

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS €75,00
LENTE MONOFOCAL: opticas com miopia, hiper e astigmatismo

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS €250,00
LENTE PROGRESSIVA: opticas com aumento e diminuição de visão



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

16°
11°

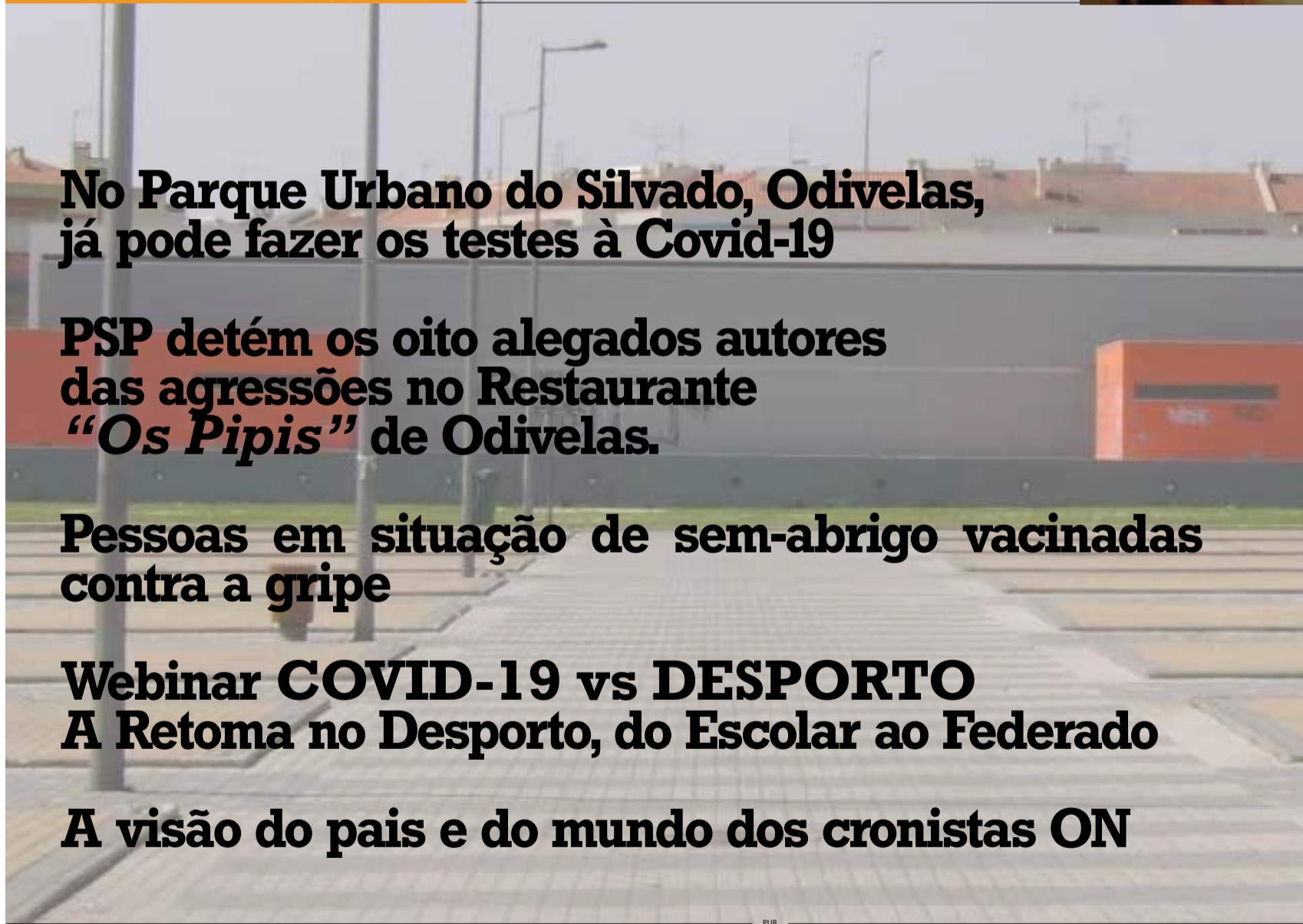


Semanário de Distribuição Gratuita | Ano 8 | Edição nº 341
 2020 | Quinta-feira | 28 de Janeiro
 Diretor: Francisco Godinho

Noruegas
CHURRASQUEIRA

À SEXTA 5,50€ FRANGO

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



No Parque Urbano do Silvado, Odivelas, já pode fazer os testes à Covid-19

PSP detém os oito alegados autores das agressões no Restaurante "Os Pipis" de Odivelas.

Pessoas em situação de sem-abrigo vacinadas contra a gripe

Webinar COVID-19 vs DESPORTO A Retoma no Desporto, do Escolar ao Federado

A visão do país e do mundo dos cronistas ON



ACTIVOS 172,893

RECUPERADOS 484,753

+9,268

ÓBITOS 11,305

+293

CONFIRMADOS 668,951

+15,073

Dados relativos ao boletim da DGS de:

27/1/2021

PADARIA & PASTELARIA

Espiga Dourada
1995

www.espigadourada.com

Página 4

No Parque Urbano do Silvado, Odivelas, já pode fazer os testes à Covid-19

Página 6

25 a 31 de janeiro - Semana Europeia de Prevenção do Cancro do Colo do Útero

Página 8

Pequenas notícias do concelho

Página 10

PSP detém os oito alegados autores das agressões no Restaurante "Os Papis" de Odivelas. Homem de 28 anos rouba jovem de 14 e acaba detido pela PSP. Ladrão agride funcionária do Meu Super da Ramada para roubar 260 euros

Página 13

Resultados das eleições presidenciais a nível nacional, concelho e de cada freguesia

Página 15

A exposição prolongada aos ecrãs provoca uma sobrecarga no sistema visual, com especial impacto nos doentes com olho seco. Semana Europeia de Prevenção do Cancro do Colo do Útero

Página 16

Apanhados na rede

Página 17

A crónica quinzenal da Deputada Susana Amador

Página 19

Página cedida ao BE Odivelas

Página 21

Página cedida ao PAN Odivelas

Página 22

O cronista ON de Banda Desenhada, Miguel Ferreira, escreve sobre Jean Graton autor de Michel Vaillant

Página 24

O cronista ON Carlos Braga maravilha-se com o poder e a importância da intuição humana

Página 25

A Anta de Ide-Vê-las de Fernando Tudela

Página 26

O cronista ON, José Nuno Araújo escreve sobre aulas à distância

Página 27

O quarto artigo do trabalho de investigação de Carlos Braga, Amor, Sexo e Família

Página 29

Maskne, uma nova palavra que a pandemia trouxe ao nosso vocabulário é o tema da crónica de Andreia Fernandes

Página 30

A crónica seminal de Vítor Cacito

Página 32

O Diz Correndo de José Duarte e os Desabafos de Arlindo Costa

Página 32

Notícias da Comissão Europeia

Página 32

As Farcias de Serviço, a Previsão do Estado do Tempo e sugestões de espetáculos online

Página 34

O horóscopo seminal da Taróloga Maria Helena

Neste dia noutros tempos

1641 - Realizam-se as primeiras Cortes portuguesas, após a Restauração da Independência em 1640.

1808 -- Invasões francesas. Os portos do Brasil abrem-se ao comércio internacional.
1835 - Casamento de D. Maria II com o príncipe Augusto do Lichtenstein.
1887 - Nasce o pianista Artur Schnabel.
1898 - Morre Roberto Ivens, explorador português do continente africano. Tinha 47 anos.
1908 -- Prisão dos republicanos Afonso Costa, Egas Moniz, João Chagas e António José de Almeida e de Luz de Almeida, chefe

da Carbonária.

1912 -- Tem início uma greve geral em Lisboa de apoio aos assalariados rurais do Alentejo (que iniciaram uma greve poucos dias antes).

- É disputado o primeiro jogo de futebol da Associação Académica de Coimbra, na Ínsua dos Bentos, com o Ginásio Club de Coimbra. A Académica surge equipada com camisolas brancas e calções pretos, num encontro que vence por 1-0.

1916 -- Nasce o escritor Vergílio Ferreira, autor de "Manhã Submersa".

1924 -- Morre Joaquim Teófilo Braga, escritor, político, filólogo, professor, militante Republicano, primeiro presidente do Governo Provisório da I República e segundo Presidente da República Portuguesa. Tinha 80 anos.

1949 -- Criação do Conselho da Europa.

1975 - A assembleia do Movimento das Forças Armadas sanciona a unicidade sindical em Portugal.

1983 - Morre, no Rio de Janeiro, o cineasta português Chianca de Garcia. Tinha 84 anos.

1990 - A atleta portuguesa Rosa Mota, campeã olímpica, vence a maratona de Osaka, no Japão.

1993 - Morre o ator Amílcar Botica, aos 61 anos.

1995 - Torres Couto abandona a liderança da UGT. Sucede-lhe João Proença.

2000 - O Orçamento do Estado português sobe, em 20 por cento, o investimento científico.

2001 - Morre o poeta português Egito Gonçalves. Tinha 80 anos.

2002 - Em Abrantes é criado o primeiro Banco de Tempo.

2003 - O Conselho Superior de Magistratura sugere a introdução de "uma indemnização punitiva, no caso de violação de direitos de personalidade, cometida através de televisão".

2004 - Os Prémios Pen Clube Português de Ficção, Poesia, Ensaio e Primeira Obra são entregues a, respetivamente, Mafalda Ivo Cruz ("O Rapaz de Botticelli"), João Rui de Sousa ("Obra Poética"), Rui Estrada ("O Céu Aberto do Senso Comum") e Frederico Lourenço ("Pode um Desejo Imenso").

2006 - O ex-candidato à Presidência da República Manuel Alegre anuncia a criação de um movimento de cidadãos, com base na estrutura de apoio à sua candidatura.

2008 -- A parte da frente ribeirinha de Lisboa passa a estar sob gestão camarária, nos termos de um protocolo assinado entre o Governo e a autarquia. Aquelas áreas ribeirinhas não ficarão sujeitas à especulação imobiliária, permanecendo no domínio público.

- Tem início o sistema único de pagamentos em euros (SEPA), com a inauguração pelos bancos dos primeiros instrumentos de pagamento SEPA para as transferências no que a Comissão Europeia classificou como "um dia histórico".

- O secretário-geral da ONU, Ban Ki-moon, nomeia um alto funcionário português, Victor Da Silva Ângelo, representante especial para a Missão da ONU na República centro-africana e no Chade.

- A Linha do Tua reabre em toda a extensão, quase um ano depois do acidente em que morreram três ferroviários.

2009 -- Morre, com 84 anos, António Maria Pereira, advogado e ex-deputado do PSD à Assembleia da República, fundador da histórica editora Parceria AM Pereira.

2014 - O Presidente da República, Cavaco Silva, envia para o Tribunal Constitucional a proposta de referendo sobre a coadoção e adoção de crianças por casais do mesmo sexo, aprovada a 17 de janeiro, na Assembleia da República, apenas com os votos do PSD.

- Morre, aos 86 anos, António Soares Carneiro, ex-chefe do Estado-Maior General das Forças Armadas e candidato presidencial.

2015 -- Supremo Tribunal de Justiça rejeita outro pedido de libertação imediata de José Sócrates.

Ainda neste dia**Dia Europeu da Proteção de Dados**

O Dia Europeu da Proteção de Dados foi instituído em 2006 pelo Conselho da Europa. Este dia é celebrado todos os anos no dia 28 de janeiro, data que comemora a abertura da Convenção de Proteção de Dados do Conselho da Europa, conhecida como "Convenção 108". Este dia visa consciencializar sobre os direitos relacionados com a proteção de dados pessoais e privacidade. O Dia Europeu da Proteção de Dados é conhecido, fora da Europa, como Dia da Privacidade.

Sabia que

... já foi lançada a edição municipal "Azulejos do Concelho de Odivelas", do autor Miguel Ferreira? O livro, disponível ao público no Centro de Exposições de Odivelas, constitui um primeiro levantamento efetuado ao património azulejar existente no Concelho, dada a prioridade estabelecida pela Autarquia na valorização e na salvaguarda deste precioso património.

**FICHA TÉCNICA**

Diretor: Francisco Godinho - diretor@odivelasnoticias.pt | Telm: 962001300 | 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; Segismundo 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.

HORÁRIO

12H00 ÀS 23H00

ENCERRA AO DOMINGO



TAKE-AWAY

968 719 013
219 801 283

**RESTAURANTE CHURRASQUEIRA - COZINHA TRADICIONAL
PORTUGUESA-GRELHADOS NO CARVÃO**



ALMOÇOS - JANTARES - PETISCOS - TAKE-AWAY



R. LUÍS DE CAMÕES 44, CANEÇAS (POSTO DE COMBUSTIVEL DA TI-SALOIA)

Novo centro de testagem “Drive thru Covid” em Odivelas

Fotografias: JFO



A Junta de Freguesia de Odivelas celebrou um protocolo de colaboração com a Unilabs para a criação de um novo Centro de Testagem Covid (em modo “drive thru”) no Parque Urbano do Silvado, com a parceria da Câmara Municipal de Odivelas, informa a autarquia da cidade.

Neste modelo de Centro de Testagem, qualquer pessoa pode aceder ao local e ser testado à Covid-19 sem sair do seu veículo. As pessoas que não tiverem teste prescrito através do SNS não estão excluídas da testagem, aplicando-se a tabela de custos da Unilabs.

A marcação prévia é obrigatória; pode fazê-la através de www.unilabs.pt ou do contacto 220 125 001.

O Centro de Testagem Covid-19 do Parque Urbano do Silvado entrou em funcionamento na terça-feira, dia 26 de janeiro, abrindo as portas ao público de terça a domingo, das 09h00 às 18h00. A entrada única no recinto faz-se pela Rua Humberto Ataíde.



WWW.F-ODIVELAS.PT

Astrólogo Vidente
PROFESSOR FANA

50 anos de experiência | Éxitos em 48h

Confiança • Alegria • Amor
Aproximação • Afastamento • Negócios
Invejas • Mau Olhado • Entre outros
Facilidades de Pagamento

Todos os dias das (9h00 às 21h00)
Tlm 96215 68 19 | 92 009 04 64

Rua Carvalho Araújo, nº16 2º Andar - Lisboa

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

Café

A Casinha

do Portela

Rua Alfredo Palsana, N.º3 R/C
Bairro Arco Maria Teresa
1685-102 Caneças
Telf. : 21 981 23 28 - Tlm. : 96 271 18 44

RODAFIT'S
GINÁSIO

Rua da Republica 63ªA – CANEÇAS
EMAIL: RODAFITSGINASIO@GMAIL.COM
Tlf.: 214036834

Mestre Ricardo Comçalvece

Não há vida sem problemas!!!
Nem há problemas sem solução!!!
Os vossos problemas de: SAÚDE! ESPÍRITUAIS!
BRUXARIAS! FALTA DE SORTE! AMOR! FAMILIARES!
COM AS CRIANÇAS! MAU OLHADO! INVEJA!
AMARRAÇÃO! OU OUTROS PROBLEMAS COMPLICADOS!
OU INCOMPREENSÍVEIS!

Consultas todos os dias das 09h00 às 20h30
Trabalho sério, rápido e eficaz
Pagamento após resultados

CONSIDERADO UM DOS MELHORES PROFISSIONAIS

LIGUE: 932 077 456 Rua Alexandre Ferreira, Lumiar - Lisboa



A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

**EXAME + ARMAÇÃO +
LENTES MONOFOCAIS**

DESDE
€75,00

LENTES MONOFOCAIS: orgânicas com anti-reflexo, índice 1.5, esf. 1.00 e cil 2.00

**EXAME + ARMAÇÃO +
LENTES PROGRESSIVAS**

DESDE
€250,00

LENTES PROGRESSIVAS: orgânicas com endurecimento e anti-reflexo, brancas ou fotocromáticas

**EXAME VISUAL + ARMAÇÃO + LENTES
UNIFOCAIS PARA LONGE OU PERTO**

VALE A DISPOSTIÇÃO DE REPARAÇÃO DE AVALIAÇÃO



**DIRETAMENTE
DA FÁBRICA
PARA SI**

**Av. Dom Dinis , n°60A e 62B
Tel: 214 036 372 - 935 578 589**

**Av. Dom Dinis, N 6A
Tel: 219 339 019 - 961 723 927**

BOM DIA
ODINELAS

DELÍCIAS DA RAMADA



doçaria conventual



DOCES DA RAMADA

Rua Aurélio Paz do Reis, Pedernais

Tlf 21 933 0496

Pessoas em situação de sem-abrigo vacinadas contra a gripe



A Câmara Municipal de Odivelas, em articulação direta com o ACES Loures-Odivelas e com a Junta de Freguesia de Odivelas, procedeu quinta-feira, dia 21 de janeiro, a uma campanha de vacinação contra a gripe de pessoas em situação de sem-abrigo interessadas na administração da

mesma.

