

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS desde €75,00
EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS desde €250,00



DIRETAMENTE DA FÁBRICA PARA SI

A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

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

JUNTO AO CENTRO COMERCIAL OCEANO

Noruegas
CHURRASQUEIRA

À SEXTA
5,50€
FRANGO

RUA DUQUE DE SALDANHA Nº1-B - ODIVELAS
JUNTO AO C.C. OCEANO | TEL: 21 934 17 38



Semanário de Distribuição Gratuita | Ano 6 | Edição nº 260
2019 | Quinta-feira | 11 de Abril
Diretor: Francisco Godinho

18°
9°



www.cinogaz.pt

SABORES COM QUALIDADE

Paullu's

www.paullus.pt

Odivelas - Parque da Nações

Cartões • Cartas • Envelopes
Facturas • Recibos • Guias
Panfletos • Cartazes
Desdobráveis • Brochuras
Revistas • Catálogos
Convites • Autocolantes
Blocos • Livros • Flyers • Etc...

IMPRESSÃO DIGITAL OFFSET

Pedro Ginja

Artes Gráficas



20
ANOS
1996 2016

Estrada de Vale Nogueira, 5 e 6
1685-552 CANEÇAS
Tel./Fax: 219 813 982
Tm: 966 120 737
E-mail: pg.grafica@sapo.pt



Câmaras e SIMAR à "caça" de quem deposita ilegalmente resíduos

II Simpósio de Medicina Dentária Desportiva

Torneio Internacional de Futebol Infantil do CAC



clínica dentária das laranjeiras

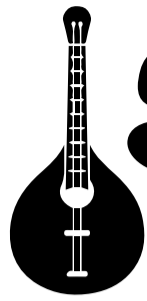
Estrada da Luz, nº92-B
1600-161 Lisboa
Tlf: 218 224 022
e-mail: geral@cddl.pt

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

Os primeiros dias de abril confirmaram o ditado popular que fala de águas mil mas as mil águas não chegaram para afastar o espetro da seca. Abril e maio vão ter de trazer muito mais água, dizem os especialistas na coisa para que a água não venha a faltar. E, já agora, precisam-se também de novos hábitos e menos desperdício deste cada vez mais escasso bem.

Já outros cronistas deste espaço falaram do assunto, mas a situação mantém-se e por isso volto à carga. Na Ramada uma nascente manda para o "lixo" milhares de metros cúbicos deste precioso líquido. Já muitas ideias se manifestaram, já muitas promessas foram feitas, mas a situação mantém-se. Regas, lavagem de ruas e de viaturas, enfim tanta forma de aproveitamento que não se faz. O que será que falta? Pois...

O Serviços Intermunicipalizados de Loures e Odivelas e as Câmaras Municipais dos dois concelhos promoveram a Semana Verde que consistiu em ações de fiscalização para deteção de vazamentos ilegais de resíduos

em vários locais dos dois concelhos que estão a ser usados como caixote de lixo para empresas de construção que estão a fazer obras em concelhos vizinhos e por aqui vêm deixar os entulhos. Boa ação mas cá para o Segisnando a coisa não vai lá com uma semana e vão ser preciso o mês verde ou até o ano verde, se não quem fica vermelho são os munícipes que tem de conviver com o entulho.

Na sexta-feira foi apresentada em conferência de imprensa mais uma edição do Torneio Internacional de Futebol Infantil do Clube Atlético e Cultural que se vai realizar no estádio 1º de Maio. Não é fácil realizar 38 edições de um torneio desta envergadura e por isso o Segisnando aqui deixa os parabéns a todos aqueles que ao longo de muitos anos têm mantido esta verdadeira festa do futebol infantil, apesar de todas as dificuldades por que o clube tem passado.

O CAC é um clube com história na freguesia da Pontinha e o Segisnando ainda se lembra das primeiras edições do torneio no campo da Escola profissional Agrícola D. Dinis, na

Paiã e fica triste por ver algumas publicações no Facebook de pretensos amigos do clube que possivelmente nunca tiveram coragem de ir defender as suas ideias numa assembleia geral ou até nunca terão feito nada em prol da coletividade. Sim eu sei que é mais fácil falar que fazer, mas...

Vivemos num mundo em que vale tudo e todos os dias nos chegamos notícias de tentativas de burlas especialmente às pessoas mais idosas. No site da Junta da União das Freguesias da Ramada e Caneças encontramos o seguinte comunicado:

«A Junta da União das Freguesias de Ramada e Caneças foi alertada para alegados atos de burla junto da população idosa por parte de indivíduos que se fazem passar por funcionários da Autarquia, com a promessa de atribuição de medicamentos com pagamento imediato.

Por este motivo, caso seja interpelado com a oferta de um prémio da Junta de Freguesia, deve informar de imediato as entidades competentes, nomeadamente, as Forças de Segurança da sua área de residência (Esquadra da P.S.P. de Caneças – 21 981 70 50)».

Também não resisto a deixar aqui um outro comunicado da autarquia Ramadense/Canecense:

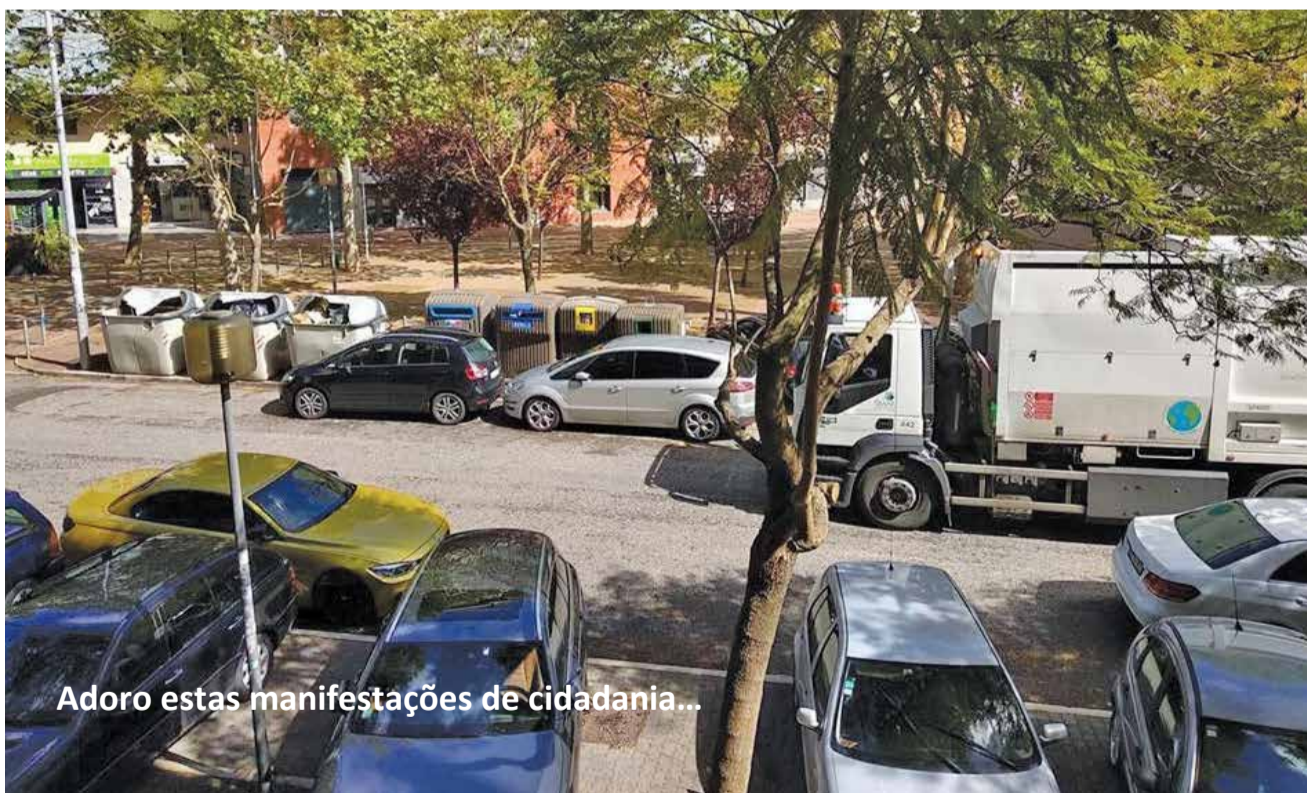
«O inaceitável estado de abandono da estrada nacional 250.

