

PUB

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS LENTES MONOFOCAIS - optometria com 2ª e 3ª edição, com 1,5 e 1,6 e 1,7 **75,00**

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS LENTES PROGRESSIVAS - optometria com 2ª e 3ª edição, com 1,5 e 1,6 e 1,7 **250,00**

JÁ ABRIU

A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

AV. D. DINIS, 62B - TLM 935 578 589

PUB

cinogaz desde 1987

WWW.CINOGAZ.PT

Bua da República, 74-A
2670-470 LOURES

15%

Desconto em todos os pequenos domésticos Grupo SEB até ao Natal

TEFAL Moulinex KRUPS Rowenta

ON

ODIVELAS NOTÍCIAS

Distribuição Gratuita | Ano 3 | Edição nº 106
2015 | Quinta-feira | 26 de Novembro
Director: Francisco Godinho | Director Adjunto: Henrique Ribeiro

Tempo
Max. 18°
Min. 10°

HM FRIO
COMPRA E VENDA DE EQUIPAMENTO HOTELEIRO
914 011 776

PUB

PROMOÇÃO DE NATAL

249€

TUDO INCLUÍDO
VER PÁGINA 3

PUB

ODIVELCOSMÉTICOS

www.facebook.com/odivelcosmeticos

Para Público e Profissionais

Um Musical no GCO

Annie

leva à pista 86 atletas e um cão



Págs. 8 e 9

17º Aniversário do concelho de Odivelas

Um município jovem e empreendedor



Págs. 4 e 6

PUB

ROADY
CENTRO AUTO FAMILIAR

LEVE 4 PAGUE 3

17º ANIVERSÁRIO ROADY

DESCONTO IMEDIATO ATÉ 40 €

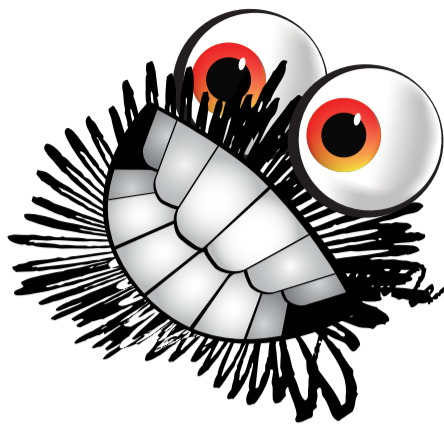
OFERTA ATÉ 40€

SELFIE ROADY

1º PRÉMIO 6000 € EM VALES DE DESCONTO
2º PRÉMIO 30 TABLETS
3º PRÉMIO 1500 € EM VALES DE DESCONTO

DE 20 DE OUTUBRO A 20 DE NOVEMBRO DE 2015





GAMBUZINO AO SACO...

Análise analítica, analisadora e incrustante por:

José Maria Finório

ze@odivelasnoticias.pt

Olá caros e caras leitores e leitoras. Gosto de escrever assim, claro e direto e embora já tenha um tablet e escreva estas crónicas nele nunca irei deturpar a língua criada pelo Rei Poeta e escrever com a abominável @, que nem foi inventada por nós, para designar masculinos e femininos ao mesmo tempo. Que querem ainda sou do tempo em que os homens faziam questão de por os pontos nos "i's" e os traços nos "t's". Sou avesso a estas modernices. Que querem, nasci assim e até sem puder argumentar, ou contestar, as normas da gestação. Outros tempos...

Fui à sessão solene do 17º aniversário do concelho. Fiz bem ter ido, apesar das cruces me incomodarem muito nesse dia, *enchi o papinho*. Aquilo é que foi uma caçada...

Sala cheia, bem decorada e com a coisa bem organizada. Super produção. Quanto custou o Zé não sabe mas que deu dignidade à celebração, lá isso deu. E como diz a minha Etelvina, quando quer dar prenda de anos aos netos, «*O dinheiro não é tudo. A dignidade também conta*».

Adorei ver que muitos dos descontentes voltaram à ribalta a ufanaram-se por todos os cantos do

Multiusos. De facto a vida política de Odivelas é gira... Muito gira! Odivelas tem agora duas senhoras deputadas no parlamento português. Uma delas chegou atrasada mas veio. A outra, por compromissos inadiáveis não veio. Odivelas é gira... Muito gira!

Eram 151 os funcionários distinguidos com a medalha municipal de serviço público, grau bronze, que assinala 15 anos de bons serviços. Apenas 68 lá estiveram a receber a distinção. Será que os outros que não foram não se consideraram merecedores por não terem prestado bons serviços. Vá lá não se zanguem com o Zé é apenas uma pergunta. Eu cá se me dessem uma medalha nunca faltaria à sua entrega. Mas, prontos, respeito as opções de cada um! Mas, ainda bem que assim foi. Se a cerimónia já foi tipo peixe espada então se fossem os 151 a receber tinha dado para madruguar. Estavam 11 pessoas em palco para entregar as medalhas. Não podiam chamar-se 11 trabalhadores de cada vez em lugar de um a um? Pois, aceitem a dica do Zé para o próximo ano...

Já o ano passado me questioneei sobre o critérios das atribuições das medalhas de honra do município e de mérito municipal. Este

ano a interrogação volta à cabeça do Zé com um tamanho tão grande que quase não cabia. Algumas das medalhas são tão claras que o Zé aplaude mas, há outras, que nem a ouvir os *brilhantes* textos que acompanharam cada uma das entregas consegui perceber o porquê da coisa.

Já que assim é, peço encarecidamente a alguém que se lembre de propor o meu nome para as próximas medalhas. Não tenho menos atributos que alguns que as receberam. Ah tenho mesmo menos: Não tenho cartão ou amigos nesse meio...

Adoro as voltas e reviravoltas dos políticos e da política. É giro... O senhor doutor Manuel Vargues, que foi só o primeiro presidente da Câmara Municipal de Odivelas tem atravessado o deserto tendo sido como que excomungado e arredado da coisa pública. Mas pasmem caros leitores, leitoras e assim-assim, nesta cerimónia até foi convidado a subir ao palco e entregar as medalhitas, bem como elogiado e referido nos discursos. Odivelas é gira... Muito gira!

No ano do início da atribuição das medalhas o doutor Vargues foi proposto mas teve mais votos contra que a favor e não a recebeu. Se o

primeiro presidente do município não merece a medalha, não pela pessoa mas pelo que representa, haverá alguém neste concelho que seja um digno merecedor. Pois leitores, não sei se já vos disse mas Odivelas é gira... Muito gira!

Durante muitos anos nunca vimos por Odivelas o senhor presidente da Câmara de Loures. Parece que o senhor engenheiro Carlos Teixeira, não se dava bem com a marmelada de Odivelas. «*Se calhar faz-lhe azia*» disse-me a Etelvina que pelo canto do olho está a ver o que escrevo. Pois talvez... O que é facto é que o atual presidente de Loures não falta a um grande evento de Odivelas. Como município de Odivelas agradeço ao camarada Bernardino esta deferência para com o meu concelho.

O Zé nunca percebeu bem certas coisas de Odivelas e parece que não era só o Zé. Pelos indícios o senhor presidente Hugo Martins também não percebia e já começou a agir. Um senhor que há muitos anos andava pelo gabinete da presidência, já não anda. Outro senhor que já teve muitos cargos em Odivelas já não é diretor de departamento e teve de voltar ao seu velho emprego, de onde saiu há uns anos com requisição de serviço. Outra senhora que chefiava um gabinete já não chefiava. Bom esta última o Zé até não percebeu, mas quem é o Finório mas contestar as decisões do senhor doutor matemático. Possivelmente haverá razões que o Zé desconhece. A vida é mesmo assim e... Odivelas é gira... Muito gira!

Parece que os organizadores desta cerimónia já aprenderam. Em anos anteriores entregavam as medalhinhas e depois vinha o apontamento musical e a sala ficava quase vazia. Desta vez a música veio antes das medalhas e a sala ficou cheia até ao final da cerimónia. Tão a ver como o Zé tinha razão? Se precisarem de um consultor o Zé está disponível e até nem precisa de ser uma avença tão grande como a de certos senhores, e senhoras, que o Finório conhece.

E prontos, hora de encerrar o expediente. Volto para a semana, ou não.

Gambuzino ao saco...
Gambuzino ao saco...



Ilustração: Hugo Mestre

Maria Assunção Oliveira

Uma vida dedicada ao ensino da matemática e mesmo depois da reforma continuou a dar aulas, voluntária e graciosamente, na Universidade Sénior de Odivelas. Recebeu este ano a merecida Medalha de Mérito Municipal e merece também entrar na nossa galeria de cromos.



FICHA TÉCNICA

Diretor: Francisco Godinho diretor@odivelasnoticias.pt Telm: 96 200 1300 **Diretor adjunto:** Henrique Ribeiro henriqueriibeiro@odivelasnoticias.pt Telm: 962 646 230 **Subdiretor:** Marina Leonardo; **Conceção Gráfica:** Luís Rodrigues, **Paginação:** Cláudio Silva; **Ilustrações:** Hugo Mestre; **Informática:** Edgar Cardeira; **Cronistas:** Vítor Cacito (Desporto) José Maria Finório; Andreia Fernandes; **Colaboradores Voluntários:** António Mota; **Redação e Administração:** Rua do Pomarinho, armazém JMF, 2675-428 Odivelas, Tel: 219 318 827 E-mail: geral@odivelasnoticias.pt Site: www.odivelasnoticias.pt **Propriedade:** Absolutnectar, Lda. 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.

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.

PROMOCÃO DE NATAL

249€

CARTA
LIGEIOS
TUDO INCLUÍDO



 ESCOLA DE CONDUÇÃO
COLINAS DO CRUZEIRO

Inscrições limitadas à disponibilidade apresentada na Secretaria da Escola de Condução.

Em dia de aniversário Município de Odivelas distingue funcionários, personalidades e instituições

Na sessão solene comemorativa do 17º aniversário do município de Odivelas, que decorreu a 19 de novembro no Pavilhão Multiusos de Odivelas, para além dos discursos institucionais (que referimos na página 6 desta edição) foram entregues as medalhas municipais de serviço público a funcionários com 15 anos de serviço, as medalhas de honra do município e as medalhas municipais de mérito e registaram-se dois apontamentos musicais com alunos e professores do Conservatório de Música D. Dinis.

Medalhas Municipais de Serviço Público – Grau Bronze

Foram atribuídas a 151 funcionários da Câmara Municipal de Odivelas que completaram 15 anos de serviço. Nesta sessão foram apenas entregues 68. As restantes serão entregues posteriormente por os distinguidos não puderam estar presentes.

Medalha de Honra do Município, Grau Ouro

Carlos Alberto Vieira Diniz, comandante dos Bombeiros Voluntários de Odivelas. Por motivos de saúde não esteve presente tendo recebido as medalhas das suas filhas Andreia e Ana Diniz.
Paula Cristina de Brito Cardoso da Costa, fundadora da Raríssimas – Associação Nacional de Deficiências Mentais e Raras.

Medalha Municipal de Mérito, Grau Ouro – A Título Póstumo

José Carolino Santos, esteve ligado ao Município de Odivelas desde o seu início. Desempenhou funções na Câmara Municipal,

como adjunto de 2 vereadores e também, na Odivelcultur. Foi membro da Assembleia Municipal de Odivelas. Foi ainda membro da Assembleia de Freguesia da Pontinha e vogal da Junta de Freguesia da Pontinha. Recebeu a medalha a sua filha Ana Paula Amorim.

