

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS **€75,00**
LENTE MONOFOCAIS: opticas com astigmatismo, lentes L3, vel 430 e vel 5.00

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS **€250,00**
LENTE PROGRESSIVAS: opticas com encaixe em arco e super-elastica, lente em lentes de alta tecnologia

DIRETAMENTE DA FÁBRICA PARA SI

A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

Av. D. Dinis nº6A Tlf.219 339 019 / Tlm 961 723 927

Av. D. Dinis nº60A/62B Tlf. 214 036 372 / Tlm 935 578 589

SABORES COM QUALIDADE

Paullu's

f / WWW.PAULLUS.PT

Odivelas - Parque da Nações

ON

ODIVELAS NOTÍCIAS

Semanário de Distribuição Gratuita | Ano 7 | Edição nº 290
 2019 | Quinta-feira | 12 Dezembro
 Diretor: Francisco Godinho

15° Max
 9° Min



 www.cinogaz.pt

Noruegas
 CHURRASQUEIRA

À SEXTA
5,50€
 FRANGO

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



clínica dentária das laranjeiras

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

Devolvemos o seu sorriso!
 No mesmo dia!

www.cddl.pt




Odivelas Box Cup

PAN critica o estado do Mercado da Póvoa

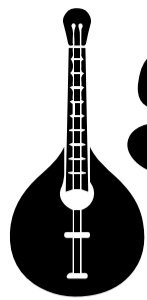
CDS Odivelas lembrou Adelino Amaro da Costa



Pastelaria e Casa de Chá

Rua Aurélio Paz dos Reis
 Pedernais 2620-369 Ramada
 Tlf.: 219 330 496

TUDO ISTO É FADO



Nem sempre rima, mas até pode ser verdade

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

Estamos já em plena época natalícia, onde o símbolo comumente utilizado para ilustrar a quadra é um senhor de barbas brancas, criado pela máquina de marketing de uma empresa de refrigerantes americana e que contraria o espírito de bondade que caracterizaria o Natal, sendo mais o simbolismo do consumismo que infelizmente acabou por transformar esta quadra.

Desde outubro que os apelos consumistas se multiplicam em todas as grandes superfícies comerciais e anúncios de rádio e televisão e são muitas as pessoas que gastam os plafonds dos seus cartões de crédito nesta voragem consumista, pondo em causa a sua própria estrutura familiar. Cá o Segisnando Formosinho não alinha nesse nessa febre, porque até levou vacina tetravalente.

Na crónica anterior dei aqui a minha opinião sobre a encenação de uma peça de teatro representada na Póvoa. Já aqui disse, e repito, não sou jornalista, nem crítico de artes e sou apenas uma pessoa com direito a opinião. Claro que esse direito também o têm todas as pessoas e por isso as respeito.

No Facebook o senhor Armando Miranda, diretor do Teatro da Memória, que apenas conheço as peças que já vi, como o admirável trabalho baseado nos Contos do Gin Tónico, comenta o meu comentário considerando-o como um ataque pessoal à pessoa responsável pela encenação. Como na altura escrevi, não conheço a senhora e ainda que a conhecesse nunca faria um ataque pessoal. Posso criticar, ideias, atos ou ações, mas nunca pessoas.

O Senhor Armando Miranda, fazendo o que me criticou por fazer, chama-me de um tal Segisnando Formosinho, suposto cronista. Suposto? Então se faço crónicas não sou cronista?

Critica, e tem esse direito, o facto de eu não

referir o vídeo inicial, o texto, ou o trabalho dos atores de uma forma que parece ter eu cometido um grande pecado. Cada um valoriza aquilo que mais ressalta do conjunto e para mim o que ressaltou foi aquilo. Escrevo uma crónica social satírica, não fiz uma crónica cultural sobre o espetáculo.

E encerro este capítulo. Quem sabe o que direi do próximo espetáculo de Armando Miranda. Se for como os anteriores certamente que direi bem, aliás, como na altura fiz.

O passado fim de semana foi culturalmente de encher o papinho. No sábado foi à Sociedade Musical Odivelense ver a estreia da peça Depois Contas-me com texto e encenação de Ana Paula Nunes, e tirei o amargo de boca que tinha trazido da Póvoa de Santo Adrião na passada semana. Pois sou lixado, dirão, afinal não encerrei o assunto.

Avancemos.

A casa estava a abarrotar com lotação mais que esgotada. Gostei de ver na plateia o senhor Presidente da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio e a senhora Vereadora da CDU, Maria da Luz Nogueira. Ah, também gostei de ver o senhor Vereador da Cultura. O quê, não estava lá. Pois, já vejo mal...

O texto era mesmo muito bom, retratando um pouco da realidade de uma estação de Metro e das vivências dos seus utentes. E, como não podia deixar de ser, até falou da possibilidade de a Linha Circular poder encurtar a Linha Amarela. O trabalho de encenação resultou em pleno e mesmo os cenários e adereços minimalistas encaixaram na perfeição, tornando o conjunto do espetáculo de grande qualidade. Também os atores, estiveram muito bem.

A única coisa menos feliz, para mim, foi o facto de o Coro da SMO não ter cantado em português, mas sei que o responsável do coro, que apenas está no cargo há dois meses, vai ter no

reportório canções em português, que afinal é uma língua rica e tem muito canções tradicionais que podem ser cantadas por estes grupos corais.

No domingo fui à Igreja Paroquial da Pontinha assistir ao concerto comemorativo dos 40 anos do Grupo Coral dos Pequenos Cantores da Pontinha. A igreja estava completamente cheia e registei com agrado a presença do senhor Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, do senhor Vereador da Cultura, Edgar Valles, da senhora Presidente da Junta da União das Freguesias da Pontinha e Famões, Corália Rodrigues e dos seus vogais José Valverde e Vítor Maniche.

Gostei do concerto, gostei que tivessem sido chamados a participar na homenagem do Padre Arnaldo, fundador do grupo, os antigos coralistas e adorei a escolha do reportório. Parabéns a todo o grupo, dirigentes da associação e ao maestro Marcos Cerejo.

Foi apresentado esta semana o estudo sobre a Presença na Internet das Câmaras Municipais Portuguesas em 2019 que analisa vários critérios sobre os sites das 308 câmaras municipais do país. Entristeceu-me a "evolução" da Câmara de Odivelas. Em 2012 estava em 57º lugar, em 2016 estava em 199 e em 2016 está em 232.

Será que alguém vai tentar entender o que se passou e arrepiar caminho? O que mudou nestes tempos? Pois perceberam o mesmo que eu não foi? E para que não haja mal-entendidos não estou a falar na mudança do executivo municipal. Foi mais abaixo. Pois...

E fiquei sem espaço para fotografias. Entram para a semana porque afinal TUDO ISTO É FADO!

FICHA TÉCNICA

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

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

ONDE ESTAMOS...



+351 219 335 030
+351 938 570 683

CHURRASQUEIRA



COM ENTREGA AO DOMICÍLIO



1/2 FRANGO	4,95€	BIFE À CASA	9,90€	CARNE A PESO (CRU)	
1 FRANGO	9,90€	BITOQUE	6,90€	COSTELETAS DE PORCO	10,90€/kg
1/2 MISTO DE CARNES	5,95€	COSTELETA DE NOVILHO	9,90€	ENTREMEADA	10,90€/kg
1 MISTO DE CARNES	11,90€	ALHEIRA	5,95€	BIFANAS	10,90€/kg
ENTREMEADA	5,95€	SALSICHA FRESCA	5,95€	SALSICHA FRESCA	9,90€/kg
COSTELETAS DE PORCO	5,95€	SALSICHA TOSCANA	6,95€	SALSICHA TOSCANA	10,90€/kg
1/2 PIANO	5,95€			PIANO	11,90€/kg
1 PIANO	9,90€	BACALHAU C/ BATATA A MURRO	9,90€	PICANHA	18,90€/kg
ESPETADAS DE PERU	5,95€			BIFE DA VAZIA	25,00€/kg
PICANHA 1 PESSOA	7,95€	FRANGO AO PESO	9,90€/kg	COSTELETA DE NOVILHO	18,00€/kg
PICANHA 2 PESSOAS	14,90€				

Avenida 25 de Abril n.º 20
Ramada - Oddivelas

Tif. 219 335 030 | 938 570 683

De segunda a sábado
12h00 às 22h00

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

Fotografia: CMO



A Câmara Municipal de Odivelas assinalou o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, com um encontro desportivo que decorreu no Pavilhão da Escola Básica Vasco

Santana no âmbito do Programa Municipal de Desporto na Escola.