Porque não aceitamos o atual estado de abandono e degradação da Estrada Nacional 250, que põe em causa a segurança e mobilidade dos que a utilizam;

Porque não aceitamos que continuem a acontecer atropelamentos com consequências graves, incluindo cinco lamentáveis mortes;

Exigimos da Infraestruturas de Portugal, S.A. a intervenção rápida e a tomada de medidas urgentes na Estrada Nacional 250».

Acredito que com esta firme exigência Infraestruturas de Portugal S.A. tremeu de medo e vai de imediato resolver o problema. Pois... E o Pai Natal chega a 25 de dezembro!



Adoro estas manifestações de cidadania...

FICHA TÉCNICA

Diretor: Francisco Godinho - diretor@odivelasnoticias.pt | Tel: 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/>

Organização:



Promotor Oficial:



PARQUE DE JOGOS 1º MAIO INATEL
17 | 18 | 19 | 20 | 21 - ABRIL 2019

JORGE JESUS

Patrono 2019



Fábio Veríssimo
Árbitro Honorário



CLUBE ATLETICO E CULTURAL



SPORT LISBOA E BENFICA



FUTEBOL CLUBE DO PORTO



SPORTING CLUBE DE PORTUGAL



SPORTING CLUBE DE BRAGA



PORTIMONENSE S.C.



REAL CLUB DEPORTIVO LA CORUÑA



LEVANTE UD.



ODIENSE BOLDKLAB



ACADEMIA DE FUTEBOL XPTO GUINÉ-BISSAU



Turismo e Inclusão foi tema de seminário no ISCE

Fotografia: CMO



No dia 04 de abril decorreu no auditório do Instituto Superior de Ciências Educativas o Seminário *Turismo e Inclusão – Uma Gestão Turística para o Futuro*.

Na mesa da sessão de abertura estiveram o Presidente do ISCE, Luís Picado; o Vereador do Urbanismo da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira; o Coordenador do Curso de Turismo, Nuno Abranja, e o Diretor Técnico da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, Eduardo Pereira.

Na ocasião o Vereador abordou a importância de uma visão inclusiva nos novos modelos de negócio turístico, apresentando um conjunto de casos práticos com a temática das acessibilidades, planeamento de cidades e competitividade territorial e afirmou que «Só podemos ter turismo e inclusão se pensarmos de forma igual para todos».

Motricidade Humana em seminário na BMDD

Fotografia: CMO



Promovido pela Câmara Municipal de Odivelas teve lugar, a 05 de abril, no âmbito das celebrações do Dia Mundial da Atividade Física, o Seminário: *Debater a Motricidade Humana*.

No evento foi debatido o papel da Motricidade Humana enquanto ciência eminentemente humana e o papel da Escola enquanto promotor de medidas inclusivas no domínio da psicomotricidade, e dos clubes e associações na promoção da prática desportiva e estilos de vida saudáveis.

Foram, também, dados a conhecer exemplos de boas práticas no domínio da psicomotricidade e de casos práticos de aplicação dos princípios da Motricidade Humana em contexto de alto rendimento desportivo.

Na ocasião, o Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira, destacou o facto do «Paradigma da Motricidade Humana ser recente, ultrapassando em muito o contexto específico do desporto».

Projeto Educativo de Odivelas ganha Prémio Nacional

A Associação Portuguesa de Antropologia (APA) já deu a conhecer os vencedores dos seus prémios anuais, distinguindo um projeto de Odivelas como um dos premiados.



O projeto intitulado “*Inclusiv@:Escola para a Coparticipação*”, desenvolvido e aplicado no Agrupamento de Escolas Pedro Alexandrino em parceria com a Câmara Municipal de Odivelas, tem como objetivo facilitar a integração, a avaliação e as aprendizagens do aluno estrangeiro nas escolas do Concelho de Odivelas.

Dia Mundial da Consciencialização do Autismo

Fotografia: CMO



O edifício dos Paços do Concelho esteve, de 2 a 5 de abril, iluminado de azul no âmbito do movimento *Acendam a Luz Azul* (Light it up Blue), ao qual a Câmara Municipal de Odivelas se associou para assinalar o Dia Mundial da Consciencialização do Autismo, estabelecido pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2007, e mundialmente celebrado a 2 de abril. A data é assinalada em todo o mundo, iluminando a azul museus, monumentos e edifícios públicos ou com valor relevante.

Condicionamento de Trânsito em Caneças

A Câmara Municipal de Odivelas informa, em comunicado, que o trânsito de veículos na via pública e de peões nos passeios irá estar condicionado, no período compreendido entre 09/04/2019 e 06/07/2019, para a realização da empreitada de “*Substituição de Condutas em Caneças – Fase II*”, adjudicada à empresa Construbuild Services, Lda, pelos SIMAR, nas seguintes artérias: Rua Manuel Pimentel Vieira; · Rua Nova de São José; Rua de São José; Rua Sabino Gonçalves; Rua Pintor Alves Cardoso; Rua Joaquim Roque Fonseca; Rua Miguel Silvestre Cruz; Rua Timor.

«Com consciência do incómodo que esta situação possa causar, apelamos à sua melhor compreensão atendendo à inevitabilidade da operação».

Corte e Condicionamento de Trânsito em Caneças

A Câmara Municipal de Odivelas informa que está previsto corte de trânsito no período entre 10/04/2019 e 30/04/2019, na rua que atravessa o Largo Vieira Caldas, Caneças, no âmbito da Festa da Páscoa.

O trânsito estará ainda condicionado, no dia 22/04/2019, entre as 17h e as 19h para realização da Procissão em honra da Nossa Senhora do Rosário, no seguinte percurso: Igreja, Largo Vieira Caldas, Rua do Arco, Largo da Infância, Rua do Bairro Novo, Rua dos Bombeiros Voluntários, Rua da República, Largo Dr. Manuel Arriaga, Largo Vieira Caldas.

Com consciência do incómodo que esta situação possa causar, apelamos à sua melhor compreensão atendendo à inevitabilidade da operação.