Medalha Municipal de Mérito, Grau Ouro

António Rodrigues Borges da Silva, capelão do Instituto de Odivelas.

Arsénio José Fernandes Isidoro, pároca da Ramada

Maria da Assunção Ferraz Oliveira, professora em várias escolas do concelho e depois da reforma leciona na Universidade Sénior de Odivelas

Luís Manuel do Carmo Farinha, autor de vários livros sobre a guerra colonial e o estado novo.

Filomena da Conceição Nunes Lourenço Cerdeira, docente durante 30 anos no concelho de Odivelas.

Pedro Proença Oliveira Alves Garcia, árbitro internacional, presidente da FPF e empresário no concelho de Odivelas.

Medalha Municipal de Mérito, Grau Prata

Ligar à Vida, Associação de Gestão Humanitária para o Desenvolvimento. Recebeu a medalha Cristina Gabriel em representação da Direção **CURPIO**, Centro Unitário de Reformados, Pensionistas e Idosos de Odivelas. Recebeu a medalha o seu presidente Joaquim Santos.

POVARTE, Associação de Artes e Artesanato da Póvoa de Santo Adrião. Recebeu a medalha a sua presidente Helena Raposo.

Os Camponeses de Odivelas, Ran-



Henrique Ribeiro
henriqueriibeiro@odivelasnoticias.pt



Conservatório Musica D. Dinis

Fotografias: Henrique Ribeiro

cho Folclórico. Recebeu a medalha o seu presidente José Brito.

Júlio Luís Correia de Barros, profissional técnico de prótese dentária e empresário na Pontinha há 20 anos.

Roderick Jefferson Gonçalves Miranda, Futebolista profissional, finalista e vice-campeão do mundo de futebol no escalão sub-20, em 2011. Vive na Póvoa de Santo Adrião. Recebeu a medalha o seu pai Admir Miranda.

Vera Mónica Santos Nunes, atleta, campeã nacional de corta-mato, residiu 27 anos na Póvoa de Santo Adrião.

Elsa Marisa Monteiro Santos, campeã nacional de futebol feminino. Residiu 20 anos em Caneças.

Prémio de Mérito Rainha Santa Isabel

Este prémio distingue os alunos das Escolas Secundárias e Profissionais do Concelho de Odivelas, finalistas do 12º ano da Disciplina de Língua Portuguesa.

Os distinguidos este ano foram: Inês Antunes, da Secundária da Ramada e Bruno Nicolau, da Escola Profissional Agrícola D. Dinis.

Pode ver os textos de apresentação dos homenageados no **Odivelas Notícias Digital**.

Notícias do Parlamento

Susana Amador
Samador@ps.parlamento.pt
Deputada à Assembleia da República
Vice Presidente do GP/PS



Estimados(as) Leitores(as)

1. Neste mês de Novembro em que se comemora o aniversário do Município de Odivelas, deixo-vos com a mensagem que enderecei a todo o executivo municipal e que julgo dever tornar pública pela importância do momento e simbologia de uma ausência feita sempre de presença:

«Não obstante estar impedida de assistir e participar nesta sessão comemorativa do 17º aniversário do Município de Odivelas, em virtude de compromissos parlamentares inerentes às minhas atuais funções públicas, que se sobrepõem em termos de horário, gostaria de vos dedicar umas breves palavras.

Gostaria de enviar antes de mais uma forte saudação a todos os autarcas que representam o Município de Odivelas, nomeadamente no âmbito da Assembleia Municipal, da Câmara Municipal, das Assembleias e Juntas de Freguesia do Concelho.

Quero também saudar de forma entusiasta os dirigentes, trabalhadores e colaboradores do Município, sem os quais não é possível concretizar os principais desígnios do Poder Local Democrático: servir as populações e desenvolver os territórios.

Aproveito, a este propósito, para manifestar o meu apreço aos trabalhadores do Município que vão ser distinguidos nesta cerimónia pela dedicação e competência com que têm servido a autarquia nos últimos 15 anos.

E, a propósito de distinções, aproveito para felicitar os alunos que vão ser agraciados com o Prémio “Rainha Santa Isabel”, como forma de reconhecimento do seu mérito, esforço e capacidades. A todos e a cada um de vós: Parabéns.

Gostaria, ainda, de dedicar uma particular e fraterna saudação a todas as entidades e personalidades que constituem e representam as forças vivas do nosso Concelho, bem como, e sobretudo, àqueles que constituem a verdadeira e maior razão do municipalismo: os municípios.

Neste período em que se conclui um ciclo autárquico e político em Odivelas, onde tive a oportunidade e a honra de presidir ao Executivo Municipal durante uma década, gostaria de recuperar uma passagem do meu discurso proferido aquando da sessão solene da Tomada de Posse do Executivo Municipal, em 2005, há 10 anos portanto. Nessa minha primeira intervenção como Presidente da Câmara afirmei que a estratégia política do Município estabelecia 4 objetivos muito precisos:

1º **Credibilizar o poder local e a classe política em geral:** alicerçando o exercício do poder em boas práticas de transparência e democracia representativa;

2º **Projetar o Concelho e o território a nível da área metropolitana e também a nível nacional:** apostando, para isso, num estratégia dinâmica e inovadora, nomeadamente ao nível das políticas sociais.

3º **Modernizar e agilizar a Câmara Municipal de Odivelas:** tornado a autarquia mais eficaz e eficiente.

4. **Colocar o Município no centro da decisão:** tendo as pessoas como princípio, e fim último, do nosso trabalho.

Em retrospectiva, poder-se-à dizer que estes objetivos não só foram plena e definitivamente cumpridos como, inclusivamente, foram muito superados: a transparência

na gestão e o respeito integral pelo direito da oposição foram condições exercidas e cumpridas permanentemente; Odivelas afirmou-se de forma indelével quer na Área Metropolitana de Lisboa, quer no âmbito nacional (tendo, inclusivamente, angariado prestígio e reconhecimento a nível internacional em muitos setores da governação); foram realizados progressos muito assinaláveis em termos da modernização, simplificação e qualidade dos serviços municipais que tornaram a autarquia mais ágil e eficiente; e o município foi efetivamente consagrado como o “epicentro” das políticas municipais, tornando-se o destinatário privilegiado da ação governativa do Município. Prestes a atingir a idade da “maioridade”, o Município de Odivelas revela já hoje uma “maturidade” que nos permite afirmar que Odivelas é uma referência do Poder Local em Portugal.

O novo ciclo autárquico e político recentemente iniciado possui condições vantajosas e mesmo privilegiadas para ter sucesso: a situação financeira é hoje estável e animadora; o ordenamento urbanístico e a requalificação territorial são uma realidade; as infraestruturas e equipamentos sociais, nomeadamente ao nível da educação, ação social, desporto, cultura, etc., apresentam uma oferta que permite satisfazer as necessidades, e existe uma estabilidade política no Executivo municipal, resultante da maioria absoluta das últimas eleições, que permite desenvolver e concretizar a estratégia política e os compromissos sufragados nas últimas eleições autárquicas que tiveram lugar em 2013.

Os tempos atuais são altamente desafiantes e motivadores, mas, tal como referi em 2005, “a história cantará, não os que se resguardaram pelas praias ou enseadas, mas aqueles que tiveram a audácia de tentar a sorte e conseguiram chegar a bom porto”.

Faço votos para que seja efetivamente alcançado esse “bom porto” de esperança e confiança, pois, da minha parte, tudo farei para que Odivelas seja cada vez mais uma “Terra de Oportunidades”. Feliz aniversário. Viva Odivelas!

2. Na sequência da queda do XX Governo Constitucional, devido à rejeição do seu programa, esta semana assistimos finalmente à indigitação de António Costa para Primeiro-ministro, que formou Governo em tempo record, porque a urgência do momento assim o exige. Trata-se de um governo forte, composto por homens e mulheres de grande competência que acrescentarão, estou certa, qualidade, modernidade e inovação à ação governativa.

3. Destaque ainda para a aprovação esta semana de diplomas que se inscrevem nesses novos tempos de mudança como o alargamento de beneficiários da procriação médica assistida e para a aprovação da eliminação dos exames do 4º. ano que sempre rejeitamos por serem precoces, discriminatórios e perturbadores da organização do tempo escolar. Um privilégio ser proponente dessas iniciativas e poder ser parte ativa no debate sobre a educação e os seus novos desígnios que ocorrerá esta sexta-feira. Que o futuro se vista de esperança e que o vento sopra a favor de todos nós. Sopremos e trabalheemos então nesse sentido!



O executivo Municipal entregou as medalhas aos funcionários



8 BBC
bilhar bridge clube

Tel.: 21 933 00 95
91 785 91 91
email: clube@bola8.pt

 BOLA 8 - BBC

Patrocinador Oficial



www.bola8.pt



HACIENDA D. LUISA

RESTAURANTE MEXICANO

Quando chega o frio...
Quando o Verão fica distante...

Nada melhor que o calor
dos sabores do México...
num taco, numa enchilada...
numa margarita
ou numa Corona...

a vida fica com mais cor
e o frio esse... voa num instante...

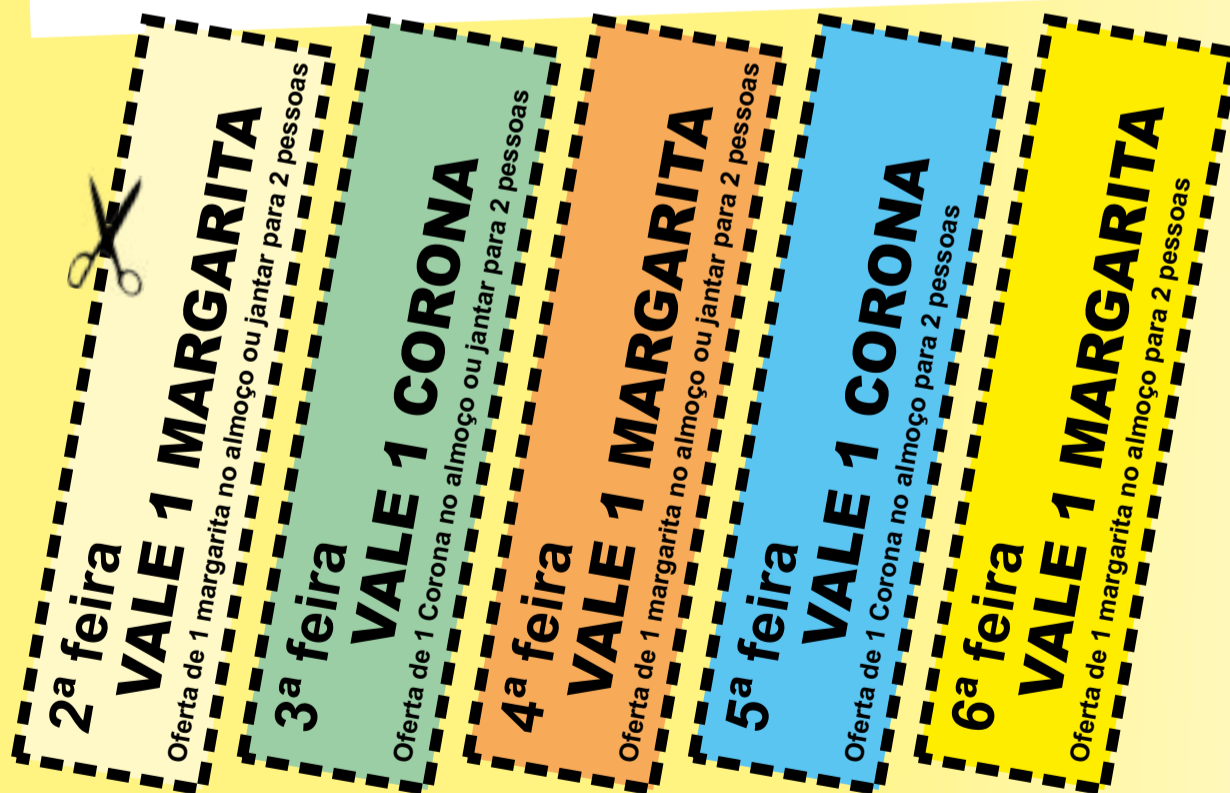
VEM CONHECER O MÉXICO

Até ao Natal iremos
ser loucos... ter vales e ofertas...
todos os dias.

