que o peso jamais visto,
Incha-me de satisfação.*

*E no fim, o resultado,
Que prevejo num lamento:
Deixo de ser tão pesado,
Mas fico saco de vento.*

E o conselho da semana é: «Não discurras amanhã o que tens de pensar hoje».

José Duarte

Marketing em si Reinventemos o intermediário

O consumidor atual encontra-se num grau de sofisticação nunca antes imaginado o que significa que, em negócios tão díspares como automóveis ou até mesmo seguros é cada vez mais comum ele querer ter acesso "à fonte" (o fabricante no caso de produtos ou fornecedor principal no caso de serviços) e recolher o máximo de informação possível, facilitando a tomada de decisão.

Este acesso, possibilitado em grande medida pela utilização massiva da internet, parte do interesse e da curiosidade do cliente, mas também da vontade das empresas em dar a conhecer a sua história, os seus valores e a sua visão. Para isso as empresas constroem uma narrativa, alinhada com a sua identidade, visando propiciar uma relação efetiva com a marca e a consequente contrapartida, ou seja, ser lembrada no tão desejado momento da compra! (top of mind).

Se refletirmos acerca de um seguro de saúde, por exemplo, é hoje possível entrar no site (ou aplicação) da empresa, obter orientação telefónica de um especialista, selecionar a opção mais adequada e comprar no próprio momento...mas e se pensarmos numa marca automóvel? Temos a hipótese de entrar diretamente no site do construtor, selecionar a gama e o modelo que mais nos agrada, verificar características e talvez até nos sejam apresentadas algumas hipóteses de personalização, mas dificilmente temos acesso ao preço final e não nos será possível adquirir diretamente ao fabricante.

Constatamos portanto que nem sempre a relação existente entre fabricante e cliente significa um canal direto de venda, todavia é interessante refletir acerca da forma como a comunicação tem ganho importância (alavancada evidentemente pelas redes sociais) e o protagonismo do intermediário altera-se de setor para setor (como ficou provado nos exemplos anteriores), passando de negócios em que o revendedor é peça-chave (venda de automóveis novos) para negócios em que simplesmente não existe (seguro de saúde).

Colocar em contacto a oferta e a procura é um desafio antigo, mas as ferramentas que temos ao nosso alcance neste momento são únicas e por isso as oportunidades multiplicam-se... será que o comboio passa duas vezes?

Hugo Gonçalves
Gestor de Marketing



Renault Clio Dynamique 1.5 dci 90cv 2015... 14.750€



BMW 318d touring 2.0 150 cv Caixa automática 2016 - 30.900 €



Renault Captur Exclusiv 1.5 dci 90cv 2017 17.990€



Renault Clio DYNAMIQUE 1.5 dci 90cv 2013... 13.990€



Peugeot 208 1.2 style 82 cv 2017 - 12.900€



Renault Megane Sport Tourer 1.5DCI 110cv Intense 2016..... 19.900€



Peugeot 3008 Sport 1.6Hdi 120cv - 2011 - 13.490€



Renault Trafic L1H1 1600 DCI 125 CV 9 Lugares 2016 - 23.750€



Renault megane sport tourer base edition DCI 110 CV 2013 - 15.990€



Peugeot 208 1.6 HDI Style 75cv 2016 - 14.990€



Peugeot 308 SW 1.6 HDI GTLINE 120cv - 2015 - 20.490€



Renault CLIO SPORT TOURER Limited 1.5 dci 90 cv, 2016..... 15.450€



Renault Clio DYNAMIQUE S 1.5 dci 90 cv 2015..... 14.450€



Wolkswagen Golf Varian 1.6 TDI 110cv GPS edition - 21,750€



Fiat 500 X 1.3 Multijet Pop Star - 2016 - 16,750€



Renault Kangoo 1.5 dci 90 cv 5 lugares - dinamic 2013..... 15.990€



Renault Megane Sport Tourer Gt Line 1.5dci 110cv, 2015 - 16,990€



Honda Civic STourer Style 1.6 I-Dtec 120Cv - 2016 - 19,250€



Seat Ibiza 1.0 FSI Style 2018 - 13,350€

Viaturas de Serviço



Renault Clio Gt line 1.5 dci 90cv 2018 20.900€



Renault Captur Exclusiv 1.5 dci 110cv 2018 21.990€



Renault Clio GT LINE 1.5 DCI 90 CV 2017 17.900€



CLIO SPORT TOURER LIMITED DCI 90CV 2017 17.250€



Clio STourer GTLINE DCI 110Cv - 2018 - 22200€



Clio GTLINE DCI EDC 90Cv 2018 21,250€



RENAULT CAPTUR EXCLUSIVE 1.5 DCI 110 CV 2018 21.990€



Renault Clio limited dci 90cv 2017 16,950€



Clio ST GTLINE DCI 110Cv 22,200€



Renault Clio Limited DCI 90CV 2017 16,950€



Campanha

FÉRIAS EM FAMÍLIA

Veículos Novos e Ocasião
GANHE umas férias de sonho
mais info no seu stand



RENAULT CLIO GT LINE 1.5 DCI 90 CV 2017 17.900€



Rua Norberto de Oliveira Nº8/10
Póvoa de Sto Adrião
Tel 219 382 910
Fax 219 387 235