

J O R N A L

DIRECTORA MANUELA FRIAS | E-MAIL POMBALJORNAL@GMAIL.COM | TELEF: 236023075 | 911975237 | 965449868



COMSOFTWEB
sistemas informáticos, Lda

Software

Desenvolvimento web

Hardware

Segurança

www.comsoftweb.pt

Bombeiro agredido ao prestar auxílio a doente

Um bombeiro voluntário da corporação de Pombal terá sido agredido por um indivíduo na

sequência de um pedido de auxílio para uma ocorrência na freguesia de Vermoil. O operacio-

nal teve de ser transportado ao hospital e a corporação apresentou queixa por agressão. Pág. 5

Solidariedade Mozvision
leva ajuda a Moçambique

Pág. 7



Lourical
Festas mantêm
aposta em artistas
de 'luxo'



Página 13

Páscoa
Freguesias revivem
tradições pascais
em clima festivo

Páginas 14 a 16

Cultura
Mercado Medieval
anima Castelo
durante três dias

Página 32

Banca
Carlos Courelas
deixa supervisão
do Crédito Agrícola

Página 23

Obras Câmara
adjudica novo
Centro de Saúde
do Lourical

Pág. 19

Vila Cã Presidente da Junta
recusa renunciar ao cargo
e desmente funcionários

Pág. 12

Protesto Javalis
motivam queixas
de agricultores
na Redinha

Pág. 11



galp energia

P.A.P | Posto de Abastecimento
 de Combustíveis do **Pinheirinho**
 Revendedor Galp | Estrada da Guia - Tel: 236 211 741
 (junto ao Restaurante do Pinheirinho)



Produtos Qualidade

Gasóleo HI energy (aditivado)

Gasóleo simples

Gasolina 95 (simples) e 98 (aditivada)

Todos os dias com descontos até 10 cêntimos



EDITORIAL



Manuela Frias
directora

Ressabiamento

Há muitos anos que sou uma consultora assídua de dicionários da língua portuguesa. Primeiro, naqueles calhamaços, e que eu fazia questão de ter sempre perto da secretária, e nos últimos anos, nesta onda do comodismo proporcionado pelo online, nas versões à distância de um ecrã. Mesmo nas situações em que há uma convicção (quase absoluta) sobre o significado da palavra, faço questão de me certificar, porque não gosto que fique qualquer resquício de dúvida. E foi o que fiz na sexta-feira, dia 29 Março. Diz-me o “Priberam”, essa ferramenta de consulta que se abre no ecrã (podia ser outra qualquer), que “ressabiado” é sinónimo, entre outros, de “desgostoso, ressentido, magoado”. Dei por mim, naquele dia em concreto, a perceber que era o adjetivo certo para explicar as atitudes de gente que procura encontrar bodes expiatórios para aquilo que não faz, não sabe fazer ou que, simplesmente, não tem capacidade para mais. Na política, como em muitas outras áreas, há versões, para todos os gostos, de gente que se enquadra neste perfil. Mas é neste campo em concreto - o da política -, tão fértil e tão apetecível para alguns que gostam de conquistar protagonismo ou, até mesmo, de alcançar um lugar ao sol, que mais sobressaem os tais ressabiados. Gente que perdeu tempo de antena ou não atingiu os objectivos traçados.

Na tal sexta-feira a que já aqui aludi, não confirmei apenas estas convicções, mas reforcei-as. Preferia que assim não fosse, em abono da verdade, porque era um bom indício, de muitas coisas, como pressuponho eu e aquela massa de eleitorado que ainda deposita alguma esperança nos políticos.

Mas quando esta franja de políticos (ou gente que anda na política, por assim dizer) juntam esta síndrome de ressentimento a algum tipo de frustração, o desfecho é o que ressaltou naquele dia 29. Por outras palavras, quando se procura encontrar explicações para o trabalho que não se faz, para a inoperância, falta de estratégia e de tanto mais, é muito fácil usar argumentos desprovidos de sentido, que estão muito aquém da realidade, baseados em interpretações feitas à medida de interesses (pessoais). O que importa é passar a ‘batata quente’ para os outros e não olhar para dentro. É que à conta deste apontar de dedo ganha-se o tal protagonismo, pelo menos por algum tempo, e deturpa-se a realidade. Mas isso não importa nada! Desta vez fomos nós (leia-se POMBAL JORNAL) o tal bode expiatório, porque ao elenco de expressões que possam definir este tipo de políticos se junta o da memória curta... ao contrário da nossa. Para lá deste ‘ruído’ mordaz, vamos continuar a trilhar o mesmo caminho, indiferentes a cenários com intuito destrutivo, mas abertos, como sempre, à crítica com sentido construtivo. “Seja bem-vindo quem vier por bem” (Zeca Afonso).

Galardão atribuído ao Município de Pombal

Requalificação urbana deu bandeira de excelência à cidade

Orlando Cardoso

O galardão foi entregue no passado dia 28 numa cerimónia realizada no Salão Nobre dos Paços do Concelho. Na ocasião, o presidente da Câmara Municipal, enalteceu a importância dos projectos, que foram sujeitos à avaliação externa, considerando que “despertam para novas realidades” e “apelam a novas funções e ajudam a fazer a construção colectiva” do território.

Em causa estão os projectos de requalificação previstos para a frente ribeirinha (zona desportiva), corredor ribeirinho (margem esquerda do rio Arunca), rua de Leiria e espaço envolvente, bem como as ruas Mancha Pé e Dr. Custódio Freire e os jardins das Laranjeiras e do Cardal. O galardão reconhece, ainda, a importância da implementação na cidade de um sistema de bicicletas de uso partilhado (Bikesharing) e a extensão e optimização da rede de transporte público urbano (Pombus),



que inclui a implementação de um sistema de informação ao utilizador em tempo real.

Diogo Mateus recordou os projectos de requalificação urbana já realizados, não só no centro da cidade, mas também na sede de algumas freguesias, com vista a melhorar o “conforto, mobilidade e segurança”.

O autarca enalteceu, igualmente, as acções previstas no Plano Estratégico de Desenvolvimento Urbano (PEDU), nomeadamente o projecto de alargamento da rede de transportes urbanos (Pombus) a toda

a freguesia de Pombal. Por outro lado, Diogo Mateus anunciou a intenção de a autarquia implementar “um grande projecto, que do ponto de vista da mobilidade e da proximidade, fará uma grande diferença”, referindo-se à “interface rododiferroviária” que irá introduzir uma “modificação substancial” na zona do Jardim do Cardal, Linha do Norte, zona da Biblioteca Municipal e Central de Camionagem. “Mais do que uma nova funcionalização, traz uma nova arquitectura, que será com certeza um ícone do ponto de vis-

ta arquitectónico da cidade, mas também da região e do país”, frisa.

Já a presidente do Instituto de Cidades e Vilas de Mobilidade (ICVM) aproveitou para sublinhar a forma como Pombal está a “desenhar e a projectar” a cidade para as pessoas. “Queremos cidades para as pessoas viverem, trabalharem e receberem visitantes”, frisou, salientando que “as políticas urbanas tornam-se importantíssimas para o planeamento local”, logo “os novos projectos têm de integrar todas as novas preocupações, sejam elas sociais, na vertente da inclusão social, mas também os novos ritmos de vida”, afirmou Paula Teles.

Por sua vez, o coordenador da Rede Cidades e Vilas de Excelência, Pedro Ribeiro da Silva, considerou que a atribuição do galardão visa “dar um contributo fortíssimo para os desafios da contemporaneidade”, realçando que “Pombal está a responder com eficácia”.

Evento encerrou com feira na biblioteca municipal

Semana da Saúde envolveu mais de um milhar de pessoas

Mais de um milhar de pessoas estiveram envolvidas nas diversas actividades realizadas no âmbito da terceira Semana da Saúde que se desenvolveram nas freguesias do concelho de Pombal e nos nove estabelecimentos de comerciais da cidade que aderiram à iniciativa. O evento culminou, no passado domingo, dia 7, com a Feira da Saúde nas instalações da Biblioteca Municipal.

Na edição deste ano, o município “alargou o âmbito da sua programação levando a todas as freguesias várias tertúlias e workshops de promoção de estilos de vida saudáveis”, refere a autarquia, adiantando que “em sessões muito concorridas” foram debatidos “temas como a criação de lanches saudáveis e a desmistificação de preconceitos alimentares, a importância do exercício físico, cuidados de saúde primários, suporte básico de vida e desobstrução de vias respiratórias e sensibilização para o autismo”.

“Outra medida de carácter inovador passou pela promoção de uma campanha de sensibilização nos cafés Nicola e Esquina, nas pastelarias Pombal Doce, Moderna, Flor de Trigo, Filinata e Diogo e no bar Êden”, que receberam diferentes técnicos do municípios e dos parceiros, que promoveram “dois dedos de conversa” sobre temas “relacionados com a saúde e a adopção de estilos de vida saudáveis, mas também sobre a saúde digital e a importância da integração das soluções web que o Serviço Nacional de Saúde oferece aos utentes”, explica a autarquia numa nota de imprensa.

Por outro lado, no sábado, mais de duas centenas de pessoas participaram no seminário “Construir pontes para o autismo” que contou com a participação da secretária de Estado da Inclusão das Pessoas com Deficiência, na sessão de abertura.

A Semana da Saúde terminou no domingo, dia 7, com uma feira dedicada à temática, que contou com “a adesão

de cerca de duas centenas de participantes”, refere a Câmara Municipal, adiantando que a iniciativa “coincidiu com a efeméride do Dia Mundial da Saúde, ocasião para os visitantes poderem aferir do seu estado de saúde geral, tendo ao dispor vários rastreios de tensão arterial, glicemia, risco cardiovascular, antropometria, perímetro abdominal, índice de massa corporal, visão, saúde oral, postura e testes à pele.”

A Feira da Saúde contou com a colaboração de várias entidades parceiras do município, que deram a conhecer o seu trabalho em prol da saúde geral e bem-estar da população. Entidades como a Cerpom, a ETAP, as farmácias Barros e Torres & Correia, o Centro de Enfermagem Avenida Pombal, o Hospital da Luz - Pombal, a Associação de Dadores de Sangue do Outeiro da Ranha (Vermoil), a Ergovisão, a Visuáldente, o Centro Auditivo de Pombal, a Delegação de Pombal da Cruz Vermelha, a Delegação Centro da

Associação Alzheimer Portugal, e a Associação Portuguesa de Portadores de Pacemakers e CDI's.

“Para além dos rastreios, houve igualmente um momento de relaxamento, um workshop promovido pela Associação Alzheimer Portugal e que contou com uma adesão expressiva do público”, refere a edilidade, realçando que, “igual adesão expressiva teve o workshop de culinária, com o Chef Fábio Bernardino, que, através dos seus conhecimentos, deu a conhecer soluções de receitas saudáveis.”

A cargo da Delegação de Pombal da Cruz Vermelha estiveram os simulacros e práticas de suporte básico de vida, com uma demonstração e ensinamentos sobre os procedimentos a tomar quando se dá a obstrução de vias aéreas e consequente reanimação. O evento contou também com a animação artística da escola de dança DanSpirit e a participação do grupo Acordeonistas de Pombal.

DE QUINTA
4 ABRIL
À QUARTA
17 ABRIL*

BRICO MARCHÉ

Poder fazer tudo **Mais barato**

bricomarche.pt



POMBAL



QUANTIDADE LIMITADA
À 1 UNIDADE/CSH

**2€
99/m²**

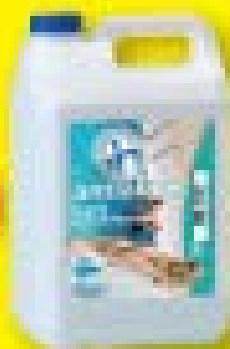
FEITA 6 MM
Disponível em 10x10m e 10x20m
Ver 0710391



QUANTIDADE LIMITADA
À 200 UNIDADES/CSH

99€

SERRA DE MESA
Bosch
Potência 2200 W | 220 V | 50 Hz
Ver 0710371



QUANTIDADE LIMITADA
À 100 CONJUNTOS/CSH

**24€
99**

CONJUNTO ANTI-ALGAS +
CLORO SODIO GRANULADO
Desinfectante Granulado (10 kg) e 1 litro
de Cloro Sódio Granulado (1 litro) | 10 kg
Ver 0710386



QUANTIDADE LIMITADA
À 200 PLACAS/CSH

**1€
59/m²**

PLACA DE GESSO
STANDARD BATS
Disponível em 120x240 cm e 120x270 cm
Ver 0710391



QUANTIDADE LIMITADA
À 200 UNIDADES/CSH

**8€
99**

ALIMENTO SECO
PARA CÃO
Brico Pet (10 kg) | 10 kg
Ver 0710391



QUANTIDADE LIMITADA
À 100 UNIDADES/CSH

149€

ESQUENTADOR
Tipo de gás: gás natural
Capacidade: 10 l | 220 V | 50 Hz
Ver 0710391



*Promoção válida para os clientes que se registarem antes do início da promoção e que não tenham sido beneficiários de nenhuma outra promoção de desconto de preço de produtos de consumo antes da data de início da promoção.

Dedicado à confeção de Almofadas do Coração

Biblioteca Municipal recebe atelier de costura



Núcleo Regional do Centro da Liga Portuguesa Contra o Cancro organiza, hoje, 11 de abril, na Biblioteca Municipal de Pombal, um atelier de costura, de entrada livre e gratuita, para a confeção de almofadas do coração, destinadas às doentes com cancro da mama e que foram submetidas a cirurgia. O evento “O que nos Liga” é promovido pelo Grupo de Voluntariado Comunitário de Pombal da Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC).