Venha descobrir o México
nas cores quentes...
com mariachis, sombreros e
comida caliente...

Tudo pensado para que viaje...
solte o sonho... e a alegria...
num almoço ou jantar
com a sua cara metade
ou com os seus amigos...

Venha descobrir o México
e arrisque-se ainda a ganhar
almoços e jantares...



Hacienda D. Luisa



haciendadluisa

basta postar no Facebook e no Instagram
ser imaginativo... e Mexicano...

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

17º Aniversário da criação do concelho de Odivelas Um município jovem e empreendedor



Henrique Ribeiro
henriqueribeiro@odivelasnoticias.pt



Fotografias: Henrique Ribeiro

Na quinta-feira, 19 de novembro, dia de feriado municipal, a edilidade celebrou o 17º aniversário do concelho de Odivelas com uma sessão solene comemorativa que, para além dos discursos dos presidentes da Câmara e da Assembleia Municipal de Odivelas, respetivamente Hugo Martins e Miguel Cabrita, contou com a entrega do prémio Rainha Santa Isabel, das medalhas aos funcionários com 15 anos de serviços e as medalhas de honra e de mérito do município.

O evento decorreu na nave 2 do Pavilhão Multiusos de Odivelas que encheu por completo com membros de todas as autarquias do concelho, dos homenageados e seus familiares, de representantes de instituições e associações do concelho e muitos munícipes. O presidente da Câmara Municipal de Loures, Bernardino Soares, também esteve presente.

«Um horizonte de incerteza no Mundo, na Europa e no País»

O presidente da Assembleia Municipal de Odivelas, Miguel Cabrita,

sublinhou que o aniversário da CMO «É uma ocasião propícia ao balanço e à reflexão prospetiva sobre o nosso caminho enquanto coletivo e enquanto comunidade», e considerou que «Este ano, muito em especial, essa reflexão impõe-se. Vivemos num horizonte de incerteza, tanto à escala europeia e global, como à escala nacional».

Pelo seu discurso passaram os atentados de Paris, o problema dos refugiados, o estado islâmico, e o papel que a Europa deve ter nesta questão: «Temos, o direito e o dever de exigir à Europa uma resposta à altura: rápida, sólida e sustentada. O terror e o fanatismo têm de ser combatidos, mas quem pensar que a solução está apenas em respostas securitárias ou militares está a enganar-se. Ou a tentar enganar-nos. É essencial que a União Europeia e o Ocidente tenham uma resposta mais estrutural. Que tarda em ser encontrada».

A crise da Europa e do nosso país também esteve presente no discurso de Miguel Cabrita, que saudou todos os que lutaram pela criação do concelho e lembrou o primeiro presidente do município, Manuel Vargues, «Um homem que deixou obra, deixou prestígio, e que é uma referência que mar-

cará para sempre a história desta autarquia». O orador saudou também Hugo Martins pelas suas novas funções como presidente da CMO e os novos vereadores José Esteves e Ana Isabel Gomes, bem como as agora deputadas Susana Amador e Sandra Pereira. (Pode ler o discurso integral no Odivelas Notícias Digital)

«Um município jovem mas que há muito alcançou maturidade, notoriedade e estabilidade próprias»

O presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, iniciou a sua intervenção sublinhando a juventude do concelho, quase a atingir a maioridade e as transformações operadas após a sua criação. «Ancorado na irreverência e na dinâmica características da sua juventude, o Concelho de Odivelas tem vindo ao longo dos anos a conseguir modificar o paradigma a que estava associado. Outrora rotulado de dormitório periférico de Lisboa, com grande pressão urbanística, desqualificado e de fraca expressão económica e empresarial, Odivelas apresenta hoje uma realidade bastante diferente».

Para o orador o concelho de Odivelas está mais moderno, mais ordenado, mais empreendedor, mais dinâmico e dotado de novas infraestruturas e de novos equipamentos de apoio social, educativo, cultural e desportivo de elevada qualidade, servido de excelentes acessibilidades e de dezenas de novos espaços públicos de qualidade, espalhados por todas as freguesias. «E esta realidade de crescimento gradual e sustentado do nosso território é, sem dúvida, para continuar». Lembrando que agora lhe cabe a tarefa de dar continuidade à caminhada iniciada por Manuel Vargues e prosseguida por Susana Amador, afirmou que estará «Iguamente, sempre com os olhos postos no futuro e na busca incessante por melhor qualidade de vida no nosso concelho», porque este é um «Compromisso de paixão pelas nossas raízes e pela nossa terra» e por isso a aposta de Hugo Martins será na continuidade «Procurando intervir de forma ativa, construtiva e consciente, lutando e trabalhando todos os dias por um concelho mais desenvolvido, mais empreendedor e competitivo e com mais respostas sociais, educativas, desportivas e de saúde» sublinhando

que uma das suas grandes preocupações até ao final do mandato «Centrar-se-á na qualidade e na beneficiação do espaço público». O edil lembrou a obra feita e os investimentos realizados ao longo dos anos, muitos deles referidos na entrevista que publicámos na edição da passada semana do **Odivelas Notícias**, e a recém falecida Eduarda Barros que «Ofereceu também os seus contributos enquanto presidente do Conselho de Administração da ex-Odivelgest, como vereadora da Câmara Municipal e, com incontestável capacidade humana e idoneidade pessoal, assumiu o cargo de conselheira municipal para a Igualdade, o qual ocupava na atualidade. Numa altura da sua tão recente e abrupta partida, presto aqui a minha justa homenagem a uma mulher de elevada nível intelectual e profissional e de fortes convicções». Hugo Martins referiu também o papel dos trabalhadores da autarquia na transformação do concelho. (Pode ver o discurso integral no Odivelas Notícias Digital). A sessão contou com dois momentos musicais a cargo do Conservatório de Música D. Dinis e com a entrega das medalhas do município, notícia que publicamos na página 4 desta edição.



MIMINHOS DA BELA

ARTESANATO

PINTURA EM TECIDO, MADEIRAS ETC...
 BIJUTARIA E ACESSÓRIOS, BONECOS EM EVA

MESTRE



LEITÃO

19,50€

DOSE PARA 2 PESSOAS



LEITÃO DA BAIRRADA

O típico Leitão à moda da Bairrada assado nos nossos fornos no restaurante e acompanhado com batata frita caseira feita ao momento

PALETA DE PORCO

Travessa com Leitão, Bifana, Entremeada, fatias de Bacon, Chouriço e Salsicha Caseira, acompanha com batata frita caseira



18,00€

DOSE PARA 2 PESSOAS

TÁBUA DE PORCO

Travessa com Bifana, Entremeada, Piano de Porco, fatias de Bacon, Chouriço e Salsicha Caseira, acompanha com batata frita caseira



15,50€

DOSE PARA 2 PESSOAS

Leitão assado todos os dias no restaurante em fornos próprios à Moda da Bairrada, preparado e servido de forma tradicional

Neste Natal e Ano Novo

Um Leitão inteiro à sua mesa
Assado à Moda da Bairrada



Rua Fernando Namora nº 24 Loja C - Colinas do Cruzeiro ☎ 21 933 8796

Musical *Annie*, a pequena orfã no Ginásio Clube de Odivelas

86 patinadores e um cão protagonizam este espetáculo



Henrique Ribeiro
henriqueribeiro@odivelasnoticias.pt

Nos dias 16, 17 e 18 de dezembro o Pavilhão Municipal de Odivelas vai receber um espetáculo diferente, o musical *Annie*, a pequena orfã organizado pela secção de Patinagem Artística do Ginásio Clube de Odivelas. Para saber mais fomos ao clube conversar com Inês Amado, treinadora e mentora do espetáculo.

A ideia surgiu na cabeça de Inês Amado em 2004 mas não foi possível a sua concretização porque não estavam reunidas todas as condições necessárias a realização de um espetáculo como este que «Tem uma particularidade, que é a de ter um cão real em cena e na altura não conseguimos arranjar, bem como um número grande de atletas que também não tinha. Na altura estava a trabalhar em Leiria e fiz o meu primeiro musical que foi o *Aladino* e este acabou por ficar na gaveta até agora, que surgiu a oportunidade de termos um cão, uma fêmea da raça cão de água chamada Lira, e com o crescimento do número de atletas no GCO nos últimos dois anos, que praticamente duplicou, já é possível concretizar o espetáculo».

A treinadora explicou que «São os próprios atletas que dão a voz ao espetáculo. Como é complicado usar microfones sem fio, devido aos exercícios com patins, as vozes estão a ser previamente gravadas. Todo este trabalho é amador, mas com empenhamento de profissionais».

No espetáculo participam os 86 patinadores que atualmente fazem parte da Patinagem Artística do clube. Todo o trabalho inerente ao espetáculo está a ser realizado por cerca de 30 colaboradores voluntários, pais e mães dos atletas. Inês Amado disse-nos que este espetáculo rondará os 30 mil euros mas que grande parte dessa verba virá de apoios, quer em dinheiro quer em materiais, cabendo à organização assumir alguns custos fixos, como o sistema de som e luzes e cenários, que se estima serem cobertos pela bilheteira, pelo que não haverá "prejuízo" para a secção e o clube. Todo o guarda-roupa é custeado pelos atletas.



Desde setembro que toda a equipa está a preparar este espetáculo nas suas várias vertentes e pelos vários ensaios realizados Inês Amado acredita que tudo irá correr bem. «Tenho a consciência de que são atletas amadores, que não são atores profissionais. O espetáculo envolve canto, diálogos e interpretação, para além de patinarem mas acredito que vai ser um sucesso». Depois destas apresentações no Pavilhão Municipal de Odivelas, que tem um lotação de 350 lugares por espetáculo, Inês Amado tem vontade de uma reposição, pela Páscoa, no Pavilhão Multiusos de Odivelas para



que mais pessoas possam ver o musical.

Há mais espetáculos nos projetos de Inês Amado mas como a principal atividade é a competição não é possível com a regularidade que a treinadora gostaria.

A treinadora dedica este espetáculo «A minha mãe (que me levou ao meu primeiro treino de patinagem e nunca deixou que desistisse) e a todos os meus atletas, que ao longo destes anos partilharam o rink e experiências comigo».

Em final de conversa Inês Amado sublinhou que o projeto tem sido por acarinhado pelas pessoas e instituições de Odivelas. Segundo a treinadora mais de 50% dos

ingressos já foram vendidos e há solicitações de todo o país.

A Secção de Patinagem do GCO

A secção de Patinagem Artística existe há cerca de 40 anos, desde o início de clube, então designado *Clube Recreativo Estrelas do Bairro Olaio*, tendo hoje 86 atletas, dos 2,5 aos 23 anos. «Como é uma escola de competição preferimos atletas que iniciem a modalidade o mais cedo possível. Há adultos que nos vêm questionar se temos patinagem para adultos, há adolescentes com 15/16 anos que também gostariam de aprender mas nessas idades já é tarde para começar quando se trata de competição».