MIMINHOS DA BELA
ARTESANATO
PINTURA EM TECIDO, MADEIRAS ETC...
BIJUTARIA E ACESSÓRIOS, BONECOS EM EVA

96 108 41 22 miminhosdabela

Café
A Casinha
da Portela

Rua Alfredo Paisana, N.º 3 n.º
Bairro Arco Maria Teresa - 1685-102 Caneças
Tel. 21 981 23 28 - Tm. 96 271 18 44

TALHO DO VICENTE
A Qualidade dá Prestígio
e Oferece Confiança

Largo Vieira Caldas, 17 - A - Tel 21 980 01 14 - 1675-405 Caneças

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

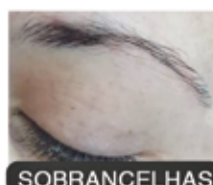
A Alopecia Androgenética é a causa mais comum e frequente de calvície masculina, mas também, atinge as mulheres. No caso dos homens começa a manifestar-se entre a puberdade e a vida adulta, tendo muitos graus, e no caso da mulher normalmente pode ocorrer a partir dos 45 anos com a entrada na menopausa.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



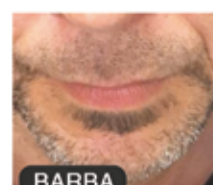
HOMENS



MULHERES



SOBRANCELHAS



BARBA



Operação Semana Verde

Câmara e SIMAR intensificam luta contra os despejos ilegais de resíduos

Nos últimos tempos a deposição ilegal de resíduos atingiu níveis preocupantes sendo verdadeiros atentados ao ambiente e por isso a Câmara Municipal de Odivelas realizou na última semana de março a Operação Semana Verde que intensificou a luta contra

essa prática com várias ações de fiscalização levadas a cabo pela Fiscalização Municipal de Odivelas em conjunto com a PSP e os SIMAR (Serviços Intermunicipais de Águas e Resíduos), em 15 pontos que tinham sido sinalizados como críticos. Dessas ações resultaram

a apreensão de cinco veículos, 10 participações e 32 autos de averiguação.

As ações de fiscalização decorreram diariamente entre as 06h00 e a 01h00 e tiveram como alvos operadores de resíduos como sucateiros e oficinas. Foram, também, assinalados locais de contentorização com frequentes despejos e efetuaram-se, ainda, operações de fiscalização de trânsito a veículos de transporte de resíduos.

Segundo informação do município foi «Utilizada a tecnologia de Drone como recurso, o que permitiu atuar de forma mais rápida e eficaz junto das infrações em prática» A autarquia sublinha que «Odivelas foi pioneiro na utilização do sistema de Drone para auxílio na vigilância de locais».

Ainda segundo a autarquia «Estas intervenções de fiscalização, que funcionam como alerta para a necessidade de comportamentos mais adequados e em benefício de todos, foram acompanhadas



de perto pelos Vereadores do Ambiente, Mónica Vilarinho, e da Fiscalização Municipal, Edgar Valles». A Câmara Municipal de Odivelas espera que este tipo de fiscalização «Possa dissuadir outros eventuais infratores que pratiquem ações prejudiciais para o ambiente

e para qualidade do espaço público» e «Agradece a colaboração dos munícipes, relembrando contactos úteis: SIMAR – Recolha gratuita de Monos - Linha Gratuita: 800 100 250, Fiscalização Municipal da CMO: 21 932 07 20 | e-mail: fiscali@cm-odivelas.pt».



SMPC promove exercícios de evacuação nas escolas

Fotografia: CMO



Notícia da Câmara Municipal de Odivelas publicada no site oficial do município dá conta de que o Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC) «Tem vindo a realizar um conjunto de exercícios de evacua-

ção nas escolas do Concelho, com vista a uma maior preparação de todos em caso de emergência.

Ações preventivas em espaço escolar, que servem, acima de tudo, para orientar alunos, docentes e não docentes nos procedimentos de segurança a seguir, e se for caso disso detetar falhas que possam de imediato ser resolvidas. Até ao início do verão de 2019, o SMPC irá continuar a realizar estes exercícios no âmbito dos Planos de Emergência Escolar, que têm sido acompanhados de perto pelo Vereador da Proteção Civil, João Paulo António».

CDU contesta Navegante Odivelas não abranger a Carris



Em nota de imprensa, datada de 26 de março e enviada ao Odivelas Notícias a CDU de Odivelas também contesta o facto de passe

Navegante Odivelas não abranger a Carris.

«Após mais de duas décadas de luta persistente dos utentes, e com a ação decisiva do PCP e da CDU para a criação de um único passe para a AML, o mesmo foi alcançado», sublinha a nota.

Para a CDU o Navegante Odivelas «Deveria abranger todos os transportes que circulam dentro do nosso concelho, a saber: Carris, Metro, HLM, JISA, Mafrense, RL e Lisboa Transportes. No entanto, constata-se que na presente data o passe Navegante Odivelas, não abrange a Carris dentro do concelho».

A CDU considera tal situação inaceitável afirmando que «Envidará todos os esforços junto das entidades competentes (CMO e AML) para que a mesma seja revertida de imediato.

O princípio que norteou a criação e implementação do passe social único foi o de poder ser utilizado em todos os transportes dentro da área do respetivo concelho. Em todos os outros 17 concelhos da AML isso acontece».

A CDU considera que esta discriminação negativa é de todo inaceitável e reafirma o seu total empenho na resolução atempada deste problema.

Urbanwish
GESTÃO DE CONDOMÍNIOS | MANUTENÇÃO 24H/DIA
LIMPEZA DE CONDOMÍNIOS, ESCRITÓRIOS,
CASAS PARTICULARES
ORÇAMENTOS GRÁTIS

COMPETÊNCIA E INOVAÇÃO DEDICADAS
À BOA GESTÃO DO SEU CONDOMÍNIO!
CONTACTE-NOS JÁ!

T.: 910 832 505 | 916 589 574
Email: urbanwishlda@gmail.com | [urbanwish](https://www.facebook.com/urbanwish)
www.urbanwish.pt

Centro Comercial Flamingos, Loja 40
Alameda Salgueiro Maia, 2660-329 Santo António dos Cavaleiros

Sem inscrição
Sem compromissos
Sem chatices

Faça aulas avulso

4.50€/aula de grupo ou treino
3€/aula de zumba

VISITE-NOS OU CONTACTE-NOS

quase 8 anos de história
2 anos de nova gerência

Rua da República 63ªA – CANEÇAS
929051089 // 214036834 RODAFITSGINASIO@GMAIL.COM

Astrólogo Místico Africano Vidente
Professor FOFANA
Professor Diplomado

Sigilo absoluto sempre por sempre para todos na mesma semana

Especialista em trabalhos psíquicos, dolo de dom hereditário. Resolvi todos os problemas mesmo em casos mais desesperados: amor, negócios, casamento, impotência sexual, depressão, doenças espirituais, sorte ao jogo, proteção imediato e definitiva de quem ama, harmonia matrimonial, fidelidade absoluta entre casais, problemas de justiça e alcoolismo.

Se quiser ter uma vida nova e pôr fim a tudo o que está preocupado. Contacte o Professor FOFANA ele analisará o seu problema com rapidez, honestidade e eficiência.

