

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS desde €75,00
LENTE MONOFOCAIS: opticas com miopia, hipermetropia, astigmatismo e presbiopia

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS desde €250,00
LENTE PROGRESSIVAS: opticas com aumento de campo visual e correção da presbiopia



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

17°
Max
13°

Semanário de Distribuição Gratuita
 Ano 8 | Edição nº 346 Quinta-feira
 4 de Março
 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

Continua a vacinação no Centro de Vacinação de Odivelas com 9.100 munícipes vacinados até agora

Presença Romana em Odivelas. Vestígios terão sido identificados na freguesia de Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto

Município assegura transporte gratuito para a vacinação.

Prémio Municipal de Arquitetura de Odivelas – 2021

Câmara e Direção-Geral de Alimentação oferecem chips para cães e gatos

A visão do país e do mundo dos cronistas ON



ACTIVOS
64,797

RECUPERADOS
725,399
 +1,934

ÓBITOS
16,430
 +41

CONFIRMADOS
806,626
 +979

Dados relativos ao boletim da DGS de:
 3/3/2021

PADARIA & PASTELARIA

1995



www.espigadourada.com

Página 4

Presença Romana em Odivelas. Vestígios terão sido identificados na freguesia de Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto

Página 6

Continua a vacinação no Centro de Vacinação de Odivelas com 9.100 munícipes vacinados até agora

Página 8

Município assegura transporte gratuito para a vacinação. Prémio Municipal de Arquitetura de Odivelas – 2021. 4.ª Reunião Ordinária da Câmara Municipal de Odivelas Deliberações.

Página 10

Três detidos por roubo, após fuga no Metro. Câmara e Direção-Geral de Alimentação oferecem chips para cães e gatos. Mais de 13 mil refeições distribuídas pelo município a alunos do concelho. Transportes públicos voltaram a circular na Av. D. Dinis.

Página 12

CDU exige entrega de computadores em falta a alunos do concelho de Odivelas.

Página 14

Movimento Doentes Pela Vacinação alerta: Não atrase a vacinação. A prescrição eletrónica pode ser uma solução. No Plano de Recuperação e Resiliência: Negligenciada a recuperação de doentes não-Covid e falha visão estratégica para o futuro do sistema de saúde.

Página 16

O Presidente da amara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, escreve sobre o Dia Internacional da Mulher

Página 19

Apanhados na Rede

Página 21

Nos caminhos da Sociologia e da Ecologia Humana, o cronista ON Carlos Jesus escreve sobre a Primavera que é tempo de Esperança

Página 22

O cronista ON, Carlos Braga, saúda os sinais de Primavera, agora e sempre.

Página 24

A Anta de Ide-Vê-las do cronista ON Fernando Tudela

Página 25

Nuno Araújo, professor e cronista ON escreve sobre o desconfinamento que se deseja

Página 26

O nono artigo da investigação de Carlos braga sobre Amor, Sexo e Família

Página 28

De março de 20230 a março de 2021 os tempos da pandemia na crónica da cronista ON, Andreia Fernandes

Página 29

A crónica do cronista ON, Vítor Cacito, onde se questiona que país é este

Página 30

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

Página 31

Notícias da Comissão Europeia

Página 32

As Farmácias, o Estado do Tempo e a Conferência Internacional do Projeto "Cante pela sua saúde" reflete sobre a música e o bem-estar dos seniores

Página 33

O horóscopo semanal da Tarola Maria Helena

Página 34

Tudo isto é fado

Neste dia noutros tempos

Imagem infante



1394 -- Nasce o Infante D. Henrique, no Porto.
1777 - D. Maria I demite o Marquês de Pombal e afasta-o de Lisboa.
1809 - Invasões Francesas. As tropas portuguesas impõem a retirada estratégica do general Soult, no rio Minho.
1811 - Termina a terceira invasão francesa com a retirada do general Massena.
1852 - Almeida Garrett toma posse como secretário de Estado dos Negócios Estrangeiros, no Governo do Duque de Saldanha.

1859 - Os deputados portugueses José Estêvão e Vicente Ferrer apresentam a "moção laica" para impedir "as influências e demasias de qualquer espécie religiosa", nas instituições oficiais portuguesas.

1869 -- Nasce Eugénio de Castro, poeta e professor, pioneiro do simbolismo na poesia portuguesa.

1911 -- Morre, com 54 anos, o escritor português Fialho de Almeida, autor de "Vida Irónica" e "Os Gatos", fundador da revista A Crónica.

1931 -- O Diário do Governo publica o regime de condicionamento das Indústrias, aprovado em fevereiro.

1948 - Começa o julgamento dos membros da Comissão Central do MUD Juvenil pela Ditadura do Estado Novo.

1984 -- Morre, com 79 anos, Pedro Homem de Mello, autor de "Povo que Lavas no Rio".

1996 -- A administração das Ordens Portuguesas atribui o Grande Colar da Ordem Militar da Torre e Espada, do Valor, Lealdade e Mérito, a mais alta condecoração do país, a Mário Soares, no final do segundo mandato presidencial.

1998 -- Desaparece Rui Pedro, criança de Lousada, com 11 anos de idade. Ainda não se sabe o que aconteceu passados 23 anos.

2001 -- Cai o tabuleiro da ponte Hintze Ribeiro, que liga Entre-os-Rios a Castelo de Paiva, provocando a morte a 59 pessoas.

2005 - José Sócrates apresenta a composição do XVII Governo Constitucional.

- Morre, com 73 anos, o jornalista e profissional da rádio José Matos Maia, produtor da versão portuguesa de "A Guerra dos Mundos"/"A Invasão dos Marcianos", inspirada na encenação de Orson Welles da obra de H. G. Wells.

2007 - Morre, aos 102 anos, Joaquim Fiúza, antigo velejador e medalha de bronze em star nos Jogos Olímpicos Helsínquia 1952.

-- Morre o fundador do jornal A Capital, Rogério Fernandes. Tinha aos 76 anos.

2013 - Maria Estela de Antas Varejão Costa Gomes, viúva do antigo Presidente Francisco Costa Gomes, morre aos 87 anos.

2014 - O ministro dos Negócios Estrangeiros português, Rui Machete, condena "inequivocamente a violação da integridade territorial da Ucrânia" pela Rússia e, perante o Conselho de Direitos Humanos da ONU, em Genebra, pede o fim de "todas as movimentações provocatórias de tropas".

2017 - A portuguesa Patrícia Mamona conquista a medalha de prata do triplo salto do campeonato da Europa de atletismo de pista coberta, a decorrer em Belgrado.

Provérbios de Março



Em Março, cadã dia chove um pedaço.

Em Março, tanto durmo como faço.

Entre Março e Abril o cuco há-de vir.

Inverno de Março e seca de abril, deixam o lavrador a pedir.

Janeiro geoso, fevereiro nevado, Março frio e ventoso, Abril chuvoso e Maio pardo, fazem o ano abundoso.

Lua cheia em Março trovejada, trinta dias é molhada.

Março chove cada dia o seu pedaço.

Março, marçagão, manhã de Inverno, tarde de rainha, noite corta que nem foicinha.

Março pardo e venturoso traz o ano formoso.

Vento de Março e chuva de Abril, vinho a florir.

Vinho que nasce em Maio, é para o gaio; se nasce em Abril, vai ao funil; se nasce em Março, fica no regaço.

O enxame de Março mete-o regaço.

Páscoa em Março, ou fome ou mortação.

Poda em Março, vindima no regaço.

Podar em Março é ser madraço.

Quando em Março arrulha a perdiz, ano feliz.

Quando Março sai ventoso, sai Abril chuvoso.

Quem não poda em Março, vindima no regaço.

Sabia que

...em Caneças existe o Chafariz do Largo da Infância? De pedra, constituído por quatro bicas e uma bacia de formas ovais, foi desenhado pelo entalhador António Mateus dos Santos (proprietário da Fonte das Piçarras). O acesso às bicas é feito através de um plinto de três degraus.



FICHA TÉCNICA

Diretor:Francisco Godinho - diretor@odivelasnoticias.pt|Telm:962001300|Subdiretor:Marina Leonardo;Conceção Gráfica e Paginação:Luis Rodrigues|Ilustrações:Hugo Mestre|Informática:Edgar Carreira|Colunistas:Vitor Cacito;Andreia Fernandes;Arlindo Costa;Miguel Ferreira, Hugo Santos; José Duarte; Segisnando Formosinho | Colaboradores Voluntários:Tiago Godinho, António Mota; José Luís Marques; Bruno Batista; Tiago Magalhães; Ricardo David. Redação, Administração e sede: Rua do Pomarinho, armazém JMF, 2675-428 Odivelas, Tel: 219 318 827 E-mail: geral@odivelasnoticias.pt | Site: www.odivelasnoticias.pt. Propriedade: Absolutnectar, Lda. Sócio Gerente: Francisco Godinho 48%, 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)

Presença Romana em Odivelas Vestígios terão sido identificados na freguesia de Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto

Fotografias: CMO



De entre diversos estudos já em curso, o Grupo de Trabalho para a Criação do Centro Interpretativo do Mosteiro de Odivelas (GTCIMO) encontra-se a investigar a presença Romana no concelho, tendo já identificado, em fontes

bibliográficas, dois sítios, ambos localizados na atual freguesia de Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, informa a Câmara Municipal de Odivelas no seu sítio oficial.

Nesta fase da investigação, será aferida a conservação atual destes locais, sabendo-se que terão ali sido identificados vestígios cerâmicos e pétreos de cronologia romana. Os trabalhos do GTCIMO irão, também, centrar-se no reconhecimento de outros locais e materiais de Época Romana encontrados na área do concelho de Odivelas.

Ainda neste âmbito, a Câmara Municipal aderiu ao Projeto Lisboa Romana, em cujo site, lançado em janeiro, é possível conhecer vários sítios arqueológicos, de cronologias que começam ainda na Idade do Ferro e terminam após o ocaso do Império Romano. Em <https://www.lisboaromana.pt/> são disponibilizados vídeos e animações que permitem visualizar parte do que foi o antigo município romano Felicitas Iulia Olisipo.



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
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

RODAFITS
GINÁSIO

Rua da República 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! ESPIRITUAIS!
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 RESERVA E 2 DE RESERVA

VALE 7,5€

NA COMPRA DE
LENTES PARA LONGE OU PERTO
DE VALOR IGUAL OU SUPERIOR
A 75€



VALE 25€

NA COMPRA DE
LENTES PROGRESSIVAS
DE VALOR IGUAL OU SUPERIOR A
250€

**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

Município assegura transporte gratuito para a vacinação



**CENTRO DE
VACINAÇÃO COVID-19**

Transporte Gratuito
Municípios com Mobilidade Reduzida



A Câmara Municipal de Odivelas vai disponibilizar transporte gratuito aos munícipes com mobilidade condicionada que necessitem de ajuda para se deslocarem ao Centro de Vacinação Covid-19, instalado no Pavilhão Multiusos de Odivelas.

O agendamento deste transporte deverá ser solicitado aquando do contacto para a marcação da vacina, pelas autoridades de saúde. Os munícipes serão posteriormente encaminhados para um atendimento telefónico da Câmara Municipal que ficará responsável pela marcação e pelo transporte ida e volta da área de residência ao Centro de Vacinação Covid-19.

Esta iniciativa abrange quem:

Resida no concelho de Odivelas.

Seja portador de mobilidade reduzida (ex. Cadeira de Rodas e/ou Muletas)

Ou tenha dificuldades de locomoção (ex. Andarilho ou bengalas)

Recorde-se que esta fase de vacinação abrange maiores de 80 anos e pessoas com mais de 50 anos com patologias de risco, e está sujeita a marcação.

Cuidando de si, Cuidamos de todos!

Prémio Municipal de Arquitetura de Odivelas – 2021



Estão abertas, até ao próximo dia 9 de abril, as candidaturas à 7ª edição do Prémio Municipal de Arquitetura de Odivelas – 2021.

Dirigido a arquitetos, este prémio distingue edificações novas ou de reabilitação/recuperação que privilegiem a qualidade arquitetónica e o enquadramento urbanístico do projeto, e que contribuam para a valorização e/ou salvaguarda do património arquitetónico e urbanístico do Concelho de Odivelas.

Podem candidatar-se a este prémio os autores dos projetos de obras públicas ou privadas concluídas e com autorização de utilização emitida nos quatro anos anteriores à data limite para apresentação de candidaturas.

O regulamento e a ficha de inscrição podem ser consultados no site da Câmara Municipal de Odivelas, em <https://www.cm-odivelas.pt/areas-de-intervencao/urbanismo>.

4. Reunião Ordinária da Câmara Municipal de Odivelas Deliberações

A 4.ª Reunião Ordinária da Câmara Municipal de Odivelas realizou-se a 24 de fevereiro, por videoconferência, com a seguinte Ordem de Trabalhos e respetivas deliberações:

Período antes da ordem do dia

Voto de Pesar pelo falecimento de Marcelino da Mata. Aprovado, por maioria, com os votos a favor do Presidente e dos Vereadores da bancada do PS, com exceção da abstenção da Vereadora Susana Santos, e dos Vereadores da bancada do PPD/PSD e os votos contra dos Vereadores da bancada da CDU.