O encontro contou com a participação de mais de uma centena de alunos dos Centros de Apoio à Aprendizagem das Escolas Básicas Quinta da Condessa, Quinta da Paiã, Apréstimos, Amoreira, Vasco Santana, Carlos Paredes, Barbosa du Bocage e Bernardim Ribeiro, e ainda da Escola Secundária Pedro Alexandrino, tendo por base uma prática desportiva inclusiva.

A Vereadora da Educação, Susana Santos, participou na iniciativa salientando que «Este encontro promove a prática desportiva para alunos com deficiência, valoriza o desporto como fator de integração social, e reforça a formação das crianças e jovens no âmbito psicomotor».

Anualmente, a autarquia comemora esta data de modo a sensibilizar para uma maior compreensão dos assuntos relativos à deficiência, nomeadamente a defesa da dignidade, dos direitos e do bem-estar, para um mundo mais inclusivo e equitativo para as pessoas com deficiência, seja ela física ou mental.

Odivelas associa-se ao "GivingTuesday"

Fotografia: CMO



Duas entidades do Concelho de Odivelas participaram, a 3 de dezembro, no "GivingTuesday". O Centro Comunitário e Paroquial da Ramada (CCPR) e o

Centro Social e Paroquial da Póvoa de Santo Adrião (CSPSS) aceitaram o desafio deste movimento internacional de solidariedade, que permite apoiar causas para um mundo mais generoso sob o mote "Dar para Mudar".

Neste âmbito, as duas Instituições Particulares de Solidariedade Social estiveram de portas abertas com o objetivo de dar a conhecer o trabalho que desenvolvem, incentivando à doação. A Vereadora da Coesão Social, Susana Santos, associou-se à iniciativa e esteve presente na CSPSS, fazendo-se também representar no CCPR.

Visita do Governador Rotário ao RCO

Fotografia: CMO

No dia 03 de dezembro o Rotary Club de Odivelas realizou o seu habitual jantar festivo com a Governadora do Distrito Rotário 1960, jantar que contou com a presença do Presidente Da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, que foi agraciado com o Diploma de Sócio Honorário do Rotary Club de Odi-



velas. Antes do jantar, a Governadora Mara Duarte esteve nos Paços do Concelho para apresentar cumprimentos ao edil.

Entre Escovas e Bochechos

A Câmara Municipal de Odivelas continua a promover o projeto "Entre Escovas e Bochechos" que implementa o bochecho quinzenal de flúor no 1º Ciclo e a escovagem de dentes junto do pré-escolar. Neste ano letivo, o projeto de higiene oral está a decorrer nos Agrupamentos de Escolas Vasco Santana, Pedro Alexandrino, D. Dinis e de Caneças.

Este é um projeto desenvolvido pela Autarquia, em colaboração com a Unidade de Cuidados na Comunidade de Odivelas "Saúde a seu Lado" e a Unidade de Saúde Pública do ACES Loures-Odivelas.

Livro A Rainha Magnânima apresentado na BMDD

Fotografia: CMO

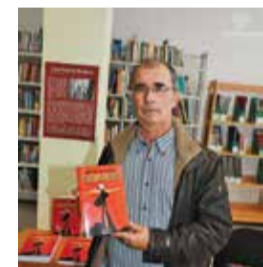


"A Rainha Magnânima", a mais recente obra de Paula Veiga, foi apresentada a 7 de dezembro na Biblioteca Municipal D. Dinis, em Odivelas.

«Lisboa, 27 de outubro de 1708. Em clima de festa, uma armada de 18 naus atraca no Terreiro do Paço, em Lisboa. Dona Maria Ana Josefa, princesa austríaca de 25 anos, extraordinariamente culta, filha do Imperador Leopoldo I, chega a Portugal para assumir o seu lugar de Rainha Consorte, depois de casar por procuração com o Rei de Portugal, D. João V. Apesar da sumptuosidade da união real e das mordomias da vida de rainha, Dona Maria Ana tem à sua espera grandes desafios. Esta é a história de uma rainha mal-amada, que suportou as traições e humilhações de um rei, por amor a um país que tomou e amou como seu».

Apresentação do Livro O Caixeiro-Viajante na BMDD

Fotografia: CMO



No dia 30 de novembro foi apresentado na Biblioteca Municipal d. Dinis o livro O Caixeiro-Viajante, do autor José Pais de Carvalho. Nesta obra literária, o leitor é convidado a refletir sobre a atualidade política, económica e social, sobre o presente e a consciência de cada um de nós, usando

por vezes o humor e a sátira.

José Pais de Carvalho nasceu em Elvas em 1959, estudou na Escola Superior de Medicina Tradicional Chinesa de Lisboa e especializou-se em Psicologia Transpessoal na Escuela de Desarrollo Transpessoal de Madrid. Organiza os cadernos de poesia "Terceira Margem", divulgando poetas espanhóis em Portugal. É colaborador nas revistas "A Ideia" e "Selene - Culturas de Sintra", entre outras.



Notícias do Parlamento

Sandra Pereira

Deputada do GP-PSD na AR

Facilitismo

O Governo pretende criar "um plano de não retenção no ensino básico", o que por outras palavras, consiste no fim dos chumbos até ao 9º ano. Tal já tinha sido defendido anteriormente no Governo do PS pela então Ministra da Educação Isabel Alçada.

Embora se reconheça que uma taxa de retenção demasiado elevada (na Europa é apenas superado pela Bélgica), sabemos que existem inúmeros estudos que apontam para a ineficácia, na maioria dos casos, da retenção do ponto de vista educativo e financeiro. O problema existe e é preciso enfrentá-lo.

Mas, por que razão Portugal tem um tão elevado número de alunos que reprova de ano? Será que o sistema educativo é mais exigente? Os alunos portugueses são menos inteligentes? Nada disso. Simplesmente o sistema educativo não está a ser capaz de cumprir a sua missão, desde logo, para todos aqueles que apresentam maiores dificuldades de aprendizagem. E não está porquê? Por muitas e variadas razões. Mas, desde logo porque a escola pública entrou num processo acelerado de degradação com falta de professores, de funcionários e de dinheiro até para as coisas mais simples, como papel higiénico. A autoridade e dignidade do Professor foi sendo posta em causa ao longo dos anos. Edifícios degradados, amianto nas escolas, equipamentos obsoletos, atrasos significativos na libertação de verbas. Um número incontável de problemas que não tem tido por parte do Governo o necessário empenho na sua resolução.

Ora, Portugal não precisa de um plano de não retenção. Portugal precisa de políticas públicas assertivas e adequadas a potenciar o sucesso escolar, principalmente dos alunos com mais dificuldades e carenciados. Os alunos chumbam de ano porque não têm aproveitamento escolar, e isto sucede porque não dominam a matéria necessária para transitar de ano.

O caminho nunca poderá ser o de facilitismo - a passagem por via administrativa - sem que os alunos sejam possuidores dos conhecimentos necessários. Isso é um terrível sinal que estamos a dar à sociedade, e aos alunos que estudam e se esforçam: estamos a dizer-lhes que o seu esforço não vai ser recompensado porque no final todos têm aproveitamento. E este é um sinal que uma sociedade que premeia o mérito e o empenho individual, e que tem a escola pública como motor de mobilidade social jamais poderá dar.