PAGAMENTO APÓS O RESULTADO
Rua Carolina Araújo nº18, 2º Lisboa (Próximo do Metro da Alameda)
Tm.: 968 365 150 - 920 090 464





100%
Eléctrico
zero
emissão

Ja, 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€

carta de 1 exame e marcado 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

38º Torneio Internacional de Futebol Infantil do CAC

«O mais prestigiado torneio dos es

Fotografias: Francisco Godinho/ON



De 17 a 21 de abril o Estádio 1º de maio, do INATEL, vai receber a 38ª edição do Torneio Internacional de Futebol Infantil do Clube Atlético e Cultural da Pontinha (CAC) que este ano tem como patrono

o treinador de Futebol, Jorge Jesus, sendo Fábio Veríssimo o árbitro homenageado. A torneio foi apresentado no dia 05 de abril em conferência de imprensa realizada na sede da Junta da União das Fre-

guesias da Pontinha e Famões.

Na mesa da conferência estiveram os Vereadores dos Desporto das Câmaras Municipais de Odivelas e de Lisboa, respetivamente Paulo César Teixeira e Carlos Castro; Os Vogais da Junta da União das Freguesias da Pontinha e Famões e de Carnide, respetivamente Almiro Morais e Floriane Silvestri; o Presidente do Clube Atlético e Cultural, António Roque; o Presidente do International Club Of Portugal, Manuel Ramalho, o Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Futebol de Lisboa, Carlos Teixeira, o Presidente do Sindicato dos Jogadores Profissionais de Futebol, Joaquim Evangelista, o Vice-Presidente da Associação Portuguesa de Árbitros de Futebol, Rui Rodrigues; o ex-Jogador Internacional de Futebol e atual treinador do Vitória de Setúbal,

Jorge Andrade, o representante do Regimento de Transportes de Lisboa, Capitão Hugo Filipe Alvarenga, o representante do Patrono do Torneio, João de Deus, o Chefe de Redação do jornal Record, Luís Pedro Sousa e a a Vice-Presidente Conselho Diretivo do Instituto Português do Desporto e Juventude, Sónia Paixão, em representação do Secretário de Estado do Desporto e Juventude, João Paulo Rebelo.

Entre os presentes no evento estiveram Raul Brandão, Vice-Presidente de Os Dragões de Lisboa; Rui Simões e Ricardo Monsanto, da Junta da União das Freguesias da Ramada e Caneças; Luís Sá, Vogal da Junta da União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto; Fábio Lourenço e Carlos Lérias, da Câmara Municipal de Odivelas; João Monteiro e Rafael Lucas, da Câmara Municipal de

Lisboa, bem como dirigentes do clube organizador e associados. António Roque considerou não haver dúvidas de que o Torneio Internacional de Futebol Infantil do CAC «É o maior evento desportivo deste clube que promove além do lazer, o fortalecimento dos laços entre as equipas nacionais e estrangeiras que nos visitam. Este torneio é um dos grandes eventos desportivos de Portugal, o mais antigo e emblemático, reconhecido em toda a Europa e em muitos outros pontos do mundo».

O Presidente do clube lembrou que «Para além da vertente desportiva há essencialmente que ter em conta a vertente social porque o torneio é observado pelos grandes clubes portugueses e estrangeiros e todos os anos têm saído daqui crianças que mais tarde se tornaram grandes atletas como o caso do já considerado algumas



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



Escalões de formação em Portugal»



vezes o melhor jogador do mundo Cristiano Ronaldo e muitos outros».

Para organizar e manter um torneio como este «É necessário muito trabalho, muito esforço, muita

dedicação e muito amor ao que fazemos e isso é coisa que não nos tem faltado e não faltará no futu-

ro. O Clube Atlético e Cultural tem passado por tempos de instabilidade a nível de infraestruturas, mas aos poucos tem vindo a estabilizar e continua a ter o sonho de ter em breve uma casa própria

com as condições que este clube merece e realizar aí este grande evento», disse António Roque, que sublinhou a importância do apoio das autarquias, outras entidades e patrocinadores para a realização do torneio.



Equipas participantes

Grupo A

Sporting Clube de Portugal
Sport Lisboa e Benfica
Portimonense Sporting Clube
Academia de Futebol XPTO (Guiné Bissau)
Odense Boldklub (Dinamarca)

Grupo B

Futebol Clube do Porto
Clube Atlético e Cultural
Sporting Clube de Braga
Real Club Deportivo La Coruña (Espanha)
Levante U.D. (Espanha)



J.M. MARTINS
laboratório de prótese dentária

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

Rua da República 128 1685-594 Carnecãs 219812716 www.labmartins.pt

Badminton Jornada Nacional de Seniores

Fotografia: CMO



O Pavilhão da Escola Moinhos da Arroja recebeu a 07 de abril a Jornada Nacional de Seniores - Fase Zonal – Lisboa de Badminton, organizada pela Federação Portuguesa de Badminton e pelo Clube Académico de Odivelas (CAO). O Vereador do Desporto, Paulo César Teixeira, marcou presença neste encontro e congratulou o CAO por ser «Um dos maiores clubes de Portugal nesta modalidade e que continua a crescer, dia após dia».

Basquetebol OBC por terras Albicastrenses

Fotografias: OBC e CMO



Com alguns campeonatos parados para dar lugar às festas do basquetebol juvenil que irão decorrer na próxima semana em Albufeira, a semana foi sobretudo uma semana de treinos e de preparação para atacar a etapa final da época.

Quem aproveitou bem foram os sub14M-B que se deslocaram até Castelo Branco para um fim de semana no Torneio da Páscoa da Freguesia de Castelo Branco e organizado pelo ABA. Um torneio de sub14 e sub16 muito participado com equipas de todo o país: Lobos da Malveira, Sport Algés e Dafundo, Associação de Basquetebol da Guarda, Odivelas Basket Clube, Basket Almada Clube, FC Gaia, CD Torres Novas e NB Covilhã. Uma experiência competitiva e social para a jovem equipa de sub14 com vários jogos exigentes que fizeram a equipa crescer.

Mas em Odivelas também se jogou basquetebol com mais um convívio ABL organizado pelo Odivelas Basket na Escola Vasco Santana desta vez no escalão de sub12. A primeira parte do convívio feita no feminino com o Odivelas Basket a apresentar 2 equipas de-

frontando os Linces de Mafra e o GDEMAM-Algueirão. Na segunda parte da manhã o masculino e o OBC novamente com 2 equipas e onde se juntou também aos Linces e GDEMAM o CBQ e o Sporting, e não existem dúvidas de que o basquetebol em Odivelas está a evoluir.

Em termos de jogos oficiais apenas estiveram em ação os sub18M e as sub19F com tarefas que não se anteviam nada fáceis. Os sub18M receberam uma equipa do CB Queluz e mesmo com algumas limitações na organização da equipa forma dando a réplica possível num jogo de exemplar fair-play (51-104). As sub19F deslocaram-se a São Bento ao pavilhão do CN Natação e até começaram o jogo por cima e estando a vencer ao intervalo. Contudo, a maior experiência da equipa base do CNN veio ao de cima acabando a equipa visitante por vencer (64-47).

Duas notas ainda de destaque para mais um evento de basquetebol que decorreu no pavilhão Multiusos de Odivelas, o Encontro local de basquetebol 3x3 onde vários dos jogadores do Odivelas Basket se evidenciaram, e a participação da professora Sónia Viegas, treinadora do Odivelas Basket, nas festas do basquetebol juvenil em Albufeira integrada na equipa técnica da seleção distrital de sub14F.