Esta é uma iniciativa que está integrada no acompanhamento diário realizado junto desta população mais vulnerável. Fruto de uma parceria com entidades públicas, privadas e voluntários, o trabalho da equipa garante alimentação, cuidados de saúde, entrega de roupas e agasalhos, possibilidade de toma de banho, encaminhamento para emprego, entre outros. No último trimestre de 2020, por exemplo, foram entregues cerca de 1190 refeições quentes.

Proibição de permanência nos espaços públicos

Fotografia: CMO



No seguimento das novas medidas decretadas pelo Governo de combate à pandemia, nomeadamente a proibição de permanência nos espaços públicos

e jardins, a Câmara Municipal de Odivelas e as Juntas de Freguesias estão a reforçar, por todo o Concelho, a interdição de mobiliário urbano, parques infantis e equipamentos e parques desportivos.

A Câmara Municipal de Odivelas apela ao cumprimento das regras, à não remoção das fitas de interdição e à não utilização do mobiliário e equipamentos vedados. Seja um agente de Saúde Pública. Cuidando de Si, Cuida de Todos.

34 camas articuladas cedidas às Forças Armadas

Fotografia: CMO



A Câmara Municipal de Odivelas e o Instituto da Segurança Social, em articulação com o Comando Distrital de Lisboa, cederam 34 camas articuladas às Forças Armadas, de forma a reforçar o apoio ao Serviço Nacional de

Saúde.

Estes equipamentos serão importantes para aumentar a capacidade de resposta do Hospital das Forças Armadas que, desde o início da crise pandémica, tem tratado doentes Covid-19.

Levantamento de Refeições de crianças



Desde segunda-feira, dia 25 de janeiro, a Câmara Municipal de Odivelas determinou locais de levantamento de refeições a crianças e alunos beneficiários do escalão A e B da ação social escolar, por agrupamentos de escolas.

Sublinhamos ainda que:

- Para a marcação das refeições, os encarregados de educação deverão contactar a Câmara Municipal de Odivelas, através do endereço eletrónico sase.refeitórios@cm-odivelas.pt ou do seguinte contacto telefónico: 924 294 694;

- O levantamento das refeições escolares deverá ocorrer no portão do estabelecimento de ensino, no horário compreendido entre as 12h30 e as 13h30, devendo o encarregado de educação identificar o nome da (s) criança (s) e/ou aluno (s), assim como o seu estabelecimento de ensino de frequência.

Mais informações em: <https://bit.ly/3qIfy2G>

Acolhimento para filhos dependentes de trabalhadores dos serviços essenciais



Na sequência da suspensão de atividades letivas e não letivas, no Concelho de Odivelas os trabalhadores de serviços essenciais com filhos ou dependentes na rede privada ou em Instituições Particulares de Solidariedade Social deverão formalizar o seu acolhimento na ACIJR - Associação Comunitária

Infantil e Juvenil da Ramada.

Assim, os municípios que se encontrem nesta situação devem contactar a ACIJR, através do número de telefone: 219 348 970 ou via e-mail: geral@acijr.pt Consulte a listagem disponibilizada hoje pela Segurança Social em www.seg-social.pt/apoio-social-a-populacao.

Webinar COVID-19 vs DESPORTO A Retoma no Desporto, do Escolar ao Federado

Evento organizado pela Câmara Municipal de Odivelas, que decorreu a 23 de janeiro.



Segundo a autarquia «Mais de mil pessoas assistiram, on-line, ao debate sobre os benefícios físicos e psíquicos do desporto, em especial nesta fase pandémica».

Na ocasião, o Vereador do Desporto, Paulo César Teixeira, aproveitou para agradecer aos clubes do concelho que têm dinamizado, nestes tempos desafiantes, o desporto para todos.

Poderá assistir ao debate, na íntegra, na página de facebook Odivelas Cidade Europeia do Desporto 2020. Mais informações em <http://bit.ly/CovidVsDesporto>

Adiada qualificação olímpica de ténis de mesa prevista para Odivelas

Imagem de djimenezhdez por Pixabay



A prova de qualificação olímpica de ténis de mesa agendada para decorrer entre os dias 10 e 14 de fevereiro, no Multiusos de Odivelas, foi adiada indo realizar-se entre 21 e 25 de abril, segundo anunciou a Federação Portuguesa da modalidade.

Segundo o comunicado da Federação a decisão do adiamento foi tomada pelo Comité Executivo da Federação Europeia (ETTU) e prende-se com a situação atual da pandemia em Portugal e com os pedidos dos países membros de jogarem numa data posterior e lembra que «Os torneios de qualificação olímpica para Tóquio têm de terminar antes do dia 30 de abril de 2021».



Dispensador de Álcool Gel com pedal



169,00€

preço unitário + IVA



Oferta

um embalagem
de álcool gel



franciscogodinho
soluções e serviços

Dispensador em Aço Inox
Não sujeito ao toque com as mãos
Adaptável a qualquer tipo de frasco até 1 litro
Limpeza fácil

T 21 931 88 27
M 96 260 13 08
geral@franciscogodinho.com
franciscogodinho

PSP detém os oito alegados autores das agressões no Restaurante “Os Pipis” de Odivelas



Foi no dia 25 de novembro de 2020 que, através de uma chamada para a Linha de Emergência 112, populares participaram a ocorrência de violentas agressões no interior do Restaurante “Os Pipis”, no bairro dos Pombais, freguesia de Odivelas, conforme o Odivelas Notícias na altura noticiou.

Tudo começou quando o grupo se encontrava a fumar dentro do restaurante tendo-lhes sido solicitado que não o fizessem por ser proibido. A reação do grupo, foi violenta tendo agredido os proprietários e um funcionário, um jovem de 22 anos que teve de ser transportado ao hospital.

As imagens das câmaras de vigilância divulgadas pelas televisões e pelas redes sociais causaram uma profunda indignação pela violência das agressões.

Em resposta à chamada de emergência «Foram de imediato destacados para o local diversos recursos policiais que, verificando a veracidade das agressões cometidas e danos relevantes no estabelecimento, garantiram a preservação de meios de prova que se revelariam essenciais», informa, em comunicado o Comando Metropolitano de Lisboa da PSP.

«No decorrer da investigação e das diligências daí inerentes, os polícias encarregues da investigação, lograram apurar as identificações dos suspeitos, tendo recolhido um amplo catálogo probatório que sustentou a emissão de 8 (oito) Mandados de Detenção Fora de Flagrante Delito para efeitos de captura de todos os indivíduos envolvidos na prática criminosa».

Na passada semana, a Divisão Policial de Loures efetuou a detenção de oito homens, com idades compreendidas entre os 20 e os 61 anos de idade, por estarem indiciados pela prática de crimes de homicídio qualificado, na forma tentada, e de dano qualificado, na forma consumada.

«Em resultado da investigação realizada e após localização de todos os indivíduos a deter, no dia 20 de janeiro de 2021, pelas 07H00, foi dado cumprimento a 4 (quatro) Mandados de Busca Domiciliária e a 8 (oito) Mandados de Detenção Fora de Flagrante Delito, cumpridos nos concelhos de Lisboa e de Vila Franca de Xira.

No cumprimento dos Mandados de Busca Domiciliária, foi ainda localizado e apreendido o seguinte:

3 (três) cartuchos de calibre 12;

1 (uma) pistola, de calibre 6.35mm;

1 (uma) arma branca;

1 (uma) arma de ar comprimido;

Peças de vestuário utilizadas aquando da prática do crime;

Outra matéria probatória;

Os detidos foram conduzidos ao Tribunal Judicial da Comarca Lisboa Norte – Núcleo de Loures, tendo sido aplicada a medida de coação de PRISÃO PREVENTIVA a todos os detidos, pelo que foram de imediato conduzidos ao estabelecimento prisional.

«O Comando Metropolitano de Lisboa da PSP acredita que estas detenções serão suficientemente impactantes para a dissuasão de grupos de autores com pretensões desta natureza, bem como manterá as medidas de prevenção criminal necessárias ao fortalecimento do sentimento de segurança da população»

Homem de 28 anos rouba jovem de 14 e acaba detido pela PSP



uma menor com 14 anos de idade, encontrava-se

O Comando Metropolitano de Lisboa da Polícia de Segurança Pública, através da Divisão Policial de Loures, no dia 21 de janeiro, procedeu à detenção de um homem de 28 anos de idade, por ser suspeito da prática do crime de roubo.

Os Polícias foram informados da notícia de um roubo, cometido junto à Estação do Metropolitano de Odivelas. A vítima,

acompanhada por um amigo a percorrer um túnel, tendo o suspeito abordado à vítima através de ameaça no sentido de lhe entregar o seu telemóvel encostando um objeto pontiagudo na zona abdominal. Temendo pela sua integridade física/vida, a menor entregou-lhe o seu telemóvel.

Na posse do mesmo, o suspeito encetou de imediato fuga e a vítima, aos gritos, solicitou ajuda, alertando os transeuntes das proximidades.

Nesse momento, um profissional de segurança privada ao serviço da Estação do Metropolitano de Odivelas conseguiu interceptar o suspeito, tendo-o entregado, sob detenção, aos Polícias que entretanto chegaram ao local. O telemóvel foi devidamente restituído à sua legítima proprietária.

O suspeito foi então detido, tendo sido constituído arguido e sujeito a Termo de Identidade e Residência, recolheu às celas de detenção do Comando Metropolitano de Lisboa e foi posteriormente presente no Tribunal Judicial da Comarca de Lisboa Norte - Loures, tendo o processo baixado a inquérito.

Ladrão agride funcionária do Meu Super da Ramada para roubar 260 euros

Ao fim da tarde, cerca das 18h00 da passada quinta-feira, uma funcionária do supermercado Meu Super, na Ramada, foi agredida à coronhada por um assaltante que conseguiu fugir com 260€ que se encontravam na caixa registadora.

O assaltante entrou no supermercado já de arma em punho e agrediu a mulher sem que esta tivesse oferecido resistência. Após conseguir o dinheiro fugiu a pé, sem que alguém o tentasse deter, segundo apurámos no local, dado o efeito surpresa.

Felizmente a vítima não teve de receber tratamento hospitalar. A ocorrência está a ser investigada pela polícia judiciária dada a natureza do crime.



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





Noruegas

CHURRASQUEIRA

À SEXTA

5,50€
FRANGO



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



**PUBLICIDADE | RECLAMOS LUMINOSOS | MONTRAS
DECORAÇÃO DE VIATURAS | SINALÉTICA | ESTAMPAGEM
CARTÕES DE VISITA | LONAS**

**TLM: 96 200 1300 TLF 21 931 88 27
GERAL@FRANCISCOGODINHO.COM**

Presidenciais 2021

Resultados do concelho fogem ao panorama nacional com André Ventura em 3º em 3 das 4 freguesias

Uma abstenção a ultrapassar os 60%, com menos meio milhão de votos expressos em comparação às eleições de 2016 é uma das coisas a reter destas eleições para além do facto do candidato apoiado por um partido de extrema direita ter conseguido o terceiro lugar a nível nacional. No nosso concelho apenas na freguesia de Odivelas ficou em terceiro lugar tendo conseguido o segundo nas três Uniões de Freguesia e na globalidade do concelho.



1,98% - 1.214 votos

Em branco
0,80% - 495 votos

Nulos
0,90% - 560 votos

Freguesia de Odivelas

Votantes
48,66% - 25.297 votantes
51.983 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
60,35% - 15.024 votos

Ana Gomes
14,32% - 3.566 votos

André Ventura
12,50% - 3.112 votos

João Ferreira
4,44% - 1.106 votos

Marisa Matias
3,50% - 872 votos

Tiago Mayan Gonçalves
3,05% - 759 votos

Vitorino Silva
1,83% - 456 votos

Em branco
0,78% - 198 votos

Nulos
0,81% - 204 votos

Pontinha/Famões

Votantes
48,47% - 14.662 votantes
30.251 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
61,94% - 8.932 votos

André Ventura
14,90% - 2.149 votos

Ana Gomes
11,18% - 1.612 votos

João Ferreira
4,65% - 670 votos



Marisa Matias
3,40% - 491 votos

Vitorino Silva
1,98% - 286 votos

Tiago Mayan Gonçalves
1,95% - 281 votos

Em branco
0,68% - 100 votos

Nulos
0,96% 141 votos

Póvoa Olival Basto

Votantes
44,25% - 7.153 votantes
16.164 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
60,26% - 4.239 votos

André Ventura
13,14% - 924 votos

Ana Gomes
12,92% - 909 votos

João Ferreira
5,66% - 398 votos

Marisa Matias
3,61% - 254 votos

Tiago Mayan Gonçalves
2,26% - 159 votos

Vitorino Silva
2,15% - 151 votos

Em branco
0,77% - 55 votos

Nulos
0,89% - 64 votos

Ramada Caneças

Votantes
53,14% 15.106 votantes
28.427 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
60,35% - 8.939 votos

André Ventura
14,51% - 2.149 votos

Ana Gomes
12,35% - 1.829 votos

João Ferreira
3,92% - 580 votos

Marisa Matias
3,89% - 576 votos

Tiago Mayan Gonçalves
2,83% - 419 votos

Vitorino Silva
2,17% - 321 votos

Em branco
0,94% - 142 votos

Nulos
1,00% - 151 votos



Resultados nacionais

Votantes 39,49% - 4.261.209 votantes
10.791.490 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
60,70% 2.533.799 votos

Ana Gomes
12,97% - 541.345 votos

André Ventura
11,90% - 496.653 votos

João Ferreira
4,32% - 180.473 votos

Marisa Matias
3,95% - 164.731 votos

Tiago Mayan Gonçalves
3,22% - 134.427 votos

Vitorino Silva
2,94% - 122.743 votos

EM BRANCO
1,10% - 47.041 votos

NULOS
0,94% - 39.997 votos

Concelho de Odivelas

Votantes
49,06% - 62.218 votantes
126.825 inscritos

Marcelo Rebelo de Sousa
60,71% - 37.134 votos

André Ventura
13,63% - 8.334 votos

Ana Gomes
12,94% - 7.916 votos

João Ferreira
4,50% - 2.754 votos

Marisa Matias
3,59% - 2.193 votos

Tiago Mayan Gonçalves
2,65% - 1.618 votos

Vitorino Silva





**MAIS CONFORTO
MAIS SEGURANÇA
MENOS GASTOS**

As clínicas Onda de Sorrisos, desenvolveram uma **câmara anti-covid** que está em processo de certificação...

Câmara para clínicas Dentárias e meio Hospitalar...

Os Médicos com esta Câmara não precisam de usar tantos EPIs...
mais conforto... mais segurança e menos gastos...

Brevemente apresentada na comunicação social...

Desenvolvido em Portugal...

Clínica

Odivelas

Colinas do Cruzeiro

Clínica

Sintra

Casal de Cambra

Clínica

Lisboa

EntreCampos

Clínica Onda de Sorrisos - Praça Cidade de Odivelas, nº4 1J3 - Colinas do Cruzeiro, 2675-639 Odivelas

Clínica Onda de Sorrisos - Rua José Carlos dos Santos nº5 - Entrecampos, 1700-241 Lisboa

Clínica Onda de Sorrisos - Av. De Lisboa, 26A 2605-776, Casal de Cambra

Telf.: 219 336 987 - Tlm.: 968 257 958 - geral@ondadesorrisos.com

www.ondadesorrisos.com - www.facebook.com/ondadesorrisosclinica

Os perigos da exposição aos ecrãs na nossa visão

A exposição prolongada aos ecrãs provoca uma sobrecarga no sistema visual, com especial impacto nos doentes com olho seco

Imagem StartupStockPhotos por Pixabay



Numa altura em que regressamos ao confinamento e, conseqüentemente, à elevada utilização de aparelhos eletrónicos, acabamos por estar mais expostos aos ecrãs durante grandes períodos de tempo. Por outro lado, durante esta exposição, pestanejamos menos (cerca de 1/3 daquilo que seria o normal), o que se reflete na ausência de lubrificação em algumas áreas da nossa superfície ocular, o que poderá resultar em problemas de visão ou no aparecimento de olho seco.