Na patinagem Artística há mínimos para a participação em campeonatos nacionais. Iniciam a atividade em torneios da Associação de Patinagem de Lisboa, depois passam para os campeonatos distritais, há um apuramento para os campeonatos nacionais e posteriormente para competições internacionais.

O ano passado Gabriela Oliveira representou o GCO na Taça da Europa, conseguindo o 5º lugar nesta competição de que o clube estava arredado há uns anos. Tiveram este ano três atletas a representar o clube num torneio internacional em Setúbal, que irão ser homenageadas pela CMO na Gala do Desporto do concelho.

Neste momento têm atletas em vários estágios internacionais para se prepararem para a época 2016 que começa em janeiro.

A nível nacional ficaram em 4º lugar no campeonato de Show, a um lugar do apuramento para o campeonato da Europa, A secção de Patinagem Artística tem 4 pessoas efetivas e mais colaboradores, pais e mães de atletas num trabalho totalmente voluntário.

Têm as 4 especialidades: Patinagem livre; Figuras Obrigatórias, Solo Dance e Show.

Inês Amado, a atual treinadora do GCO está na patinagem há 33 anos

Pedro Ginja

Artes
Gráficas



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

IMPRESSÃO DIGITAL OFFSET

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

www.pg-grafica.pt



permaneceu durante 10 anos conquistando vários títulos distritais e nacionais.

Em 2002 conclui o curso de Juizes de P.A. e em 2004 estreia o seu 1º Musical – “Aladino” com cerca de 52 atletas, todos da escola da Batalha, 6 sessões com mais de 2300 espetadores. Nesse mesmo ano funda a Rollershow Dance Company, constituída por atletas seus, com a finalidade de responder aos inúmeros pedidos de exibições.

A Treinadora

Nome: Maria Inês Mendes Amado

Data Nascimento: 23-10-1976

Naturalidade: Lisboa

Formação Académica: Professora/Formadora educação especial e Treinadora de Patinagem Artística.

Profissão atual: Treinadora de Patinagem Artística.

Em 1982 tem o primeiro contacto com os patins no Clube Recreativo do Estrelas do Bairro Olaiio (atual Ginásio Clube de Odivelas), onde permanece como atleta de competição passando por todas as disciplinas durante 11 anos.

Em 1998 muda-se para Leiria (por questões profissionais) e procura uma escola para iniciar a sua carreira como treinadora, assina então pelo Grupo Desportivo da Batalha, na altura com apenas 12 atletas, e onde

Em 2010 muda-se para o Porto e abandona a carreira de treinadora, deixando os musicais para 2º plano e dedica-se apenas à atividade de Juiz Nacional de Patinagem Artística.

Em finais de 2013 e a convite do Ginásio Clube de Odivelas, regressa ao seu clube de origem mas desta vez para abraçar o desafio de ser treinadora principal, o G.C.O vê duplicar o número de atletas, e regressa novamente ao frenesim das competições e da conquista dos títulos.

Em Janeiro de 2015 funda a companhia de dança de Patinagem Artística O.S.T. “Olaiio Show Team” e estreia o seu 2º musical “Annie - a pequena órfã” com cerca de 80 patinadores, um projecto que ficou em stand by durante 7 anos.

Presentemente dedica-se exclusivamente à Patinagem Artística na vertente de competição (todas as disciplinas) e Show.

tendo entrado para o clube, como atleta, aos 3 anos e onde esteve até à idade adulta. Depois de um interregno no clube do concelho (esteve numa escola sua em Leiria) foi convidada para treinadora principal da patinagem do GCO cargo onde está há dois anos.

Duas atletas do clube (Andria Cerqueira e Inês Mateus) são treinadoras adjuntas de Inês Amado que é formadora de desporto adaptado e juiz nacional de Patinagem Artística.

Inês Amado está «Muito orgulhosa do trabalho desenvolvido e por ser treinadora do clube onde comecei. Estar aqui lembra-me todas as coisas boas da minha infância e adolescência. Aqui aprendi, convivi e cresci. A minha rede social foi o GCO. Possivelmente terminarei aqui a minha carreira, enquanto me permitirem vou ficar. Nasci e fui criada em Odivelas, vi toda esta cidade crescer. Aos 21 anos por motivos profissionais mudei-me para Leiria, onde abri a minha primeira escola de patinagem, mas agora estou de regresso a Odivelas».



Annie - a pequena órfã

Musical adaptado do filme “Annie-the little orphan” realizado em 1982 por Harold Gray.

Annie é uma pequena órfã de 10 anos de cabelos ruivos que vive num orfanato juntamente com outras crianças ao cuidado da terrível e maldosa Miss Hannigan (odeia tudo o que é pequenino, e vive na esperança de encontrar o seu amor, obriga as crianças a trabalhar constantemente). Pepper, Duffy, Kate, July, Tessie e Molly são algumas das órfãs que juntamente com Annie vão revolucionar o modo de vida do orfanato.

A vida de Annie muda quando surge a Sra. Grace (secretária do Sr.Oliver) e a convida a passar uma semana em casa do multimilionário Sr. Oliver (um político capitalista de coração duro). Rápidamente Annie e o seu cão Sandy conquistam o coração de todos os que vivem na mansão, Annie vive na esperança de encontrar os seus pais verdadeiros e o Sr. Oliver decide dar

uma recompensa monetária a quem ajudar Annie a encontrar os seus verdadeiros pais.

O bandido Rooster (irmão da Miss Hannigan) e a sua companheira Lilly, ao saberem da recompensa fingem ser os pais verdadeiros de Annie, mas com a ajuda de todas as crianças do orfanato, depressa se descobre o disfarce.

Esta história passada na semana do Natal, termina da melhor forma possível, os adultos aprendem uma bela lição de vida e as crianças do orfanato voltam a sorrir.

Curiosidades:

Mais de 80 patinadores vão estar em palco.

Um projeto que aguardou 7 anos para ser realizado.

São os próprios patinadores que dão voz ao espectáculo.

Um dos personagens é um cão (Lira). 30 elementos fazem parte do Staff. (todos voluntários)

Cerca de 340 m2 em cenários.

Estimam-se perto de 1500 espetadores.



FS&JM
Construções Lda

Executamos todos os trabalhos de Construção Civil

☎ 91 967 39 95 - 91 967 39 96

📍 Rua do Cartaxo n.18 - Viv Salgueiro - Casal de Cambra

Sexta 20 de Novembro

Livro: O Espantalho Espanta Milharucos em Caneças

Às 10h30 no pólo de Caneças da Biblioteca Municipal D. Dinis será apresentado o livro de António Palhinha, *O Espantalho Espanta Milharucos*. Esta apresentação é destinada à escola e jardim de infância Francisco Vieira Caldas.

«O "Espantalho Espanta Milharucos" é um conto infantil onde a prosa e a rima se interligam de uma forma sonante e alegre. O personagem central, o "Espantalho", encontra num grupo de crianças a amizade, o companheirismo e a consideração necessárias para enfrentar os seus dias de solidão e de sofrimento no meio do campo de milho. Este conto infantil alerta ainda para as questões das vítimas de indiferença e do preconceito apenas por serem diferentes. Os diálogos entre os personagens são em rima, o que torna o conto mais cativante».

Fado: Pedro Moutinho

Às 21h00 na Igreja Matriz da Póvoa de Santo Adrião terá lugar um espetáculo com o Fadista Pedro Moutinho, com entrada livre, promovido pela Câmara Municipal de Odivelas para comemorar o 49º aniversário da elevação do Fado a Património da Humanidade.

Sábado 21 de Novembro

**Maria José Frazão apresenta Mensagens de Vida**

Às 17h00 na Biblioteca Municipal D. Dinis é apresentado este livro com acompanhamento musical de Inês Vaz.

«Nas pegadas do destino

Há mensagens de Vida...

Que transcendam o entendimento, Elevando-me a alma com a Arte do pensamento,

Fazendo-a rejuvenescer...

Nestes rios imaginários do meu ser!»

**Filminhos Infantis à solta pelo país**

Às 16h15 na sala de cinema da Malaposta. Preço único 3€. 56'. M/3. «A amizade é o melhor do mundo!»

Que o digam o coelho e o veado, que viviam felizes até serem afastados por um acidente.

Também o Ginjas não tem vida fácil... E o que dizer do Nicolas, que criou um monstro! A Miriam conta-nos a história da moldura partida, antes de a Foxy e a Meg nos levarem ao supermercado. Acabamos em alta velocidade com os sapatos mágicos do Mancha e do Manchinhos, enquanto ajudamos a Luzinha na luta contra o rival e damos um pouco de coragem ao Hezarfen. Mais uma nova sessão de Filminhos a não perder. Será entregue uma ficha de exploração pedagógica sobre cada um dos filminhos. Boa sessão!».

Segunda 23 de Novembro

Exposição: Caminhos do desenho

É inaugurada na Casa da Juventude, em Odivelas, a exposição *Caminhos do Desenho: rosto e corpo em carvão* de Tânia Milheiro que pode ser vista, até 04 de dezembro, de 2ª a 6ª feira das 10h00 às 12h:30 e das 13h00 às 20h00 e aos sábados das 10h00 às 13h00, com entrada livre.

Quinta-feira 19 de Novembro

Inauguração: Casinha Amiga

Às 10h00 a Câmara Municipal de Odivelas vai inaugurar Projeto "Casinha Amiga" que conta com a parceria do Strada Shopping & Fashion Outlet e da Associação Humana. «Este Projeto tem como objetivo fomentar o espírito de boa vontade e solidariedade, bem como para a efetiva igualdade de oportunidades.

A "Casinha Amiga", está localizada no piso 1 (junto ao parque infantil) do Strada Shopping & Fashion Outlet e funciona como recolha de brinquedos, livros e jogos a serem atribuídos a minorias étnicas, religiosas, população imigrante entre outros grupos do concelho de Odivelas.

Esta ação pretende apelar à participação e colaboração de todos os munícipes e empresas locais e nacionais, para as causas de responsabilidade social, pelo que a solidariedade poderá ser demonstrada ao longo de todos os dias do ano e não em épocas específicas».

Outros dias

Encontro com Escritores

A Biblioteca Municipal D. Dinis está a promover encontros com escritores e os alunos das escolas do 1.º ciclo e do ensino secundário. Informações na Divisão de Cultura, Turismo, Património Cultural e Bibliotecas da CMO ou pelo 219 320 770 ou correio eletrónico bmdd@cm-odivelas.pt. Esta semana os encontros, serão no dia 20, às 09h30 e às 11h00 com os escritores Filipe Lopes e Bruno Pinto. No dia 24 serão às 10h00 e 14h45 com João Amaral e no dia 25 às 10h00 com Marc Parchow e João Mascarenhas.

14.º Concurso montras de natal Pontinha/Famões

Até 27 de novembro estão abert

tas as inscrições para o Concurso de Montras de Natal da Junta da União das Freguesias da Pontinha e Famões. As inscrições podem ser feitas na sede da junta ou na delegação de Famões ou ainda onli em www.jf-pontinhafamoses.pt.

Este ano também com votação online - Inscrições até 27 de novembro. O concurso decorre durante o mês de dezembro.

E também...