Urbanwish
GESTÃO DE CONDOMÍNIOS | MANUTENÇÃO 24H/DIA
LIMPEZA DE CONDOMÍNIOS, ESCRITÓRIOS, CASAS PARTICULARES
ORÇAMENTOS GRÁTIS
COMPETÊNCIA E INOVAÇÃO DEDICADAS À BOA GESTÃO DO SEU CONDOMÍNIO!
CONTACTE-NOS JÁ!
T.: 910 832 505 | 916 589 574
Email: urbanwishlda@gmail.com [urbanwish](https://www.facebook.com/urbanwish)
www.urbanwish.pt
Centro Comercial Flamingos, Loja 40
Alameda Salgueiro Maia, 2660-329 Santo António dos Cavaleiros

Sem inscrição
Sem compromissos
Sem chatices
Faça aulas avulso
4.50€/aula de grupo ou treino
3€/aula de zumba
VISITE-NOS OU CONTACTE-NOS
quase 8 anos de história
2 anos de nova gerência
Rua da República 63ªA - CANEÇAS
929051089 // 214036834 RODAFITSGINASIO@GMAIL.COM

Astrólogo Mèdium Africano Vidente
Professor FOFANA
Professor Diplomado
Sigilo absoluto venha ter comigo ele/ela volta na mesma semana
Especialista em trabalhos ocultos, dotado de dom hereditário. Resolve todos os problemas mesmo em casos mais desesperados: amor, negócios, casamento, impotência sexual, depressão, doenças espirituais, sorte ao jogo, proteção retorno imediato e definitivo de quem amar, harmonia matrimonial, fidelidade absoluta entre casais, problemas de justiça e alcoolismo.
Se quiser ter uma vida nova e pôr fim a tudo o que o/a preocupa.
Contacte o Professor FOFANA ele tratará o seu problema com rapidez, honestidade e eficácia.
PAGAMENTO APÓS O RESULTADO
Rua Carvalho Araújo n16, 2ª Lisboa (Prto do Metro da Alameda)
Tlm.: 968 365 150 - 920 090 464





100%
Eléctrico
Zero
emissão

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

FORMAÇÃO DE MOTORISTAS

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

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



CARTA DE LIGEIROS
299€
oferta de 1 exame e atestado médico

Jante Integral

escola de condução

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

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

PAN Odivelas denuncia o estado do Mercado Municipal da Póvoa de Santo Adrião

Fotografias: PAN

Em nota de imprensa enviada ao Odivelas Notícias, O Grupo Municipal do PAN: Pessoas-Animais-Natureza, informa que realizou uma visita no dia 30 de novembro ao Mercado Municipal da Póvoa de Santo Adrião «*Numa nova e melhorada versão da sua pioneira iniciativa, Fórum do Cidadão*».

Nelson Silva, deputado Municipal do partido afirmou ter ficado desolado pela realidade do mercado.

Diz a nota que «*Ao longo de 2019 o Deputado do PAN na Assembleia de Odivelas, Nelson Silva, tem-se disponibilizado junto da população através de uma plataforma de aproximação: o Fórum do Cidadão, visitando as várias freguesias do concelho, exclusivamente para ouvir as preocupações dos Municípios, com o objetivo de sermos a alta voz da população na Assembleia de Odivelas a um nível muito concreto e real.*

Nesta nova fase do projeto, o grupo Municipal do PAN em Odivelas, decidiu levar esta iniciativa a um novo patamar, levando-a à rua, junto dos municípios, nos seus bairros, nas suas pracinhas e nas suas vidas quotidianas, à procura de uma política de proximidade.



Neste contexto, a primeira visita ao Mercado Municipal da Póvoa de Santo Adrião, para falar com os trabalhadores do mercado e municípios, precisamente no seguimento de uma proposta apresentada por parte do PAN Odivelas na Assembleia Municipal para a revitalização dos Mercados Municipais no passado junho e infelizmente rejeitada pelo PS (e com a abstenção do CDS). Foi desolador ver o estado em que a Câmara Municipal de

Odivelas e a Junta de Freguesia, deixaram este mercado chegar. Chumbaram há uns meses a proposta do PAN para investir nestes mercados de proximidade e dar-lhes nova vida. Claramente o PS quer matar estes mercados. O Grupo Municipal do PAN assegura que "irá continuar a visitar os mercados e praças do concelho, denunciando as realidades que os Municípios vivem a cada dia».

CDS Odivelas lembrou Adelino Amaro da Costa

Fotografia: CDS/Odivelas

Em nota de imprensa a Comissão Política Concelhia de Odivelas do CDS-PP dá conta de que organizou, a 04 de dezembro, no auditório do Pavilhão Multiusos de Odivelas, uma Sessão Evocativa em memória de Adelino Amaro da Costa que contou com intervenções do Presidente honorário do CDS-PP, Adriano Moreira; da irmã de Adelino e autora da única biografia publicada sobre a sua vida pessoal e política, Maria do Rosário Carneiro; da sua amiga íntima e colega do VI Governo Constitucional chefiado por Francisco Sá Carneiro, Maria Teresa da Costa Macedo; do atual Presidente do Concelho Nacional do CDS-PP, Telmo Correia; do Presi-

dente da JC/JP- Juventude Popular, Francisco Rodrigues dos Santos, e ainda com a presença do atual Secretário- Geral do IDL.- Instituto Democracia e Liberdade/Instituto Amaro da Costa, Francisco Roumier Ribeirinho.

«*Os primeiros cinco oradores abordaram em cada uma das suas perspetivas singulares a importância de Adelino Amaro da Costa para o então Partido do Centro Democrático Social, e a relevância histórica da figura homenageada para o futuro do Partido bem como as novas gerações centristas, entre as quais naturalmente as da JP, da qual Adelino é ainda hoje Patrono.*

O Presidente do CDS Odivelas, João Pedro Galhofo, declarou na referida Sessão evocativa que esta se revestia da maior importância histórica num momento difícil do Partido e que faz falta lembrar os motivos que levaram à fundação do CDS para melhor projetar e definir o rumo de futuro do único Partido democrata- cristão e alicerçado numa sólida base doutrinária de direita em Portugal, e adiantou que dali para a frente a data de 4 de Dezembro de 1980 não mais será esquecida pela Concelhia de Odivelas enquanto a mesma estiver sob a sua presidência, recordando igualmente os



40 anos da vitória da AD- Aliança Democrática em 2 de Dezembro de 1979, data na qual pela primeira vez em Portugal um Governo de centro- direita liderava o País, suportado por uma coligação pré- eleitoral com PPD, CDS e PPM».

Aberto todo o ano

NOVA

Belíssima

Pastelaria | Padaria | Pizzaria

Se é doce nós temos!

Rua da República nº 52f - Caneças



**A FÁBRICA
DOS ÓCULOS
DE ODIVELAS**

Desejamos a todos os nossos clientes
FELIZ NATAL
e um próspero ano novo

Av. D. Dinis nº 6A | Tlf 219 339 019 / Tlm 961 723 927
Av. D. Dinis nº 60A/62B | Tlf. 214 036 372 / Tlm 935 578 589
email:afabricadosoculosodivelas@hotmail.com

No 40º Aniversário

Grande Concerto dos Pequenos Cantores da Pontinha

Fotografias: ON
redacao@odivelasnoticias.pt

No Domingo, 8 de dezembro, o Grupo Coral dos Pequenos Cantores da Pontinha assinalou os seus 40 anos de vida com um concerto que junto ex-coralistas do grupo e pres- tou homenagem ao seu fundador, Padre Arnaldo Taveira de Araújo recentemente falecido. A Igreja Paroquial da Pontinha foi pequena

para acolher todas as pessoas que quiseram estar com os Pequenos Cantores da Pontinha neste dia importante para o Grupo. Entre os presentes encontravam-se o Presidente da Câmara Municipal, de Odivelas, Hugo Martins e o Vereador Edgar Valles; a Presidente da Junta da União das Freguesias da

Pontinha e Famões, Corália Rodrigues e os seus Vogais Vítor Maniche e José Valverde; a Presidente da Sociedade Musical Odivelense, Ana Paula Nunes; o Comandante dos Bombeiros Voluntários da Pontinha, Paulo Serra e o Vogal da associação Antunes; para além de muitos representantes de várias

instituições do concelho e da freguesia. Um momento alto foi a homenagem prestada ao fundador do Grupo Coral dos Pequenos Cantores da Pontinha, Padre Arnaldo Taveira de Araújo, que junto em palco os 30 atuais membros do coro e mais de duas dezenas de ex-membros que cantaram em conjunto,

dirigidos pelo maestro Marcos Cerejo e acompanhados com três músicos convidados. O momento contou ainda com a projeção de um vídeo sobre o Padre Arnaldo. Para além do concerto o evento contou também com o juramento de novos elementos e distribuição de lembranças aos presentes.



Cuidamos do seu sorriso!

J.M. MARTINS

laboratório de prótese dentária

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

Rua da República 128
1685-594 Canecas

219812716 www.labmartins.pt

Torneio Internacional de Boxe Olímpico

Odivelas Box Cup no Multiusos de Odivelas

Fotografias: OBCUP



Nos dias 6, 7 e 8 de dezembro decorreu no Pavilhão Multiusos de Odivelas a 7ª edição do Odivelas Box Cup, prova organizada em parceria pelo Privilégio Boxe Club e pela Câmara Municipal de Odivelas. Segundo o treinador do clube or-

ganizador e idealizador deste torneio que começou em 2014, este é um dos maiores torneios europeus da modalidade.