Aprovação das Atas da Câmara Municipal de Odivelas:

Organização e funcionamento do município

2.1 – 5.ª Alteração Orçamental – 5.ª Alteração Orçamental Permutativa 2021. Aprovado, por maioria, com os votos a favor do Presidente, dos Vereadores da bancada do PS e a abstenção dos Vereadores da bancada do PPD/PSD e da bancada da CDU.

2.2 - Prémio Municipal “Beatriz Ângelo” 2021 – Proposta de Suspensão. Aprovado, por unanimidade. Este assunto carece de deliberação em Assembleia Municipal

Processos municipais e de parceria e protocolos de colaboração

3.1 – Processo 6/DMGAG/2021 - SIMAR - Proposta de Decisão de Adjudicação do Procedimento para a Empreitada de Remodelação da Rede de Abastecimento de Água a Santo António dos Cavaleiros – dividido em 2 lotes – CP 19 – PEMP/13/2020. Aprovado, por unanimidade.

3.2 – Processo 7/DMGAG/2021 - SIMAR – Proposta de Decisão de Adjudicação do Procedimento para a Empreitada de Substituição de Condutas em Famões, Fase I – dividido em 2 lotes – CP 18 – PEMP/14/2020. Aprovado, por unanimidade.

3.3 – Processo 8/DMGAG/2021 - SIMAR – Proposta de Decisão de Adjudicação do Procedimento para a Empreitada do Reservatório dos Pedernais – CP 4/2020 – PEMP/5/2020. Aprovado, por unanimidade.

3.4 – Processo 9/DMGAG/2021 - SIMAR – Proposta de Decisão de Adjudicação do Procedimento para Aquisição de Sete Viaturas Pesadas de Recolha de Resíduos Urbanos e Correspondentes Serviços de Manutenção, em 3 lotes – Proposta 66/2021 (adjudicação dos Lotes 1 e 2) e Proposta 67/2021 (extinção do procedimento de aquisição do Lote 3). Aprovado, por unanimidade.

3.5 – Proposta de Ratificação da Decisão do Senhor Presidente Quanto aos Esclarecimentos do Júri Referentes à Ata de 04 de setembro, Relativamente à Empreitada “Construção de Jardim de Infância na Rua Dom Afonso Henriques na Póvoa de Santo Adrião”. Aprovado, por unanimidade.

3.6 – Proposta de Aprovação do Acordo de Parceria entre o Município de Odivelas, Comunidade Vida e Paz, Centro



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL
Siga o nosso Concelho.

Comunitário e Paroquial de Odivelas e Junta de Freguesia de Odivelas. Aprovado, por unanimidade.

3.7 – Proposta de Cessação do Contrato de Arrendamento por Renúncia, Tomada de Posse e Promoção de Ação Judicial para Cobrança de Crédito do Fogo Municipal Sito na Rua Cândido Oliveira n.º 13, 2.º esq.º, Póvoa de Santo Adrião. Aprovado, por unanimidade.

3.8 – Proposta de Perdão de Dívida Referente a Refeições Escolares. Aprovado, por unanimidade.

3.9 – Proposta de Indicação do Representante do Município de Odivelas Para o Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem-Abrigo de Odivelas. Aprovado, por unanimidade.

Subsídios e comparticipações

4.1 – Proposta de Reforço da Contratualização de Recolha de Resíduos Hospitalares do Grupo III aos Corpos de Bombeiros do Concelho de Odivelas. Aprovado, por unanimidade.

4.2 – Proposta de Prorrogação do Período de Utilização dos Apoios Financeiros Aprovados no âmbito das Candidaturas Apresentadas pela Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião e pelo Centro Social Paroquial da Póvoa de Santo Adrião, referente à Medida II do PAMO 2020. Aprovado, por unanimidade.

4.3 – Proposta de Reforço do Cabimento Inicial Referente à Atribuição do Subsídio de Tecnologias de Apoio para os Alunos com Necessidades Educativas Específicas, para o Ano Letivo 2020/2021. Aprovado, por unanimidade.

4.4 – Proposta de Alteração ao Contrato-Programa Estabelecido no âmbito da Comparticipação Financeira à Ampliação do Equipamento Social do Centro Social Paroquial da Póvoa de Santo Adrião. Aprovado, por unanimidade.

4.5 – Proposta de Apoio Extraordinário à Associação o Cantinho do Idoso da Pontinha. Aprovado, por unanimidade.

Processos particulares

5.1 – Proposta de Início do Período de Discussão Pública da Proposta do Plano de Pormenor de Pombais e Freixinho. Aprovado, por maioria, com os votos a favor do Presidente, dos Vereadores da bancada do PS e da bancada PPD/PSD, e a abstenção dos Vereadores da bancada da CDU.

5.2 - Proc.º N.º 4681/LO/GI - Proposta de Licenciamento de Alterações das Obras de Urbanização e e Aprovação das Condições da Emissão do Aditamento ao Alvará de loteamento nº eAlv-LO/2019/1 – B.º Casal do Saramago - União de Freguesias de Pontinha e Famões. Aprovado, por unanimidade.

5.3 - Alvará de Loteamento N.º 2/2013 - Bairro do Girassol - União das Freguesias Ramada e Caneças - Pedido de Substituição de Hipoteca Legal por Depósito de Caução para o Lote 303. Aprovado, por unanimidade.

5.4 - Alvará de Loteamento N.º 2/2013 - Bairro do Girassol - União das Freguesias Ramada e Caneças - Pedido de Substituição de Hipoteca Legal por Depósito de Caução para o Lote 102. Aprovado, por unanimidade.

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

Três detidos por roubo, após fuga no Metro



O Comando Metropolitano de Lisboa da PSP, através da Divisão de Divisão de Segurança a Transportes Públicos, no dia 24 de fevereiro, pelas 19h45, procedeu à detenção de três jovens com idades compreendidas entre os 16 e os 17 anos de idade, por serem suspeitos da prática do crime de roubo, com agressões.

O ilícito aconteceu junto ao mercado da Pontinha, quando os jovens, para a realização dos seus propósitos, se aproximaram do ofendido immobilizando-o. A vítima foi projetada para o solo e os suspeitos despojaram-na dos seus pertences, avaliados em cerca de 132 euros, colocando-se de seguida em fuga para a estação de Metro.

Alertados do sucedido e na posse das características dos suspeitos, os Polícias de imediato desenvolveram diligências no sentido de localizar os meliantes, algo que veio a acontecer, instantes depois, estando estes ainda na posse dos bens do ofendido.

Os detidos foram presentes no Tribunal Judicial da Comarca de Loures, para sujeição a 1.º Interrogatório Judicial, tendo sido libertados, após lhes serem aplicadas as medidas de coação de termo de identidade e residência.

Câmara e Direção-Geral de Alimentação oferecem chips para cães e gatos

Imagem de Maja7777 por Pixabay



O Município de Odivelas e a Direção-Geral de Alimentação e Veterinária têm disponíveis 225 microchips para aplicação em cães e gatos, sendo também gratuito o registo no Sistema de Informação de Animais de Companhia (SIAC). Podem candidatar-se todos os munícipes do Concelho de Odivelas, via e-mail svm@cm-odivelas.pt ou através dos números de telefone 219 320 835/40.

Recordamos que a colocação do microchip é obrigatória, sendo um ato único e vitalício de identificação do animal, permitindo, em caso de perda ou furto, encontrar o respetivo dono.

Mais de 13 mil refeições distribuídas pelo município a alunos do concelho

Fotografia: CMO



O Município de Odivelas disponibilizou, até 26 de fevereiro, mais de 13 mil refeições, em regime de takeaway, às crianças e alunos beneficiários do escalão A e B da ação social escolar na rede pública.

Desde o início desta medida, a 22 de janeiro, foram fornecidas um total de 13.601 refeições:

10.472 almoços e lanches às crianças e alunos dos estabelecimentos de educação e 1.º ciclo do ensino básico;

3.129 almoços aos alunos do 2.º e 3.º ciclos e ensino secundário.

Lembramos que esta medida foi alargada às famílias que, por questão de desemprego e/ou perda de rendimentos, necessitam deste apoio alimentar, podendo requerê-lo à autarquia que analisará todos os pedidos. Mais informações podem ser obtidas por correio eletrónico para sase.refeitórios@cm-odivelas.pt ou por telefone para 924 294 694.

Transportes públicos voltaram a circular na Av. D. Dinis

No início deste mês de março os transportes públicos voltaram a circular na Avenida D. Dinis, depois de concluídas as obras de reabilitação daquela artéria da cidade de Odivelas.

A circulação far-se-á no sentido Lisboa/Odivelas e as paragens estarão localizadas:

Junto ao n.º 10: RL 205/905, 206, 216/916 e 228

Junto ao n.º 12: RL U4, 208, 226/926, 913 e Voltas Odivelas

Junto ao n.º 14: Carris 736 e 206

Junto ao Mercado: RL 205/905, 206, 216/916, 228 RL U4, 208, 226/926, 913, Voltas Odivelas, Carris 736 e 206



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

CDU exige entrega de computadores em falta a alunos do concelho de Odivelas

Imagem de Markus Trier por Pixabay



Em nota de imprensa, enviada ao Odivelas Notícias, a CDU Odivelas exige que sejam entregues aos cerca de 1.900 alunos carenciados, do ensino básico e secundário do concelho, os computadores prometidos e não entregues.

Publicamos na íntegra essa nota.

No Concelho de Odivelas cerca de 1900 alunos do ensino básico e secundário, economicamente carenciados, continuam sem computador, número que corresponde a 37,4% dos alunos do Escalão A e B da Ação Social Escolar. Esta situação é particularmente grave porquanto as escolas encerraram dia 22 de janeiro e, desde 8 de fevereiro, o ensino passou a ser à distância, tudo indicando que se prolongará até final de Março.

Em abril de 2020 o Governo anunciava que iria investir no acesso universal à rede e equipamentos para todos os alunos dos ensinos básico e secundário, para o ano letivo 2020/2021.

Contudo, a promessa do Governo não passou disso mesmo: uma promessa. O ano letivo começou e não havia computadores para os alunos. Nessa altura o Governo lá foi adiantando que iria resolver parte do problema e adquirir equipamento informático para os alunos carenciados, dos escalões A e B do abono de família.

Resultante da pandemia, as escolas voltaram a fechar em janeiro de 2021, atirando milhares de alunos para casa sem qualquer ligação à escola e sem poder acompanhar as matérias dadas pelos professores através das aulas on-line. Desde dezembro de 2020 até agora e de forma apressada e mal coordenada, o Governo tem enviado para as escolas alguns equipamentos informáticos para serem distribuídos aos alunos dos escalões A e B, contudo, de acordo com dados que foram disponibilizados pela Câmara Municipal de Odivelas no passado dia 24 de fevereiro, cerca de 38% dos alunos destes escalões não têm esse equipamento.

Para sermos mais claros, dos 5.021 alunos referenciados, foram recebidos computadores para 3.143 alunos, o que corresponde a uma percentagem de 63,6%. Significa que para 37,4% destes alunos do nosso concelho não existem computadores nem rede de acesso à internet.

Esta situação é tanto mais grave, porque não se trata apenas dos alunos não terem o equipamento informático para trabalhar, é uma questão de desigualdade profunda entre os alunos, que se irá repercutir negativamente nos resultados escolares e, conseqüentemente, na desmotivação em relação à escola.

Consideramos também que o Município de Odivelas, de gestão PS, deve tomar medidas urgentes de exigência da resolução deste problema, junto do Governo, também do Partido Socialista.

A CDU alerta para esta situação que será certamente um espelho de todo o país e exige que sejam entregues o

mais rápido possível, a todos os alunos referenciados, os equipamentos informáticos necessários para o acompanhamento do ensino à distância.

Atendendo ao contexto atual de crise económica que atinge brutalmente milhares de famílias, o Governo deve considerar a entrega gratuita dos computadores com acesso à Internet a todos os alunos do ensino obrigatório, tal como já acontece com os manuais escolares.

CDU valoriza investimentos dos SIMAR no concelho, no valor de cerca de 3,7 milhões de euros

CDU

PCP-PEV



Em nota de imprensa, enviada ao Odivelas Notícias, a CDU/Odivelas CDU valoriza investimentos dos SIMAR no concelho, no valor de cerca de 3,7 milhões de euros.

Publicamos, na íntegra, essa nota.

Na última reunião de CMO, de 24 de fevereiro de 2021 foram aprovados importantes investimentos, nomeadamente a substituição de condutas em Famões, a construção do Reservatório dos Pedernais e a aquisição de sete viaturas pesadas para recolha de resíduos sólidos.

São cerca de três milhões e setecentos mil euros com impacto direto no nosso concelho.

Não obstante as dificuldades com que os SIMAR se deparam desde há vários anos para cá, tendo em conta o agravamento do preço da água que é cobrado pela EPAL, bem como o exponencial aumento das taxas cobradas, quer pela recolha e tratamento de efluente e pelo tratamento de resíduos urbanos, agravamento esse, diga-se, que nunca foi repercutido na fatura dos seus clientes.

Um estudo divulgado recentemente pela DECO – Associação de Defesa do Consumidor demonstra que a gestão privada dos serviços de distribuição de água, saneamento e resíduos resultam em tarifas mais altas às populações. Dos dez municípios onde o preço é mais alto, todos tem uma solução de concessão a privados.

