

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS desde €75,00

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS desde €250,00

A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

DIRETAMENTE DA FÁBRICA PARA SI

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

tropical
FABRICANTE, IMPORTADOR E EXPORTADOR DE PRODUTOS PARA ANIMAIS DE COMPANHIA

ATENDIMENTO GERAL
☎ 21 9818310

www.avtropical.pt
geral@avtropical.pt

TROPICAL S.A. - SEDE E FÁBRICA
Rua Luís de Camões, n.º 20
1685-485 Caneças

ON
ODIVELAS NOTÍCIAS

Distribuição Gratuita | Ano 3 | Edição nº 112
2016 | Quinta-feira | 21 de Janeiro
Director: Francisco Godinho | Director Adjunto: Henrique Ribeiro

Tempo
Max. 14°
Min. 8°

HM FRIO
COMPRA E VENDA DE EQUIPAMENTO HOTELEIRO
☎ 914 011 776

Oishi
Restaurante Japonês

Menu Rodízio
Almoço 10.90€
Criança 6.90€ (4 a 10 anos)
Jantar 14.90€
Criança 7.90€ (4 a 10 anos)

Menu Take Away
6.50€ a caixa

Av. Magalhães Coutinho Nº 13 Loja 4 Odivelas, Colinas do Cruzeiro
Tel. 216 013 576 / 967 927 600
Das 12.00h às 23.00 | Hora de Almoço: 15.00h às 18.00h
GPS: 38.791801_9.194087

cinogaz TEFAL Moulinex KRUPS Rowenta A SUA LOJA ONLINE

www.cinogaz.pt

SONHO DE... MENTE

Estreia na Malaposta

Pág. 9

Movimento Odivelas no Coração
Clube Académico de Odivelas celebraram aniversário

Pág. 4

Pontinha/Famões
Entregou prémios do Concurso de Montras de Natal

Pág. 8

Campeonato da Europa de Jiu-Jitsu em Odivelas

Pág. 6

Almeida Santos evocado por Susana Amador

Pág. 4

franciscogodinho
publicidade&marketing

f franciscogodinho



GAMBUZINO AO SACO...

Análise analítica, analisadora e incrustante por:

José Maria Finório

ze@odivelasnoticias.pt

Não, não, não... Há coisas que nem com aquelas pastilhas do anúncio de televisão o Zé consegue engolir. Chamem-me o que quiserem mas com quase 60 anos de trabalho, e de descontos, e uma reforma de 220 euros mensais, não consigo engolir a estória das subvenções vitalícias e ainda menos o protesto dos senhores(as) deputados(as) ao Tribunal Constitucional e ainda muito menos o argumento deste tribunal para chumbar esse corte: «O Tribunal Constitucional chumbou o corte das subvenções vitalícias a que ex-políticos têm direito. A medida abrange cerca de 340 pessoas que custam 10 milhões de euros à Caixa Geral de Aposentações. O Tribunal justifica a decisão com base na violação do princípio da proteção da confiança».

Tou completamente *baralhadinho da silva*. Então não foram violações os cortes nas pensões que foram feitos aos reformados? Pois. Cá o Zé de violações não percebe nada mas...

E ainda há outra coisa... Fala-se que o sistema da segurança social não será sustentável no futuro. Então quando acabar o *carcanhol* e me tirem a pensão não estão a

violar a confiança do Zé que sempre descontou o devido e nunca se furtou aos seus deveres?

E mais, se os senhores do Palácio Ratton invocam princípios constitucionais então o Zé, muito humildemente, pergunta: «Então e o princípio da igualdade?». Pois... Nas contas do Zé esses senhores não fizeram descontos que justifiquem, nem de longe nem de perto, as pensões que recebem. Aqui uma dúvida se levanta ao Zé: «Será que os senhores doutores juizes do Tribunal Constitucional não estão a criar condições para justificar as chorudas pensões que vão ganhar quando de lá saírem?». Ah pois...

Se a notícia das subvenções indignou o Zé li agora uma, que mesmo sendo muito velhinha, me fez sorrir e depois entristecer. O Zé explica. Dizia o Correio da Manhã em agosto de 2014: «As dores de cabeça podem ser uma desculpa para não fazer sexo. Agora, as conclusões de um estudo realizado na Universidade Southern Illinois, nos EUA, vêm comprovar que a desculpa não tem fundamento e que ter relações sexuais é também

uma forma de combater as enxaquecas. «Sabemos que quando as pessoas fazem sexo libertam endorfina e a endorfina pode ajudar a diminuir a dor», explicou a ginecologista Lauren Streicher ao 'Huffington Post'. No entanto, a médica sublinhou que quando as dores são demasiado fortes raramente há vontade de ter relações sexuais e que ninguém deve abdicar de tomar um comprimido. Praticamente todas as mulheres que participaram no estudo viram a intensidade das suas dores de cabeça a reduzir cerca de 50% depois de terem relações sexuais».

Fui a correr contar a novidade à minha Etelvina dizendo que era desta que me livrava dos comprimidos, mas logo ela me tirou o tapete: «Sexo Zé? Vai dormir querendo que sonhar acordado faz mal». Pois, de facto há coisas que já não são para a minha idade.

Vá lá, só mais uma que vem no Correio da Manhã desta quarta-feira. Marta Simões, uma professora de 49 anos sofre de cancro na mama, vesícula e suprarrenal mas mesmo assim tem de ir trabalhar todos os dias para a Escola Básica

2/3 das Taipas. Se não se apresentar ao trabalho perde o vencimento porque a aposentação proposta pela Caixa Geral de Aposentações à professora foi indeferida. Porque é que a senhora não foi para deputada. Assim poderia exigir a subvenção vitalícia. Sem dúvida que às vezes o Zé tem dúvidas que de que não esteja a viver num país do terceiro mundo.

Esta quarta-feira o senhor deputado do CDS/PP, João Rebelo, veio a Odivelas visitar uma escola e descobriu que ela está construída em solo arenoso e que há partes que poderão vir a ruir. *Éh pá*, os jornalistas e políticos de Odivelas têm andado *bué de distraídos*, ou o senhor deputado tem veia de descobridor. Se calhar seria ele a estar distraído quando em 2005 não descobriu a maneira de o CDS ganhar a Câmara Municipal de Odivelas. Bom mas de qualquer forma o Zé tem de assinalar aqui que a nova liderança do CDS/PP em Odivelas está a inverter a situação de marasmo dos últimos anos. Parabéns por isso.

A Secção do PS da Ramada quer mesas de voto no Jardim da Amoreira. Tem feito insistentemente esse pedido ao senhor presidente da União das Freguesias da Ramada e Caneças mas sem efeito. Aos ouvidos moucos do *camarada* Ilídio reagiram com um abaixo-assinado e uma petição online. O Zé não sabe o resultado desta movimentação mas sabe que se o senhor doutor candidato presidencial Sampaio da Nóvoa não ganhar na Ramada a culpa será do senhor Ilídio... Ou não!

E prontos, está prontinha e bem acabadinha mas uma crónica das caçadas semanais aos gambuzinos embora o Zé tenha fugido um pouco aos limites territoriais. Mas que querem, a vida tem mesmo destas coisas. Volto para a semana, ou não!

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

Cromos ON

81

+



Ilustração: Hugo Mestre

Luís Monteiro da Silva

Há muitos anos jornalista em Odivelas e ultimamente num projeto de rádio online, a Cruzeiro. Merece entrar na caderneta ON.

Aqui D'el Rei

Diálogos: JMF | Ilustração: Hugo Mestre
Fotografia: DR



Não entendo a nova arte urbana

Arte... Ó D. Dinis...

É apenas desrespeito pelos outros

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.

ON
ODIVELAS
NOTÍCIAS

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

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



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

**LEITÃO ASSADO TODOS OS DIAS
NO RESTAURANTE EM FORNOS
PRÓPRIOS À MODA DA BAIRRADA
PREPARADO E SERVIDO
DE FORMA TRADICIONAL**



COLINAS DO CRUZEIRO - ODIVELAS



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

MOC assinalou 8º aniversário Voluntários receberam *Coração Cívico*



Fotografias: GC/CMO

No dia 16 de janeiro, em cerimónia realizada no Pavilhão Polivalente de Odivelas o Movimento Odivelas no Coração assinalou o seu 8º aniversário. No evento marcaram presença o presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins; a vereadora Maria da Luz Nogueira; os presidentes da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio e da Junta da União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, Rogério Breia, para além de dirigentes, associados e voluntários de MOC e de representantes de instituições do concelho.

Como é habitual nos seus aniversários o MOC entregou o seu *Coração Cívico*, galardão atribuído a pessoas ou instituições que se destacuem em ações solidárias. Este ano os distinguidos foram: Elísia Bernardo, Sérgio Santos, José

Amândio e a Carlos Alberto Soares. O presidente do Movimento Odivelas no Coração, António Nunes, agradeceu a ajuda de todos quantos dão o seu tempo e dedicação a este movimento solidário.

O presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, considerou que o MOC é «Uma das instituições de referência e sucesso na área social e cívica do Concelho de Odivelas», explicando que «Pelo que tenho assistido ao longo destes últimos oito anos o caminho percorrido tem sido uma nobre caminhada de atividade social exemplar, solidária, de voluntariado, e

de autêntica promoção da cidadania».

Hugo Martins disse ainda que «Perante o cenário de dever cívico cumprido que emana nesta sala recheada de pessoas boas e de bem que respiram solidariedade, voluntarismo e preocupação pelo bem-estar do próximo, não me restam dúvidas de que em Odivelas sabemos aliar a Razão ao Coração».



Clube Académico de Odivelas Bodas de Prata assinaladas em sessão solene



Fonte e fotografias: CAO

Fundado a 01 de janeiro de 1991, o Clube Académico de Odivelas assinalou no passado sábado, as suas Bodas de Prata, com uma Sessão Solene Comemorativa que teve lugar no auditório do Pavilhão Multiusos de Odivelas e que contou com a presença de cerca de sete dezenas de convidados, entre os quais o vereador do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira; o presidente da Junta de Freguesia de Odivelas,

Nuno Gaudêncio; os sócios fundadores da coletividade, Fernando Silva, Joaquim Araújo e José Rodrigues, bem como representantes da Casa de Goa e do Luso Futebol Clube, elementos dos atuais e antigos corpos sociais, atuais e antigos treinadores e atletas e ainda pais e encarregados de educação.