Este Atelier, como início marcado para as 16h30,

será dedicado à confeção de almofadas do coração para doar à LPCC, onde a concretização desta iniciativa se faz através dos doativos de tecidos, linhas e outros, assim como toda a contribuição da sociedade civil na confeção e decoração destas peças.

A Almofada do Coração é concebida para colocar debaixo do braço de forma a proporcionar alívio da dor e redução do edema provocado pela cirurgia, diminuição da tensão nos ombros entre outros benefícios.

A 26 e 27 de Abril, em vários pontos da cidade

Festival Oh da Praça divulga novos talentos artístico-culturais

Depois de uma primeira edição cheia de sucesso, o festival Oh da Praça volta a animar as ruas da cidade nos dias 26 e 27 de Abril. Na segunda edição do evento, novidades não faltam e uma delas passa pela organização de mais um dia de festa, passando assim a contar com actividades na sexta-feira à noite, e durante todo o dia de sábado.

Ana Laura Duarte

O Festival Oh da Praça arranca a 26 de Abril, no Celeiro do Marquês “com um espectáculo artístico mais intimista”, revela a organização, a cargo da Junta de Freguesia de Pombal, em parceria com vários músicos locais. No dia seguinte, o Oh da Praça retoma actividade com a realização de uma arruada, pelas ruas da cidade, a cargo da Filarmonia Artística Pombalense, que irá percorrer os vários palcos do Festival. O evento está, este ano, integrada no âmbito das comemorações do 25 de Abril.

“De volta à zona histórica da cidade, arrancam as actuações de forma encadeada”, com início na Praça Faria da Gama, “seguindo para o Pelourinho, passando pelo Jardim da Várzea”, e depois de um intervalo para jantar, “o Festival retoma ao Jardim do Cardal, fechando assim a edição de 2019” com quatro concertos. Em todos os palcos, as actuações musicais serão precedidas de performances artísticas promovidas pelas escolas de dança de Pombal, e a “a transição entre os espaços será promovida em cortejo pelos gaiteros que, aliando cultura e tradição, serão os guias dos participantes”.

De acordo com Pedro Pimpão, presidente da Junta, o Festival “Oh da Praça” tem com objectivos “divulgar novos talentos nas diversas vertentes artístico-culturais; promover a afirmação de Pombal como um



território criativo e propenso aos fenómenos de inovação cultural, fomentar o enriquecimento cultural e musical da cidade de Pombal e sua população, dinamizar o comércio local e o estímulo à economia circular”, assim como “angariar fundos para uma finalidade solidária”.

Nesta área, o Festival destaca o projecto “Nha Crecheu” - Pombal Mindelo, uma iniciativa do Agrupamento de Escolas de Pombal dinamizada pelo “Comboio da Memória”, pelo Clube dos Direitos Humanos e pelo “Young VolunTeam”, cujo objectivo é “criar formas e plataformas de intercâmbio cultural, cívico e humanitário”, entre os alunos pombalenses e as comunidades escolares da ilha de São Vicente. O projecto tem várias vertentes, e “para levar a efeito o projecto na íntegra, estão neste momento a recolher donativos em dinheiro, com vista à aquisição

dos materiais de construção e reparação”, como tijolos, cimento, tintas e ferramentas, bem como de alguns dos equipamentos, e por isso a organização deste evento de índole cultural apela a “qualquer contribuição”, monetária através do IBAN PT50 0045 3110 4030 9572 3731 0.

Segundo o edil, “outra novidade está relacionada com a abertura a outras manifestações artísticas, nomeadamente, a dança, considerando o contexto de assinalarmos também o Dia Mundial da Dança nesta altura”.

Para esta edição, “fizemos uma abordagem diferente e desafiamos os novos grupos a apresentarem as suas “maquetes” para que pudessem ser integrados neste nosso Festival”, desta forma “vamos ter vários pombalenses, desde logo, os jovens talentos da escola Musicool, e várias bandas maioritariamente na li-

nhagem do rock, tais como os Issa Bella, Submarines in The Sky, A Dama Estor, Eyzé, Toothless, os Marufa, Submarines in The Sky”, entre outras. Para o evento, está ainda agendada a actuação de Fast Eddie Nelson, e do cantautor Daniel Catariño em formato power trio.

“O Festival partiu de um conceito de cultura participativa, em que a organização é partilhada com os próprios artistas”, explica o autarca, sendo este “um festival de música emergente que se afirma no contexto regional e nacional como uma referência de valorização dos novos talentos culturais”, apresentando um contexto “o mais abrangente possível em termos musicais”, por isso os espectadores vão ter acesso a muito “rock and roll, blues, funk, soul, punk”. Com tanto para ver e ouvir, só resta “ver e participar porque não faltam novidades...”, garante Pedro Pimpão.



WWW.ORGANIFACHO.COM

Uma Santa e Feliz Páscoa

Legalização de veículos
Registo de veículos
Livretes

Tel: 236 244 774 | Fax: 236 244 734 | Telm: 917 248 199
email: organifacho@gmail.com

Zona Industrial da Formiga - Rua Dr. José Farinha P. Fernandes
Lote 3 - B | Apartado 1300 | 3101 - 301 Pombal

Na freguesia de Vermoil

Bombeiro voluntário agredido durante auxílio em Arneiros da Gafaria

Um bombeiro voluntário, de 56 anos, foi agredido durante a prestação de um serviço, em Arneiros da Gafaria, freguesia de Vermoil. O incidente “foi reportado à GNR e foi apresentada uma queixa ao Ministério Público”, avança Paulo Albano, comandante dos Bombeiros Voluntários de Pombal.

Ana Laura Duarte

Um bombeiro voluntário de Pombal foi agredido ao serviço da corporação durante a prestação de um serviço que “inicialmente foi solicitado como se tratando do transporte de uma jovem com distúrbios do foro psicológico” e que o CODU (Centros de Orientação de Doentes Urgentes) terá reportado como “doença súbita”, explica Paulo Albano, comandante dos Bombeiros Voluntários de Pombal.

Chegados ao local, os dois bombeiros destacados para o serviço de transporte foram surpreendidos por uma “jovem com visíveis perturbações psicológicas que se recusava a ser assistida e transportada pelos Bombeiros”, acompanhada por um “jovem com quem manterá uma relação”, e que segundo o comandante “insistia para que os Bombeiros fizessem o transporte da mulher para uma instituição psiquiátrica”, e explica que “a tripulação apercebeu-se de um episódio de agressão”.

O voluntário, de 56 anos, “tentou dissuadir o agressor”, no entanto “foi apanhado desprevenido e o jo-



vem, na casa dos 25 anos, acabou por atingir o Bombeiro com um violento golpe de ‘karaté’ com o pé”, que deixou o cinquentenário “bastante mal”.

O bombeiro em questão “foi assistido no Hospital, por suspeita de fractura”, felizmente “o exame de Raio-X apenas acusou traumatismo e depois de medicado e de uns dias de descanso, já se encontra ao serviço”, mas ainda “bastante dorido”, revela o comandante, enquanto adianta que “a corporação ficou bastante revoltada” com a situação. O incidente “foi reportado à GNR e foi apresentada uma queixa ao Mi-

nistério Público”, releva o comandante dos Bombeiros Voluntários de Pombal. Fonte próxima do bombeiro agredido revela que “é muito injusto que uma pessoa que é voluntária, que tem em si vontade de ajudar os outros, seja surpreendido numa situação destas”, lamenta.

Segundo o Comando Territorial de Leiria, da Guarda Nacional Republicana, “dois militares do Posto Territorial da GNR de Pombal deslocaram-se a uma ocorrência em Arneiros da Gafaria, freguesia de Vermoil, accionados via CODU de Coimbra, em virtude de, alegadamente, uma cida-

dã se encontrar com perturbações ao nível do foro psicológico, recusando-se a ser assistida pelos Bombeiros Voluntários de Pombal”, sendo que “no decorrer da intervenção dos bombeiros resultaram ferimentos para um dos elementos daquela Corporação”.

“Todos os intervenientes na situação foram devidamente identificados pela Patrulha da GNR presente no local, sem que fossem efectuadas quaisquer detenções, tendo a patrulha elaborado o respectivo expediente, não existindo registos anteriores por factos semelhantes”, esclarece aquela força policial.

Nova investigação do Ministério Público

António Calvete investigado por branqueamento de capitais

António Calvete, líder do grupo GPS, sediado no Lourical, está novamente a ser investigado pelo Ministério Público, desta vez por suspeitas de branqueamento de capitais ligados à alegada compra de ouro por familiares seus.

Segundo o jornal Público, o novo inquérito foi aberto no Departamento Central de Investigação e Acção Penal (DCIAP) e “diz respeito a ordens de compra de ouro no valor de pelo menos 400 mil euros” dadas por dois filhos e a companheira de Calvete, que foi deputado, vereador da Câmara de Pombal e presidente da Junta de Freguesia do Lourical. “Sucede que antes destas ordens terem sido dadas, há cerca de um ano, António Calvete tinha transferido avultadas quantias

para as contas bancárias em causa”, refere o mesmo jornal.

Citado pelo Público, a Procuradoria-Geral da República refere que “o inquérito encontra-se em investigação, com diligências em curso, e está em segredo de justiça”.

De acordo com aquele diário, Mário Diogo, advogado de António Calvete, considera que “a suposta imputação de uma infracção relacionada com branqueamento de capitais não tem sentido: não só não foi praticada qualquer conduta que possa ser considerada um acto de branqueamento ou de dissimulação de capitais, como tal crime exige uma conduta ilícita anterior que tenha produzido vantagens (o chamado crime precedente), conduta essa que de todo não ocorreu”.

Estudo de alargamento da rede

Municípios desafiados para oficinas colaborativas +Pombus



Realiza-se hoje, quinta-feira, uma oficina colaborativa no âmbito do estudo de alargamento da rede de transportes públicos Pombus. A iniciativa, que pretende envolver toda a população, decorrerá às 17h30 nas instalações da Biblioteca Municipal.

“As oficinas colaborativas são um espaço de discussão sobre os moldes em que poderá ocorrer o alargamento da rede, promovendo uma ampla reflexão sobre o sistema de mobilidade e sobre o redimensionamento da Rede Pombus, e donde se pretenderá recolher diversos contributos com potencial elevado para a definição dos requisitos adicionais a considerar no alargamento da rede existente”, refere a Câmara Municipal.

Segundo a autarquia

presidida por Diogo Mateus, o objectivo passa, assim, por “ouvir a opinião dos participantes, no sentido de se identificar factores críticos para o desenvolvimento da mobilidade no território, num ambiente de debate sobre as diversas visões e perspectivas sobre este tema e através de uma análise das possíveis soluções e conceitos para a Rede Pombus.”

Esta será a segunda oficina colaborativa, depois de no passado dia 28 de Março ter ocorrido um workshop com um conjunto de cidadãos, que no preenchimento do questionário sobre o alargamento da rede mostraram interesse em participar nestes trabalhos.

Futuramente serão realizados outros dois workshops, ainda sem data agendada.

Despacho dirigido ao vereador Pedro Brilhante

Presidente da Câmara participa à PJ divulgação de documento interno

O presidente da Câmara de Pombal participou à Polícia Judiciária (PJ) a divulgação de um documento interno por parte do blog “Farpas Pombalinas”. Diogo Mateus quer saber de que forma aquele despacho, dirigido ao vereador da maioria Pedro Brilhante, foi obtido e editado.

O anúncio foi feito na última reunião de Câmara, depois de a vereadora do Partido Socialista Odete Alves ter

trazido o assunto para cima da mesa. Em causa está um despacho interno em que o presidente da Câmara refere que “são evidentes, os elementos de descontrolo, ilegitimidade e ingerência política no processo” do Orçamento Participativo.

Odete Alves lamentou que aquela informação não tenha sido enviada na documentação enviada aos vereadores para a reunião de Câmara anterior, onde foi votada uma

nova calendarização para o Orçamento Participativo.

Diogo Mateus esclareceu que “a comunicação entre o presidente da Câmara e os seus vereadores não tem de estar toda nos documentos oficiais” e considerou “preocupante” perceber e identificar “como é que esses documentos saem da Câmara. Ou seja, “se houve uma intromissão nos sistemas municipais para obter uma informação que não pública”

e “como é que ela aparece editada”.

O autarca social-democrata adiantou que o caso foi comunicado “às autoridades competentes”, referindo que caberá à Polícia Judiciária “apurar se estamos perante alguém que achou interessante fazer uma grçola, copiando um documento da intranet e enviá-lo a alguém, ou se houve uma intromissão ilegal ao sistema interno”.



• Nas Meirinhas, Assunção Cristas visitou uma das maiores transportadoras nacionais

Líder do CDS-PP visita Transportes Central Pombalense

Assunção Cristas ausculta dificuldades dos transportadores

Orlando Cardoso

A líder do CDS-PP, Assunção Cristas, visitou, no passado dia 2, a empresa Transportes Central Pombalense, nas Meirinhas, para se inteirar das dificuldades que o sector atravessa. A deputada, eleita pelo Círculo de Leiria, mostrou-se preocupada com o abrandamento económico que diz já se estar a verificar no país e voltou a exigir a redução da carga fiscal para as empresas e pessoas singulares.

“Este abrandamento significa que temos de dar estímulos e dar condições para que a economia possa prosseguir e crescer de forma duradoura”, disse a dirigente centrista aos jornalistas, considerando que aquela empresa “sente já alguma desaceleração nas nossas exportações e também alguma coisa nas importações, o que

é uma grande preocupação para o CDS”.