A elevada exposição atual aos ecrãs, seja por razões de natureza social, de lazer ou profissional, provoca uma sobrecarga no nosso sistema visual. Assim, é importante estar atento a alguns sintomas frequentes, como a visão turva, dores de cabeça, sensação de ardor ocular, olho vermelho, lacrimejo e sensibilidade à luz. No caso de doentes com problemas oculares já diagnosticados, como é o caso do olho seco, estes sintomas podem ser manifestados com maior frequência e gravidade.

Segundo o Dr. Nuno Alves, médico especialista em oftalmologia, «*Há diferentes tipos de olho seco, com causa e tratamentos completamente distintos, pelo que é fundamental diagnosticar e definir um plano terapêutico adequado para cada caso clínico*». Desta forma, é essencial uma observação médica, para um diagnóstico e tratamento adequados. No entanto, o especialista acrescenta ainda que «*na impossibilidade de ter uma observação médica especializada atempada, tem também a possibilidade de utilizar um lubrificante artificial*».

Por outro lado, há algumas ações simples que, diariamente, nos podem ajudar a tentar prevenir ou diminuir o impacto da exposição aos ecrãs. Pestanejar conscientemente e, se

necessário, suplementar a lubrificação da superfície ocular com lágrimas artificiais, nomeadamente sem conservantes, são alguns dos exemplos. No caso de a atividade ser prolongada no tempo, é também importante evitar o uso de lentes de contacto, uma vez que estas podem provocar stress adicional na superfície ocular. É ainda fundamental introduzir pausas a cada hora de atividade, para retomar a frequência normal de pestanejo e, simultaneamente, permitir que o olho consiga focar-se em outras distâncias, nomeadamente para longe.

Em suma, tendo em conta que o uso de ecrãs digitais está presente de forma incontornável na nossa vida, é fundamental não só hidratar a nossa superfície ocular, mas também estar atento a possíveis sintomas que poderão colocar em causa a saúde dos nossos olhos, procurando ajuda médica, sempre que necessário. É também essencial tentar reduzir o número de horas diárias de exposição aos ecrãs e de fazer pausas regulares, que permitam a recuperação do esforço visual e ocular.

Saiba mais sobre o olho seco em <https://thea.pt/patologias/olho-seco>.

Semana Europeia de Prevenção do Cancro do Colo do Útero

Cancro do colo do útero “é uma doença evitável e curável”

Todos os dias morre, em média, uma mulher vítima de cancro do colo do útero em Portugal

A Liga Portuguesa contra o Cancro, com o apoio da Roche



Sistema de Diagnósticos, reforça importância do rastreio

Todos os anos, cerca de 300.000 mulheres perdem a vida no mundo devido ao cancro do colo do útero. Em Portugal, os dados de 2020 dão conta de 865 mulheres diagnosticadas e 379 vítimas mortais. Isto significa que todos os dias morre, em média, uma mulher vítima de cancro do colo do útero em Portugal.

Rita Sousa, ginecologista do Instituto Português de Oncologia de Coimbra, afirma que «*Esta é uma doença que, com os rastreios, pode ser evitada e curada se detetada precocemente. O rastreio demora apenas cinco minutos, mas pode salvar a vida de uma mulher*».

Esta é a mensagem a reforçar na Semana Europeia de Prevenção do Cancro do Colo do Útero que, entre 25 e 31 de janeiro, chama a atenção para a necessidade de realização dos rastreios.

A campanha é apresentada pela Liga Portuguesa Contra o Cancro, com o apoio da Roche, Sistemas de Diagnósticos. ‘*Faz o Rastreio e Alerta as Mulheres da Tua Vida*’ serve de mote para esta campanha, que inclui um vídeo com a participação de Maria Cerqueira Gomes.

O cancro do colo do útero é o 4º tipo de cancro mais frequente nas mulheres, mas é uma doença evitável e curável, graças aos rastreios.

Neste tempo de crise devido à pandemia COVID-19, muitos portugueses viram-se afastados dos cuidados de saúde de rotina. Segundo dados do Portal da Transparência, entre novembro de 2019 e igual mês de 2020, assistiu-se a uma redução de 10% no número de rastreios do cancro do colo do útero, justificada pela sobrecarga que a COVID-19 tem causado nos serviços de saúde. Mas há cuidados que não se podem adiar, sendo essencial que cada um desempenhe também um papel ativo na gestão da sua saúde.

Para os que, por receio, têm adiado os rastreios, Rita Sousa reforça a ideia de que «*Não há que ter medo de o fazer. Trabalhamos com segurança e o rastreio demora apenas 5 minutos. Embora o tempo de progressão das lesões no colo do útero seja longo, é muito importante não descuidar esta parte da nossa saúde*».

O cancro do colo do útero é causado pelo vírus HPV. No entanto, a infeção pelo HPV por si só não significa que a mulher vá desenvolver um cancro. Há outros fatores de risco, nomeadamente o tabaco e fatores relacionados com imunidade, que podem fazer com que a infeção progrida para cancro. O rastreio permite a deteção e tratamento de lesões pré-cancerosas causadas pelo HPV, evitando a sua evolução para cancro.

Sabe-se que 80% das mulheres sexualmente ativas acabam por contrair uma infeção por HPV em algum momento das suas vidas.

Em Portugal, existe um programa nacional de rastreio que se destina a todas as mulheres dos 25 aos 60 anos e é feito com base num teste HPV. Se o teste for negativo, só precisa de ser repetido ao fim de 5 anos.

A vacina contra o HPV faz parte do plano nacional de vacinação desde 2008, no entanto, Rita Sousa reforça que mesmo as mulheres vacinadas devem manter a participação no rastreio.

Nesta Semana Europeia de Prevenção do Cancro do Colo do Útero, a Liga Portuguesa Contra o Cancro aposta na sensibilização e importância para o rastreio e diagnóstico precoce.

Link para o vídeo: <https://www.facebook.com/ligacontracancro>
<https://fb.watch/3emKOYMknF/>



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



Apanhados na Rede



Ana Maria Ramos

Facebook

Retratos de Estudantes de Enfermagem.

Poucas são as palavras que consigo utilizar para expressar a coragem, resiliência e persistência de cada uma destas pessoas.

Somos Estudantes de Enfermagem, em estágio nos hospitais e centros de saúde. Não temos direito à vacina e não recebemos qualquer remuneração. Mas estamos lá. Estamos presentes diariamente, junto dos doentes. Estamos presentes diariamente, para aprender e para dar o nosso apoio às equipas de enfermagem. Estamos constantemente em período de adaptação, seja à instituição, ao contexto do serviço e aos profissionais. Estamos constantemente com medo de contrair o vírus e levá-lo para a nossa casa. Estamos constantemente metidos no meio de surtos que, infelizmente, são cada vez mais recorrentes. Estamos constantemente a ver o cansaço na cara dos profissionais. Estamos constantemente a ver o cansaço na cara dos doentes. Também presenciamos a morte de doentes. Também damos o nosso apoio numa altura em que é impensável pensar em visitas. Também temos as testas e os narizes marcados. Também sorrimos atrás da máscara numa tentativa de promover conforto. Também sentimos a dor dos doentes, ouvimos as máquinas a apitar e andamos sob o ambiente pesado.

Vivemos diariamente com a sensação de que a Enfermagem não é valorizada e de que os enfermeiros não recebem o reconhecimento devido. Mas estamos lá. Estamos lá porque um dia seremos nós. Estamos lá porque independentemente das circunstâncias, o bem-estar do doente é a prioridade. Estamos lá porque valores mais altos se levantam em altura de pandemia. Estamos lá porque é este o nosso trabalho.

Por nós, pelos enfermeiros, pelos médicos, pelos auxiliares de ação médica, pelos fisioterapeutas, pelos técnicos de imagem médica e radioterapia, pelos funcionários da

morgue, pelos administrativos, e por todas as pessoas indispensáveis ao funcionamento das instalações hospitalares e de saúde, fiquem em casa. Pela saúde física e emocional de todos os profissionais. Pela vossa saúde. Pela saúde da vossa família. Pelo SNS. Por todos as vítimas que a pandemia já originou.

Quando há uns meses nos perguntaram “que tipo de enfermeiros querem ser?” e não sabíamos bem o que responder, hoje sabemos. Queremos ser o tipo de enfermeiros com os quais lidamos diariamente. O tipo de enfermeiro que resiste a uma pandemia. O tipo de enfermeiro que não baixa a cabeça e muito menos os braços. O tipo de enfermeiro que dá o que tem e o que não tem pelos doentes. O tipo de enfermeiro que não abandona a equipa.

A todos os enfermeiros com os quais já nos cruzámos e aqueles que ainda havemos de nos cruzar, o nosso mais sincero obrigado pela coragem e dedicação. Estamos cá para ser como vocês.

A todos os estudantes de enfermagem, espalhados por todo o país, estamos longe, mas perto, e fazemos este caminho juntos até ao fim.

Vítor Pedro

Este Vírus não é mais forte que nós

Como já perceberam, a situação está à beira de se tornar insustentável.

A todos os que insistem agora com “Urgente!”, respondo que se fazem os possíveis e impossíveis, mas que não se fazem milagres.

Urgente era antes.

Agora é tarde.

É quando for possível.

E a propósito, aproveito para informar que irei desamigar todos quantos eu veja colocar posts que possam contribuir ou ter contribuído para este relaxamento criminoso.

Não vai resolver o problema, mas tenho o direito de não querer relacionar-me com homicidas.

Sim, porque o homicídio por negligência ainda é crime.

Cuidem-se.

José Esteves Ferreira

Facebook

Assinalam-se hoje 76 anos sobre o dia da libertação pelo Exército Vermelho do campo de concentração nazi de Auschwitz-Birkenau...

Auschwitz-Birkenau representa uma das páginas mais negras, mais brutais, mais hediondas e mais abomináveis da história da Humanidade, revelando aquilo que de pior e mais desumano o ser humano (a contradição aqui é propositada) pode fazer em determinadas condições de loucura e alienação coletiva...

Que não se permita nunca que a memória deste inqualificável terror se apague... em especial junto daqueles que, à laia de um qualquer “voto de protesto”, se permitem de forma absurdamente “leve” mas totalmente irresponsável, alimentar qualquer forma ou projeto que seja

de ressurgimento da besta!
Nazismo nunca mais!
Fascismo nunca mais!
Seja sob que “capas”!

Hugo Martins

Facebook



Agradeço aos Serviços Municipais e às Juntas de Freguesia que, com grande responsabilidade e competência, tornaram possível que hoje possamos votar em segurança, em Odivelas.

Uma palavra de apreço em especial para os cidadãos que se disponibilizaram para estar nas mesas de voto, assegurando o

funcionamento da nossa democracia.

Vote! Votar é seguro.

Ainda pode fazê-lo até às 19h.

Não deixe que escolham por Si!

Daniel Pereira

Facebook



No meio do meu confinamento, basta-me ir à janela e ver gente sem máscara... precisamos dos militares já na rua a tratar da saúde a estes alarves...



Caros/as Leitores (as),

Os temas que marcam a semana política e parlamentar são sem dúvida as Eleições Presidenciais e a análise dos seus resultados, bem como, a espiral crescente da pandemia e dos seus severos danos no mundo, na Europa e em Portugal. **ELEIÇÕES PRESIDENCIAIS- VENCEU A DEMOCRACIA!**

Foram sem dúvida as eleições mais atípicas de sempre, dada a conjuntura adversa e de crise da saúde pública em que decorreram, condições essas que limitaram a organização e modus operandi das campanhas de cada candidato. A presença, os contactos de rua foram substituídas maioritariamente pelos encontros online e pela utilização cada vez mais expressiva das redes sociais.

Igualmente essa exigência de proteção da saúde pública impôs às autarquias e em particular às juntas de freguesia uma logística complexa para que os cidadãos pudessem votar em segurança, o que ocorreu no todo nacional, por isso há que saudar vivamente o poder local.

Merecem igualmente o nosso aplauso, os milhares de cidadãos que asseguraram a dinâmica deste ato eleitoral ao aceitarem ser membros de mesas de votos num contexto de particular adversidade coletiva.

As alterações legislativas à Lei Eleitoral, aprovadas no Parlamento permitiram uma maior flexibilidade e foi importante a adesão de todos cidadãos e cidadãs que participaram no voto antecipado (recolhidos entre 11 e 14 de janeiro), por todo o país.

A abstenção foi superior a 60% (60,51%) e houve cerca de menos de 500 mil votantes.

Importa ter em conta que nestas eleições houve mais cerca de 1 milhão de inscritos do que em 2016, em virtude, sobretudo, do sistema de recenseamento automático

Foi sem grande surpresa, a vitória à 1ª volta do atual Presidente Marcelo Rebelo de Sousa. A sua popularidade, humanismo, proximidade e espírito agregador foram determinantes para esse resultado de 60,7% (2.533.799 votos). Ainda assim um resultado muito longe, portanto da percentagem obtida por Mário Soares em 1991 com 70,35% (3.459.521 votos).

O seu alargado espectro de apoio e a sua demarcação partidária, ao assumir-se como o gestor da sua própria

campanha cultivando a imagem de um homem só, simples, guiando seu próprio carro pelas ruas de Lisboa, evidenciam de certa forma um modo de estar com o qual se identificaram mais de 2,5 milhões de portugueses.

A candidata Ana Gomes, assegura o segundo lugar com 12,97% (541.345 votos), tornando-se a mulher que mais votos obteve para umas presidenciais e reconhece-se a sua coragem em enfrentar temas difíceis. Revejo-me em particular nas suas preocupações com a coesão territorial e a reforma futura das regiões, bem como, a visão que projeta para as questões da igualdade de género.

Ana Gomes, teve igualmente a grande virtualidade de impedir que o candidato André Ventura conseguisse o 2º lugar nestas eleições, o que o obriga a mais uma demissão (controlada e de mera retórica) dado que disse publicamente que colocaria o seu lugar à disposição do Chega se não ficasse em segundo lugar.

Em suma, venceu a Democracia e o equilíbrio de poderes, porque mais de 3 milhões de portugueses votaram em programas e ideários democráticos e europeístas.

João Ferreira, que fez uma campanha muito sólida e revelou especial preparação, teve um resultado desanimador (4,32% -180.473 votos), teve ainda menos votos (cerca de menos 2500 votos) do que aquele que tinha sido o pior resultado eleitoral do PCP em eleições presidenciais.

A candidata Marisa Matias que com 3,95% (164.731 votos) desceu 6% da votação face à sua última candidatura, perdeu 300 mil votos, um sinal revelador de distanciamento provável dos eleitores do Bloco, face a recentes posições do seu partido, designadamente em matéria orçamental.

Em ascensão segue igualmente o Iniciativa liberal que obteve 134.427 votos.

A subida eleitoral das teses populistas e xenófobas que sopravam na Europa revela que já estão instaladas em Portugal.

No distrito de Lisboa o 2º lugar do CHEGA em concelhos como Sintra, Loures, Odivelas, Arruda dos Vinhos, VF Xira, Mafra, Cadaval ou Alenquer, evidencia o quanto há a fazer em termos de construção de novas respostas e políticas públicas que abram a participação popular e possam inverter o descontentamento e o medo que esses movimentos

sempre albergam e potenciam.

O elo de confiança entre os cidadãos e a política só se reforça, a nosso ver, com um forte movimento de revalorização da política, como local de afirmação da cidadania.

Como já escrevi em tempos, a política não pode transformar-se num show de entretenimento, a política tem de continuar a ser a busca da felicidade coletiva através das ideias. É certo que a comunicação política é feita em contexto diferente, é certo que a sociedade de informação nos transpõe para a linguagem audiovisual e da sociedade de redes, mas esse novo aspeto não deve tornar a teatralização e as mentiras interativas, o esforço deve ir no sentido contrário.

