

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES MONOFOCAIS **€75,00**

EXAME + ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS **€250,00**

LENTE MONOFOCAIS: opticas com miopia, hipermetropia, astigmatismo e presbiopia

LENTE PROGRESSIVAS: opticas com aumento e astigmatismo, hipermetropia e 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



À SEXTA
5,50€
FRANGO

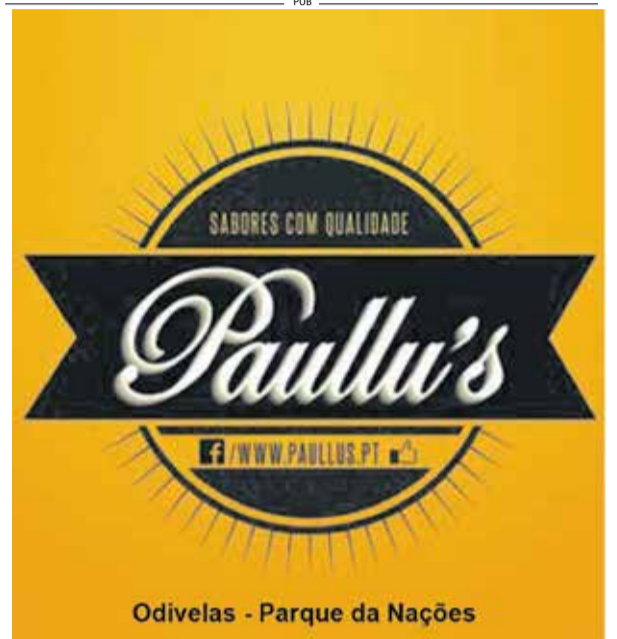
RUA DUQUE DE SALDANHA Nº1-B - ODIVELAS
JUNTO AO C.C. OCEANO | TEL: 21 934 17 38



29°
18°



Semanário de Distribuição Gratuita
Ano 8 | Edição nº 367
Quinta-feira 29 de Julho
Diretor: Francisco Godinho



PADARIA & PASTELARIA



www.espigadourada.com

Vamos de Férias. Voltamos dia 9 de Setembro

Órgãos Sociais do GCO 2021/2023 já tomaram posse



Caneças vai ter mais 84 vagas em creche

Movimento de Cidadãos Odivelas por inteiro

BE apresentou as candidaturas às quatro Assembleias de Freguesia do concelho de Odivelas

Vá à Festa do Avante com o Odivelas Notícias

Corte da Carne Gourmet
Jardim da Radial
Av. da Liberdade, 32 B
211 350 079

€ kg
2,95

PROMOÇÃO FIM DE SEMANA
Lombo de Porco



Vale 5€*

* Na compra de 50€, oferta de um vale de 5€ de desconto

promoção válida até 2 de Agosto

FORPOMINHA

da

melhor, muito melhor, que um reality show

linha

Minhas senhoras e meus senhores... A vossa cronista preferida informa que esta é a última crónica antes de “ir a banhos”, na banheira da minha casa porque a reforma nem dá para os combóis que me levariam à Cruz Quebrada, para já não falar no bilhete do autocarro da Carris para me levar até ao comboio. Mas prontos, pelo menos tenho um mesito e uns dias para aliar a cabeça que isto de fazer uma crónica semanal é mesmo de desgastar a frágil cabeça da Balbina. Mas, a 09 de setembro cá estarei de novo, com muito gosto e de energia renovada, porque os humanos não consomem energia fóssil geradora de alterações climáticas que, apesar de muitos negacionistas e amantes das teorias da conspiração, estão mesmo aí, como confirmei por uma notícia publicada no sítio da Internet da TSF «Sinais vitais da Terra estão a enfraquecer. Estudo mostra aumento dos desastres naturais. Os investigadores resumiram as conclusões numa série de artigos publicados na revista BioScience e todos concordaram que os efeitos da crise climática são demasiado evidentes».

Sempre disse que a maioria das medidas para impedir a propagação do Covid-19 não faziam sentido. Agora parece que até já o Governo começa a perceber isso e já se fala em regresso à normalidade, embora a Balbina ache que essa normalidade poderá ser mesmo anormal. Será que vamos ter um novo Dia da Liberdade? Estou mesmo mortinha por ir tomar um chazinho com as amigas sem ter de levar o maldito “açaimé”

que me impede a aspirar profundamente o ar, que devia ser puro com uma percentagem de oxigénio de 21% mas que há muito que não é mesmo sem o vírus da moda.

Já tenho as duas doses da vacina da AstraZeneca e confesso que não noto diferença nenhuma. Nem dei pelas picadelas das agulhas. A minha amiga Ernestina do Ó já me disse que não senti nada porque a minha pele deve ser dura como a minha cabeça. Confesso que não percebi o que ela quis dizer com aquilo.

Fontes geralmente bem informadas têm transmitido à Balbina informações, em relação às eleições autárquicas de 26 de setembro que até me causam arrepios na espinha. Segundo parece a confusão maior será nas listas cor-de-rosa. Antão não é que nos Vereadores vai ser quase razia completa? Parece-me que o Partido Socialista nunca ouviu àquela máxima que diz que em equipa de joga bem não se mexe. É verdade que eu já sabia que nos partidos da área do poder não será a competência o valor maior para a integração nas listas, que a força dos aparelhos, os compadrios e os jogos do poder são mais determinantes, mas nunca pensei que cá por Odivelas as coisas pudessem ir tão longe. Estou em pulgas para saber quem vai ocupar o lugar daqueles que foram postos de parte apesar de terem demonstrado competência e capacidade de trabalho nos seus mandatos. E depois há outra coisa que gostava de saber. Depois de tantos anos

em que a sua “profissão” é a de político que irão fazer estas pessoas?

Mas nem só na Câmara e Assembleia Municipal vão haver surpresas e alterações incompreensíveis para uma pobre cronista leiga em jogos partidários. Parece que na lista para a Assembleia de Freguesia da Pontinha/Famões vai haver um membro que trocou de camisola, passando de laranja a tons rosa independente, talvez.

Reparei hoje numa coisa que achei meio curiosa e que transforma as próximas autárquicas de freguesia numa competição sénior. É verdade, dos quatro candidatos dos partidos que disputam as presidências, três já estão na casa dos setentas, João Carvalho, do PSD, na Pontinha/Famões; Francisco Bartolomeu, na Ramada/Caneças e Domingos Cabaço, na Póvoa de Santo Adrião/Olival Basto. Só não joga nos seniores Nuno Gaudêncio, candidato do PS à freguesia de Odivelas.

E por aqui me fico. Desejando que tenham umas boas férias (quem a elas tiver direito; envio a todos um

um Xi-conaço da vossa Balbina

FICHA TÉCNICA

Diretor: Francisco Godinho - director@odivelasnoticias.pt - Telm: 962001300 | Subdiretor: Marina Leonardo; Conceção Gráfica e Paginação: Luís Rodrigues | Ilustrações: Hugo Mestre | Informática: Edgar Carreira | Colunistas: Vítor Cacito; Andreia Fernandes; Arlindo Costa; Miguel Ferreira, Hugo Santos; José Duarte; Balbina; Carlos Jesus; Carlos Braga; Fernando Tudela, Eduardo Santos; Mário Frota; Paulo Morais | Colaboradores Voluntários: Tiago Godinho, António Mota; José Luís Marques; David Braga, Bruno Batista; Tiago Magalhães; Ricardo David. Redação, Administração e sede: Rua do Pomarinho, armazém JMF, 2675-428 Odivelas, Tel: 219 318 827 E-mail: geral@odivelasnoticias.pt | Site: www.odivelasnoticias.pt. Propriedade: Absolutnectar, Lda. Sócio-Gerente: Francisco Godinho. Sócio: Tiago Godinho 48%, Carolina Godinho 48% e Marina Godinho. NIF: 510353630 | Registo na ERC 126396 | Depósito Legal: 363966/13 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.



Troféus ON 2021

Faça a nomeação do seu favorito

Depois do interregno em 2020, imposto pela pandemia da Covid-19, voltam este ano os Troféus ON. Como sempre serão quatro os nomeados em cada uma das 12 categorias. Para sugerir as nomeações envie o nome dos seus favoritos, até 15 de setembro, para: trofeus_on@odivelasnoticias.pt.

As categorias são:

Dirigente Associativo
Equipa Desportiva
Atleta
Evento
Revelação

Empresa
Empresário
Restaurante
Autarca de município
Autarca de Freguesia

Melhor Freguesia para viver
Político do concelho

trofeus_on@odivelasnoticias.pt

Caneças vai ter mais 84 vagas em creche

Fotografias. CMO



No dia 23 de junho o Centro Comunitário e Paroquial de Caneças assinou, com o Instituto da Segurança Social, o Contrato de Participação Financeira relativo ao Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais, denominado PARES 2.0 que vai permitir criar 84 novas vagas na valência de creche.

A candidatura foi apoiada pela Câmara Municipal de Odivelas através da cedência de uma parcela de terreno e de uma verba de 150 mil euros,

Esta foi uma das quatro candidaturas ao Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais, denominado PARES 2.0 que o Município de Odivelas apoiará através da cedência de terrenos e a atribuição de uma verba de 150 mil euros a cada entidade.

Até este momento, já foram aceites 3 candidaturas que irão garantir a criação de mais 224 vagas em creche.

Para o Presidente da Câmara, Hugo Martins, «Este é o caminho: Continuar com um papel ativo e um trabalho integrado de parceria e cooperação com as Instituições Sociais do nosso concelho em prol da construção de um futuro melhor para Todos».

Festa do Sacrifício teve lugar na Mesquita de Odivelas

Fotografias. CMO



No dia 20 de julho realizou-se na Mesquita de Odivelas a oração do Eid al-Adha, também conhecida como a Grande Festa ou Festa do Sacrifício, uma das datas mais importantes da religião islâmica.

Na celebração estiveram presentes o Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, o Vereador João António e o Presidente da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio.

Na ocasião, o Edil de Odivelas sublinhou que «Em Odivelas, independentemente da cor, do credo ou origem, somos todos iguais. A maior força de Odivelas é a sua diversidade».

Horário Escolar

Já é conhecido o calendário escolar para o ano letivo 2021/2022.

O calendário escolar dos estabelecimentos públicos da educação pré-escolar e do ensino básico e secundário, organizado por semestres em Odivelas, pode ser consultado no site da Câmara Municipal através do seguinte link: <https://bit.ly/2UTeKqX>

Vá a Festa do Avante 2021 com o Odivelas Notícias



A organização da Festa do Avante, tal como tem acontecido desde que o ON existe, vai oferecer uma Entrada Permanente (EP) a quatro leitores do Odivelas Notícias.

As EP's serão sorteadas entre todos os leitores que responderem acertadamente a estas três perguntas:

Quantos anos tem o Partido Comunista Português?
Qual é o tipo de espaço normalmente assegurado pela Organização Concelhia de Odivelas, inserido no distrito de Lisboa, na Festa do Avante?

Bar

Restaurante

Pastelaria e doçaria regional

As respostas devem ser enviadas por correio eletrónico para passatempos_on@odivelasnoticias.pt até 15 de agosto.

Para além das respostas o correio eletrónico deve conter um contacto telefónico e a morada para envio da EP por via postal. Após o apuramento dos vencedores todas as informações serão eliminadas.

Alguns artistas da festa:

A Garota NÃO com Ohmonzicente

Bateu Matou com Héber e Pité

Brigada Victor Jara com Zeca Medeiros

Budda Power Blues e Maria João Cabrita com Stereossauro e

Tó Trips

Daniel Catarino com Fast Eddie Nelson,

Rapaz Improvisado e To Zé Bexiga

Daniel Pereira Cristo com Carla Pires e Catarina Silva Duarte

HMB com Lena d'Água

Linda Martini

Manel Cruz com Aldina Duarte

Ndapandula - Tributo a Waldemar Bastos com Aline Frazão,

Sara Tavares,

Mick Trovoada,

Karyna Gomes e Toty Sa'Med

Paulo de Carvalho com Mafalda Sacchetti e Marco Rodrigues

Paulo Flores com Yuri da Cunha e Prodígio

Pedro Jóia

Préu com Scúru Fitchádu,

Tristany e Cachupa Psicadélica

Teresinha Landeiro Tim com Teresa Salgueiro

Violet

Todas as informações sobre a festa em:

<https://www.festadoavante.pcp.pt/2021>

PUB

ABC
ALUMÍNIOS

MARQUESIS - CAIXILHOS - BALCÕES
VITRINES - JANELAS - PORTAS - DIVISÓRIAS
TECTOS FALSOS - ESTORES

TLM.: 925 248 805
abcaluminios@gmail.com

PUB

FERNANDES&ROSÁRIO
Mediação de Seguros Lda.

T (+351) 21 980 0281
F (+351) 21 981 04 55
E dora.rosario@sapo.pt
E seguroscanecas@sapo.pt

Rua da República, 136
1685-594 Caneças

Artes da Nelinha
Retrosaria e Atelier de costura

Largo António Duarte Sacavém, n.º9
1685-582 Caneças
Tlm.: 962 858 893 / 926 297 399
artedanaelinha@gmail.com [LojinhaCostura.artesdanelinha](https://www.facebook.com/LojinhaCostura.artesdanelinha)

PUB

Intermarché

FAMÕES

29 de Julho a 4 de Agosto de 2021

REFERÊNCIA DE MERCADO
5,98€
/kg

PEITO DE FRANGO

4€
4,28 /kg

G
Ourivesaria
GOMES

Caneta
Dupont - 470€

Trav. do Malaquias n.º13C
1675-584 Caneças

Tel 219 804 741
Telm 919 777 080

PUB

Professor Salimo
Especialista em todos os trabalhos de magia e feiticaria Africana

Resolve com rapidez todos os problemas de amor, casamento e traição, sorte nos negócios e dívidas, casos desesperados de doença, drogas e alcoolismo, depressão e doenças espirituais, impotência sexual, sorte no jogo e emprego, má sorte e invejas, abertura de caminhos e prosperidade

Retorno imediato de harmonia matrimonial, amarrações e desamarrações.