**XV Feira de Artesanato da Cidade de Odivelas**

Às 18h00 do dia 27 de novembro vai ser inaugurada a XV Feira de Artesanato da Cidade de Odivelas que decorrerá até 06 de dezembro no Pavilhão Polivalente de Odivelas.

«A Feira de Artesanato da Cidade de Odivelas promove a exposição e venda de peças produzidas pelos artesãos locais, sendo uma excelente oportunidade para os visitantes adquirirem produtos regionais a baixos preços».

A iniciativa conta ainda com vários espetáculos com o seguinte programa:

27 – 19h00 – Ricardo Silva / PAC-Som

28 – 21h00 – Banda GPL

29 – 21h00 – Alma Viva

30 – 21h00 – Coro emCantus da Associação Coral de Odivelas

02 – 21h00 – Escola de Fado JF Odivelas

03 – 21h00 – Alma Viva

04 – 21h00 – XocDance

05 – 21h00 – Combos LXPRO

06 – 18h00 – Rancho "Os Moleiros do Pomarinho"

A feira funciona de 2ª a 6ª feira das 18h00 às 23h00 e sábados e domingos das 15h00 às 23h00.

**Exposição de Natal da Povarte**

Até 20 de dezembro está no auditório da Póvoa de Santo Adrião

uma exposição/venda de Natal da Povarte - Associação de Artes e Artesanato da Póvoa de Santo Adrião. Os expositores, uma dezena, apresentam nesta mostra peças alusivas ao Natal que estão expostas ao público para venda. A exposição pode ser vista todos os dias das 09h00 às 18h00 com entrada livre.

Exposição: Património-conhecer para proteger

Patente no Centro de Exposições de Odivelas até 10 de janeiro de 2016. Para ver de de 3.ª feira a domingo, das 10h00 às 23h00 com entrada livre.

«Conhecer para Proteger», visa dar a conhecer algumas das peças mais emblemáticas do património cultural do concelho de Odivelas, de forma a criar laços de afetividade e sensibilização junto da população, valorizando-o e contribuindo para a sua proteção.».

**Teatro para a infância. A Loja dos Sonhos**

De 22 de novembro a 27 de dezembro no auditório da Malaposta, aos domingos às 11h15. Preço único 6€. 50'. Dos 3 aos 10 anos.

«Na loja da avó Lita há sonhos para todos os gostos. Agora que se aproxima o Natal a azáfama é grande. São muitos os preparativos para que os clientes saiam dali satisfeitos e felizes. É que avó distribui sonhos mas também histórias e lendas de encantar.

Mas há um dia em que o Rabanete entra à socapa na loja, cria uma grande confusão, e tudo começa a correr mal.

A Avó Lita acha que as pessoas vão parar de sonhar. E logo no Natal! Não pode ser!

Peça sobre a história e as lendas do Natal, contadas por personagens onde o humor, a amizade e a alegria são uma constante».

Teatro na Casa da Juventude

As noites de sexta-feira voltaram a encher a Casa da Juventude de Odivelas.

Regressou, a este espaço, a arte e o talento do teatro, com *Expressões & Impressões – Teatro na Casa*

Esta é uma iniciativa realizada em colaboração com a Associação Socio-Cultural Jovens da Ramada (ASCJR) e que tem nos encenadores Alexandre Oliveira e João Sousa, os 'timoneiros' das ações teatrais desta Casa da Juventude.

Expressões & Impressões – Teatro na Casa conta já com um grupo de 15 jovens, e realiza-se todas as sextas-feiras, das 21h00 às 23h00».

**Teatro para a infância:****O natal da rosita**

Até 27 de dezembro a *Trupilariente - Companhia de Teatro Circo* apresenta esta peça na sala experimental da Malaposta. Sábados às 16h00 e domingos às 11h00. Preço único 6€. 50'. M/3. «Rosita está muito contente porque o seu Pai e o Rodolfo estão a fazer um grande espetáculo de magia em Tomboquetu! Mais contente está, porque o espetáculo termina mesmo a tempo e passarem o natal em família, como manda a tradição e a Rosita adora!».

Exposição: Objeto do mês - Noras

Até 30 de novembro a exposição *Objeto do Mês*, nos Paços do Concelho tem como tema *Noras* Para ver, com entrada livre, as 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30.

**Exposição: Desenhar a Música**

Até 30 de novembro está patente na Biblioteca Municipal D. Dinis a exposição de banda desenhada, de José Garcês, *Desenhar a Música* acompanhada por uma Feira do Livro de Banda Desenhada.

«A exposição, procura através da BD ilustrar algumas das situações possíveis de uso da música no século XV, propondo a aproximação à sociedade portuguesa da época. Os originais de José Garcês, onde se podem ver representações de gaitas de foles, trombetas, charamelas, órgãos, clavicórdios, alaúdes, sanfonas ou saltérios, surgem integrados no espaço da exposição possibilitando dessa forma traçar uma correspondência entre os desenhos e alguns instrumentos que se fazem acompanhar da mesma».

ON
ODIVELAS NOTÍCIAS

Ajude-nos a
informar mais

ATENÇÃO
CANEÇAS - CASAL DE CAMBRA
RAMADA - CASAL NOVO - ODIVELAS



INFORCANEÇAS

O SEU MUNDO EM TECNOLOGIA

REPARAÇÃO DE COMPUTADORES

MATERIAL INFORMÁTICO

SOFTWARE / HARDWARE

REMOÇÃO DE VIRUS E SPYWARE

RECUPERAÇÃO DE DADOS

RUA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS, LT 16 B/C - 1685 - 570 CANEÇAS
TEL: / FAX: 218 209 520 - TLM: 966 919 414
EMAIL: GERAL@INFORCANEÇAS.PT - SITE: WWW.INFORCANEÇAS.PT



ORÇAMENTOS
GRÁTIS



Associação Municipal de Bombeiros Voluntários de Fontinha
Instituição de Utilidade pública fundada em 10 de Junho de 1979

Convocatória

Assembleia – geral Ordinária **Sexta-feira, 18/Dezembro/2015**

Ao Abrigo do estabelecido pelo artigo 40º, nº 2, alínea a) dos Estatutos da Associação, convoco os sócios, no pleno gozo dos seus direitos, a reunirem-se no próximo dia **18 Dezembro-2015**, das 16h às 22h na Sede, sita na Avenida Professor Francisco Sá Carneiro, com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Eleição dos Corpos Gerentes para o Triénio 2016 /2018

Fontinha, 23 de Novembro de 2015

O Presidente da Mesa da Assembleia-geral

António Carlos Melo da Silva



PIZZARIA DA VILLA



CENTRO COMERCIAL MIRASOL LOJA 24 E 25

CANEÇAS

96 200 1301

Optivisão
olhamos pelos seus olhos

PROFISSIONAIS DE ÓPTICA
DESDE 1996



CAMPANHA LENTES PROGRESSIVAS

Na compra das suas lentes progressivas*

Essilor Varilux S. Design Protecção Total

oferta de um par de lentes progressivas de côr fixa para os seus óculos de sol.

Representante oficial



OPTIVISÃO de ODIVELAS

RUA MAJOR CALDAS Xavier Nº 16 /B

TELF: 919 517 519 - 309 693 605 - 913 045 450

www.optiface.com



* Um par de lentes progressivas de igual graduação com tratamento supra esf. +/- 8.00 e di. até 4.00. até 3.50 para perto. Campanha não é acumulável com outros descontos convencionados.

Atletismo**Meio milhar de atletas na 4ª Corrida D. Dinis**

A 4ª edição da Corrida D. Dinis, promovida pela Câmara Municipal de Odivelas com o apoio técnico da Xistarca, teve lugar no domingo e contou com a participação de cerca de 500 centenas de atletas.

O primeiro classificado da corrida de 10km foi Fernando Oliveira, que correu a título individual obtendo o tempo de 32:57 minutos.

Na cerimónia de entrega dos prémios estiveram os vereadores Paulo César Teixeira (Desporto) e José Esteves, e o atleta Paulo Guerra.

A prova integra-se Circuito Nacional de Estrada 2015.

Futebol**Resultados do CAC**

Traquinas A - Oriental 9 - CAC 1
Benjamins A - Palmense 1 - CAC 16
Benjamins A - CAC 3 - Belenenses 9
Benjamins B - EF Belém 4 - CAC 1
Benjamins B - CAC 6 Linda-a-Velha 3
Infantis A - CAC 3 - F. Benfica 1
Infantis B - V»CAC 3 - S.J. Brito 7
Infantis B(Fut. 9) CAC 1 - Amavita 3
Iniciados A - Sacavenense 0 - CAC 1
Iniciados B - Mem Martins 1 - CAC 1
Juvenis A - Tires 2 - CAC 1
Juvenis B - CAC 1 - Casa Pia 1
Juniões Cascais 2 - CAC 1
Seniores - Mem Martins 2 - CAC 0
Seniores Fem. - CAC 3 - Guia 1
Juniões Fem. Sintrense 0 - CAC 0

TOCOF

A Equipa de Benjamins mantém a sua invencibilidade. Este fim de semana, cimentou a liderança na Liga Pedro Arrupe com as seguintes vitórias: CFM TOCOF 5-2 Real Sport Clube e CFM TOCOF 4-1EF Belenenses(Ramada).

Bruno Baptista

Taekwondo**Exames de Graduação**

Foram realizados no domingo na Sociedade Musical e Desportiva de Caneças os 3º Exames de Graduação. A mesa de examinadores foi composta pelo Mestre João Sousa (convidado) e os os Instrutores de Taekwondo da Sociedade Musical e Desportiva de Caneças Alexandre Lopes e Sara Prisal.

Atletas que realizaram os exames: Guilherme Pangas, Sara Ferreira, Inês Ferreira, Tiago Pereira; João Lourenço; Pedro Melo; Martin Caetano e Rodrigo Silva.

Os instrutores Alexandre Lopes e Sara Prisal dizem acerca destes exames: «É com muito orgulho que tivemos 100% de sucesso destes exames, tendo todos os atletas ultrapassado mais uma barreira no longo caminho do Taekwondo, atingido uma etapa, muito parabéns a todos».

Ténis**Open Concelho de Odivelas**

Decorreu no passado domingo na Póvoa de Santo Adrião o Open Concelho de Odivelas promovido pelo Ténis Clube da Póvoa vencido por Daniel Rodrigues, do Beloura Ténis Academy, que ganhou por 2-0 a Felipe Silva, com os parciais de 7-6 e 6-3. Paulo César Teixeira, vereador do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas esteve presente e considerou que «Esta prova representa esta modalidade ao mais alto nível, sendo este um projeto de continuidade que tem vindo a dar os seus frutos e que, estou certo, no próximo ano trará novidades mas desta feita no verão».

Andebol**AVG cada vez mais líder**

Fotografia: AVG

No passado Sábado, 21 de Novembro a Associação Vale Grande deslocou-se até Tavira, onde de-

frontou e venceu o Clube Vela de Tavira por 18:20 (08:10 ao intervalo), alcançando a sua quarta vitó-

Basquetebol**Jogos do OBC**

O fim de semana desportivo do Odivelas Basket Club não foi dos melhores a nível competitivo, no entanto iniciou-se da melhor forma logo no sábado de manhã bem cedo na localidade de Vila Franca de Xira, em que os jovens mini 8 e mini 10 iniciaram a sua participação nos convívios da ABL-Associação de Basquetebol de Lisboa, com muito entusiasmo e alegria.