Usaram da palavra o diretor desportivo do CAO, Maurino Silva; o sócio fundador José Rodrigues; o presidente da JFO, Nuno Gaudên-

cio e o vereador da CMO Paulo César Teixeira.

A sessão foi encerrada pelo presidente da coletividade Vasco Martins, após a entrega da medalha comemorativa do evento. Esta medalha foi atribuída aos representantes dos órgãos autárquicos, aos sócios fundadores, aos atuais e antigos dirigentes, treinadores e atletas, bem como às empresas parceiras do Clube Académico de Odivelas.

Notícias do Parlamento



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

go que exerceu sempre de forma exemplar, merecendo o reconhecimento, a admiração e o carinho de todos os militantes socialistas, tendo, inclusivamente sido eleito em Congresso como Presidente Honorário, como forma de distinguir um conjunto de qualidades dificilmente igualável.

5 – Essa admiração e estima nunca foram exclusivas do PS, pelo contrário: todos os democratas e partidos políticos, sem exceção, renderam-se às suas qualidades políticas, intelectuais e humanas que o transformaram no verdadeiro «Príncipe da Democracia».

6 – Membro do Conselho de Estado desde 1985, obteve o reconhecimento unânime pelos mais distintos e elevados serviços que prestou ao PS e ao nosso país, que se traduziram também na sua condecoração oficial com a Grã-Cruz da Ordem da Liberdade (em 25 de Abril de 2004) e com a Grã-Cruz da Ordem Militar de Cristo (em 6 de Junho de 2008).

7 – António de Almeida Santos. Perante o falecimento desta figura incontornável da Democracia e da Liberdade, não poderia deixar de usar este espaço para manifestar o meu pesar perante o seu desaparecimento na noite do passado dia 18. Portugal ficou mais pobre, mas, em contrapartida, António de Almeida Santos deixa-nos a riqueza do seu exemplo como cidadão, político, estadista, humanista e, sobretudo, como um Homem Bom.

8 – António de Almeida Santos foi sempre um amigo de Odivelas, e como Homem de Cultura que era, foi sempre uma figura presente nas edições da nossa Bienal da Lusofonia. Tive também o privilégio de contar com António de Almeida Santos em todas as Comissões de Honra das minhas diferentes candidaturas a cargos políticos eletivos, o que constituiu para mim uma enorme responsabilidade e gratidão que nunca esquecerei.

9 – Envio um abraço fraterno a toda a família de António de Almeida Santos neste momento de dor feita de espada fria e vergo-me perante este enorme vulto, feito de uma força tranquila, cuja voz de veludo feita de canto e encanto de Coimbra nos deixa tristes, muito tristes na hora da despedida.

1 – Nasceu a 15 de fevereiro de 1926, em Cabeça, Seia, mas passou a sua infância em Vide, terra de seu pai. Com 18 anos, a Faculdade de Coimbra recebeu-o para estudar Direito, tendo concluído a licenciatura em 1950. Como «capa negra» conheceu o Fado de Coimbra ao qual se dedicou de voz e guitarra ao longo da vida. E foi também, enquanto estudante de Coimbra, que se tornou defensor da Liberdade e da Democracia e iniciou um percurso político longo e extraordinário.

2 – Homem de arte e cultura, foi um jurista e advogado brilhante através de uma carreira profissional iniciada em Moçambique, onde viveu cerca de 20 anos, sendo que, enquanto advogado foi um dos mais abnegados e distintos defensores dos presos políticos vítimas da ditadura de Salazar e Caetano, aliando-se à luta pela autodeterminação das então colónias ultramarinas portuguesas.

3 – Após o 25 de Abril de 1974, desempenhou um papel preponderante nas negociações com os movimentos de libertação das antigas colónias portuguesas com vista à independência daqueles territórios. Desempenhou dos mais elevados cargos do Estado português, quer ao nível parlamentar, quer do Governo. No Parlamento foi Deputado nas I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII e IX Legislaturas, líder Parlamentar do Partido Socialista e, também, Presidente da Assembleia da República nas VII e VIII Legislaturas. No Governo, integrou vários elencos governativos, designadamente: Ministro da Coordenação Interterritorial no 1.º, 2.º, 3.º e 4.º Governos Provisórios, Ministro da Comunicação Social no 6.º Governo Provisório, Ministro da Justiça no 1.º Governo Constitucional, Ministro-adjunto do Primeiro-ministro no 2.º Governo Constitucional e Ministro de Estado e Assuntos Parlamentares no 6.º Governo Constitucional.

4 – No seu partido político de sempre (o Partido Socialista), foi Presidente entre 1992 e 2011, car-

obrivelas
Reabilitação e conservação de Edifícios

Tel 21 932 32 15
Tlm 91 438 59 02
geral@obrivelas.pt

Empreitada Geral de Construção Civil
Obras Particulares
Obras Públicas
Reabilitação de Imóveis
Empreitada Geral
Empreendimentos



HACIENDA D. LUISA

RESTAURANTE MEXICANO



vale 1 Margarita ou 1 Corona

Promoção válida de 2ª a 6ª feira aos almoços e jantares



Basta recortar e apresentar no início da sua refeição, válido para almoço ou jantar de 2 pessoas



Um pouco do historial da *Portugal Gold Team*

O Jiu-Jitsu tem componente social



Publireportagem

Os primeiros passos de Leonardo Costa, atualmente Cinturão Negro 3º Dan, na difusão do Jiu-jitsu como arte suave, foram dados na década de 90 na cidade de Tereópólis, Estado do Rio de Janeiro, Brasil, mas nunca lhe havia ocorrido senão ajudar o próximo, longe ainda de imaginar liderar uma equipe que hoje é reconhecida a nível nacional e internacional, **Portugal Gold Team**.

Mas a maior conquista destes 24 anos da sua prática de Jiu-jitsu, não foi o cinturão negro que segura o seu kimono, mas a conquista de respeito perante um trabalho que começou na relva defronte da sua casa, que partilhava com um amigo, chegando hoje às 6 filiais espalhadas pela Amadora, Ramada, Pontinha, Mafra, Luanda, Irlanda e Brasil.

Com o trabalho social desenvolvido durante estes 14 anos em Portugal, o maior prémio atribuído não foram os diplomas espalhados pelas paredes dos CT's (centros de treino), mas as dezenas de vidas de jovens já alteradas, com trabalhos profundos, junto de jovens e adultos vítimas de *bulling*, dificuldades de interação pessoal, depressões profundas e baixa

autoestima.

Através do jiu-jitsu o próprio mestre Leonardo Costa, reaproximou-se das suas origens de religião, o Evangelismo e pequenos grandes gestos como um abraço passaram a ter mais valor.

Passados já 10 anos da fundação da **Portugal GoldTeam**, a preocupação central tem sido a de apoiar todos quantos procuram através do jiu-jitsu e da sua disciplina, um novo caminho e o centro de si mesmos, e a ninguém é recusado acesso aos treinos por falta de condições financeiras. Para este efeito são desenvolvidas bolsas de estudo da arte, em retorno de trabalho voluntário em prol do projeto.

Devido ao facto de ser um desporto sem apoio governamental, a **Portugal Gold Team** tem conseguido o apoio de algumas empresas (como sejam a Oriflame ou a Holmes Place), que acreditam dentro das suas filosofias empresariais que o desporto é o caminho para a redução da criminalidade e marginalidade no País.

Nestes 10 anos, já foram realizados 10 campeonatos internos e em todas as edições tivemos o apoio dos atletas e seus familiares

e amigos, na doação de alimentos que são entregues na junta de freguesia onde se realiza o evento, tendo sido nesta última edição, doados à junta de freguesia de Mafra, para serem criados cabazes e transferidos aos mais necessitados.



É uma satisfação para o Mestre e Fundador Leonardo Costa, bem como para os professores e instrutores da **Gold Team**, assistir todos os dias ver à evolução não só técnica, mas como Ser Humano, dos jovens, homens e mulheres, dentro deste grupo que é já uma família.

A **Portugal Gold Team** tem sido

um ponto de crescimento e apoio para diversos sonhos e buscas, lembrando-nos por exemplo de um jovem PSP que acalentava o sonho de entrar no grupo de forças especiais e intervenção da PSP, e foi com o treino, esforço e dedicação que este sonho se tornou realidade, e temos hoje no CT da Pontinha, o brasão da Intervenção como forma de agradecimento e de nos recordar que querer é poder, e não existe o Impossível.

Porque o nome desta equipe – **Portugal Gold Team**? A escolha foi feita de certa forma espontânea e imediatamente por Leonardo Costa, e foi a decisão mais fácil dentro do projeto: Portugal por ser o país que escolheu e tão bem o acolheu, apesar das dificuldades iniciais de integração como emigrante, e **Gold Team** pela ideia de termos equipa de ouro, dourado não só nos tatamis, mas fora deles respeitando e fazendo a diferença dentro da modalidade e no panorama do desporto em geral.

A gestão da **Portugal Gold Team** é feita de forma coerente e sem dificuldade, pois atualmente, para além de bons professores e instrutores, unidos na mesma ideologia, Leonardo Costa tem ao seu

lado uma equipa de gestão nas áreas financeira, marketing e RP, que o apoiam na coordenação e unificação da imagem e ideais dos centros de treino da **PGT**, garantindo assim que após cobertos os custos fixos, sejam doados 50% ou mais mensalmente das receitas obtidas com inscrições ou quermesses, à igreja, que transforma esta verba em medicamentos para idosos e cabazes para as famílias mais necessitadas.

Porque ajudar não é apenas formar atletas para se tornarem campeões e amealharem medalhas? Porque a todos quantos surgem na **Portugal Gold Team**, se juntam nos treinos e na filosofia de vida saudável, a ideia de ajudarmos e fazer o bem ao próximo, a todos tem trazido benefícios e aberto muitas portas, porque *"ação leva a reação"*, e é bom fazer o bem!