É nestes momentos, que reafirmamos que vale sempre a pena lutar, e neste caso concreto, que valeu a pena lutar em defesa dos SIMAR na esfera pública. Este momento comprova que aqueles que em vários momentos atacaram os SIMAR, sempre com o objetivo de privatizar este serviço público essencial às populações, estavam errados.

A CDU saúda estes investimentos tão importantes para a melhoria do serviço que é prestado à população. Um serviço que se pretende ser público, gerido por uma entidade pública e que dê resposta às necessidades do nosso concelho.

CHEGA já tem estrutura concelhia em Odivelas

Em nota de imprensa, enviada ao Odivelas Notícias, o CHEGA informa que, por nomeação dos seus órgãos centrais, foi criado o núcleo do partido no concelho de Odivelas.

Publicamos, na íntegra, essa nota.

O fenómeno nacional que o CHEGA representa encontra-se presente nos mais diversos distritos e concelhos de norte a sul do país. Em Odivelas o núcleo do CHEGA, nomeado pelos órgãos do partido, já se encontra formado e a trabalhar por



Odivelas e pelos odivelenses.

Com uma equipa com idades que representam diversas gerações, o núcleo do CHEGA Odivelas pretende ser a voz dos odivelenses de todas as idades, desde os mais jovens, desafiados por questões da primeira habitação e segurança nas escolas, aos mais velhos, que são esquecidos e deixados sós.

Odivelas vive um verdadeiro défice à direita, uma vez que o verdadeiro eleitor de direita não conhece, se é que alguma vez conheceu, um partido que verdadeiramente fosse capaz de representar a vontade dos odivelenses em mudar o estado de estagnação que vinte e três anos de domínio do partido socialista trouxeram.

O CHEGA Odivelas está presente para estar ao lado dos odivelenses e responder aos seus problemas, sendo a imagem da mudança e da oposição aos tradicionais partidos do sistema, que desde sempre criaram para si um verdadeiro sistema de interesses que se expressa em coligações, amizades e favores, que em nada beneficia, aliás apenas prejudica os cidadãos do nosso concelho.

A segurança é um ponto de muita importância para o CHEGA, uma vez que é essencial que os odivelenses se sintam seguros no seu próprio concelho, sem temer assaltos ou atos de vandalismo e violência como os ocorridos recentemente em estabelecimentos locais.

Também as forças de segurança merecem destaque para o núcleo pela necessidade de apoiar quem todos os dias se arrisca pela nossa segurança, bem como pelas condições, em termos de transporte e infraestruturas, em que operaram.

O CHEGA Odivelas está empenhado em ser a verdadeira e única representação dos odivelenses que estão cansados de um executivo elitista e que se preocupa mais com esbanjar dinheiro em letreiros em rotundas ou em carros para o executivo camarário, do que em melhorar a vida dos municípios.

Os eleitores estão saturados de um executivo que só trabalha para benefício do concelho e dos seus habitantes quando as eleições se aproximam. E é pelos nossos conterrâneos que aceitámos este desafio. Pela vontade de mudar Odivelas, de dar melhores condições de vida aos habitantes, de ser a voz de todos os que até hoje nunca encontraram representação no executivo, na assembleia municipal ou na sua junta de freguesia, é por todos os odivelenses que aqui estamos prontos para dizer chega.

Vinte e três anos do mesmo exigem mudança, e essa mudança não está nos partidos que existem há anos e nada fizeram, a mudança está no único partido que tem lutado diariamente por um país melhor para o português comum que trabalha todos os dias para ter uma vida melhor.

A mudança está no CHEGA, a representação dos odivelenses que trabalham e não vivem às custas de ninguém.

Em outubro, nas eleições autárquicas, os eleitores têm a oportunidade de dar seguimento ao que o CHEGA e o seu deputado André Ventura têm feito por Portugal, votando na mudança e na rutura com o sistema.



**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**

Movimento Doentes Pela Vacinação alerta Não atrase a vacinação. A prescrição eletrónica pode ser uma solução

Imagem de Arek Socha por Pixabay



Preocupado com os expectáveis atrasos no cumprimento do Programa Nacional de Vacinação e das as vacinas extraplano, agora que entrámos em novo confinamento, o Movimento Doentes pela Vacinação deixa o alerta – é fundamental que não se atrase a vacinação. Consciente de que a deslocação física para ter acesso a uma consulta pode ser um entrave, o MOVA lembra que, em muitos casos, médicos e utentes podem optar pela teleconsulta e pela prescrição eletrónica, reforçando que o cumprimento de procedimentos como a vacinação é fundamental para evitar o aparecimento de doenças graves como o sarampo, a meningite ou a tuberculose.

«As pessoas estão a evitar deslocar-se. Sempre que possível, devemos assegurar que conseguimos manter as suas rotinas de saúde, de forma segura e informada. É fundamental que a população compreenda os riscos de uma quebra na vacinação e que a procure evitar recorrendo a ferramentas eficazes como a teleconsulta e a prescrição eletrónica», explica Isabel Saraiva, fundadora do MOVA. «Uma vez prescrita a vacina terá então de haver deslocação para fazer as mesmas, mas o processo ficou significativamente mais curto e mais seguro», continua. «Devemos optar sempre pela segurança, mas não podemos viver a medo. As unidades de saúde estão preparadas para ministrar as vacinas em segurança. Relembro que existem muitas outras doenças graves que são preveníveis através de vacinação, como o sarampo ou a meningite. Felizmente podem ser evitadas», conclui.

Para o pediatra Hugo Rodrigues, «É importante reforçar a ideia de que as outras doenças não deixaram de existir por causa da COVID-19. E ignorar este facto é extremamente



arriscado é perigoso». O autor de Pediatria para todos® considera as vacinas um dos maiores avanços da medicina moderna. «Colocar em causa todos esses ganhos é irresponsável, mesmo que seja com boa intenção», conclui. É cada vez mais importante investir na prevenção, seja através do PNV ou de vacinas recomendadas pelos médicos assistentes. A vacinação previne doenças como o sarampo, a tosse convulsa, o tétano ou a meningite. A Direção-geral da Saúde reforçou, no início da pandemia, que até aos 12 meses de idade, inclusive, as crianças devem cumprir atempadamente a vacinação recomendada, imunização que confere proteção precoce contra onze doenças potencialmente graves. Aos 12 meses, as vacinas contra o meningococo C e contra o sarampo, papeira e rubéola são extremamente importantes. Situações epidemiológicas como a do sarampo, por exemplo, não nos permitem adiar esta vacina.

Não esquecer também que a vacina contra a tuberculose (a BCG) continua a estar no PNV consoante a avaliação de risco.

Outro caso preocupante, é o da meningite, uma infeção grave, e potencialmente fatal. Qualquer pessoa a pode contrair, mas as crianças pequenas e os adolescentes correm maior risco. Aos pais e encarregados de educação, a fundadora do MOVA, Isabel Saraiva, deixa um pedido «Pelo bem dos vossos filhos e da comunidade, apostemos na prevenção. Mais do que o ato individual, a vacinação é um ato de proteção pública».

No Plano de Recuperação e Resiliência Negligenciada a recuperação de doentes não-Covid e falha visão estratégica para o futuro do sistema de saúde

Imagem de Steve Buisinne por Pixabay

Movimento Saúde em Dia, iniciativa da Ordem dos Médicos e da Associação Portuguesa de Administradores Hospitalares, apresenta medidas essenciais para um verdadeiro plano de

recuperação dos doentes não-covid e do sistema de saúde.

O Governo quer que o Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), que esteve em consulta pública até ao passado dia 1, seja «O Plano de todos os Portugueses, dando resposta aos desafios que enfrentamos e que, em conjunto e com determinação, vamos superar». No entanto, avaliada a proposta, o Movimento Saúde em Dia, uma iniciativa da Ordem dos Médicos e da Associação Portuguesa de Administradores Hospitalares, verifica que nem todos os portugueses merecem a inclusão neste plano, que é omissivo quanto à recuperação dos doentes não-covid. Doentes que, ao longo de 2020, e em virtude do cancelamento da atividade assistencial, se viram impossibilitados de aceder aos cuidados de saúde.

Inserido no Next Generation EU, um «Instrumento europeu temporário concebido para impulsionar a recuperação económica e social, tendo presentes os danos causados pela pandemia Covid-19», o documento era aguardado com expectativa, sobretudo tendo em conta os dados dados partilhados por este Movimento com base no Portal da Transparência, que dão conta de: menos 7,8 milhões de consultas médicas presenciais nos cuidados de saúde primários, menos 3,6 milhões de contactos presenciais de enfermagem, menos 1,3 milhões de consultas hospitalares, menos 126 mil cirurgias e menos 25 milhões de meios complementares de diagnóstico e terapêutica em 2020, dados aos quais se juntam as mais de 169 mil mulheres com rastreio ao cancro da mama e as mais de 140 mil com o rastreio ao cancro do colo do útero por realizar, assim como mais de 125 mil portugueses sem rastreio ao cancro do cólon e reto.

Perante estes números, é seguro afirmar que muitos doentes ficaram por diagnosticar, o que vai conduzir a diagnósticos em estádios mais avançados e, muito possivelmente, a situações já dificilmente recuperáveis. Era, por isso, um imperativo nacional ter um plano de recuperação para estes doentes, que não se verifica. E não se verifica ainda, alerta o Movimento Saúde em Dia, uma visão estratégica para o sistema de saúde português.

Sendo a área da saúde uma das mais afetadas pela pandemia, e tendo o PRR disponíveis cerca de 14 mil milhões de euros, com um período de execução até 2026, tornava-se essencial compreender de que modo é que as verbas disponíveis poderiam ser utilizadas na reforma do sistema de saúde. No entanto, o que se faz é aproveitar os fundos europeus para concretizar promessas antigas, algumas já iniciadas e projetadas há 15 anos, perdendo-se a oportunidade de responder aos imensos desafios que se apresentam ao Serviço Nacional de Saúde (SNS) e que a pandemia veio evidenciar.

Não inclui estratégias destinadas ao setor social, com o objetivo de proteger os idosos; identifica a fragmentação de cuidados, mas perpetua medidas independentes para os diferentes níveis de cuidados, em vez de fomentar a sua integração; não acautela como será feita a gestão do conjunto de profissionais de saúde esgotados, depois da dedicação exemplar e irrefutável no combate à pandemia. Enquanto parceiro do SNS, este Movimento elaborou um conjunto de medidas que acredita serem relevantes para um plano de recuperação, a incluir no PRR ou noutro mecanismo de financiamento nacional. São elas:

Identificar as áreas e os doentes prioritários a recuperar, através da análise dos dados dos Cuidados de Saúde Primários, definindo um conjunto de metas para a recuperação destes doentes;

Aumentar o acesso a todos os cuidados de saúde, através de um Programa Excepcional para a resolução de listas de espera para cirurgias, consultas e exames complementares de diagnóstico e terapêutica. Criar, por exemplo, uma via verde de oncologia, que permita a identificação rápida dos potenciais diagnósticos oncológicos que não foram realizados devido à pandemia;

Emitir credenciais eletrónicas para realização de rastreios oncológicos no setor convencional, com a possibilidade de os prestadores conveniados com o SNS agendarem diretamente consulta posterior com os hospitais do SNS.

A análise tem o apoio da MOAI, consultora do Movimento Saúde em Dia.

O Movimento, que tem o apoio da Roche, pode ser acompanhado em www.saudeemdia.pt.





**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 Ij3 - 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

O meu contributo para o Dia Internacional da Mulher, em ano de pandemia

Imagem de Silviarita por Pixabay



«As mulheres são muito extensas, a gente viaja-lhes, e perdemo-nos sempre».

Mia Couto

Pese embora o impacto universal da atual pandemia, em termos de saúde pública e a severidade das suas consequências económicas e sociais, torna-se importante neste Dia Internacional da Mulher assinalar, também, a forma como algumas desigualdades estruturais pré-existent se reconfiguraram e agravaram perante as circunstâncias presentes.

A COVID-19 tem afetado, de facto, homens e mulheres, de forma muito diferente. Para além das assimetrias assentes na classe social, amplamente discutidas, vários estudos

confirmaram que esta pandemia tem obrigado as mulheres a reinventarem-se e a trabalhar a triplicar.

A convocatória de conciliar as suas responsabilidades laborais com os cuidados familiares e domésticos, transformou-se numa verdadeira epopeia. O conflito permanente no desempenho dos vários papéis – de profissional, de cuidadora e de professora assistente, etc. – acentuou-se de tal forma que, segundo um relatório anual recente sobre o local de trabalho, uma em cada quatro mulheres estão a pensar seriamente abrandar as suas carreiras profissionais ou deixar o mundo laboral.

Uma ameaça que faz perigar anos de progresso que as mulheres conquistaram no mercado de trabalho e cujos impactos se ramificam às restantes vertentes da Vida de qualquer Mulher, com efeitos e consequências físicas, psicológicas, de segurança e autonomia.

Há uns dias atrás, ao ler um artigo científico que analisava estatísticas oficiais sobre a pandemia, pude comprovar que os dados disponíveis evidenciam a crescente feminização

dos cuidados de saúde. Há consideravelmente mais médicas, enfermeiras, farmacêuticas e auxiliares de ação médica. Atrevo-me, neste contexto, a afirmar que são as mulheres que estão em maior escala na linha da frente no combate a esta pandemia.