Entusiasmo e competitividade foi algo que não faltou no jogo dos seniores com a rival equipa lisboeta do CN Natação. Mau grado a lesão do jovem jogador Diogo Ferreira, a quem se deseja uma rápida recu-

peração, a vitória dos odivelenses foi bem suada e no limite, tendo o OBC logrado vencer por um tangencial mas justo 50-49.

A série de 7 vitórias consecutivas dos Sub-16M foi interrompida em Torres Vedras, num jogo extremamente polémico ao nível da arbitragem em que a jovem equipa do OBC perdeu com o Fisica de Torres Vedras por 67-54. O que se poderá dizer mais é que as situações ocorridas também fazem crescer estes jovens jogadores e somente servirão para lhes dar mais forças para ganhar os próximos jogos.

A equipa de Sub-16M-B, perdeu com a equipa B da Alberta Menéres por 44-60 num jogo bem disputado e em que a diferença de pontos não espelha o que ocorreu.

ria consecutiva em outros tantos jogos do Campeonato Nacional da 2ª Divisão no escalão de Seniores Femininos.

No final do jogo, o técnico Mário César Navarro afirmou que estava «Extremamente satisfeito com o resultado, mas também pela exibição da equipa, onde toda a união, esforço, dedicação e espírito de sacrifício veio ao de cima». Quanto ao jogo, o técnico referiu que «A equipa apresentou um altíssimo nível defensivo e ofensivamente conseguimos ser mais objectivos e eficazes em relação ao último jogo». Relembrou ainda que «É importante não esquecer que este grupo de trabalho quer jogar Andebol, der por onde der, treinando em Pavilhões ou até em ringues ao ar livre até às 23:00, debaixo de condições climáticas muito ad-

versas...».

Desta forma, a Associação Vale Grande terminou a primeira volta do Campeonato Nacional da 2ª Divisão de Seniores Femininos na liderança com 12 pontos, mais 5 que o C. Vela de Tavira e mais 8 que o A.R.E. Porto Alto e C.P.S.B. Messines. Destaque ainda para o facto de Andreia Paulo e Carolina Santos da Associação Vale Grande liderarem a lista de melhores marcadoras com 22 de golos marcados.

Alinharam e marcaram: Catarina Tomás, Marta Gama, Ana Gonçalves (2), Margarida Pacheco, Andreia Paulo (5), Carolina Santos (9), Sandra Nóbrega (2), Margarida Martins, Catarina Matos, Joana Rocha (2), Andreia Lourenço e Vânia Freitas.

Eugénio Catarino



Fotografia: António Boa-Nova

A equipa feminina de Sub-16 não conseguiu contrariar uma bem preparada equipa do União do Forte perdendo por 27-70, enquanto os Sub18M, num bom jogo de propaganda do basquetebol,

com pontos e jogadas de belo efeito, não lograram levar de vencida a forte equipa do Algés perdendo por 52-79.

António Boa-Nova

Futebol**Jogos do Tenente Valdez****Tenente Valdez 0 - Sporting 2**

4ª jornada do Campeonato da 1ª divisão de Infantis da AFL. Jogo entre equipas classificadas em 1º lugar, com futebol de alguma qualidade, o que veio acontecer com futebol praticado em todo terreno com oportunidades de golo para ambos lados, mas os guarda-redes adiavam o golo, até que o Sporting viria a inaugurar o marcador com jogada de belo efeito sem hipoteses de defesa. O Tenente reagiu mas quando chegava à baliza adversária esbarrava no guarda-redes do

Sporting. Antes do árbitro apitar para o intervalo o Sporting viria a marcar o segundo golo.

Na etapa complementar a equipa da casa tentava marcar para não deixar a equipa do Sporting isolada no primeiro lugar na classificação mas com toda a vontade os jovens do Tenente não conseguiram marcar vindo o resultado final a ficar igual ao do primeiro tempo: Vitória do Sporting.

O Tenente com este resultado ficou em 3º lugar com os mesmos pontos do segundo o Sacavenense

Sacavenense 0 x 1 CAC

Vitória justa que acaba por ser escassa face às inúmeras oportunidades de golos criadas. Entrámos bem no jogo e aos 2 minutos fazemos o golo por intermédio do Diogo Pereira, fomos sempre superiores e criámos mais 5 grandes oportunidades (2 ao pos-

te e 3 só com o guarda-redes), o Sacavenense criou apenas duas em todo o jogo mas sem grande perigo, sabíamos que íamos de frente com adversário difícil (atual 4º classificado) que em casa só tinha perdido com o Sporting e o Belenenses e é certo que o foi, daí valorizar ainda mais a nossa vitória. Tínhamos a perfeita noção do

adversário para a 5ª jornada. Jogo correto, bem jogado, com arbitragem de bom nível.

Tenente Valdez 0 - 1º Dezembro 3

Para mais uma jornada do Campeonato de Juvenis de Honra da AFL o Tenente recebeu o 1º Dezembro. Depois da vitória da ultimo jogo em casa esperava-se que a equipa do Tenente entrasse com outra atitude, mas sem ideias e com muita falta de disciplina nada mais fizeram que adiar que a equipa adversária abriu-se o marcador, mas antes do intervalo o 1º de Dezembro marcou dois golos.

No segundo tempo com um Tenente a tentar reduzir mas com a equipa desorientada, sem conseguir fazer uma jogada de equipa, com a equipa adversária a criar ocasiões de golo que só não se concretizavam porque lá estava o guarda-redes da casa com defesas brilhantes, até que veio o terceiro golo merecido. Os jovens do 1º Dezembro tudo fizeram por merecer enquanto os jogadores do Tenente além de individualistas foram também um pouco indisciplinados. Além de tudo jogo correto com arbitragem sem reparos

António Mota

que tínhamos que fazer e fizemos, foi uma excelente vitória, a equipa está mais crescida mais unida mais conhecedora dos nossos princípios e está motivada, são 4 vitórias consecutivas com 10 golos marcados e 0 sofridos mas não estamos deslumbrados estamos com os pés bem assentes no chão e jogo a jogo vamos trabalhar para atingir

os nossos objectivos que passam por assegurar a manutenção o mais rápido possível. Parabéns aos meus jogadores pela atitude pelo empenho e pela determinação em acreditar que é possível. O caminho faz-se caminhando...

Sérgio Fonseca



Cuidamos do seu sorriso!

PUB.
J.M. MARTINS
laboratório de prótese dentária

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

Rua da República 128
1685-594 Caneças

☎ 219812716 www.labmartins.pt



Automoveis
ALUGUER & COMPRA

LIGUE 96 200 1300
PARA ANUNCIAR AQUI

+ Necrologia

auto cambota
R. Norberto, nº 8/10
Povoia de Santo Adrião
Tel: 219 382 910 Fax: 219 387 235
www.autocambota.pt



Renault Megane Sport Tourer GT
LINE 1.5 DCI 110 CV 2014
19.450,00€



Renault Megane Sport Tourer GT
LINE 1.5V DCI 110 CV 2014
19.450,00€



Renault Clio Dynamique S TCE 90
CV 2013
12.450,00€



Nissan Navara 2.5 dci 190 cv
CD SE 2013
28.800,00€

ALVES & ALFAMA
Stand 1: Malveira
Stand 2: Vale da Guarda
Tel / Fax: 219 660 587
www.alvesalfama.com



Mercedes Benz B 180 B 180
Blue Efficiency CDi
30.800,00€



Smart ForTwo FOR TWO
COUPE MHD
8.800,00€



BMW X6 X6 35D
Xdrive SPORT
42.800,00€



Mercedes Benz A 180 A 180
CDi BE Urban
29.800,00€

CARLIMA
Av. Almirante Gago Coutinho, nº83
2620-099 Povoia de Stº Adrião
Tel: 219 384 959 / 912 284 179
www.carlima.pt



Ford Fiesta 1.4 TDCI
260.000KM 2010/12
7.500,00€



AUDI A3 2.0 TDI
JUL/2011 128.000KM
17.890,00€



TOYOTA YARIS CONFORT
90CV 2010 131.000KM
9.950,00€



OPEL CORSA JUN/2011
1.3 CDTI 95CV 144.700KM
10.250,00€

AUTO 70
Rua Júlio Borba, 4A
Povoia de Stº Adrião
Tel: 219 384 076 / 917 599 120
www.auto70.com



Mitsubishi Colt CZP
150cv 2004
7.950,00€



Renault Megane Coupé
2010
15.950,00€



Citroen DS3
1.6HDI 2012
16.950,00€



Ford Focus
1600 Tdci 2011
13.950,00€

ASL
automóveis
Rua Heróis de Chaimite, 23A
2675-376 Odivelas
Tel: 219 384 516
www.aslautomoveis.com



Peugeot 508 SW 1.6
e-HDi B.Line 2-Tronic
17.950,00€



Renault Megane 1.5 dCi
Bose Ed. EDC CO2 Champion
14.750,00€



Renault Megane 1.5 dCi
Dynamique SS
15.900,00 €



BMW (Série 5)
520 d
25.900,00€

Particulares
Pretende
vender ou trocar
a sua viatura?



968 571 646
Opel Corsa 2000TD dir. ass.
163.200Km só 1 dono
1.500€



ANUNCIE AQUI



ANUNCIE AQUI



ANUNCIE AQUI



Agência Funerária de Caneças

Transladações
para todo o País e Estrangeiro

SERVIÇO PERMANENTE



21 981 32 03
21 980 00 85

Escritório

Praça Dr. Manuel Arriaga
N.º3A - 1685-585 Caneças

Residência

Rua da República,
Nº57 R/C Esq - 1685-484 Caneças

OPORTUNIDADES DESTA SEMANA

LIGUE 96 200 1300 PARA ANUNCIAR AQUI

cinogaz
electrodomésticos
Melhor preço da região
799.00€
Televisor LG 55UF680
21 988 59 10
96 358 72 48/9
www.cinogaz.pt

RODAFIT'S GINÁSIO
7 anos de história
2 anos de nova gestão
Rua da República 63ªA - CANEÇAS
929051089 // 214036834 RODAFITSGINASIO@GMAIL.COM

CARPE DIEM IMOBILIÁRIA
Praceta Elvira dos Santos Paisana
C. Comercial Mirasol - Loja 7 - 1685-574 - CANEÇAS
Tel.: 219 803 603 - Tlm.: 963 708 453
Email: geral@carpe-diem.pt
www.carpe-diem.pt

auto cambota
Rua Norberto de Oliveira, nº 8/10, Povoia de Santo Adrião
Tel: 219 382 910 - Fax: 219 387 235 www.autocambota.pt
VALE 50€
para a manutenção do seu Renault ou Dacia

Visite-nos: **facebook** divine nails canecas
Divine nails
Marcações : 964 583 580

Jangada de Papel
Unipessoal Lda.
Higiénicos
Papéis Mãos
Papéis Hospitalar
Papéis Restauração
Artigos de Higiene
Químicos
Detergentes
Tel. 21 981 63 48
jangadadepapel@mail.telepac.pt

Mirante

Dérbi

por Vitor Cacito



É bem verdade caros leitores que o passado fim-de-semana foi recheado de alguns dérbies. Uns locais, outros nacionais e até os nossos hermanos não nos ficaram atrás.

Começando pelo fim, que também é uma boa forma de começar, registo que o Real Madrid recebeu e foi cilindrado pelo seu rival da Catalunha. Pois bem, desta feita a equipa de Cristiano Ronaldo não conseguiu deter a determinada equipa do Barcelona. Recordemos que Messi apesar de estar recuperado não contribuiu para o estrago.