A política existe porque o “Homem é o ser vivo que na linguagem separa e opõe a si a sua própria vida nua e, ao mesmo tempo, mantém com ela uma relação de exclusão inclusiva”, diz Giorgio Agamben.

Recebam um abraço de esperança e não se esqueçam de se proteger, de respeitar a distância, utilizem o teletrabalho e se puderem, #fiquemEm casa#!

Susana Amador
Deputada na AR PS





PAIXÃO PELO CHÁ

Localizado na sede do Grupo Desportivo dos Bons Dias, surge um novo espaço para juntar os amigos ou família e Tudo isto enquanto aprecia a arte que cá se faz, desde música, teatro ou até poesia.

RUA ÁLVARO DE CAMPOS Nº5, 2620-258 RAMADA

 21 050 3579 | 962 796 161



Ano novo com lutas antigas

Para muitas pessoas a passagem de ano é um período de balanço do tempo que termina e perspectiva do que se vai iniciar. Este texto não pretende fugir a essa lógica, associando os fenómenos às escolhas políticas adotadas ou não implementadas.

A pandemia da COVID-19 marcou indelevelmente a nossa vida no ano de 2020, com consequências que vão manter-se no tempo. Apesar da rápida resposta da ciência, a pandemia continua por controlar, como demonstram os números diários de vítimas e a extensão dos seus efeitos na vida coletiva está longe de ser apurada. A pandemia que entrou no nosso país há menos de onze meses já atingiu a vida de todas as pessoas, ainda que os seus efeitos se façam notar de formas bem diferentes no quotidiano de cada uma delas. A crise pandémica trouxe consigo uma crise económica grave, na qual as pessoas mais vulneráveis foram as primeiras e as que mais intensamente sofreram com a sua violência. Pessoas com trabalhos precários, jovens em período experimental foram das primeiras a ficar sem rendimento e sem trabalho. Muitas e muitos outros não puderam confinar e tiveram que sujeitar-se, diariamente, a utilizar transportes públicos escassos e que, não raras vezes, têm circulado apinhados de gente.

Já as pessoas que ficaram em casa, mesmo que não tendo ficado sem trabalho, não estão necessariamente a viver um confinamento confortável. A pobreza energética é um problema que atinge mais de dois milhões de pessoas em Portugal, as quais não conseguem sequer aquecer as suas habitações, particularmente, nos períodos em que as temperaturas descem acentuadamente. Neste domínio, foi especialmente arrepiante perceber que o bairro do Cassapia, no Olival Basto, esteve quatro dias sem energia elétrica, no início deste mês. A situação identificada durante uma ação de campanha só foi resolvida após intervenção da concelhia de Odivelas do Bloco de Esquerda.

2020 e a centralidade do Serviço Público nas respostas à pandemia

A situação extrema vivida no Cassapia verificou-se em outros pontos do concelho e do país, tendo sido resolvidas em espaços temporais de horas, felizmente para as pessoas afetadas. Esse tipo de ocorrências são o resultado de décadas de desinvestimento na manutenção das redes de distribuição de energia, tendo essa situação sido drasticamente agravada pela privatização dessa infraestrutura basilar à vida das populações.

O desinvestimento nos serviços públicos foi a pedra de toque da política governativa portuguesa. Em 2015, a maioria de esquerda na Assembleia da República apenas conseguiu abrandar essa trajetória, mas não teve a força necessária para a inverter de forma clara.

Ainda assim, com as limitações de recursos humanos, técnicos, materiais e infraestruturais que são inegáveis, o Serviço Nacional de Saúde foi o garante da primeira resposta à pandemia, evitando, nessa altura, uma tragédia de dimensões bem maiores e assegurando a margem temporal que os decisores políticos necessitavam para delinearem formas de atuar no combate à pandemia. As e os profissionais de saúde ficaram sem férias, deixaram as suas famílias para trás e fizeram horas extra sem fim, para defender a vida de todas e todos nós. Praticamente um ano depois, o Governo insiste na mesma solução para combater uma realidade que, como os números demonstram, é bem mais grave. Neste cenário, a requisição civil dos hospitais privados, por forma a colocar toda a capacidade instalada no país ao serviço da saúde de todas as pessoas, é uma

urgência que tarda em ser executada. A mobilização desses recursos para a esfera do Serviço Nacional de Saúde, mais do que uma medida de carácter ideológico, é uma necessidade que qualquer pessoa compreende, a não ser quem coloca interesses particulares à frente da saúde de quem está infetado com a COVID-19 ou de quem necessita de outros cuidados médicos.

No domínio da educação, a falta de planeamento e de investimento fez com que pareça que voltámos a março de 2020. As escolas voltaram a fechar portas e as crianças e jovens foram enviadas para suas casas, onde as desigualdades fazem notar-se severamente e quase sem mecanismos de amortecimento do seu impacto. O Governo prometeu computadores e ligações à internet para todos os alunos e alunas do ensino público para o arranque deste ano letivo, mas a caminho de completar metade do ano escolar, a realidade é bem diferente. Os equipamentos prometidos não serão por si só a solução para ultrapassar os constrangimentos da pandemia na área da educação, mas são um elemento indispensável para esbater algumas das diferenças que existem entre estudantes da Escola Pública. Tal como o Serviço Nacional de Saúde, a Escola Pública foi uma das grandes conquistas da Liberdade trazida pelo 25 de Abril e promoveu uma significativa transformação na sociedade portuguesa. A carreira docente há muito foi desvalorizada, fazendo com que as escolas não consigam ter os recursos humanos suficientes para manter a qualidade do Serviço Público. De igual modo, as e os funcionários não docentes estão em número insuficiente nas escolas, tornando os horários de trabalho num inferno de tarefas impossível de cumprir. No entanto, por estes dias, ficou igualmente claro que a Escola Pública é a resposta educativa que o país precisa, já que os privados mostraram, novamente, que a sua alegada preocupação com o desenvolvimento harmonioso das aprendizagens existe apenas quando está em causa uma vantagem para si mesmos.

As lutas que continuam no novo ano

Em 2021 a exigência pela valorização do SNS e da Escola Pública são orientações políticas que permanecem atuais e veem a sua preponderância na vida coletiva reforçada, ainda para mais com o agravamento da pandemia. A par da qualificação desses Serviços Públicos, muitos outros têm que ser robustecidos.

Os apoios sociais diretos às pessoas têm que ser reforçados



Bloco de Esquerda

de imediato, porque a vida não espera. Quem ficou sem trabalho e viu o seu rendimento desaparecer na voracidade da crise pandémica não pode ficar com a vida suspensa meses a fio ou ficar comprometido/a com obrigações que dificilmente poderá satisfazer num prazo mais ou menos longo.

A alteração das leis laborais que vigoram desde o tempo da troika é outra das urgências que a pandemia veio tornar, ainda mais, evidente. Recuar no período experimental, penalizar efetivamente a contratação de trabalho precário e dotar a Autoridade para as Condições de Trabalho de meios para cumprir de facto a sua missão será a forma mais eficaz de proteger quem trabalha e, em particular, as e os trabalhadores mais jovens e todas e todos os que trabalham em setores onde a precariedade é lei.

Em simultâneo, em 2021, a pertinência da problemática ambiental e da sustentabilidade do planeta mantém-se intocável. O grito de milhões de jovens um pouco por todo o mundo tem de ter tradução em políticas públicas concretas e que assegurem uma transição socialmente justa para modos de vida que coloquem o futuro sustentável da nossa casa comum no centro da sua ação.

Num cenário de pandemia que não atingiu todas as pessoas por igual, a afirmação da igualdade e o combate a qualquer forma de discriminação é absolutamente premente. O reconhecimento de que as pessoas não partem todas do mesmo lugar é condição fundamental para o desenvolvimento de respostas que não deixem ninguém para trás. Num tempo em que a extrema-direita ganha espaço e o discurso segregacionista de alguns grupos de pessoas anda à solta, só a proposta política clara, convicta, determinada e sem ambiguidades é o caminho para a construção de uma sociedade mais igual, justa, social, económica e ambientalmente sustentável.

Na segunda metade do ano vão realizar-se eleições autárquicas, nas quais todas as lutas aqui referidas terão um espaço de disputa importante. O Bloco de Esquerda estará nesse embate com a frontalidade programática que nos define, defendendo a valorização do Serviço Público, recusando a privatização de serviços essenciais, pugnando por uma política de habitação social que focada nas reais necessidades das pessoas, propondo políticas de mobilidade e utilização do espaço público ambiental e socialmente mais equilibradas.

A Concelhia de Odivelas do Bloco de Esquerda

O Leandro

RESTAURANTE • CHURRASQUEIRA • PETISQUEIRA

MENU
ALMOÇO

10,00€



Rua de Angola n7 loja esquerda
1685 Caneças

TLM 967 570 765

Aconteça o que acontecer

Agora que a “febre” das Presidenciais já passou, podemos voltar à realidade local e tratar dos problemas que realmente mexem com o nosso dia a dia. O Presidente, por mais importância que tenha no nosso sistema governativo, é um interveniente que pouco impacto tem na vida diária do nosso país. Ou talvez não... De facto, este é um cargo que funciona como uma cola do nosso sistema político e, por isso, a sua eleição não deverá nunca ser apenas um proforma, tal como foi esta eleição. A democracia sobrevive para lutar mais um dia, mas os avisos da sua queda estão aí. Estes resultados destas eleições, contrário ao que os líderes do CDS e PSD querem admitir, levou a uma reestruturação da direita em Portugal e, com isso, tanto o CDS como o PSD perdem margem de manobra. Se estas eleições ditam o desaparecimento do CDS e uma queda acentuada do PCP, a verdade é que o PSD também sofre... e muito. Rui Rio já demonstrou que pode e “quer” negociar com a extrema-direita, abrindo uma ferida enorme entre os social-democratas conservadores e moderados. E isso é mau, muito mau para Portugal.

Este é um ano com dois atos eleitorais importantes, as Presidenciais, já concluídas, e as Autárquicas, as próximas eleições no horizonte. E são essas eleições que mais vão mexer com a vida diária de todos nós. Para além do contexto político existente no nosso país, essas eleições serão realizadas num contexto local muito específico.

Vejamos os SIMAR, por exemplo. Há não muito tempo atrás, esta empresa intermunicipal, responsável pela gestão dos resíduos urbanos e pela distribuição e comercialização da água em Loures e Odivelas, sofreu uma tentativa de privatização. Essa tentativa foi lograda, apesar da vontade do PS em Odivelas, que muito fez para que a privatização acontecesse. A empresa continuou pública e, devido a episódios de má gestão, ficou numa situação financeira bastante fragilizada - tão fragilizada que obrigou à negociação de um empréstimo milionário, descrito como “a boia



de salvação” desta empresa. Acontece que o PS em Loures chumbou o orçamento dos SIMAR para 2021, obrigando esta empresa a funcionar em duodécimos. Este cartão vermelho coloca em risco a sustentabilidade da empresa, visto que o próprio empréstimo também fica em risco. Sem dúvida que os SIMAR funcionarão como arma de arremesso político na campanha de setembro de 2021. Desde 2017, o PAN tem denunciado várias situações “estranhas” dentro desta empresa, nomeadamente a necessidade de utilizar, pelo menos, quatro tipos diferentes de camiões para, pelo menos, quatro tipos diferentes de contentores de resíduos, a falta de sistemas de aproveitamento de água ou a recolha deficitária de lixo em Odivelas. O PAN recomendou à Câmara Municipal de Odivelas a criação de um polo dos SIMAR em Odivelas ou de uma empresa municipal, que trabalhe exclusivamente para a recolha dos resíduos urbanos do nosso município. E o tempo veio dar razão às nossas reivindicações.

Por este andar, a luta que já começou relativa

aos SIMAR vai acender as próximas eleições autárquicas, e é grave para Odivelas: o senhor Presidente da Câmara está atualmente à frente dos destinos da empresa, e já admitiu que não consegue gerir a empresa e ser presidente de câmara ao mesmo tempo, apesar de ser esse o cargo para o qual se candidatou. Também já provou que dificilmente terá a capacidade de conseguir levar a bom porto o estilo de gestão que deseja implementar nesta empresa. Entretanto, os contentores do lixo continuarão a não ser limpos e o lixo continuará a acumular-se. A questão dos SIMAR não é uma questão menor, nomeadamente com o surgimento da extrema-direita (potencialmente apoiada pelo PSD), que dificulta qualquer processo de salvar a empresa pública. Torna-se, por isso, fundamental que esta situação dos SIMAR seja resolvida o quanto antes, para que Odivelas deixe de estar enterrada em lixo.

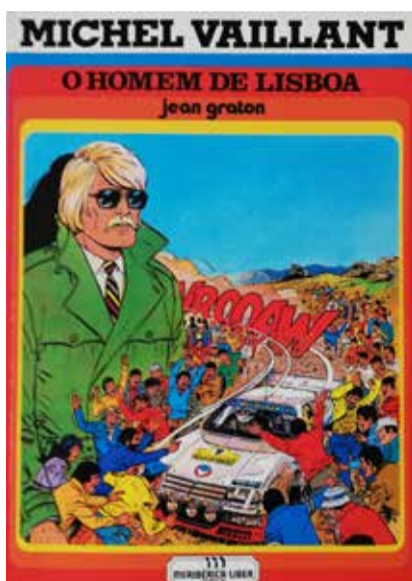
Nelson Silva
Deputado Municipal do PAN

J.M. MARTINS
laboratório de prótese dentária

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

Rua da República 128
1685-504 Caparica 219812716 www.labmartins.pt

Jean Graton



Vão estranhar as primeiras linhas deste meu contributo. A morte tem sido devastadora, na banda desenhada (Quino, Uderzo, Franquin...), mas também na nossa vida cultural e social. Estes dias têm sido tenebrosos, terríveis mesmo. Valem-nos as obras que ficam, que tornam imorredoiros os seus autores.

Antes de homenagearmos Jean Graton (1923-2021), afinal a causa desta página do nosso **Odivelas Notícias**, temos de imediato duas grandes homenagens: Jaime Serra (1921-2021) que nos deixa *Eles têm o direito de saber – páginas da luta clandestina* e Carlos Antunes (1940-2021), que com Isabel do Carmo fundou as *“Brigadas Revolucionárias”*, aderindo, após a prisão no Caso FP-25, ao ecossocialismo, sendo autor do livro, *Ecossocialismo, Uma Alternativa Verde para a Europa*. Agora **Jean Graton/Michel Vaillant**.

Filho de um comissário do Clube Motociclista de Nantes, desde cedo começou a ‘conviver’ com motores o que será fundamental no seu processo criativo. Um emprego que não lhe despertava interesse faz-lhe crescer a vontade de mudar de vida. Antes de começar na banda desenhada, Graton foi desenhador publicitário e ilustrador de assuntos desportivos.