Não seria redutor acrescentar, também, que são essencialmente mulheres que desempenham as funções de cuidadoras e profissionais em contexto comunitário, como no caso dos lares e de outras instituições de apoio e acolhimento às populações mais vulneráveis.

A conciliação entre o contexto laboral e a vida familiar estava, há longo tempo, identificada como um campo de desigualdade de género. Sem dúvida que nesta situação concreta de isolamento social, estas assimetrias se agudizaram. À dolorosa ansiedade generalizada, provocada pelo medo e pela incerteza do futuro, exigiu-se, em simultâneo e maioritariamente, à Mulher que fosse produtiva em regime de teletrabalho, criativa na gestão das tarefas domésticas e competente a cuidar dos filhos e a apoiá-los nas suas intermináveis atividades escolares.

Nunca, como hoje, fizeram tanto sentido as palavras da filósofa, professora e ativista feminista Sílvia Federici quando, em certa entrevista, caracterizou o “trabalho reprodutivo” como «*O que eles chamam de amor, nós chamamos de trabalho não remunerado*».

Viva o Dia Internacional da Mulher!



Hugo Martins
Presidente da Câmara Municipal de Odivelas

NR – A escolha da imagem é da responsabilidade do ON

Os Caminhos da Nação.

Webinars @UPT

05 março
11h
via ZOOM

OS DESAFIOS DA JUSTIÇA E A TRANSIÇÃO DIGITAL



Joana Marques Vidal

Magistrada e Ex-Procuradora-Geral da República.

A necessária e inevitável transição digital como primordial desafio da Justiça do futuro. Reflexos da transição digital em matérias tão importantes como o direito de acesso do cidadão a uma justiça mais transparente, mais célere, mais eficiente e mais próxima. A transição digital, a criminalidade complexa e a investigação criminal. O que nos dizem o Plano de Recuperação e Resiliência e a Estratégia Nacional de Combate à Corrupção quanto à transição digital da justiça.

A "governança" dos sistemas de Tecnologia de Informação e os princípios de independência e de autonomia dos Tribunais e do Ministério Público.

Siga-nos em:



UNIVERSIDADE PORTUGALENSE

Do conhecimento à prática.





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



Apanhados na Rede



Fotografia de Marco António Teodoro no Grupo do Facebook Colinas do Cruzeiro

Vítor Fonseca

Facebook

Vergonha

Como homem assisto enojado a alguns comentários que outros homens fazem nas redes sociais.

Por norma, estes fanfarrões de masculinidade afetada, sentem-se fragilizados pela força de Mulheres que lutam pelas suas convicções, carreiras ou opiniões.

Para estes espécimes "masculinos", uma mulher inteligente é uma ameaça; o sucesso profissional feminino tem sempre outros atributos para além da sua capacidade; a independência delas constrange-os.

Estes "homens" agridem e insultam as mulheres e - desculpem-me - também os homens.

A "luta" deles não se centra nos factos, antes na incapacidade que manifestam perante a força feminina.

Mais do que chocante, é uma vergonha.

Estes boçais e broncos "cavalheiros" nunca serão mais do que simples vibrações negativas no espaço público e simples más memórias de alcova.

Convencidos da sua masculinidade, nunca perceberão que a sensualidade é inteligência efervescente.

Mas, que sabem eles de sensualidade... ou de inteligência?

Telma Coutinho Mascarenhas

Facebook - Colinas do Cruzeiro

Programa de colheita de plasma convalescente

O IPST - Instituto Português do Sangue e da Transplantação,

em colaboração com diversos Serviços Hospitalares, tem em curso um programa de colheita de plasma convalescente, que está em processo de seleção de dadores que tenham tido Covid-19.

Assim, se esteve doente com Covid-19, já recuperou e pretende participar na disponibilização de tratamento para outros doentes que estejam afetados por esta doença, pode realizar voluntariamente o seu processo de registo.

O seu plasma pode ajudar pessoas como um colaborador da Junta de Freguesia de Odivelas, que testa positivo há vários meses porque o seu organismo não consegue produzir anticorpos para combater o Sars-Cov2.

Mais informação aqui:

<http://ipst.pt/index.php/pt/programa-de-colheita-de-plasma-convalescente?fbclid=IwAR0huScCFZQVxyjxiLxKuqPONxz7epGc-k0-ilCHjvPpxz3dNLMYP-RmLes>

Anabela Madureira

Facebook - Colinas do Cruzeiro



SIMAR, continuamos na mesma. Há vários dias que a reciclagem das embalagens e do papel não é recolhida. As pessoas foram colocando, até de uma forma ordenada, junto ao ecoponto adequado.

Entretanto, chega o camião do lixo comum e coloca uma série de plástico e papel dentro do contentor de lixo comum. Em seguida passa o do papel, mas muito dele já tinha ido no contentor errado. Chama-se a isto falta de coordenação.

Em relação à recolha do ecoponto amarelo nada.



PSP

Facebook

Fotografia Radar

Quem o avisa...

A PSP informa que até final do mês de março, ainda irá efetuar operações de controlo de velocidade - RADAR nos seguintes locais:

Lisboa

06/mar/21 - 08H00 Av. Marechal Craveiro Lopes-Lisboa

09/mar/21 - 14H00 EN 250-Belas

10/mar/21 - 08H00 Estrada dos Salgados-Amadora

11/mar/21 - 14H00 Av. Cidade do Porto-Lisboa

15/mar/21 - 14H00 EN 10-Alhandra

16/mar/21 - 09H00 Av. Marginal-Estoril

17/mar/21 - 09H00 Rua Almirante Gago Coutinho-Ramada

17/mar/21 - 14H00 EN 10-São João da Talha

21/mar/21 - 08H00 IC 19-Cacém

25/mar/21 - 07H00 Av. da República (sentido Poente/Nascente)-Oeiras





**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

Pelos caminhos da Sociologia e da Ecologia Humana

XVII- Primavera é tempo de Esperança



Entrámos no mês de março e em breve completaremos um ano desde o primeiro confinamento.

Muitos foram os avanços e recuos no que diz respeito à evolução epidemiológica e à gestão da crise sanitária, muito em parte devido ao desconhecimento desta nova doença.



Os confinamentos e os desconfinamentos têm tido impactos significativos enormes na sociedade, condicionando por completo os nossos modos de vida. Nunca tal tinha acontecido.

Estamos cansados, saturados e algo angustiados por não vermos ainda o fim deste pesadelo, apesar dos sinais de esperança que nos começam a ser transmitidos e, muito importante, que nós próprios vamos transmitindo uns aos outros.

Que saudade temos das nossas vidas.

Mas como em crises sanitárias passadas vamos reerguer-nos e vamos voltar. Agora, mais preparados e mais atentos.

Como sublinha o Papa Francisco «Tenho esperança na Humanidade. Vamos sair melhores».

Quem chegou até aqui merece sair ileso e fortalecido para o que se segue. Fomos postos à prova, mas, mais uma vez, não nos derrotaram.

A melhor forma de homenagear quem nos deixou é olharmos para o futuro e fazer uma homenagem de esperança. Continuamos juntos.

«Aqueles que passam por nós não vão sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós ».

(Antoine de Saint-Exupery)

Mas olhemos em frente. Para a frente é que é o

caminho.

Está aí a primavera, um tempo de renovação e de novos ciclos.

Toda a beleza do mundo, das coisas e das pessoas se intensifica na primavera.

Basta ir à janela e olhar para o céu azul, agora com um sol radiante e limpo.

Acordar e ouvir o cantarolar dos pássaros de árvore em árvore e sentir o saltitar das crianças em parques e jardins só nos pode encher a alma.

É a primavera a convidar-nos a entrar. Não nos façamos rogados.

É aqui que estamos. Ávidos do outro, ávidos da natureza, ávidos de viver.

O nosso futuro vai (re)começar, com um mundo naturalmente diferente, mas onde a incerteza e o risco vão continuar a acompanhar-nos.

Esperam-nos novos modos de trabalhar (mais digitais), de viajar, de conviver (com menor intimidade) e exige-se mais respeito e cuidado pelo ambiente.

Daí ser imperativo capitalizar todos os ensinamentos e ilações que esta crise nos proporcionou, tal foi a disrupção social, económica e ambiental, por que passámos.

Que não nos falem forças e ânimo para o que aí vem.

Até porque e como diz a canção **«Do futuro, ninguém quer só metade»**.

Ânimo e saúde para todos

Carlos Jesus
Licenciado em Sociologia,
Mestre em Ecologia Humana
e Doutorando na FCSH/UNL



Sinais de Primavera

Fotografia: Carlos Braga

Num dos últimos domingos, dia 14 de fevereiro, estava a ouvir de manhã, na Antena 1, o programa O amor é..., de Júlio Machado Vaz e Inês Maria Meneses, como faço habitualmente. E ela falou-nos da sua surpresa e alegria quando, uns dias antes, ainda no Inverno, ao olhar pela janela, ao acordar, viu no quintal uma primeira flor, um primeiro jarro a florir. Um primeiro sinal, ainda pequeno, quase isolado e aparentemente prematuro, da Primavera que se aproxima.

A vida na Terra vai passando por estações do ano, diferentes em cada local, em cada região. A vida dos seus habitantes, das suas comunidades, vai também passando pelas suas primaveras, pelos seus verões, pelos seus outonos, pelos seus invernos. Pelo despontar de esperanças, pelo calor de solidariedades, pelo adensar de nuvens anunciando, por vezes, invernos rigorosos de tiranias e agravamento de desigualdades. Mas uma nova primavera está sempre no horizonte. Uma nova primavera acaba sempre por acontecer.

No mundo ocidental, à uniformidade e cinzentismo dos anos 50 seguiu-se a criatividade, a diversidade e o experimentalismo da segunda metade dos anos 60, que tanto contribuíram para a diversidade que caracteriza os tempos actuais nos mais diversos campos relativos ao vestir, ao conviver, às expressões artísticas, às formas de estar em sociedade, de viver os relacionamentos e a sexualidade, por exemplo. Que contribuíram até para muitas transformações legais. As sementes já lá estavam há muito. Nas duas primeiras décadas do séc. XX, nos tempos da 2ª Guerra Mundial, no pós-guerra.

Nos dias de hoje ainda nascem flores das sementes lançadas por tanta gente desses tempos. Gente anónima, milhões de pessoas de que não sabemos os nomes, e gente célebre. As sufragistas (o direito da participação política), Alexandra Kollontai (os primeiros feminismos e lutas por uma nova forma de encarar o amor e as relações), Simone de Beauvoir e Sartre (o existencialismo e a não-monogamia assumida, defendida e pública), Wilhelm Reich (a liberdade no amor e na sexualidade), os diversos feminismos que lhes sucederam na luta das mulheres pela igualdade, abrindo caminho à actual luta pela igualdade de todos os géneros. As lutas colectivas dos negros contra a discriminação racial e os apartheids deste mundo. O exemplo dado por Rosa Parks que, sozinha, num autocarro segregado, e sentada num lugar reservado a negros, se recusou a levantar-se para dar lugar aos brancos que entravam. Todos os milhares e milhões de pessoas que lutaram, pelo mundo fora, pelas liberdades e pelas autodeterminações (individuais e colectivas), os que o faziam abertamente e os que necessitavam de assumir os rigores e riscos maiores da clandestinidade. Todas essas sementes, todas essas primeiras flores a despontar, estiveram presentes no final dos anos 60 e estão hoje, juntas com muitas outras, presentes na nossa vida de cada dia. Quer o saibamos ou não.

Também a ciência se foi afirmando com sementes e flores contraditórias ou complementares do saber anterior. Muitas vezes contra as Inquisições deste mundo, à custa dos seus mártires.

Nos invernos da vida, acabam sempre por surgir sinais de primavera.

«Mesmo na noite mais triste, em tempo de servidão, há sempre alguém que resiste, há sempre alguém que diz não!», como escrevia, em tempos de ditadura, o poeta Manuel Alegre e tanta gente cantava. E, um dia, dessas sementes arrojadas e firmes, nasceram cravos e, depois, tantas outras flores. Foi a madrugada que (quase) todos esperávamos, «O dia inicial, inteiro e limpo, onde emergimos da noite e do silêncio e livres habitamos a substância do tempo», de que falava Sophia. Quando, mais uma vez, a poesia desceu à rua



e por lá andou muito tempo.

Também nos invernos de cada pessoa, se ela está em solidão, um dia há um olhar, há um gesto, há uma palavra... e nasce um amor, nasce uma amizade.

Mas há que ter a consciência de que a seguir a cada primavera vem um verão e depois um outono e um inverno. Esse outono, esse inverno podem ser mais ou menos bem vividos conforme nos prepararmos para eles. Um pouco por todo o mundo vão surgindo outonos e invernos, cada vez mais rigorosos. É bom que nos vamos preparando para as tempestades que eles nos podem trazer. E que preparemos as primaveras futuras. Que consigamos gerar as sementes das flores dessas novas primaveras. Que nos vamos fortalecendo para resistir melhor aos invernos. Construindo primaveras cada vez melhores, cada vez mais belas, cada vez mais inclusivas.

As primaveras nascem da tensão e do desejo de sair dos invernos e dos seus rigores, das normas que eles nos impõem, para chegar aos verões do nosso contentamento.