Com as férias escolares e a Páscoa vai seguir-se uma fase de treinos abertos e de família, para no feriado de 25 de abril recomeçarem as Taças Distritais dos diferentes escalões!

José Luís Marques

World Laser Run City Tour em Odivelas

Fotografias: CMO



Odivelas recebeu a 31 de março a *World Laser Run City Tour*, uma iniciativa da Câmara Municipal de Odivelas e da Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno. O evento,

realizado no Pavilhão Multiusos de Odivelas, teve a participação de 250 atletas de todo o país, que competiram desde o escalão sub-9 ao master 60+, revelando o cariz inclusivo desta modalidade no que respeita à faixa etária dos seus praticantes.

O Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, e o Vereador do Desporto, Paulo César Teixeira, assistiram à competição, tendo entregue os prémios aos vencedores.

O Laser Run é um novo formato desportivo que combina duas modalidades – Corrida e Tiro Laser, onde o principal desafio é articular a vertente física/atléctica da corrida com a vertente técnica do tiro.

Futebol Jogos do Tenente Valdez

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

Infantis "7" - Tenente Valdez 5 - TOCOF 0
Numa manhã fria e chuvosa os jovens de ambas equipas não deixaram de ser apoiadas pelas suas claques, o que sempre devia acontecer com o convívio entre os familiares. Então, os que vindo da Póvoa Stª Adrião nunca deixaram de fazer barulho apoiar os seus meninos independentemente dos golo que iam sofrendo.

Numa partida bem jogada por ambas equipas, foi a equipa da casa que mais dominou e marcou chegando o intervalo a vencer por duas bolas sem resposta.

No segundo tempo, com alterações nas duas equipas, o apoio continuou e o Tenente a marcar mais três golos. Os jovens da Póvoa mereciam o golo de honra mas.. Jogo correto e com arbitragem ao nível da partida.

Benjamins "A"

Tenente Valdez 2 - Stª Maria 15

Numa partida entre vizinhos da freguesia da Pontinha com muita gente apoiar assistiu-se um jogo interessante com a equipa visitante a dominar e a marcar chegando o fim do primeiro tempo a vencer por sete bolas a zero.

No reatamento o Santa Maria voltou a entrar forte e a marcar por mais oito vezes. Os jovens do Tenente a continuar a dar trabalho à defesa visitante tendo a vindo a marcar dois golos merecidos. Partida correta arbitragem sem reparos.

Iniciados

Tenente Valdez 3 CAC Pontinha 0

Mais um jogo entre equipas da freguesia da



Pontinha com os jovens a quererem mostrar as suas qualidades com os olhos postos na área contrária, com oportunidades para ambas as equipas trocando a bola em todo o terreno. A equipa da casa marcou por três vezes sem resposta. Partida interessante sem casos assinalar, e quando assim é parabéns às três equipas.

Juvenis "A"

Tenente Valdez 1 - Stª Maria 2

Mais uma partida entre vizinhos, mas agora na categoria de Juvenis. Mesmo debaixo de chuva os jovens conseguiram proporcionar um bom espetáculo com futebol agradável com as equipas a procurar o golo tendo a equipa da casa sido uma surpresa pelo futebol praticado e pela disciplina dos seus atletas que foi uma novidade e foi a equipa visitante a marcar antes do descanso.

Na segunda parte alterações, mas com a mesma qualidade. O Tenente marcou, mas antes do apito final o Sta. Maria veio a conseguir o golo da vitória. Os jovens do Tenente procuraram o golo da igualdade, mas o juiz da partida deu por terminado o bonito jogo, correto e arbitragem sem reparos.

António Mota

PUB


 Fundação em 29 de Junho de 1863
 Instituição de Utilidade Pública

CONVOCATÓRIA
MESA DA ASSEMBLEIA-GERAL
Assembleia – Geral Ordinária

Maria Fernanda Patrocínio Moroso, Presidente da Mesa da Assembleia-Geral da Sociedade Musical Odivelense, convoca todos os associados, nos termos previstos das alíneas a) e c) do n.º 2 do art.º 38º do Regulamento Interno, a participarem na Assembleia-Geral desta Sociedade, que se realiza no próximo dia 30 de abril de 2019, pelas 20h30m, na Sede, Rua Maria Gomes da Silva Santos, 7 – 2675-282 Odivelas, com a seguinte Ordem de trabalhos:

1. Apresentação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano 2019.
2. Apresentação, discussão e votação do Relatório de Atividades e contas do ano 2018.

Se à hora marcada, não houver número de sócios necessários para a sua realização, a mesma terá início trinta minutos depois, com o número de sócios presentes.

O Presidente da Mesa da Assembleia-Geral

 (Maria Fernanda Patrocínio Moroso)

Odivelas, 26 de março de 2019

Rua Maria Gomes da Silva Santos, 7 – 2675-282 - Odivelas - Telef: 219310231 Telem. 918882499
<http://www.smodivelense.com/> / smo@odivelense.com
 Coordenadas GPS da SMO: N 38° 47' 28.78" | W 9° 10' 50.51"

II Simpósio de Medicina Dentária Desportiva

A multidisciplinaridade para melhores resultados dos atletas

Fotografias: Francisco Godinho/ON



O auditório do Pavilhão Multiusos de Odivelas recebeu no dia 09 de abril o II Simpósio de Medicina Dentária Desportiva promovido pela Clínica Onda de Sorrisos com o apoio da Câmara Municipal de Odivelas e em parceria com o Clube Atlético e Cultural. Uma nova perspetiva da medicina dentária no desporto e a multidisciplinaridade no acompanhamento dos atletas esteve na base das intervenções dos oradores.

Na abertura do evento o Vereador do Desporto da Câmara Municipal

de Odivelas usou da palavra lembrando que a conquista de Odivelas Cidade Europeia do Desporto 2020 não é um trabalho isolado da autarquia, mas sim de todos os agentes desportivos do concelho, destacando o trabalho do movimento associativo desportivo. Afirmou que com as exigências dos novos tempos já não chega o voluntarismo e a boa vontade dos dirigentes e treinadores e que é necessário procurar a excelência. Para Paulo César o mundo mudou e o movimento associativo tem de perceber essa mudança e procurar a qualificação de funcionários

e dirigentes.

O autarca sublinhou a importância do trabalho científico da equipa da Onda de Sorrisos em prol dos clubes e na procura de elevar o rendimento dos atletas. Numa lógica da cultura da responsabilidade é necessário crescimento e investimento, defendeu Paulo César considerando que ainda há um grande trabalho a fazer. A equipa multidisciplinar da Onda dos Sorrisos centrou as suas intervenções nos desafios da medicina dentária desportiva deixando a sua perspetiva sobre o acompa-

nhamento dos atletas. Paulo Lopes, médico dentista com formação internacional em Medicina Dentária Desportiva, abordou a forma como os problemas dentários afetam o rendimento dos atletas e potenciam o desenvolvimento de outro tipo de lesões. A nutricionista Marie Oliveira centrou-se na importância de uma correta nutrição e a sua relação com a medicina dentária desportiva. Nuno Pires, osteopata abordou a importância da osteopatia no equilíbrio do atleta. Patrícia Santos, especialista em

psicomotricidade apresentou alguns resultados do trabalho que a equipa da Onda de Sorrisos conseguiu com o trabalho junto de atletas e a importância da psicologia no desporto. Abordou ainda a necessidade de identificar e potenciar a melhoria dos resultados no ensino e no desporto. O simpósio contou ainda com intervenções de Luís Lourenço, Jorge Andrade e Jorge Cadete, ex-jogadores profissionais de futebol e de Ricardo Monsanto, treinador de futebol, que relataram as suas experiências com lesões sofridas na atividade desportiva.