Resultados em 7 dias com eficácia

Professor Fofana | Leitura de cáulis (Buzios) | Leitura de Eéguns (Ossos) | Rituais espíritas Africanos | Feitiços Africanos | Trabalhos de Magia Branca | Trabalhos de Magia Negra | Vidência | Clarividência premonitória | Leitura de mãos

Rua Carvalho Araujo
Lisboa
(Perto do metro da Alameda)
Av.1 de Maio
Quinta do Conde
(Perto do Modelo)

professorfofana@hotmail.com
Tel: 210 445 477
Tm 962 156 819
Tm 923 090 464
www.videntelislisboa.pt

inter domicilio
uma chamada, um mundo de serviços

Telf. 210144704
www.interdomicilio.pt



SERVIÇO DOMÉSTICO. Limpeza, tratamento de roupas, cozinha e afins. Também selecionamos empregadas domésticas internas e externas.



CUIDADOS A IDOSOS. Cuidados assistenciais a idosos, doentes e convalescentes. Serviços portuais ou continuados: Alimentação, Higiene...



MANUTENÇÃO DO LAR. Diferentes soluções e pequenas remodelações: Electricidade, Pintura...



CUIDADO A CRIANÇAS. Serviços para apoiar nos cuidados que os mais novos requerem.

Rua dos Combatentes da Grande Guerra loja 22b - 2675-322 Odivelas

PUB

R
P

Administração Condomínios

968 052 728

Email: rp.gestaodecondominios@gmail.com

"A qualidade não é uma coincidência, é o resultado de um trabalho permanente..."

PUB

SAPATEIRO & CHAVES

967 915 418

CONSERTOS RÁPIDOS DE:
MEIAS SOLA
SALTOS
FECHOS ACESSÓRIOS PARA MALAS

CHAVIATTO
MULTIMARCAS

Chaves Auto | Comandos | Programações
Reparações de Chaves e Comandos Auto | Fechaduras

Rua Guilherme Gomes Fernandes, N45A
Odivelas
www.chaviatto.com

CARPE DIEM
IMOBILIÁRIA
SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA.

Praceta Elvira dos Santos Paisana
Centro Comercial Mirasol Loja 33 - Caneças
Tlf: 219 814 240 / Tlm: 963 709 453
geral@carpe-diem.pt / www.carpe-diem.pt

TALHO DO VICENTE
A Qualidade dá Prestígio e Oferece Confiança

Largo Vieira Caldas, 17 - A - Tel 21 980 01 14 - 1675-605 Caneças

PUB

www.labmartins.pt

Cuidamos do seu sorriso!

J.M. MARTINS
laboratório de prótese dentária

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

Rua da República 128
1685-594 Caneças

219812716

Xi-Coração
Pronto a Vestir
Tlm.: 962 858 656

Loja 1 Praça Manuel de Arriaga n.18
Caneças
Loja 2 Largo António Duarte Sacavém, Loja 11
Caneças

Horto do Rossio

www.hortodorossio.com

- Plantas de Interior
- Arbustos
- Relva
- Árvores de sombra
- Sementes
- Cactos
- Árvores de Fruto e Videiras
- Roseiras
- Hortícolas
- Substratos
- Adubos
- Vasos
- Pedras decorativas
- Bolbos

a natureza em sua casa

Rua Major Rosa Bastos n2, 1685-354 Caneças ☎ 21 980 01 46 969 785 002

FORNINHO
PASTELARIA

FABRICO PRÓPRIO

Largo Vieira Caldas 10 - Caneças
Telf. 215 867 073

O Bloco de Esquerda apresenta as candidaturas às quatro Assembleias de Freguesia do concelho de Odivelas

Já são conhecidos os cabeças de lista do Bloco de Esquerda às quatro Assembleias de Freguesia do concelho.

Assembleia de Freguesia de Odivelas

Filipe Rosas, de 76 anos, médico anestesiológista aposentado, antigo diretor clínico do Hospital de Santarém, fundador do Bloco de Esquerda e militante na Concelhia de Odivelas

Assembleia de Freguesia da União das Freguesias da Pontinha e Famões

Teresa Fernandes, de 61 anos, consultora imobiliária, integra o grupo +60 do Bloco de Esquerda, está eleita na Assembleia de Freguesia da União das Freguesias da Pontinha e Famões

e é militante na Concelhia de Odivelas

Assembleia de Freguesia da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto

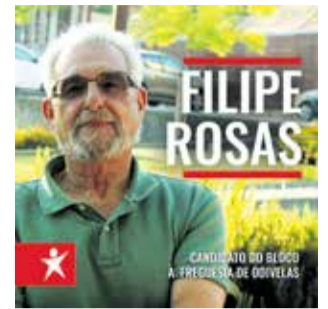
Fernando Oliveira, de 48 anos, fiel de armazém, ativista sindical, defensor dos direitos dos animais, esteve eleito na Assembleia Municipal de Odivelas e na Assembleia de Freguesia da União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto entre 2013 e 2017 e é militante na Concelhia de Odivelas

Assembleia de Freguesia da União das Freguesias da Ramada e Caneças

Rui Santos, independente, de 43 anos, encarregado de armazém, estudante de Educação Social e de Animação Sociocultural, defensor de uma cidadania plena, dos direitos dos animais e está eleito na Assembleia Municipal de Odivelas e na Assembleia de Freguesia da União das Freguesias da Ramada e Caneças

“Odivelas de Todas as Cores” é o mote destas candidaturas, que, segundo o BE, «Significa o reconhecimento das desigualdades existentes nos territórios e na vida social, de forma a unir o concelho num projeto inclusivo, multicultural e que não deixe ninguém para trás».

O programa bloquista, que «Está em construção há mais de 15 anos, fruto da experiência autárquica e da participação da sociedade civil», assenta em vários eixos que o partido considera fundamentais: «Habitação, Direitos Sociais, Mobilidade, Alterações Climáticas, Serviços Públicos, Transparência na Gestão Autárquica e Combate à



Corrupção».

Nas quatro assembleias de freguesia, «O Bloco tem vindo a cumprir os seus mandatos com responsabilidade democrática assente nesse programa e sendo a força política que mais documentos submete a votação».

Movimento de Cidadãos Odivelas por inteiro



Nasceu no concelho um novo Movimento de Cidadãos denominado Odivelas por Inteiro que está na fase de recolher assinaturas que permitam a apresentação de candidaturas nas eleições autárquicas de 26 de setembro. Definem-se como «Um movimento de cidadãos do concelho

de Odivelas. Um grupo aberto e apartidário que se revê nos ideais democráticos e nos princípios da cidadania ativa para um aprofundamento da Democracia Participativa como consagrada no Estado de Direito definido no Artigo 2.º da Constituição da República Portuguesa.

Somos um movimento heterogéneo e horizontal que pretende contribuir de uma maneira crítica e construtiva para a melhoria do lugar onde vivemos».

Com uma visão de Democracia Participativa. «A Democracia Participativa é consagrada na Constituição da República Portuguesa como um dos pilares do Estado de Direito. Se numa primeira fase o limitado nível de instrução e os poucos hábitos de participação justificaram a instituição de uma Democracia Representativa - baseada em partidos políticos - ao fim de quase meio século o cenário, felizmente, mudou. Com o desenvolvimento educacional e cultural o perfil das novas gerações desenha-se em valores de cidadania e sentido crítico que exigem cada vez mais uma Democracia Participativa que vá ao encontro das necessidades das pessoas sem precisar de cumprir agendas partidárias».

O recém-criado movimento tem por objetivos: Dar Voz.

«Ao tomar consciência do modo de funcionamento da Democracia Representativa partidária facilmente percebemos que, muitas vezes, as pessoas não se revêm nas opiniões ou nas decisões tomadas e defendidas pelos partidos que elegeram. Talvez em consequência de demasiado tempo de autoritarismo as pessoas tendem a aceitar uma estrutura vertical em que as ideias e decisões

veem de cima. O nosso objetivo é inverter essa linha de pensamento e levar num sentido ascendente os problemas, preocupações, ideias e soluções até aos decisores.

A Democracia Participativa não se pode reduzir à participação eleitoral e a um par de Orçamentos Participativos que nem regularidade têm, deve ser plural tolerante e participada por todos diariamente».

A estratégia de Odivelas por Inteiro: Escutar e Agir.

«Por sermos um movimento horizontal de base, com génese nas associações de moradores e coletividades de bairro, a nossa primeira atitude será sempre escutar. A partir dessa escuta organizam-se ações concertadas de cidadãos que serão de resolução imediata do que estiver ao nosso alcance, ou serviremos de mediadores entre o cidadão comum e o decisor nas situações em que isso se mostre útil ou necessário. Sendo um movimento de porta aberta, todos serão acolhidos com a mesma simpatia e atenção. Faremos todos um esforço por sermos um agente político, democrático e apartidário, em que todos possam ter voz».

Este movimento cívico pode ser encontrado em:

<https://www.facebook.com/groups/odivelasporinteiro/>
<https://padlet.com/odivelasporinteiro>

Contactos:

Whatsapp – 926 907 796

Telefone – 926 907 796

Email: odivelasporinteiro@gmail.com

Já pode receber o seu frango preferido em casa!

Zé dos Frangos
Churrasqueira desde 1978

Conheça os nossos novos menus em:

Glovo
STORE

*Serviço exclusivo na loja de Caneças.

MULTIPERFIL
SERRALHARIA, UNIPESSOAL, LDA.

969 687 201

Rua Major Rosa Bastos, nº12 - Traseiras
1685-354 Caneças

CORTAR • BARBEAR • APARAR

BARBEARIA
Carlos Vaz
ODIVELAS

21 608 47 12

R. Guilherme Gomes Fernandes,
nº81 - B - 2675-372 Odivelas

Barbearia Carlos Vaz

THE BIG B
WIMBURGUERIA

Onion Ring



910 908 943
ENTREGAS GRÁTIS
pedidos superiores a 10€
até 10km da zona do restaurante
Av. de Lisboa 81, B
2605-896
CASAL DE CAMBRA

RESTAURANTE
O SALOIO DE CANEÇAS

CASAMENTOS
BATIZADOS
GRUPOS

Domingos MATINÉE
DE FADOS

Cozido à Portuguesa
Comida Caseira

Rua das Águas Férreas - 1685-492 CANEÇAS
Tel. 21 981 55 70 - Fax 21 981 79 91
E-mail: saloiodecaneças@portugalmail.pt - Site: www.osaloiodecaneças.com
Horário: 12 horas às 24 horas - Encerra à Segunda-Feira

NERO
COZINHA PROFESIONAL
MODERNIDADES & SUSTENTABILIDADE

10,50€
2 PIZZAS MÉDIAS
2 INGREDIENTES À ESCOLHA

21 824 12 61
91 256 16 38

ODIVELAS
AV. 25 DE ABRIL, LOJA 24
2620-192 RAMADA

Promoção Válida até 31/05/2021. Para mais informações consulte o nosso parquinho nomenu.pt

O Leandro

Especialidades:
Torricado de Bacalhau
Nacos na Pedra
Tomahawk

MENÚ ALMOÇO
10,00€
SEGUNDA A SEXTA

Rua de Angola nº 7, Loja esqª Caneças **Tlf** 216 095 116 **Tlm** 967 570 765

EST. 2020
CASA D'ARTES DA RAMADA
GDBD



Rua Álvaro de Campos, 5 • 2620-258 Ramada
21 050 3579 | animatedversatility@gmail.com

Voucher válido para almoços de segunda a sexta

CASA DAS PRETAS

MENÚ DESDE
8,50€
REFEIÇÃO E SOBREMESA

TAKE-AWAY

968 719 013
219 801 283

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

HORÁRIO: 12H00 ÀS 23H00 | ENCERRA AO DOMINGO

MÓVEIS
NOVOS E USADOS
ELECTRODOMÉSTICOS

NÃO DEITE NADA FORA
RECOLHEMOS TUDO O QUE SEJA ÚTIL:
MÓVEIS - LOIÇAS - ELECTRODOMÉSTICOS - BRINQUEDOS

PROJECTO MILÉNIO ACAM

ODIVELAS 219 377 289

VISITE-NOS!!! ▶ RUA PROF. DR. EGAS MONIZ
N.º 13A E 13B

PRESENTADRENALINA
oficina auto

PNEUS ALINHAMENTO 3D E CALIBRAGEM
MARCAÇÃO DE LAVAGEM AUTO - 936 234 726

MECÂNICA GERAL - REVISÃO AUTOMÓVEL
PINTURA - BATE-CHAPA - DIAGNÓSTICO AUTO
ILUMINAÇÃO AUTO - LAVAGEM AUTO
AR-CONDICIONADO - STAND AUTO

SERVIÇO REBOQUE

Oficina 1
Av. de S. Tomé e Príncipe, 110
2605-696 Casal Cambra
tlm 930 402 095 / 969 600 406

Oficina 2
Núcleo Empresarial
Quinta dos Estrangeiros . Rua B, Nº11
2665-601 Venda do Pinheiro
tlm 930 402 095 / 962 168 559

Novos Órgãos Sociais do GCO

Lista A, liderada por Tiago I

Fotografias ON



Esta terça-feira, 27 de julho, teve lugar a tomada de posse dos novos Órgãos Sociais do Ginásio Clube de Odivelas, coletividade desportiva da freguesia da Cidade, numa cerimónia que decorreu no Pavilhão Sede do clube e que contou com a presença dos Presidentes da Câmara Municipal e da Junta de Freguesia de Odivelas, respetivamente Hugo Martins e Nuno Gaudêncio.

À segunda foi de vez. Depois de uma primeira eleição, a 3 de julho, onde aconteceu um empate entre as duas listas concorrentes, o ato eleitoral foi repetido, a 24 de julho, tendo a lista "A", liderada por Tiago Ferreira, vencido a eleição com 55 votos, superando os 47 obtidos pela lista "B". Após a tomada de posse, seguiram-se as intervenções do Presidente do Ginásio Clube de Odivelas, Tiago Ferreira; do Presidente da Câmara Municipal de Odivelas, Hugo Martins, e do Presidente da Junta de Freguesia de Odivelas, Nuno Gaudêncio.

O reeleito Presidente do clube, começou por agradecer a presença dos convidados, considerando ser «Sinónimo - a meu ver - da união e apoio que deve existir (num momento

destes) em prol daquele que é afinal um clube de todos nós e da restante comunidade».