O foco da equipa **Portugal Gold Team** é o fator humano, promoção da modalidade e apoio de cada aluno/atleta/instrutor e professor, no prosseguimento dos seus objetivos desportivos, pessoais e profissionais, promovendo saúde, bem-estar e trabalho de cariz social.



MIMINHOS DA BELA

ARTESANATO

PINTURA EM TECIDO, MADEIRAS ETC...

BIJUTARIA E ACESSÓRIOS, BONECOS EM EVA

Centro Comercial Girassol, Balcão N° 1 | Caneças ☎ 96 108 41 22 @miminhosdabela@hotmail.com f miminhosdabela

PUB.



OPTI  FÁBRICA
PONTINHA

Exame +
Lentes Unifocais +
Armação **68€**

Exame +
Lentes Progressivas +
Armação **234€**

Consultas de Oftalmologia (por marcação)

Consultas diárias de Optometria e Contactologia

**FÁBRICA DOS ÓCULOS DA PONTINHA
A SERVIR O CONCELHO HÁ 15 ANOS**

+ de 1000 Óculos em Exposição
Preços de Fábrica o ano inteiro
Atendimento personalizado

CRÉDITO
12X
sem juros

 **ergovisão**
FOR YOUR EYES

Oculista de Santo Eloy, Fabrico de Óculos, Lda.
Tel. 214 795 803 - Tlm 963 606 177

www.optifabrica.pt

União das Freguesias da Pontinha e Famões

Entregues prémios do concurso de Montras de Natal



Fotografias: JUFPP



A Florista Jokiflor foi a vencedora, entre as 18 lojas concorrentes, do 14.º Concurso Montras de Natal de Pontinha e Famões, sendo o segundo lugar atribuído à loja da Padaria Pinto e Figueiras e o terceiro à frutaria Mundo Suculento.

Os prémios foram entregues em cerimónia realizada no dia 13 de janeiro, no salão nobre da Junta de Freguesia, onde esteve a presidente da autarquia, Corália Rodrigues, a vereadora das Atividades Económicas da Câmara Municipal de Odivelas, Mónica Vilarinho, e os cinco membros do júri: Adelaide Calvo, Mosaico; Tiago de Jesus, por parte da Câmara Municipal de Odivelas; Paula Reis, do Centro de Formação Profissional para o Setor Alimentar (CFPSA) da Pontinha; Fátima Mendo, da Associação Empresarial de Comércio e Serviços dos Concelhos de Loures e Odivelas (AECSCLO); e Alberto Barreiro, vogal da Junta de Freguesia.

O muito público que encheu o Salão Nobre foi brindado com excelentes apontamentos musi-

cais, a cargo do Grupo Coral dos Pequenos Cantores da Pontinha e do duo de acordeonistas Frères Lopes, Yannick e Yohann, lusodescendentes, naturais de França, que recentemente abriram uma escola de música em Famões, sendo o primeiro deles vencedor, em 2011, do grande prémio internacional de acordeão diatónico sénior, em Itália.

Para além dos prémios atribuídos pelo júri foram ainda distinguidas com certificados de classificação as lojas cujas montras obtiveram os três primeiros lugares na votação online que decorreu durante o mês de dezembro na página do Facebook da Junta de Freguesia, respetivamente, Oculista do Lumiar, Nina G Cabeleireiros, e Florista Jokiflor. A todas as lojas concorrentes foram atribuídos certificados de participação.

A Junta de Freguesia distinguiu ainda com quadros alusivos duas associações que durante a época de Natal deram mais vida aos seus bairros, decorando e iluminando o espaço público: o Grupo de Danças e Cantares do Casal do Rato, que forrou com crochê troncos de

árvores dos jardins e montou na fachada da sua sede um presépio também em crochê, e a Associação Arrufarte, que instalou no Jardim da Serra da Luz um presépio feito de troncos de madeira esculpidos.

Tanto a presidente da Junta de Freguesia, Corália Rodrigues, como a vereadora Mónica Vilarinho enaltecem o trabalho realizado pelos lojistas que embelezaram as suas montras, tornando-as apelativas e contribuindo para que as ruas ficassem mais acolhedoras na quadra natalícia. Por outro lado, garantiram que as instituições que representam continuarão a desenvolver as iniciativas possíveis para apoiar o comércio tradicional e o empreendedorismo, agradecendo ainda às forças vivas da sociedade civil, ali representadas pelas duas associações que foram distinguidas, todo o empenho que demonstram na promoção de melhores condições para a comunidade. Recordar-se que este concurso é uma iniciativa da Junta de Freguesia e tem por finalidade promover o comércio de cariz tradicional com sede no

seu território, podendo nele participar, através de inscrição gratuita, todos os estabelecimentos comerciais que tenham montras e estejam a funcionar legalmente na área geográfica da União das Freguesias de Pontinha e Famões. São já oito anos de solidariedade e de promoção da cidadania do Movimento Odivelas no Coração (MOC). A festa de aniversário, celebrada a 16 de janeiro no Pavilhão Polivalente de Odivelas, contou com a presença de diversas individualidades da sociedade odivelense, entre elas o Presidente da Câmara, Hugo Martins, a Vereadora Maria da Luz Nogueira, os Presidentes das Juntas de Odivelas e da Póvoa de Santo Adrião/Olival Basto, Nuno Gaudêncio e Rogério Breia, respetivamente, e o Presidente do MOC, António Nunes. Numa cerimónia emotiva, mas também cheia de alegria, foram entregues os Corações Cívicos – distinção dada pelo MOC a indivíduos que dão muito de si a este movimento – a Elísia Bernardo, Sérgio Santos, José Amândio e a Carlos Alberto Soares. Hugo Martins, lembrou que “esta é, de

facto, uma das instituições de referência e sucesso na área social e cívica do Concelho de Odivelas”, acrescentando: “o caminho percorrido tem sido uma nobre caminhada de atividade social exemplar, solidária, de voluntariado, e de autêntica promoção da cidadania.” O Presidente concluiu, por fim: “Perante o cenário de dever cívico cumprido que emana nesta sala recheada de pessoas boas e de bem que respiram solidariedade, voluntarismo e preocupação pelo bem-estar do próximo, não me restam dúvidas de que em Odivelas sabemos aliar a Razão ao Coração.” A festa de aniversário não podia terminar sem os tradicionais ‘Parabéns a Você’, cantados com entusiasmo pelos presentes. Com oito anos de existência, o MOC já desenvolveu as mais variadas componentes de apoio a agregados familiares carenciados, bem como às vítimas de violência doméstica salientando-se também na área da educação, a criação de um grupo de explicadores para os mais jovens. Neste momento, apoia 120 famílias que vivem uma situação delicada.



COM A VISÃO
EU NÃO BRINCO.

O MAIOR GRUPO ÓTICO PORTUGUÊS.
MAIS DE 270 LOJAS PELO PAÍS.



grupo
Optivisão
olhamos pelos seus olhos

Telfs.: 219 317 519 - 309 823 605 - 913 645 456

Rua Major Caldas Xavier, nº 16 a/b - Odivelas www.optiface.com

Associação Esquerda Alta

Arte, cultura e desporto



Henrique Ribeiro
henriqueribeiro@odivelasnoticias.pt



Fotografias: Henrique Ribeiro



O Grupo de Arte Dramática de Odivelas nasceu em 2013. Em 2015 o âmbito alargou-se e nasceu a Esquerda Alta, Associação Cultural, Recreativa e Desportiva de Odivelas para dar suporte a este grupo teatral, criar um novo e abraçar novos projetos noutras áreas de atuação.

Em dia de ensaio fomos ao auditório do Centro de Exposições de Odivelas para conhecer melhor este projeto. Falámos com José Gomes, presidente direção, autor e ator, com Armando Miranda, presidente do conselho fiscal e também autor e ator, com Miguel Fonseca, presidente da mesa da assembleia-geral, autor e encenador e com Ana Luís Carvalho bailarina convidada para a peça que vai estreiar dia 29 de janeiro na Malaposta e de que falaremos mais à frente.

José Gomes explicou ao **Odivelas Notícias** como tudo começou: Uma formação no Centro de Exposições de Odivelas (CEO) com Miguel Fonseca que deu origem ao Grupo de Teatro do CEO que funcionou durante um ano até que «Achámos que estava na altura de fazer uma coisa mais a sério e criámos o Grupo de Arte Dramática de Odivelas (GADO)». Em 2015, como o grupo não tinha personalidade jurídica e havia alguma dificuldade no relacionamento com entidades oficiais foi criada a Esquerda Alta - Associação Cultural, Recreativa e Desportiva de Odivelas.

O GADO levou ao palco em 2014 a peça *O Príncipe Feliz* «Que abriu a Festa do Teatro Amador da Mala-

posta nesse ano e que teve muito boa aceitação», lembrou José Gomes.

Apesar de ainda não ter sede própria a Esquerda Alta tem projetos para um futuro próximo. Para além de continuar com o grupo de teatro querem avançar com artes marciais, sendo que Miguel Fonseca, o encenador do grupo, é também professor nessa área. «Fundamentalmente estamos, neste momento ligados às artes, ao teatro. Temos em preparação um ação de formação de atores que vai decorrer de fevereiro a abril na Malaposta e será orientada por Miguel Fonseca», explicou José Gomes, que considera que este evento pode ser um viveiro para novos membro do grupo de teatro.

Armando Miranda falou de outros projectos futuros como «Um mercado ao ar livre, talvez junto ao Pavilhão Multiusos de Odivelas, com várias áreas, como a feitura de artesanato ao vivo, para despertar interesse nas pessoas. Está nos nossos planos contactar a Associação de Artesãos D. Dinis nesse sentido porque a ideia não é só mostrar o trabalho dos artesãos mas também motivar as pessoas a inscrever-se nessa associação e aprender a fazer artesanato. Nesse mercado também pretendemos mostrar alguma gastronomia e demonstrações de atividades desportivas, uma feira de velharias e outras ideias que possam surgir uma vez que a ideia de um mercado ao ar livre pode ser muito abrangente e diversificada. O sítio sugerido tem a ver com a existên-

cia de uma zona com a dimensão suficiente, ser agradável e arborizada e com muita população jovem, em contraponto com a zona central de Odivelas que está muito envelhecida e quase todos os eventos decorrem na zona do Convento de S. Dinis e S. Bernardo (Largo D. Dinis) e nós queremos descentralizar».