CRÓNICAS



MIRANTE

Por **Victor Cacito**
Cronista

Radicalização

Caros amigos e leitores é com muita mágoa que constato que a sociedade portuguesa e o desporto em particular, em Portugal, está radicalizado.

É bem verdade, em parte nenhuma da Europa se vê este fenómeno.

A religião tem sido o mal de todos os males através dos tempos. A humanidade tem assistido a invasões de toda a espécie em nome de Cristo ou de Alláh. Deram-se sangue inocente em qualquer parte do mundo em vão e em nome de uma causa que serve os senhores da guerra. Quem morre é o Zé desgraçado que acredita nestas milongas. Foi, é e será assim!

Com o decorrer dos tempos implementaram-se diversos sistemas políticos que servem, única e somente, os interesses de quem lá está e dos seus amiguinhos e familiares e não me venham que são tretas de esquerda, centro ou de direita porque isto tem sido um regabofe desde o 25 de Abril. As posições estrearam-se, doutrinaram-se os incultos e radicalizaram-se os defensores do sistema, contra tudo e todos não conseguem ver um boi á frente. Mas... ficam bem na fotografia porque defendem os outros ou melhor dizendo aqueles que fazem das suas vidas um verdadeiro inferno. Tudo em nome de uma causa. Qual? Não sei? Porque esta gente depois de se apanhar no poder não está preocupada com o Zé povinho. Venha a nós! O Futebol nestes últimos anos tem caminhado no sentido do abismo e do descrédito com tanto opinador. De tudo se tem tentado para credibilizar esta modalidade. Claro que os Senhores da guerra fazem tudo muito soft, sendo as leis alteradas a conta gotas e a gosto dos intervenientes. Tal e qual como se tempera uma salada. O clube A não quer vinagre, não se põe. O clube B não gosta de sal. coloca-se na taça só o sal QB para não chatear. O clube C só quer salada de tomates (como se algum deles os tivessem) e os outros clubes andam a reboque e comem o que os outros querem e só comem a quantidade que sobrar e bico calado. Isto é uma verdadeira falta de vergonha.

Se ganha o clube A, o B e C levantam suspeitas que o golo foi marcado irregularmente ou que o penalti X ou Y beneficiou o Zé ou o António e classificação fica desvirtuada e vice-versa.

São os treinadores que dizem que não falam de arbitragens, mas assim que a sua equipa perde só falta chamar "pai" aos ditos.

São os árbitros que apesar de cada vez terem mais meios, cada vez apitam pior. Dualidades de critérios, tendências e sei eu lá mais o quê...

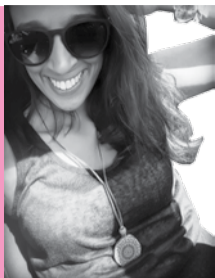
Acabem com a porcaria dos programas de televisão e dos marmanjos que debitam ódio, falta de saber estar e educação. Esta gente mexe com a inteligência de qualquer um.

Até quando?

Depois vêm os doutrinados e radicalizados que levaram uma injeção no dedo grande do pé manhoso que defendem o clube com todas as suas forças e alma nas redes sociais, nos cafés e no trabalho, levando a análise de cada lance ao extremo da parvoíce e da incoerência. Mas dizem alto e bom som, no meu clube ninguém toca.

E assim vai o futebol dos pequeninos neste cantinho de terreno á beira mar plantado.

Quando acordarem, já não há futebol.



VISÃO DE UMA JOVEM MULHER

Por **Andreia Fernandes**
Cronista

Família, a nossa família

Ontem, em conversa, a minha tia disse-me que sou alguém que valoriza a família. E o meu primeiro pensamento foi: como não podia eu valorizar?

Como todas as famílias a minha também tem as suas qualidades e defeitos. Como todas as famílias a minha não é perfeita. Mas é minha.

Se a trocava por outra? Não. Jamais.

Estamos unidos não só pelo sangue, como por toda uma partilha de histórias e vivências. A minha família contribuiu para eu ser quem hoje sou. Cada um à sua maneira deixou uma marca em mim. Cada um de nós tem algo para ensinar ao outro. E aqui não importa a idade, a mentalidade, as opções de vida, nada. Importa que para o bem e para o mal, estamos ligados.

A família é isto mesmo. Seja boa ou má, não importa. Faz parte de nós, da nossa história. É o nosso primeiro berço. São as pessoas que estão ao nosso lado, a quem não chamamos pelo nome próprio, mas por mãe, pai, irmã, tia, primo, avô, etc. Esta é a nossa instituição primária, sociologicamente falando.

Depois existe a família que escolhemos, aqueles amigos que são como irmãos, aquelas pessoas que são como tias ou tios, e o marido ou a esposa com quem escolhemos passar a nossa vida.

Alargamos assim, a nossa família. Mas nunca devemos esquecer de onde viemos. É a nossa história. Seja boa ou má, seja feliz ou não. É nossa. É algo que não podemos negar ou tentar esconder. Somos seres sociais, vivemos da socialização com outros seres, e estas são as primeiras pessoas que se cruzam no nosso caminho, ainda em tenra idade.

São as nossas primeiras referências. Quem nunca desejou ser como aquele primo ou prima, tio ou tia quando crescesse? Quem nunca?

É impossível avançar na vida sem olhar para o passado e levá-lo connosco. Somos presente e passado, em busca do futuro.

Por muito que caminhemos na vida, que avancemos a passos largos, que subamos todos os degraus e até que cheguemos ao topo, uma coisa nunca podemos esquecer. A nossa origem.

Essa é a essência da nossa vida. Quem somos. De onde viemos. Só assim podemos saber para onde vamos. E lá bem no meio, está ela. A nossa família. Tal como a conhecemos. Com defeitos e virtudes. Jamais esquecerei pequenos pormenores que tornaram a minha infância mais feliz, como as festas de anos das minhas bonecas com direito a bolo e velas, que a minha tia me fazia. Entre tantos outros episódios que me fazem recuar no tempo e pensar como foi bom ser criança naquela família. Na minha família.

Por isso sim, família, acima de tudo. Seja a que Deus nos deu, seja a que escolhemos, a família é tudo o que sabemos de nós, é tudo o que somos e o que construímos. De sangue ou não, faz parte de nós.

Sinto falta de muitos elementos da minha família, alguns lugares ficaram vagos, mas apenas nas cadeiras. Porque sinceramente, cada um tem o seu lugar bem guardado dentro de mim.

Por isso, valorize a família que tem e/ou a que construiu. Aquilo que lhe ensinou. Porque é sua. Porque o tempo não volta atrás. E porque família, é quem nos cria memórias.