Tiago Ferreira referiu que «O GCO acaba de sair de uma clarificação em relação ao seu futuro, depois de um período muito difícil das nossas vidas - enquanto sociedade - e que ainda não tem termo certo à vista, infelizmente.

Porém, em simultâneo, importa assegurar que a atividade desta histórica coletividade se mantém viva, dinâmica e servidora dos propósitos para que foi criada: uma génese formadora, eclética e aberta à comunidade.

Para o efeito, era, e continua a ser, de extrema importância assegurar uma estabilidade administrativa que possibilite prosseguir este caminho. Sem mais equívocos e, ou, incidentes pelo meio.

Depois de termos aberto esta porta em 2019, rasgando com um passado obsoleto e provocando uma viragem para o futuro, embora jamais esquecendo o trabalho dos que por cá passaram e possibilitaram o presente, vivemos, neste ano meio efeitos, vários fatores que tornaram muito mais difícil a missão, em particular para quem chegou de novo:

A pandemia e as suas restrições, qual espartilho de atos, mas também algumas resistências internas e estéreis, que desgastaram e, apenas e só, foram causadoras de perdas de tempo e de foco».

Referindo-se ao ato eleitoral que o reelegeu, o Presidente



PROJECTOS DE ARQUITECTURA

Imagens e Vídeos 3D

Simprus - Projectos e Construções

PROJEC

Todas as Espe

Avenida de

Ferreira, venceu as eleições



do GCO, sublinhou que «Todavia, no último dia 24 julho os sócios, e primeiros condutores deste e de qualquer clube, foram bem claros ao renovarem a confiança nos atuais órgãos sociais, cuja direção é por mim encabeçada. Ou seja, querem ajudar a prosseguir este trabalho, como um todo, uno, e querem que sejamos os intérpretes dessa vontade. A vontade de dar continuidade ao projeto de modernização e melhoria do nosso GCO nas várias áreas, principalmente aos níveis administrativo e desportivo».

Depois desta vitória, considerou Tiago Ferreira, «Há agora, no nosso entender, condições (mínimas) para que tal seja uma realidade nos próximos dois anos. Mas mais haverá se os próprios estatutos forem o garante de uma base temporal de estabilidade para a execução das várias reformas e políticas que urge implementar no GCO. E à data, não o refletem. Por isso, é intenção da Direção, «Constituir uma equipa e avançar em breve com o processo de revisão estatutária,

visando em última instância o alargamento dos mandatos para quatro anos. Um processo, sublinho, necessário para estas e sobretudo para as gerações vindouras, findo o qual os sócios serão obviamente chamados a pronunciarem-se e a validarem».

O orador relembrou «A importância das pessoas para o trabalho do GCO nos dois anos que temos pela frente. Todos somos importantes e todos somos a partir de agora

um só: o GCO.

Por isso, decidimos chamar a este grupo diretivo elementos conhecedores do terreno. Isto é, aqueles que diariamente trabalham perto dos nossos atletas. Reforçando e renovando assim esta nossa equipa, mas também a dotando de um conhecimento técnico indispensável.

A nós compete-nos criar as condições para a prática desportiva das dezenas que optaram pela marca GCO, mas as “pernas” do clube são de facto as secções, os seus atletas, os seus treinadores, restante staff ou colaboradores. Sem eles, nada disto faria sentido». Por isso, o Presidente do clube, agradeceu a todos «A disponibilidade, em estreita e mais próxima articulação futura, para que sejam elementos facilitadores do sucesso do nosso GCO. Ou melhor, do vosso GCO».

Em final de intervenção, Tiago Ferreira deixou uma palavra «Para aqueles que foram os nossos oponentes no dia 24. Foram, reforço a expressão. Pela nossa parte, deixaram de o ser após o encerramento do ato eleitoral. Com eles contamos em igual peso, medida e valia de todos os restantes! Porque são GCO e porque, tal como nós, saberão e procurarão elevar esta bandeira. Não apenas verbalmente».

Hugo Martins e Nuno Gaudêncio, nas suas intervenções, sublinharam a importância do Ginásio Clube de Odivelas, e do movimento associativo desportivo, para o concelho e a freguesia, manifestando a disponibilidade da duas autarquias para, como sempre fizeram, apoiar o GCO e o movimento associativo do concelho, dentro as necessidades dos clubes e das possibilidades das autarquias.



PROJETOS DE ENGENHARIA

Especialidades para Construção

PROJECTOS DE LOTEAMENTO

Urbanismo, AUGI e Apoio Jurídico

Lisboa 103 A/B

2605-002 Casal de Cambra

21 981 7000

Cinema

Monstrinha: pais e filhos 2

31 de julho – 15h00

Sala de Cinema da Malaposta

4€. 71'. M/6

Movimento, cor, histórias,

narrativas, texturas, sensações, emoções, são alguns dos ingredientes dos filmes que mais uma vez trazemos ao convívio de todos através da MONSTRINHA. A rebeldia própria da idade e da criatividade de quem vê os nossos programas espelha-se nas personagens e nas formas que no ecrã nos fazem rir, emocionar e pensar.



Teatro

A morte de Abel Veríssimo

Leva imagem

©Fotografia Andreia Mayer

Auditório da Malaposta

De 29 de julho a 08 de agosto

De quinta a sábado às 20h00

Domingo 16h30

12€. Descontos aplicáveis

14º. M/14

Em 1860, Abel Veríssimo decide voltar a casa, de onde foi expulso oito anos antes. Abel regressa a uma casa em ruínas, onde todos o esperam para continuar a obra do seu pai. Uma família inteira, num Portugal profundo e longe da Europa, onde ser, como se era na verdade, era apenas uma mentira para os mais afortunados. Vivemos, assim, durante duas décadas, a narração de um homem dividido entre o amor aos homens e o amor a Deus, entre a morte do pai e o futuro de uma casa já em ruínas. Na Casa dos Veríssimos, depois da morte do patriarca e do regresso de Abel, o segundo filho, encontram-se e digladiam-se Portugal antigo e a Europa moderna. Ali, naquela casa, Portugal inteiro convive nas verdades, e nas mentiras, em que sempre viveu e em que continua a viver, como país geo-estrategicamente distante dos centros de decisão. Dentro desta casa antiga, uma aspirante a Professora – legitimista e extremamente crente na ideia do Império – um Velho Francês – do exército napoleónico – e o Selvagem – que o acompanha sempre –, uma Rapariga, e um Jovem Ator, lutam pela atenção do nosso herói regressado, que agora deverá tomar as rédeas da continuação da sua família, e da sua terra. “A Morte de Abel Veríssimo” nasce da ideia da superação do herói romântico dos oitocentos. São, desse século, a inserção dos mitos fundadores da modernidade na psique ocidental, e foi deles que se lançaram as bases psicológicas e existencialistas da atual ficção heroica ocidental.

Texto e Encenação PEDRO SAAVEDRA

Interpretação ANA VILELA DA COSTA, EDUARDO MOLINA, IVONE FERNANDES-JESUS, MÁRIO COELHO, MÁRIO REDONDO, MIGUEL PONTE E TERESA VAZ

Design de Cena SURUMAKI

Figurinos CLÁUDIA RIBEIRO

Música FRED

Desenho de Luz PAULO SABINO

Sonoplastia RUI MIGUEL

Fotografia ANDREIA MAYER

Vídeo DROID-I.D.

Ilustração RUI GUERRA

Assistência de Encenação RAFAEL FONSECA

Execução da Cenografia TIGRE DE FOGO

Execução de Figurinos MARLENE RODRIGUEZ

Adereços LOURDES FERNANDES

Comunicação PATRÍCIA ROQUE

Design SÓNIA RODRIGUES

Autoria PEDRO SAAVEDRA

Projeto Financiado por REPÚBLICA PORTUGUESA – CULTURA / DGARTES

Com o Apoio de CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA – FUNDO DE EMERGÊNCIA SOCIAL – CULTURA

Apoios DIZPLAY, ESCOLA DE MULHERES, HISTÓRIAS PARALELAS, LAMEIRINHO E LARGO RESIDÊNCIAS

Media Partner RADAR 97.8 FM

Teatro

Um protesto ou o amor que nos faltou

©Fotografia João Pitarma

Sala Experimental da Malaposta

10 a 12 de agosto – 20h30

8€. 75'. M/16



Quando o corpo sente medo, foge, ataca ou neutraliza. Um dia, resistindo à instigação do medo, descobre que o único instinto que lhe resta é a transgressão. À vossa frente, seis corpos reagem à perpetuação da invisibilidade do que é individual. Atiram-se vozes contra as espirais de silêncio que denunciam um tempo feito para termos medos abstratos, absurdos e pouco palpáveis. A fragilidade é o nosso fracasso e é

também o nosso lugar de esperança. Uma crença que os precipita à terra, onde procuram os Manifestos, pessoais, transmissíveis, postos em bandeiras e erguidos perante a paisagem estranha. Esta é uma proposta de Manifestos. Uma proposta que promove um encontro de abordagens teatrais, misturando uma linguagem clássica com uma linguagem performática, cruzando o tradicional e o moderno, o performativo e o autómato. Os Manifestos procuram ser um espaço de purga e de profundo questionamento humano, abordando as coisas que não se dizem e explorando, expondo-as, as coisas que não se fazem com os outros a ver. Não há uma história. Há uma viagem. Uma alucinação de que fazem parte os atores e o público. O que se pretende? Nada. Cada um levará o que conseguir decifrar, o que em si próprio fizer sentido. Trata-se de uma investigação sociológica a que sete atores emprestam as suas memórias, os seus segredos mais íntimos, as suas fragilidades e dão vida às angústias, afinal tão comuns a tantos outros. Um caos de imagens visuais, corpos animais e textos amontoados com o propósito de reflexão sobre a realidade humana. A única forma de nos ajudarmos como sociedade, como indivíduos, é denunciando-nos. Assim, assumimo-nos como instrumento combativo, num esforço coletivo que procura um exercício de introspeção e recolhimento. Alimentamo-nos da estupidez humana, do capitalismo, do medo absurdo e irracional, da falta de humanidade e generosidade. Encontramo-las nos outros e, procurando bem, em nós próprios. Esse desencanto é também o início de uma certa esperança. No espaço, surgem vários universos individuais que se cruzam e se empilham, relacionando-se de forma tanto consonante como dissonante. Os corpos destes universos movem-se para descobrir de que temos medo e do que estamos, afinal, à espera. Procuram equilíbrios entre as dúvidas que nos aceleram o batimento cardíaco e a passividade de compromisso de resposta que nos adormece a ação. No espaço, alguém está à espera. Imperturbável. Enquanto o mundo se aproxima e se afasta. Uma mulher pede desculpa ininterruptamente. Sem motivo e com todo o peso do mundo às costas. Alguém que não se consegue ver, olha-se ao espelho. Alguém tenta esconder tudo o que sente tão profundamente. Alguém bebe até não saber mais o porquê. Alguém está enterrado nas suas memórias e não se consegue libertar sem que isso a mate. Alguém não consegue dizer adeus.

Criação Coletiva [embuscada]

Direção Criativa SÍLVIA MOURA

Encenação e Espaço Cénico SÍLVIA MOURA

Assistência à Encenação CARLOS COLAÇO

Interpretação BRUNO ÁGUAS, CAROLINA GARÇÃO, CATARINA RAMOS, PEDRO MONTEIRO, TIAGO DE ALMEIDA e TIAGO DUARTE

Música MIRAMAR – FRANKIE CHAVEZ E PEIXE

Figurinos [embuscada]

Direção Técnica JOÃO PITARMA

Operação Técnica JOÃO PITARMA E TIAGO SANTOS

Fotografia JOÃO PITARMA

Direção de Produção BRUNO ÁGUAS

Direção de Comunicação CATARINA RAMOS

E também

PARAZOOM

Até 30 dezembro 2021

Para crianças dos 3 aos 10 anos, residentes no concelho de Odivelas Alguém faz anos nos próximos tempos? Que tal preparar uma inesquecível FESTA... EM CASA?!

Em tempos de pandemia não queremos, nem podemos deixar de celebrar os dias especiais.

Se conhece alguém que adora histórias, tal como nós, que tal oferecer-lhe uma sessão de histórias virtual?

Informações e inscrições pelo email: bmdd@cm-odivelas.pt

Exposição

Camões

Até 14 de agosto na Biblioteca Municipal D. Dinis

Entrada gratuita

Exposição Camões promovida pela Câmara Municipal de Odivelas em parceria com o Instituto Camões.

Esta exposição aborda, de uma forma muito simples, alguns dos aspetos mais importantes da vida e obra de uma das maiores figuras literárias da língua portuguesa.

Camões não representa apenas um património comum a todos os países que falam a nossa língua. Na grandeza do seu génio é património da Humanidade.

Exposição

Sensitívós

A.C.A. – Artistas Contemporâneos do Algarve

Até 01 de agosto

Foyer da Malaposta

Entrada gratuita

M/3.

“O toque de alguém, dizia ele, é o verdadeiro lado de cá da pele. Quem nunca é tocado não se cobre nunca, anda como nu. De ossos à mostra”

Valter Hugo Mãe

Exposição

Exposição de Escultura e Pintura

Olhares Fortuitos

Leva imagem

De Carmen Santos

Até 26 de setembro

Para ver das 10h00 às 23h00

Centro de Exposições de Odivelas

Entrada gratuita.

«Esta proposta expositiva centra-se em alguns trabalhos de diferentes fases da minha caminhada artística, que, pela coerência temática e cromática, me pareceu por bem destacar.

A temática do meu trabalho centra-se no universo feminino, ao qual recorro para exaltar temas de natureza poética e mística. Desta forma a exposição salienta aspetos que vão do campo sagrado ao mais profano materializados pelas diversas mulheres representadas.

O nome atribuído à exposição reflete esta escolha, que à priori é furtiva, mas, como todos sabemos, nada acontece furtivamente, pois, se o nosso olhar se detém em algo, será porque houve algum tipo de intenção.

O poema com que inicio a sinopse demonstra o que acabo de referir e ilustra na perfeição a minha exposição. A madrugada começa num rosto alheio que se abre para dar lugar a um mar imenso-quiçá-fortuito, mas que devolve o Ser a quem o contempla. Assim desejo que cada um dos meus trabalhos dialoguem com quem os observar».