Ainda no âmbito do teatro Armando Miranda referiu a intenção da Esquerda Alta de criar também um grupo de teatro infantil situação que «Todos gostávamos e manter em permanência dois grupos de teatro, uma com uma peça infantil e outro com uma peça para adultos».

José Gomes referiu que está também nos projetos da associação a realização de um Concurso de Fotografia ou uma Maratona Fotográfica sublinhando que todas as atividades se irão centrar no concelho de Odivelas.

Sonho De... Mente

Falando do Grupo de Arte Dramática de Odivelas, José Gomes disse ao **Odivelas Notícias** que no dia 29 de janeiro, às 21h30, vai ser estreada na sala café teatro da Malaposta a peça *Sonho De... Mente*, com textos originais de todos os elementos envolvidos na peça, o encenador Miguel Fonseca, os atores José Gomes e Armando Miranda e a bailarina Ana Luís Carvalho. A peça repete no dia 30 na mesma hora e local com o preço único de 7,5€. Tem a duração de 60' e é para maiores de 12 anos. O grupo pretende levar a peça

também a outros locais, dentro e fora do concelho de Odivelas e já fez alguns contactos nesse sentido mas ainda sem nada concretizado.

A encenação e o produto final

O Grupo de Arte Dramática de Odivelas tem como encenador Miguel Fonseca a quem perguntámos como é pegar nos textos e em atores amadores e montar uma peça. «Nos nossos espetáculos há algo que caracteriza este grupo e é a minha forma de entender o teatro: As peças são um produto do grupo, ou seja, é algo que cozinhamos todos. Não faço a encenação em casa, conto com a riqueza de serem pessoas mais velhas do que eu, com experiências e vivência culturais bem vincadas, ricas e diversificadas e por isso conto sempre com a opinião deles e tentamos que isso faça parte do espetáculo. É obvio que como encenador tenho aqui um papel aglutinador e decisivo. Nós temos uma linha daquilo que queremos dizer enquanto artistas, eu lanço alguns desafios, lanço algumas ideias e a a partir dai trabalhamos em conjunto o trabalho final».

Miguel Fonseca tem a consciência que o teatro que o GADO produz não é, do ponto de vista estético, o mais acessível, não é um teatro comercial. «O teatro que nós construímos aqui não é um teatro fácil. Não defendo que se faça um teatro que só quem o faz é que o percebe mas também acho que não podemos estar sempre a ofe-

recer sopa às pessoas que têm o direito de também consumir outras coisas. A minha linha de encenação, dito pelas pessoas que vêm os espetáculos, não é uma linha fácil mas também não considero que seja uma linha que só eu é que percebo. Confio na inteligência dos espetadores e há sempre uma mensagem que o espetador tira». *Sonho De... Mente* «É um espetáculo escrito por nós porque nos dá também muito prazer escrever. Como transportamos o que escrevemos para o palco isso sofre um bocadinho as minhas influências». Armando Miranda sublinhou que esta peça foi pensada para dois homens mas «Tive a oportunidade de conhecer a Ana Luís Carvalho que é professora de dança clássica e achei que fazia falta um elemento feminino que dançasse na peça e convidéi-a. Ela veio só para dançar no início da peça e neste momento já conseguimos que ela dançasse ao longo da peça e que fizesse uma interpretação, embora não oral, fazendo parte do envolvimento dos textos do ponto de vista estético».

Ana Luís Carvalho nunca tinha entrado em nenhum projeto teatral e confessou ao **Odivelas Notícias** que «Está a ser um desafio novo e muito interessante para mim. Não é a minha área apesar de o palco não me ser totalmente desconhecido». A coreografia foi criada por Ana Carvalho especialmente para esta peça com as músicas sugeridas pelos autores dos textos. Esta experiência agradou à coreógrafa e bailarina que dirá sim a eventuais convites no futuro.



Tlm. 96 263 89 39

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

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.



Sexta 22 de Janeiro



Cinema:

Portugal Um dia de cada vez

Às 21h30 na sala de cinema da Malaposta integrado no ciclo de cinema Zoom In é exibido este documentário de João Canijo e Anabela Moreira. Preço único 3€. 115'. M/12
Drama, Documentário, Portugal, 2015.

«Uma viagem que começa no extremo Norte de Portugal e que, por terras de Trás-os-Montes e do Alto Douro, visita uma dúzia de aldeias e lugares.

As casas, os cafés, as ruas, e as pessoas que ainda as habitam. É o retrato do dia a dia de algumas dessas pessoas, cada vez menos, cada vez mais idosas. E só. Gente que leva a sua vida, um dia de cada vez».

Sábado 23 de Janeiro



Stand-Up Comedy:

Marias cheias de graça

Às 21h45 na sala café teatro da Malaposta. Preço único 7,5€. 75'. M/16.

«A mulher portuguesa é muitas mulheres, muitos rostos, muitas dores, muitas gargalhadas, demasiados anseios.

A crueza da realidade pode ser estranha, inaceitável, divertida, chocante ou só mesmo aquilo que é, aquilo que se sente.

As carpideiras desapareceram e deram lugar a mulheres de corpo e alma inteiros. Sem pruridos, sem pudores, porque a vida não passa de vida mesmo.

Quatro mulheres um só palco».

Cinema Infantil:

Filminhos à solta pelo país

Às 16h00 na sala de cinema da Malaposta. Preço único 3€. 55'. M/3.

«É Inverno, e isso causa alguns problemas de orientação em A Grande Migração, mas há outros que parecem não gostar muito do sol em Um dia de Sol. Sol esse (ou será outro?) que está a atrapalhar a vida à Luzinha! Entretanto, a Foxy e a Meg estão cheias de fome e querem lanchar, e o Mancha e o Machinhos também vão tentar comer no campo, mas parece que aquilo não é para eles...»

Enquanto isso, o Ginjas anda às voltas com umas plantas muito esquisitas e os porcos espinhos estão a tentar resolver um problema com a casa deles. Por falar em casa, o nosso amigo ET não parece dar-se muito bem com a sua. Ou será que são os outros que não se dão bem com ele?».

Domingo 24 de Janeiro

Aulas de Tai-Chi Chuan, por Ernesto Reis

Das 10h30 às 12h30 no Jardim da Música ou no Centro de Exposições de Odivelas no caso de mau tempo.

Aulas gratuitas. É necessário levar roupa e calçado confortável.

Informações/Inscrições: Divisão de Cultura, Turismo, Património Cultural e Bibliotecas da CMO: 219 320 800 | cultura@cm-odivelas.pt

Quarta 27 de Janeiro

Reunião Pública da CMO

Às 09h30 nos Paços do Concelho. Haverá um período de intervenção dos munícipes mediante inscrição prévia nos serviços municipais.



Música e Dança:

Milonga – tango na rua

Às 21h30 no foyer da Malaposta com Alexandra Rua, Ilídio Varandas, Manuela Barbosa e Lino Silva. 150'. M/12. Entrada livre.

«O Tango na Rua não é uma escola de dança, nem uma companhia de espetáculos, é um grupo composto por pessoas de diferentes escolas de tango que organiza milongas, ou seja, bailes de tango, de entrada livre e gratuita com o objetivo de dinamizar e divulgar o Tango Argentino em Lisboa.

As milongas fazem parte do “baile social”, não do “tango show” que estamos habituados a ver nos filmes, nos concursos televisivos ou nos espetáculos realizados em grandes recintos. Mas é natural que as nossas milongas passem por espetáculos para quem passa perto na rua e nos observa...».

Outros dias



Teatro para a infância:

A História da Carochinha

Dia 23 às 16h00 e dia 24 às 11h00 na Black box do Centro Cultural Malaposta. Preço único 6€. 50'. Dos 3 aos 7 anos.

«Por entre várias peripécias muito divertidas, a história tradicional da Carochinha e do João Rato é contada às crianças através do teatro. Vamos ajudar a Carochinha

a encontrar um par, a descobrir as qualidades de cada pretendente. Timidez, gabarolice, valentia, curiosidade, teimosia são características que nos marcam e que fazem do mundo um universo cheio de diversidade. Com o susto da Carochinha aprendemos a valorizar as diferenças e a aceitar o outro. E no fim temos casamentos!».

Campeonato da Europa de Jiu Jitsu

De 19 a 24 de janeiro no Pavilhão Multiusos de Odivelas. Prova europeia organizada pela Federação Internacional de Jiu-Jitsu com o apoio da CMO.

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

Exposição: Abstrações

Até 31 de janeiro pode ver no foyer da Malaposta esta exposição de pintura de José Caldeira. Para ver de segunda a sábado das 10h00 às 21h00. Em dias de espetáculo até às 23h00. Domingos das 14h00 às 19h00. Entrada livre. M/3.

«Durante os 17 anos em que viveu num lar e com a ajuda do seu fisioterapeuta, José Caldeira começou a pintar com a boca e descobriu uma vocação que desconhecia ter. Começou por pintar desenhos de paisagens que, aos poucos, foram ganhando cor, movimento, vida».

E também...

Exposição de pintura de Jorge Rebelo – Do Real à Ficção

Até 28 de fevereiro no Centro de Exposições de Odivelas, com entrada livre. Para ver de terça a domingo das 10h00 às 22h00.

«Jorge Rebelo nasceu em Lisboa, em 1952. Após alguns anos de liceu ingressou na Escola de Artes Decorativas António Arroio, frequentando até ao 4º Ano o curso de “Pintura Artística e Decorativa”. Em simultâneo trabalhou no atelier de pintura de Augusto Bértholo em Lisboa. Em 1977 concorreu para a Companhia de Carris de Ferro de Lisboa para a Secção de Pintura Artística e Publicidade. Ao fim de nove anos foi promovido a “Mestre” chefiando a secção durante 20 anos. Ao longo dos 40 anos de profissão, aprendeu, coordenou e ensinou várias técnicas de pintura com vários tipos de materiais. Executou pinturas de grandes dimensões tais como cenários e stands, executou restauros de obras de arte e pinturas de publicidade artística nos autocarros e elétricos da Carris. Por considerar a maioria das pinturas publicitárias que os autocarros e elétricos ostentavam autênticas obras de arte, atreve-se a chamar-lhes “Arte em Movimento”. Nos dias que correm dedica-se exclusivamente à pintura de quadros a óleo e acrílico com temas abrangidos pelo Realismo e Surrealismo».