Assunção Cristas considera que é “preciso baixar impostos que impactam directamente nas famílias e nas empresas”, sobretudo o Imposto Sobre Produtos Petrolíferos (ISP), o Imposto sobre Rendimentos de pessoas Colectivas (IRC), tributações autónomas e Imposto sobre Rendimentos Singulares (IRS).

O Governo “não tem tido essa preocupação e é por isso que nós dizemos, com muita clareza, que é preciso baixar impostos que impactam directamente nas famílias e nas empresas”, disse.

A líder do CDS-PP voltou a exigir a redução do ISP, “que é o maior saque fiscal que assistimos deste Governo, o IRC, que devia estar a 17%, as tributações autónomas que penalizam as pequenas e médias empresas, e poder desa-

gravar o IRS”.

“Olhando para a coesão do país e para o interior do país e pensamos que também podemos diminuir os impostos e criar um verdadeiro estatuto de benefício fiscal para o interior, coisa que o CDS já apresentou”, frisou. Para Assunção Cristas, o caminho “não pode ser com a carga fiscal ao nível que temos hoje em dia e eu relembro que [Mário] Centeno não faz milagres e António Costa engana todos quando diz que tem resultados sem austeridade”.

Por sua vez, Pedro Pinto, líder do CDS-PP Pombal, considerou que a visita da presidente do partido a uma das mais importantes empresas de transportes “acaba por reforçar a aposta da actual concelhia, que passa por, sempre que possível, trazer dirigentes nacionais para conhecer empresas de referência que se localizam no

nosso concelho”, sendo também “uma forma de promover o nosso tecido empresarial e de permitir em simultâneo aos empresários locais darem o seu contributo para a melhoria de políticas nacionais sectoriais”.

Segundo o dirigente, o partido entende que o sector dos transportes “tem uma enorme importância histórica e estratégica no nosso concelho, pois é onde se localizam alguns dos principais operadores nacionais, sendo responsáveis por muitos postos de trabalho e por darem um contributo muito significativo para a criação de riqueza local.”

Salientando a realização, por parte da Antram, do Salão Nacional do Transportes em Pombal, Pedro Pinto critica que o executivo camarário “tem levado à deslocalização de empresas deste sector para concelhos vizinhos”.

• ESPAÇO À JUSTIÇA



IMI - Novas regras:

Este ano a liquidação do Imposto Municipal sobre Imóveis (IMI) que incide sobre o Valor Patrimonial Tributário (VPT) dos prédios rústicos e urbanos, situados em território português, sofre alterações no que atina aos prazos e aos valores a partir dos quais é fraccionado o competente pagamento.

Assim, o IMI é pago numa única prestação, em Maio, quando é igual ou inferior a 100,00€; em duas prestações, em Maio e Novembro, quando é superior a 100,00€ e igual ou inferior a 500,00€; e em três prestações, em Maio, Agosto e Novembro, quando é superior a 500,00€, mediante um documento único de cobrança (DUC) que o Contribuinte receberá até 30 de Abril.

Relativamente ao Adicional ao IMI, com o novo modelo haverá três escalões: uma taxa de 0,7% entre os 600 mil euros e um milhão de euros; 1% ao valor tributável entre um milhão e dois milhões de euros; e 1,5% ao montante superior a dois milhões de euros.

Ora, considerando que o VPT é determinado por avaliação - Vt (Valor Tributário) = Vc (Valor base dos prédios edificados) x A (Área bruta de construção mais a área excedente de implantação) x Ca (Coef. de afectação) x Cl (Coef. de localização) x Cq (Coef. de qualidade e conforto) x Cv (Coef. de vetustez) - Cf. Caderneta Predial do prédio - e tendo em conta que o preço por metro quadrado das casas foi aumentado, tendo sido fixado em 615,00€, na senda do que já foi dito anteriormente, antes do eventual pedido de actualização - gratuito e realizado a pedido do proprietário depois de cumpridos três anos desde a última avaliação -, urge verificar mediante simulação disponível online se a mutação de alguma das referidas variáveis, implica a diminuição do respectivo valor patrimonial e, consequentemente, do imposto a pagar.

Pedro Rodrigues Mendes
geral@pmadvogados.com

Segunda-feira, no Teatro-Cine

PS promove “Conversas sobre a Europa”

A Concelhia de Pombal do Partido Socialista (PS) realiza na próxima segunda-feira, dia 15, o evento “Conversas sobre a Europa”, integrada no período de pré-campanha para as eleições Europeias marcadas para 26 de Maio. A iniciativa terá lugar, às 21h00,

no Teatro-Cine de Pombal e de participação livre e gratuita.

No evento participará Daniel Francisco, natural de Vermoim, investigador do Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra. Licenciado em Sociologia, é mestre em Estudos Políticos (va-

riante de Sociologia Política) e Doutor em Sociologia na especialidade de Sociologia do Estado, do Direito e da Administração.

Participará, também, a deputada socialista Margarida Marques, licenciada em Matemática e mestre em Ciências da Educação. Foi

chefe da delegação da Comissão Europeia em Portugal e secretária de Estado dos Assuntos Europeus.

Margarida Marques ocupa a quarta posição na lista candidata do PS às Europeias de 26 de Maio.

“Existem comunidades inteiras sem acesso a água potável”

Pombalenses solidários com povo da Beira

Em apenas cinco dias de campanha solidária, a Associação Mozvision, presidida pela pombalense Carla Domingues, angariou mais de cinco toneladas de bens essenciais que têm como destino a cidade da Beira, em Moçambique.



• Apesar da campanha ter “durado poucos dias”, a associação pombalense angariou 17 paletes de roupa, alimentos, água e produtos de higiene

Ana Laura Duarte

Carla Domingues tinha viagem marcada, com destino a Portugal, para 22 de Março: esperavam-na uns dias de merecido descanso, a partida fazia-se de Moçambique. Acontece que no dia antes da viagem da presidente da Associação Mozvision, o Ciclone Idai assolou parte daquele território, deixando um rasto de destruição “que vai ser muito difícil ultrapassar”.

“Apesar de estar a milhares de quilómetros da cidade da Beira, conheço bem a realidade do país, tenha pessoas próximas com familiares naquela região e senti que era preciso contribuir com alguma ajuda”, conta Carla Domingues. “Ainda em Moçambique, consegui entrar em contacto com algumas pessoas de outras associações humanitárias, a trabalhar na região, para conseguir as necessidades mais imediatas”, desta forma “a

Mozvision conseguiu dar uma ajuda pontual”, na forma de equipamentos de filtragem de água, “porque existem comunidades inteiras sem acesso a água potável”, e assim que chegou a solo português, mobilizou o resto da massa associativa, que “organizaram de uma forma espantosa esta campanha de recolha de bens”.

“Em Pombal foi lançada uma campanha de cinco dias de angariação de bens essenciais”, que com a “orientação da Associação Portuguesa de Moçambique foi possível localizar um centro de recolha, em Guimarães, que é responsável pelo envio das angariações ao destino final, na Beira, em Moçambique”. E apesar dos “poucos dias” de campanha, que apenas decorreu entre os dias 22 e 28 de Março, o resultado “ficou muito acima das expectativas”.

E se inicialmente, a responsável pelo projecto, julgava que uma carrinha ligeira era mais que suficiente para fazer chegar os produtos angariados ao ponto de recolha, no final da acção solidária, “percebemos que era necessário um camião, que nos foi cedido, muito gentilmente, pela Transportadora Pombalense”.

O veículo saiu de Pombal, a 3 de Abril, com destino a Guimarães, e na sua carga, transportava “mais de 5,1 toneladas de roupa, alimentos, água e produtos de higiene, que os pombalenses tão prontamente ofereceram” a um povo “que já tinha pouco, mas que agora não tem nada”.

Carla Domingues, que por esta altura já regressou à província de Gaza, em Moçambique, onde vive e trabalha, revela que “os próximos anos vão ser muito difíceis para o povo da Beira, há comunidades inteiras isoladas, sem condições, sem água potável, sem alimento”, que “necessitam de toda a ajuda que lhe possamos dar”, remata.

A acção “foi promovida de uma maneira muito informal, quase boca-a-boca”, mas que foi “ouvida por todos, que desde logo se associaram à iniciativa”. Desta forma, na campanha de angariação de bens organizada pela Associação Mozvision, estiveram envolvidas várias juntas de freguesia do concelho de Pombal, instituições como a Cercipom, ou a associação Amigos da Anita, bem como várias empresas e estabelecimentos comerciais.

Joana Benzinho distinguida

Pombalense vence prémio Eco-Cidadã 2019



Joana Benzinho, fundadora e presidente da Organização Não Governamental para o Desenvolvimento (ONGD) Afectos com Letras, sediada em Pombal, foi uma das três laureadas pela Fundação Yves Rocher Portugal, com o prémio Eco-Cidadã 2019. Na base da distinção esteve o objectivo de aquela pombalense “criar condições para a população da Guiné-Bissau fazer uma cultura tradicional de arroz com uma descasca automatizada, permitindo a obtenção de um arroz pilado de qualidade, e libertação da mão-de-obra infantil feminina.”

De acordo com a ONGD, “este prémio surge pelo reconhecimento do trabalho levado a cabo pela Afectos com Letras na Guiné-Bissau com o projecto das máquinas descascadoras de arroz que criam tempo e arroz bio.”

Por sua vez, Joana Benzi-

nho considera que o prémio, correspondente a uma verba de três mil euros, “será um apoio crucial numa fase em que nos preparamos para instalar a sexta máquina e iniciar a promoção e venda deste arroz que iremos certificar como biológico.” “Trata-se de um prémio sobretudo dedicado a todas as mulheres e meninas com quem trabalhamos diariamente na Guiné-Bissau para construir futuros”, frisa.

Joana Benzinho referiu, ainda, que “com estas máquinas as meninas são retiradas do penoso descasque manual do arroz que lhes toma várias horas por dia, permitindo-lhes ir à escola”. “As mulheres, por seu turno, podem agora dedicar-se a actividades de valor económico acrescentado que vão favorecer os magros orçamentos familiares”, considera.

O prémio Terre des Femmes recompensa anualmente mulheres pelas suas acções e compromissos a favor do ambiente e tem como júri Luísa Schmidt, socióloga e investigadora principal do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa (ICS-UL); Susana Fonseca, investigadora de Pós-Doutoramento ICS-UL e membro da direcção da Associação Zero; Mário Grácio, técnico especialista no gabinete do secretário de Estado do Ambiente; e, Milene Matos, presidente da Associação Bioliving.

Chefe do Estado-Maior General das Forças Armadas

Silva Ribeiro é orador convidado para o 25 de Abril



O Almirante António Silva Ribeiro, Chefe do Estado-Maior General das Forças Armadas, é o convidado da Câmara Municipal de Pombal para proferir uma palestra no próximo dia 25, por ocasião das comemorações da “revolução dos cravos”.

Segundo o presidente da autarquia, Silva Ribeiro, que é natural de Pombal, proferirá uma conferência sobre “As forças armadas ao serviço da paz e segurança no mundo”.

O Almirante Silva Ribeiro exerce o cargo de Chefe do

Estado-Maior General das Forças Armadas desde 1 de Maio de 2018. Anteriormente, como oficial general, desempenhou as funções de Chefe do Estado-Maior da Armada e Autoridade Marítima Nacional; Director-Geral da Autoridade Marítima e Comandante-Geral da Polícia Marítima; Superintendente do Material; Director-Geral do Instituto Hidrográfico; Subchefe do Estado-Maior da Armada; secretário do Conselho do Almirantado e vogal da Comissão Consultiva de Busca

e Salvamento.

Complementarmente à sua carreira militar, Silva Ribeiro é um académico especializado nas áreas de Estratégia, Ciência Política e História. Actualmente lecciona e supervisiona investigações em algumas das principais universidades e centros de investigação de Portugal.

Tem uma extensa obra publicada e é orador habitual em conferências sobre Assuntos Militares e Políticos, Relações Internacionais e Estratégia.

etpsic
Instituto Tecnológico e Profissional de São João

PORTA ABERTA PARA O MUNDO

mais informações em www.etpsico.pt

CURSOS PROFISSIONAIS Oferta sujeita a homologação

- DESIGN DE CONSTRUÇÃO CIVIL
- RESTAURANTE / BAR
- COZINHA / PASTELARIA
- MANUTENÇÃO INDUSTRIAL / MECÂNICA
- CONDIÇÃOÇÃO - MARKETING - RELACIONAMENTO PÚBLICO E PUBLICIDADE
- DESIGN E PROGRAMAÇÃO DE SISTEMAS INFORMÁTICOS
- CONSTRUÇÃO CIVIL - CONDIÇÃOÇÃO DE OBRAS

Apoios Superiores a 2.000€/ano

Suporte para material de estudo no valor de 185.000€, 87.500€ e 36.750€ (estados 1, 2 e 3 da Segurança Social)

Aluguer gratuito para todos os alunos

Aluguer gratuito para os alunos alojados

Transporte gratuito para todos os alunos

Subsídio de alojamento até 125.000€ (para alunos alojados)

Portabilidade de alojamento na residência de estudantes da ETP Sic

Bolsa em períodos de estágio

Estágios remunerados (estágio obrigatório)

Descontabilização do material didático (pelo e necessário comprar materiais)

Oferta do Microsoft Office 365 (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Access e Publisher)

2020

Secretária de Estado enaltece projecto PARA

Câmara quer passar projecto-piloto de apoio ao autismo a resposta efectiva

O presidente da Câmara apelou à secretária de Estado da Inclusão das Pessoas com Inclusão para que interceda no sentido de o Projecto de Apoio e Recursos para o Autismo (PARA), desenvolvido pelo município, passe de projecto-piloto para uma resposta efectiva

Orlando Cardoso

Diogo Mateus falava no decorrer da sessão de abertura do seminário “Construir pontes para o autismo”, integrado na Semana da Saúde e que contou com a presença de vários técnicos e especialistas como oradores.