Carmen dos Santos

Exposição

Onde o Silêncio e Maior

Até 19 de setembro no Centro de Exposições de Odivelas

Manuel Fernandes
Distribuidor
galp gás para
CANEÇAS
Segunda a Sábado
8h00 às 21h00
96 942 05 24

Clínica 3 Dimensões
Tlf. 21 980 3095
Largo Vieira Caldas 5C, 1685-574 Caneças

Acupuntura,
Massagem Tui Na
Moxabustão
Reflexologia
Ventosaterapia
Dietética
Fitoterapia

A Vidreira da Ramada
Fornecimento e Aplicação de Vidros e Espelhos

Rua Estevão Amarante, 40-A 2620-274 Ramada
Telef.: 21 931 37 41
avidreiraramada@gmail.com



A FÁBRICA DOS ÓCULOS DE ODIVELAS

**EXAME + ARMAÇÃO +
LENTE MONOFOCAIS**

LENTE MONOFOCAIS: orgânicas com anti-reflexo, índice 1.5, esf.4.00 e cil 2.00

DESDE
€75,00

**EXAME + ARMAÇÃO +
LENTE PROGRESSIVAS**

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

DESDE
€250,00

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

(ATÉ 3 DIOPTRIAS DE ESFERA E 2 DE ASTIGMATISMO)

VALE 7,5€

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

VALE 25€

NA COMPRA DE
LENTE 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**

Artes Marciais – Kempo

Um desporto para todos

Texto e Fotos David Braga



Bárbara Silva, Campeã Europeia de Kempo

Tal como prometido, numa anterior edição do Odivelas Notícias, voltámos ao ginásio do Grupo Desportivo dos Bons Dias, para conhecer melhor o Kempo, uma arte marcial que se pratica de norte a sul de Portugal e cujo crescimento tem sido uma constante. E para provar isso, já são quase duas dezenas de milhares de praticantes federados na Federação Portuguesa de Kempo, só na parte competitiva, que se dedicam a esta modalidade. Outros tantos fazem desta arte marcial a sua atividade física sem a preocupação da competição, apenas pelo próprio bem-estar.

Para nos ajudar a desbravar os “segredos” do Kempo, tivemos a oportunidade de falar com os treinadores e praticantes, Nuno Silva e Fernando Seabra e a jovem atleta de dezoito anos, Bárbara Silva.

Mas, comecemos então por uma breve descrição do que é o Kempo dada pelo treinador Nuno Silva. O Kempo é uma arte marcial milenar, oriunda da China que tem na sua génese a defesa pessoal. Ao longo do tempo foi evoluindo



Nuno Silva, Bárbara Silva e Fernando Seabra

até se tornar uma modalidade desportiva afastando-se das questões meramente espirituais, e adaptando-se aos tempos atuais. Esta arte marcial divide-se em várias disciplinas. O Kempo tradicional passa pela prática das “formas” das mãos vazias onde se usam os punhos e as pernas e as “formas” com armas que utilizam, por exemplo, as matracas e as lanças, bem como a componente da defesa pessoal. Nesta variante, apesar de não ter combates, os atletas podem ser avaliados em provas, através das pontuações de júris que avaliam os movimentos e técnicas dos praticantes. Existe também o Kempo de Competição onde, aqui sim, existe o combate entre atletas que usam as técnicas de punhos e pernas para derrotar o oponente. Na competição existem três categorias. O Semi-Kempo que visa a rapidez e a técnica, e que está vocacionada para os mais jovens, onde os combates são disputados ao ponto. O Light Kempo que já é mais competitivo dado que o combate é corrido e é uma rampa de lançamento para o Full-Kempo que é a disciplina de competição, por excelência, desta arte marcial.

A chegada desta modalidade ao GDBD, segundo o treinador Fernando Seabra, dá-se; «Pela necessidade de se arranjar um espaço para treinar, o clube ter esse espaço e juntou-se o útil ao agradável». O projeto já vai para o segundo ano com resultados muito positivos (ver edição 365 ON), com triunfos inclusive na Taça de Portugal.

E por falar, ou neste caso, escrever sobre resultados desportivos, nada melhor que introduzir nesta reportagem a jovem praticante Bárbara Silva que com apenas 18 anos já é Campeã Europeia da modalidade. A paixão pelo Kempo advém da disciplina que este desporto lhe incute e pelo

gosto que tem em competir, aproveitando as várias provas organizadas pela federação ao longo do ano. Mesmo tendo experimentado outras modalidades a escolha da Bárbara recaiu no Kempo por se sentir integrada e por este desporto se tornar uma segunda família com uma constante troca de experiências entre os praticantes, nomeadamente quando das competições. A parte psicológica que é trabalhada no Kempo é outro fator chave para Bárbara Silva. «A valorização do atleta, o fazer-nos acreditar que é possível é um fator que me motiva ainda mais». A Campeã da Europa desafia todos a experimentar a modalidade; «Porque de certeza que vão gostar». Ela própria já ajuda os mais novos neste desporto, demonstrando como se fazem determinados movimentos. Também os treinadores Nuno e Fernando têm a mesma opinião. O Kempo adequa-se a todas as idades, ninguém é excluído. Os movimentos e as técnicas usadas tanto podem ser executados por miúdos de 6 anos, como por seniores de 70 anos. Tal como refere Nuno Silva; «Os treinadores estão devidamente habilitados, fazem constantes ações de reciclagem para poderem dar respostas a todos os praticantes que nos aparecerem». Os ganhos com a prática do Kempo são notórios, desde se sentirem mais confiantes, terem mais controlo nas suas reações, passando obviamente pelos ganhos físicos inerentes a uma prática desportiva regular, os atletas desta arte marcial vinda da China vão sendo, por isso, cada vez mais.

Para mais informações sobre esta arte marcial praticada na Ramada, basta consultar a página do Facebook da secção pesquisando por; Grupo Desportivo dos Bons Dias _ KEMPO / Fitkempo.



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



O Leandro

RESTAURANTE • CHURRASQUEIRA • PETISQUEIRA



MARISCO FRESCO TODOS OS DIAS

Rua de Angola n° 7, Loja esqª 1685-469 Caneças

Tlf 216 095 116 **Tlm** 967 570 765



MIRANTE

E a primeira medalha de ouro vai para?

É bem verdade, caros amigos eleitores, e a primeira medalha de ouro para Portugal vai para... Ricardo Salgado.

Ah, pois, é, o verdadeiro atleta olímpico veterano.

Ele é cambalhotas atrás, espargatas, mortais encarpados, mas foi no lançamento de areia aos olhos que se notabilizou.

Medalha de ouro.

Nada mau. Não consegue deslocar-se ao tribunal por motivos de saúde, mas para ir de férias para a Sardenha e dar um pulinho à Suíça... claro que foi para fazer exames, mas não de saúde. Bem para ver as minhas contas bancárias é que não foi de certeza, porque se fosse o senhor tinha um ataque cardíaco.

E a segunda medalha de ouro vai para Otelo, o salvador da pátria, ou não.

O comité olímpico teve de arranjar uma nova modalidade, tiro com granada e com bomba.

Lá vêm os fofinhos do costume branquear e romantizar um criminoso.

Bem, pelo menos tem a certeza que vai para o céu porque aqui na terra fez o inferno a muitas famílias.

Coitado, nem teve honras de estado na hora da despedida.

Quanto aos outros atletas, aqueles, os verdadeiros que tem de trabalhar a sério para obterem resultados, parece que não estão a ter a vida fácil.

No Ténis, no Judo, no Ciclismo, e por aí fora, os resultados não estão a ser os esperados.

Bem, a esperança é a última morrer e até ao lavar dos cestos é vindima.

Sinceramente adoraria ouvir a Portuguesa, mas pelos melhores motivos. Isto é pelos resultados desportivos.

Até lá tenho de me contentar com os jogos de futebol de preparação e dos torneios de solteiros e casados.

Pelo menos, no desfile da cerimónia, os porta-estandartes portugueses deram espetáculo, viralizaram e correram mundo.

Já não perdemos tudo. Emprestámos e demos boa disposição a todo o mundo.

Ah pois é.

Valham-me as férias que se aproximam e a campanha eleitoral para as autárquicas para animar o pessoal ou não.

Lá veem as palavras e promessas ocas e o lavar de roupa suja. Tudo boa gente, pelo menos até provas em contrário.

No próximo fim de semana temos a primeira prova de fogo, não, não estou a falar da FP25, estou a falar da disputa da Super Taça de Futebol.

Bem, de uma coisa tenho a certeza e posso adiantar, o Sporting vai ganhar!

Falta saber se é o Sporting de Braga ou o Sporting Clube de Portugal.

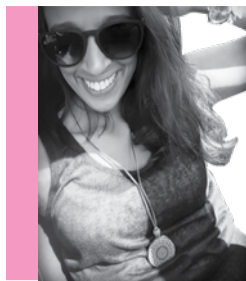
Pois, ando mesmo a precisar de férias.

Bem, vou tomar a medicação.

Quem sabe, pode ser que resulte.

Boas férias.

Até 09 de setembro.



VISÃO DE UMA JOVEM MULHER

Por **Andreia Fernandes**
Cronista

Mais atenção nas estradas, por favor

Hoje deixo um apelo, naquele que é o espaço que estimo para partilhar convosco de tudo um pouco, o que me é particularmente significativo.

Os mais atentos já devem ter percebido a minha enorme paixão pelo campo e pelos animais. Pois bem, é precisamente esse o meu apelo, peço que, na euforia destas férias, não esqueçamos a atenção redobrada nas estradas, não só pelos animais que são, infelizmente, abandonados como também pelos que livremente vivem a sua vida em liberdade desconhecendo os perigos das estradas.

Não há uma ida ao Alentejo em que não veja, pelo menos, dois a três animais atropelados na estrada. Desde raposas a ginetas, texugos, saca-rabos ou ouriços, etc. Seja Verão ou Inverno, há sempre animais atropelados na estrada, o que é lamentável.

Nem sempre se pode prever quando um animal se atravessa na estrada, sei bem como é. No meu caso, ando à procura deles para os observar, no seu habitat natural, e são completamente imprevisíveis. Contudo a sinalização e bom senso tem que imperar no nosso caso, porque somos nós o ser racional e sabemos de antemão que existem animais passíveis de surgir a qualquer momento.

Por isso faço este apelo, por si e pelos próprios animais. Se conduzir a norte, tenha atenção ao gado na estrada, as vacas andam soltas, as ovelhas e cabras podem surgir do nada, e numa curva pode apanhar um valente susto. Nada que não se resolva se for cauteloso e apreciar tanto a paisagem como os animais. Se conduzir a sul, tenha atenção aos pequenos felpudos curiosos que se arriscam a atravessar a rua, ou aos répteis que se estiram ao calor do alcatrão torrando ao sol ardente.

Sobretudo de noite a cautela deve ser mantida a um nível superior, porque todos estes saem com maior confiança, inclusive as aves noturnas que por vezes se deixam ver no solo. Grandes armadilhas se constituem os faróis dos carros. Sabemos bem que essa é até a forma de muitos "caçadores" encadearem as suas vítimas (óbvio que não lhes chamarei de presas!), e as atropelarem sem dó nem piedade, que o digam alguns coelhinhos e raposas...

De lembrar, ainda, que muitos animais são por esta altura abandonados nas estradas por pessoas cobardes, sem coração, egoístas e insensíveis. Pessoas que sem qualquer compaixão os deixam para trás porque precisam tirar férias, precisam ir de férias, querem ter férias. E essas mesmas não incluem os seus animais. Pessoas que não merecem sequer ter animais. Pessoas que não merecem ser chamadas como tal.

Adiante. Esses animais, podem também vir a surgir numa qualquer estrada e vir a ser vítimas de atropelamento. Basta pensar no desespero dos mesmos, longe de casa, dos donos, sem saber o que aconteceu e o porquê. Também tenho visto, infelizmente, muitos animais domésticos atropelados na estrada.

Infelizmente é preciso termos a nossa atenção redobrada e pensarmos em todos estes fatores, pelos animais que não têm culpa e por nós que também podemos vir a sofrer acidentes graves por descontrolo.

Deixo assim o meu apelo, de coração apertado, pelos inúmeros animais que tenho visto perdidos, pelos animais magníficos que temos neste nosso país rico em fauna e flora.

Votos de boas férias, em segurança.

Bem-haja.