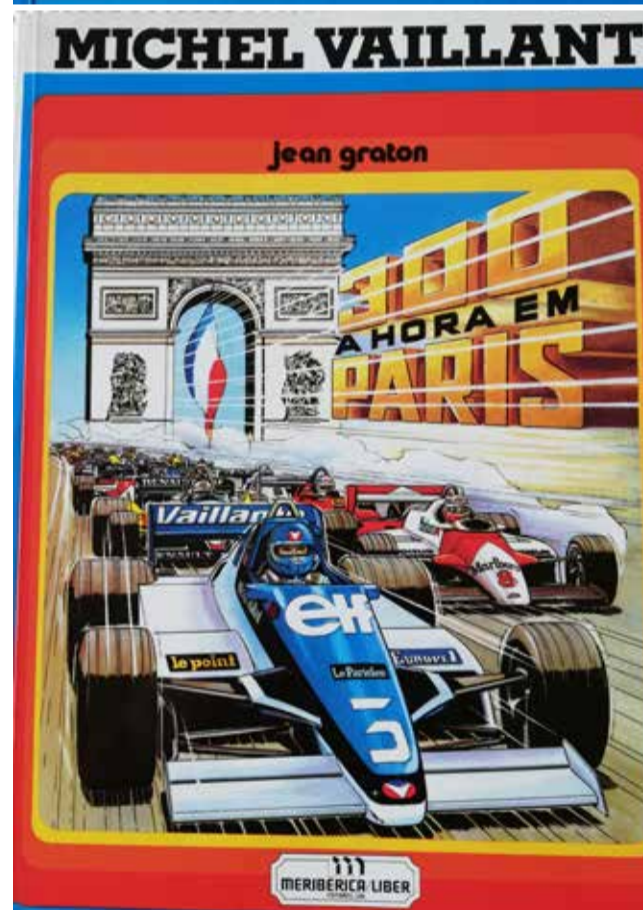
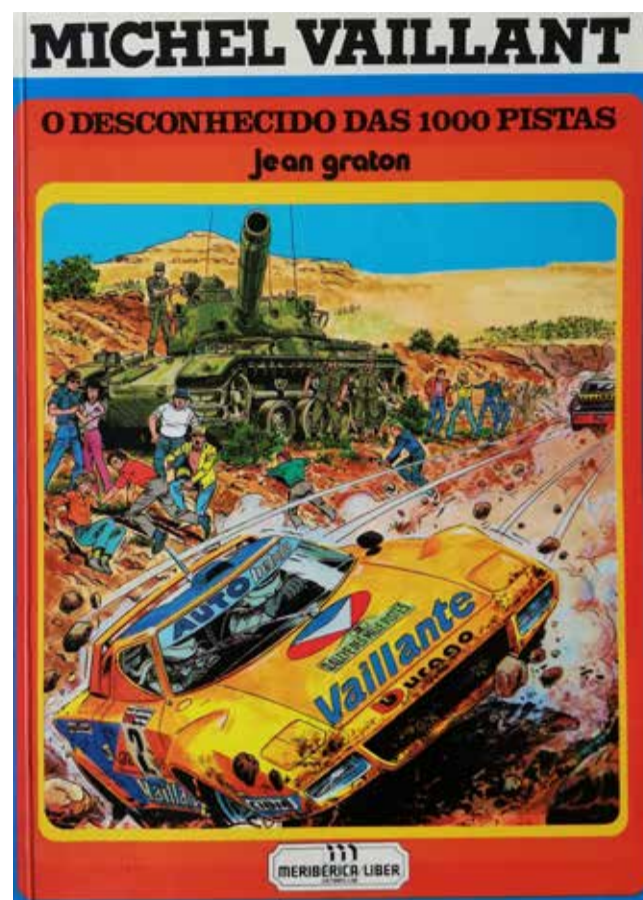
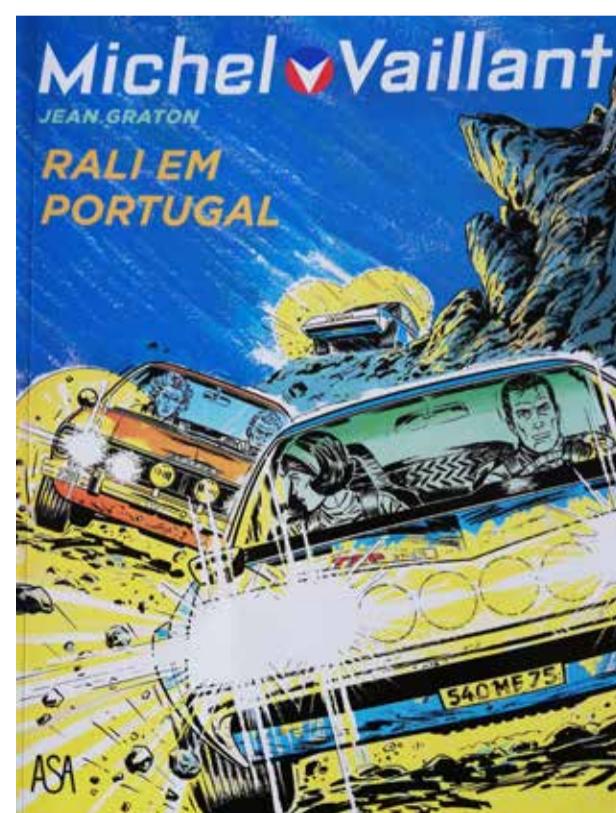
Mas veio a nascer um verdadeiro embaixador dos “motores”, simultaneamente criando uma legião de fans e fazendo inúmeras amizades, donde destacamos os pilotos de Fórmula 1, Alain Prost e Jacky Icks.

O seu começo como autor de banda desenhada é na revista Spirou e, a partir de 1957, na revista Tintin, onde começa a publicar Michel Vaillant. Está assim “criada” uma das séries franco-belgas mais populares da 9ª Arte, que em Portugal seria editada nas revistas Cavaleiro Andante e posteriormente na revista Tintin portuguesa, de que vos mostramos a capa do álbum e páginas avulso.

Em 1981, com o seu filho Phillipe Graton, cria a Graton Éditeur que dá continuidade às aventuras dos populares Michel Vaillant, Steve Warson e Julie Wood. Dos cerca de 80 álbuns editados, deixamos aqui estas 4 sugestões. Dois dos livros têm fartos motivos de interesse para leitura e observação. Foi sempre uma característica de Jean Graton conhecer bem os “terrenos” que desenhava para os seus álbuns. E o nosso leitor vai gostar de reconhecer locais muito nossos.

Boas leituras e muita, muita saúde!!

Miguel Ferreira



Elogio da intuição

Imagem: Gerd Altmann por Pixabay

A intuição é uma capacidade humana que sempre me maravilhou.

Sempre fui mais dado ao raciocínio lógico, ao estudo das coisas e das situações, à procura de dados, novos e velhos, para os integrar racionalmente nos meus conhecimentos anteriores e na forma como ia e vou encarando o mundo em que todos vivemos.

Mas sempre, desde muito cedo, emergiram no meu cérebro intuições. E vi que era um fenómeno comum a muitas outras pessoas com quem convivia ou de quem ia tendo notícia. Aquela sensação estranha de ter uma convicção forte numa escolha, numa solução, num caminho, sem que ele assentasse conscientemente em dados claros e testados, num raciocínio cuidado, em provas visíveis e palpáveis, seguras.

Muitas vezes, até, quando aplicava métodos de análise e decisão formais — com pontuações dos factores importantes em jogo e ponderações da importância de cada factor —, a conclusão dessa análise era contrária à que a intuição me apontava, com força, avisando-me de que não era assim.

Pensei muito sobre isso, até porque, tanto em termos profissionais como pessoais e relativos às minhas acções cívicas, isso era muito importante para mim. Sentia que, por vezes, tentando ser o mais frio e racional possível, seria levado a cometer erros, alguns irreversíveis.

Fui levado, em decisões importantes, a testar modelos e cedo verifiquei que se escolhesse mais um ou outro factor, se desse uma ponderação muito ligeiramente diferente (mas igualmente aceitável) a cada um dos factores, se classificasse cada factor, em cada solução possível, de um ponto de diferença, para baixo ou para cima (o que era geralmente aceitável mesmo numa escala de 1 a 5, ainda mais em escalas de 1 a 10, e com menores consequências), seria possível ordenar de todas as maneiras possíveis as 4 ou 5 soluções alternativas que estava a encarar, seria possível chegar à escolha “racional” de qualquer uma das soluções, sem que, não fazendo este teste, me apercebesse dessa possibilidade, dessa incerteza e desse erro latentes.

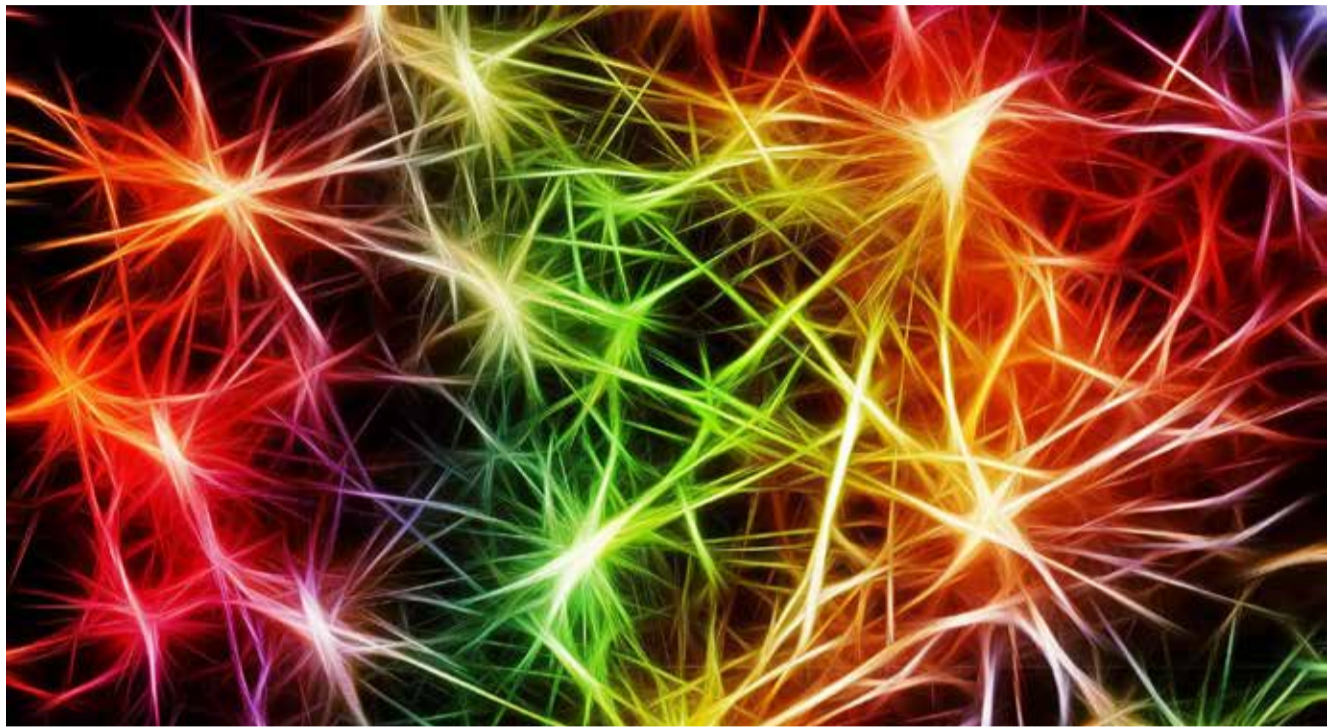
Foi assim que cheguei à conclusão da importância e do relevo que deveria assumir a intuição nas escolhas que fazia na vida, em todos os seus aspectos.

Foi assim que me interroguei mais seriamente sobre o que é a intuição, de onde vinha, como se formaria.

Foi assim que me interroguei se não seria mais ajuizado — e até mais racional — dar bastante mais importância à intuição nas decisões e nas opiniões e conclusões sobre os mais variados assuntos.

Foi assim que me interroguei, ainda, sobre se a intuição teria o mesmo valor em todos os problemas que se me deparavam, em todas as áreas de que me ocupava.

Eu tinha também dois tipos de experiências que me fascinavam. Uma eram os sonhos, o que o cérebro era capaz de criar enquanto eu estava a dormir, sem pensar racionalmente. A outra foi uma experiência que tive algumas vezes — e que depois passei a cultivar e a tentar aperfeiçoar — e que consistia em andar com um problema difícil às voltas, adormecer com ele na cabeça, estar a pensar nele naquele estado de semi-sonolência que, muitas vezes, temos antes de adormecer ou quando estamos a acordar e, miraculosamente, um dia, acordar com o problema resolvido e a solução a impor-se claramente, com as suas justificações e com a maneira de concretizar a solução bem definida e desenhada.



Embora nunca tivesse tido tempo na vida de aprofundar profundamente os meus conhecimentos sobre o funcionamento do cérebro, ele sempre me interessou e despertou curiosidade. Desde muito novo, fui lendo alguma coisa sobre ele e fui tentando observar-me a mim e aos outros, nos pensamentos, atitudes, formação de opiniões, comportamentos, tomadas de decisão e formas de as levar (ou não) à prática, através de acções escolhidas e executadas, com melhores ou piores consequências.

E fui chegando à conclusão, através da minha experiência e das minhas observações, que a intuição poderia ser o resultado desse trabalho subterrâneo, não visível, não consciente, do cérebro sobre os dados, sensações, conclusões, situações vividas, análises de casos com semelhanças, emoções suscitadas, consequências verificadas, bons ou maus resultados. Todos os dias, a toda a hora, sem nos apercebermos disso, os nossos sentidos vão recolhendo dados, colhendo informações, vão produzindo, através do nosso sistema nervoso, sensações e emoções, de uma forma umas vezes mais consciente, outras vezes menos, algumas vezes completamente inconsciente.

Ou seja, embora eu não controlasse racionalmente esse trabalho do cérebro, ele era virtualmente muito precioso. E, além de precioso, impossível de realizar organizada, consciente e racionalmente no tempo e com a energia disponíveis na minha vida do dia a dia (naturalmente com os seus limites).

E compreendi como a intuição poderia ter um valor muito grande, ser de grande fiabilidade, muitas vezes mais do que certos raciocínios lógicos, valiosos, mas a que sempre faltariam alguns critérios, dados e ponderação fina, verdadeiramente exacta, da importância dos factores em jogo. O cérebro estaria a fazer, de uma forma inconsciente para mim, o que eu não lhe poderia exigir de uma forma consciente. Fazia sentido dar-lhe ouvidos.

Poderemos, então, confiar sempre na nossa intuição? Acho que depende das matérias, das situações, da nossa experiência de vida e dos esforços que fizemos, paralelamente, de análise racional dos assuntos!

Porque se é verdade a conclusão anterior — e estudos recentes no campo das neurociências parecem confirmá-lo —, então é importante, em cada tema, em cada problema, o número e a qualidade de dados que recolhemos, de forma consciente ou inconsciente, são importantes os quadros de raciocínios que fomos acumulando e testando, é importante a maior ou menor vastidão e diversificação de conhecimentos e de experiências que adquirimos.

António Damásio, uma das maiores autoridades mundiais no campo das neurociências, afirmou recentemente o seguinte: “as pessoas que descobriram o big data falam de como um grupo de computadores pode ler uma enorme

quantidade de dados e tirar uma conclusão extremamente nova, verificando que aquilo é o que se deve fazer. Mas isso que o computador está fazendo é aquilo que a intuição humana faz há milhões de anos. O nosso cérebro é um big data system que tem imenso conhecimento do que é a nossa vida interior fisiológica e sobre o que é, e tem sido, a nossa vida em geral. E esse big data system está constantemente a dar-nos um dado intuicional que é extremamente importante para a nossa vida. Tudo isso vem do lado das emoções e faz parte do que se poderia chamar inteligência emocional. Não uso o nome porque não acho que haja uma inteligência emocional e uma não emocional. Há inteligência. (...) A intuição é uma maneira de fazer linha recta para a solução do problema sem andar por todas as fases intermédias. Essa intuição vem de uma forma emocional”

Então talvez seja melhor confiar mais ou menos nas nossas intuições de acordo com o grau de experiência e de estudo crítico que anteriormente fizemos nesse campo, sobre essa matéria. Se o nosso cérebro tiver mais dados fiáveis a que recorrer sobre um determinado assunto, certamente fará o seu trabalho subterrâneo com maior qualidade e com melhores resultados.

No fundo, acho que devemos chegar sobre a intuição a conclusões semelhantes às que existem sobre a sorte ou sobre a inspiração artística. Há muito quem diga que ter sorte dá muito trabalho. Picasso disse que era bom que quando a inspiração viesse o encontrasse a trabalhar. Acho que se pode dizer, também, que ter uma boa intuição dá muito trabalho. Mas vale a pena!

Nota – o autor não escreve segundo as regras do último “acordo” ortográfico



Carlos Braga



LABORATÓRIO DENTÁRIO MARTINS

Caros Utentes , Familiares e Amigos,

Informamos que, após declarado as novas normas de confinamento obrigatório,

IREMOS MANTER O HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO HABITUAL.

Todas as consultas serão confirmadas antecipadamente, como é habitual.

Pedimos a todos a máxima atenção para, na impossibilidade de comparecerem às consultas pré-agendadas, o favor de nos contactarem com a **devida antecedência**.

Agradecemos a vossa compreensão e colaboração!