Diogo Mateus explicou que o projecto, vencedor do Orçamento Participativo de 2016, é uma “resposta social complexa” que acompanha nove crianças diagnosticadas com o espectro de autismo, dotado de uma psicóloga, uma terapeuta da fala e uma educadora de infância. No primeiro ano “regista quase 2.600 horas de intervenção” tendo alcançado “365 dos 456 objectivos a que se propôs”.

No entanto, apesar de o município garantir o seu funcionamento até final do ano, é necessário, na perspectiva do autarca, que “este projecto se assuma como uma resposta, passando do projecto-piloto para uma resposta efectiva”, até porque há expectativas que no próximo ano lectivo sejam acompanhadas 15 crianças.

Em jeito de resposta, a secretária de Estado da Inclusão das Pessoas com Deficiência, Ana Sofia Antunes, assumiu o “compromisso” de desenvolver os “melhores esforços” no sentido de encontrar uma forma de financiamento do projecto, salientando o seu “carácter inovador”.

Na sua intervenção, a secretária de Estado começou por enaltecer o facto de aquele projecto ter sido vencedor do Orçamento Participativo municipal, tendo conseguido “sensibilizar e reunido os esforços e as vontades da comunidade”.

Por outro lado, para Ana Sofia Antunes,



• Diogo Mateus durante a sessão de abertura

“é fundamental e importante, ver medidas concretas surgirem em áreas específicas” bem como “ver o impacto que essas medidas possam ter na vida das pessoas com deficiência e nas suas famílias”.

A governante aproveitou para referir que, de entre todas as problemáticas de deficiência, “o autismo é aquela que se torna mais desafiadora” até porque “carece hoje de mais investigação, de trabalho, de acompanhamento e surgimento de respostas mais diversificadas para se tentar encontrar as soluções que efectivamente as pessoas, famílias e comunidade exigem e que tanto precisam”.

A secretária de Estado aproveitou para afirmar que “uma das realidades que efectivamente nos tem preocupado e que tem sido um desafio ao longo deste mandato” são as respostas ao nível da intervenção

precoce, mas também com o “carácter específico de cada resposta que queremos dar”.

Antes, durante a sua intervenção, o presidente da Câmara de Pombal traçou as principais acções desenvolvidas pelo executivo a que preside em diversas áreas como a inclusão, saúde e educação.

Diogo Mateus começou por destacar o trabalho realizado em termos de “mobilidade, acessibilidade e inclusão”, sobretudo a adesão à Rede de Cidades e Vilas de Excelência, referindo-se à recente obtenção da Bandeira Cidade de Excelência, “após uma avaliação externa que apreciou a implementação de medidas de incremento de mobilidade e acessibilidade nos vários projectos de requalificação que o município tem vindo a idealizar e a executar”.

• EXAME FINAL

DE 0 A 20...



Nota 8 - Passes sociais: O governo anunciou os novos passes sociais das áreas metropolitanas de Lisboa e do Porto, que representam um inequívoco contributo para a mobilidade urbana nos dois principais centros urbanos do país. Representam também uma medida social interessante para os beneficiários dos mesmos, já que trazem consigo uma significativa redução do preço médio dos passes, até então utilizados. O governo veio reclamar a paternidade da medida, porém o tema não é de agora, nem é um exclusivo da frente de esquerda governativa. O Presidente da Câmara de Cascais (PSD) já há muito defendia tal medida e foi notório o apoio que o edil Social Democrata de Mafra colocou ao associar-se ao lançamento do passe social. Ora, não duvidando do benefício que os novos passes sociais trazem aos seus utilizadores, não deixa de ser censurável que numa altura em que tanto se fala do interior, da coesão territorial, de descentralização, (até) de regionalização, da desertificação de grande parte do país, do aumento constante das assimetrias entre regiões, vilas e cidades, que se invista milhões de todos os portugueses para beneficiar somente os portugueses dos grandes centros urbanos! A medida é meritória para quem vai beneficiar dela, mas é um atentado no que respeita à coesão e ao equilíbrio territorial. Era fundamental que associada a uma medida destas surgissem medidas de compensação para o resto do território, no que aos transportes e mobilidade respeita. É incompreensível que tenhamos uma ferrovia obsoleta, vilas e aldeias que nem a carreira veem passar (quanto mais o comboio), e depois se invistam milhões a favorecer o centralismo. Já para não falar da sustentabilidade da medida, porque eu sou daqueles que beneficiou do chamado passe “Sub23”, obra do Eng. Sócrates, que ficámos a saber, aquando da vinda da Troika, que se cifrava num dos muitos “buracos” do Metropolitano de Lisboa. Não questionando, obviamente, o timing (eleitoral) da medida...

Nota 16 - 5.º Trail Running Pombal Sicó: Já vai na 5.ª edição o Trail organizado pelo Município de Pombal e pela Ass. Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Pombal, cujas receitas revertem para esta. À quinta edição atingiu-se mais um record, mais de 1100 inscritos. Também este ano o Trail Longo entrou no campeonato distrital de atletismo, o que significa que o “nosso” Trail já começa a ser uma referência no contexto regional e no mundo do atletismo. É este o caminho: mais visibilidade, mais marketing, mais afirmação e a generosidade de sempre dos pombalenses, dos que participam e das dezenas que voluntariamente apoiam na organização.

Nota 17 - Associação Mozvision: Uma associação pombalense, que ainda há pouco tempo dava os primeiros passos, e que tendo como fim social a ajuda humanitária, se mobilizou para ajudar Moçambique após a passagem do ciclone IDAI. Em poucos dias mobilizou o concelho de Pombal e fez chegar a Moçambique mais de 5 toneladas dos mais variados bens. Merecem uma palavra de reconhecimento e de motivação!

João Antunes dos Santos,
Advogado, Deputado Municipal PSD
joao@antunesdossantos.pt

Carnide foi a última freguesia a receber sessão

Mitos e verdades sobre alimentação

No âmbito da programação da Semana da Saúde nas Freguesias, promovida pelo Município de Pombal, o auditório da Junta de Carnide recebeu, no dia 3, a última das sessões sobre Mitos da Alimentação e à qual se juntaram as crianças do pólo escolar e alguns adultos. As acções de sensibilização foram dinamizadas por Juliana Silva, nutricionista do Município; Daniela Duarte, estagiária da Ordem dos Nutricionistas; Carla Louro, nutricionista do Centro de Saúde de Pombal; e Raquel Martins, a realizar estágio curricular na Câmara Municipal.

Depois de desmistificadas algumas crenças, ainda houve tempo para colocar as mãos na massa e fazer umas trufas de amendoim e alfarroba, com a ajuda de pequenos e graúdos (vídeo com a receita na página de facebook do jornal) sugeridas pela nutricionista Juliana Silva.

De entre os mitos e verdades que foram abordados nestas sessões, teste os seus conhecimentos e verifique se realmente saberia responder às questões colocadas pelas técnicas: Beber água às refeições engorda?



(mito) Os produtos hortícolas perdem as suas características depois de cozinhados? (verdade) O vinho tinto faz melhor que o vinho branco? (verdade) Os produtos integrais são sempre uma melhor escolha? (mito) Os ovos fazem mal? (mito) As pessoas a partir dos 65 anos sentem menos sede?

(verdade) O pão tem que fazer parte das refeições principais? (mito) O paladar pode alterar-se com a idade? (verdade) Fruta: de manhã é ouro, à tarde maltrata e à noite mata? (mito) O leite magro tem menos cálcio? (mito) Quanto mais doce for a fruta mais açúcar tem? (mito).

Flávio Silva, Chef do Villa Pampilhosa Hotel

Meirinhense disputa concurso Chef Cozinheiro do Ano



Orlando Cardoso

Flávio Silva, natural da freguesia de Meirinhas, foi apurado para o concur-

so Chef Cozinheiro do Ano 2019, o mais antigo concurso de chefes de cozinha em Portugal e que já vai na sua 30ª edição. Flávio Silva é ac-

tualmente o responsável pela cozinha do restaurante "O Buke", do Villa Pampilhosa Hotel, na Pampilhosa da Serra.

O Chef, que nos últimos anos tem dedicado o seu trabalho a elevar a gastronomia da região Centro à alta cozinha, irá competir com 17 colegas de profissão nas fases regionais da competição organizada pela Inter Magazine e que tem como objectivo valorizar a profissão de cozinheiro, contribuindo para a dignificação da cozinha portuguesa.

No concurso, apenas podem participar os cozinheiros profissionais, em actividade em Portugal, com mais de 25 anos de idade ou com mais de cinco anos de experiência profissional comprovada.

A iniciativa contempla três etapas regionais, entre os meses de Abril e Maio, e a final nacional, bem como a festa de celebração das 30 edições que terá lugar em

Novembro, no Porto.

Flávio Silva agradeceu emocionado à sua equipa por "estar neste lote de luxo" a representar "o Interior de Portugal". "Agora é só cozinhar, a luta continua, insistir e insistir, pois no Interior também é possível", referiu o jovem meirinhense.

Além de formador de diversos cursos profissionais e licenciaturas, o Chef Flávio Silva criou um projecto pessoal - FS Bombons - no qual apresenta o chocolate harmonizado com produtos regionais como o mel, a flor de sal, e outros. É ainda embaixador da Loja de Sal, Rede de Aldeias de Xisto, Dulcis e OFFE - Organização Funcional de Feiras e Eventos.

De referir que Flávio Silva integrou a comitiva que acompanhou a Selecção Nacional de Futebol ao Mundial de 2018, na Rússia. Nos últimos meses também tem acompanhado a Selecção Sub-21.

Pombal mantém-se na direcção dos Leos

André Tasqueiro será vice-presidente do Distrito Múltiplo 115



O presidente do Leo Clube de Pombal, André Tasqueiro, foi eleito vice-presidente do Distrito Múltiplo 115 dos Leos de Portugal para o próximo Ano Leonístico 2019/2020, que terá início a 1 de Julho deste ano. A eleição decorreu no passado dia 30 de Março, durante a XLI Conferência Nacional LEO, que decorreu na cidade de Fafe, tendo o resultado da votação sido por unanimidade.

O pombalense substituiu Carlos Domingues, actual tesoureiro do Distrito Múltiplo e vice-presidente do Leo Clube de Pombal, na direcção do Distrito Múltiplo, assegurando desta forma que os membros do Leo Clube de Pombal continuem a ter uma palavra e acção relevantes nos destinos do Distrito Múltiplo. Por outro lado, André Tasqueiro salienta o facto de, nestes

quatro anos de existência do clube, terem estado pombalenses em três deles: Ana Carolina de Jesus, ex-presidente do Leo Clube de Pombal no Ano Leonístico 2016/2017 e assessora do Distrito Múltiplo durante esse mesmo ano, e Carlos Domingues, que desde o Ano Leonístico 2017/2018 é tesoureiro do Distrito Múltiplo. Um "feito único na história do clube", salienta André Tasqueiro, para quem esta realidade só é possível "graças a todo o trabalho e serviço desempenhado pelo Leo Clube de Pombal e seus membros, desde a sua fundação".

Para além de Pombal, o Leo Clube da Figueira da Foz - Foz do Mondego, Fafe e Boavista estarão representadas no Distrito Múltiplo 115 dos Leos de Portugal durante o próximo mandato, sendo a direcção composta por Débora Silva, actual presidente do Distrito Múltiplo e reconduzida por mais um ano; André Tasqueiro, vice-presidente; Tiago Silva, tesoureiro; Joana Mota, secretária; e Andreia Duarte, assessora para o Distrito Múltiplo.

POMBAL

O SEU MECÂNICO

REVISÕES, TRAVÕES, EMBRAIAGENS E PNEUS

FAZEMOS TODA A MECÂNICA EM TODOS OS AUTOMÓVEIS

NA COMPRA DE 4 PNEUS **OFERTA Alinhamento**

NA COMPRA DE PNEUS **OFERTA Equilibragem**

MUDANÇA DE ÓLEO **OFERTA* filtro de óleo**

*Oferta do filtro de óleo num valor até €10.

VALCO
ÓLEO 15W40; API SF/ CD
5L 1.99€/L
9,95€

205/55 R16 91V
*Jante não incluída; Unidade.
46,90€*

GM
ÓLEO 5W30 - Dexos 2
A3/B4; C3;
5L 4.58€/L
22,90€

elf
ÓLEO EVOLUTION 700 STI
10W40; A3/B4
5L 3.98€/L
19,90€

Votos de uma Boa Páscoa

ROADY.pt POMBAL

MORADA:
QUINTA DA VÁRZEA, 3100-469, POMBAL - TELEFONE: 236 210 220

Campanhas válidas no Centro-auto Roady de Pombal mediante apresentação deste flyer. Campanhas válidas salvo rutura de stock do fornecedor ou erro tipográfico. Fotografias não contratuais. Campanhas não acumuláveis entre si.

DA ILUSTRE TERRA DO MARQUÊS...



Manuel Duarte Domingues
manuel.duarte.domingues@gmail.com

GOOOLO!