ORÇAMENTOS GRÁTIS

SOFTWARE DE FATURAÇÃO
REPARAÇÃO COMPUTADORES
MATERIAL INFORMÁTICO
SOFTWARE/HARDWARE
REMOÇÃO DE VIRUS E SPYWARE
RECUPERAÇÃO DE DADOS

RUA DOS BOMBEIROS
VOLUNTÁRIOS LT 16 R7C 16675-570 CANEÇAS

TEL 218 209 520 - TLM 966 919 414
GERAL@INFORCANEÇAS.PT

WWW.INFORCANEÇAS.PT

♈ Carneiro 21 de Março a 20 de Abril

Carta da Semana: 6 de Copas, que significa Nostalgia. Amor: A recordação de um amor do passado poderá deixá-lo muito nostálgico. Saúde: Cuide da sua alimentação com maior rigor. Dinheiro: Procure ser melhor naquilo que faz. Dê prioridade ao profissionalismo. O mal não merece comentários, ele só atrai resultados negativos! Pensamento positivo: Vivo o presente com confiança! Números da Sorte: 1, 3, 24, 29, 33, 36

♉ Touro 21 de Abril a 20 de Maio

Carta da Semana: 3 de Espadas, que significa Amizade, Equilíbrio. Amor: Semana favorável ao convívio familiar. Cumpra sempre as normas de segurança. Saúde: Pode sentir-se mais cansado do que é habitual. Aprenda a relaxar. Dinheiro: Mantenha os pés assentes na terra e saiba aquilo com que conta. Pense melhor antes de agir. Pensamento positivo: Eu tenho pensamentos positivos e a Luz invade a minha vida! Números da Sorte: 7, 11, 18, 25, 47, 48

♊ Gémeos 22 de Maio a 21 de Junho

Carta da Semana: 2 de Espadas, que significa Afeição, Falsidade. Amor: Cuidado com as falsas amizades. Avalie bem o caráter de um conhecido antes de lhe confiar algo importante sobre si. Saúde: A sonolência e a preguiça podem marcar a sua semana. Procure travar essa tendência. Dinheiro: Seja mais compreensivo com os seus colegas de trabalho. Se agir dessa forma conseguirá manter um bom ambiente. Pensamento positivo: Sou bondoso e verdadeiro e, assim, a felicidade e o bem-estar são constantes na minha vida! Números da Sorte: 4, 6, 7, 18, 19, 33

♋ Caranguejo 22 de Junho a 23 de Julho

Carta da Semana: 2 de Copas, que significa Amor. Amor: O amor está em destaque nesta semana. Faça os possíveis para manter essa energia positiva a vibrar no seu coração. Saúde: Propensão para uma pequena indisposição. Se achar necessário consulte o seu médico. Dinheiro: As suas qualidades profissionais serão reconhecidas e até pode ser recompensado. Pensamento positivo: O Amor invade o meu coração. Números da Sorte: 9, 11, 25, 27, 39, 47

♌ Leão 24 de Julho a 23 de Agosto

Carta da Semana: Ás de Paus, que significa Energia. Amor: Mantenha a alegria e o otimismo que o caracterizam. Motivará as pessoas que estão ao seu redor. Saúde: Evite exagerar nos treinos desportivos, corre risco de sofrer lesões e acidentes. Dinheiro: Conseguirá facilmente superar desafios. Pensamento positivo: Eu sei que posso mudar a minha vida. Números da Sorte: 10, 20, 36, 39, 44

♍ Virgem 24 de Agosto a 23 de Setembro

Carta da Semana: 3 de Paus, que significa Iniciativa. Amor: Faça planos românticos com a sua cara-metade. Será positivo para ambos. Saúde: Cuidado com aquilo que come. Evite pôr em risco a sua dieta. Dinheiro: Defenda-se de alguém mal-intencionado, sendo honesto e consciente das suas capacidades. Pensamento positivo: Sou otimista, espero que me aconteça o melhor! Números da Sorte: 7, 18, 19, 26, 38, 44

♎ Balança 24 de Setembro a 22 de Outubro

Carta da Semana: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: Seja honesto com a sua cara-metade e com os que o rodeiam. Saúde: Descanse o máximo que puder. Se tiver oportunidade, faça uma massagem. Dinheiro: Evite delegar tarefas de responsabilidade a outros colegas. Seja rigoroso e cumpra-as do princípio ao fim. Pensamento positivo: Eu tenho força mesmo nos momentos mais difíceis! Números da Sorte: 1, 8, 42, 46, 47, 49

♏ Escorpião 23 de Outubro a 22 de Novembro

Carta da Semana: 4 de Copas, que significa Desgosto. Amor: A sua experiência de vida pode ajudar um amigo a orientar a sua vida. Seja solidário com quem solicitar o seu apoio. Saúde: Procure fazer uma alimentação mais equilibrada. Dinheiro: Seja mais dedicado ao trabalho. Evite desistir dos seus objetivos. Pensamento positivo: Eu acredito que todos os desgostos são passageiros, e todos os problemas têm solução. Números da Sorte: 4, 9, 11, 22, 34, 39

♐ Sagitário 23 de Novembro a 21 de Dezembro

Carta da Semana: Ás de Copas, que significa Princípio do Amor, Grande Alegria. Amor: Período favorável ao romance. Poderá surgir uma pessoa que se tornará muito importante na sua vida. Amor e compreensão curam todas as maleitas do coração. Saúde: Cumpra o horário das refeições. Evite passar muitas horas sem comer. Dinheiro: Acautele-se contra possíveis perdas de dinheiro. Prevína-se para não sofrer dissabores. Pensamento positivo: O amor enche de alegria o meu coração! Números da Sorte: 1, 2, 8, 16, 22, 39

♑ Capricórnio 22 de Dezembro a 20 de Janeiro

Carta da Semana: Valeta de Espadas, que significa Vigilante e Atento. Amor: Procure fazer uma surpresa à sua cara-metade recriando um cenário romântico. Saúde: Precisa de descansar um pouco mais. Dinheiro: Evite comentar os seus planos profissionais. Guarde as suas intenções a sete chaves. Pensamento positivo: Vivo de acordo com a minha consciência. Números da Sorte: 7, 13, 17, 29, 34, 36

♒ Aquário 21 de Janeiro a 19 de Fevereiro

Carta da Semana: 6 de Ouros, que significa Generosidade. Amor: Evite ter o seu coração fechado. Dê a si mesmo a oportunidade para conquistar a felicidade! Saúde: Prevína-se contra constipações, proteja as vias respiratórias. Dinheiro: Reflita sobre uma proposta profissional que lhe poderá ser feita. Pensamento positivo: O meu único Juiz é Deus. Números da Sorte: 7, 11, 19, 24, 25, 33

♈ Peixes 19 de Fevereiro a 20 de Março

Carta da Semana: 8 de Ouros, que significa Esforço Pessoal. Amor: Evite precipitar-se nas decisões que toma. Pense bem para que não se arrependa mais tarde. Saúde: Poderá ter problemas digestivos. Coma melhor. Dinheiro: Analise as suas finanças e veja como pode rentabilizá-las. Pensamento positivo: Esforço-me por dar o meu melhor todos os dias. Números da Sorte: 5, 25, 33, 49, 51, 64

Maria Helena 210 929 030

Versos ao amor

Teus olhos...
Teus olhos e o teu sereno e
Limpo sorriso, transportam-me
A magia do belo e limpo
luar de agosto.

Teus olhos, são dois belos
lagos
Onde navegam a beleza e a
Serenidade.
Dizem que os olhos são o
Espelho da alma.
Os teus falam comigo e são
O bálsamo que me acalma.

Quando os teus olhos
Sorriem
Toda a beleza do mundo
mora dentro deles.

Quisera eu, meus olhos
Marinheiros
Ser poeta de todos os
Tamanhos, navegar no
Lago sereno e belo
Dos teus olhos castanhos.

E depois, desse navegar

Nos olhos da minha paixão
Finalmente poder acostar
Nesse porto de abrigo que é
O teu coração.

Se tu fosses...
Amor, se tu fosses fruta
Serias a maçã mais fresca
E perfumada, colhida no meu
Pomar.

Amor, se os teus lábios
Fossem morangos, queria-os
Tocando os meus para sentir
A doçura dos teus.

Amor, se tu fosses vinha
Darias as uvas mais gostosas
Do mundo.
E do teu sumo, sairia um
Delicioso vinho com que
Me embriagava todas as
noites.

Ah, amor! mas se tu fosses
uma outra bebida, então tu
terias o aroma, o sabor do
Tropical e excitante café
Que eu beberia todas as
Manhãs!

Arlindo De Jesus Costa

Diz correndo Episódio 218

Leitores Meus Que Viajais, nem que seja nas asas dos sonhos, aproveitai as previstas novas normas de abrandamento e daí "para fora cá dentro", como dizia o publicitário. Nós fomos. Fomos "apanhar" um cheirinho de Santarém, cidade tão perto e tão longe, se não a visitarmos. O que é grave, pois foi conquistada aos Mouros em 1147, por Dom Afonso Henriques e sua rapaziada. Fazendo as contas dá 874 anos. De que é que estão à espera, para lá irem? Passem primeiro pelo posto de turismo na Rua Capelo Ivens, 63, mas usem o GPS porque só há uma placa indicativa, que vos atira para um intrincado de ruas estreitas, no centro da zona histórica. E o posto fica numa loja vulgar, sem placa indicativa como têm as farmácias, por exemplo. A funcionária disse que vai ser tudo remodelado, como aliás muitas outras coisas já estão a ser. O Mercado Municipal e as Ruínas Romanas estão entaipados, por exemplo. Do mapa oferecido no turismo retiramos 70 pontos visitáveis, mas, com a pandemia está quase tudo fechado. E quando não está, empurram-nos para fechar, como fez o pároco da Igreja de Marvila, no fim da Missa. O que estava aberto, mas é pago, valeu a pena visitar. O Museu Diocesano, que dá acesso à Catedral, e pode-se fotografar à vontade, sem limite de tempo. Por fora, tudo se pode ver e fotografar. É o caso do Jardim das Portas do Sol e do Miradouro de São Bento, ambos debruçados sobre a lezíria a nascente, podendo ver-se o Tejo a serpentear, rompendo os campos verdes da lezíria, desenhados em polígonos de variadas culturas. É lindo e faz

sonhar.

Num deles há uma cisterna muito antiga, e funda, presumo, que vai ao Tejo buscar a água de que as gentes sitiadas no Castelo precisavam no dia-a-dia. Infelizmente, por "haver risco de queda", o acesso está vedado. À Portuguesa, digo eu. Sentado numa das muralhas sobranceiras à lezíria, olhando os campos onde "mouream as gentes", imaginei.....

A Moira

Sou moira desencantada,
Pois me sinto aprisionada,
Sem que de nada me prive;
Do alto desta muralha,
Vejo até onde me calha,
E só o Tejo é livre.

As águas que vão correndo,
Nunca o passado revendo,
Vão ter a causa maior;
Eu vejo a vida passando,
Com um fim que não comando,
Desconhecendo o Amor.

Se ao menos um cavaleiro,
Mesmo bruto, sem dinheiro,
Me viesse conquistar,
Eu até me convertia,
Outra Fé aprenderia,
Só para poder amar.

E o conselho da semana é: «O vírus não vai de férias. Tem cuidado, se vai».

José Duarte

EUROMILHÕES 5 9 19 21 25 10 12 Último Sorteio 27/07/2021

MILHÃO SRW 04583 Último Sorteio 23/07/2021

totoloto 12 15 22 26 33 11 Último Sorteio 24/07/2021

lotaria clássica 1º Prémio 11766 Último Extração 22/07/2021

lotaria popular 1º Prémio 11766 Último Extração 22/07/2021

totobola 112 222 XX2 1111 2 Último Concurso 25/07/2021

Agência JOGOS SINDICADA

Loja 1 Rua República 126-A - 1685-591 Caneças. Tel. 219814853.

Loja 2 Rua Pulido Valente N.º 16 Loja 1 Odivelas Tel. 219325454

jp COMUNICAÇÕES

PUB

Farmácias de Serviço Local
Semana de 29 de Julho a 4 de Agosto

Quinta-Feira

Sena Belo Rua Antero de Quental, 8 - a
Patameiras Telef.: 219 325 455

Sexta	Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta
Azevedo Irmão e Veiga Av. da Liberdade, Nº 23-A Bons Dias - Ramada Tif.: 219 345 880	Tanara Strada Outlet, loja 1.048 Estrada da Paiã - Casal do Troca Tif.: 219 341 986	Odivelas Rua Prof. Dr. Augusto breu Lopes, 29 Odivelas Tif.: 219 315 446	Caneças Rua da República, 50 C Loja 6 Caneças Tif.: 219 531 961	Cipriano Rua Dr. Mário Sacramento, 9 - C/V Quinta da Quintinha - Póvoa de Santo Adrião Tif.: 219 372 803	Famões Rua Jose António Carvalho, 16 E Quinta das Pretas - Famões Tif.: 219 344 161

Não se preocupe! A farmácia vai até si! Ligue **219 800 040** **912 887 700**

PUB

Tempo no Concelho
Semana de 29 de Julho a 4 de Agosto

Quinta-feira
Max **29°** Min **18°**

SEXTA	SÁBADO	DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA
Max 26° Min 17° Nublado	Max 26° Min 17° Nublado	Max 25° Min 18° Nublado	Max 27° Min 16° Sol	Max 29° Min 17° Sol	Max 25° Min 17° Sol

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

Obituário

Funerária dos Pombais

Funeral / Inumações
Exumações / Trasladação
Cremação
Urnas
Sepulturas e Jazigos
Serviço Nacional - 24 horas/dia

Numero Verde
800 100 076

932 558 310
962 598 441
918 643947

Rua Dr Sidónio Pais 62-B
2675 -503 Odivelas

Funerária Paulo Lameiras, Lda

*Dedicação e Profissionalismo
ao seu dispôr.*

Numero Verde
800 107 537

Funerais
Cremações
Exumações
Trasladações

933 254 654
Serviços religiosos
Serviço Permanente 24 horas por dia
lamelasodivelas@sapo.pt

Rua St Eloy 13-E, 1675-176 Pontinha PONTINHA, Portugal

AGORA COM NOVO STAND DE USADOS
MAIS DE 50 VIATURAS EM STOCK



Mini one 1.6 standard 2012
12000€



Dacia Lodgy 1.5 Blue Dci 7L 115cv
2020 - **20990€**



Renault Megane St 1.5 Blue dci 115cv
2020 - **21990€**



Renault Twingo ZE 22 intens 2020 -
22850€



Renault Captur 1.6 E-tech Plug in
exclusive 2020 - **32200€**



Renault Clio V 1.0 Tce intens 2019 -
14350€



Renault Zoe intens 50 2020
24850€



Renault clio 1.5 dci hashtag 2016 -
15750€



Renault Zoe Ze intens 40 flex 2017 -
13990€



Renault Megane st 1,5 Blue dci GT
Line 2019 - **20990€**



Renault Megane st 1,5 Blue dci GT
Line 2019 - **20990€**



Renault Megane berlina 1.5 Blue dci
115cv limited 2019 - **18990€**



Renault Megane st 1,5 Blue dci GT
Line 2019 - **20990€**



Renault Megane berlina 1.5 Blue dci
115cv limited 2019 - **18990€**



Renault Megane st 1.5 Blue dci 115cv
bose edition 2019 - **21990€**



Renault Clio V 1.0 Tce intens 2019 -
14350€

GPS Lat:38.796456744541 Long: -9.167232513427734

Rua Norberto de Oliveira 8-8A e 10-10A
2620-111 Póvoa de Santo Adrião
Tel.: 219 382 910
geral@autocambota.pt

Gatos na banda desenhada



«De todas as criaturas de Deus, só uma não pode ser escravizada pela trela. Essa criatura é o gato».

Mark Twain

Óscar, gato nascido a 25 de Abril de 2021 é o mais recente membro da família do autor destas linhas. Deu-me a ideia de entrecruzar algo sobre estes belos animais de companhia e algumas aparições na banda desenhada. Prova que estamos perante um felídeo que existe em muitas famílias e que se presta a várias representações nas artes.