O objetivo deste projeto foi o de «Criar uma oportunidade para os seus atletas competirem a um

nível maior de exigência, considerando que não havia, àquela altura, qualquer prova nacional capaz de proporcionar-lhes tamanho desafio. Assenta na valorização dos atletas através de novos desafios competitivos, dando-lhes a possibilidade de enfrentarem múltiplos

adversários, com diferentes estilos de jogo e estratégias e, assim, progredirem e amadurecerem. Paralelamente, a evolução imaginada para o seu Clube também se estendeu a todos os outros Clubes Portugueses participantes e, assim, nasceu um Torneio de Boxe

inclusivo com vista a valorização e promoção de todos os atletas nacionais», segundo o sítio do evento na Internet.

Nos três dias do torneio decorreram mais de 300 combates com a participação de 400 atletas, masculinos e femininos.



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



Sábado 14 Dezembro

Gala Anual da FGP e Espetáculo "Odus"



O Pavilhão Multiusos de Odivelas será palco da Gala do 69.º aniversário da Federação de Ginástica de Portugal (FGP) e do Espetáculo "ODUS", organizados pela FGP e pela Câmara Municipal de Odivelas.

A Gala anual da Federação consiste na distinção e homenagem aos feitos e conquistas dos ginastas ao longo da época desportiva 2018/2019.

O Espetáculo "Odus" é uma grande produção gímnica protagonizada por mais de 900 ginastas de 21 clubes (dos 8 aos 80 anos), apresentada no decorrer da 16.ª Gymnaestrada Mundial em julho deste ano em Dornbirn, Áustria.

Está prevista a presença de mil ginastas e 1.500 espetadores, sendo que a Gala decorre entre as 16h00 e as 17h15 e o "Odus" entre as 18h30 e as 20h00.

A entrada é paga (a partir dos 3 anos de idade) com bilhete único que contempla as duas iniciativas (independentemente da hora de entrada), correspondendo à entrega de pulseira identificadora – 25,00 € (Categoria 1 = visibilidade de frente | Topo Sul), 20,00 € (Categoria 2 = restantes bancadas, exceto Topo Norte) e 15,00 € (para utilizadores registados na APP da FGP e com a APP instalada no telemóvel).

Teatro para a infância:



A Boneca de Alice

Às 15h00 no Salão da Junta de Freguesia da Pontinha a Companhia Anzol Castiço leva ao palco a peça A Boneca de Alice, com texto de João Simões a partir das histórias Alice no País das Maravilhas e Alice do outro lado do Espelho, de Lewis Carroll. «Uma história de cor e magia para toda a família». M/8.

Cinema para a infância: Curtinhas para todos



Às 15h00 na Sala de Cinema da Malaposta. Preço único 3€. 56'. M/6.

O programa "Curtinhas Para Todos" é uma proposta da Zero em Comportamento e inclui um conjunto de histórias repletas de aventura e personagens únicas, pensado para toda a família.

Domingo 15 Dezembro

Aulas de Tai-Chi Chuan, por Ernesto Reis

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

Aulas de Tai Chi e Chi Kung, por António Serra

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

Quarta 18 Dezembro

Correr em Odivelas

Das 19h30 às 21h30 com partida no Parque bio saudável junto ao Pavilhão Multiusos de Odivelas.

Treinos semanais de corrida a vários ritmos. Iniciativa em parceria com a Divisão de Desenvolvimento Desportivo da CMO. Informações: Divisão de Desenvolvimento Desportivo – Tel.: 219 320 990 |E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

Outros dias

Festa de Natal do Clube do Movimento 2019



A tradicional Festa de Natal do Clube do Movimento realiza-se no dia 19 de dezembro, no Pavilhão Multiusos de Odivelas, pelas 10 horas, com uma aula de Ginástica, Dança e Karaté envolto pelo espírito natalício. Esta festa, dedicada a todos os alunos deste Clube, pretende ainda celebrar o Dia Internacional da Solidariedade Humana, instituído pela Organização das Nações Unidas em 2005 por ocasião da celebração da Primeira Década das Nações Unidas para a Erradicação da Pobreza (1997-2006). O evento tem assim uma vertente solidária, com alimentos doados pelos participantes, que serão entregues ao Espaço Nova Vida – Associação de Solidariedade Social, da Ramada; ao Centro Comunitário e Paroquial de Odivelas / Conferência Vicentina de Santo Eugénio; e ao Banco de Bens Doados de Odivelas, instituições de caráter social. Irá realizar-se ainda uma recolha de brinquedos e roupas, a serem entregues ao Banco de Bens Doados de Odivelas – Loja Social. Estarão também presentes vários representantes de farmácias do Concelho de Odivelas para a realização de rastreios e a promoção de hábitos de alimentação saudável, em particular durante a época natalícia.

Atividades de Ocupação de Tempos Livres - Natal 2019

As inscrições para as Atividades de Ocupação de Tempos Livres - Natal 2019 irão



decorrer até 16 dezembro, na Loja do Cidadão - Balcão CMO, no Strada Outlet, em Odivelas.

A Câmara Municipal de Odivelas realiza estas atividades nos dias 23, 26, 27, 30 e 31 de dezembro e 2 e 3 de janeiro de 2020, destinadas a 60 jovens dos 10 aos 15 anos, divididos por dois grupos de 30.

O valor das inscrições é de 25€ para o 1º período e de 30€ para o 2º período, havendo uma tabela de acordo com os escalões do subsídio de ação social escolar. Haverá, ainda, desconto de 5€ para os portadores de Cartão Municipal.

O programa com direito a almoço, inclui diversas visitas, nomeadamente Cinema NOS, Aquário Vasco da Gama, Oficina Ciência Sintra, Fábrica de Pólvora, Quinta Pedagógica dos Olivais e INEM. Com estas atividades pretende-se proporcionar aos jovens momentos de lazer, convívio e aprendizagem.

E também...

Teatro para a infância: Babar + Fala Bicho



Até 22 de dezembro na Sala Café Teatro da Malaposta.

Sessão para escolas: De terça a sexta-feira às 10h30 e 15h00. Sábados. 16h00 e Domingos 11h00. 6 e 8€. Descontos aplicáveis. 50'. M/6.

Trata-se de duas histórias diferentes que serão apresentadas de seguida com um pequeno intervalo de 5 minutos entre elas (não é necessária a saída da sala).

BABAR: A partir do texto que apresentou o elefante Babar ao mundo. Recorrendo à primeira história escrita por Jean de Brunhoff sobre este conhecido e amado elefante, as palavras do autor francês (com tradução e adaptação de Elsa Gomes) interagem com a música ao vivo composta por Francis Poulenc, para nos contar as aventuras que levaram Babar da floresta para a cidade e de volta à floresta, onde se tornará Rei dos Elefantes.

FALA BICHO: A partir de uma seleção de poemas da obra Fala Bicho, de Violeta Figueiredo, com música composta por Eurico Carrapatoso. A melhor forma de resumir esta obra é recorrer à leitura que Alice Vieira dela fez: São vinte histórias, muito simples, de bichos que falam e brincam tudo numa linguagem que explora e rima,

os sons e, evidentemente, a imaginação. (...) Se existe verdadeiramente um género que se possa chamar "poesia infantil", deve ser este que Violeta Figueiredo nos apresenta (in Diário de Notícias).

Produção A CORDA
Interpretação MANUEL HENRIQUES
BABAR
Adaptação do texto de Jean de Brunhoff
ELSA GOMES e RUBEN SAINTS
Música FRANCIS POULENC
FALA-BICHO
Texto VIOLETA FIGUEIREDO
Música EURICO CARRAPATOSO

Exposição: The Algarve Collection



Até 22 de dezembro o auditório da Malaposta recebe esta exposição de Jorge Calero. Para ver de terça-feira a sábado das 14h30 às 18h00 no foyer do Centro Cultural Malaposa com entrada gratuita.M/3.

Após a série "Os 4 elementos", na qual o artista explora a essência da realidade material a partir das ideias pré-socráticas e ligando-as à contemporaneidade, Jorge Calero realiza este tributo à sua terra de adoção e de profundos afetos: o Algarve. Esta coleção de pinturas resulta da vivência quotidiana, longe de qualquer intenção descritiva, onde pretende mostrar a emoção que causa em si a profusão cromática e riqueza formal de um sítio ímpar.

Assim, esta série representa um convite à admiração e o espanto que em nos produz a própria contemplação consciente, num momento histórico de infame despojamento e destruição de habitats naturais.