Em todos os invernos, vão surgindo sementes e flores pioneiras que se vão alastrando e alimentando as suas proximidades e, depois, se vão alargando pelo mundo, criando belos campos de flores todas belas, todas diferentes, todas naturais. Que há sempre quem queira limitar, destruir e discriminar. Porque há sempre quem admire os invernos e quem deles beneficie. E desses temos que nos defender.

As estações do ano existem para todas as pessoas. Mas não são vividas da mesma forma por todas as pessoas. Conforme os locais onde nasceram ou para onde foram viver, a sua condição social, a cor da sua pele, a sua etnia, a sua nacionalidade, as suas ideias ou, até, coisas tão naturais e da sua esfera privada como o seu género ou as suas preferências sexuais podem ter uma influência dramática sobre a forma como vivem as estações do ano, as climatéricas e as outras.

O ser humano é dos animais que constrói e reconstrói os seus habitats, que os formata de forma bem diversa e individualizada. Tenho a noção, talvez errada, de que os outros animais, como as formigas, as abelhas ou os castores o fazem de uma maneira muito mais uniforme. Os seres humanos são os animais que vão formatando e reformatando, de forma diferente, em cada época e lugar, as suas organizações sociais, as suas formas de gerar e distribuir riqueza, as estruturas e relações de poder dentro das suas sociedades, as formas de garantir a sua sobrevivência e de

construir o seu bem-estar.

Nós também formatamos as primaveras com as nossas acções, aproveitando as forças da natureza da melhor maneira para construir melhores futuros, para que os verões nos deem maior prazer.

E em cada época, em cada sociedade, há sempre quem vá lançando sementes de futuro. Em círculos isolados, na clandestinidade social ou política, nuns casos, de uma forma mais visível e espectacular, noutros casos, conforme as circunstâncias e o tipo de flores, campos e jardins que vão imaginando, projectando, incentivando ou deixando livremente crescer. Até que essas flores, esses campos e esses jardins sejam naturais e belos aos olhos da maioria das outras pessoas.

Vamos procurar viver a próxima Primavera da melhor forma possível, de uma forma responsável e solidária. Vamos nesta Primavera que se aproxima preparar melhores Primaveras futuras. Sem esquecermos as ameaças dos invernos. Em todos os campos da vida.

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

Carlos Braga
Professor Universitário
Investigador





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 N°128 Carneças

1685-594 Odivelas

A Anta de Ide Vê-las Da ciência aos cientistas e Sustentabilidade climática

Acredito verdadeiramente na ciência e na capacidade do ser humano, muito embora desconfie das boas intenções de muitos cientistas no seu desejo de servirem a humanidade de uma forma global.

Partindo, apenas neste texto, desde a Primeira Revolução Industrial até aos dias de hoje, muitos têm sido os progressos levados a cabo pela humanidade, embora, todavia, nem sempre possamos analisá-los numa perspectiva de verdadeiro positivismo, ao ponto de podermos concluir que chegámos a uma situação em que uma espécie de luta contra a natureza tem levado a que ela se revolte contra o ser humano, no seu papel de principal predador.

Muitas têm sido as figuras de relevo que vêm exercendo pressão no sentido de reduzir as consequências de um aquecimento global, o qual tem comprometido o planeta Terra do ponto de vista ambiental e ecológico. O desenvolvimento registado em nome do progresso não tem sido, ao que se conclui, sustentado e até mesmo o Papa Francisco tem vindo a chamar a atenção para as sociedades consumistas e para a sua influência, a qual vem aumentando desigualdades e servindo bem mais as classes detentoras do poder económico do que a generalidade da população mundial.

António Guterres, secretário-geral da ONU, tem vindo, insistentemente, a referir este grande problema e a sua preocupação pela degradação ambiental. Mas sobre este assunto muitos têm falado: o multimilionário Bill Gates, autor de várias publicações, entre as quais As soluções que temos e as inovações necessárias; Al Gore, que foi vice-presidente dos EUA, com palestras sobre o aquecimento global, Uma Verdade Inconveniente; entre muitas outras personalidades a nível mundial reconhecem o problema e várias organizações, e até partidos políticos, têm vindo a chamar a atenção para a possibilidade de entrarmos num ponto sem retorno (David Attenborough diz mesmo serem irreversíveis as alterações climáticas).

Forças da direita política mantêm a ideia de que as alterações climáticas são normais – o que é verdade, mas ao longo de muitos milhares de anos –, porém o ser humano tem acelerado a transição numa ideia economicista em que perspectiva o erro de que o planeta não se esgota ou no egocêntrico pensamento de que quem vier a seguir “*apague o fogo*”.

O cronista pensa que, objetivamente, a continuarmos assim, sem a sustentabilidade necessária, a humanidade será responsável pela sua própria desagregação. É que o problema não terá uma solução satisfatória com o celebrado Acordo de Paris ou quaisquer outros. A redução da poluição e os atentados à ecologia não se podem limitar a prazos aos componentes poluidores e dos comportamentos anti-ambientais.

Será que o progresso, como objetivo primeiro, nos levará a promover um retrocesso no nosso modo de vida? Terá a humanidade que rever a sua conduta e fazer da educação e dos princípios uma nova forma de encarar a sociedade ou teremos de olhar sempre para o problema numa perspectiva que hoje não podemos imaginar?

Para já, será necessária uma completa revisão de um mundo agarrado à atual conceção de progresso e que nos levará, talvez, a uma guerra entre os povos, com a consequência trágica de um desastre humanitário. Haverá a procura de novas armas, mais sofisticadas, e à manutenção de uma ciência que reflete estar ao serviço de grandes interesses económicos e não verdadeiramente do bem comum e da luta contra as desigualdades. Recorde-se a bomba atómica, lançada por ordem do presidente dos EUA, Henry Truman, despropositadamente, sobre Hiroshima e Nagasaki, como prova de força e um desafio à então URSS (início da Guerra Fria).

Eu acredito na ciência, no princípio da causa efeito - pandemias e epidemias têm a sua razão de ser, as suas origens - e que o ser humano vai encontrando, por si só, explicações científicas para aquilo que ainda se não conhece. Mas também sei que a acumulação da riqueza é a preocupação de um ideário capitalista – a sociedade em que vivemos. Todavia, continuo a acreditar que o homem pode conviver com a natureza, sem continuamente a provocar deliberadamente.

Aqui fica um desafio para reflexão sobre um tema controverso e que é urgente olhar de frente, sem uma ótica agarrada ao individualismo, ao consumismo e a estratégias políticas. E, já agora, à atenção de autarcas, nem sempre olhando para certos projetos e sua falta de sustentabilidade, sem uma requalificação das zonas abrangidas, lançadas ao abandono e ignorando-se a sua riqueza histórica e não só, muitas vezes em situações de querelas entre poderes.

O cronista recomenda a leitura de:



Fernando Tudela



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





Desconfinamento responsável

Na sequência do atual confinamento geral, desde o dia 15 de janeiro, é deveras importante termos a noção do processo de desconfinamento, pois todos temos o direito de saber como vai ser feito.

António Costa, Primeiro-Ministro de Portugal, referiu, no volvido dia 26 de fevereiro, que apresentaria o plano a 11 de março, no entanto, urge saber-se quais os critérios, tendo em conta o desconfinamento desajeitado a que estivemos sujeitos, no ano passado, repleto de incoerências, que ninguém consegue explicar e compreender, e na base do “quando dá jeito” ou no “sempre que possível”.

Neste momento, é pertinente saber-se com que número de casos, de internamento e de mortes, bem como do índice de transmissibilidade (Rt) do vírus SARS-CoV-2, é que se vai dar início a todo este processo de desconfinar.

Ao dizer que “será gradual”, não só não dá qualquer novidade, como também deixa em aberto a especulação

e o receio de que voltemos a ver cometidos novos casos incompreendidos, como aconteceu no anterior. Ao dizer que “será gradual”, trata-se de uma verdade de La Palice! Ao dizer que “é natural que se inicie o desconfinamento pelas escolas”, também não traz novidade. Importa saber se é nas mesmas condições do passado, que acabaram também por nos conduzir ao atual estado de confinamento. Tudo seria diferente se permitissem que cada Agrupamento de Escolas, tendo em conta a sua especificidade, se pudesse organizar, apresentando um plano de contingência, de modo a evitar horários mistos e com o respetivo acréscimo de funcionários, permitindo algumas aulas à distância no atual currículo.

Está provado que o confinamento geral resulta no combate à propagação do maldito vírus, mas também está provado que a economia e a psicologia ficam deveras danificadas. Assim, é imperioso saber-se já quais os critérios de desconfinamento, de modo a que cada um cumpra, de uma forma responsável a sua tarefa e mantenha viva a esperança de que tudo vai melhorar.

Neste momento, como os números abaxar consideravelmente, é importante termos noção de como iremos recomeçar uma nova vida, seguindo a sugestão reiteradamente apresentada de testar, identificar e isolar. Isto não pode continuar “sem

rei nem roque”! Exige-se determinação, objetividade e competência, na gestão da coisa pública.

Temos o direito de saber já, e não a 11 de março, quais os critérios para um desconfinamento responsável. “Somos, socialmente, uma coletividade pacífica de revoltados”, bem nos diz Miguel Torga, mas até quando?

José Nuno Araújo
Professor



AMOR, SEXO e família

9

Que regras sobre o sexo?

UMA INVESTIGAÇÃO DE CARLOS BRAGA

A palavra Sexo pode ter vários significados. Aqui, falamos de **Sexo** com o significado de **relações** e de **práticas sexuais**.

O sexo é dos aspectos da vida humana mais sujeitos a regras, tabus, preconceitos e repressão social. Embora seja também um daqueles em que existe maior **duplicidade de critérios morais** e maior diferença entre o que os mais rígidos e pretensamente rigorosos "moralistas" pregam e determinam para as outras pessoas e o que um número muito significativo deles próprios pratica na sua intimidade e em segredo.

Vejamos quais são as regras dominantes acerca do sexo e quais poderiam ser algumas regras alternativas:

Regras actualmente dominantes sobre o sexo: **1** — o sexo é muito importante e um factor que define as nossas relações e identidades. **2** — as pessoas devem ter práticas sexuais "normais" nas suas relações. **3** — não devemos desviar-nos para práticas "anormais"; mas... **4** — devemos ter um sexo *ótimo*; e... **5** — não devemos comunicar/falar abertamente sobre o que realmente desejamos em termos de sexo.

Algumas regras alternativas possíveis: **1** — o sexo é muito importante na vida das pessoas e das sociedades e pode ser maravilhoso, mas não nos define necessariamente, nem às nossas relações; é uma coisa que flui e se transforma e que até pode desaparecer ao longo das nossas vidas. **2** — há uma vasta diversidade de formas de expressar o sexo e a sexualidade. **3** — todas as práticas sexuais estão "certas" se nos sentirmos bem com elas, desde que sejam consensuais entre todas as pessoas envolvidas. **4** — o sexo pode ser e significar coisas diferentes, ter características diferentes e ser satisfatório ou não em momentos e épocas diferentes, tal como acontece com as comidas, por exemplo; esperar que seja *ótimo* em cada uma e em todas as vezes em que é praticado introduz uma pressão enorme sobre este aspecto da nossa vida. **5** — devemos falar/comunicar abertamente sobre o que desejamos e não desejamos, sobre o que gostamos e não gostamos em matéria sexual (conosco próprios e com as outras pessoas envol-

vidas).

As **normas sociais** relativas ao sexo, numa determinada época, mesmo sendo restritivas e penalizadoras, podem assumir esse carácter em **vários graus**. Para certas correntes mais extremistas ou fanáticas, geralmente associadas a franjas (actualmente minoritárias) de religiões, o sexo tem apenas funções reprodutivas e não deve ter como objectivo o prazer, chegando a considerar este como pecaminoso, sobretudo nas mulheres. Para correntes mais moderadas, o sexo deve existir apenas no seio do casamento, embora podendo dar lugar a prazer e não se restringindo à função reprodutiva (mas esta não deve ser evitada por meios contraceptivos), devendo preservar-se a virgindade total até esse momento (mais uma vez, o rigor dessa concepção e aplicação é sobretudo exigido às mulheres, havendo muito maior complacência com os homens, quando não, até, encorajamento e elogio da não virgindade).

O sexo pode ser apenas uma actividade física que proporciona prazer, como um qualquer desporto ou outra qualquer actividade física. O sexo dissipa tensões e é benéfico para a saúde física e mental, é uma actividade saudável e recomendável. **O sexo pode ser uma forma de expressão criativa** como qualquer actividade artística. A diversidade de práticas, a

O sexo é dos aspectos da via humana mais sujeitos a regras, tabus, preconceitos e repressão social. Embora seja também um daqueles em que existe maior duplicidade de critérios

variação e modulação dos ritmos e intensidades, a alternância de registos, desde o mais suave e carinhoso ao mais enérgico e violento, pode ser assimilado a uma composição musical ou coreográfica. **O sexo pode ser uma forma de gerar e partilhar sensações, de experimentar os corpos e a sua conjugação, a sua interacção.** Por isso, muitas vezes se compara o corpo humano a um instrumento musical, quando se fala de práticas e relações sexuais. Pode ser rápido ou durar longas horas, conforme as circunstâncias, os gostos e o tipo de desejo

no momento. **O sexo pode também ser uma forma de exprimir e partilhar sentimentos afectivos e amorosos.**

A própria definição de sexo, no sentido de relação sexual, é variável, podendo considerar-se ou não que só se consumou um acto sexual quando houve penetração. E, para muitas pessoas, influenciadas por uma concepção restritiva e repressiva da sexualidade, o sexo reduz-se a um acto cujo objectivo é o orgasmo, obtido através de penetração e, quando muito, precedido de alguns actos (chamados preliminares, o que por si já é significativo) que têm como finalidade a excitação mútua e a facilitação da penetração.