Na banda desenhada descobrimos e mostramos alguns.

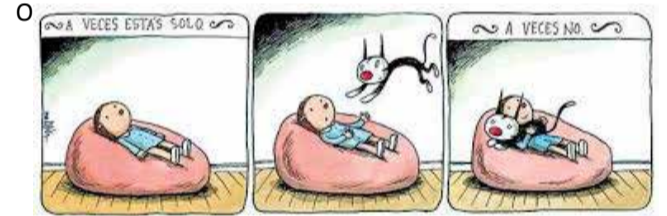
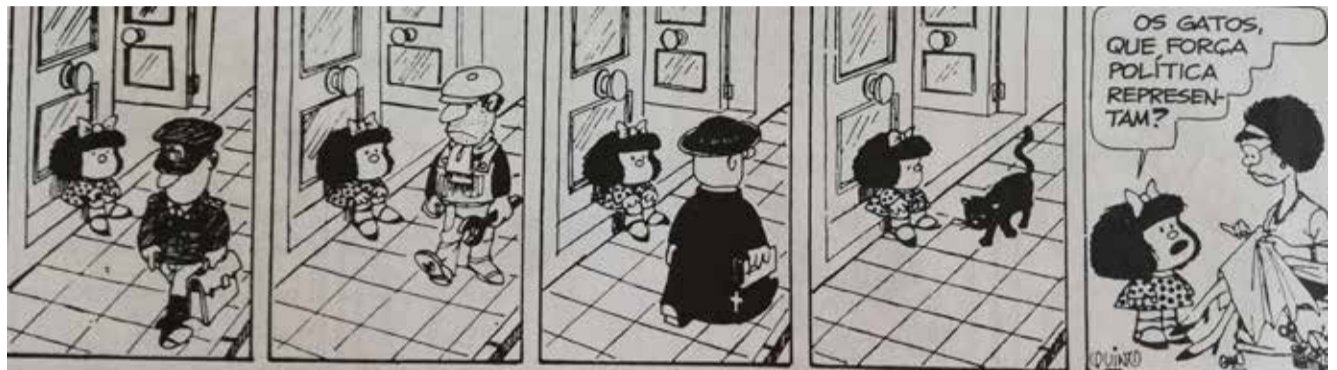
Há os mais célebres – Garfield, Fellini – e os mais discretos, concedendo a celebridade aos seus criadores – Quino, Ricardo Liniers, Carlos Roque, José Abrantes, Hugo Teixeira, Sónia Carmo – e também vos mostro autógrafos desenhados por autores que estiveram em vários AmadoraBD: Ricardo Cabral, Mosi, Yara Kono e Patrícia Breccia.

Cada um destes criadores possibilita um artigo individual. Mas, dos autores citados, apenas já contemplamos Quino num artigo publicado em Odivelas Notícias Nº 327, de 8 de outubro de 2020. Para mais adiante temos em plano falar

de José Abrantes e de Ricardo Liniers... Como poderá ser do vosso conhecimento, dois dos meus escritores favoritos são Mário Cesariny, que tinha dois gatos e também reuniu no livro "Jornal do Gato" correspondência com companheiros surrealistas e Manuel António Pina, já várias vezes por mim citado. No livro "Manuel António Pina – Dito em voz alta", que reúne várias entrevistas, escreve



o jornalista Carlos Vaz Marques: «Há muitos gatos pela casa do poeta. Como também os há na poesia de M.A.P. Poemas que são como gatos: insinuantes e discretos, mas simultaneamente, aos poucos, ocupantes quase invisíveis de um território cada vez mais vasto. Em cada gato há outro



gato, escreve».

Este artigo sobre gatos, que de banda desenhada só os terá nas vinhetas que publicamos, é mais o elogio do simpático bichano – tantas vezes abandonado quando das férias dos donos – e um voto para que acompanhem os nossos leitores para os seus locais de veraneio. São tranquilos e excelente companhia.

Um estudo feito por duas instituições britânicas inquiriu 600 pessoas com e sem gatos. «Das que tinham gato, 87% disseram que o seu animal de estimação tinha um efeito positivo no seu bem-estar e 30% disseram que fazer festas a um gato era calmante e benéfico. Três quartos dos entrevistados disseram que conseguiam lidar melhor com a vida quotidiana na presença de gatos.» (Sally Morgan; "O que sabe o seu gato?"; Edição Vogais, p.153)

Proponho que vejam o que estes links propõem e acredito que vão levar convosco os vossos gatos e/ou outros animais de estimação.

https://www.youtube.com/watch?v=qRG6h6H0_ho
<https://www.youtube.com/watch?v=3N2TqT6uc>

amor cabe em qualquer local da "bagagem" e em qualquer "canto da casa".

Miguel de Sousa Ferreira

Agora no C.C. da Arroja

Loja 57 - 1º andar

CENTRO DE PRODUÇÃO GRÁFICA

Fotocópias | Impressão Digital a cores e P/B

Pequenos e grandes formatos

Digitalizações | Encadernações | Plastificações

Serviço de corte (guilhotina) | Estampagem Têxtil | Postais

Brindes | Diplomas | Cartas | Orçamentos | Convites Diversos

Descontos especiais para estudantes, professores e bombeiros

APOIO AO CLIENTE NA UTILIZAÇÃO DA INTERNET

Formulários, Recibos verdes e de renda, Faturas Eletrónicas,
Currículos, Impressos Diversos, Criação de contas de E-mail,
Envio e receção de email, Páginas do Facebook, Compras Online, Pedido
de Senhas

FOTOGRAFIA E VÍDEO

Reportagens em Fotografia e Vídeo de todo o género de eventos

Vídeo Projeção | Impressão de Fotografia em vários formatos

Impressão de Telas

Montagem e sonorização de vídeos caseiros

Passagem de fotografias para CD e DVD

Condições especiais para empresas (com recolha e entrega)



IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS

Envie os seus ficheiros



clientes @if-pt.com



962 646 230

A diversidade e a discriminação

Ao longo da História, do que se conhece desde os inícios da Humanidade até aos nossos tempos, **tem-se verificado uma grande diversidade de costumes e de regras no que se refere à sexualidade e às formas de relacionamento e conjugalidade entre os seres humanos.**

Em muitas sociedades e culturas não houve qualquer discriminação nestas matérias. A partir de certa altura, em diversas sociedades, começou a falar-se de actos e de costumes contranatura ou de actos e costumes anti-sociais, condenáveis, e a criar certos interditos e discriminações a indivíduos que os praticavam.

Hoje, o nosso conhecimento alargado do mundo, dos costumes e ideologias das diversas sociedades e da grande diversidade que se verifica nos gostos e nas práticas individuais dentro de cada sociedade, bem como o próprio avanço das ciências da natureza e das diversas ciências sociais, permite uma visão mais isenta e crítica da realidade e uma análise mais profunda das diversas normas, regras, imposições, interditos e ideologias que foram surgindo e das que hoje estão presentes no que se refere a sexualidades, a relacionamentos e a estruturas familiares.

É possível ter um olhar mais informado e lúcido sobre as discriminações e sobre as suas causas e consequências, bem como sobre a diversidade, como característica fundamental da natureza, incluindo os seres humanos e as sociedades que vão construindo e em que se vão inserindo.

É possível interrogar, questionar e analisar muitas ideias que são tomadas como certas e adquiridas por grande número de pessoas em cada sociedade, no nosso tempo, e é possível analisar as tendências que vão surgindo, rumo às sociedades futuras, necessariamente diferentes das anteriores, como sempre aconteceu.

O problema é premente para todos, mas sobretudo para as vítimas de discriminações, perseguições, violências físicas e psicológicas, que, frequentemente, conduzem até a homicídios, à violência conjugal e, em

muitos países, a perseguição e penalização por parte do Estado, que pode ir até à pena e morte. Para estas e também para quem não sente bem a viver numa sociedade que persegue alguns dos seus membros por razões que em nada prejudicam outros.

Há alguma razão para discriminar ou classificar as pessoas tendo como critério os seus gostos e hábitos em matéria de práticas sexuais ou de parceiros sexuais e afectivos?

Não há causas racionais ou

Há alguma razão para discriminar ou classificar as pessoas tendo como critério os seus gostos e hábitos em matéria de práticas sexuais ou de parceiros sexuais e afectivos?

éticas que justifiquem a sanção social ou a intervenção do Estado nos gostos particulares de cada indivíduo, seja em que matéria for, desde que não obriguem outros a ter práticas ou hábitos que vão contra a sua vontade. Ou que não imponham pela força (física ou psicológica) práticas e relacionamentos a pessoas que não têm condição para tomar decisões conscientes e devidamente informadas sobre as suas acções, como é o caso de crianças e jovens até uma certa idade (definida por cada sociedade) ou de pessoas com deficiência mental.

As práticas e os tipos de relacionamento que numas sociedades têm sido condenadas ou têm sido mal aceites, noutras foram louvadas, incentivadas e, em algumas sociedades, fizeram até parte de rituais de natureza religiosa e, até mesmo, de iniciação ou de passagem à idade adulta, com carácter social.

A sexualidade de cada ser humano não é, também, uma mera escolha sua, pela qual seja possível responsabilizá-lo. Não se sabe ainda exacta e completamente qual o papel de factores inatos, de factores adquiridos e de factores resultantes de decisões próprias. Sabe-se, sim, com toda a certeza, que os gostos e preferências sexuais, tais como outros, não são uma escolha consciente e que alguém possa impor a si própria pela acção da vontade.

Há uma combinação de factores e de circunstâncias que vão ajudando e condicionando cada um na construção da sua sexualidade.

A monogamia compulsória e a heterossexualidade normativa são *normas* que se pretendem universais. A não-monogamia, a pansexualidade (ou as diversas não-heterossexualidades) não pretendem ser normas universais, são características individuais, são *não-normas*.

O que é que é natural e o que é contra-natura? Mui-

tas vezes esse conceito é invocado tendo por base a vontades dos deuses e o bem da sociedade, transformados em argumentos que, na realidade, são instrumentos para o exercício de poder.

É interessante o estudo, através dos documentos da época, dos processos de colonização de outros continentes, por parte dos europeus, no que respeita às questões da sexualidade e dos relacionamentos afectivos e conjugais.

Nos povos encontrados (por exemplo nas Américas, mas não só), os colonizadores europeus foram encontrar práticas sexuais entre pessoas do mesmo sexo e entre pessoas de sexo diferente, que hoje designamos por homossexualidade

(masculina e feminina), bissexualidade e pansexualidade, foram encontrar concepções e comportamentos de género diferentes do binarismo, com a existência de pessoas que não se enquadravam nem no sexo masculino nem no feminino (segundo as concepções e designações europeias) e foram encontrar práticas não-monogâmicas e de conjugalidades (tanto homossexuais como heterossexuais) sucessivas, que facilmente se faziam e desfaziam, em que os parceiros se uniam e separavam, naturalmente, por acordo e sem dramas.

Um dos esforços desenvolvidos com grande empenho foram a heterosse-

xualização e a monogamização dos povos pré-coloniais encontrados nas Américas, incluindo a separação de filhos dos pais para serem educados segundo os costumes europeus e as normas morais europeias, usando a força militar e as instituições religiosas como instrumentos fundamentais e recorrendo a severas punições, incluindo a pena de morte, por prática de sodomia, por exemplo.

Seriam as concepções dominantes nas sociedades europeias e nas sociedades em que as religiões abraâmicas ditavam a moral oficialmente vigente mais "naturais" do que as dos outros povos, acusados de práticas contranatura?

As práticas sexuais e os gostos e preferências em matéria sexual e em matéria amorosa são questões que pertencem ao domínio do gosto. Como todas as questões de gosto, são questões do âmbito privado, matérias que dizem respeito apenas ao indivíduo e às pessoas com quem ele escolhe relacionar-se. Em matéria de gostos alimentares, por exemplo, não se fala em "orientações alimentares" e não se discrimina nem pune.

Nas sociedades, como a nossa, sujeitas ainda a ideologias discriminatórias e anti-científicas, criou-se uma cultura difusa contra a diversidade e contra os que são diferentes das maiorias visíveis.

Mas também dentro das minorias discriminadas existe intolerância de alguns subgrupos em relação a outros subgrupos.

Só muito recentemente a não-heterossexualidade e a transgeneridade foram retiradas das listas oficiais de doenças pelos organismos médicos e de saúde internacionais, ao arrepio da sua patologização criada nos finais do séc. XIX na Europa.

Se a criação de identidades e rótulos é uma ferramenta de discriminação, de hierarquização e de poder, também se torna, para os discriminados, um instrumento de união e de reforço da sua luta pela igualdade.

Muito se fala no direito à diferença. **Hoje reconhece-**

se que a diversidade é uma característica intrínseca do Universo, da Natureza e dos seres humanos. O que acontece é haver características e padrões mais frequentes do que outros.

Há pessoas, com determinadas características e necessidades, em que a limitação a práticas exclusivamente heterossexuais ou monogâmicas chocam com o seu equilíbrio físico, mental e emocional. Há mais de 700 mil milhões de pessoas diferentes. Mas há muitas pessoas e grupos para quem essa diferença não é indiferente, é motivo de discriminação.

Todos os dias isso custa a vida a muitas pessoas no mundo. Todos os dias causa sofrimento a muitos milhões de pessoas em todo o mundo.

Como escreveu, há pouco tempo, Júlio Machado Vaz, **há um esmagador número de pessoas que não têm direito à indiferença, no que se refere a muitas dessas características. E para se ter direito à indiferença tem sempre sido necessário lutar publicamente e corajosamente pelo direito à diferença.**

Só se tem direito à diferença quando não se é apontado a dedo, discriminado ou objecto de sarcasmo ou punição por alguma destas características. Quanto todas ou, pelo menos, a maioria das pessoas não repararem especialmente nelas como factor distintivo entre os seres humanos, quando forem indiferentes a elas. Só se tem direito à diferença quando ela não der origem a sofrimento, por vezes enorme, devido à atitude e à acção de outros seres humanos que, por causa delas, se consideram superiores.