"Uma nova era" representa esse desejo de retorno à natureza, a sua observação atenta e sensível; a impiedosa voracidade das aves a caçar borboletas, o doce encantamento dos mares de algas, os vapores matinais dos pântanos cheios de Flamingos ou as intensas correntes marinhas que atravessam o Algarve, tornam-se desculpa para retratar um estado interior de alegria e encantamento.

"Paraíso" representa a interação entre os 4 elementos, terra, ar, água e fogo, nos milhares de formas possíveis, em síntese, uma "suma quântica" de fenómenos imperceptíveis a olho nu presentes em cada visão interior, o "Jardim secreto," um recanto de raízes, cogumelos e vapores fantásticos e repousante, cavalos-marinhos e mares repletos de sardinhas.

Um olhar que remete à alma do contemplador e a enorme beleza desta terra Algarvia.

Teatro: O fim do teatro

Até 15 de dezembro no auditório da Malaposta é apresentada esta peça de Pedro Saavedra. De quinta a sábado às 21h00 e domingo 19h00. Preços de 5 a 10€. Descontos aplicáveis.

O Fim do Teatro é o parar de fazer teatro. O ser verdadeiro com o que está mesmo a acontecer. Um diretor de teatro e uma grande atriz esquecem-se de que se conhecem há muito tempo. Encontram-se para fazer teatro. Um espetáculo que pretende ser o melhor teatro de sempre. Uma espécie de mito de Fausto, em que Fausto é um diretor de teatro que, saudos do passado, se esqueceu de onde está agora e em que Margarida é uma grande atriz



que já não se lembra de que está casada há anos com o diretor do seu teatro. Um técnico que também é Mefistófeles e que pouco a pouco os leva à perdição, uma e outra vez. Sim, porque o teatro está sempre a acabar e a começar, uma e outra vez. O Fim do Teatro nasce das conversas de bastidores, da produção artística de Pedro Saavedra, assim como da sua atividade como diretor artístico no Gerador, ao longo de vários anos. Desta reflexão informal com artistas das áreas performáticas, nasce um texto que nos fala sobre o desencontro de gerações no seu encontro. Uma peça de teatro que se quer fazer como antigamente, mas com as formas do futuro. Com o discurso direto de um diretor de teatro, de uma atriz em decadência, de dois jovens atores que procuram o seu lugar e de um técnico que nos confronta com a realidade do teatro.

É esta a reflexão que queremos dar a quem por nós passa. São personagens e discursos que marcam o nosso contexto artístico e que queremos levar a outros públicos, a outras pessoas. Porque achamos que esta discussão não acaba nos palcos, nem nos bastidores e que deve chegar às plateias.

Exposição: Azulejos a torto e a direito



Até 12 de janeiro está patente no Centro de Exposições de Odivelas a exposição documental "Azulejos a Torto e a Direito" que reúne um painel de azulejos executado por professores e por alunos da área das Artes Visuais, de Agrupamentos de Escolas do Concelho, e um registo documental em vídeo que apresenta a síntese de todo o projeto desenvolvido ao longo deste ano.

Realizada no âmbito do IV Congresso de Odivelas, intitulado Al-Zulaich – Na Rota do Património Azulejar, esta Mostra visa a promoção da sensibilização e da valorização do património azulejar.

Exposição: Impressões

Até 12 de janeiro está patente no Centro de Exposições de Odivelas esta exposição de pintura de Fernando Cabral, que reúne um conjunto de obras, reflexo de um trabalho exploratório sobre as sensações, as diversas leituras "emocionais", as ditas "impressões" subjetivas de cada um sobre o mundo.

Workshops de Expressão Dramática

De novembro de 2019 a junho de 2020 no Salão Nobre da sede da Junta da União das Freguesias da Pontinha e Famões, na Av. 25 de Abril, na Pontinha.

Organização Anzol Castiço com apoio da JUFFP. Segundas-feiras às 10h00 para população sénior e desempregados. Quintas-feiras às 18h30 para a população em geral.

Loja de Ortopedia Orto Nova Vida em Caneças

«Queremos ajudar as pessoas»

ORTO NOVA VIDA
CANEÇAS
A SUA ORTOPEDIA



Somos uma loja de Ortopedia em Caneças, temos como primeira missão, ir de encontro às necessidades da população, seguindo sempre cada escalão etário cada grupo social e económico. Queremos ser uma mais valia na vida de cada um.

Oferecemos uma vasta gama de produtos de acordo com a necessidade de cada um e com ótimas condições de aquisição. Temos sempre uma solução para o seu problema.

Ajudas técnicas – Joelheiras, pés elásticos, pulsos elásticos, cotoveleiras, cintas lombares, cintas dorsais, corretores de joanetes, coletes jewett, botas walker, entre muitas outras.

Incontinência e cuidados da Pele- Fraldas dia e noite, cueca fralda, pensos, resguardos, toalhitas, luvas, creme hidratante, ATL, gel de duche e banho, entre outros
Mobiliário Geriátrico e ajudas de mobilidade
Camas articuladas, poltronas, cadeiras de rodas, e cadeiras de rodas elétricas

Ajudas de marcha – Bengalas, canadianas,

andarilhos com e sem rodas, tripés, quadripés e mais.

Ajudas de higiene e banho- Alteadores de Sanita, cadeiras e bancos para poliban, cadeira giratória para banheira, cadeiras sanitárias com e sem rodas, etc

Conforto e posicionamento – Almofadas e coxins viscoelásticos, em espuma em silicone em gel, todo o tipo de almofadas, de posicionamento para cadeiras de rodas, poltronas, cervicais, lombares, entre outras.

Terapia da compressão

Meias e collants de descanso e compressão
Meias pós cirúrgicas

Calçado Ortopédico e Profissional, todo o tipo de Calçado ortopédico, para pé normal ou diabético, máximo conforto e comodidade

Palmilhas moldadas e por medida - moldamos os seus pés para depois as palmilhas serem criadas pelo nosso ortoprotésico.

Promoção de Natal

Aproveite a nossa promoção de Natal em Alugueres

Alugueres de Camas articuladas:

Cama Manual - 1.5€/dia

Cama Eletrica - 2.5€/dia

Cama Eletrica com elevação - 3€/dia



Aluguer de Cadeira de Rodas:

1€ /dia

15€/Mês

Promoção Valida até dia 5 de Janeiro.



NA ORTOCANEÇAS,
ALÉM DE SERVIÇOS
PODE ENCONTRAR
TODO O TIPO DE
PRODUTOS
DE ORTOPEDIA

Artes Marciais

ANAM celebrou 30 aniversário

Fotografia: CMO



A ANAM – Associação Nacional Artes Marciais celebrou o seu 30º aniversário a 8 de dezembro com um almoço convívio que juntou praticantes, instrutores, dirigentes e familiares no salão azul do Parque Urbano do Silvado, em Odivelas. O evento contou com a

presença do Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira, que felicitou o Presidente da Direção, João Cardiga, pelos 30 anos de paixão e dedicação ao karaté e «*Pelo entusiasmo com que diariamente vê o Desporto, em especial*

o Karaté!». O Presidente da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio, também esteve presente. A ANAM é uma associação sediada em Odivelas que se dedica ao ensino de Karaté Shotokan-Do e ao desenvolvimento do carácter dos seus praticantes.

Basquetebol Magia do OBC fora de portas

Com a generalidade dos campeonatos distritais parados na transição para a 3ª fase que se inicia no próximo fim de semana, a única de formação em competição foram os sub16M que iniciaram da melhor forma a sua presença nesta 3ª fase das competições com uma deslocação aos Salesianos de Lisboa. Não foi um jogo fácil tal como antecipado, mas na parte final os rapazes de Odivelas conseguiram manter o controlo do jogo averbando uma boa vitória

(63-67).