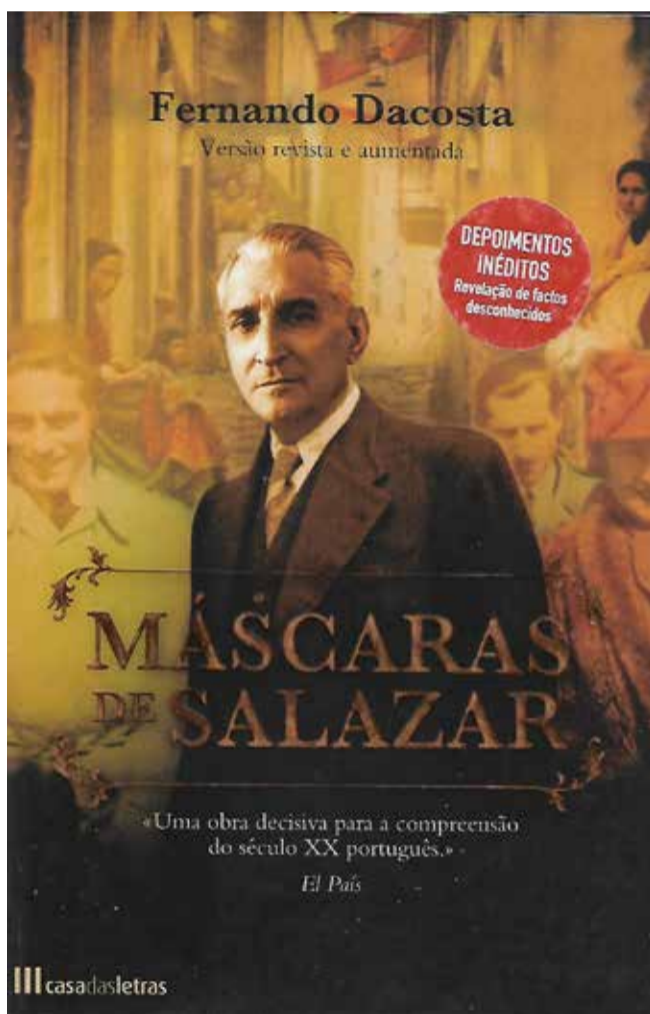
21 981 2716

Rua da República Nº128 Caneças

1685-594 Odivelas

A Anta de Ide Vê-las As presidenciais e a banalização do voto

Por Fernando Tudela



E pronto! As eleições presidenciais tiveram o desfecho que se previa quanto ao vencedor e houve, apenas, a disputa para saber se André Ventura ficaria à frente de Ana Gomes - o que não aconteceu -, mas que nos alerta para um cenário que prova como a extrema-direita vai subindo de influência e, a abstenção registada, significa uma forma de voltar de costas para uma democracia que se perde entre lutas, como neste ato eleitoral, de forma a marcar influência por parte dos partidos políticos, numa espécie de primárias com vista às autárquicas e às legislativas que virão a seguir.

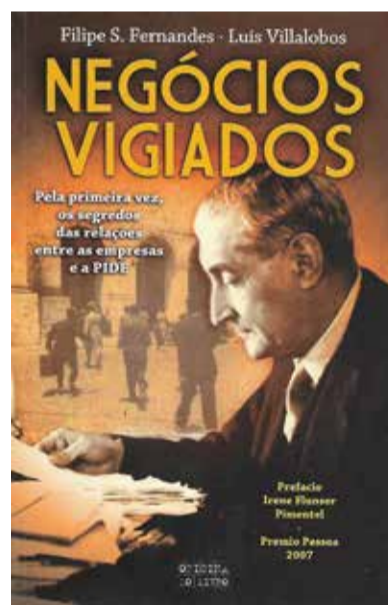
Talvez o nosso povo não tenha memória, mas a verdade é que, quase 47 anos depois do 25 de Abril, uma nova ameaça, que parece ser um legado do odioso Estado Novo, volta a toldar o cenário político em Portugal.

André Ventura e o seu Chega são a parte visível de uma direita que usa uma linguagem nacionalista, xenófoba,



racista e homofóbica, estribando-se no descontentamento de uma franja significativa da população que, desencantada com a banalização da democracia, deixou de acreditar numa esquerda ideológica que vai deixando de parte o seu conteúdo e, agora, se bate por uma influência que perdeu por culpa própria, contra aqueles que, escondidos na direita tradicional, encontraram no partido Chega o acolhimento de que há muito esperavam.

A conversão da esquerda ao parlamentarismo estéril



É que Bloco de Esquerda e o Partido Comunista têm alinhado no debate banalizado, esquecendo as matrizes de que são as suas origens, enquanto o PS vive o seu sonho de Poder. O Papa Francisco disse, um dia, que "os comunistas tiraram-nos a nossa bandeira", e franjas da população menos favorecida, uma pequena burguesia assustada e os saudosos de uma mescla de fascismo, nazismo e um

populismo rasteiro e oportunista, levaram, por esse mundo fora, a um encontro com novos pretendentes a caudilhos - que inspirando-se em Hitler, Mussolini, Salazar ou Franco, procuram um protagonismo que a sua retórica faz pensar, a um grupo significativo de gente, que aí está o salvador dos povos, contra a corrupção e outros males, um antissocial e a lançar pobres contra pobres. Isto deixando sempre de fora os verdadeiros causadores das desigualdades e da desumana atividade de exploração, para não falar dos defensores de um autoritarismo que, como no Estado Novo de Salazar, tratou por forma diferente os portugueses.

Segundo o princípio de **DEUS, PÁTRIA E AUTORIDADE**, não nos podemos esquecer da menorização das mulheres e de grupos minoritários da sociedade portuguesa. Aqui se poderá encontrar a génese de um conservadorismo tacanho, um nacional-capitalismo, cujo objetivo se completaria com a entrega da economia a monopólios cedidos a famílias abastadas que viriam a dominar o panorama político,

económico e social e a uma sociedade onde as classes sociais eram vincadas. Tudo isto sob a vigilância de uma polícia política tenebrosa (PVDE/PIDE), que reinava pelo terror e praticou os inúmeros crimes do Estado Novo.

E quem combateu, em nome da liberdade, Salazar e o Estado Novo? Ao tempo, anarquistas, anarco-sindicalistas e outros democratas e em especial os comunistas. Muitos deles pagaram com a vida e com os seus torturados corpos a ousadia de, na clandestinidade, se tornarem na vanguarda de uma luta contra a pobreza, a discriminação e uma sociedade cinzenta. Será que está a gerar-se um outro tempo de tonalidade parecida? A esquerda está a perder-se numa espécie de debate por quem melhor gere a sociedade e economia capitalistas, por tal, quem combaterá esta nuvem negra que começa a levantar cabeça, não só em Portugal, mas por todo o mundo? Palavras, palavras, palavras, não parecem chegar!

Por uma demarcação política do Chega

No seu discurso provocatório na noite eleitoral, André Ventura, eufórico, desafiou o PSD de Rui Rio, numa perspectiva de aliança para formação de um futuro governo, apontando, claramente para umas autárquicas e legislativas que vêm a seguir. "A direita não conseguirá formar governo sem o Chega!".

Pois bem, Rui Rio e a direita tradicional do nosso sistema político, em especial o PSD, não se demarcou, ainda, do Chega, como que a provar que o que aconteceu nos Açores não foi algo por acaso e, somente, uma decisão unilateral dos social-democratas insulares. E quem mais, ainda, não se demarcou com firmeza de André Ventura e do Chega?

Estas presidenciais, sem querer transformar os resultados em alarmismos, deixam uma reflexão sobre aquilo que está para vir, se não acabar esta banalização da democracia!





Aulas à distância

No início deste ano letivo, o Ministério da Educação insistiu na exclusividade do ensino presencial, não permitindo a lecionação de aulas à distância. Neste momento, as escolas encontram-se com a suspensão das atividades letivas e educativas, de 22 de janeiro a 5 de fevereiro, não podendo lecionar à distância. Mas afinal qual é a alternativa?

Todos reconhecem que não é comparável o ensino presencial e o ensino à distância. Não há referência de que exista um professor que prefira o ensino à distância. Mas afinal qual é a alternativa?

Considerando a pertinência de nos ajustarmos a novas dinâmicas, tendo em conta a evolução pandémica, de modo a melhor podermos acompanhar os alunos, qual será

melhor: lecionar à distância ou não lecionar?

Todavia, vejamos algumas contradições:

Há uns meses, as escolas eram elogiadas pelas respostas dadas aquando do seu encerramento, em março de 2020, o que implicou aulas à distância, bem como aquando da sua abertura em setembro, também pela forma como se organizaram. Entretanto, o governo não se preparou convenientemente para responder à nova chamada e, até este momento, além de ter financiado as escolas para se apetrecharem com máscaras, álcool gel e nova sinalética, apenas concedeu computadores aos alunos subsidiados do ensino secundário, sendo que os havia prometido a todos (alunos e professores) para o passado mês de setembro. Mais uma vez, não cumpriu com a palavra dada, e insiste na exclusividade do ensino presencial!

Afinal de que vale apregoar a essência da literacia digital, como uma forma de se promover uma cidadania ativa, que se quer simultaneamente informada, dinâmica e inovadora?

Será que a formação dos professores no âmbito das TIC (Tecnologias da Informação e da Comunicação), atendendo ao seu carácter inovador e à necessidade de acompanhar novas realidades educativas, também não é capaz de dar resposta a esta emergência?

Tudo isto, de facto, é certamente ainda mais contraditório com a alegada defesa da atual flexibilidade, mas esta é, infelizmente, a realidade!

Urge dar continuidade aos processos de ensino e aprendizagem, tendo em conta todos os alunos.

Urge permitir operacionalizar o planeamento curricular de forma ajustada às atuais circunstâncias.



José Nuno Araújo

Professor

AMOR, SEXO e família

4

O QUE É A FAMÍLIA?

UMA INVESTIGAÇÃO DE CARLOS BRAGA

A família é uma estrutura social. Implica uma relação de conjugalidade entre duas ou mais pessoas, conforme assumida a forma monogâmica (união legalizada ou informal) ou uma das várias formas não-monogâmicas existentes nas diversas sociedades e culturas. Estas formas, na maioria dos países do mundo, podem existir informalmente e podem ser praticadas ilegalmente (porque são proibidas por lei) ou alegalmente (não serem legalizadas, mas não serem proibidas). Noutros casos, em certas culturas, existem de uma forma legalizada (isso acontece, por exemplo, actualmente em mais de 50 países, no que se refere à poliginia, casamento de um homem com várias mulheres). O conceito de família, as razões para a sua constituição, bem como as formas que ela assume variam muito conforme as culturas e civilizações, tanto actualmente como ao longo da História. A família tem, ao longo dos tempos, assentado em conceitos de posse, sobretudo de uma mulher (ou mais, no caso da poliginia legal) por um homem. A filha pertence ao pai que a entrega, no casamento, ao marido. A própria cerimónia católica do casamento reproduz esse acto de entrega, sem que muitas pessoas tenham consciência disso e do seu profundo significado.

O dominador assume a posse do dominado. Mas, por vezes, na forma tradicional de casamento, o dominado assume — ou pretende assumir — também, embora de uma maneira submissa, uma certa posse do dominador (“*eu sou tua/tu és meu*”, nos casamentos heterossexuais). Quando existe equilíbrio de poderes — como tende a ir acontecendo nos tempos mais recentes, embora ainda com grandes desigualdades, e dependendo dos estratos económico/sociais —, o estereótipo tradicional da posse reproduz-se muitas vezes numa assunção

de posse mútua e de exclusividade relacional, sexual e afectiva, com todas as consequências que daí advêm. E isto pode acontecer tanto no caso do casamento heterossexual como nos outros.

A família tem sido uma estrutura facilitadora do funcionamento das sociedades e uma das suas bases fundamentais. Mas raramente se caracteriza por um equilíbrio de poder. Antes tende a reproduzir a relação de poderes existente nessa sociedade, em geral.

A família é uma estrutura económica. Nela se dividem funções e papéis que viabilizam a obtenção de meios de subsistência e se contribui para a geração de riqueza — própria ou alheia — conforme a inserção na estrutura económica e social da comunidade em se que vive (hoje, poderemos dizer que essa inserção é, também, no mundo globalizado). E também serve para a transmissão de propriedade.

A família tem sido, ao longo da História — desde a instituição do regime de propriedade privada dos bens, que sucedeu às formas mais antigas de sociedade —, uma estrutura fundamental da organização da vida económica das

A família é uma estrutura social. É uma estrutura económica. Tem sido uma das formas de assegurar a manutenção da espécie humana. É, cada vez mais, nos nossos tempos, um espaço de concretização do amor.

sociedades e dos indivíduos.

A família tem também sido uma forma de assegurar a manutenção da espécie humana (embora não a única), de gerar e de preparar para a vida as novas gerações, assegurando-lhes os meios essenciais de sobrevivência até que os filhos o possam fazer por si próprios.

A família é, cada vez mais, nos nossos tempos, um espaço de concretização do amor. Na conjugalidade, seja num casamento formal, numa

união de facto ou numa família poligâmica, pode haver — quando ela parte do amor — uma ligação especial (até única), ternura, carinho, enamoramento, atracção, admiração, forte empatia, companheirismo, partilha de projectos e de objectivos, apoio mútuo, cooperação, divisão e partilha das tarefas e funções de âmbito familiar e sexo. Embora, como o conhecimento empírico e os estudos científicos o mostram, a qualidade e a frequência do sexo nas relações possam ir diminuindo e este possa mesmo desaparecer — por determinados períodos ou totalmente —, sem que isso afecte a estabilidade da relação, desde que se encontrem novos equilíbrios. Na maior parte dos casos existe, também, uma economia em comum. O que, em princípio, implica um projecto comum.

A perspectiva com que a constituição de uma família tem sido olhada tem variado e actualmente pode ser bem diferente conforme as características e as circunstâncias de cada pessoa: desde a família encarada como ligação para a vida — em que a possibilidade de divórcio é visto como excepção e sinal de

fracasso da relação —, aos casamentos sucessivos mas sempre no paradigma do amor romântico (monogamia serial), até ao encarar das relações como sendo, em princípio, de curto prazo, enquanto der prazer a ambos (estabelecidas rapidamente, sem ou quase sem período de namoro, sem grande atenção à compatibilidade, iniciadas devido a atracções mútuas e interrompidas devido a problemas e a incompatibilidades surgidas). Isto pode acontecer tanto no que se refere ao

caso de conjugalidade a dois como a cada par no caso de conjugalidades poliamorosas.

No passado recente, e ainda hoje, há também muitas famílias formais e aparentemente monogâmicas, mas cuja estabilidade é assegurada, na realidade, pelo recurso a relações extraconjugais — mais ou menos secretas, esporádicas

A perspectiva com que a constituição de uma família tem sido olhada tem variado.

Existem cada vez mais tipos de família mais ou menos aceites pela sociedade, tenham ou não formalização legal.

ou estáveis — ou à prostituição, por uma das partes ou por ambas.

Existem cada vez mais tipos de família mais ou menos aceites pela sociedade, tenham ou não formalização legal — *no que respeita ao género*: famílias heterossexuais, homossexuais, pansexuais; *no que respeita à sua constituição*: famílias tradicionais estáveis (a dois indivíduos, com filhos comuns) ou alargadas a filhos e sogros de diversos casamentos, monoparentais, poliamorosas; *no que respeita à sua conformidade com a norma monogâmica* ainda dominante: existem formas diferentes de praticar a conjugalidade: monogamia formal, monogamia real, monogamia unilateral (por parte de apenas um dos elementos), monogamia serial, relação aberta sexual e/ou afectivamente (explicitamente aberta ou do tipo “*não me perguntes, não me contes*”), poliamor (sob as formas de trisal, triângulo em V, polifidelidade, hierarquia relacional ou anarquia relacional), conjugalidade de grupo ou comunitária; ou, como sempre houve, pessoas que optam pela não conjugalidade e preferem o celibato, a não existência de quaisquer compromissos. Em algumas sociedades actuais, continua a praticar

—se a poliginia (um homem estavelmente unido com várias mulheres) e, menos, a poliandria (uma mulher estavelmente unida com dois ou mais homens). No caso das não-monogâmias reais, considerando apenas as relações conjugais ou considerando também as relações extraconjugais, pode haver ou não uma hierarquia ou uma diferen-

ça de natureza entre as diversas relações.