O grito das duas netinhas, em uníssono, surpreendeu-me, não só pela intensidade, mas também pela repetição e ainda pela alegria e vivacidade que evidenciavam. Apanhou-me em plena cozinha, no momento em que estava a barrar a terceira torrada da tarde para satisfazer o apetite, ao lanche, da netinha mais velha (tem dez anos). Começaram com um iogurte e a mais pequenita (tem cinco anos) ficou-se apenas por uma torrada. Ora estas torradas têm sido muito elogiadas, porque são bastante apreciadas pelas netinhas. Dizem que o avô é especialista em torradas, que é “barra” a fazer torradas, que são deliciosas, parecendo então ser a única aptidão para a cozinha que o avô revela.

Já durante a manhã, naquele domingo invernoso, com sol, mas ainda com muito frio, o trabalho, tal como tinha sido combinado, andou à volta da matemática, da resolução de problemas (frações, ângulos complementares e suplementares, números racionais, decimais, etc.), porque, na semana a seguir, a netinha mais velha tinha teste e era preciso relembrar os conhecimentos e testá-los através da resolução de problemas. O trabalho decorreu

em ritmo normal, muitas vezes a brincar para amenizar e motivar.

Ainda antes do almoço, para descontraí-los, houve tempo para bater uma bola na mesa de pingue-pongue, desporto para o qual a netinha revela uma aptidão razoável e uma rapidez de reflexos notável, com uns “puxanços” que, muitas vezes, o avô não consegue parar, o que a deixa naturalmente satisfeita. Chegou a hora do almoço, o apetite era evidente, a qualidade da comida foi elogiada, porque a avó tem mesmo jeito para a culinária e consegue apurar o sabor ao gosto das netinhas.

Seguiu-se um curto período de tempo para brincar com a manita, antes do recomeço dos trabalhos de matemática. Era o que tinha sido combinado fazer até ao início do jogo de futebol que seria transmitido pela televisão, mais para o fim da tarde. O lanche seria tomado na sala, já durante o jogo, otimizando assim o aproveitamento do tempo para a matemática. Os problemas foram sendo calmamente resolvidos, as explicações foram suficientes para uma boa compreensão da matéria.

Chegou a hora do jogo e as netinhas, Csportinguistas, sentaram-se no sofá, tendo uma bandeja em cima dos joelhos, com o lanche que era do seu agrado. É evidente que o facto de o avô ser benfiquista não era problema, embora este lamente o desvio clubístico que se verificou, talvez sob influências familiares. Mas, a simpatia clubística é algo de incompreensível na sua motivação, pelo que tem que se aceitar.

O problema é que o jogo estava a correr bem aos benfiquistas, que já tinham festejado dois golos, cujo sabor era ampliado pelo facto de este jogo para a Liga Portuguesa de Futebol, estar a decorrer no estádio do Sporting, sendo normal querer-se ganhar, especialmente, quando se joga em casa. Quase a terminar a primeira parte, veio o tal golo referido no início, para contentamento das netinhas, que até aí tinham visto o jogo muito sossegadinhas, saboreando o iogurte e as torradas, mas lamentando o facto de o Benfica estar a jogar melhor. Porque, mesmo pequeninas, já percebem disto, tanto mais que a mais velha vai treinando futsal, revelando também ter habilidade para esta modalidade desportiva.

Ao intervalo mudaram de “estádio”, ou seja, regressaram à sua casa, ali mesmo ao lado, porque a noite se aproximava e era necessário fazer os preparativos normais, antes do jantar e de se irem deitar. Ainda bem, porque a segunda parte continuou a ser favorável aos benfiquistas e, assim, o avô não viu a tristeza das netinhas, cuja esperança na vitória revelaram, inicialmente, de forma inequívoca. Enfim, coisas do futebol, transversais a todas as idades, mas que têm que ser vistas de forma descontraída

VAMOS
LÁ VER
QUEM
AMOCHA

A obsessão - ou talvez a cegueira - de certos iluminados e autoconvencidos cronistas, que levanamente criticam determinadas opções políticas e que, em contrapartida, esquecem ou elogiam as contrárias, deixa-me francamente perplexo. Vivem dependentes duma economia de mercado, elogiando os lautos rendimentos dos detentores do capital e das grandes empresas, mas alheios à fome e à precariedade que afecta e destrói os que lhes encham os bolsos, condenando, de forma despidorada, as medidas que, com muito sacrifício, por estes vão sendo conquistadas. Por isso muito se agastam com quem não defende governos cujos filiados ou simpatizantes navegam na orla dos que dominam a banca, ou dos que criam firmas fantasmas e negócios especuladores, desviando fundos para onde não paguem impostos e onde possam apagar ou tentar apagar as falcaturas como foram adquiridos, daqueles a quem são concedidos créditos vergonhosamente avultados à pala de desconhecidas contrapartidas, que levam à falência instituições financeiras que o zé povinho tem de salvar para que possam continuar a viver à grande e à francesa.

Afinal, digam-me com tranqüila consciência: quem é que amocha e perante quem? É a esquerda ou é a direita que anda a reboque dos que dominam de forma menos lícita todos os poderes, quer na política (quando lá têm poiso) quer na economia, saudosa dos tempos em que se trabalhava de sol a sol a troco duns míseros tostões, em que se morria logo que a mais pequena maleita lhe batesse à porta? É bom lembrar que ainda há pouco tempo não havia Serviço Nacional de Saúde (serviço que tanto preocupa os que lhe querem por termo, uma vez que a privada precisa de atulhar mais os bolsos) que ao ensino só os privilegiados ou filhos dos “senhores de bem” tinham acesso, que não se tinha direito às férias por maternidade nem se podia ser filiado nas instituições que defendessem os seus interesses. Quem reivindicou todos esses legítimos direitos? Foi a direita de pança cheia e apoiada pelos seus amochados apaniguados ou a esquerda sempre participativa? É bom que a memória não nos abandone para que possamos fazer análises mais consistentes e mais próximas da verdade.

Não posso deixar inserir neste texto o velho ditado que diz “entre dois males é melhor apoiar o menor”. Talvez, ao lembrá-lo, possamos ter melhor compreensão perante determinadas opções.

O meu propósito tem apenas em vista o não minorar o direito ao contraditório, para que as ideias se debatam e se opte pelo que entendamos ser mais justo. Tão só.

A.Araújo

Tenho afirmado, por diversas vezes, que os nossos bombeiros são uma das “instituições” mais relevantes da nossa comunidade, porque são estes homens e mulheres que garantem a proteção e socorro da nossa população, devendo ser merecedores do nosso reconhecimento e eterno agradecimento.

É este sentimento de segurança e confiança que nos devemos lembrar sempre e não só quando precisamos dos seus préstimos.

Partilho esta reflexão, a propósito do trail running que se realizou no último domingo e da recente reeleição dos órgãos sociais da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Pombal.

Começamos pelo desporto e bem-estar que, ano após ano, alia a solidariedade à natureza na realização de uma prova que nos leva a aproximar a serra da cidade e nos leva a percorrermos trilhos extraordinários.

Tenho participado todos os anos e esta foi simplesmente a melhor prova de todas, pelo que, temos que dar os parabéns a todas as pessoas que estiveram na sua organização, porque ano após ano esta prova tem vindo a melhorar e isso é fruto da dedicação dos técnicos do Município de Pombal que temos que elogiar pelo empenho na preparação pormenorizada desta prova.

Esta prova tem ainda um significado muito especial porque é 100% solidária, uma vez que todos os fundos recolhidos revertem para os nossos bombeiros, assumindo-se como um grande exemplo de cidadania de uma comunidade que se mobiliza em prol desta causa como se comprova pelas cerca de 1100 inscrições nesta prova.

Essa mobilização comunitária em prol dos bombeiros também se verifica noutras atividades, como, por exemplo, no

CARTAS POMBALINAS



Pedro Pimpão
pedropimpao@gmail.com

Tributo aos nossos
bombeiros -
o melhor exemplo
de voluntariado
e cidadania!

tradicional baile que os Lions organizam todos os anos ou outras iniciativas pontuais organizadas por diversas instituições e que revertem para o apoio aos nossos bombeiros.

Às vezes tendemos a ficar aprisionados a pensamentos negativos, sendo importante valorizar estes exemplos positivos para puxarmos pelo que de melhor existe na nossa comunidade... e felizmente que a solidariedade é um traço característico dos pombalenses!

Ainda falando dos nossos bombeiros, realizou-se há cerca de 10 dias, a Assembleia Geral da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Pombal, com discussão de assuntos importantes como a aprovação do relatório de atividades e contas ou a eleição dos novos órgãos sociais.

No seguimento desta reunião, em que foram eleitos os novos órgãos sociais, temos que deixar uma renovada mensagem das maiores felicidades a todos aqueles que assumiram a enorme responsabilidade de continuar à frente dos destinos desta instituição, nas pessoas do Sérgio Gomes, José Manuel Carrilho e Manuel Domingues, que lideram os órgãos sociais Direção, Assembleia-Geral e Conselho Fiscal, respe-

tivamente.

Creio que também é mais do que justo partilhar uma nota de agradecimento público ao Eng. Rodrigues Marques que, após tantos anos de dedicação aos bombeiros, saiu dos órgãos sociais e tem um meritório percurso de vida intrinsecamente ligado a esta causa!

Fica igualmente uma palavra de estímulo a todos os elementos do corpo ativo, assim como, a todas as instituições e empresas que apoiam os nossos bombeiros, contribuindo, desta forma, para o robustecimento da nossa comunidade!

Neste momento, não posso deixar de recordar “episódios” que ficam cravados na nossa memória coletiva, como os trágicos incêndios que assolaram o pinhal interior e que são bem demonstrativos da bravura e coragem dos nossos bombeiros, assim como, da onda de solidariedade que teve em Pombal um dos seus mais relevantes epicentros.

Posto isto, temos que prestar público tributo aos nossos bombeiros e à nossa comunidade que abraça esta causa com tanto carinho, sendo um grande exemplo de cidadania que importa preservar!

Reunião realizada em Anços (Redinha)

Agricultores exigem apoios devido a prejuízos de javalis

Orlando Cardoso

Os agricultores do concelho de Pombal exigem ao Governo apoios especiais para fazer face aos prejuízos causados por javalis e outros animais selvagens, anunciaram em comunicado, após uma reunião realizada na associação de Anços, na freguesia da Redinha.

A União de Agricultores do Distrito de Leiria disse que vai reclamar junto do Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF), do Ministério da Agricultura e do Governo apoios especiais por causa dos prejuízos provocados por javalis e outros animais selvagens.

Segundo refere a associação, há, pelo menos, cerca de meia centenas de agricultores lesados por ataques de javalis nas culturas agrícolas e florestais.

Na reunião realizada na freguesia de Redinha, os agricultores consideraram que, “nas actuais circunstâncias, a dimensão dos



• Há cerca de meia centena de lesados pelos estragos dos javalis

prejuízos já causados e o descontrolo que se verifica com as populações de animais, nomeadamente de javalis - que se transformaram numa autêntica ‘praga’ à solta - reclamam a intervenção urgente e indispensável do ICNF, do Ministério da Agricultura e do Governo - entidades com competências e meios que não podem pretender ‘la-

var as mãos como Pilatos’ do problema”.

Os agricultores exigem às referidas entidades que façam o “levantamento dos prejuízos causados à lavoura pelos animais selvagens, e por javalis em especial, para atribuição de indemnizações aos lesados”. A associação pretende, ainda, o “controlo das populações de javalis em aspec-

tos específicos da sua reprodução e mobilidade para, também assim, se obter a redução significativa do número de animais”.

O comunicado alerta ainda para o “controlo sistemático do número de animais e do estado sanitário dos javalis” que deve ser efectuado, “para prevenir epidemias como a tuberculose e a peste suína afri-

Governo estuda população de javalis

O Instituto de Conservação da Natureza e Florestas (ICNF) vai elaborar um estudo sobre a população de javalis em território nacional, anunciou o Ministério da Agricultura, Florestas e Desenvolvimento Rural.

De acordo com uma nota divulgada pelo gabinete do ministro Capoulas dos Santos, no passado dia 3, a iniciativa visa “determinar a real dimensão e impacto de um alegado aumento da população de javalis e dos eventuais prejuízos dai-

decorrentes”.

“O ICNF elaborará ainda, caso se justifique, um plano de medidas para controlar a população de javalis e minimizar os prejuízos na área agrícola”, refere a mesma nota, adiantando que “para além do ICNF, poderão participar no estudo outras entidades que acompanham esta temática, como é o caso das direcções regionais de Agricultura e Pescas”. O primeiro relatório deverá estar concluído até ao mês de Setembro.

cana que podem constituir um desastre sanitário e económico no sector da suinicultura regional e nacional, para lá de também ameaçarem a saúde pública”.

A associação revela que “muitos pequenos e médios agricultores estão já a deixar de (tentar) produzir, sobretudo as suas sementeiras de cereais (mi-

lho) e de hortícolas, bem como culturas permanentes como vinhas, olivais e pomares novos”. Também a floresta nova, referem, está “destruída pelos animais”. Caso não cheguem “depressa respostas favoráveis”, os agricultores afectados não vão desistir de lutar pelos seus direitos e interesses muito legítimos”, frisam.

CA Soluções de Habitação

CASA ESCOLHIDA FELICIDADE À PORTA!

Surpreenda-se com as condições que temos para concretizar a compra da casa que tanto quer.