Exposição: Objeto do Mês

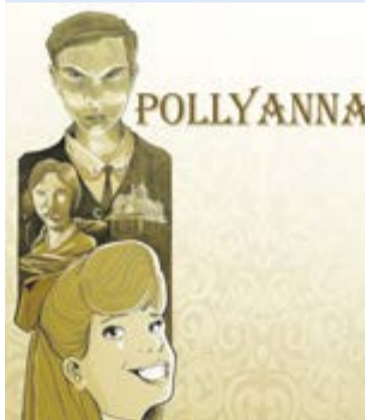
O Tema de Janeiro da exposição Objeto do mês é: Património Imaterial – As Janeiras. Pode ser vista nos Paços do Concelho de segunda a sexta-feira as 09h00 às 13h30 e das 14h00 às 17h30, até 29 de janeiro. Entrada livre.

«O Património Cultural Imaterial, simultaneamente tradicional e contemporâneo, está presente no concelho de Odivelas, sobretudo nas atividades profissionais que recorrem a saberes e técnicas tradicionais. Estas atividades são sem dúvida uma fonte de identidade, criatividade e coesão social».

Exposição: Não há Natal

Até 24 de janeiro de 2016 está patente no Centro de Exposições de Odivelas esta exposição/instalação do artista plástico Rodolfo Bispo que pode ser vista de terça-feira a domingo das 10h00 às 23h00.

Instalação de desenhos em tinta-da-china ou tinta acrílica preta sobre sacos de papel craft. Sendo o saco um símbolo do consumo omnipresente na nossa sociedade, o artista pretende abordar o consumo moderno através da sua utilização integral na criação artística. «Procuro que o meu trabalho seja acessível e interessante para qualquer pessoa. Este é um ponto que considero essencial, visto que considero que a arte se encontra num ponto de desinteresse do público em geral».



Teatro para a infância:

Pollyanna

Até 31 de janeiro no auditório da Malaposta pode ver esta peça de Eleanor H. Porter, pelo Grupo de Teatro Infantil Animarte. Sexta-feira às 21h00. Sábado às 16h00 e 21h00 e aos domingos às 16h00. Preço único 6€. 75'. M/6

«Pollyanna é uma criança que, após ficar orfã, muda-se do campo para a cidade para aí ir morar com uma tia rica e severa que não conhecia anteriormente. No seu novo lar passa a ensinar às pessoas o “Jogo do Contente” que havia aprendido com o seu pai. O jogo consiste em procurar extrair algo de bom e positivo em tudo, mesmo nas coisas aparentemente mais desagradáveis... Quem ficaria contente por receber uma bengala de presente de Natal quando esperava uma boneca? Apenas Pollyanna... “Ainda bem que a bengala não me serve para nada, porque se servisse significaria que estava doente”

Com momentos musicais, muita ternura, e sorrisos, Pollyanna promete ser um espetáculo para toda a família, com esperança de

um amanhã melhor, ideal para a época natalícia, transmitindo princípios tão importantes como a igualdade de direitos, e a ajuda por todos aqueles que se cruzam no nosso caminho».

Projeto Municipal Oficina Domiciliária

A Oficina Domiciliária é um serviço municipal móvel, que efetua pequenas reparações no domicílio dos munícipes idosos, como por exemplo, a substituição de uma lâmpada, de uma torneira, o arranjo de um autoclismo, a reparação de uma fechadura, de estores e persianas, entre outras pequenas reparações. O serviço disponibiliza gratuitamente a mão-de-obra. Os beneficiários do serviço terão de suportar os custos dos materiais utilizados nos arranjos.

Visa promover a qualidade de vida e autonomia das pessoas idosas e/ou em situação de dependência, através da melhoria das condições habitacionais. Podem beneficiar deste serviço os munícipes reformados e pensionistas, preferencialmente, os que se encontrem em situação de isolamento e dependência e que tenham rendimentos mensais per capita, inferior ou igual ao Indexante dos Apoios Sociais (IAS) = €419,22.

Contactos
Divisão de Inovação Social e Projetos Educativos – 219 320 350

Visitas orientadas ao Património histórico-cultural

Visitas efetuadas a escolas e grupos de 2ª a 6ª feira, mediante marcação prévia (não inclui transporte).

Percursos:
Fontes de Caneças (Passarinhos e Fontainhas), ao Aqueduto em Caneças e ao Pannel na Rodoviária de Caneças

Centro Histórico de Odivelas - Visita com passeio pelo centro histórico, ao Largo D. Dinis, à Igreja Matriz de Odivelas, à Biblioteca Municipal D. Dinis, ao Memorial de Odivelas e à Quinta da Memória.

Património Religioso - Visita orientada à Igreja Matriz de Odivelas, à Igreja Matriz da Póvoa de Santo Adrião e ao Padrão do Senhor Roubado.

Informações/inscrições: Divisão de Cultura, Turismo, Património Cultural e Bibliotecas da CMO: telf: 219 320 425 | turismo@cm-odivelas.pt

Coleção Visitável da Escola Profissional Agrícola D. Dinis (EPADD)

Localizada no edifício da Antiga Vacaria, a Coleção Visitável surge num contexto de salvaguarda de um importante património etnográfico, constituído por alfaias agrícolas em desuso e materiais pedagógicos antigos.

Visitas gratuitas à 4.ª feira, mediante inscrição prévia.

Escola Profissional Agrícola D. Dinis, Paiã

Informações/marcações: Divisão de Cultura, Turismo, Património Cultural e Bibliotecas da CMO: 219 320 800 | cultura@cm-odivelas.pt

Deputado do CDS visitou EB 2, 3 D. Dinis

Terreno arenoso e telheiros em fibrocimento



O deputado do CDS/PP na Assembleia da República, João Rebelo, que em 2005 encabeçou a lista desta força política à Câmara Municipal de Odivelas, visitou na manhã de quarta-feira, 20 de janeiro, a E.B. 2,3 D. Dinis (antiga E.B. 2,3 dos Pombais), acompanhado por André Reis, presidente da Comissão Política Concelhia de Odivelas (CPCO) do CDS/PP e pela militante centrista Rita Ferreira.

Segundo nota de imprensa enviada ao **Odivelas Notícias** por esta estrutura partidária, no decurso da visita a subdiretora da escola, Rosa Anjos, esclareceu os visitantes «Sobre os mais variados problemas que esta escola apresenta», nomeadamente «O mais gritante que é, o facto de a escola estar construída em solo argiloso e extremamente maleável, situação que provoca uma clara degradação da infraestrutura, colocando-se inclusive a médio-longo prazo o perigo de ruir em alguns setores da escola». A nota da CPCO do CDS/PP refere ainda a preocupação com o facto de não terem ainda sido removidos os telheiros de fibrocimento que contêm partículas

de amianto.

«Ficámos igualmente sensibilizados com o facto da não existência de um ginásio e a consequente adaptação de uma sala de aulas, para realização das aulas de educação física» refere também a nota centrista, que destaca e louva «O empenho, dedicação e sobretudo a paixão dos funcionários, da direção e dos professores em geral, que com os poucos recursos que têm à sua disposição e não obstante as condições precárias em que desenvolvem a sua atividade, respondem de maneira efetiva e dedicada a crianças de mais de 20 nacionalidades diferentes». Através do deputado João Rebelo, o CDS/PP irá solicitar informações ao Ministério da Educação e a Comissão Política Concelhia de Odivelas irá, igualmente, pedir esclarecimentos à Câmara Municipal de Odivelas, «Para posteriormente e devidamente informados, tomarmos uma posição em relação a esta situação que inclusive coloca, diariamente, a integridade física dos nossos filhos e de todos os que desenvolvem a sua atividade profissional na Escola D. Dinis E.B. 2,3, em perigo».

Fotografia: CPCO do CDS/PP

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

PUB.

ATENÇÃO
CANEÇAS • CASAL NOVO • ODIVELAS
RAMADA • CASAL NOVO • ODIVELAS

ORÇAMENTOS GRÁTIS

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 R/C • 1685 - 570 CANEÇAS
TEL: / FAX: 218 209 520 - TLM: 966 919 414
EMAIL: GERAL@INFORCANEÇAS.PT - SITE: WWW.INFORCANEÇAS.PT

FLASH

Andebol

Um jogo emotivo no sábado

A Associação Vale Grande recebe este sábado, dia 23, pelas 17h00 no Pavilhão Municipal Susana Barroso, no Casal do Rato, o Clube Vela de Tavira, 2.º Classificado, a contar para a 9.ª Jornada do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão no escalão de Seniores Femininos, nesta que será a última jornada para a equipa da Pontinha que já se encontra apurada para a Fase Final do campeonato onde irá lutar pela promoção ao escalão máximo e pelo o título de Campeão Nacional. Por sua vez, o Clube Vela de Tavira ainda procura acompanhar a Associação Vale Grande e após o jogo da primeira volta, onde a equipa orientada por Mário César Navarro venceu por 18:20 em Tavira, desta forma, espera-se um jogo extremamente emotivo e de muita qualidade.

Classificação: 1.º Associação Vale Grande (19 pts); 2.º C. Vela de Tavira (16 pts); 3.º C.P.S.B. Messines (12 pts); 4.º A.R.E.P.A. (10 pts) e 5.º Almada A.C. (7 pts).

Melhores Marcadoras: 1.º Carolina Santos (53 golos) e 4.º Andreia Paulo (33 golos).

Eugénio Catarino

Badminton

Daniel Mendes do CAO atleta revelação 2015

Daniel Mendes atleta do CAO - Clube Académico de Odivelas foi o escolhido pelo Blogue *Linhas & Finas+badminton* como *Atleta Revelação Masculino*, referente a 2015. Daniel Mendes nasceu em 13 de Abril de 1997 (18 anos), na freguesia de Rio de Mouro - Sintra, começando a jogar badminton por iniciativa própria, no Desporto Escolar.