Afinal este confronto vai muito para além de um simples jogo de futebol. A situação política de uma região confunde-se em muito com os feitos de uma equipa que é o baluarte de **um país** que apesar de não o ser, tudo tem feito para chegar a tal condição. Caldos de galinha e referendos parece que não fazem bem a muito boa gente lá pela capital de Espanha.

Um simples jogo de futebol coloca afinal muita coisa em causa, ou talvez não? Tudo depende do prisma e do lado da barricada que se escolhe.

De uma coisa tenho a certeza o Real levou uma coça na sua própria casa o resto fica para a história.

Em Lisboa em terras de São Vicente de Fora ou de Santo António que uns dizem que é de Lisboa e outros afirmam que é de Pádua disputou-se num curto espaço de tempo o terceiro dérbi da época.

Numa cidade em que os Santos são venerados pela sua população foi Jesus que levou a melhor e nem foi preciso saltar do altar

Ah pois é. Este senhor é o papa dérbies e o resto são cantigas, quer se goste ou não dele o facto é que devagarinho vai levando a água ao moinho e lá continua na frente do campeonato nacional isolado.

Segundo a minha opinião a vitória do Sporting não merece qualquer tipo de contestação.

O que merece alguma indignação são algumas atitudes que não podem ser toleradas num jogo de futebol, estou a falar da agressão de Slimani e dos incidentes no final do jogo entre atletas, e não só, que não beneficiam nada nem ninguém ofuscando uma brilhante vitória Sporting.

Vamos ver o que o conselho de disciplina da FPF vai fazer? É preciso coragem e punir os prevericadores. O exemplo tem de vir de cima. Clubites á parte!

Esperemos com serenidade que quem de direito atue com justiça.

A verdade é que o Sporting segue em frente e o Benfica fica pelo caminho.

Rui Vitória tem de mudar de nome porque de vitória pouco tem.

Por cá os dérbies aconteceram nos escalões de formação e em nada interferiram ou incomodaram as amizades entre atletas, pais ou dirigentes.

Na maior parte das vezes este tipo de jogos servem para o reencontro entre amigos ou vizinhos.

Afinal um dérbi é sempre um dérbi, independentemente da sua influência ou resultado e tem a importância que cada um lhe quiser dar.

Bem espero que façam por ser felizes e não percam tempo a viver a vida dos outros.

A vida é um bem demasiado valioso para se desperdiçar.

Até para a semana.

Visão de Uma Jovem Mulher

por Andreia Fernandes

Violência contra as Mulheres



Não é de todo fácil ter que abdicar da nossa casa, carro, trabalho, objectos pessoais, roupas e até do contacto com a família e amigos, apenas porque tivemos a infelicidade de escolher o companheiro/marido/namorado errado. O número de mulheres que se vê confrontada com esta realidade aumenta de forma exponencial. Largar tudo para começar do zero é não só assustador como um meio de sobrevivência para muitas. A maioria faz-se acompanhar pelos filhos, e é obrigada a lidar não só com as suas frustrações como também com as dos mais pequenos que não se privam de fazer perguntas nem tão pouco conseguem entender o porquê de terem deixado o pai, a família, os brinquedos e a escola.

Há mulheres que saem de casa literalmente com as mãos a abanar. Deixam o seu local de residência, muitas vezes a terra que as viu nascer e crescer, para garantir a sua segurança num local longe o bastante para não serem encontradas. Enfrentam os olhares reprovadores dos mais conservadores que consideram que o casamento é para a vida inteira e que o lugar dos filhos é ao lado dos pais. Teorias de quem nunca viu a sua vida ameaçada por uma arma, de quem nunca exibiu hematomas na rua e tentou justificar ridiculamente, de quem nunca foi literalmente torturada física e psicologicamente, ou de quem nunca sentiu o seu coração apertado ao ver os seus filhos pagarem por erros que lhes são completamente alheios.

Sair de casa e largar tudo é uma decisão para as mais fortes, dotadas de uma coragem extrema. Mas este não é um processo fácil, a saída de casa é só o primeiro passo, depois vem toda a construção de bases para levar a cabo uma nova vida. Muitas em instituições, onde o convívio com outras pessoas pode não ser tarefa fácil, onde as regras são uma constante e as burocracias podem demorar uma eternidade. É um processo moroso e desgastante, mas que é possível de ser bem concluído.

Existem ainda casos igualmente perturbadores como o tráfico de mulheres, violações e mutilações, em que algumas destas mulheres perdem por completo a esperança no ser humano e mesmo assim dão a volta por cima e tornam-se verdadeiras fontes de inspiração. Enfrentam o lado mais perverso do homem, veem a sua vida mudar radicalmente, enfrentam igualmente situações de humilhação e risco de vida. Mulheres que enfrentam o ódio e o poder, que mesmo assim, conseguem manter a capacidade de resposta face à violência são a personificação da coragem.

Porque ser vítima de violência é antes de tudo ter coragem para sair da relação abusiva, ter coragem para fugir aos agressores, e ter a capacidade de começar do zero, enfrentando de cabeça erguida quaisquer traumas que podem ter ficado.

25 de Novembro - Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres

PUB.

(19 Novembro a 2 de Dezembro)



Carneiro

21/03 a 20/04

Carta do Dia: O Carro, que significa Sucesso.
Amor: Fase sentimental muito intensa. Controle os ciúmes e será mais feliz.
Saúde: Hidrate o organismo. Já sabe que beber 1,5 litros de água por dia é essencial.
Dinheiro: Fique atenta às oportunidades. O sucesso está à sua espera!
Números da Sorte: 14, 16, 21, 29, 42, 47



Touro

21/04 a 21/05

Carta do Dia: As de Paus, que significa Energia, Iniciativa.
Amor: Poderá terminar um amor que só causa sofrimento e dor. Renove a sua vida.
Saúde: Faça uma dieta cuidada. Não abuse da sorte.
Dinheiro: Possibilidade de abraçar novos projetos. Terá espírito de iniciativa.
Números da Sorte: 3, 14, 17, 19, 35, 38



Gémeos

22/05 a 21/06

Carta do Dia: 8 de Copas, que significa Concretização, Felicidade.
Amor: Para que a sua relação seja duradoura e muito feliz aposte no romantismo. Faça um agrado à pessoa que tem ao lado.
Saúde: O cálcio é importante para os ossos. Beba mais leite e coma iogurtes.
Dinheiro: Hoje pode concretizar um desejo no plano material. Força!
Números da Sorte: 1, 8, 12, 16, 23, 37



Caranguejo

22/06 a 23/07

Carta do Dia: 3 de Ouros, que significa Poder.
Amor: Declare-se à pessoa que ama! Não espere que o amor vá ter consigo.
Saúde: Período calmo, sem preocupações de maior. Vai sentir-se bem.
Dinheiro: Lute pelos objetivos que pretende atingir. Você é capaz de tudo.
Números da Sorte: 6, 12, 14, 31, 37, 44



Leão

24/07 a 23/08

Carta do Dia: 7 de Ouros, que significa Trabalho.
Amor: Uma atitude do seu par vai dar-lhe a certeza de que fez as escolhas certas no passado.
Saúde: Faça uma dieta equilibrada. Caso contrário, poderá ter problemas de colesterol.
Dinheiro: Podem surgir contratemplos no trabalho. Ultrapassará tudo.
Números da Sorte: 12, 17, 36, 41, 43, 46



Virgem

24/08 a 23/09

Carta do Dia: 7 de Copas, que significa Sonhos Premonitórios.
Amor: Procure estar mais tempo com os amigos. A vida não é só feita de trabalho.
Saúde: Se anda a ter pesadelos, evite comer muito à noite. Verá que recupera o sono.
Dinheiro: A sua situação profissional pode mudar. Tenha esperança.
Números da Sorte: 7, 12, 19, 21, 28, 46



Balança

24/09 a 22/10

Carta do Dia: O Julgamento, que significa Novo Ciclo de Vida.
Amor: O seu par poderá julgar as suas atitudes. Aprenda com os erros e comece um novo ciclo de vida.
Saúde: Se gosta de petiscar entre as refeições opte por tremoços. Têm poucas calorias.
Dinheiro: Período positivo para desenvolver projetos. Arrisque.
Números da Sorte: 1, 5, 19, 24, 38, 44



Escorpião

23/10 a 22/11

Carta do Dia: Valeta de Paus, que significa Amigo, Notícias Inesperadas.
Amor: Poderá conhecer alguém especial através de um amigo. Não feche as portas ao amor!
Saúde: Sente que anda mais inchada? Passe uns dias a comer saladas e sopas sem batata.
Dinheiro: Modere a impulsividade em relação aos negócios. Cuide do que tem.
Números da Sorte: 9, 17, 20, 23, 42, 47



Sagitário

23/11 a 21/12

Carta do Dia: Valeta de Copas, que significa Lealdade, Reflexão.
Amor: Possível desentendimento com um familiar. Repense as suas atitudes. Seja sempre leal.
Saúde: Abrace o ritmo. A sua saúde não é de ferro.
Dinheiro: Comece a poupar. É tarde para economia, quando a bolsa está vazia.
Números da Sorte: 2, 5, 14, 18, 25, 29



Capricórnio

22/12 a 20/01

Carta do Dia: 10 de Ouros, que significa Prosperidade, Riqueza e Segurança.
Amor: Entregue-se ao amor. É uma das maiores riquezas que podemos ter.
Saúde: Se tem tendência para tensão arterial alta coma mais alho.
Dinheiro: A fase é equilibrada nas finanças. Junte tudo o que conseguir. Zele pela sua segurança.
Números da Sorte: 4, 13, 18, 20, 29, 42



Aquário

21/01 a 19/02

Carta do Dia: 9 de Copas, que significa Vitória.
Amor: Acabe com as inseguranças. O seu par gosta muito de si. Deixe o amor vencer!
Saúde: Para descontrair e encontrar a harmonia interior, faça meditação.
Dinheiro: Passe ao lado de comentários maldosos de colegas. Mantenha-se fiel aos seus princípios.
Números da Sorte: 1, 6, 17, 19, 31, 38



Peixes

19/02 a 20/03

Carta do Dia: Cavaleiro de Paus, que significa Viagem longa, Partida Inesperada.
Amor: Aproveite todos os momentos que tem para estar com o seu amor. Fortaleçam os laços.
Saúde: Pode sentir-se mais cansada. Se possível tire uns dias de férias.
Dinheiro: Poderá ter de fazer uma viagem inesperada. Prepare-se!
Números da Sorte: 1, 8, 15, 18, 29, 43

Dedica-se à arte de trabalhar o alumínio, a chapa, o ferro e o ferro forjado. Tudo é feito à medida dos clientes acompanhado sempre de profissionais habilitados com competência e profissionalismo.

Tlm. 96 263 89 39

Rua Vasco da Gama Lote 198, Casal do Bispo, 1675-853 Famões

ON
DIGITAL
Muito mais que a notícia

Dia Mundial de Luta Contra a Sida



No âmbito do Dia Mundial de Luta Contra a Sida, celebrado a 1 de Dezembro de 2015, o Núcleo de Estudos da Infecção ao VIH da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI) defende um reforço do papel dos cuidados de saúde primários (CSP) no tratamento e acompanhamento dos doentes infetados com VIH, em particular os mais idosos.

Portugal tem TAC mais potente do mundo



O Hospital Lusíadas Lisboa é o primeiro hospital do país a disponibilizar um aparelho inovador de TAC (tomografia

computorizada) que permite um diagnóstico mais rápido e seguro de várias doenças. Este novo equipamento possibilita a realização de uma TAC em crianças sem necessidade de sedação, na maioria das vezes, e está adaptado a doentes com fibrilhação auricular, arritmias ou próteses. Para além de único em Portugal, este equipamento é o segundo na Península Ibérica (o primeiro está em Barcelona), e junta-se aos apenas 30 que existem em toda a Europa.