Como a monogamia pode ser social, afectiva ou sexual — e pode existir coincidência ou combinações de um destes tipos de monogamia com tipos de não-monogamia num ou mais dos outros aspectos —, um casal pode ser monogâmico ou não-monogâmico do ponto de vista social (existência ou não de apenas uma relação estável e absolutamente dominante, como estrutura familiar constituída por apenas dois indivíduos), do ponto de vista afectivo (haver ou não exclusividade de relacionamento afectivo pelas duas pessoas que, neste caso, constituem o casal) ou do ponto de vista sexual (haver ou não exclusividade de relacionamento sexual pelas duas pessoas que constituem o casal).

Interessante será também focar a atenção naquilo a que chamo a **constelação relacional** de cada pessoa, constituída por si e pelas pessoas com quem tem um forte relacionamento de qualquer tipo, em especial de tipo amoroso ou sexual, mas podendo incluir outras pessoas com quem se tenha uma relação importante. A família, quando existe, insere-se nessa constelação. Ficará para outro texto.

Este artigo faz parte de um conjunto de textos em que se abordam temas muito diversos relacionados com a sexualidade, os afectos e as relações amorosas e familiares.

Todos estes textos se baseiam em evidências reais, em casos concretos, em estudos científicos, na realidade dos factos, tanto na actualidade como ao longo dos tempos históricos.

Não têm por base ideologias (de carácter filosófico, religioso ou laico), códigos morais historicamente datados nem propostas de conduta.

Cada pessoa poderá usá-los como entender, para seu proveito. São textos que pretendem informar sobre alguns dos temas mais importantes da vida de cada um de nós, que influenciam o nosso bem-estar e a qualidade das nossas relações afectivas, sexuais e familiares e sobre os quais existem muitos equívocos, preconceitos e mal-entendidos. São textos de informação e análise, para reflexão, que se vão completando uns aos outros, numa série numerada e colecionável.

Nota — o autor não escreve segundo as regras do último “acordo” ortográfico

TASQUINHA DO

Alfaiates

**TAPAS
CERVEJARIA
STEAKHOUSE**

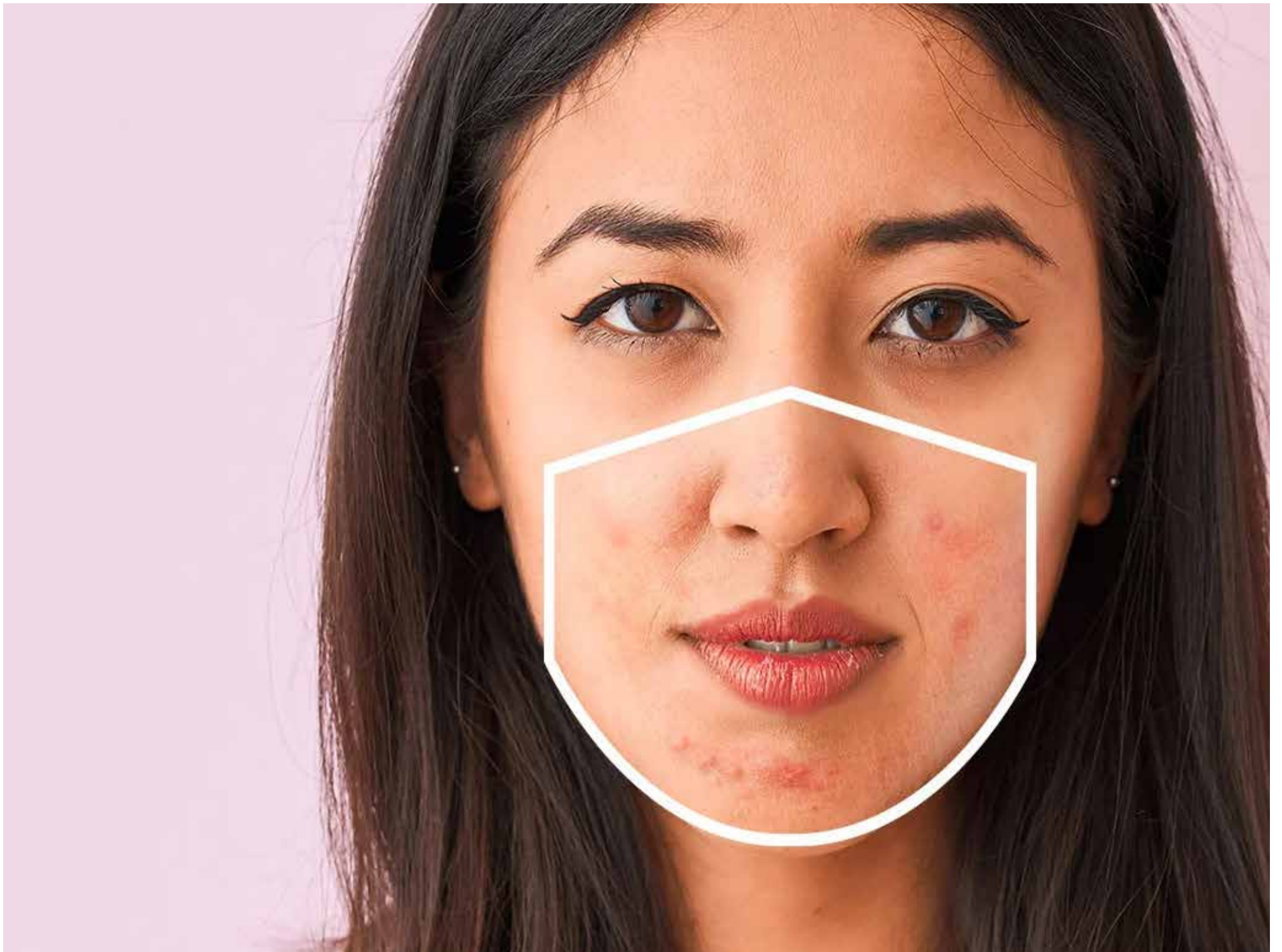
MERCADO DE CANEÇAS

desde 2013



TASQUINHA DO ALFAIATES





Maskne

Mais um incrível conceito que surge com a chegada da pandemia às nossas vidas.

Ouvi este conceito ontem, no âmbito duma formação e não consegui ficar-lhe indiferente. É de facto, uma nova palavra, uma nova realidade.

Pois é, como o nome indica, maskne é o nome dado ao acne que surge na pele após a utilização da máscara. Muitos têm sido os relatos sobre o estado da pele após o uso prolongado da máscara. Muitas pessoas se queixam do surgimento de borbulhas e aumento do acne na zona da boca/queixo.

Ora, pois, a máscara com o intuito de nos proteger (e bem!) acaba por não permitir a respiração adequada da nossa pele e isso traz inevitavelmente, consequências. A nossa pele necessita de respirar e a utilização da máscara, em média 8 horas por dia, impede que isso aconteça.

Como evitar que isto seja uma realidade? Não existem grandes soluções de momento. Ainda assim a higienização

adequada da pele, em pelo menos dois momentos ao dia, pode ajudar atenuar. Importante perceber que sempre que possível e sem risco, vou frisar novamente, SEM RISCO, devemos deixar a pele respirar. Se conseguirmos evitar o uso de creme gordurosos sobre a pele, também é possível atenuar esta situação. No entanto, nesta nova fase da nossa vida, não conseguimos soluções milagrosas.

De salientar também que a troca regular das máscaras descartáveis e a lavagem constante das máscaras sociais, são uma boa opção para evitar a proliferação do acne, sendo que também se nos apresenta vantajoso no combate ao vírus.

A verdade é que temos de nos habituar ao novo normal e adotar soluções que sejam práticas e eficientes dentro do que é possível.

Combater o acne é um mal menor, face ao risco de combater uma doença como a Covid.

E tenhamos sempre em mente que profissionais de saúde lidam com o uso da máscara diária, toda a sua atividade profissional.

A maskne é assim mais uma consequência da Covid. Bem-haja.



Andreia Fernandes



Valha-nos o Cristiano Ronaldo...

É bem verdade, caros amigos e leitores, valha-nos o Cristiano Ronaldo...

Este fim de semana foi pródigo em acontecimentos. Finalmente deram folga ao Covid.

Depois de António Costa ter conseguido um acordo difícil com o Covid para que o mesmo não atacasse no dia das eleições, estas correram pelo melhor tendo cerca de 40 % da população portuguesa exercido o seu direito de voto.

Brilhante adesão à mais séria defesa da democracia, ou do que resta dela.

Pois, parece que descobriram que meio milhão de portugueses são fascistas, racistas, xenófobas etc., etc., etc., blá, blá, blá.

Vieram logo os comentadores do regime e os jornaleros de serviço em peso dizer, alarme, alarme cuidado com esta gente que vem aí.

Felizmente no meio de tudo isto cheguei à conclusão que ninguém perdeu!

O SNS encomendou à China 425 toneladas de Compensam e Rennie para os casos mais agudos.

Como é possível tal fenómeno se tivemos mais de quatro

décadas de perfeita harmonia e boa gestão dos dinheiros públicos, sem cunhas nem corrupção.

Bem, valha-nos o Cristiano Ronaldo.

Ah, pois é, o rapaziño acaba de marcar o golo 760 na sua recente carreira.

Jovem promissor de apenas 35 anos de idade à beira de fazer 36, está aí para as curvas batendo recorde atrás de recorde.

Finalmente uma boa notícia!

Bem para a cereja no topo do bolo faltam pouco mais de meia dúzia de golos para se tornar também o melhor marcador de todos os tempos em golos marcados pelas seleções.

É uma questão de tempo.

Por cá disputou-se a Taça da Liga. Sporting levou o troféu, para o seu museu, para juntar às outras duas conquistadas em tempos que já lá vão...

Desta feita o Braga viu mesmo Braga por um canudo.

Braga que ganhou, e muito bem, ao Benfica na meia final e Sporting que num golpe de asa fez a remontada nos minutos finais a um Porto mais dominador. Mas, o futebol é isso mesmo, quem marca ganha. Ponto!

Em Leiria choveu tanto que os cães a bebiam de pé. Resultado, a primeira parte foi disputada na base do físico.

Na segunda metade do encontro tentou-se jogar bonito, mas o estado do terreno prendia a bola e propiciava o contacto.

Muitos cartões amarelos e faltas que cortavam o fio à meada, mas no final o Sporting Clube de Portugal levou a melhor.

Parabéns ao reino leonino.

No ninho da águia o Covid está para durar. A equipa conta com apenas 349 casos, coisa pouca. A Águia Vitória pediu dispensa aos treinos para evitar ser contaminada e foi para

casa do Vítor Hugo Cardinali. A foca e o elefante ficaram contentíssimos porque puderam colocar a conversa em dia. Bem, como podem ver nem tudo é mau.

Para terminar vou dar boa nota do Andebol Português no campeonato do mundo.

Portugal ainda acalentava uma esperança depois de bater a Suíça, mas caiu frente à potente França que nos deu uma tarefa e nos afastou dos quartos de final.

Todavia Portugal igualou o melhor resultado de sempre nos campeonatos do mundo da modalidade.

Parabéns ao Andebol Português.

Para rematar espero que o Tio Marcelo acorde e faça mesmo de Presidente da República, para variar.



Vítor Cacito

Antes e depois da pandemia...

Imagem de birgl por Pixabay



Confinado entre quatro paredes, como imagino estejam milhares de portugueses e portuguesas, sou levado a refletir, mais uma vez, sobre a vida antes e depois desta pandemia.

Que saudades do tempo em que a liberdade de sair à rua sem preocupações, sem

a obrigatoriedade do uso da máscara, nem com a preocupação do distanciamento social.

Que saudades em poder meter-me nos transportes públicos e chegar à Praça da Figueira, olhar lá para cima e ficar maravilhado com a beleza do velho Castelo e do velho casario que o rodeia.

Que saudades dos passeios à tarde, que de tempos a tempos eu fazia com os meus netos, pela nossa Lisboa. Saudades de comer juntamente com eles, umas castanhas assadas e de sentir o cheiro das mesmas a invadir as minhas narinas. E que dizer da quase sempre obrigatória visita ao Cais das Colunas, sempre que o passeio era até à nossa Lisboa? Fazer lá paragem

obrigatória, ver o esvoaçar das gaivotas e apreciar o movimento das ondas do Tejo.

Enfim sei que vai ser difícil, que vai ser uma batalha muito dura, para um dia voltarmos a fazer uma vida normal. Por isso, esta guerra, tem de ser levada a sério por todos. Para nossa defesa, e dos outros,

médicos, enfermeiros, auxiliares, bombeiros, equipas do INEM etc... O momento é dramático e é preciso que todos, mas mesmo todos nós, saibamos estar à altura e façamos aquilo que é nosso dever e obrigação, caso contrário a tragédia será incalculável.

Arlindo De Jesus Costa



Dizcorrendo

Episódio 192

Imagem de Jazi Araújo por Pixabay



Corremos um sério risco, Queridas Senhoras e Queridos Senhores, que é o aumento de peso, se não nos mexermos, com ou sem cão.

Curiosamente, a minha querida balança diz-me que estou a ressarcar do Natal e Ano Novo, e estou a perder peso. Tão querida...

Quem não o perde, e continua com força, é o tal menino Covid, que inunda os noticiários e condiciona as nossas vidas. Imaginem um personagem destes na epopeia de quinhentos. Não teria havido Descobrimientos e o nosso Luís não teria escrito "Os Lusíadas", por falta de assunto.

Mas escreveu, graças a Deus. E eu, com a devida vénia e o maior respeito, vou abusar da minha parvoíce natural, pegar em algumas frases do poeta, retiradas do Canto Dez, alternando-as com outras minhas, e o desafio que vos proponho é que as destrinçais.

Assim, dou-vos o...

Descanto Dez

Quando as formosas Ninfas, cos amantes,
Se assentam dous a dous, amante e dama,
Não prezam as iguarias abundantes,
Pensando no banquete que há na cama.
Saltando em colchão de sumaúma,
Os vinhos odoríferos, que acima,
Transbordam em odores de fina espuma.
Nos vasos, onde em vão trabalha a lima.

Cantava a bela Ninfa, e cos acentos,
Melodia dissonante da oitava,
Em consonância igual, os instrumentos,
Cúmplices do amante que a castigava.
Altos varões que estão por vir ao mundo,
Não tendo de suas mães qualquer memória,
Em sonhos, e depois no reino fundo,
Recolheu logo a Ninfa a clara história.

Matéria é de coturno, e não de soco,
A que a Ninfa aprendeu no imenso lago,
Contudo, seu amante lhe achou pouco,
E deu-lhe mais lição, como de um trago.
Do sumo sacerdócio a dignidade,
Que a alta sapiência dá lições,
De Belém vem remédio com idade,
Agora, vencidas que foram eleições.

D'espanto o ardor imenso do Oriente,
Estarão prometendo a seu senhor,
Que verá tanto obrar tão pouca gente,
Espalhando no Ultramar o seu amor.
E todos outra vez desbaratando,
Tão fora de guardar a boa imagem,
A grande multidão que irá matando,
Deixando em seus colos mestiçagem.

Mas neste passo a Ninfa, o som canoro
Abaixando, fez ronco e entristecido,
Cantando em baixa voz, envolta em choro,
O grande esforço mal agradecido.
Terá valido a pena o' spalhamento,
De tanto ADN baralhado,
Dos povos que vieram por momento,
E um pedaço ficou, por mal contado?

Conselho da semana:
«Se tens uma vizinha gorda que quer entrar no elevador, sem usar máscara, sai tu e desce a pé».