INFORMAÇÕES NA AGÊNCIA OU LINHA DIRECTA:
808 20 60 60

Atendimento 24h/dia, personalizado 2ª a 6ª feira: 8h30 às 23h30; sábados, domingos e feriados: 10h às 23h.
www.creditoagricola.pt

CAMPANHA VÁLIDA ATÉ 03/05/2019

SIGA-NOS



CA Vida



CA
Crédito Agrícola

O Banco nacional com pronúncia local

Desde 1911

Aquela que é considerada a maior festa do Cristianismo celebra-se um pouco por todo o país, seja em versões mais pagãs ou mais religiosas. À Páscoa estão associadas inúmeras iguarias [há folares com o toque da tradição, ovos que resgatam sorrisos aos mais novos, amêndoas de todas as cores e para todos os gostos, coelhinhos a decorar montras], mas também um conjunto de rituais que se traduzem em expressões de fé ligadas à Ressurreição de Cristo.

Tal como no resto do país, também um pouco por todo o concelho e pela região, em geral, a quadra pascal é assinalada com este misto de celebrações. Mais do que manifestações religiosas, as tradições que aqui recordamos fazem parte da identidade das comunidades locais que o altruísmo de populares e associações faz questão de não deixar morrer.



Centro Clínico Bionapal

CONSULTAS:

Neurologia | Clínica Geral
Enfermagem ao domicílio
Acupuntura MTC
Osteopatia | Nutrição
Psicologia | Homeopatia

Rua Filarmónica
Pombalense, n.º 40
Cont: 236 096 053

Votos de uma
Páscoa Feliz



Tradição percorreu aldeias da freguesia do Louriçal

Rancho recria peditório para as almas santas



Este ano, e pela primeira vez, o Rancho Folclórico e Etnográfico do Louriçal recriou uma tradição antiga, cada vez mais perdida no tempo, e associada ao período da Quaresma.

Na escuridão da noite, ao som do búzio, a aldeia fica atenta! É Quaresma! Estão próximos os homens da aldeia que andam a pedir para as almas santas.

Acordai fiéis cristãos | Nesse sono em que estais | Que vos bate deus à porta | Vós dormindo ressonais.

É desta forma que o grupo dá início ao Cantar para as Almas, também conhecido como “Peditório para as Almas Santas”, começa por nos conta Catarina Silva, presidente da direcção do rancho. Apesar de ser já pouco conhecida, e muito em particular pelas gerações mais novas, ainda há aldeias no concelho que persistem em manter vivo o ritual.

Mas o rancho do Louriçal não se limitou a concretizar

a actividade. Antes de ir para o terreno, pesquisou sobre o assunto para que a recriação fosse o mais fiel possível ao passado. “A recolha que foi feita diz-nos que este peditório realizava-se por alturas da Quaresma. Os homens da aldeia juntavam-se, à noite, para percorrer todas as casas, cantando e rezando por todas as almas no purgatório”, recorda Catarina Silva. “O primeiro homem, chamado de Pai das Almas, envergava o porta-estandarte, que usualmente contemplava uma figura religiosa. Os homens eram divididos em dois grupos, sendo que o primeiro grupo cantava as duas primeiras estrofes e o segundo grupo as duas últimas estrofes. As três primeiras quadras eram cantadas na rua, à quarta quadra os homens da casa abriam a porta e aí o grupo entrava para cantar as restantes quadras, já dentro da habitação”, descreve a dirigente.

À porta das almas Santas | Bate Deus a toda a hora | As almas lhe responderam | Ó meu Senhor que queres agora

Durante o cântico, os donos da casa faziam dádivas ao grupo: outrora em géneros, como o milho ou o feijão, e mais recentemente, em dinheiro. As oferendas recolhidas eram depois entregues à paróquia, destinadas à celebração de missas, durante o ano, “por todas as almas presas no purgatório”.

Dai a esmola se pudeses | Às almas do purgatório | Dai a esmola se pudeses | E com devoção a dais

Depois do cântico de 23 quadras, o grupo de homens, sob o comando do Pai das Almas (o homem mais experiente da terra), ajoelhava-se e, com os donos da casa, e respectiva família, rezavam o Pai Nosso e a Ave Maria, descreve, ainda, Catarina Silva.

Rezemos às almas San-

tas | Ai rezemos com alegria | Pelas almas Pai Nosso | Ou por elas Ave Maria

Entoados os cânticos, seguia-se o repasto. “Os donos da casa tinham sempre um bom petisco e uma boa pinga para encorajar os homens a seguir a sua ‘peregrinação’, conclui a presidente do rancho, que diz que a parte do canto demorava sempre cerca de cinco minutos.

Ainda que a recriação procure ser o mais fidedigna possível, Catarina Silva diz que, nos dias que correm, “já não se conseguem fazer grupos exclusivamente de homens” e as mulheres passaram a integrar, também, o ritual. “Manter vivas algumas tradições que são o nosso ADN, cultural, é uma das nossas missões enquanto grupo federado de folclore e etnografia”, remata Catarina Silva, depois desta viagem às memórias de uma tradição que não querem que se perca no tempo.



Freguesia do Carriço

Grupo dos Vieirinhos junta-se nos domingos da Quaresma

Na freguesia do Carriço, há uma aldeia onde o Cantar das Almas Santas integra o conjunto de práticas religiosas associadas ao período quaresmal. Depois de um interregno, por falta de pessoas, um grupo de moradores da aldeia de Vieirinhos resolveu retomar a tradição e, desde há três anos, sai à rua para recolher oferendas para as almas do purgatório. O encontro tem lugar marcado junto à capela dos Vieirinhos, nos domingos da Quaresma, sempre ao final da tarde.

Pedro Silva é um dos mentores da iniciativa e um dos

três membros da comissão da capela que integram o grupo que percorre as casas do lugar. “Só se chover é que não vamos”, refere Pedro Silva, lembrando que outrora esta era uma prática exclusivamente masculina.

O dinheiro angariado ao longo de quatro domingos destina-se não apenas à celebração de missas, mas o grupo espera repartir as verbas por outras finalidades, nomeadamente para a compra de azeite para a lanterna da capela e aquisição de ingredientes para o andor das Clarissas do Louriçal.



• Elementos que cantam para as Almas Santas

MERCADO Medieval



sexta
12^a abril

14h00 Abertura do Mercado Medieval
15h30 Demonstração de armas | "Santiago a Rufar"
16h30-18h30 Danças, trovas e cantigas | Teatro de rua
19h00 Voo de aves de rapina
20h30 Saltimbancos "Malatitsh"
21h30 Teatro de rua "Fada Matias e Mateus"
22h00 Dança oriental "Mad'ouk"
22h30 O bem contra o mal - espetáculo de fogo
23h00 "Cornalusa" e "Baíllas do Tempo"
23h30 "Sons de Santa Maria" | Rufos e tambores
24h00 Recolhimento

sábado
13^a abril

10h00 Cortejo do centro da Cidade ao Castelo
12h00 Abertura do Mercado, fiscalização das tabernas
12h00 Danças, trovas e cantigas
12h30 Treino dos homens de armas
Danças orientais | Teatro de rua
14h30 "O Saltimbanco da Charneca"
15h00 Voo de aves de rapina
16h00 Danças, trovas e cantigas
17h30 "O Saltimbanco da Charneca"
18h00 Música e Dança com os "Sons de Santa Maria"
e as "Baíllas do Tempo"
18h00 "Santiago a Rufar"
19h00 "Cornalusa"
20h00 Trovadores deambulam pelo Mercado
20h30 Saltimbancos "Malatitsh" - teatro de rua
21h00 Danças, trovas e cantigas
23h00 A Lenda do Mouro "Décadas de Sonho"
24h00 Recolhimento

domingo
14^a abril

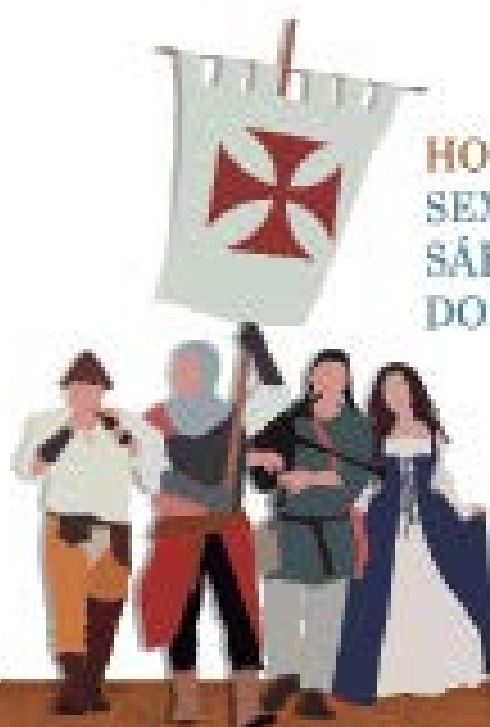
11h30 Cortejo do centro da Cidade ao Castelo
12h00 Abertura do Mercado e das Tasquinhas
12h30 "Sons de Santa Maria" | "Santiago a Rufar"
14h00 Danças, trovas e cantigas
15h30 Voo de aves de rapina
16h30 Assalto ao Castelo - Reconquista Cristã
17h00 Demonstração de armas
17h30 O Saltimbanco da Charneca | "Cornalusa"
e "Baíllas do Tempo"
19h30 Treino dos homens de armas
21h30 O apagar da chama "Décadas de Sonho"
23h00 Encerramento

HORÁRIO

SEXTA 14h00 - 24h00

SÁBADO 12h00 - 24h00

DOMINGO 12h00 - 22h00



www.cm-pombal.pt

POMBAL 12 a 14 abril **19**

“As pessoas da aldeia continuam a gostar muito desta tradição”

Machada reviveu ‘Serração da Velha’

A Serração da Velha é uma antiga tradição popular, integrada nos rituais de passagem, ligada ao simbolismo da regeneração e renovação. Esta antiquíssima tradição subsiste em muito poucas localidades Portuguesas (e em algumas também no Brasil), e em algumas regiões é o desfile de boneco até ao local onde vai ser serrada. Na Machada a tradição continua viva e na ‘Quarta-feira de Cinzas’ o ‘velho’ foi serrado.

Ana Laura Duarte

A “Serração da Velha” consiste na encenação do julgamento e condenação à morte de uma velha. Esta tradição com uma forte componente social tem a particularidade de ser interpretada apenas por homens. A “Serração da Velha” realiza-se tradicionalmente durante a Quaresma, mais precisamente na quarta-feira de Cinzas e á semelhança de outras tradições do Norte de Portugal como o “Enterro do Bacalhau” e a “Queima do Judas” têm provavelmente origens comum, assentando na mudança de estação do Inverno para a Primavera, simbolizando a luta do dia e da noite, da luz e das trevas ou a morte do Inverno. Na Machada a tradição continua viva, e mesmo tendo “menos homens a participar, ainda temos um grupo de 18 ou 19 que dão continuidade a esta tradição”.

A origem deste culto, vem de trás, de décadas e décadas passadas, e provavelmente tem “um historial ainda mais rico, mas que já não nos é possível ir buscar”, uma vez que “as pessoas mais antigas, que tinham essas histórias para contar já não estão entre nós”, e os das gerações seguintes também já não se lembram bem das coisas”, ainda assim

“tentamos recriar a ‘brincadeira’ da forma mais sérias e o mais parecido possível com as lembranças que temos”, explica Manuel Sousa, mentor da recriação.

Mas se há passagens que devem ser mantidas, no meio da tradição há espaço para a inovação e desta forma, o organizador ou sou lançar-se ao desafio, e criou uma ‘velha’ diferente, “mais moderna, mais fácil de transportar”, e amiga do ambiente, uma vez que o projecto foi produzido, integralmente, com recurso a materiais reciclados e reaproveitados. Em forma de urna, com um manequim lá dentro, cheio de pormenores que levam os mais astutos a perceber de imediato de quem se trata a personagem ‘serrada’.

“As pessoas da aldeia continuam a gostar muito desta tradição”, e como tudo é preparado durante a noite, o organizador admite que “há quem saia de casa mais cedo, logo pela manhã, só para ver quem foi serrado”, e na hora de ir comprar pão fresquinho à padaria, “acaba por se juntar logo um grupo grande de pessoas pela manhã”, e assim é uma forma de começar o dia, com boa disposição.

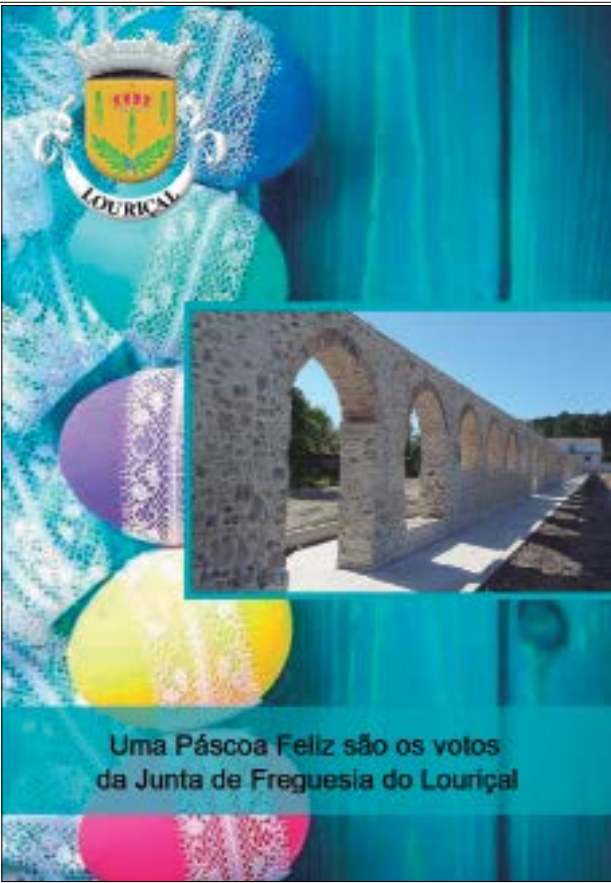
Para além desta tradição, seguramente, secular, Manuel Sousa explica que o



grupo mantém também o Cantar das Almas, uma tradição popular católica secular. Este cantar, que se faz de porta em porta pela noite adentro, tem como principal objectivo o de “pedir ao Senhor pelas Almas do Purgatório, no momento em que é feito e, também, com a angariação de fundos para celebração de missas pelas mesmas almas”. Na noite de 27 de Março, o grupo, composto por 18 homens, percorreu algumas casas do lugar de Folgado, ora cantando, ora pedindo esmola para as “Almas Santas”.