À minha Tia, obrigada por tudo.

CONSULTAS PRESENCIAIS E POR TELEFONE
Agora mais perto de si!

www.mariahelenapt
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

Centro

Semana de 11 a 17 de Abril

♈ Carneiro 21 de Março a 20 de Abril

Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: Os ciúmes não o levam a lado algum, tenha confiança na pessoa que tem a seu lado. Viva o presente com confiança! Saúde: Cuidado com a diabetes, não coma muitos doces. Dinheiro: Momento propício para fazer um investimento mais sério. Números da Semana: 15, 20, 24, 36, 45, 49. Pensamento positivo: Tenho coragem e determinação, por isso venço os momentos difíceis!

♉ Touro 21 de Abril a 20 de Maio

Carta Dominante: 7 de Paus, que significa Discussão, Negociação Difícil. Amor: Poderá reconciliar-se com uma pessoa com quem já não fala há alguns anos. Aprenda a escrever novas páginas no livro da sua vida! Saúde: Sistema nervoso alterado. Pense positivo. Dinheiro: Tudo correrá dentro da normalidade, se souber argumentar. Números da Semana: 1, 4, 13, 24, 28, 29. Pensamento positivo: resolvo as discussões através do diálogo honesto e sincero.

♊ Gémeos 22 de Maio a 21 de Junho

Carta Dominante: 8 de Paus, que significa Rapidez. Amor: Não deixe que a rotina perturbe a sua relação afetiva. Tenha a ousadia de sonhar! Saúde: Cuidado com o consumo excessivo de doces. Dinheiro: Não gaste mais do que aquilo que realmente pode. Números da Semana: 5, 9, 17, 20, 39, 49. Pensamento positivo: Acredito nos meus sonhos, por isso corro atrás deles!

♋ Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta Dominante: 8 de Ouros, que significa Esforço Pessoal. Amor: Os defeitos também fazem parte da nossa personalidade, não espere encontrar alguém perfeito. Descubra a imensa força e coragem que traz dentro de si! Saúde: Poderá sofrer algumas dores de cabeça. Dinheiro: Nada o preocupará. Números da Semana: 10, 20, 24, 27, 29, 36. Pensamento positivo: Esforço-me todos os dias por ser uma pessoa mais feliz.

♌ Leão 24 de Julho a 23 de Agosto

Carta Dominante: 6 de Espadas, que significa Viagem Inesperada. Amor: Não sinta saudades daquilo que não viveu. Pense nos momentos lindos que teve na sua infância. Que o futuro lhe seja risonho! Saúde: Poderá sofrer de uma quebra de tensão, tenha cuidado! Dinheiro: A impulsividade poderá causar alguns estragos na sua conta bancária. Números da Semana: 5, 15, 26, 29, 38, 39. Pensamento positivo: Vejo o futuro como uma viagem maravilhosa que irei fazer.

♍ Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro

Carta Dominante: Valeta de Ouros, que significa Reflexão, Novidades. Amor: As brincadeiras serão uma constante na sua relação afetiva. Exercitar a arte de ser feliz é muito divertido! Saúde: Não deixe que a irresponsabilidade afete a sua saúde, e procure com maior regularidade o médico. Dinheiro: Cuidado com os gastos inesperados. Números da Semana: 18, 19, 17, 12, 26, 38. Pensamento positivo: Sou cuidadoso comigo mesmo, penso duas vezes para não me precipitar.

♎ Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro

Carta Dominante: 3 de Copas, que significa Conclusão. Amor: Deixe de lado o orgulho e dê o braço a torcer. Seja honesto consigo próprio, não tenha receio de reconhecer os seus erros e traçar novas rotas de vida. Saúde: Possíveis dores musculares, sem motivo aparente. Dinheiro: Se gastar em demasia, poderá não ter dinheiro para pagar as contas que tem certas. Números da Semana: 4, 9, 15, 19, 36, 48. Pensamento positivo: Esforço-me por concluir tudo o que começo.

♏ Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro

Carta Dominante: O Mágico, que significa Habilidade. Amor: Aproveite os momentos com a família pois dar-lhe-ão um grande bem-estar emocional. Viva de uma forma sábia. Saúde: Faça um retiro que lhe proporcione bem-estar físico e emocional. Dinheiro: Tenha presente a situação de crise em que se vive. Números da Semana: 25, 31, 32, 39, 42, 43. Pensamento positivo: Eu sou capaz de criar as oportunidades certas para mim!

♐ Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro

Carta Dominante: A Estrela, que significa Proteção, Luz. Amor: Dê mais atenção aos seus familiares mais próximos. Reúna a sua família com o propósito de falarem sobre os problemas que vos preocupam. Saúde: Tudo correrá dentro dos parâmetros normais. Dinheiro: Nada de preocupante acontecerá. Números da Semana: 5, 6, 18, 22, 31, 34. Pensamento positivo: Acredito que há uma estrela que olha por mim!

♑ Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro

Carta Dominante: A Lua, que significa Falsas Ilusões. Amor: Não esconda os sentimentos, partilhe as suas dúvidas e receios com a pessoa amada. Que a luz da sua alma ilumine todos os que você ama! Saúde: Não deixe que o stress e a tensão o conduzam a desequilíbrios. Dinheiro: Não aposte em investimentos de risco. Números da Semana: 8, 19, 22, 26, 31, 39. Pensamento positivo: Sou mais prudente para não me iludir.

♒ Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro

Carta Dominante: A Imperatriz, que significa Realização. Amor: O amor espera por si. Saiba estar à sua altura. Que o amor esteja sempre no seu coração! Saúde: Tendência para dores de barriga. Dinheiro: Efectuará bons negócios. Números da Semana: 7, 22, 23, 28, 33, 39. Pensamento positivo: Eu sei que consigo realizar os meus projetos, acredito em mim!

♓ Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março

Carta Dominante: o Sol, que significa Proteção e Germinação. Amor: O amor e o carinho reinarão na sua relação afetiva. Que tudo o que é belo seja atraído para junto de si! Saúde: A rotina poderá levá-lo a estados depressivos. Dinheiro: Sem problemas neste campo da sua vida. Números da Semana: 8, 9, 20, 24, 26, 33. Pensamento positivo: Os meus sonhos dão bons frutos, porque eu cultivo-os com Esperança e Amor.