O sexo aparece também em certas regras existentes e predominantes como **obrigatório no casamento**, independente da vontade momentânea de uma das partes. Por isso se determina o chamado "dever conjugal" (mais uma vez sobretudo imposto às mulheres e deixado à arbitrariedade dos homens) e a ausência de sexo pode ser, em várias épocas e locais, um dos motivos de anulação de casamento. **Desta forma se legitima o exercício do poder, geralmente machista, e a violência psicológica e até física** (mesmo quando a lei escrita a não permite).

Mas a **prática real nas sociedades** sempre foi a **existência de sexo anterior à relação conjugal e, depois**

de esta existir, exterior a ela, sobretudo por parte dos **homens**, mas cada vez mais frequentemente também por partes das **mulheres**.

As regras que são impostas aos relacionamentos heterossexuais são, geralmente, aplicadas também aos casamentos e relacionamentos homossexuais.

A ligação directa do sexo ao amor e à conjugalidade esbarra também, no mundo real, com a existência de **pessoas assexuais**, com líbido nulo ou muito fraco, que não têm qualquer pulso sexual, pelo menos durante a maior parte do tempo, o que

não significa que não tenham emoções e sentimentos amorosos e não estabeleçam relações conjugais.

Outra situação bem estudada, até estatisticamente, e que ocorre com enorme frequência, é a **diminuição do desejo sexual em algumas épocas da vida**, por diversas razões que têm sido analisadas e merecem ser reflectidas num outro texto.

O sexo é independente do

O sexo é independente do amor. Sempre existiu muito sexo sem amor e muito amor sem sexo. E tanto o sexo como o amor podem existir em qualquer idade.

amor. Sempre o foi em todas as sociedades, ao longo de todos os tempos.

Na realidade, **não só pode existir** — e existe muito — **sexo sem amor, como existe também, muito frequentemente, ao longo da vida, amor sem sexo**, no seio de uma relação conjugal ou mesmo sem esta existir.

A falta de desejo sexual não é sinal de que não exista amor ou de que ele, tendo existido, tenha morrido.

Verifica-se estatisticamente que existe uma **tendência para a diminuição da actividade sexual e do desejo de a ter** à medida que a idade avança, de uma **forma assimétrica entre homens e mulheres, mas está longe de ser um fenómeno universal e não tem nada a ver com qualquer lei natural** que implique uma diminuição do desejo ou da capacidade sexual com a idade, qualquer que seja o sexo ou género em que se análise o fenómeno. Existem muitos

mitos acerca da perda de desejo e de capacidade de prazer (e mesmo de orgasmo) na mulher após a menopausa ou da perda necessária de capacidade erétil no homem a partir de certas idades, ideias essas que não têm nada a ver com a realidade. A diminuição natural e inevitável do desejo com a idade é desmentida cabalmente por todos os estudos que se debruçam sobre a **sexualidade em idades avançadas**. Tem-se concluído que o apetite sexual continua bastante intenso em muitíssimas pessoas idosas que não estão profundamente condicionadas

pelos tabus e regras dominantes sobre o amor e sobre o sexo e que, por isso, não reprimem e não recalcam os seus desejos.

Outro aspecto em que reinam tabus e uma censura bastante rígida, apesar de uma maior abertura nas últimas décadas e de algumas obras de referência desde sempre, é a **aceitação como "normais" ou "anormais e anti-natura" das diversas práti-**

cas sexuais. Pela sua complexidade e extensão, este assunto exige um outro texto, ou até mais do que um. Até porque é um tema que tem a ver com a satisfação sexual, com a alimentação do desejo e com o respeito pelo gosto de cada indivíduo e o respeito deste pelos gostos dos outros.

Para simplificar, pode dizer-se que, **na cultura dominante**, pelo menos na expressa oficial e publicamente, **são consideradas "normais" e "legítimas"** as práticas heterossexuais, entre pessoas casadas, no respeito pela monogamia, com efeitos de procriar, numa relação a dois, não comercial, entre pessoas da mesma geração, de preferência da mesma etnia e cor de pele, em privado, que não envolvam pornografia, com recurso apenas ao corpo e sem aspectos sadomasoquistas; **são consideradas "anormais" e "condenáveis"** as práticas sexuais entre pessoas do mesmo sexo ou com pessoas transgénero, entre pessoas não casadas, que envolvam mais do que duas pessoas ou uma pessoa só, sem objectivo de procriar, esporádicas, entre pessoas de gerações diferentes (em muitos meios, as que envolvam pessoas de etnia ou cor de pele diferentes), que não se passem em privado, as que envolvam objectos e brinquedos sexuais, pornografia ou tenham características sadomasoquistas e as de índole comercial. Claro que, **nesta matéria, também se verificam, muito frequentemente, as situações de "virtudes públicas e vícios privados"**.

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 do tempo.

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





Março

Passou um ano. 365 voltas ao sol. De março de 2020 a março de 2021.

Março marcou o início do Covid-19 em Portugal. Março foi o mês fatídico em que tudo mudou.

Março foi o mês do *"fique em casa"*, do *"vai ficar tudo bem"*, do arco-íris.

Março foi o mês da negação, do desespero, do álcool gel, da máscara, da viseira, e do papel higiénico.

Março foi o mês dos descrentes, dos *"é só uma gripe"*, dos *"isto foi fabricado na China"*, dos *"isto é um golpe para nos controlar"* e dos *"isto vai acabar com a economia"*.

Março. Foi o mês que mudou as nossas vidas conforme as conhecíamos.

Até ao primeiro caso registado em Portugal, em março de 2020, todos sabíamos o que era qualidade de vida, mesmo sem efetivamente o saber.

Em março o país fecha. Em março conhecemos o verdadeiro significado de quarentena e isolamento. Em março as escolas fecham, as aulas online e a telescola começam. Em março o teletrabalho ganha expressão e muitas empresas vão abaixo.

Volvido um ano, pouco mudou. Portugal continua a travar uma luta com o Covid-19.

Durante esse ano várias empresas faliram, várias pessoas ficaram sem trabalho, várias famílias ficaram abaixo da linha

da pobreza, várias pessoas entraram em depressão, várias vidas foram ceifadas e outras tantas perdidas.

A flexibilidade na altura das férias, Natal e Ano Novo, e a abertura das escolas, deu-nos uma falsa sensação de normalidade. E hoje olhando para trás, preferia que nunca tivesse existido.

Volvido um ano, todos estamos mais pobres, a todos os níveis. Pobres economicamente, pobres de espírito, pobres de relações sociais, pobres de afeto, pobres de ar puro, pobres de liberdade, pobres por termos perdido tudo. Perdido família e amigos, perdido tempo.

Perdido aquele dia de sol, aquele dia de praia, aquela viagem, aquela festa, aquele pôr do sol, aquela data especial, aquele abraço, aquela conversa...

Essa é a grande conclusão a que chego. Todos perdemos algo. Portanto, ainda que tudo se componha, ainda que tudo volte à normalidade, nada será como antes.

Nada será como antes de março de 2020.

Dou por mim a ver um filme ou série, anterior ao Covid-19, e começa-me a fazer imensa confusão ver a proximidade com que as pessoas interagem, sem a distância de segurança que agora é regra na nossa vida.

Ao mesmo tempo contorço-me para não cair em tentação de dar um abraço a alguém que não vejo há imenso tempo. Sim, porque agora não vemos ninguém há demasiado tempo e precisamos do toque, do aconchego, das nossas pessoas. A vida mudou a março e secretamente também eu pensei que voltaria a mudar a março também.

Há um ano, recorda-se onde estava? E a fazer o quê?

Uma coisa temos em comum, há um ano todos estávamos sem máscara, a fazer a nossa vida normal, sem desconfiar que hoje estaríamos onde estamos. Há um ano éramos mais. Há um ano éramos felizes e não sabíamos.



Andreia Fernandes



Que país é este

É bem verdade, caros amigos e leitores, que país é este...

Sim, que país é este que invade academias de futebol quando a equipa de futebol não corresponde às expectativas?

Que país é este que intimida e destrói o património pessoal e familiar das equipas de arbitragem quando a sua equipa não ganha?

Sim, que país é este que faz um buzirão junto das instalações desportivas de um clube de futebol que não consegue fazer render os seus ativos milionários?

Que país este...

Que país é este que não se indigna com a perda de milhares de postos de trabalho ou com dezenas de milhares de famílias que vão ficar sem casa?

Na vida como em tudo temos de ter prioridades, será que o futebol é a prioridade de um povo?

Bem, um povo também é muita gente.

Felizmente que existe ainda alguém com alguma lucidez.

Será que, um qualquer dia destes, alguém tem a coragem de ir fazer um buzirão em frente de algum ministério, câmara municipal, ou mesmo em frente da casa da democracia, para mostrar a indignação por tanta coisa mal que graça neste país?

Quanto a invasões ou destruição de qualquer tipo de património é um ato vil que infelizmente prospera em países de terceiro mundo.

O futebol desencadeia reações primárias, não escolhe profissão, sexo, religião ou condição económica dos intervenientes.

Bom senso precisa-se!

Parece que existem coisas que não se ensinam.

Acorda Portugal!

Portugal tem coisas e assuntos, demasiado importantes, que colocam o futuro dos nossos filhos e netos em causa e sinceramente não me parece que o futebol seja um deles.

Não me digam que não ser campeão nacional ou não ir à Champions é um assunto de estado.

Por amor da Santa!

Bem, o que não tem remédio, remediado está.

Infelizmente, uma vez mais, assistimos a mais uma tragédia desportiva. Isto sim é um grande problema!

Alfredo Quintana guarda-redes da equipa de Andebol do F. C. Porto e da Seleção Nacional sucumbiu após um ataque cardíaco num treino.

Com apenas 32 anos deixa prematuramente o desporto, a família e a vida.

Tanto por dar e num segundo tudo se esfumou. Mais uma família destruída.

Em contraste, no final do derby F.C.P. vs S.C.P., temos, na conferência de imprensa, um jogador do Sporting a enaltecer o jogador, e o homem, que foi Alfredo Quintana e depois temos um jogador da casa a dizer que o empate do Sporting no Dragão é melhor que vencer a Champions.

A sério?

Excelente cultura desportiva.

Que tristeza. Será que é assim que esta gente quer ser respeitada?

Como se não fosse suficiente Francisco Conceição, no final da partida, não apertar a mão a um jogador do Sporting e cuspir para o chão.

A sério?

Um jogador recém-chegado da formação à equipa principal do FCP.

O que estará assim tão mal no futebol?

Mais um exemplo a seguir pelos mais novos, “bons exemplos” não faltam.

Que país este que pára para ver um jogo de Futebol e se acobarda em tudo mais?

Que tristeza!

Que país este...



Vitor Cacito

Um bicho que não ataca só os outros

Imagem de Gerd Altmann por Pixabay



Caros leitores, cá estou eu novamente, depois de uma ausência forçada pela COVID-19 e, a propósito, venho aqui escrever sobre a mesma na convicção de que possa sensibilizar as pessoas sobre os problemas que esta grave doença causa.

Então aí vai: Vinte de janeiro de 2021, duas da manhã. Levantei-

me para ir à casa de banho, sentia uma forte dor de cabeça e sem força nas pernas, de repente caí sem saber como, estava consciente, mas sem conseguir levantar-me, teve de ser a Leonor a ajudar-me. Entretanto, apoderou-se de mim uma tosse seca e constante que não dava tréguas, para além da sensação de falta de ar que eu sentia.

Foi assim até ao dia 29 de janeiro, quando também a Leonor já estava como eu, resolveu ligar para o meu filho Nuno que, prontamente, nos acudiu, enquanto chamava os Bombeiros Voluntários de Odivelas. Estes, chegados a minha casa, fizeram várias perguntas, mediram-me a febre (estava com 38º), testaram os níveis de oxigénio no sangue (estavam a 85%) etc. e, perante tal quadro, transportaram-me para o Hospital Beatriz Ângelo, onde estive das 10 da manhã até às 2 da manhã do dia seguinte, sendo que, durante todo esse tempo, fui consultado por três médicos, estive a soro, fiz três testes ao Covid, um raio X ao tórax, um eletrocardiograma e por duas vezes análises ao sangue.

Falar daquelas horas de sofrimento e incertezas é difícil e o

ambiente no Hospital era medonho, gente doente por tudo quanto era sítio e esperas longas em macas ou cadeiras de rodas e, apesar de estar mal, percebi o esforço do pessoal médico, enfermeiros e auxiliares, todos pareciam exaustos, mas a fazer o melhor possível, guardo com gratidão a maneira, carinhosa até, como alguns desses profissionais me trataram. Entretanto no dia 30, deram-me alta e lá vim eu para casa devidamente medicado a fim de combater a pneumonia 2 SARS-COV-2.