Mas a expectativa também estava no desempenho da equipa sénior masculina que se deslocava a Vila Franca de Xira para defrontar a União Vilafranquense. Uma entrada de rompante da equipa de Odivelas deixou logo claro porque é que é uma equipa nos lugares cimeiros, marcando no primeiro quarto 33 pontos. Com um 2º quarto mais equilibrado a equipa de Odivelas voltou a entrar forte após o intervalo e comandada por Admir Mendes (29 pontos) e secundada por Lex Dias (13 pontos) acabou com qualquer veledade da União terminando a partida com uma vantagem de 31 pontos (86-55) mantendo a equipa no top-3 que dará acesso à disputa pela subida à 1ª divisão nacional. Mas Vila Franca de Xira foi também o palco do torneio de Natal da UDV e as equipas de sub10 e sub12M estiveram presentes, na-

quele que foi não são um dia de grande convívio desportivo mas também de demonstração da qualidade dos jovens odivelenses com o 1º lugar em sub10 e a 2ª posição em sub12M. Mas estas crianças (... e os pais) têm pilhas de qualidade e domingo de manhã já os sub8 e os sub10 estavam a caminho das Caldas da Rainha para participar no torneio dos Pimpões e mais um sucesso desportivo e social para os meninos e meninas de Odivelas que fazem parte desta "família". No próximo fim de semana os sub8 e sub10 voltam a participar num convívio ABL no pavilhão municipal da Graça, disputam-se 8 jogos oficiais dos escalões de formação e os seniores têm uma deslocação difícil à Marinha Grande para o último compromisso oficial de 2019 que se espera vitorioso.

José Luís Marques

Yoga Atividade em crescimento na União das Colinas FC

O União das Colinas FC tem em funcionamento a atividade de Yoga aberto a todos os que queiram participar.

«*Yoga é uma visão diferente da forma de viver que nos transforma profundamente em todos os níveis da nossa vida. É uma antiga filosofia de vida que se originou na Índia há mais de 5000 anos.*

Yoga significa união, une e integra o corpo, a mente e nossas emoções para que sejamos capazes de agir de acordo com nossos pensamentos e com o que sentimos.

Podemos entender essa união como harmonia e equilíbrio entre corpo e mente.

Qualquer um pode fazer Hatha Yoga, não importa a idade ou sexo. Como também não existe uma linha melhor ou pior, existe sim a linha na qual você se sente bem e isso é que é importante a continuidade da prática».

Para participar basta levar o colchão, donativo consciente, vontade e coração aberto, diz o clube.

«*A atividade funciona os domingos às 10h00 no Pavilhão da Arroja, no entanto quando o tempo o permite fazemos em abraço com a natureza e ao som das ondas do mar. Organizamos retiros. Está atento ao nosso Facebook União das Colinas FC.*

Se te fizer sentido junta-te a nós!».



CASA DE PENHORES

Empréstimos
sobre

OURO - PRATA - JOIAS

TELF.: 219 311 054

www.ouroestrela.com

OURIVESARIA

PRATA - RELOGIOS - JOIAS

COMPRO E VENDENDO OURO

TELM.: 912 701 140



A Câmara Municipal deseja-lhe

BOAS FESTAS



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

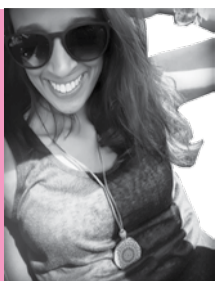
CRÓNICAS



MIRANTE
Por **Victor Cacito**
Cronista

Um país de treinadores

É bem verdade, caros amigos e leitores, Portugal é um país de treinadores sem qualquer tipo de dúvida. Que gostamos de futebol... já todos sabemos. Que temos grandes jogadores de futebol... nada de novo. Que temos bons treinadores... qual a dúvida? Tudo isto para sublinhar e destacar o desempenho de alguns treinadores portugueses a nível mundial. Para começar destaque Fernando Santos, como todos sabem é o treinador da nossa seleção nacional de futebol e que foi eleito o melhor treinador do mundo de seleções. Nada mal, o senhor engenheiro depois de se tornar campeão da Europa está em grande conseguindo uma vez mais a qualificação direta de Portugal para uma fase final do Europeu de Futebol. Não foi fácil, mas consegui e parece que afinal o trabalho foi recompensado. Parabéns senhor engenheiro. Por outro lado, o reconhecimento veio também do outro lado do mundo para Jorge Jesus que após a conquista do Brasileiro e da Libertadores recebe o prémio de melhor treinador do Brasileiro que por sinal é a primeira vez que é atribuído a um estrangeiro. Diria que a aposta feita por J.J. no Flamengo foi amplamente superada e reconhecida. Jorge Jesus fica na história do Flamengo por diversos motivos batendo inclusive o recorde de pontos efetuados no campeonato brasileiro. 90 pontos, é muito ponto meus senhores. Mas os destaques não ficam por aqui, José Morais ao serviço dos Jeonbuk Motors e contra todas as previsões sagra-se campeão da Coreia do Sul na última jornada beneficiando da derrota do seu rival Ulsan Hyundai. Um verdadeiro milagre para quem acredita que "até ao lavar dos cestos é vindima". Mas caros amigos não ficamos por aqui. O ex-selecionador dos sub 17 e 19 Hélio Sousa treinador atual do Bahrain conquistou neste fim de semana pela primeira vez a Taça do Golfo de Futebol derrotando a sua congénere da Arábia Saudita pela margem mínima 1 - 0. O golo foi marcado aos 69 minutos para jubilo de todos. Parabéns mister Hélio. Parabéns aos treinadores e ao futebol Português que vai dando cartas pelos quatro cantos do mundo. Para finalizar registo com uma enorme mágoa a notícia de que a Rússia foi afastada de todas as competições internacionais nos próximos quatro anos devido a centenas de casos de doping. Pois, o que dizer? Infelizmente é a continuação de práticas menos lícitas que desta vez foram penalizadas severamente. Muita gente séria vai ser penalizada, mas as regras são para se cumprir e é para todos. Como diz o velho ditado vai pagar o justo pelo pecador. Claro que os atletas podem competir a nível individual de forma independente e neutra mas não é a mesma coisa. Existirá maior honra que representar a camisola do seu país? Resta á Rússia 21 dias para contestar esta situação e reverter a situação. A ver vamos... Pois, nem tudo do desporto é motivo de orgulho. Acabamos assim esta crónica sem honra nem glória... Doping nunca!



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

Dezembrando

Estamos em plena época "consumistica", como costumamos dizer. Enquanto uns dizem apregoam, natalícia, eu gentilmente, chamo-lhe desta forma. Claro que também gosto de enfeitar a casa com motivos natalícios, fazer a árvore e o presépio, comprar prendas de natal, e ter a mesa bem preenchida, embora nada ligue a doces natalícios. A questão é que, em particular nesta época do ano, gastamos mais com aquilo que não interessa e ainda dizemos estar sob efeito do espírito natalício. É um facto que as luzes e os jingle bells, que começam logo em novembro, nos contagiavam e tornam mais emotivos. De repente tudo passou a ser vermelho e verde, brilhante, com luzes e harmonia. De repente já não nutrimos rancor, não há desentendimentos, a tristeza evapora-se e somos todos uma grande família com abraçinhos à mistura. Tretas. Somos contagiados pelo "a todos um bom natal" e a euforia desponta. Queremos ser melhores pessoas, queremos mudar velhos hábitos, queremos tudo num espaço de 25 dias. Sim, porque no dia seguinte isso acabou. A família unida volta a desmantelar-se e a ficar meses sem se ver ou falar. A generosidade com o próximo já lá vai. E todo o ambiente de sentimento, amor e reflexão puff... Findou. Porque é tempo de preparar para curtir a chegada do novo ano, com festas de arromba, com amigos e sem família, com muito brilho e sem pai natal, com extravagância e sem gratidão. Em uma semana. Em 7 dias. Passamos da ambiente família perfeita, generosa e unida. Para a vida louca do réveillon. E nem um dia depois voltamos ao marasmo diário, sem mudanças, com os velhos hábitos e sem qualquer progressão. Dezembro é sem dúvida o mês de maior bipolaridade. Aliás é o mês maior em tudo. Maior bipolaridade, maiores gastos, maiores ilusões, maiores falsidades. Enquanto devia sim ser maior em reflexões, em agradecimentos, em planificações, em ambições, em uniões. Chegando a dezembro a nossa postura devia ser reflexiva. Agradecer pelo que foi bom, aprender com o que foi mau, planear como mudar o que precisa ser mudado, e a cima de tudo viver genuinamente a passagem de mais um natal e de mais um ano. Reforçando ao longo dos 12 meses a união da família e amigos, sendo generoso, grato e aproveitando tudo ao máximo. Apenas 31 dias por ano é pouco. Dezembro é muito pouco. Quando se diz "natal é sempre que o homem quer", é disto que se trata. Podemos dezembro o ano todo. Podemos ser melhores o ano todo. Podemos ter família reunida à mesa o ano todo. Podemos ser generosos o ano todo. Então, porquê só 31 dias?