Farmácias de Serviço Local

Semana de 11 a 17 de Abril

Quinta-Feira

Cipriano

Rua Dr. Mário Sacramento, 9/
cv Quintinha - Póvoa de Santo
Adrião
Tel. 21 937 28 03

Nova Odivelas

Pça Cidade de Odivelas, 4 B
Colinas do Cruzeiro.
Tel. 21 934 32 88

Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Codivel Ptª João de Lemos, 1 Codivel - Odivelas Tel. 219315662	Gonçalves Rua Dr. Egas Moniz, 30B Odivelas. Tel. 219315662	Joleni Rua Dr. Alexandre Braga, 3 - 5º B Odivelas - Tel. 219310812	Santo Adrião R Bartolomeu Dias, 14 A P. S. Adrião. Tel. 219374595	Nova Rua Açores, 11 - A Olival Basto. Tel. 219370305	Monserrate Rua Guilherme Gomes Fernandes, 31, A Odivelas. Tel. 219311139
Famões Rua José António Carvalho, 16 E Tel. 219344161	Universo Pça D. Manuel de Arriaga, 12 C Caneças. Tel. 219800040	Altinho Azinhaga dos Besouros, Lt. R8 Pontinha. Tel. 214791359	Torres Rua Laura Aires, 31, Lj C Jardim do Sol. Arroja. Tel. 219311159	Leitão Ribeiro Av. 25 de Abril, 23 A - Pontinha Tel. 214784094	Casal Novo Rua do Brasil, Lt. 5 Casal Novo. Tel. 219801493



Tempo no Concelho

Semana de 11 a 17 de Abril

Quinta-feira

Max

18° Min 9°



SEXTA	SÁBADO	DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA
Max 20° Min 11° Nublado	Max 21° Min 10° Nublado	Max 19° Min 12° Nublado	Max 17° Min 12° Aguaceiros	Max 17° Min 10° Nublado	Max 18° Min 8° Nublado

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

Desabafos de um cota Poema para uma africana

Não era previsto encontrarmo-nos
Mas estava escrito há decénios
que um dia iria acontecer.

E assim foi, eu e tu,
Levados pela corrente
Do rio dos acasos da vida,
Chegámos à foz
Dos encontros imprevistos.

Tu de ar seguro,
Mas também enigmático.
Eu, nem tanto,
Querida abrir-te o
Livro da minha vida,
Mas tive medo
Que não gostasses
Do que lá estava escrito.

Depois, meus olhos
Olharam os teus
E, então, tive a sensação
De que nos conhecíamos
Há muito. E, foi então
Que ambos bebemos
Pela primeira vez,
O café da nossa amizade.

O meu tinha o aroma
E o calor tropical,
A Magia do continente Africano
E sabia ao prazer da tua amizade.
E tinha, sobretudo,
A alegria do sol dos teus olhos,
a aquecer minha alma!

Arlindo De Jesus Costa
arlindocosta44@gmail.com

Diz Correndo...

Episódio 112

Vós, Queridos Leitores que me interpretais o espírito, sois como família.

Este fim de semana foi, todo ele, dedicado àquela família que menos usamos, não porque gostemos menos, mas porque sim.

A minha irmã reuniu em sua casa os dois irmãos e os dois filhos. O mais novo destes levou a "namorada", que ficámos a conhecer e é uma querida, e eu levei a minha cara-metade, que é a outra parte de mim. O meu irmão, que tem como companhia um cão e uns galináceos, levou as bebidas que sempre servem de companhia, não discutem e não cheiram mal.

O pretexto era a tomada de decisões sobre uma casa que herdámos dos nossos pais. Conseguimos expor ideias, com alguma paixão, e chegar a um consenso de estratégia e, caso espantoso, ainda sobramos bebidas. A tarde ainda não tinha caído, recebemos um telefonema para irmos jantar com uma outra espécie de família, do tipo que não inclui ADN compatível, a dos amigos a quem chamamos irmãos.

Senti-me uma espécie de padre, que mal celebra uma Missa logo corre para ir celebrar outra. No meu caso, "o fígado pagou as favas".

Costuma-se dizer que não se escolhe a família, mas escolhem-se os amigos. Talvez seja verdade. Mas temos de atender aos diversos conceitos de família que existem. Por exemplo, no Brasil, a partir de 1988 são reconhecidos oito tipos diferentes de famílias.

Em Portugal, desde 1977 que a Lei Portuguesa não permite filhos de pais incógnitos.

Em África, berço da humanidade, a linhagem é definida pela mãe, ou seja, o parentesco é definido pelo lado materno. E nos países que adotaram o Português usa-se o termo "comcunhado", que designa o parentesco de duas pessoas que têm um cunhado em comum.

Na cultura cigana, a moça que sai de casa dos seus pais para se casar, passa a tratar os sogros como pais e muda de família.

Há também as famílias políticas, as profissionais, as institucionais, ou seja, as instituições que acolhem

crianças e jovens abandonados pelos progenitores e se transformam nas famílias que os cuidam, educam e protegem, como a Casa do Gaiato, por exemplo.

Mas há a "família surpresa". Imaginem aquela "jovem quarentona", sozinha em casa a preparar-se para ir passear. Tocam à porta, ela abre. "Sim?", pergunta ela. Aparece-lhe um rapaz andrajoso, deformado, corcunda, com voz entaramelada, quase impercetível, que pergunta:

"A senhora teve um aborto espontâneo há vinte anos na sanita? Ela pensa um bocado e responde: "Sim".

De imediato, o rapaz atira-se-lhe aos braços gritando: "Mãe". É obra. Para terminar, imaginem a nossa família tradicional que resolve fazer...

O Retrato de Família

Sentado em primeiro plano,
Vem apumado fulano,
De cuidada bigodaça;
Ao lado muito direita,
A esposa mal refeita,
Por ter bebido cachaça.

À esquerda um petiz,
Com macacos no nariz,
Vestido com uns calções,
Mostra ossos do Joelho,
Ri com dentes de coelho,
E coça as comichões.

Por detrás a velharia,
Que não está num bom dia,
E não atura vaidades,
Faz careta desbocada;
Sai imagem desfocada,
Que não deixa ver idades.

E o conselho da semana é: «Quando decidires criar a tua própria família não escolhas em demasia, porque o resultado é sempre igual».

José Duarte

Música

Pedro Moutinho

12 de abril 21h00

Sala Luís Miguel Cintra
Teatro Municipal São Luiz

Preço: 12€ a 15€
M/6



O novo álbum de Pedro Moutinho chama-se Um Fado ao Contrário. Significa isso que este disco, o sexto de originais do fadista, mostra um fado antagónico, inverso, oposto, virado do avesso? Não, bem antes pelo... contrário. Que por aqui anda Um Fado ao Contrário, o primeiro single, lá isso anda... Mas também fados clássicos e novos temas criados para a sua voz por compositores e/ou poetas como Amélia Muge, Maria do Rosário Pedreira, Márcia, Manuela de Freitas, Pedro de Castro ou Filipe Raposo. O mesmo Filipe Raposo que também produz este álbum e trouxe para o estúdio novas e surpreendentes sonoridades, ao mesmo tempo que no fado, fado mesmo, conserva a sua

essência e tradição. Nas gravações, Pedro Moutinho contou com os músicos Filipe Raposo (piano), Quiné Teles (percussão), André Santos (guitarra eléctrica), Pedro Soares (viola), Daniel Pinto (baixo acústico) e Ângelo Freire (guitarra portuguesa), sendo a mistura e remasterização de António Pinheiro da Silva e do próprio Pedro Moutinho. No concerto de apresentação do álbum no Teatro São Luiz, Pedro Moutinho canta todos os temas do novo álbum, entre muitos outros da sua carreira, acompanhado por André Dias (guitarra portuguesa), Pedro Soares (viola), Daniel Pinto (baixo acústico), José Salgueiro (percussão) e, como convidado especial, Filipe Raposo (piano).

Sabia que...

...Desde o dia 1 de abril já pode viajar no VOLTAS com os novos passes Navegante?



franciscogodinho
publicidade e marketing

**PUBLICIDADE
CRIATIVIDADE
DESIGN**





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 308 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€



Campanha

FÉRIAS EM FAMÍLIA

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

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€
22.200€



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€



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