Entretanto, já em casa, as melhoras não apareciam e a Leonor estava já tão apanhada como eu, chegámos a um ponto em que não nos podíamos valer um ao outro.

No dia 6 de fevereiro, telefonámos ao nosso filho Pedro e com a indicação da saúde 24, no dia 7 de fevereiro pelas nove da manhã, recorremos novamente ao Hospital Beatriz Ângelo, onde fiquei internado. Depois, foi fazer novamente uma bateria de exames, análises ao sangue, tomada de soro e já com o resultado do teste ao COVID, a dar positivo, foi-me administrado antibiótico através da veia, assim como outra medicação por via oral.

Milagre! à noite já consegui levantar-me e ir pelo meu pé à casa de banho, embora muito a medo e ainda com dificuldade no equilíbrio. Entretanto, eram 4h30 da madrugada, acordei com um certo rebuliço na cama do doente que estava ao meu lado, mas voltei a adormecer.

Eram 7 da manhã, acordei, levantei-me para ir à casa de banho e vi que o doente do lado não estava e pensei, piorou ou pior ainda. Não me enganei, pois, entretanto, chegou o enfermeiro e confirmou que o doente partira deste mundo. Senti algo esquisito, senti a nossa fragilidade e dei comigo a pensar naquela pessoa, que eu nunca lhe vi a cara, mas sabia o seu nome, (que omito aqui por respeito à sua família) por ouvir os enfermeiros chamar por ele no dia anterior, embora nunca ele tenha respondido. Será que aquele homem tinha filhos, netos, qual seria a sua idade? que teria sido a sua vida? Etc., etc..

Quanto a mim melhorava a olhos vistos e, no final do dia 9 de fevereiro, tive alta do hospital, a tosse desaparecera, as



dores de cabeça também, já conseguia andar sem a ajuda de ninguém e por isso, lá vim eu para casa devidamente medicado. O apetite voltou, e as forças, estão a voltar lentamente, assim como o ânimo para voltar a viver com alegria.

Enfim, o que eu vos digo, é que este é um bicho, que não ataca só os outros. Assim há que ter muito cuidado.

Por último quero aqui deixar o meu agradecimento a todos os que me ajudaram nesta dura luta, aos Bombeiros Voluntários de Odivelas e aos profissionais da saúde do Hospital Beatriz Ângelo, auxiliares da saúde, enfermeiros, médicos, técnicos de diagnóstico etc., a todos a minha enorme gratidão pela sua dedicação pelo seu enorme sentido humanitário.

Obrigado a todos!

Odivelas, 1 de março de 2021

Arlindo De Jesus Costa

arlindocosta44@gmail.com

Diz...correndo

Episódio 197

Meus Queridos Leitores de Paz, a violência campeia. Já há anos que eu tento inventar uma situação que me permita usar este verbo. Pois foi hoje, muito embora tenha sido violenta, a espera.

O verbo "campear", no seu significado "estar em campanha", nunca foi tão atual como agora, relativamente à violência, porque parece estar na moda.

Vejam os:

- Permanecer meia hora na bicha para entrar e comprar o pão do pequeno-almoço – é violência;
- Circular a pé pela direita nas grandes superfícies comerciais – é violência;
- Não circular a pé pela direita nas grandes superfícies comerciais – é mais violência;
- Não poder ir ao Fratel regar o Bonsai – é violência;
- Não poder cantar no meu querido Grupo Coral Vozes em Si – é violência;
- Ter medo de abraçar amigos e familiares, em especial o neto – é violência;
- Não ser permitido apoiar o clube do coração no estádio – é violência;
- Sair o prémio de 210 milhões na Suíça, a Capital Europeia do Dinheiro – é violência;
- Ser proibido ir a Londres visitar a filha e o genro – é violência;
- Chagar-vos a cabeça com estas queixinhas – é violência;

Enfim, podia estar "práqui" a gastar linhas a fio (tem piada esta expressão) que não acrescentava nada, e só não há violência de contacto físico, porque não há contacto físico, com exceção do futebol.

Agora imaginem aquele fulano farto de estar em casa, receoso de tudo e de mais alguma coisa, especialmente do

futuro, que resolveu arriscar a sair e depois contou que...

Fui à Bruxa

Consultei uma adivinha,
Para saber o que vinha,
Nos tempos daqui avante;
Mas o que eu não sabia,
É que nem búzios havia,
Pois que era cartomante.

Fiquei logo avariado,
Pus meu ar desconfiado,
Pois as cartas dão-me azar;
Ao longo da minha vida,
Com tanta noite perdida,
Jurei nunca mais jogar.

Sem vontade, baralhei;
Não sei que jeito lhe dei,
Que saiu carta da morte;
Com arrepio na espinha,
Senti-me a sair da linha,
Maldizendo a minha sorte.

Sem pedir explicação,
Levantei a minha mão,

E espetei-lha no cachaço;
Ela revirou os olhos,
E voou, mostrando folhos,
Com caretas de palhaço.

Eu não serei violento,
Mas faz-me perder o tento,
Qualquer cena de aldrabice;
Esta bruxa mal parida,
Quis lixar a minha vida,
E não previu a chatice.

E o conselho da semana é:

«Se quiseres adivinhar alguma coisa que valha a pena, tenta os números do Euromilhões».

José Duarte



Notícias da Comissão Europeia

Imagem: Pixabay

Política de Coesão da UE: investimentos em projetos atingiram 251 mil milhões de euros em 2020

Os Estados-Membros aumentaram os seus investimentos no âmbito da Política de Coesão em 2020 em 70 milhões de euros, atingindo os 251 mil milhões de euros de despesa total, o que corresponde a 52 % dos 482 mil milhões de euros previstos para o período de programação de 2014-2020, com as dotações financeiras para projetos a atingirem o financiamento máximo disponível. Estes dados são apresentados na plataforma de dados abertos dos FEEI (#ESIFOpenData) recentemente atualizada, em que estão facilmente acessíveis indicadores-chave sobre a execução da política de coesão por tema, país e fundo, através de uma ferramenta interativa. A comissária da Coesão e Reformas, Elisa Ferreira, declarou: «Estes indicadores mostram que estamos no bom caminho na execução da Política de Coesão e que, até 2023, quando acabar o período de programação, poderemos ter tirado o maior partido dos recursos disponíveis no âmbito da Política de Coesão.» Suécia, Grécia, Bulgária, Chipre, Finlândia, Portugal e Países Baixos são os países com melhores resultados em termos de despesa, enquanto Hungria, Chéquia, Malta, Letónia e Estónia têm as taxas mais elevadas de investimentos da Política de Coesão atribuídos a projetos. A aceleração das despesas foi igualmente possível graças à máxima flexibilidade que a Comissão concedeu aos Estados-Membros para a reafectação de recursos às medidas de emergência destinadas a combater a pandemia de coronavírus. Em consequência, a UE ajudou os Estados-Membros a adquirir 2,4 mil milhões de artigos de equipamento de proteção individual, 4 500 ventiladores, a disponibilizar mais 5 000 camas hospitalares e a fornecer 3,7 milhões de testes à COVID-19. Além disso, as empresas receberam 11,1 mil milhões de euros e os trabalhadores e grupos vulneráveis receberam 3,4 mil milhões de euros. Mais informações no painel de dados do coronavírus.

Novas etiquetas energéticas da UE aplicáveis a partir de 1 de março de 2021

A fim de ajudar os consumidores europeus a reduzir as suas faturas da energia e a sua pegada de carbono, na segunda-feira, 1 de março, entrou em vigor uma nova versão da etiqueta energética da UE em todas as lojas e também nos retalhistas em linha. As novas etiquetas serão inicialmente utilizadas em quatro categorias de produtos, designadamente frigoríficos e congeladores, máquinas de lavar loiça, máquinas de lavar roupa e televisores (e outros monitores externos). Seguir-se-lhes-ão, em 1 de setembro, novas etiquetas para as lâmpadas e fontes luminosas fixas e, nos próximos anos, para outros produtos. A alteração mais importante consiste em regressar a uma escala mais simples de A a G. Esta escala é mais estrita e foi concebida de modo que sejam muito poucos os produtos que inicialmente obtêm a classificação de «A», deixando assim uma margem



para a inclusão de produtos mais eficientes no futuro. Os produtos mais eficientes do ponto de vista energético atualmente presentes no mercado devem ser classificados agora na categoria «B», «C» ou «D». As etiquetas terão vários elementos novos, nomeadamente um código QR dirigido para uma base de dados à escala da UE, que permitirá aos consumidores consultar mais informações sobre o produto. Em 1 de março, entra também em vigor uma série de regras de «conceção ecológica», nomeadamente respeitantes à reparabilidade dos produtos e à necessidade de os fabricantes continuarem a disponibilizar peças sobresselentes durante vários anos depois de os produtos deixarem de ser comercializados. Mais informações no comunicado de imprensa, no documento com perguntas e respostas e no material audiovisual.

Direitos dos consumidores: relatório da Comissão Europeia sobre a Diretiva Viagens Organizadas

A Comissão adotou hoje um relatório sobre a Diretiva Viagens Organizadas, fazendo o balanço da sua aplicação desde a sua entrada em vigor em julho de 2018. O relatório analisa a forma como os Estados-Membros transpuseram a diretiva para o direito nacional e avalia-a no contexto da falência da Thomas Cook em 2019 e dos desafios que surgiram durante a crise da COVID-19. Tal como anunciado na Nova Agenda do Consumidor, e com base nas conclusões do relatório de hoje, a Comissão realizará uma análise mais aprofundada até 2022, avaliando mais aprofundadamente se o atual quadro regulamentar para as viagens organizadas continua a assegurar uma proteção sólida e abrangente dos consumidores em todas as circunstâncias. Mais informações na página Web sobre a Diretiva Viagens Organizadas.

Comissão Europeia e autoridades de defesa do consumidor lançam inquérito sobre práticas de cancelamento das companhias aéreas

A rede de cooperação no domínio da defesa do consumidor (CPC) e a Comissão Europeia lançaram um inquérito coordenado sobre as atuais práticas de cancelamento das companhias aéreas, dando seguimento a um alerta externo do Gabinete Europeu das Uniões de Consumidores (GEUC) e a um alerta emitido pela Comissão pela primeira vez ao abrigo do Regulamento relativo à cooperação no domínio da defesa do consumidor, na sua versão revista. Os diálogos subsequentes entre as companhias aéreas e a rede serão coordenados pelas autoridades nacionais de defesa do consumidor de vários Estados-Membros, principalmente pela Agência dos Consumidores sueca. O objetivo é recolher mais informações junto das companhias aéreas que operam na UE sobre a forma como informam os consumidores sobre os seus direitos enquanto passageiros e como tratam os pedidos de reembolso. Nos casos em que as companhias aéreas têm dificuldades persistentes em reembolsar todos os consumidores em tempo útil, são convidadas a prestar informações sobre o que estão a fazer para resolver rapidamente estas dificuldades. As companhias aéreas têm três semanas para responder. Se necessário, a Comissão e as autoridades de cooperação no domínio da defesa do consumidor farão o acompanhamento das companhias aéreas. O lançamento deste inquérito enquadra-se nos esforços da Comissão para garantir que os direitos dos consumidores e dos passageiros são respeitados durante a pandemia de coronavírus. Mais informações neste sítio Web.



Conferência Internacional do Projeto “Cante pela sua saúde” reflete sobre a música e o bem-estar dos seniores

Estão abertas até 7 de março as inscrições para a Conferência internacional “Música para a Saúde e o Bem-estar” que, no próximo dia 10, vai juntar investigadores e profissionais para partilharem o seu trabalho na área do cruzamento entre a música e o bem-estar. A iniciativa está integrada no projeto “Cante pela sua saúde”, financiado pelo Orçamento Participativo Portugal 2017 e coordenado pela Direção-Geral das Artes (DGARTES).

Com início às 09h30 e moderação a cargo da Prof. Luísa Lima (Iscte), a sessão de boas-vindas conta com as participações da Ministra da Cultura, dos Provedores da Santa Casa da Misericórdia de Almada e de Lisboa, da Diretora do Teatro Nacional de São Carlos, do Reitor da UAL e da Reitora do ISCTE. O Diretor-Geral das Artes participa, como moderador, na sessão final dedicada ao balanço e reflexões.

“Quando é que a exposição à música tem efeitos secundários positivos?” é o tema de abertura, apresentado pelo Prof. Glenn Schellenberg (Universidade de Toronto e ISCTE), seguindo-se, depois de um momento

musical com Pedro Baião, uma intervenção da Prof. Iolanda Galinha (CIP-UAL) sobre “Cante pela sua saúde - estudo experimental dos efeitos de um programa de canto em grupo no bem-estar de pessoas mais velhas”. A conferência prosseguirá dedicada ao debate de vários temas ligados à “Investigação e Intervenção sobre Música e Saúde”.

Programa e inscrições

<https://iscte.conferenciamusicaparaasaude.org>

Projeto cante pela sua saúde

Criado e apresentado pela cantora Anabela Pires ao OPP 2017, “Cante pela sua Saúde” juntou, entre 2019 e 2020, um total de 150 seniores acompanhados pelas Misericórdias de Almada e Lisboa e por duas equipas de músicos e clínicos, tendo participado em 70 sessões de canto e vários espetáculos, em que os mentores da iniciativa procuraram o cruzamento da música e do canto com a promoção do bem-estar, funcionamento cognitivo, envelhecimento bem-sucedido, felicidade e integração social.