Agora mais perto de si!
Consultas presenciais e por telefone
Maria Helena
(00351) 210 929 000
Av. Prata da Vitória, nº57 4ºº 1000-246 Lisboa - Portugal
www.maiachelina.pt www.facebook.com/MariaHelenaCartomancia

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

Semana de 12 a 18 de Dezembro

♈ Carneiro 21 de Março a 20 de Abril
Carta Dominante: O Papa, que significa Sabedoria. Amor: Aposte na sua relação. Que o Amor e a Felicidade sejam uma constante na sua vida! Saúde: Não se desleixe, cuide de si. Dinheiro: Pense bem antes de investir o seu dinheiro. Números da Sorte: 1, 18, 22, 40, 44, 49 Pensamento positivo: Sigo a minha intuição, pois sei que ela é a minha mais sábia conselheira.

♉ Touro 21 de Abril a 20 de Maio
Carta Dominante: Cavaleiro de Copas, que significa Proposta Vantajosa. Amor: Um amigo pode declarar-lhe uma paixão. Que os seus desejos se realizem! Saúde: Vigie a sua alimentação. Dinheiro: Pode ter uma nova proposta de trabalho. Números da Sorte: 6, 14, 36, 41, 45, 48 Pensamento positivo: Acredito que os meus desejos se vão realizar, porque eu mereço!

♊ Gémeos 22 de Maio a 21 de Junho
Carta Dominante: 8 de Copas, que significa Concretização, Felicidade. Amor: Momentos escaldantes a dois. Saúde: Não coma demasiados doces. Dinheiro: Não gaste além das suas possibilidades. Números da Sorte: 7, 22, 29, 33, 45, 48 Pensamento positivo: praticar a arte de ser feliz é muito divertido!

♋ Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho
Carta Dominante: O Mundo, que significa Fertilidade. Amor: Controle a impulsividade, meça as suas palavras. Procure gastar o seu tempo na realização de coisas úteis a si e aos outros. Saúde: Dê mais atenção aos seus pulmões, não fume. Dinheiro: Ponha em marcha um projeto antigo. Números da Sorte: 8, 17, 22, 24, 39, 42 Pensamento positivo: Planto hoje sementes de otimismo, e amanhã colherei frutos de felicidade.

♌ Leão 24 de Julho a 23 de Agosto
Carta Dominante: Os Enamorados, que significa Escolha. Amor: Siga com convicção o que o coração lhe diz. Que a compreensão viva no seu coração! Saúde: Faça uma alimentação rica em vitaminas. Dinheiro: Momento favorável a nível profissional. Números da Sorte: 3, 7, 11, 18, 22, 25 Pensamento positivo: Oijo o meu coração e escolho o melhor para mim.

♍ Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro
Carta Dominante: 4 de Espadas, que significa Inquietação, agitação. Amor: Pode sentir que o seu amor não é correspondido, mas é uma fase passageira. Que a sabedoria infinita esteja sempre consigo! Saúde: Tenha cuidados com os olhos. Dinheiro: Possível aumento inesperado. Números da Sorte: 1, 8, 17, 21, 39, 48 Pensamento positivo: Encontro a serenidade dentro de mim.

♎ Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro
Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: Tudo na vida tem uma solução, não desanime. Que a serenidade e a paz de espírito sejam uma constante na sua vida! Saúde: Evite enervar-se. Dinheiro: Situação financeira sem sobressaltos. Números da Sorte: 7, 11, 18, 25, 47, 48 Pensamento positivo: Tenho força e coragem, eu sei que sou capaz!

♏ Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro
Carta Dominante: 9 de Ouros, que significa Prudência. Amor: Controle a sua agressividade. Procure ter pensamentos positivos e não se deixe invadir por sentimentos ou pensamentos negativos. Saúde: Dê mais atenção à sua saúde. Dinheiro: Período favorável. Números da Sorte: 4, 6, 7, 18, 19, 33 Pensamento positivo: Sou prudente e sei que dessa forma alcançarei a vitória.

♐ Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro
Carta Dominante: Rainha de Ouros, que significa Ambição, Poder. Amor: acredite que é uma pessoa com um potencial enorme. Aprenda a soltar toda essa Força e Luz interior que desconhece. Saúde: Cuidado com quebras de tensão. Dinheiro: Momento favorável. Números da Sorte: 1, 8, 42, 46, 47, 49 Pensamento positivo: Mostro ao Mundo toda a luz que existe em mim.

♑ Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro
Carta Dominante: A Roda da Fortuna, que significa Sorte. Amor: Preste mais atenção à sua família. A felicidade na sua casa depende da educação que der aos seus filhos, por isso, preste atenção à formação que lhes dá. Saúde: Vigie a tensão arterial. Dinheiro: Não faça gastos supérfluos. Números da Sorte: 7, 13, 17, 29, 34, 36 Pensamento positivo: sei que a Vida me reserva surpresas maravilhosas.

♒ Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro
Carta Dominante: 7 de Paus, que significa Discussão, Negociação Difícil. Amor: Diga a verdade, por mais que lhe custe. Tome a iniciativa, é você que cria as oportunidades! Saúde: Cuide dos seus pés. Dinheiro: Poderá planear uma viagem ao estrangeiro. Números da Sorte: 5, 25, 36, 44, 47, 49 Pensamento positivo: O diálogo ajuda a resolver todos os conflitos.

♓ Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março
Carta Dominante: 8 de Paus, que significa Rapidez. Amor: Tendência para viver bons momentos a dois. Apesar das contingências, supere sempre as dificuldades, vença os obstáculos e construa o seu caminho! Saúde: Sem surpresas. Dinheiro: Trabalhe com afinco para atingir os seus fins. Números da Sorte: 1, 3, 24, 29, 33, 36 Pensamento positivo: Construo o meu caminho com otimismo e sinceridade!

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

AM
SERRALHARIA CIVIL

Largo António Duarte Sacavém, nº9
1885-582 Caneças
Tlm: 962858888 / 962897999
artesdaanelinha@gmail.com
Lojinha da Costura artesdaanelinha

Artes da Nelinha
Retrosaria e Atelier de costura



Farmácias de Serviço Local

Semana de 12 a 18 de Dezembro

Quinta-Feira

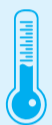
Nabais Vicente

Rua Artur Boal, 3ª . Lj. Esq.
Quinta Nova - Odivelas
Tel. 219345959

Serra da Luz

Rua Padre Américo Monteiro de
Aguaiar, Lt. 77Serra da Luz.
Tel. 214795714

Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Jardim de Amoreira Av. Amália Rodrigues, Lt. 63, Lj. Dtª. Tel. 218490331	Silva Monteiro Av. Almirante Gago Coutinho, 68-C Ponte da Bica. Tel. 219327801	Cruzeiro Rua Vasco Santana, 10 - A Ribeirada Telf.: 219310870	Almeida Rua Prof. Dr. Augusto Abreu Lopes, 45 - r/c Odivelas - Tel. 219324242	Aniceto Ferronha Rua Mário Viegas, 3 - Lja Dtª - Ramada Tel.: 219327480	Azevedo & Veiga Rua da Liberdade, 23 A - Bons Dias Ramada - Tel. 219345880
Famões Rua José António Carvalho, 16 E Tel. 219344161	Colinas Av. Magalhães Coutinho, 3b Colinas do Cruzeiro Tel. 213838466	Cruz Correia Rua de Santo Eloy, 41 A - Pontinha Tel. 214792453	Pontinha Rua de S. Eloy, Lt. SE 4 Pontinha. Tel. 214790220	Sena Belo Rua Antero de Quintal, 8/8ª Patameiras. Tel. 219325455	D. Dinis Rua Pulido Valente, 31 C do Cruz Tel. 219326612



Tempo no Concelho

Semana de 12 a 18 de Dezembro

Quinta-feira

Max

15° Min 9°



SEXTA	SÁBADO	DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA
Max 16° Min 9° Nublado	Max 16° Min 9° Nublado	Max 17° Min 9° Nublado	Max 15° Min 10° Nublado	Max 17° Min 9° Nublado	Max 15° Min 8° Nublado

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

Desabafos de um cota

A montanha o mar a guerra e a paz

São as montanhas
mães dos rios.
São os rios que alimentam
Os mares.
São os mares que alimentam
Os oceanos.
É a água, a fonte de vida.

A vida que a mulher faz
Nascer.
A criança que é o futuro,
O futuro que será o
Amanhã.