Deu os primeiros passos no badminton com 10 anos (frequentava o 5º ano de escolaridade) e iniciou-se a jogar em novembro de 2007 num torneio do desporto escolar. Nesse ano, apesar de não ter ido à 1ª jornada do Desporto Escolar, terminou em 2º lugar. Uma subida ao pódio que lhe criou o "bichinho" na modalidade e no ano seguinte acabou por se inscrever na Escola Secundária Matias Aires onde iniciou o seu percurso como atleta federado.

Daniel Mendes é atualmente atleta do Clube Académico de Odivelas e é dos atletas nacionais que mais tem evoluído nos últimos anos, e com enormes condições e qualidades de se tornar num dos melhores jogadores portugueses. Para além de campeão zonal em 2015, Daniel Mendes conseguiu em Outubro último, na 1ª Jornada Nacional de Não Seniores-Fase Nacional conquistar a "tripleta" em sub-19. Recentemente foi agraciado com a medalha de Mérito Desportivo na Festa do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas, em representação do CAO.

Maurino Silva

Basquetebol Este fim-de-semana foi marcante para a vida do OBC

Com os campeonatos a entrarem nas fases decisivas, os sub18M do Odivelas Basket foram a equipa em destaque.

Na sexta-feira uma excelente prestação na Malveira (72-67) colocou o Odivelas Basket na eliminatória de acesso à *Final Four* distrital frente ao NB Queluz. O jogo realizado no domingo no pavilhão dos Moinhos da Arroja e perante uma moldura humana entusiasta, foi um grande jogo de propaganda ao basquetebol, mas a experiência, altura e qualidade dos jovens de Queluz acabou por impor-se (43-69).

Entretanto os sub16M venceram o Carnide por 53-17 e concluíram em 1º lugar o seu grupo e vão também disputar na sexta-feira a eliminatória de acesso à *Final Four*

de sub16M.

Todas as outras equipas estiveram também em ação, e apesar das derrotas da equipa sub16F num sempre difícil jogo com uma equipa do CB Queluz e dos seniores masculinos frente ao Marinense (57-65) onde uma 3ª parte menos conseguida acabou por desnivelar a partida, conseguiram-se bons registos.

Foi o caso dos sub16M-B com uma vitória contra a equipa homóloga do Maria Pia e os sub13M que venceram o UD Vilafranquense (69-30). Os atletas mais novos de minibásquete participaram num convívio bem organizado pela Associação de Pais da Escola Básica de Mafra e justifica-se cada vez mais uma aposta no minibásquete, dada a importância para a



formação das crianças e para um crescimento sustentado das equipas do Odivelas Basket. Segue-se um fim-de-semana intenso com os sub16M a jogarem já na sexta-feira a pré-eliminatória de acesso à fase final distrital com o Maria Pia (21h00 no pavilhão Susana Barroso) e em caso de vitória jogarão no domingo a eliminatória decisiva de acesso à *Final Four*

frente ao Estoril Basket (10h30m no pavilhão Susana Barroso).

Os sub18M, continuam na luta pelo acesso às competições nacionais, e para isso precisarão de ir disputar a fase final do 5º ao 8º lugar, necessitando de vencer primeiro o Estoril Basket (sábado, 20h30m no pavilhão dos Moinhos da Arroja).

OBC

Futsal

TOCOF começa o ano a vencer

O Clube de Futebol Metodologia TOCOF inicia o ano a vencer em quase todos os Escalões, mantendo a liderança da Liga Pedro Arrupe.

Mais uma jornada da Liga Pedro Arrupe, uma boa tarde de futebol, que começou com mais uma vitória no escalão Infantil, CFM TOCOF 4 x 2 EAS Telheiras e continuou com a vitória da equipa de iniciados CFM TOCOF 3-1 EAS Algés. No escalão de juvenis, após um grande jogo e com muitos golos perdidos, a nossa equipa sofre um golo de bola parada no ultimo minuto

CFM TOCOF. No entanto a qualidade futebolística que as nossas equipas apresentam é cada vez mais a evidência do excelente trabalho realizado pelas nossas equipas técnicas.

Mini Liga TOCOF, enche bancadas com pais e familiares e o campo com crianças com vontade de aprender a jogar. Uma prova que se afirma devido a regras próprias, que permitem uma melhor aprendizagem do jogo. Sendo a única do género no concelho de Odivelas, coloca o CFM TOCOF e o Município na dianteira do desporto para



Fotografia: TOCOF

crianças e jovens.

No passado dia 18 de Dezembro o CFM TOCOF recebeu a visita da deputada Susana Amador acompanhada da vereadora Fernanda Franchi, que deixou as seguintes palavras «Hoje visitei esse grande projeto de desporto infantil e de

envolvimento integral : O TOCOF! Foi um gosto saudar esta grande família, motivar e estimular o seu projeto». O TOCOF agradece esta palavras que mais uma evidência da qualidade deste projeto!

Bruno Baptista

Futebol

Jogos do Tenente Valdez

Num Sábado frio mas com sol o Tenente Valdez realizou alguns jogos de jovens para os campeonatos da A. F. L

Infantis de 7: Tenente Valdez 1 X Belenenses 2

O Tenente recebeu o Belenenses. Com o apoio dos familiares de todos participantes no jogo os jovens entraram com disposição de jogar à bola e numa partida muito bem jogada, só tardavam os golos que vieram a surgir para o Belenenses através de uma grande penalidade, ainda no primeiro tempo.

A segunda parte continuou com as equipas a procurar o golo e foi o Tenente que veio a marcar também de penalidade, muito bem executada bola, para um lado e guarda-redes para outro, mas seria o Belenenses a conseguir a vitória com uma jogada de belo efei-

to e melhor concretizada. Partida correta com boa arbitragem.

Escolas: Tenente Valdez 3 X Sintrense 1

O Tenente recebeu o Sintrense numa partida de grande velocidade com os meninos a correr todo o terreno. No primeiro tempo apenas se registou um golo, do Tenente Valdez, devido ao bom desempenho dos guarda-redes das duas equipas.

No segundo tempo com algumas alterações o ritmo manteve-se tendo o Tenente aumentado a vantagem, mas sem que os jovens visitantes baixassem os braços e por isso vieram a reduzir, mas antes de o árbitro apitar para o final foi o Tenente que faz o terceiro golo, numa partida muito interessante de assistir, com arbitragem sem reparos.

Infantis 11: Tenente Valdez 2 X S.J. Brito 1

O Tenente recebeu e venceu a equipa do colégio São João de Brito. A equipa do Tenente entrou a praticar o futebol a que já habituou os seus apoiantes nos últimos jogos, ou seja não complicar e procurar o golo o que veio a conseguir na primeira parte.

Na segunda parte apesar de a equipa visitante procurar a igualdade foi a equipa da casa que aumentou a vantagem, mas os jovens do Colégio não desistiram e vieram a marcar o golo que lhes dava a esperança da igualdade o que não vieram a conseguir pois os jovens do Tenente não deram hipóteses defendendo da melhor forma, num jogo muito correto e bem disputado e com arbitragem que, apesar de alguns erros, não teve influencia no resultado.

Iniciados: Tenente Valdez 0 X Futebol Benfica 5

Numa manhã de domingo muito

fria o Tenente recebeu o Futebol Benfica para mais uma jornada do campeonato da 1ª divisão da A.F.L. Com bastante público assistir o jogo decorreu com uma equipa a jogar outra a fazer numero, pois durante todo o primeiro tempo não conseguiam chegar à área adversária enquanto outra marcava chegando ao intervalo com o Futebol Benfica a vencer por três bolas a zero.

No segundo tempo a partida mante-se da mesma forma sem a equipa da casa conseguir fazer uma jogada, enquanto o adversário aumentou com mais dois golos, sendo de salientar a atitude de um jovem jogador do Tenente com o nome de Leandro mais conhecido pelo o baixinho, mas que é o único jogador em campo que não merecia a derrota tão pesada, pelo que joga e procura fazer jogar assim como a entrega. Parabéns Leandro não te percas. Resultado justo para a única equipa que jogou. Arbitragem regular.



Cuidamos do seu sorriso!

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

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



Mitsubishi COLT
1.1 5p 2008
6.450,00€

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



Seat Leon
1.6 tdi Sport
13.800,00€

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



BMW Série 1 123 dA
(204cv) (2p)
21.500,00€

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



Mitsubishi Colt CYP
150cv 2004
7.950,00€

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



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€



Renault Megane Sport Tourer
LUXE 1.5 dCi 110 CV 2011
14.450,00€



Mercedes Benz B 180 B 180
Blue Efficiency CDI
29.800,00€



Mercedes-Benz Classe C C
220 CDI Avantgarde
21.000,00€



Renault Megane Coupé
2010
15.950,00€



Renault Megane 1.5 dCi
Dynamique S S
15.500,00€



ANUNCIE
AQUI



Renault Megane Sport Tourer
Dynamique S 1.5 dci 110 cv 2012
15.950,00€



Opel Vectra 2.2 DTI
CARAVAN ELEGAN
8.800,00€



Citroen C3 1.4 HDi SX Pack
(70cv) (5p)
7.250,00€



Citroen DS3
1.6HDi 2012
16.950,00€



Skoda Fabia
1.2 Sport
7.500,00€



ANUNCIE
AQUI



Renault Megane Berlina
Dynamique 1.5 dci 110 cv 2011
13.950,00€



Audi TT 2.0
TDI quattro
25.800,00€



Audi A3 SPORT
S.LINE
17.850,00€



Ford Focus
1600 Tdci 2011
13.950,00€



Volkswagen Golf 1.6 TDI
BlueMotion Trendline
20.000,00€



ANUNCIE
AQUI

+ Necrologia



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
Melhor preço da região
329.00€
Televisor LED 43" LG
21 988 59 10
96 358 72 48/9
cinogaz.pt

Intermarché 25 anos
FAMÓES
SEMANA DE 19 (TERÇA) A 25 JAN(SEGUNDA) 2016
4.79€
WOLFF Bife de Pó e Acém
50%
EM TODA A CARNE DE AVES
EM CONTACTE