● Serração da Velha é uma das tradições que a população da Machada não quer deixar esquecer



Tradição envolve os jovens na organização das festividades

Cartaria celebra a Páscoa durante três dias

Tradição é tradição, mas varia de local para local e de comunidade para comunidade. Por isso, se é habitual ouvir falar na Serração da Velha, no Cantar das Almas, na Queima do Judas, ou noutras tantas tradições, na Cartaria, na União das Freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, a Páscoa é sinónimo de festividade anual, com direito a actividades culturais, religiosas e muito convívio.

Ana Laura Duarte

A organização dos tradicionais festejos de Páscoa, na Cartaria, remonta a muitas décadas atrás, quando “os rapazes eram obrigados a ir à inspecção militar”, explica Elisabete Gameiro, presidente da Associação de Melhoramentos, Cultura e Recreio (AMCR) da Cartaria. A tradição ditava que a “realização da festa ficava a cargo dos rapazes que esse ano tinham de se apresentar ao serviço militar”, hoje em dia, essa obrigação não existe, ainda assim a organização da festa fia a cargo dos mais novos, na casa dos 20 anos, com a colaboração de vários membros da colectividade.

É uma festa que “proporciona o convívio e reencontro de populares e da gente da nossa terra, dando continuidade a passagem de valores e feitos da nossa terra”, por isso, durante três dias há espaço “para bailes populares e outros eventos recreativos como almoços e /ou jantares convívio, sardinhas” e muita união entre os habitantes da Cartaria e de outras comunidades próximas.

A responsável explica que “nesta altura também é normal que muitos emigrantes regressem às suas origens para celebrar a Páscoa em família e para rever os amigos de outros tempos”.

Mesmo longe da terra, “a comunidade continua muito ligada às suas raízes, e por isso é normal que os mais velhos inculcam este sentimento de pertença aos mais novos e que os incentivem a ajudar nos preparativos das festas”.

Este ano os festejos realiza-se entre 20 e 21 de Abril, e do programa faz parte uma “sardinhada com broa e bom vinho da região com música ambiente”, para quem ajudar na montagem e preparação do arraial, logo no primeiro dia. No domingo de Páscoa, a festa arranca a partir das 15h30, com a concentração de motorizadas e passeio pelas ruas da localidade, uma das novidades do programa e que certamente vai contar com muitos ‘aceleras’, o programa estende-se pela tarde e noite a dentro, com a actuação de Coelho Kikas”, baile ao som da banda Universo, e perto das 00h00 está previsto o tradicio-

nal lançamento do Balão, um dos pontos altos do certame.

Para o último dia de festejos, na segunda-feira, está prevista a realização de uma Missa Campal, seguida de almoço convívio e de jogos tradicionais. Ao final da tarde actua o Grupo de Danças “Diogo Carvalho” da Cartaria. Mais tarde sobe ao palco “Jorge Serafim e as suas anedotas” e esta agendada a actuação da banda Vida de Cão. O encerramento das festividades faz-se com o novo lançamento do Balão.

Para Elisabete Gameiro, esta é uma “tradição muito importante para a comunidade, porque permite que se mantenham laços que de outra forma acabariam por se perder”, e ajuda a “que toda a população se sinta mais próxima da vida activa”.

Durante os três dias de festa, a Associação mantém um restaurante a funcionar, onde os visitantes têm a oportunidade de degustar alguns dos sabores mais típicos da região, e que “permite que a colectividade gere alguma fonte de receitas com a realização deste evento”, remata.

Tradição com história

Serração da Velha na aldeia do Vale

Com o objectivo de reactivar uma tradição antiga, celebrada na altura de Páscoa, a Associação Os Amigos Da Aldeia do Vale juntou-se, a 31 de Março, para recriar a Serração da Velha, uma actividade que “era feita no meio da quaresma, ou seja, três semanas depois da quarta-feira de cinzas”, conta Ernesto Ferreira, presidente da colectividade.

“Havia entre a capela e a escola, um tronco de uma oliveira com pouca rama, conhecida pela oliveira da senhora, que era o ponto de encontro da rapaziada”, revive, “quando queriam ter dois dedos de conversa, com um pau ou com uma pedra batiam na oliveira, que entoava na aldeia inteira e, em poucos minutos, estavam todos reunidos”, ao que parece, “era este o telemóvel daquele tempo”.

Naquela noite, “por volta das 22 horas, dois grupos de rapazes subiam separados para os cabeços em frente da aldeia, e pela calada da noite, começavam a gritar, para que as raparigas se preparassem, para ouvirem”. Sem micros e sem meios, “usavam duas telhas, de canudo, para que o eco da voz fosse o mais longe possível”, e o responsável pela Associação, admite: “Posso dizer, que nem novas nem velhas, ninguém dormia naquela noite”.

A tradição começava com o atirar as pulhas, sendo que “a pulha era uma citação como por exemplo: Eu atiro esta pulha, por cima de um alguidar, esta vai para aquela, que estiver a namorar”. E depois “havia as outras mais

atrevidas”, brinca. “Havia umas quantas dumas e doutras, e começavam a fazer perguntas de um lado para o outro, pelo estado de saúde da velha”, e como o “estado da velha se degradava, começavam a pedir para se fazerem os deixados, ou seja a herança da velha”. Depois de toda a lengalenga, “começavam os gritos e ais, e tocavam os sinais, como para uma morte verdadeira”, revela.

Na recriação de uma das tradições mais antigas, esta actividade teve lugar no passado domingo dia 31 de Março, à tarde e não de noite como era costume, porque “é quando a população se consegue juntar devido às ocupações de todos no dia-a-dia”, e o responsável pela colectividade garante que “foi uma bela tarde bem passada, a relembrar tempos de outrora e toda a gente que assistiu divertiu-se imenso, tendo participado na brincadeira de boa vontade”.

Sobre esta tradição, “havia talvez mais para contar, mas infelizmente já são poucas as pessoas que podem testemunhar”, lamenta Ernesto Ferreira, “a nossa aldeia perdeu oitenta por cento da população, nestes últimos cinquenta anos, e muitas das tradições deixaram de ser realizadas, não por esquecimento, mas por falta de pessoas mais jovens”. O responsável admite que “outras talvez se recordarão de mais histórias, o que muito gostaríamos de ouvir”, e deixa a promessa de “tentar saber mais sobre a aldeia” e sobre as tradições.



Respire o melhor ar de primavera com as ofertas Leiribéria.

Desde
39,90€*
Higienização
de A/C.

Oferta**
1L Detergente
Limpa Vidros.

Desde
35,90€***
Pneus.

29,90€
Alinhamento
de Direção.



Leiribéria – Grupo AMCONFRARIA

LEIRIA – Rua dos Camponeses, vale Sepal, Zona Industrial – Tel.: 244 850 520 – geral@leiriberia.com – facebook.com/leiriberia – www.leiriberia.com

*Higienização das condutas de AC: o preço é variável consoante o modelo. Inclui Kit Limpeza, Filtro de Habitáculo e a sua substituição. **Na compra de 1 Kit de escovas. ***Inclui calibragem e montagem. Preço por cada pneu. Não inclui alinhamento. Todos os valores incluem IVA à taxa legal em vigor. Campanhas não acumuláveis com outras campanhas em vigor. Campanha válida até 30.06.2019.

Nascido a 4 de Abril de 1919

Maria Pereira celebrou 100 anos

Com 100 anos, Maria Pereira ainda gosta de uma valente risada, de contar as histórias de antigamente, ou visitar a casa, em Águas Belas, na União das Freguesias da Guia, Ilha e Mata Mourisca. Diz que não há segredos para chegar a esta idade com esta disposição, mas avança que um “copinho de vinho de vez em quando faz sempre bem”.

Ana Laura Duarte

O clima não podia ser mais alegre e descontraído: uma família reunida para celebrar a vida, a vida longa de Maria Pereira, que a 4 de Abril celebrou 100 anos. No meio de irmão, sobrinhos, afilhados e amigos, a única coisa difícil de acreditar era mesmo o número escrito nas velas: 100. Com uma energia contagiante, uma boa-disposição inabalável, e com um sorriso rasgado, a jovem centenária, foi o centro das atenções de um almoço onde se sentia tanto de amor, como de orgulho.

“Foi um ano de boas colheitas” diz uma das sobrinhas em tom de brincadeira, “é como o Azeite Gallo, a cantar desde 1919”, e a família reage com uma gargalhada comum. “Apesar do facto de ter 100 anos, e de tudo o que isso possa acarretar, continua a ser uma

pessoa muito saudável”, afiança a família. No alto de um século de vida, “o coração já se vai sentido mais fraco, e as pernas já não têm a força que tinham”, releve Maria Pereira, mas diz logo de seguida que se “sente muito bom”, e sem conseguir arranjar uma explicação para esta longevidade, assegura que “sempre tive uma boa alimentação, e nunca dispensei um copinho de vinho à refeição”.

Sem filhos, e viúva de dois casamentos, “aos 90 anos ainda tratava, praticamente sozinha, do falecido marido”, conta o irmão orgulhoso. Já a aniversariante relembra, “casei pela primeira vez a 6 de Outubro de 1957, e pela segunda vez a 10 de Junho de 1988”, não deixa descendentes directos, mas assegura que tem “uma família muito unida e muito próxima”, sempre presente quando é necessário, seja para celebrar a vi-



• O centenário de Maria Pereira foi celebrado durante um animado almoço no Restaurante São João, em Outeiro da Ranha

da ou para ajudar nos momentos mais difíceis.

E se muitas vezes a memória começa a pregar partidas, no caso de Maria Pereira, nascida na localidade de Mendes, na freguesia de Pombal, as vivências do passado continuam intactas. “A vida era muito diferente daquilo que é hoje”,

explica, “havia mais dificuldades, o trabalho era duro e faziam-se muitos sacrifícios”, ainda assim, relembra com nostalgia o tempo das “vindimas, da apanha da azeitona” e da labuta nos campos agrícolas.

Ao que parece, Maria Pereira, para além da boa disposição, sempre teve uma

queda especial para a cozinha, e já na altura em que se dedicava aos trabalhos agrícolas, “ficava sempre responsável pela confecção das refeições”, e tinha sob a sua responsabilidade a alimentação de “mais de 30 pessoas”, diariamente.

Se a maior parte da sua vida foi passada no conce-

lho de Pombal, inicialmente nos Mendes, e depois de casada no lugar de Águas Belas, na União das Freguesias da Guia, Ilha e Mata Mourisca, actualmente a aniversariante vive na zona de Lisboa, com o irmão, mas não dispensa uma visita à sua “casinha”, pelo menos uma vez por mês.

O Fidalgo
Restaurante

Votos de uma Boa Páscoa

Pombal
Rua Custódio Freire
Tel. 236 023 627
Tlm: 919 964 542
rotivitor@live.com.pt

Festival
Gh da Praça
2019
26 e 27 de abril

26 SEXTA
CELEIRO DO MARQUÊS

27 SÁBADO
RUAS DA CIDADE
PRAÇA FARIA DA GAMA
LARGO 5 DE OUTUBRO
JARDIM DA VÁRZEA
JARDIM DO CARDAL

FREGUESIA DE POMBAL APOIA A CULTURA LOCAL

Investimento de 630 mil euros

Centro de saúde do Louriçal já está adjudicado

Orlando Cardoso

A Câmara Municipal de Pombal adjudicou, na última reunião do executivo, a empreitada de reabilitação do Centro de Saúde do Louriçal, pelo valor de cerca de 630 mil euros. A obra será executada pela empresa Soteol - Sociedade de Terraplanagens do Oeste, Lda, e tem um prazo de execução de 365 dias.

De acordo com a respectiva deliberação, aprovada por unanimidade, aquela foi a única proposta apresentada a concurso, já que outras nove empresas optaram por não apresentar proposta, alegando que o valor ultrapassaria o valor base, que era de cerca de 675 mil euros.

Em causa está a adaptação e ampliação do antigo edifício da escola primária para unidade prestadora de cuidados primários de saúde.

Recorde-se que o respectivo projecto foi apresentado publicamente à popu-



lação, em Setembro do ano passado, numa cerimónia pública, na qual o arquitecto responsável pelo projecto, Carlos Vinhas, afirmou que “o Louriçal vai ficar com um centro de saúde exemplar”.

A empreitada consistirá na construção de um edifício, com uma área superior a 640 metros quadrados, com cinco gabinetes médicos, salas de enfermagem e tratamento, e outros espaços para dar melhores con-

dições a todos os profissionais e utentes, com destaque, igualmente, para área destinada a crianças.

Naquela sessão pública de apresentação do projecto, José Manuel Marques, presidente da Junta de Freguesia do Louriçal, recordou a noite de há precisamente um ano antes (13 de Setembro de 2017), quando mais de 1.500 utentes se juntaram para debater o futuro da saúde da freguesia. Nu-

ma altura em que “se viviam momentos de aflição” onde “parecia que tudo corria mal”, perante um alegado encerramento do pólo da Unidade de Cuidados Personalizados Vale do Arunca.