E, no fundo, na formulação deste eminente especialista, **só se tem direito à diferença quando se tem direito à indiferença.** Isto é, quando a diferença é indiferente.

NOTA — Este texto é o último de uma 1ª série de textos que procurou dar uma visão geral do tema conjunto do amor, da sexualidade e dos relacionamentos. Novos textos poderão vir a aprofundar alguns dos temas até agora focados.

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

A Anta de Ide Vê-las Otelo Saraiva de Carvalho - Golpe de Estado e Revolução

A morte de Otelo Saraiva de Carvalho, aos 84 anos, no passado domingo, trouxe-nos à memória aquela que ficou conhecida por Revolução dos Cravos e deixou uma vaga de pensamento de figuras políticas sobre aquele que foi o estratega e o obreiro dos acontecimentos que hoje são conhecidos pela Revolução de Abril, deixando para a História o julgamento de uma figura controversa, mas a quem a esmagadora maioria dos portugueses está grata, pois, Otelo foi o homem do 25 de Abril.

«Otelo tem direito a lugar proeminente na História».
(Ramalho Eanes)

Há quem defenda que a Revolução de Abril começou por ser um golpe de Estado que visava o derrube da ditadura de Salazar e Caetano, uma muito particular versão do fascismo e que oprimiu o povo português durante 48 anos. Na verdade, o fim da longa noite fascista foi possível devido ao Movimento dos Capitães e teve em Otelo Saraiva de Carvalho o homem que comandou e dirigiu toda uma operação que contou com a coesão dos militares que arriscaram a carreira, e talvez a vida, para a libertação do povo português. Mas foi depois do 25 de Abril, agora sim, que a revolução avançou!

A Democracia só estará completa quando as desigualdades forem verdadeiramente combatidas e a exploração do homem pelo homem tiver o seu fim.

Entretanto, será sempre palco da luta de classes!

Foi tempo do chamado PREC (Processo Revolucionário em Curso) e de um movimento que, ainda que sob a influência do formado (MFA) - Movimento das Forças Armadas, nos deixa o registo da luta de classes travada pelo nosso povo e onde os partidos políticos surgiram, muito embora com posições políticas diversas – e numa primeira indicação - que estavam do lado da revolução. Isto acabou por levar os militares a avançarem para tomadas de medidas progressistas, em conjunto com os vários governos provisórios, mesmo que enfrentando tentativas contrarrevolucionárias, tais como a “*Maioria Silenciosa*”, sob a influência de Spínola, o qual, apesar de ter sido nomeado Presidente da República interino, tinha outros objetivos para os destinos do País. Seguiu-se o golpe spinolista do 11 de março de 1975 e as várias posições, no interior do MFA, sobre aquilo que deveria ser a democracia portuguesa, tendo sido, então, nomeado primeiro-Ministro o general Vasco Gonçalves, apoiado pelo PCP. A festa do povo, e a sua ação revolucionária, teve como fim o 25 de Novembro, data festejada pelos defensores de um estilo de democracia da classe burguesa, com

o apoio de partidos como o PS, de Mário Soares, o PSD, de Sá Carneiro, e o CDS, de Diogo Freitas do Amaral. Ainda assim, foi aprovada a I Constituição pós-25 de Abril - com o voto contra do CDS - cujo teor representava uma lei fundamental avançada.

Não pretende o cronista fazer uma análise histórica, tão só separar as águas e deixar a questão: quando começou, de facto, a revolução? Qual o papel de Otelo em todo o processo?

Sem uma posição ideológica coerente, defendeu um Portugal segundo uma social-democracia, como na Suécia, mas viria a deslumbrar-se com a sua ida a Cuba e ter conhecido pessoalmente Fidel de Castro. Foi nas presidenciais, disputadas com Ramalho Eanes, e que este venceu, que se criou à sua volta um consenso, tendo tido um apoio, que não se estaria à espera, e uma posição tipo terceiro-mundista.

Não vou julgar Otelo pelo que foi a sua atividade nos idos anos de 80, pois ainda nem tudo terá sido esclarecido sobre as FP 25, tal como há muito a saber sobre a rede bombista e os atentados levados a cabo por uma extrema-direita saudosa de retorno ao 24 de Abril (MDLP). Como disseram várias figuras políticas, incluindo o Presidente Marcelo Rebelo de Sousa, entre outros, estamos num tempo demasiado próximo para tirar conclusões e será a História, a seu devido tempo, que fará o julgamento político, pois, independentemente do que se possa pensar sobre estas questões, houve uma amnistia para os intérpretes deste período, aprovada na Assembleia da República, e Otelo, que esteve cinco anos preso, foi incluído nela.

Todavia, numa opinião muito pessoal, acredito que Otelo terá optado por um pensamento progressista, irreal na sua génese e bem distante daquela outra que podemos seguir como exemplo, a Revolução de Outubro de 1917.

A esta distância, somente penso que a Otelo, ironicamente, se deve a democracia tal como hoje vivemos, até pela razão que a ele também se deve o não termos enveredado (25 de novembro de 1975) por uma guerra civil.

Morreu Otelo Saraiva de Carvalho e prefiro pensar, e acredito, que é a ele, como grande estratega do 25 de Abril, que devemos o tributo pela construção de uma democracia, independentemente do conceito de cada um.

É talvez por tudo isso que, tal como o general Ramalho Eanes afirmou, Otelo Saraiva de Carvalho tem um lugar de proeminência na História. Obrigado, Otelo!

Fernando Tudela



O cronista recomenda a leitura de



O QUE VEIO À REDE

Pedro Mega Movimento Contra as Alterações de Trânsito Lisboa



Facebook

Fotografia veículo

Ora vamos lá por partes, como dizia Jack, o Estripador.

Esta moto elétrica tem esta matrícula, que não o é.

Gostava que os senhores do IMTT, ou da Câmara Municipal, me dissessem como identifico a responsabilidade do rapazinho que anda com a moto se a deixar cair para cima do meu carro e me amachucar ou riscar.

E se atropelar alguém e não parar, como se identifica o condutor e a sua responsabilidade?

Ou o facto de ser elétrico já nos inibe da responsabilidade na condução?

Pode fazer tudo o que faz uma moto: circular, bater, cair, causar danos, só que nunca vamos saber quem é.

Esta chamou a atenção porque vinha em sentido contrário, o que até faz sentido, porque o condutor sabe que não pode ser punido porque não é identificável

Estamos entregues a gajos muita modernos e muita pensadores.

Também quero uma destas para o meu carro.

Troco já por um Tesla, põe-lhe matrícula Veículo Elétrico, porque o é, e vai ser fartar vilanagem na A5.



prata, matrícula 05-14-SI, estacionado na faixa da direita junto aos carros estacionados, com o motor a trabalhar e com um homem de raça cigana ao volante, cerca de 35/40 anos, algo calvo.

Ao seu lado estava uma mulher e um terceiro indivíduo do sexo masculino, do qual não vi a cara, estava com uma rebarbadora portátil a cortar o catalisador de um VW Lupo ali estacionado.

Parei a minha corridinha e dirigi-me claramente a eles gritando para se irem embora, enquanto acedia ao meu telemóvel.

O indivíduo que se encontrava debaixo do carro, apressadamente entrou pela porta de trás, atirando com a rebarbadora para dentro do carro, após o que arrancaram com alguma pressa.

Entrei em contacto com a PSP que veio ao local, onde, entretanto também apareceu o dono do carro.

Expliquei o que se havia passado e este, tal como eventualmente alguns de vós, ficou espantado com a audácia desta gente em fazer isto em pleno dia.

Por motivos profissionais, posso dizer-vos que isto é um fenómeno que está a acontecer um pouco por todo o país, especialmente nos grandes centros urbanos.

Neste caso o dono do carro teve sorte, porque eles não conseguiram cortar na totalidade o catalisador para o levar, conforme ilustra a foto que pedi ao dono do carro para tirar.

Susana Amador

Facebook

Morte de Otelo Saraiva de Carvalho

Aqui bem perto de onde vivo, no Regimento de Engenharia da Pontinha, num posto de Comando improvisado, Otelo Saraiva de Carvalho, com outros Capitães de Abril, preparou a Revolução que iria mudar a vida de um povo que vivia amordaçado, sem liberdade, profundamente analfabeto, onde as mulheres não podiam votar e em que a pobreza era determinista porque quem nascia pobre, morria pobre. Não fez tudo bem. Cometeu excessos mais tarde, mas devemos-lhe muito, porque não temos que viver a olhar para o chão, mas sim "a olhar para os astros"!

Ele ensinou-nos que quando queremos fazer a mudança que se impõe, a coragem é sempre melhor aliada que o medo. Obrigada, pá!

Município de Loures

Facebook



O Serviço Nacional de Saúde foi distinguido, no, com a Medalha de Honra do Concelho, condecoração que foi entregue ao ACES Loures/Odivelas, ao Hospital Beatriz Ângelo e à Unidade de Saúde Pública Loures e Odivelas.

Na sessão solene de atribuição das Condecorações Municipais, evento que anualmente homenageia personalidades e instituições cuja intervenção se distinguiu pela sua excepcional relevância, foram também atribuídas as

seguintes distinções:

- Medalha Municipal de Mérito:

ADAL - Associação de Defesa do Ambiente de Loures

António Paneiro Pinto

Augusto António Simões Pinto

Centro Comercial da Portela

Centro Social e Paroquial da Bobadela

Comunidade Vida e Paz

Sílvia Ferreira Gonçalves

- Medalha Municipal de Serviços Distintos:

Ana Cristina Bento

Luiz Filipe Alberto Gaspar

Enoque Bento Ramada Freguesia De Excelência

Facebook

Há uns dias atrás publiquei aqui a primeira foto. Desde já quero agradecer às autoridades competentes por terem feito a reparação da manilha.

Quero agradecer ao profissional que reparou a estrada pelo seu excelente trabalho

Quero-lhe agradecer, especialmente, por ter deixado todo as pedras que estavam à volta da manilha do esgoto "devidamente arrumadas" no passeio ao lado de uma entrada de garagem, ao lado da paragem de autocarro sujeito a alguém partir um pé ou haver danos materiais por causa do excelente profissionalismo

Será que custa muito levar o entulho?

Museu Bordalo Pinheiro

Facebook

Imagem Berlinda

Sabia que foi há precisamente 150 anos, em julho de 1871, que surgiu aquela que é considerada por muitos a primeira BD portuguesa, da autoria de Rafael Bordalo Pinheiro? 🤔



No ano anterior, em 1870, Bordalo lançara o seu primeiro jornal, «A Berlinda: reproduções d'um album humorístico ao correr do lapis». «A Berlinda» era constituída por sete folhas avulso, publicadas entre julho de 1870 e julho 1871. Segundo Guilherme de Oliveira Martins, foi precisamente o sétimo e último número - o que apresenta a primeira BD portuguesa - que tornou «A Berlinda» célebre, pois teve como tema a proibição das famosas Conferências do Casino. Trata-se de uma reportagem sobre as célebres Conferências de Casino, realizadas em Lisboa por um grupo de intelectuais que se propunham refletir acerca da política e da sociedade de então, desafiando as forças vigentes que acabariam por encerrar à força o evento. Ilustram-se em pequenas vinhetas "a purulenta e burguesa fisionomia do país" e a sua "católica e monárquica situação", apresentando-se detalhadamente o célebre episódio. São registados os intervenientes e as suas comunicações e ainda os conferencistas, de rolha na boca, redigindo o protesto. Se as primeiras vinhetas retratam o próprio Bordalo apresentando os males do país, o desenho final mostra-nos o político Marquês de Ávila, responsável pela proibição, aplaudido por padres e um burro, sobre um irónico "Viva a liberdade!!!"

Eduardo Lourenço Odivelas - a sua história é feita por si ...



Facebook

A bandalheira continua no jardim do Chapim/Ribeirada.

Pedroa Reis AMJA Associação de Moradores do Jardim da Amoreira Facebook

Hoje, 25 de julho, pelas 11h20, quando fazia a minha corridinha matinal, aqui na urbanização, ao descer a Av. Augusto Hilário, do lado do Pingo Doce, oiço uma rebarbadora a trabalhar do outro lado da rua, junto à Century 21 e apercebi-me de um Honda Accord antigo, de cor cinza

Dia 1 de Agosto assinala-se o Dia Mundial do Cancro do Pulmão

Principal causa de morte por doença oncológica em Portugal



Os dados da World Health Organization (WHO) estimam cerca de 5,415 mil novos casos de cancro do pulmão em 2020, representando a principal causa de morte por doença oncológica no nosso País. Os últimos números dão conta de 4.797 mortes em 2020 por cancro do pulmão em Portugal. A propósito do Dia Mundial do Cancro do Pulmão, o Grupo de Estudos do Cancro do Pulmão (GCEP) alerta para a importância da prevenção e diagnóstico precoce da doença. «Para além de constituir o cancro mais frequente no mundo, a incidência do cancro do pulmão aumenta a um ritmo de 0.5% por ano, o que significa que é preciso reforçar a sensibilização para este tipo de cancro, travando esta projeção», esclarece a Dr.ª Teresa Almodôvar, presidente do GCEP.

A maioria dos doentes são diagnosticados em estado avançado, uma vez que o tumor pode desenvolver-se

durante bastante tempo sem dar sintomas. Apesar dos tratamentos inovadores que têm surgido nos últimos anos permitirem aumentar a sobrevida e melhorar a qualidade de vida destes doentes, «A aposta na prevenção deve ser prioritária.

A incidência é três vezes superior nos homens que nas mulheres, mas com tendência para aumentar nas mulheres e estabilizar nos homens, refletindo os hábitos tabágicos da nossa sociedade», explica a especialista.

Sabe-se que o tabaco é o principal fator de risco para o cancro do pulmão, já que 85 dos novos casos são detetados em pessoas que fumam ou fumaram. Assim, «Somente com a eliminação do tabagismo é que os casos de cancro do pulmão podem ser reduzidos. Para apostar na prevenção do cancro do pulmão temos de começar pela cessação tabágica», adianta a médica pneumologista. «Mesmo após o diagnóstico de cancro do pulmão, deixar de fumar faz toda a diferença», acrescenta, «Porque vai diminuir as queixas de tosse, falta de ar e cansaço, vai melhorar o estado nutricional da pessoa com cancro pulmão, vai permitir melhor tolerância aos tratamentos e ainda evitar o aparecimento de outras doenças e outros cancros».