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 gestão
Rua da República 63ª - CANEÇAS
929051089 # 214036834 RODAFITSGINASIO@GMAIL.COM

Casa das Carnes
Pernas de Frango caixa
0,99€
Kg.
CONGELADAS
Tlf.: 21 479 05 17
RUA CAPITÃO SALGUEIRO MAIA 10 A
1675-173 PONTINHA
www.casadascarnes.com

auto cambota
R. Norberto da Oliveira
Nº 8/10, Povo de Stº Adrião
T219 382 910
F219 387 235
www.autocambota.pt
VALE 50€
PARA A MANUTENÇÃO DO SEU RENAULT OU DACIA

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 f urbanwish
www.urbanwish.pt
Centro Comercial Flamingos, Loja 40
Alameda Salgueiro Maia, 2660-329 Santo António dos Cavaleiros

auto cambota
Precisa-se bate-chapa
com experiência
Entrada imediata
geral@autocambota.pt
R. Norberto, nº 8/10
Povo de Santo Adrião
Tel: 219 382 910 Fax: 219 387 235
www.autocambota.pt

facebook divine nails canecas
Divine nails
Marcações : 964 583 580

Mirante

E a festa continua

por Vitor Cacito



É bem verdade caros leitores, a festa continua. Aliás, a imagem do futebol português é a imagem do nosso país: Uma confusão onde ninguém se entende, diria mesmo, *em casa que não tem pão toda a gente ralha e ninguém tem razão.*

O que se assistiu no fim-de-semana passado no final do jogo do Sporting foi surreal.

Um presidente sem perfil para tal, desbocado, ofensivo e sei lá o que mais...

A culpa é sempre do árbitro! Será mesmo?

Sinceramente será que alguém na posse das suas faculdades queria apitar um jogo da primeira liga? Duvido?

A pressão sobre os mesmos é enormíssima.

Os árbitros estão reféns do resultado final de cada jogo sendo atacados pelo clube A ou B que perde.

Um círculo vicioso que não tem fim à vista.

Bruno de Carvalho meteu-se em terrenos que não domina atacando tudo e todos disparando em todas as direções para retirar a responsabilidade de cima dos seus jogadores e treinador.

Vitor Pereira foi fortemente visado e injuriado, vendo a sua conduta pessoal e profissional em causa.

Lamentável!

O futebol português não precisa de mais incendiários nem de líderes de claque com tempo de antena à descrição.

Os árbitros reuniram-se de emergência para analisar esta situação e daqui sairá uma tomada de posição que só Deus sabe qual será.

O baile está armado e a festa continua!

Vivemos num país em que vale tudo mas tudo mesmo.

A ver vamos o que daqui irá sair...

Será que o conselho de disciplina tem coragem para aplicar um castigo exemplar e matar, de uma vez por todas, iniciativas futuras de outros protagonistas?

O futebol vai de mal a pior, não bastava a telenovela entre Jorge Jesus e Rui Vitória, a lavagem de roupa suja e acusações e desconsiderações em cima umas das outras entre ambos?

Isto é uma festa onde não existe *rei nem roque* apenas pouca vergonha na cara.

Nem os jornalistas escaparam.

Afinal se este senhor foi expulso no final do jogo como é que esta figura aparece na zona de entrevistas rápidas?

Parece que vai ter sérios problemas, mas... A ver vamos.

O futebol merecia um pouco melhor e melhores intervenientes.

Mau perder disse o presidente do Tondela.

Bem, assim parece, caros amigos. No meio disto tudo e após um enorme frango do nosso amigo Iker o Benfica chegou-se á frente e o campeonato está relançado.

Para já o Benfica e Sporting só dependem de si mesmo para serem campeões, para a semana logo se vê. E a festa continua!

Visão de Uma Jovem Mulher

por Andreia Fernandes

Vegetarianismo



Entendemos por Vegetarianismo, o regime alimentar que se baseia no consumo de alimentos de origem vegetal, onde não existe a ingestão de qualquer tipo de carne, podendo ou não os ovos e laticínios ser incluídos.

As grandes razões que levam um individuo a tornar-se vegetariano prendem-se essencialmente com questões relacionadas com o respeito pela vida animal, podendo ou não estar relacionadas com crenças religiosas ou com a defesa dos direitos dos animais. Existem ainda motivos que se encontram relacionados a questões de saúde, estética e até economia.

O Vegetarianismo é formado por alguns tipos de dietas diferentes que se classificam através dos alimentos que estão na base de consumo. Assim existem os Ovo-lacto-vegetarianos, cujo consumo de alimentos estão na base da origem vegetal, embora consumam ovos, leite e derivados, excluindo de todo a carne. Também os Lacto-vegetarianos concentram a sua alimentação essencialmente em produtos de origem vegetal e leite e derivados, excluindo não só a carne como os ovos.

Já os Ovo-vegetarianos tal como os anteriores consomem alimentos de origem vegetal incluem os ovos, mas excluem além da carne, o leite e derivados.

São considerados como Vegetarianos puros, aqueles que excluem totalmente alimentos de origem animal, incluindo carne, ovos, laticínios e mel. Estes diferenciam-se no entanto dos chamados Veganos, que têm uma postura mais radical, e não consomem nada que seja de origem animal, quer sejam alimentos ou produtos (couro, lã, seda), são totalmente contra qualquer prática que possa ser considerada abusiva (como por exemplo a forma de retirar o leite), contra touradas e circos, onde os animais são explorados e maltratados.

Existem ainda os Frutívoros, que se alimentam de frutos, grãos e sementes, evitam raízes como as cenouras ou batatas, bem como rebentos como a alface. Não consomem qualquer alimento que possa matar a planta. Aqui a sua preocupação abrange não só o bem-estar animal como o das plantas, enquanto seres vivos.

Por fim, existem os Crudívoros, onde se acredita que o homem está de forma inata preparado para consumir os alimentos crus sem necessidade de os cozinhar, inclusive porque se acredita que ao fazê-lo se perdem propriedades nutritivas.

É de salientar que as dietas vegetarianas são ricas em proteínas, carbo-hidratos, potássio, etc., sendo a ingestão de gordura saturada reduzida. Contudo, existe carência de vitamina B12, vitamina D, cálcio, ferro e zinco. O que pode no entanto ser colmatado com suplementos. Ao iniciar-se no vegetarianismo é aconselhável a consulta de um nutricionista.

Agora mais perto de si!



Consultas presenciais e por telefone

Maria Helena
(00351) 210 929 000

Av. Praia da Vitória, nº57, 4ºº: 1000-246 Lisboa - Portugal

Receba em qualquer para do mundo amuletos de proteção contra a inveja, mau olhado e energias negativas.



(21 de Janeiro a 27 de Janeiro)

Touro

21/04 a 21/05

Carta Dominante: 9 de Ouros, que significa Prudência.

Amor: A sua relação poderá estar a avançar muito rapidamente. Aja com cautela mas não se preocupe com o seu futuro. Deus cuidará de si!

Saúde: Cuide melhor dos seus dentes, pois merece ter um lindo sorriso.

Dinheiro: Não gaste mais do que aquilo que realmente pode. Faça bem as suas contas.

Números da Sorte: 2, 15, 24, 26, 41, 42
Pensamento positivo: Sou prudente nos meus passos, para chegar ao sucesso.



Caranguejo

22/06 a 23/07

Carta Dominante: O Imperador, que significa Concretização.

Amor: Estará num período bastante propício ao romantismo. Que a juventude de espírito o faça ter o mais belo sorriso!

Saúde: Se sofrer de alguma doença crónica, poderá sentir-se um pouco neste período.

Dinheiro: Poderá alcançar os seus objetivos profissionais.

Números da Sorte: 9, 18, 22, 36, 39, 44
Pensamento positivo: Sei que consigo concretizar os meus objetivos!



Virgem

24/08 a 23/09

Carta Dominante: 2 de Copas, que significa Amor.

Amor: Aproveite bem os momentos mais íntimos para mostrar à sua cara-metade o tamanho do seu amor. A felicidade espera por si.

Saúde: Procure o seu médico de família para fazer exames de rotina.

Dinheiro: Dedique-se com afinco e determinação ao seu emprego porque pode ter uma excelente surpresa.

Números da Sorte: 8, 17, 21, 25, 27, 47
Pensamento positivo: O Amor habita o meu coração.



Escorpião

23/10 a 22/11

Carta Dominante: 6 de Espadas, que significa Viagem Inesperada.

Amor: Deixe de lado o passado e concentre-se mais no presente. Pratique agora o pensamento positivo e as ações construtivas!

Saúde: Poderá sofrer de quebras de tensão, tenha cuidado!

Dinheiro: A impulsividade irá causar alguns estragos na sua conta bancária.

Números da Sorte: 14, 28, 32, 33, 41, 49
Pensamento positivo: A vida é uma viagem cheia de surpresas boas!



Capricórnio

22/12 a 20/01

Carta Dominante: o Sol, que significa Glória, Honra.

Amor: Aprecie uma reunião familiar e ponha de lado as preocupações profissionais. O ambiente familiar encontra-se na perfeição, aproveite a boa disposição que vos rodeia.

Saúde: Possíveis problemas de obstipação.

Dinheiro: Seja mais flexível; o facto de ser tão minucioso pode prejudicá-lo.

Números da Sorte: 9, 14, 18, 22, 33, 44
Pensamento positivo: Mereço a glória que existe na minha vida!



Aquário

21/01 a 19/02

Carta Dominante: Rei de Paus, que significa Força, Coragem e Justiça.

Amor: Poderá ter uma discussão com os seus filhos. Lembre-se que eles têm vida própria.

Saúde: Trate-se com amor! A sua saúde é o espelho das suas emoções.

Dinheiro: Período de grande estabilidade.

Números da Sorte: 11, 20, 28, 29, 30, 36
Pensamento positivo: Tenho a coragem necessária para fazer mudanças na minha vida.



Peixes

19/02 a 20/03

Carta Dominante: Valeta de Espadas, que significa Vigilante e Atento.

Amor: Andará um pouco desconfiado do seu parceiro. Fale e esclareça as suas dúvidas com ele. Agora é tempo para partilhar.