Reabilitar a Pessoa com Lesão Medular



Artigo da Dra. Filipa Faria, Diretora de Serviço de Reabilitação de Adultos no Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão

A lesão medular é uma das situações mais dramáticas que pode surgir na vida de uma pessoa. Em muitos casos instala-se de forma súbita após um traumatismo, por vezes minor, como uma queda em casa, noutros casos instala-se de forma insidiosa, ao longo de semanas ou meses. De qualquer forma, condiciona mudanças importantes no modo de viver e de realizar as tarefas do dia-a-dia, com impacto não apenas no próprio indivíduo, mas também na família. A Reabilitação, através de uma abordagem multiprofissional, contribui de forma decisiva para maximizar as capacidades funcionais, promover a autonomia e a participação social.

Mais de metade das crianças já tomou antibióticos



O aumento dos casos de resistência aos antibióticos é reconhecido como um problema grave pelas principais entidades que regulam a Saúde em todo o mundo. A situação está a preocupar os pediatras que alertam para a necessidade de criar políticas capazes de reduzir o consumo dos antibióticos. Em Portugal, 54 por cento das crianças, no primeiro ano de vida, já tomou antibióticos.

TEMPO NO CONCELHO - PREVISÃO SIGNIFICATIVA

(26 de Novembro a 2 de Dezembro)

| | Quinta | Sexta | Sábado | Domingo | Segunda | Terça | Quarta |
|------|--------|-------|--------|---------|---------|-------|--------|
| Max. | 18° | 18° | 18° | 18° | 18° | 17° | 17° |
| Min. | 11° | 11° | 10° | 8° | 9° | 9° | 10° |

HM FRIO COMPRA E VENDA DE EQUIPAMENTO HOTELEIRO
914 011 776

Farmácias de serviço locais

(26 de Novembro a 2 de Dezembro)

| Quinta | Sexta | Sábado | Domingo | Segunda | Terça | Quarta |
|---|--|--|--|--|--|---|
| Codivel Ptº João de Lemos, 1 Codivel Tel. 219315662 | Gonçalves Rua Dr. Egas Moniz, 30B Odivelas. Tel. 219315662 | Joleni Rua Dr. Alexandre Braga, 3 - 5º B 219310812 | Santo Adrião Rua Bartolomeu Dias, 14 A P. S. Adrião. 219374595 | Nova Rua Açores, 11 - A Olival Basto. 219370305 | Monsserate Rua Guilherme Gomes Fernandes, 31, A 219311139 | Nabais Vicente Rua Artur Boal, 3ª. Lj. Esq. Quinta Nova - 219345959 |
| Cruz Correia Rua de Santo Eloy, 41 A - Pontinha 214792453 | Universo Pça D. Manuel de Arriaga, 12 C Caneças. 219800040 | Altinho Azinhaga dos Be-souros, Lt. R8 P o n t i n h a . 214791359 | Torres Rua Laura Aires, 31, Lj C - Jardim do Sol. Arroja. 219311159 | Leitão Ribeiro Av. 25 de Abril, 23 A - Pontinha 214784094 | Casal Novo Rua do Brasil, Lt. 5 Lj. Dtª. Casal Novo. Tel. 219801493 | Serra da Luz R Padre Américo Monteiro Aguiar, Lt. 77 214795714 |



Livros

XIX Antologia AAP

Anualmente a Associação Portuguesa de Poetas lança a sua antologia poética com poemas dos seus associados. Na edição deste ano, são 63 os autores que marcam presença nesta obra onde a poesia é rainha.

Virgínia Branco, que assina o prefácio, diz que a XIX Antologia da Associação Portuguesa de Poetas «É versátil, pois é participada por grande parte dos associados que assim vêem os seus trabalhos editados. Ela contempla poesia de cariz popular e poesia erudita. Foi com enorme alegria e com muita honra que aceitei o desafio que me lançaram para elaborar o seu prefácio».

Diz ainda que «A Poesia é uma forma de arte sublime e superior que nos incita à prosa poética ou ao poema clássico através da escrita criativa. Através dela o Poeta exprime a música dos seus sentimentos, as suas emoções e elabora peças poéticas, provenientes da aprendizagem que a vida lhe oferece. Para a

enriquecer, o Poeta serve-se das nuances da metáfora e da rima. Não é Poeta quem quer, mas sim quem nasceu com esse Dom!».

Esta obra vai ser lançada no dia 28 de Novembro na sede da Associação Portuguesa de Poetas (Rua Américo de Jesus Fernandes 16-A - 1800-023 Lisboa) e estará disponível para venda a partir dessa data. Mais informações podem ser pedidas por correio eletrónico para: associacao.poetas@gmail.com



Teatro

É Impossível Viver

A partir de Franz Kafka
Dramaturgia e encenação de Ana Luena
Quinta a Sábado às 21h; Domingo às 17h30
Teatro-Estúdio Mário Viegas
M/14
12 € (com descontos €5 a €8,40)

«Não se pode falar neste caso nem de suspeitas nem de inocência. Peço-lhe que não fale mais disso. Somos estranhos um para o outro, conhecemo-nos há tão pouco tempo quanto a altura das escadas desta igreja. Onde é que a gente ia parar se começasse a falar da nossa inocência».

In: Descrição de Uma Luta (Maço de folhas, versão B). Os Contos de Franz Kafka, 2ª vol. [textos não publicados em vida pelo autor], Assírio & Alvim

É Impossível Viver tem como centro o conto Descrição de uma Luta. Editada apenas depois da morte de Franz Kafka, encontrada em múltiplas versões no espólio do autor, esta matéria fragmentária expõe-nos uma



paisagem onde impera a ausência de moral ou sequer de lógica convencional, de onde emergem personagens ambíguas que viajam entre o ponto de vista de um narrador imaginário e a exposição absurda das suas vulnerabilidades e dos seus impasses. Aqui não há espaço para rodeios ou apresentações: uma vez cruzada a porta, logo se entra no amor ou no ódio, no riso ou no medo, no familiar ou no desconhecido.

Dramaturgia e encenação: Ana Luena
Tradução: José Maria Vieira Mendes
Interpretação: João Lagarto e Sérgio Praia
Música original: Peixe
Desenho de luz: Rui Monteiro
Fotografia: Virgílio Ferreira
Co-produção: Teatro Municipal do Porto - Rivoli e Campo Alegre, Cine-Teatro Avenida de Castelo Branco e São Luiz Teatro Municipal



Música

Fuga, sem fugir à alma do Indie



CASUAR, o artista que integrou o CD "Novos Talentos FNAC 2015", lançou a 12 de novembro o seu mais recente single, *Fuga*. Este *one man show*, apresenta desta forma o seu álbum de estreia, que tem lançamento marcado para o primeiro trimestre de 2016, e que será música para os ouvidos de todos os amantes do Indie pop.

Nascido a 30 de Março de 1989 em Castelo Branco, Rui Rodrigues é filho de mãe portuguesa e pai moçambicano.

O primeiro contacto que teve com a música foi nos escuteiros, onde aprendeu a tocar guitarra. Mais tarde, ingressou numa escola de música onde aprendeu a tocar guitarra elétrica, bateria e piano, alimentando assim a sua vertente multi-instrumentística.

Na adolescência tocava frequentemente covers de bandas de rock, punk e metal com os amigos. E, uns anos mais tarde, descobriu o mundo da *World Music* onde aprendeu a tocar percussões africanas, didgeridoo, fujara, gaita-de-fole, entre outros instrumentos tradicionais. Aos 19 anos, deu aulas de música numa escola primária e começou um curso de Produção Musical, que acabaria no ano seguinte.

Perto de atingir o final do curso, Rui Rodrigues foi convidado para tocar na sua banda portuguesa favorita, os *Dazkarieh*. Começava aqui a sua carreira como músico profissional. Para além de experiência musical, foi aqui que despertou para o mercado da música em Portugal ganhando experiência na área do marketing musical.

Com *Dazkarieh* gravou 3 discos e fez mais de 150 concertos em Portugal e na Europa, em países como Alemanha, Espanha, Austria, Suíça e Lituânia.

Fez parte da formação de bandas de variados estilos como *Stereo Parks* (Indie/Rock), *Pás de Problème* (World Music), mas destaca-se a presença na banda *Voodoo Marmalade* (Banda de Ukuleles) onde fez cerca de 100 concertos e onde teve a primeira experiência como compositor/produtor musical compondo, gravando, produzindo e misturando o primeiro disco da banda.

Entre 2014 e 2015 destacam-se as participações como músico nas bandas *Donna Maria* e *D.A.M.A* (onde ainda se encontra em funções).

Em finais de 2014 os *Dazkarieh* acabam com o último disco e a última tour, e dá-se o mote para a criação de um novo projeto musical *one man band* chamado *CASUAR*:

O primeiro trabalho foi lançado em Outubro de 2014. Trata-se de um EP com 5 faixas completamente auto-produzidas desde as letras até à gravação, da mistura e masterização ao design da capa. O tema "*Monotonia*" faz parte da compilação *Novos Talentos Fnac 2015* e durante esse ano rodou na playlist da Antena3.

No espaço de 1 ano, fez mais de 30 concertos destacando-se: Toca a Todos (na praça do Comércio, em direto para a Antena3), Final do EDP Live Bands'15, NOS Alive'15 e Final do CambraFest onde acabou por sair vencedor.

O novo trabalho (1ª longa duração) sairá em Fevereiro de 2016 e terá 10 temas repletos de alma Indie/Pop!



**auto
cambota**

www.autocambota.pt

40
ANOS



Renault Megane Sport Tourer GT
LINE 1.5 DCI 110 CV 2014
19.450,00€



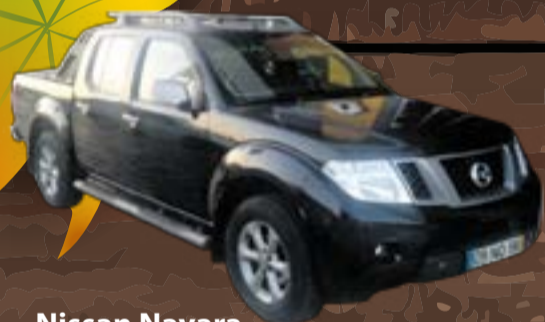
Renault Clio Dynamique S TCE
90 CV 2013
12.450,00€



Peugeot 207 Trendy
1.4 16v 95 cv - 2008
7.450,00€



Dacia Sandero STEPWAY
1.5 DCI 90 CV 2015
16.500,00€



Nissan Navara
2.5 dci 190 cv CD SE 2013
28.000,00€



Renault Kangoo PACK CLIM
1.5 DCI 70 CV 2010
5.650,00 + IVA



Renault Megane Sport Tourer
GT LINE 1.5V DCI 110 CV 2014
19.450,00€



Chevrolet Aveo 1.2 Bi-Fuel
(gasolina/GPL) -2013
9.950,00€



BMW 318
Cabriolet 2000
9.950,00€

Telefones: Geral: 219 382 910 Fax: 219 387 235

Email: geral@autocambota.pt

Rua Norberto de Oliveira 8-8A e 10-10A 2620-111 Póvoa de Santo Adrião

GPS Lat:38.796456744541 Long: -9.167232513427734