A especialista explica ainda que, para além do tabaco, «A contaminação ambiental, alterações moleculares também podem ser fatores de risco para cancro do pulmão», sem esquecer o envelhecimento que representa, como em todos os cancros, um fator de risco. A este propósito, a Dr.ª Teresa Almodôvar comenta que «Embora a mediana de idade dos doentes com cancro do pulmão seja cerca 70 anos, em

adultos jovens a patologia está a aumentar».

É este o desafio lançado pelo GCEP a todos os fumadores: «Procurar ajuda especializada para eliminar totalmente a dependência do tabaco», prevenindo o cancro do pulmão, mas não só, «melhorando todos os parâmetros de saúde e prevenindo o aparecimento de múltiplas doenças crónicas e agudas»

O cancro do pulmão

O cancro do pulmão é o cancro mais frequente no Mundo. A sua incidência aumenta a um ritmo de 0.5% por ano. Ocorre devido ao crescimento descontrolado de células anormais que se encontram no pulmão, dando origem a tumores malignos.

Em Portugal, foram diagnosticados em 2020 cerca de 5 mil novos casos de cancro do pulmão, representando a terceira neoplasia mais frequente. É, no entanto, a principal causa de morte por doença oncológica no país, estimando-se ter causado 4.787 mortes em 2020.

O GCEP

O Grupo de Estudos do Cancro do Pulmão surgiu no ano 2000 como resultado de uma ampla necessidade de juntar esforços na promoção do conhecimento em Oncologia Torácica. Reúne profissionais de saúde de várias áreas, dedicados ao estudo e tratamento do cancro do pulmão, mantendo estreitas ligações com outros grupos e sociedades científicas, universidades e organizações da sociedade civil.

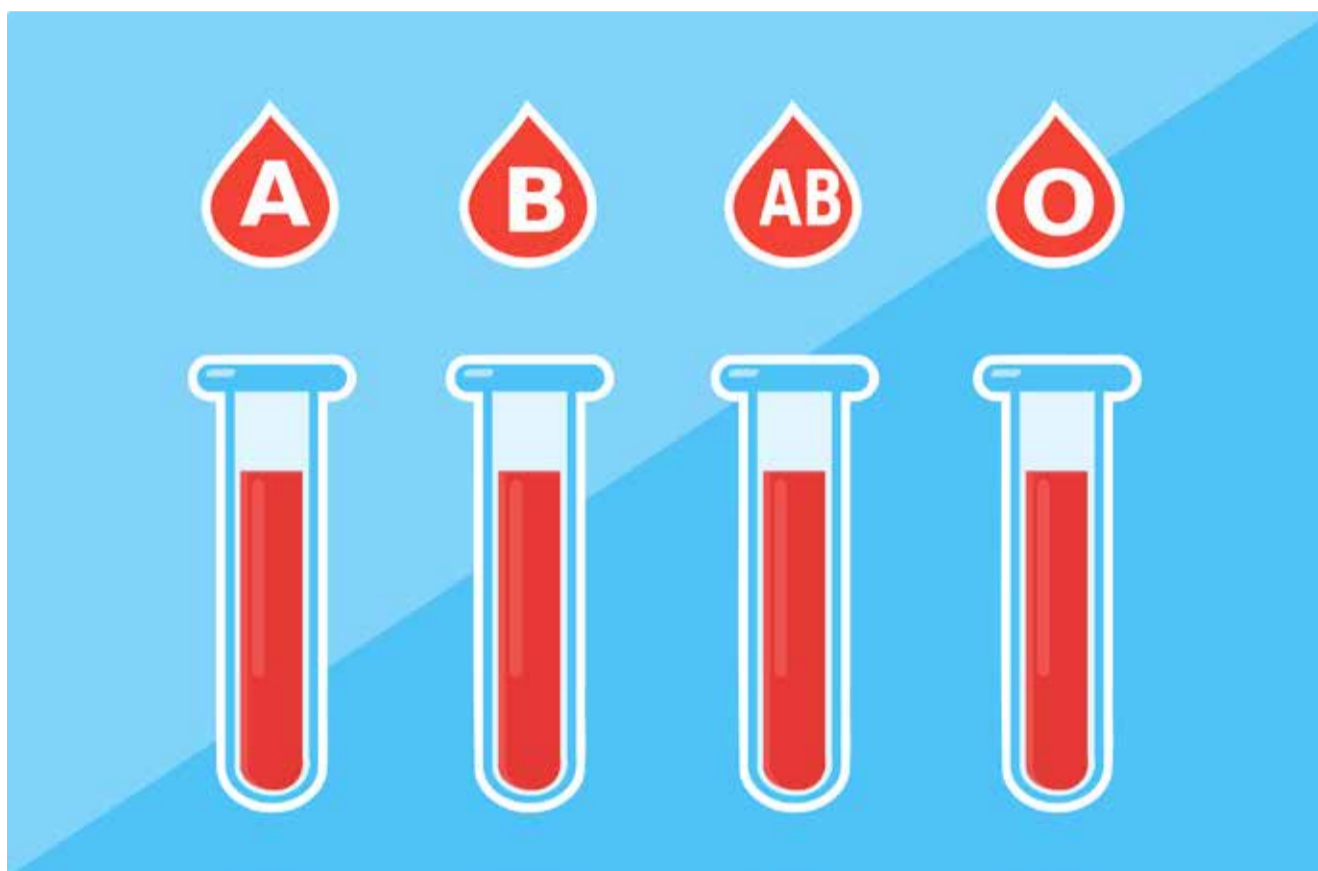
<https://www.gecp.pt>



19ª Edição da Campanha Anual de Recolha de Sangue da Mundicenter

Campanha “Fazer o Bem está-lhe no Sangue” angaria 734 unidades de sangue

Imagem de Robert DeLaRosa por Pixabay



terminou, no passado dia 16 de julho, a 19ª Campanha de Recolha de Sangue do grupo Mundicenter - em parceria com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST) - que decorreu durante 10 dias nos centros comerciais Amoreiras Shopping Center, Braga Parque, Oeiras Parque e Strada Outlet.

Apesar da pandemia, este ano contabilizou-se a **inscrição de 1108 dadores** e colhidas 734 unidades de sangue, com um total de **368 novos dadores** a contribuírem com a sua dádiva de sangue pela primeira vez.

Em parceria com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST), a Campanha de Recolha de Sangue tem como objetivo principal dar resposta às necessidades de componentes sanguíneos dos hospitais de todo o país. A recolha de sangue procura colmatar as necessidades dos hospitais numa época crítica, como é

o verão, ajudando a estabilizar os níveis de stock do IPST e permitindo salvar vidas. O IPST **«Agradece a 19ª edição da iniciativa do grupo Mundicenter, que contribuiu uma**

vez mais, para melhorar as existências de sangue Nacionais. Numa altura em que as reservas de sangue são mais importantes do que nunca, conseguir mobilizar a população a contribuir com a sua dádiva de sangue é o maior presente que podemos receber. Em nome dos doentes que beneficiam desta onda de solidariedade, o nosso muito Obrigado!».

A dádiva de cada dador pode beneficiar até 3 pessoas, uma vez que o sangue é separado em três componentes com diferentes funções terapêuticas, utilizadas no tratamento de uma grande diversidade de patologias.

«Sob o mote “Fazer o Bem está-lhe no Sangue”, a Mundicenter e o Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST), voltaram a unir forças novamente nesta ação solidária que “se enquadra na nossa política de responsabilidade social e que todos os anos organizamos com grande empenho, conscientes da sua importância para a comunidade», conforme refere Fernando Oliveira, Administrador da Mundicenter.



Cinema

Filmes a estrear a 29 de julho

A Flor (2019) La flor



Duração: 80 minutos
Género: Drama, Fantasia, Thriller
Origem: Argentina

Produzido ao longo de uma década, "La Flor" de Mariano Llinás é um trabalho irrepetível de amor e loucura que redefine o conceito de visualização compulsiva. Filmado em todo o mundo, La Flor é composto por seis episódios distintos, cada um protagonizado pelas mesmas quatro atrizes: de um filme de monstros a um musical, de um thriller de espionagem ao remake de um clássico francês. Uma aventura épica em escala e imaginação, uma ode divertida e viciante ao poder da narrativa.

Com: Elisa Carricajo, Valeria Correa, Pilar Gamboa, Laura Paredes, Esteban Lamothe, Santiago Governori, Agustín Mendilaharsu, Mariano Llinás, Romina Paula, Agustina Muñoz, María Villar, Alberto Suárez, Luciana Acuña, Paula Acuña, Juan Barberini, Germán Da Silva, William Prociuk, Rafael Spregelburd
Realização: Mariano Llinás
Produção: Laura Citarella
Argumento: Mariano Llinás

Aya e a Feiticeira (2021)

Âya to majo / Earwig and the Witch

Duração: 82 minutos
Género: Animação, Fantasia
Origem: Japão
M/6

Aya tem 10 anos e foi deixada num orfanato ainda bebé. Adora viver lá, sobretudo porque tem a incrível habilidade de fazer com que toda a gente faça exatamente o que quer. A última coisa que Aya deseja é ser adotada pela feiticeira Bella Yaga, mas, pela primeira vez na vida, o seu desejo não é atendido.

Apesar de contrariada e triste por deixar os amigos, coloca



a sua melhor cara e um sorriso forçado e vai. Afinal sempre quis aprender magia! Mas Aya precisará de todo o seu engenho para, com a ajuda do gato de Bella Yaga, conseguir sobreviver e, sobretudo, florescer.

Vozes: Kokoro Hirasawa, Shinobu Terajima, Gaku Hamada, Sherina Munaf, Etsushi Toyokawa
Realização: Gorō Miyazaki
Produção: Toshio Suzuki
Argumento: Gorō Miyazaki

D'Artacão e os 3 Moscãoteiros (2021)

D'Artacán y los tres mosqueperros
Duração: 84 minutos



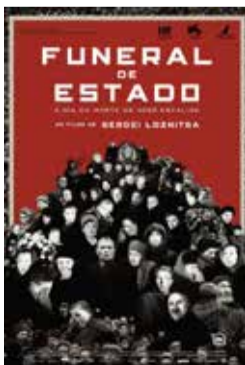
Género: Animação, Aventura
Origem: Índia, Espanha

França, século XVII, reinado de Luís XIII. D'Artacão é um impetuoso e inocente camponês da Gasconha, habilidoso espadachim, que viaja até Paris com o objetivo de realizar o seu sonho: ingressar no Corpo de Moscãoteiros da Guarda Real.

Vozes: Miguel Ángel Pérez, Gloria Cámara, Eduardo Jover
Realização: Toni García
Argumento: Doug Langdale

Funeral de Estado (2020)

State Funeral
Duração: 135 minutos



Género: Documentário
Origem: Lituânia, Holanda
M/12

As notícias da morte de Josef Stalin, em março de 1953 deixaram a URSS em estado de choque. A partir de imagens de arquivo, a maioria inéditas, Loznitza mostra os procedimentos - desde o anúncio de morte às cerimónias fúnebres. Alternando o preto e branco com a cor (em especial o vermelho associado ao regime), mas também os rostos tristes, as lágrimas, as

peças de luto, o documentário revela o culto em torno da personalidade do líder soviético.

Realização: Sergey Loznitsa
Produção: Sergey Loznitsa, Maria Baker-Choustova
Argumento: Sergey Loznitsa

A Maldição Nos Confins da Selva (2021)

Jungle Cruise
Duração: 127 minutos
Género: Ação, Comédia, Fantasia, Aventura
Origem: EUA



Filme inspirado no famoso passeio do parque temático da Disneylândia, "A Maldição Nos Confins da Selva" acompanha a Dra. Lily Houghton numa expedição científica ao longo do Rio Amazonas no velho barco do Capitão Frank Wolff, a fim de procurar uma árvore que poderá mudar para sempre o futuro da medicina.

Com: Dwayne Johnson, Emily Blunt, Edgar Ramírez, Jack Whitehall, Jesse Plemons, Paul Giamatti, Dani

Rovira, Sulem Calderon, Veronica Falcón, Andy Nyman, Raphael Alejandro, Quim Gutiérrez, Mark Ashworth, David Lengel, Emily Marie Palmer, Ilana Kohanchi, Alfredo Tavares, Annika Pampel, Keith Arthur Bolden, Pedro López

Realização: Jaume Collet-Serra
Produção: Hiram Garcia, Dany Garcia, Dwayne Johnson, Beau Flynn, John Davis, John Fox
Argumento: Glenn Ficarra, John Requa, Michael Green

Nas Tuas Mãos (2018)

Au bout des doigts
Duração: 95 minutos
Género: Comédia
Origem: França



Um jovem de uma família modesta tem a rara hipótese de revelar o seu talento oculto para o piano, mas conseguirá ele encontrar a força e a coragem para enfrentar o desafio? Com: Kristin Scott Thomas, Lambert Wilson, Karidja Touré, Jules Benchetrit, André Marcon, Michel Jonasz, Vanessa David, Elsa Lepoivre, Téphère Teunou, Xavier Guelfi

Realização: Ludovic Bernard
Produção: Eric Juhérian, Mathias

Rubin

Presos no Tempo (2021)

Old
Duração: 108 minutos



Género: Terror, Mistério
Origem: EUA

Uma família numa viagem aparentemente normal até uma praia isolada, descobre que o sítio tem efeitos ocultos nos seus corpos fazendo-os envelhecer rápida e inesperadamente, reduzindo toda a sua vida a um único dia.

Com: Gael García Bernal, Vicky Krieps, Rufus Sewell, Alex Wolff, Thomasin McKenzie, Abbey Lee, Nikki Amuka-Bird, Ken Leung, Eliza Scanlen, Aaron Pierre, Embeth Davidtz, Emun Elliott, Alexa Swinton, Gustaf Hammarsten, Kathleen Chalfant, Francesca Eastwood, Nolan River, Luca Faustino Rodriguez, Mikaya Fisher, Kailen Jude
Realização: M. Night Shyamalan
Produção: Ashwin Rajan, M. Night Shyamalan, Marc Bienstock

Argumento: M. Night Shyamalan