Com esta iniciativa pretende-se criar um espaço para partilha de ideias, desenvolver redes para estudar o efeito da música na saúde e bem-estar, promover investigações de qualidade sobre este tema e investigar os aspetos multiculturais e transdisciplinares das intervenções musicais.

A implementação do projeto decorreu no quadro de uma parceria coordenada pela DGARTES, que incluiu a Santa Casa da Misericórdia de Almada, a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, a CEU-Universidade Autónoma de Lisboa, o ISCTE-CIS-IUL e o OPART - Teatro Nacional de São Carlos, à qual se associaram a Câmara Municipal de Almada (Convento dos Capuchos, Fórum Municipal Romeu Correia), a Universidade Lusófona e a UTL - Faculdade de Motricidade de Lisboa e o Centro de Medicina Laboratorial Germano de Sousa.

A análise dos resultados, que procura aferir o efeito das intervenções musicais na saúde e bem-estar dos participantes, está a cargo de investigadores especialistas em diversas áreas da saúde e psicologia, como a neuropsicologia, a psicomotricidade ou a psicologia social, com a coordenação científica da Doutora Iolanda Galinha, da Universidade Autónoma de Lisboa, e da Doutora Luísa Lima, do ISCTE, com a colaboração do Doutor António Labisa Palmeira, da Universidade Lusófona e da Faculdade de Motricidade Humana.

Mais informações

<https://iscte.conferenciamusicaparaasaude.org/>

Fonte e fotografia: Portal das Artes

Direção Geral das Artes

<https://www.dgartes.gov.pt/>

Farmácias de Serviço Local

Semana de 4 a 10 de março

Quinta-Feira

Batista Coelho
Av. Dr. Salgado Zenha, 7ª
Famões
Telef.: 219 331 857

| Sexta | Sábado | Domingo | Segunda | Terça | Quarta |
|--|---|--|---|--|---|
| Cruz Correia Rua de Santo Eloy, 41 A Pontinha Tlf.: 214 792 453 | Almeida Av. Prof. Dr. Abreu Lopes, 45. R/C Quinta do Mendes – Odivelas Tlf.: 219 324 242 | Sena Belo Rua Antero de Quental, 8 – (a Patameiras Tlf.: 219 325 455 | Azevedo Irmão e Veiga Av. da Liberdade, Nº 23-A Bons Dias – Ramada Tlf.: 219 345 880 | Tanara Strada Outlet, loja 1.048 Estrada da Paiã – Casal do Troca Tlf.: 219 341 986 | Odivelas Rua Prof. Dr. Augusto breu Lopes, 29 Odivelas Tlf.: 219 315 446 |

Tempo no Concelho

Semana de 4 a 10 de março

Quinta-feira

Max 17° Min 13

| SEXTA | SÁBADO | DOMINGO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA |
|--|--|--|---|---|--|
| Max 18° Min 9° Chuva | Max 18° Min 8° Chuva | Max 18° Min 6° Nublado | Max 16° Min 11° Nublado | Max 15° Min 10° Nublado | Max 15° Min 7° Nublado |

HM FRIO

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

Tlm: 914 011 776

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/MariaHelenaMartinsMHN

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 Dominante: Rei de Ouros, que significa Inteligente, Prático. Amor: Faça uma surpresa agradável a uma pessoa querida. Não se vai arrepender do resultado final. Abra o coração e seja fiel ao que ele lhe transmite. Saúde: Proteja-se das mudanças bruscas de temperatura. Dinheiro: Uma situação que parecia impossível de resolver será solucionada. Não perca a esperança. Números da Sorte: 1, 2, 9, 27, 30, 48 Pensamento positivo: Uso a minha inteligência e sentido prático para vencer qualquer desafio.

Touro 21 de Abril a 20 de Maio

Carta Dominante: 6 de Paus, que significa Ganho. Amor: Prepare um jantar especial com a sua cara-metade. Dê asas à sua imaginação e revitalize a sua vida afetiva. Saúde: Aprenda a descontrair mais. Dinheiro: Poderá ser surpreendido com uma boa notícia financeira. Números da Sorte: 11, 20, 24, 25, 29, 32 Pensamento positivo: Ganho o respeito dos outros respeitando-me a mim mesmo!

Gêmeos 22 de Maio a 21 de Junho

Carta Dominante: a Roda da Fortuna, que significa que a sua sorte está em movimento. Amor: Permita que o amor governe o seu coração, aproveite esta fase propícia ao romantismo. A vida é uma surpresa! Saúde: Cuide da sua alimentação, evite excessos. Dinheiro: Boa altura para avançar com as suas ideias. Números da Sorte: 11, 18, 19, 20, 21, 33 Pensamento positivo: A sorte está do meu lado, porque eu crio as oportunidades!

Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: O seu coração poderá ser invadido pela saudade, o que o vai deixar melancólico. Saúde: Faça uma mudança exterior. Cuidar da sua imagem vai fazer com que se sintam melhor. Dinheiro: Nada o preocupará a este nível. Números da Sorte: 3, 15, 18, 22, 30, 45 Pensamento positivo: Tenho força mesmo nos momentos difíceis.

Leão 24 de Julho a 23 de Agosto

Carta Dominante: o Louco, que significa Excentricidade. Amor: Se está numa fase menos boa no amor, esta estará prestes a terminar. Saúde: Não terá que se preocupar a este nível, está em plena forma. Dinheiro: Poderá ter que fazer uma viagem de trabalho. Números da Sorte: 8, 10, 22, 47, 48, 49 Pensamento positivo: Vivo a vida com um sorriso nos lábios e leveza no coração!

Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro

Carta Dominante: Ás de Copas, que significa Princípio do Amor, Grande Alegria. Amor: Semana propícia a novos desenvolvimentos no campo amoroso. Saúde: A sua boa disposição vai ajudá-lo a superar os desafios. Dinheiro: Semana pouco favorável a novos investimentos. Números da Sorte: 18, 22, 35, 39, 44, 45 Pensamento positivo: Cultivo o Amor e a Alegria no meu coração!

Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro

Carta Dominante: 7 de Espadas, que significa Novos Planos, Interferências. Amor: Estará muito carente, procure ser mais otimista quanto ao seu futuro sentimental. Ouça os conselhos dos mais velhos, seja puro e sincero nas suas amizades. Saúde: Tendência para dores de cabeça. Dinheiro: Período favorável, aproveite bem este momento. Números da Sorte: 5, 19, 32, 36, 39, 42 Pensamento positivo: Acredito nos meus planos e venço qualquer obstáculo.

Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro

Carta Dominante: 7 de Ouros, que significa Trabalho. Amor: Esteja mais disponível a nível familiar. Saúde: À exceção de uma possível indigestão, sentir-se-á bem de saúde. Dinheiro: Preocupe-se mais com as suas tarefas e não se intrometa em assuntos que não são diretamente do seu trabalho. Números da Sorte: 1, 3, 7, 20, 28, 34 Pensamento positivo: O meu empenho ajuda-me a evoluir a todos os níveis. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 808

Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro

Carta Dominante: 3 de Espadas, que significa Amizade, Equilíbrio. Amor: Poderá sofrer uma desilusão com alguém próximo. Esteja aberto aos desafios que a vida lhe coloca, aceite-os e enfrente-os com coragem. Saúde: Faça algum tipo de exercício de relaxamento. Dinheiro: Seja um bom gestor da sua conta bancária. Números da Sorte: 12, 14, 30, 35, 38, 41 Pensamento positivo: A amizade ajuda-me a manter o equilíbrio na minha vida. Horóscopo Diário Ligue já! 761 101 809

Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro

Carta Dominante: Cavaleiro de Paus, que significa Viagem longa, Partida Inesperada. Amor: Saiba separar os assuntos profissionais da sua vida amorosa. Tenha sempre a sabedoria necessária para manter a harmonia na sua vida! Saúde: Estará bastante ativo. Dinheiro: Podem surgir algumas dificuldades no desempenho do seu trabalho. Números da Sorte: 3, 12, 14, 18, 19, 22 Pensamento positivo: Estou pronto para fazer mudanças na minha vida!

Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: O seu coração poderá ser invadido pela saudade, o que o vai deixar melancólico. Saúde: Faça uma mudança exterior. Cuidar da sua imagem vai fazer com que se sintam melhor. Dinheiro: Nada o preocupará a este nível. Números da Sorte: 3, 15, 18, 22, 30, 45 Pensamento positivo: Tenho força mesmo nos momentos difíceis.

Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro

Carta Dominante: Justiça, que significa Justiça. Amor: O desejo de passar mais tempo com os seus familiares será grande nesta fase. Que a luz da sua alma ilumine todos os que você ama! Saúde: O funcionamento do seu organismo será o espelho dos seus estados de espírito. Dinheiro: Algum assunto que o tenha deixado preocupado ficará agora resolvido. Números da Sorte: 11, 17, 20, 29, 33, 36 Pensamento positivo: Procuro ser justo nas minhas escolhas e decisões.

Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março

Carta Dominante: A Estrela, que significa Proteção, Luz. Amor: Invista mais no seu relacionamento. Aposte na felicidade amorosa. Saúde: Fase favorável para se empenhar mais a sério no exercício físico. Dinheiro: Com empenho, alcançará o êxito que tanto deseja e merece. Números da Sorte: 7, 17, 24, 28, 48, 49 Pensamento positivo: Sei que há uma Estrela que me guia e protege.

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

TUDO ISTO É FADO



Nem sempre rima, mas até pode ser verdade

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

Olá, cá estou eu, Segisnando Formosinho, sem sangue azul nem dinastia, mas, apesar disso, um empenhado cronista da Terra da Marmelada Branca e onde se encontram os restos mortais do muito amado Rei D. Dinis, que mandou construir o Mosteiro de S. Dinis e São Bernardo, que é hoje Monumento Nacional, e que depois de ter albergado por mais de um século as “Meninas de Odivelas” está agora a ser gerido pelo município de Odivelas que está a efetuar obras de remodelação para albergar serviços municipais e outros que pode ver na edição da passada semana. Está a ser restaurado o túmulo de D. Dinis que para lhe devolver a dignidade de outrora.

Mas, esta restauração do túmulo real parece que não é do agrado de todos. Na reunião da Assembleia Municipal de Odivelas, realizada a 18 de fevereiro, no período

aberto aos munícipes, usou da palavra, via vídeo, D. Nuno Barroso Henriques de Além-Mar, que se identificou como representante da Dinastia Afonsina de Borgonha e descendente do Rei D. Dinis.

Manifestou alguma indignação pelo facto de o túmulo estar a ser mexido sem o consentimento da família, referindo que não tem sido fácil gerir esta questão no seio familiar e exigiu saber o que se está a passar, perguntando onde está a espada, a coroa e o corpo do Rei. Diz que já falou sobre o assunto com a sua mãe e outros herdeiros da dinastia.

Pelo meio foi fazendo um elogio ao Rei «*Um dos que melhor semeou o futuro*» e que «*Com ele ao leme do país Portugal estaria melhor*».

Quem um tem o direito de se manifestar e, portanto, não vou comentar esta intervenção de descendência real, apenas

a referindo para achar que se o período de intervenção é aberto aos munícipes para colocarem questões ao executivo, que, não sendo munícipe, o assunto deveria ser tratado noutras instâncias. Também achei estranho que o vídeo não tivesse sido um simples vídeo e tivesse todo o envolvimento que podem ver na captura de ecrã que aqui publicamos. Ah e adorei que o senhor tivesse terminado o vídeo a dizer «*Olá mãe*».

Mas já agora, se o senhor é descendente do Rei, não podia arranjar uns trocos para ajudar as obras?

E por aqui me fico, porque ainda não estou completamente restabelecido e preciso de ir descansar um pouco. Até para a semana e fiquem bem que eu vou tentar ficar também





Renault Captur 0.9 TCE Exclusive
2014 114 730 km Gasolina
10 350 EUR



Renault Clio 0.9 TCe Limited
2018 51 576 km Gasolina
12 500 EUR



Dacia Lodgy 1.5 Blue DCi SL Adventure
7L - 2019 21 022 km Diesel
20 900 EUR



Renault Captur 1.5 DCi Exclusive
2015 81 570 km Diesel
14 950 EUR



Renault Clio Sport Tourer 1.5 DCi GT
Line - 2018 58 132 km Diesel
16 500 EUR



Renault Master L3H2 3.5 T 2.3 DCi
2020 1 500 km Diesel
27 950 EUR



Renault Captur 1.5 DCi Exclusive
2020 6 653 km Diesel
24 950 EUR



Renault Kadjar 1.5 DCi Black Edition
2020 9 126 km Diesel
29 990 EUR



Renault Captur
2019 28 634 km Gasolina
15 280 EUR

Rua Norberto de Oliveira 8-8A e 10-10A 2620-111 Póvoa de Santo adrião
Telefones: **Geral:** 219 382 910 **Fax:** 219 387 235 **Email:** geral@autocambota.pt
GPS Lat: 38.796456744541 **Long:** -9.167232513427734