José Duarte





Mecanismo de Recuperação e Resiliência:

Comissão atualiza orientações para planos de recuperação e resiliência

Na sequência do acordo político sobre o Mecanismo de Recuperação e Resiliência alcançado em dezembro, a Comissão apresentou aos Estados-Membros orientações atualizadas sobre a preparação e apresentação de planos de recuperação e resiliência. O Mecanismo de Recuperação e Resiliência é o principal instrumento no centro do instrumento NextGenerationEU, o plano da UE para sair mais forte da crise do coronavírus. Disponibilizará 672,5 mil milhões de euros sob a forma de empréstimos e subvenções para apoiar as reformas e os investimentos nos Estados-Membros. Para beneficiarem do Mecanismo, os Estados-Membros devem apresentar planos de recuperação e resiliência que definam as suas agendas nacionais para as reformas e os investimentos. Embora preservando os princípios fundamentais da proposta da Comissão, o acordo político introduziu algumas alterações no texto do regulamento. Para ajudar os Estados-Membros a alinhar os seus projetos de planos de recuperação e resiliência com o regulamento, as orientações inicialmente apresentadas em setembro foram atualizadas. Estas orientações atualizadas refletem o facto de o âmbito do Mecanismo de Recuperação e Resiliência estar estruturado em torno de seis pilares: transição ecológica; transformação digital; emprego e crescimento inteligente, sustentável e inclusivo; coesão social e territorial; saúde e resiliência; e políticas para a próxima geração, crianças e jovens, incluindo educação e competências. Os Estados-Membros devem explicar de que forma os planos contribuem para a igualdade e os princípios do Pilar Europeu dos Direitos Sociais. Devem também incluir um resumo do processo de consulta a nível nacional, bem como dos controlos e do sistema de auditoria criados para assegurar a proteção dos interesses financeiros da União. Os Estados-Membros devem demonstrar que os seus planos propostos contribuem com, pelo menos, 37 % da dotação total do plano para a meta climática e 20 % para a transição digital. A Comissão mantém um diálogo intenso com os Estados-Membros sobre a preparação dos seus planos de recuperação e resiliência. A par das orientações atualizadas, a Comissão publicou um modelo normalizado para os planos dos Estados-Membros.

Painel de peritos confirma que República da Coreia viola compromissos laborais assumidos no acordo comercial

O relatório hoje publicado do painel de peritos confirma

as preocupações da UE de que a República da Coreia não agiu de forma coerente com as suas obrigações em matéria de comércio e desenvolvimento sustentável ao abrigo do acordo comercial entre a UE e a República da Coreia. O painel independente concluiu que a República da Coreia tem de ajustar a sua legislação e práticas laborais e prosseguir rapidamente o processo de ratificação de quatro convenções fundamentais da Organização Internacional do Trabalho, a fim de dar cumprimento ao acordo. O vice-presidente executivo e comissário do Comércio, Valdis Dombrovskis, declarou: «Esta decisão do painel de peritos mostra a eficácia da nossa abordagem baseada na cooperação em matéria de comércio e desenvolvimento sustentável. Temos colaborado estreitamente com os nossos parceiros coreanos desde há alguns anos e o processo do painel de peritos conduziu a ações concretas por parte da Coreia. Iremos trabalhar em estreita colaboração com a Coreia para garantir que aplica efetivamente os compromissos em matéria de direitos dos trabalhadores.» Mais informações no comunicado de imprensa.

Plano de Ação para a Democracia Europeia: Comissão lança consulta pública sobre transparência da propaganda política

A Comissão Europeia lança uma consulta pública sobre a transparência da propaganda política, dando seguimento aos compromissos assumidos no Plano de Ação para a Democracia Europeia. Apresentado em dezembro de 2020, o plano de ação anunciou que a Comissão irá propor legislação sobre a transparência dos conteúdos políticos patrocinados. A proposta abrangerá a publicidade, tanto na Internet como fora dela, e complementará as regras estabelecidas na proposta da Comissão para o Regulamento Serviços Digitais, com o objetivo de dispor de regras específicas suficientemente antes das eleições para o Parlamento Europeu de maio de 2024. A consulta pública visa recolher opiniões de um vasto leque de partes interessadas — membros do público em geral, académicos, outras empresas, ONG, organizações de comunicação social, autoridades públicas e partidos políticos. Os interessados em participar na consulta pública podem preencher um questionário, que estará disponível em linha de 25 de janeiro a 6 de abril de 2020.

Produtos químicos: UE protege vida selvagem dos efeitos negativos do chumbo no ambiente

A Comissão tomou hoje medidas firmes para garantir que a vida selvagem é protegida dos efeitos negativos do chumbo no ambiente, restringindo a sua utilização em projéteis para armas de fogo utilizados em zonas húmidas ou na sua proximidade. Adotada ao abrigo do regulamento da UE relativo aos produtos químicos, a medida contribuirá para proteger o ambiente, reduzindo significativamente a poluição causada pelo chumbo e evitando a morte por envenenamento de cerca de um milhão de aves aquáticas por ano. O chumbo é uma substância altamente tóxica que contamina o solo e a água quando libertada para o ambiente. Todos os anos, são libertadas 4 000 a 5 000 toneladas de

chumbo nas zonas húmidas com origem em projéteis de caça. Existem alternativas, como, por exemplo, os projéteis em aço, que custam aproximadamente o mesmo que os projéteis em chumbo. A medida hoje adotada harmonizará e reforçará a eficácia das legislações nacionais que limitam a utilização de projéteis em chumbo nas zonas húmidas, já em vigor em 24 Estados-Membros. A nova legislação começará a aplicar-se dentro de dois anos. A restrição apoia os objetivos da Estratégia da UE para os produtos químicos num contexto de sustentabilidade e do Pacto Ecológico Europeu. Apoia igualmente os objetivos da Diretiva Aves e constitui um primeiro resultado concreto da nova Estratégia de Biodiversidade da UE para 2030. Mais informações neste sítio Web.

Dados sobre o comércio agroalimentar: apoio ao crescimento de janeiro a outubro de 2020

O último relatório mensal sobre o comércio agroalimentar publicado hoje revela um crescimento sustentado entre janeiro e outubro de 2020. As exportações da UE atingiram 151,8 mil milhões de euros, um aumento de 0,5 % em comparação com o mesmo período do ano anterior, enquanto as importações totalizaram 102 mil milhões de euros, o que corresponde a um aumento de 0,1 %. Em consequência, o excedente comercial agroalimentar aumentou 1,3 %, para 49,8 mil milhões de euros. Prosseguiu o forte desempenho das exportações agroalimentares da UE para a China, com um crescimento de 3,09 mil milhões de euros liderado pela carne de suíno, o trigo e os alimentos para bebés. Verificou-se também um aumento do valor das exportações agroalimentares da UE para a Arábia Saudita, impulsionado pelas vendas de cevada e produtos lácteos. Uma vasta gama de produtos provocou um aumento do valor das exportações agroalimentares da UE para a Suíça, enquanto o trigo e vários produtos lácteos tiveram um forte desempenho na Argélia e em Marrocos, com aumentos de 408 milhões de euros e 393 milhões de euros, respetivamente, das exportações agroalimentares. Quanto ao comércio com o Reino Unido, as importações na UE provenientes do Reino Unido diminuíram em 1,56 mil milhões de euros, enquanto as exportações da UE para o Reino Unido diminuíram 546 milhões de euros. O declínio do comércio afetou a maioria dos produtos agroalimentares, nomeadamente vinho, bebidas espirituosas e licores, carne de aves de capoeira, animais vivos e manteiga. No que diz respeito aos EUA, uma redução no consumo na UE de sementes e bagaços de soja dos EUA contribuiu para uma queda global de 663 milhões de euros no valor das importações, enquanto o valor das exportações da UE diminuiu 705 milhões de euros, afetando principalmente as bebidas espirituosas e o vinho. Verificou-se, no entanto, um aumento do valor das exportações de preparações alimentares da UE. O comércio agroalimentar com Singapura, Hong Kong, Ucrânia e Índia também enfrentou dificuldades. Com um aumento de 713 milhões de euros, o Canadá foi a principal fonte de crescimento das importações agroalimentares para a UE, impulsionada pelo consumo de colza e trigo. Em termos de categorias de produtos, registaram-se crescimentos notáveis nos valores das exportações de carne de suíno e trigo da UE. Os alimentos para animais de companhia, a colza e o óleo de girassol e os cereais secundários estiveram entre as outras categorias de produtos em crescimento durante este período. Mais informações no relatório completo e neste sítio Web.

In Boletim da Representação da Comissão Europeia em Portugal

Agora mais perto de si!



Consultas presenciais e por telefone

Maria Helena

(00351) 210 929 000

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

www.mariahelena.pt www.facebook.com/MariaHelenaMartinsMHM

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



Carneiro 21 de Março a 20 de Abril

Carta da Semana: 2 de Espadas, que significa Afeição, Falsidade Amor: Tenha pensamentos positivos, a vida exige de cada um a tarefa de lutar e vencer.

Saúde: Não terá que se preocupar a este nível, está em boa forma. Dinheiro: Terá algumas dificuldades para cumprir prazos.

Números da Semana: 1, 3, 24, 29, 33, 36 Pensamento positivo: Afasto a falsidade através do afeto sincero. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 801

Touro 21 de Abril a 20 de Maio

Carta da Semana: Rainha de Espadas, que significa Melancolia, Separação. Amor: Pode chegar à conclusão que um relacionamento amoroso em desgaste há muito terminou.

Saúde: Tendência para dores musculares. Dinheiro: Possibilidade de fazer bons negócios. Avance com prudência. Números da Semana: 7, 11, 18, 25, 47, 48

Pensamento positivo: Cultivo a alegria no meu coração e ela dá-me frutos de Paz. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 802

Gémeos 22 de Maio a 21 de Junho

Carta da Semana: Cavaleiro de Espadas, que significa Guerreiro, Cuidado. Amor: A sua família necessita que lhe dê mais atenção. Dê a mão a quem dela precisa. Uma palavra de consolo será sempre bem recebida. Saúde: Deve ter mais cuidado com os seus ossos.

Dinheiro: O esforço profissional vai ser reconhecido. Números da Semana: 4, 6, 7, 18, 19, 33

Pensamento positivo: Protejo aqueles que amo com cuidado e amor. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 803

Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta da Semana: Cavaleiro de Copas que significa Proposta Vantajosa. Amor: Pequenos desentendimentos poderão deixá-lo muito magoado. Veja sempre os desafios como uma oportunidade para melhorar. Saúde: O seu organismo pode ressentir-se de esforços desadequados. Dinheiro: Torna-se urgente uma mudança de atitude. Seja mais ativo.

Números da Semana: 9, 11, 25, 27, 39, 47 Pensamento positivo: Encaro os obstáculos como oportunidades de melhorar. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 804

Leão 24 de Julho a 23 de Agosto

Carta da Semana: Valeta de Paus, que significa Amigo, Notícias Inesperadas. Amor: Pode ter notícias de alguém especial. Lembre-se que na vida não há impossíveis, apenas objetivos mais difíceis de alcançar! Saúde: Cuidado com os rins, beba mais água. Dinheiro: Poderão surgir boas oportunidades neste campo, não as deixe fugir. Números da Semana: 10, 20, 36, 39, 44, 47 Pensamento positivo: Os amigos ajudam-nos a vencer os obstáculos, a união faz a força. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 805

Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro

Carta da Semana: Rainha de Paus, que significa Poder Material e que pode ser Amorosa ou Fria. Amor: Domine a sua agitação, permaneça sereno e verá que tudo corre bem!

Saúde: Sentir-se-á em boa forma. Dinheiro: Surgirão novos projetos que lhe permitirão obter mais segurança. Números da Semana: 7, 18, 19, 26, 38, 44 Pensamento positivo: O poder de concretizar os meus planos está na força com que acredito em mim. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 806

Carneiro 21 de Março a 20 de Abril

Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro

Carta da Semana: 5 de Copas, que significa Derrota. Amor: Lute pela sua felicidade, não se deixe vencer pelos obstáculos. Só você é responsável pelo seu caminho!

Saúde: Procure fazer algum tipo de desporto. Dinheiro: Maré pouco favorável para investimentos. Números da Semana: 1, 8, 42, 46, 47, 49 Pensamento positivo: Eu venço as emoções negativas tendo pensamentos positivos. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 807

Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro

Carta da Semana: Rei de Copas, que significa Poder de Concretização, Respeito. Amor: Vai arrebatar corações, estará com um grande poder de sedução. A vida é um dom maravilhoso. Agradeça a Deus por ela! Saúde: Estará em boa forma. Dinheiro: Pode agora comprar aquele objeto que há tanto deseja. Números da Semana: 4, 9, 11, 22, 34, 39 Pensamento positivo: Acredito que tenho o poder de concretizar aquilo que desejo. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 808

Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro

Carta da Semana: Valeta de Copas, que significa Lealdade, Reflexão. Amor: Procure ser mais seletivo nas suas amizades. Se escutar o seu coração e agir de acordo com a sua intuição será mais feliz! Saúde: Poderá sofrer de alguma rouquidão. Beba chá de cascas de romã. Dinheiro: Tenha algum cuidado com as pessoas que trabalham consigo, pois se lhes abrir o jogo poderá sair prejudicado. Números da Semana: 1, 2, 8, 16, 22, 39 Pensamento positivo: Sou leal às minhas convicções! Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 809

Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro

Carta da Semana: 7 de Ouros, que significa Trabalho. Amor: Não diga nada antes de pensar bem naquilo que vai dizer, pois a impulsividade joga contra si.

Saúde: Cuide melhor dos seus pés. Dinheiro: Não deixe que outros tomem decisões ou falem por si, imponha o respeito no seu local de trabalho. Números da Semana: 7, 13, 17, 29, 34, 36 Pensamento positivo: Com esforço e trabalho consigo alcançar as minhas metas. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 810

Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro

Carta da Semana: O Carro, que significa Sucesso. Amor: Não deixe que terceiros se intrometam na sua relação afetiva. Não dê ouvidos a calúnias e intrigas!

Saúde: Dê mais atenção à sua saúde, não negligencie sintomas de mal-estar. Dinheiro: Período pouco favorável a grandes investimentos.

Números da Semana: 7, 11, 19, 24, 25, 33 Pensamento positivo: O sucesso espera por mim, porque eu mereço!

Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 811

Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março

CASA DE PENHORES

Empréstimos sobre

OURO - PRATA - JOIAS

TELF.: 219 311 054

www.ouroestrela.com

OURIVESARIA

PRATA - RELOGIOS - JOIAS

COMPRO E VENDO OURO

TELM.: 912 701 140



Renault Megane Sport Tourer 1.6i 16V
130 CV - Abril 2017 - 28.990€



www.autocambota.pt



Renault C Dokker 1.6i 90CV
2018 - 12.990€



CITROEN C4 PICASSO 1.6i 110CV - 2018 - 18.790€



Renault Megane Sport Tourer 1.6i 16V
130 CV - 2017 - 22.990€



CITROEN DYNAMIC 1.6i 90CV
- 2018 - 13.990€



Renault Megane Classic Coupé 1.6i 110CV
- 2018 - 22.990€



BMW 118i 100 ADVANTAGE 150CV AUTO
- 2018 - 20.990€



Renault Megane ST 110CV (160CV)
130 CV 160 CV - 2018 - 24.990€



FIAT 500 1.3i 95CV
- 2017 - 11.990€



Ford Focus 1.8i 125CV - 2018 - 13.990€



Megane GT Line Sp 110CV
- 2017 - 18.990€



C4o ST 110CV - 2018 - 16.990€



Fiat 500 X 1.3i Multijet start 105CV
- 2018 - 13.990€



RENAULT TRAFIC 1.6i 125CV 9
- 2018 - 22.990€



GOLF VARIANT 1.6i 110CV - 2017
20.990€



RENAULT CLIO 1.6i 110CV DYNAMIC 110CV
- 2015 - 13.990€



RENAULT CLIO 1.6i 110CV DYNAMIC 110CV
- 2018 - 14.990€



RENAULT CAPTUR 1.6i 110CV EXCLUSIVE
110CV - 18.990€ - 2018



Peugeot 208 1.6i 110CV 110CV
- 2018 - 13.790€

Viaturas de Serviço



CITROEN ENTOURAGE 1.9i 130CV - 2018 - 20.990€



CITROEN ENTOURAGE 1.9i 130CV - 2018 - 22.990€ - 800€



CITROEN C4 PICASSO 1.6i 110CV - 2018 - 18.990€



Citro Limited 90 CV 2017 - 15.750€



Citro ST Line 110CV
2018 - 20.290€



MEGANE ST 110CV 110CV
- 2018 - 24.750€

Auto Cambota, Lda

10, R. Norberto de Oliveira RA, 2620-111 Póvoa de Santo Adrião
TLP. +351 219 382 910 Seg. a Sex. - das 09:00 às 19:00