O amanhã que terá de ser feito
De amor.
O amor que é amante
Da paz.
A paz que vence tudo
A paz que é inimiga
da Guerra.

A guerra que mata inocentes.
A guerra que mata os sonhos.
A guerra é o inferno na Terra.

Por isso, viva a paz, e morte à guerra!

Arlindo De Jesus Costa
arlindocosta44@gmail.com

Diz Correndo...

Episódio 140

Queridos Leitores Mais – ou menos – Idosos, é bem verdadeiro o ditado: «Cautelas e caldos de galinha, nunca fizeram mal a ninguém».

Digo isto porque, atendendo à minha idade, devia ter ido tomar a vacina da gripe e não fui. Confiante na minha vaidade máscula, vi desfilar as Bandas e dei beijinhos a muita gente amiga. Fosse pelo que fosse, pesquei um vírus pintor, que me tem feito produzir fluidos das mais variadas paletas, apenas combatido pela competência do meu corpo, com ajuda de anõesinhos que vêm da farmácia e que chamam quando nadam em água.

E isto já dura há uma semana.

O que vale é termos um País simpático, onde se respeitam os idosos, lhes dando todos os cuidados, prioridades e acompanhamento. Apetece dizer que, ter idade neste país é melhor do que ter dinheiro no banco. Não há desvio de fundos, apropriação de bens ou nacionalizações. Que descanso.

Voltando aos vírus, temos de os respeitar porque já andam neste planeta há mais tempo do que nós, e há quem pense que foram o instrumento usado para modificar o ADN dos símios e lhes dar a nossa inteligência. Com tempo saberemos.

É claro que esta circunstância de estar engripado pode causar situações constrangedoras, como aconteceu a um conhecido que tem mulher ciumenta, a quem disse:

Na tua cama com outra

Telefonaste, eu deitado,
Na cama, debilitado,
E com voz que mal s'ouvia;
Estranhaste-me a postura,
E falaste com voz dura:
"A esta hora do dia?"

Deu-te uma tal ciumeira,
Que perdeste a estribeira,
E partes desalvorada;
Irrompes p'la casa adentro,
Pondo-me em alvo no centro,
Pronta a desferir flechada.

O estrondo rompe meu sonho;
Vejo-te com ar medonho,
Em meu delírio febril;
Mas entraste no meu ninho,
E amaste o calor quentinho,
Dos graus que eram quase mil.

E o conselho da semana é: «Se gostas de ver monstros em filmes de terror, poupa dinheiro e vem cá a casa ver-me».

José Duarte

Teatro

É Natal, para o Bem e para o Mal

Belém Clube

Rua da Junqueira 243-B - Belém

1300-598 Lisboa

15 de dezembro 15h00

21 de dezembro 11h00

É Natal! Para o Bem ou para o Mal!, é um espetáculo que regista um grande fenómeno, um banquete de Natal de heróis e vilões das histórias que nos contaram em crianças. De um lado temos Jasmine, a Princesa da história do Alladdin, como anfitriã do banquete dos heróis. Do outro lado temos Maléfica, a Fada Má que enfeitiçou todos os habitantes do reino de MORS e que deixou Aurora adormecida por 16 anos, em a Bela Adormecida, como anfitriã do banquete dos vilões. Nestes dois banquetes, as personagens que mais amamos e tememos, contam-nos as suas experiências natalícias e como passam esta época festiva. Podemos contar com confrontos, arrependimentos, dramas familiares e muita diversão. É uma peça marcada por muita comédia, com um Génio que não consegue deixar em paz o vilão Jafar, preso na lâmpada, e por um príncipe Hans, que não se importa que os outros o ignorem e que só quer que ouçam a sua história»

Este Musical é interpretado e escrito por crianças e jovens com idades entre os 7 e os 20 anos e promete alegrar todas as idades. A produção e encenação do espetáculo é da jovem odivelense Joana Horta, funcionária da Câmara Municipal de Odivelas como Assistente Operacional na Escola António Gedeão e está em sala com alunos NEE'S.

Sabia que...

...o Executivo Municipal da Câmara de Odivelas deliberou a continuidade da Taxa do Imposto Municipal sobre Imóveis (IMI) em 0,37% no próximo ano? A Autarquia mantém também a redução do chamado IMI Familiar, ou seja, menos 40€ para agregados familiares com 2 filhos e menos 70€ para famílias com 3 ou mais dependentes a seu cargo.

Fonte: CMO

GRUPO DE TEATRO INFANTIL E JUVENIL DO BELÉMCLUBE
APRESENTA

É NATAL!
PARA O BEM OU PARA O MAL!

ESTREIA 7 DE DEZEMBRO Sábado // 11H
15 DE DEZEMBRO Domingo // 15H
21 DE DEZEMBRO Sábado // 11H

MARCAÇÕES // 916 291 324 // bc.belemclube@gmail.com

Rua da Junqueira nº243B, 1300-598 Lisboa-Belém



BMW 318 2.0D ADVANTAGE 150CV AUTO - 2016 - 29490€



Renault Clio Limited TCE 90CV - 2017 - 12900€



CAPTUR EXCLUSIVE 1.5 DCI 90CV X-MOD - 2018 - 19900€



DACIA SANDERO 1.5 DCI CONFORT - 2014 - 9000€



CLIO DYNAMIQUE S 1.5 DCI 90 CV - 2015 - 13950€



Talisman 1.6dci Itens 130CV EDC - 2017 - 25990€



Megane ST GT line 110 cv - 2015 - 15750€



DACIA SANDERO STEPWAY DCI 90CV - 14900€ - 2018 - 23529Km



Renault Megane S.T. Bose 1.6DCI 130 CV EDC (cx Aut.) 2018 - 24990€



FIAT 500 U-CONNECT 1.2 GPS - 2017 - 12750€



FORD FIESTA 1.0 TI-VCT BUSINESS 85 CV - 2018 - 14500€



DACIA SANDERO STEPWAY DCI 90CV - 14900€ - 2018 -



Megane GT line Sp 110 cv - 2017 - 19900€



Clio ST GT line 110 cv - 2018 - 21250€



P 208 1.2 PURE TECH 82CV STYLE - 2017 - 12750€



RENAULT Clio TCE 90CV - 2017 - 12900€



P 3008 1.6 HDI 120CV SPORT - 2011 - 11990€



RENAULT MEGANE ST BOSE EDITION 110 CV - 2013 - 14900€



CLIO 1.5 DCI LIMITED 90CV - 2018 - 15900€



RENAULT CAPTUR 1.5 DCI EXCLUSIVE 110CV - 19900€ - 2018



RENAULT TRAFIC 1.6 DCI 125CV 9 LUGARES - 2016 - 22900€



TOYOTA YARIS 1.4 D-4D BIZZ 90CV - 2016 - 11950€ - IVA DEDUTIVEL



Clio ST GT line 90cv - 2018 - 16900€



RENAULT CLIO 1.5 DCI DYNAMIQUE S 90 CV - 2015 - 13750€



RENAULT MEGANE ST DCI 110 CV INTENSE - 2016 - 18750€



RENAULT MEGANE ST GT LINE 110 CV - 2015 - 15490€



GOLF VARIANT TDI 110CV GPS - 2017 - 20990€



RENAULT CLIO 1.5 DCI DYNAMIQUE S 90 CV - 2015 - 14250€



P 208 1.6 HDI 75CV STYLE - 2016 - 13900€



Fiat 500 X 1.3 Multijet start 95cv - 2016 - 15900€



Kia Sportage TX 1.6 GDI 2019 - 23900€



Clio Limited 90cv - 2017 - 15750€



Clio GT Line 110cv - 2018 - 20250€



Captur Exclusiv DCI 90 CV - 2019 - 21750€

Viaturas de Serviço



SCÉNIC BOSE EDITION 1.7 DCI 150CV - 2019 -



CAPTUR EXCLUSIVE 1.5 DCI 90CV - 2018 - 21750€



CAPTUR EXCLUSIVE 1.5 DCI 90CV - 2019 - 22700€ - 0KM



CLIO GT LINE DCI 90 CV EDC - 20900€



CLIO ST GTLINE 90 CV - 2019 - 22500€ - 0KM



CLIO GTLINE 90 CV - 2018 -



KADJAR 1.5 DCI BLACK EDITION 115CV - 2019 - 30500€



MEGANE IV ST GTLINE 115CV - 2019 - 24750€



Renault Clio Limited 1.5dci 90cv - 2017 - 15900€