Saúde: Sentir-se-á cheio de energia.

Dinheiro: Aproveite bem as oportunidades que lhe surjam.

Números da Sorte: 8, 12, 17, 19, 30, 48
Pensamento positivo: Estou atento às oportunidades que a vida me traz.



FS&JM

Construções Lda

Executamos todos os trabalhos de Construção Civil

☎ 91 967 39 95 - 91 967 39 96

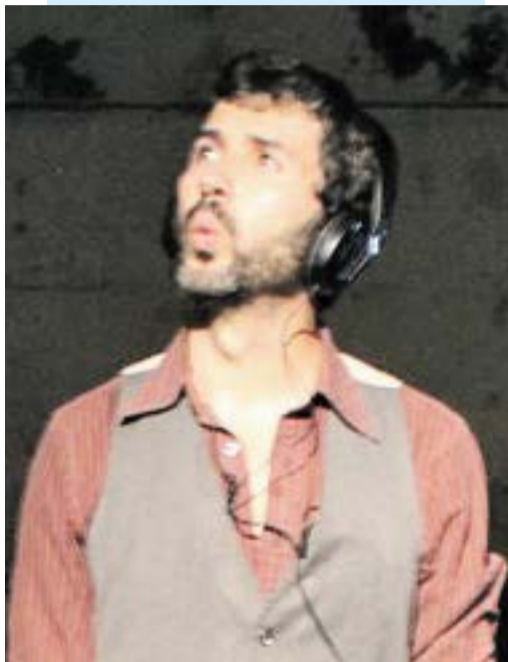
📍 Rua do Cartaxo n.18 - Viv Salgueiro - Casal de Cambra



Teatro

Portugal Não É Um País Pequeno

De André Amálio



Inserido no programa da exposição **Retornar – Traços de Memória** Quinta, sexta e sábado às 19h00 Jardim de Inverno M/12 Duração: 90 min € 7

(Com desconto Cartão Maria & Luiz). «Espetáculo que reflete sobre a *didatura e a presença portuguesa em África, em particular a vida dos antigos colonos portugueses através dos seus testemunhos reais. O texto deste espetáculo foi criado através de um processo de verbatim, que significa copiado palavra por palavra, o que se traduziu na escrita de um texto de teatro que utiliza fielmente as palavras das pessoas entrevistadas sobre a sua vida em África no Período Colonial Português. A metodologia seguida combinou a recolha de testemunhos dessas pessoas e uma detalhada pesquisa de historiográfica, criando um texto que retrata a complexidade da história recente em Portugal, no caso do fim do colonialismo português. Com este trabalho quero investigar histórias reais que se tornaram memórias e que com o tempo foram herdadas; estou interessado em situações onde as pessoas reais contribuem para contestar e reconstruir identidades culturais; estou interessado na forma como o teatro pode contribuir para a reescrita da história, dando voz a um grupo silenciado, trabalhando assim na transmissão da memória entre gerações»*

André Amálio

TEMPO NO CONCELHO - PREVISÃO SIGNIFICATIVA

(21 de Janeiro a 27 de Janeiro)

	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Max.	17°	17°	17°	18°	12°	16°	16°
Min.	12°	12°	11°	12°	10°	9°	9°



HM FRIO

UNIPESSOAL, Lda
COMPRA E VENDA DE EQUIPAMENTO HOTELEIRO USADO E NOVO

Tlm: 914 011 776



Farmácias de serviço locais

(21 de Janeiro a 27 de Janeiro)

Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Silva Monteiro Av. Almirante Gago Coutinho, 68-C 219327801	Almeida Rua Prof. Dr. Augusto Abreu, 45 - r/c 219324242	Aniceto Rua Mário Dias, 3 - Lja Dtª 219327480	Ferro- Azevedo & Veiga Rua da Liberdade, 23 A - Bons Dias 219345880	Serra Largo Major Rosa Bastos, 22 P. S. Adrião. Tel. 219374299	Odivelas Rua Prof. Dr. Augusto Abreu Lopes, 29 A 219315446	Central de Odivelas Av. Infante D. Henrique, 1. 219318997
Colinas Av. Magalhães Coutinho, 3b 213838466	Pontinha Rua de S. Eloy, Lt. SE 4 Pontinha 214790220	Sena Belo Rua Antero de Quintal, 8/8ª Patameiras 219325455	D. Dinis Rua Pulido de lente, 31 - Lj. C 219326612	Tanara Strada Outlet - Casal do Troca 219341986	Santa Rita Rua Ferreira Borges, 2 - Lj. B Casal do Rato. 214785162	Anamar Rua Major João Luís de Moura, Lt. 11 Lj. 214787700



Livros

Tomás vai ao Canil

Elisa Pereira

Tomás, o nosso protagonista, procura incentivar boas ações e ajudar o próximo. O seu lema é **tenta que tu és capaz!** e a sua missão é que o seu lema chegue a mais e mais crianças e lhes mostre a importância de **Sonhar** e do **tentar**.

+ Tolerância + Otimismo + Mudança + Amor + Solidariedade.

O livro vai ser apresentado em três sessões na Biblioteca D. Dinis e nos seus polos de Caneças e Pontinha. Dia 23 às 14h30 na sede em Odivelas, dia 30 às 14h30 em Caneças e no mesmo dia às 15h00 na Pontinha.

As sessões são destinadas a crianças dos 3 aos 10 anos, acompanhados por um adulto, Para além de escutarem a história deste menino que se preocupa com a defesa e proteção dos animais, propõe-se às famílias que tragam para esta sessão bens ou alimentos (mantas, toalhas, camas de plástico, brin-

quedos, escovas, trelas, coleiras, shampoos, medicamentos, ração seca ou húmida), que o Tomás se encarrega de entregar no Parque dos Bichos, em Odivelas.

O Parque dos Bichos é o Centro Oficial de Recolha Animal do Concelho de Odivelas, e dispõe de 24 celas de alojamento para cães. A missão do Parque dos Bichos é promover a adoção de todos os cães capturados. Para tal, os animais são sujeitos a um rigoroso exame médico de diagnóstico do seu estado de saúde.



Exposições

Exposições sobre Teixeira Coelho e o Mosquito

Até 12 de Março estão patentes na sede do Clube Português de Banda Desenhada (Av. do Brasil, 52A, Amadora) três exposições que podem ser vistas aos sábados das 15h30 às 18h00. Uma das exposições é dedicada a Eduardo Teixeira Coelho, um dos maiores nomes da banda desenhada em Portugal. Outra é dedicada à revista Mosquito numa altura em que passam 80 anos sobre o seu lançamento a 14 de janeiro de 1936. A terceira exposição é sobre o CPBD desde 1976. Eduardo Teixeira Coelho, que também assinou como ETCoelho ou simplesmente ETC, falecido em Itália em 2005, foi conhecido, para além de Portugal onde trabalhou nos primeiros 11 anos da sua carreira, em Espanha, França e Inglaterra, para além da Itália, onde viveu na cidade de Florença durante quase cinquenta anos. Nasceu a 04 de Janeiro de 1919 na Ilha Terceira e rumou ao continente na adolescência. Aos 17 anos viu uma sua banda desenhada publicada no jornal de humor *Sempre Fixe*. Começou a sua colaboração na revista Mosquito a 23 de julho de 1942, no nº 341. A 03 de dezembro do mesmo ano é o autor da capa a cores da edição 360 deste semanário.



Música

Dani Black - Dilúvio

27 de janeiro às 21h00

Jardim de Inverno

M/6

Entrada livre

2 bilhetes por pessoa, distribuídos no próprio dia, sujeito à lotação da sala



Dani Black: compositor, guitarrista de impacto e cantor de uma intensa beleza e potência vocal. São algumas das várias qualidades que preenchem uma das novas vozes de ponta da música brasileira, estatuto esse já reconhecido através das suas canções celebradas nas vozes de Ney Matogrosso, Maria Gadú ou Elba Ramalho. Filho da grande Tetê Espíndola, Dani Black lançou o seu disco homónimo de estreia em 2011, com a maioria das canções da própria autoria e uma regravação de Comer na Mão de Chico César - admirador confesso do trabalho de Black. Agora em 2015, e depois do lançamento digital do EP Dani Black ao Vivo SP, apresenta o seu segundo álbum de estúdio *Dilúvio*. Com variações entre subtilezas e sobressaltos a cada faixa, escutados ao longo do disco, que passam pela abertura do disco com orquestra que dá logo lugar a uma potente fusão de funk e rock com a banda em Areia, a combinação de cordas e programações eletrónicas de Conrado Goys em *Dilúvio*, ou os trompetes de Sidmar Vieira e a guitarra solo de Dani em *Seu Gosto*. Sem perder a unidade, há também a alternância de reggae e rock na dançante *Fora de Mim*, e a grande e imprevisível cartada no fim: o dueto com Milton Nascimento na canção mais pungente e reflexiva do álbum, *Maior*. Depois do sucesso por terras de Vera Cruz, em Janeiro de 2016 edita o seu disco em Portugal, apresentando-se com uma tour nacional em diferentes salas espalhadas pelo país. E Lisboa de certeza que se vai deixar navegar por entre os diferentes ritmos deste tão vibrante *Dilúvio!*



www.autocambota.pt



**Renault Megane Sport Tourer
Dynamique S 1.5 dci 110 cv 2012
15.950€**



**Renault Megane Berlina
Dynamique 1.5 dci 110 cv 2011
13.950€**



**Dacia Sandero STEPWAY
1.5 DCI 90 CV 2015
16.500€**



**Renault Megane Berlina
Dynamique 1.5 dci 110 cv 2011
14.950€**



**Renault Kangoo PACK CLIM
1.5 DCI 70 CV 2010
5.250€ + IVA**



**Renault Megane Sport Tourer
LUXE 1.5 DCI 110 CV 2011
14.450€**



**Renault Megane
Societé 1.5 dci 105 cv 2006
4.000€ + IVA**



**Honda civic Sport
1.8 140 cv 2008
8.950€**



**Mitsubishi COLT
1.1 5p 2008
5.450€**



**BMW 318
Cabriolet 2000
8.000€**

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

AGENTE OFICIAL



ODIVELAS/LOURES