O autarca recordou, também, que na ocasião o presidente da Câmara de Pombal garantiu que iria dotar a vila com melhores instalações para os cuidados primários de saúde. “Vale a pena sermos honestos”, afirmou.

Demolição de imóvel na Mata de Ruge Água

O proprietário de um edifício localizado no lugar de Mata de Ruge Água, na União de Freguesias de Santiago, S. Simão de Litem e Albergaria dos Doze, vai ter um prazo de 180 dias para demolir do imóvel, face ao avançado estado de degradação. A decisão foi aprovada, por unanimidade, na última reunião da Câmara Municipal de Pombal perante o relatório da comissão técnica de vistorias. Os peritos consideram que o edifício, de um só piso, devoluto, apresenta risco de desmoronamento e queda de elementos da construção para a vida pública, para além de não ter valor arquitectónico e urbanístico.

Guarda detém jovem por invadir recinto de jogo

Um jovem de 23 anos de idade foi detido, no dia 31 de Março, pelos militares do Posto Territorial da Guia da Guarda Nacional Republicana (GNR), por invasão de recinto desportivo. De acordo com o Comando Territorial de Leiria, a detenção ocorreu na Ilha, “no decorrer de um jogo de futebol do escalão sénior do campeonato distrital”. “O indivíduo invadiu a área de jogo, dirigindo-se ao árbitro, acabando por ser detido pelos militares que se encontravam a efectuar o policiamento”, adianta. O jovem foi constituído arguido e “os factos foram remetidos ao Tribunal Judicial de Pombal”, refere o comando.

GNR detém jovem por permanência ilegal no país

Um jovem de 22 anos de idade foi detido, no passado sábado, dia 6, por permanência ilegal em território nacional e por falta de habilitação legal, anunciou o Comando Territorial de Leiria da Guarda Nacional Republicana (GNR). De acordo com aquele mesmo comando, a detenção ocorreu “em flagrante delito” na localidade da Roussa, na freguesia de Pombal. A detenção aconteceu no decorrer de uma acção de patrulhamento, no momento em que os militares do Posto Territorial de Pombal “abordaram uma viatura apurando que o indivíduo que a conduzia não era detentor de habilitação legal para condução de veículos automóveis e que se encontrava em situação irregular em território nacional”. “O indivíduo encontra-se em Portugal desde 2016, tendo, no início deste ano, sido notificado para abandonar voluntariamente o país”, realça o comando territorial, frisando que o suspeito possui antecedentes criminais por falta de habilitação legal, tendo sido presente ao Tribunal de Pombal.

Chefe Catarina Costa condecorada

Novas promessas nos Escuteiros de Albergaria dos Doze



O Agrupamento 922 do Corpo Nacional de Escutas, de Albergaria dos Doze, celebrou o seu 29º aniversário com as novas promessas:

três lobitos, seis exploradores e duas pioneiras. Perante a assembleia dominical, no passado dia 31 de Março, os novos elementos pro-

meteram “tentar ser mais e melhores cidadãos do mundo”, refere fonte do Agrupamento, frisando que “foi um momento de grande alegria, que contou com as presenças de familiares e amigos”.

No final da celebração da cerimónia, a chefe Catarina Costa foi condecorada com a Cruz de S. Jorge, por “todo o trabalho que tem desenvolvido ao longo destes anos no Agrupamento”.

Rita Leitão, delegada de comunicação do Agrupamento, refere que “a Catarina é um dos elementos,

que muito tem feito por este Agrupamento e como tal, foi uma homenagem muito merecida.”

O Agrupamento 922 de Albergaria dos Doze, actualmente tem 28 elementos e seis dirigentes. Este é um dos Agrupamentos da região escutista de Leiria-Fátima que têm um campo para actividades escutistas, estando disponível não só para o Corpo Nacional de Escutas, mas também para outros grupos que aí queiram fazer as suas actividades.

Motorizadas e Motos na Cartaria

Realiza-se no próximo dia 21, na localidade de Cartaria (Albergaria dos Doze), um encontro de motorizadas e motos, seguido de um pequeno passeio. O evento tem início às 15h00 e as inscrições são gratuitas. Há prémios para o maior grupo, para o mais original, para a motorizada ou moto mais antiga e para a mais espectacular.

cultiflor
VIVEIROS

Tel. / Fax: 233 959 785 | Tlm. 916 255 387 | 963 284 156
E.N. 109 Vieirinhos 3105-069 - Carriço

www.viveiroscultiflor.pt | viv.cultiflor@sapo.pt

No Parque de Merendas da Ilha entre 19 e 21 de Julho

ARCUPS desvenda o véu da próxima edição do Ti Milha

Ana Laura Duarte

Entre 19 e 21 de Julho todos os caminhos vão dar ao Parque de Merendas da Ilha, na União de Freguesias de Freguesia de Guia, Ilha e Mata Mourisca, onde se realiza um dos eventos mais queridos dos jovens do concelho. O Ti Milha regressa para a quarta edição e traz com ele algumas novidades.

Para este ano a organização, a cargo da Associação Recreativa, Cultural e de Promoção Social (ARCUPS), promete manter a mesma animação que fascinou todos os que por lá passaram nas edições anteriores. Este ano está prevista a actuação de bandas como Sequin, Farra Fanfarra, The Twist Connection, Chalo Corre-



• Organização revelou o cartaz

ra, G Combo, Enes, Banana e os DJ's Nuno Rabino e Le Cirque du Freak. Sem esquecer o teatro, a dança, os workshops, e outras actividades de âmbito cultural e

recreativo.

Durante a apresentação do evento, que se realizou no Golden Bar, na Ilha, na noite de 30 de Março, a organização revelou ainda a realização de um workshop de Cosmética Natural e outro de Serigrafia, sendo que ainda existe a possibilidade do leque ser estendido para outras áreas.

O objectivo da associação tem sido mostrar a cultura da Ilha através de um evento de maior dimensão, como é o caso do Ti Milha, que traz até ao Oeste do concelho de Pombal bandas de referência nacional.

O objectivo da associação tem sido mostrar a cultura da Ilha através de um evento de maior dimensão, como é o caso do Ti Milha, que

traz até ao Oeste do concelho de Pombal bandas de referência nacional. O Ti Milha contou no primeiro ano, em 2016, com a organização da ARCUPS e uma entidade particular da localidade, sendo que em 2017 ficou totalmente responsável pela organização do evento, e este ano volta a repetir o feito.

À semelhança do que aconteceu no passado, a entidade organizadora aposta na entrada gratuita para todos os visitantes, e para isso “volta a precisar novamente do contributo de todos” e vai avançar, em Maio, com o lançamento, mais uma vez, de uma campanha de angariação de fundos, leia-se crowdfunding - para ser mais moderno.

“Este contributo acaba por permitir transformar um acto ilícito em lícito”

ASAE entrega roupas a instituição de Almagreira

O Centro Social e Paroquial de Almagreira recebeu, no passado dia 8 de Abril, na respectiva sede, 236 peças de roupa contrafeita, a dádiva foi feita pela Autoridade de Segurança Alimentar e Económica (ASAE), resultante de uma apreensão policial.



• Centro Social e Paroquial de Almagreira recebeu doação de roupa

“Este contributo acaba por permitir transformar um acto ilícito em lícito” começa por dizer Catarina Gaspar, directora Técnica do Centro Social. Camisolas, fatos de treino, camisas, polos de

manga curta, camisola e calças foram postas ao dispor da Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) da freguesia, “sob o compromisso da instituição descaracterizar as marcas cons-

tantes nas peças de roupa. O pedido advém do facto de se tratar do crime de “contrafacção que lesa as marcas oficiais”, explica a responsável. “Esta apreensão resulta da imitação das marcas originais e, portanto, é uma actividade ilícita. Como é óbvio é proibida a circulação comercial das peças, porque provoca situações de concorrência desleal”, explica, assim, “ao recebermos estas peças, temos a obrigação de descaracterizar as marcas”, e para isso “acabamos por envolver a nossa comunidade neste processo”, uma vez que “os utentes que podem,

e sabem”, são convidados a pegar na cestinha da costura e a dar uma nova vida às peças doadas, o que significa que “estamos a dar um efeito bom a uma actividade má”.

A responsável explicou ainda que o processo de doação, neste caso, das peças de roupa, passou por um processo de avaliação assente em três elementos essenciais: “os magistrados, porque é o poder judicial que define que o material pode ir para doação na vez de ser para destruição; as empresas titulares das marcas, uma vez que é o nome delas que está registado e, sendo cópias, podem opor-se; e as instituições, que, de facto, têm a responsabilidade de descaracterizar as peças, não permitindo o uso abusivo ou menos atento das marcas”, revela.

Catarina Gaspar agradeceu a doação recebida e avança que esta será dirigida aos mais carenciados, não apenas àqueles que estão na instituição, mas também aos que a procuram externamente. “A responsável adianta ainda que “esta não é a primeira vez que nos é feita uma doação deste género”, sendo que “já recebemos, no passado, uma doação de bens alimentares”.

Sessão de esclarecimento dia 16

Programa “Brincar de Rua” chega a Pombal

Permitir que as crianças voltem a brincar em segurança nas ruas dos seus bairros, através da criação de grupos comunitários de brincar, é o objectivo do programa “Brincar de Rua”. No próximo dia 16, terça-feira, será realizada, na Câmara Municipal, uma sessão de esclarecimentos, gratuita e aberta a toda a comunidade, com a presença do coordenador do programa.

Desenvolvido pela Ludotempo - Associação de Promoção do Brincar, sediada em Leiria, o programa visa, através de grupos comunitários, proporcionar “espaços e tempos de brincar livre, de desenvolvimento natural de competências nas crianças”, que envolvam “os diversos agentes locais, melhorando a coesão e participação das comunidades” e valorizem “as pessoas do bairro para se tornarem líderes do projecto comunitário, através dum conjunto inovador de metodologias, recursos e ferramentas que garantem a segurança das crianças e o envolvimento da comunidade.”

O grupo comunitário é constituído por até 15 crianças, com idades compreendidas entre os 5 e os 12 anos, e que têm em comum o facto de viverem

na mesma zona ou de frequentarem a escola dessa zona da cidade/ vila. É monitorizado por, pelo menos, dois adultos, que reúnem pelo menos uma vez por semana, durante pelo menos duas horas.

“Tal como o nome indica, o pretexto do grupo é o de reunir as crianças para brincar... ao seu ritmo, de acordo com a sua imaginação e vontade, sem programas estruturados pelos adultos”, refere a entidade promotora, frisando que “é um espaço para as crianças, em que os adultos participam apenas para garantir a sua segurança e gerir todo o processo.”

Ali, as crianças brincam livremente, sem recurso a tecnologias. “O mesmo é dizer que têm um espaço de tempo para descobrir, desafiar(-se) e aprender, por eles próprios, de forma natural, individualmente ou com os colegas do grupo”, refere a associação Ludotempo, acrescentando que “as crianças podem inventar brincadeiras, jogar à bola, levar os seus próprios brinquedos (não digitais/ tecnológicos), descobrir o espaço natural, construir... a regra central a cumprir é que têm que respeitar as pessoas, os animais e o espaço onde estão a brincar”.

Este sábado, 10 de Abril

Fados na Charneca da Redinha

A Associação Recreativa Desportiva e Cultural de Charneca da Redinha organiza este sábado, 13 de Abril, uma Noite de Fados, pelas 21h00. O evento conta com a participação dos fadistas Castela Parreira, Alexandre Frutuoso, Leonor Frutuoso e Soraia Cardoso (finalista do programa The Voice Portugal/RTPI), que serão acompanhados à guitarra portuguesa por Sílvia

Girão e na viola de fado por Rui Miquélis. A este elenco junta-se, ainda, Joaquim Júlio que trará fado humorístico.

Durante o evento será servido caldo verde, grelhados e café d'avó. As reservas podem ser feitas através de um dos seguintes contactos: 914 743 812 | 910 358 690 | 919 434 169. As entradas têm um custo de 10 euros.

Sábado, na sede da colectividade

Noite de fados na Mata Mourisca

A União Matamourisqueense promove este sábado, 13 de Abril, uma Noite de Fados, com início às 20h00. A iniciativa conta com a participação dos fadistas Hugo Faustino, Dulcineia Ramos e Francisco Jorge, acompa-

nhados por Ricardo Silva, na guitarra portuguesa, e João Silva, na viola. As inscrições custam 15 euros e incluem jantar. Os interessados podem fazer a sua reserva através dos números 965 030 764 ou 967 674 011.

José Manuel
SÓCIO-GERENTE
919 590 334

Luciana
918 959 549

CAROLINO DOS LEITÕES, LDA.

Tel./Fax 236 219 979 E-mail carolinodosleitoes@hotmail.com
Rua D. Inês Norte, N.º 49, 3105-004 ALMAGREIRA PBL

45 ANOS

1974 - 2019

COMEMORAÇÕES
DODE
A B R I L

PROGRAMA

Dia 24 de abril**21H30 CONCERTO CAPITÃO FAUSTO**

Local: Teatro-Cine de Pombal

Dia 25 de abril**10H00 ARRUADA PELA FILARMÓNICA LOURIÇALENSE****10H30 HASTEAR DAS BANDEIRAS****10H45 EVOCAÇÃO AOS HERÓIS DO ULTRAMAR**

Local: Avenida Heróis do Ultramar

11H00 EVOCAÇÃO A SALGUEIRO MAIA

Com momento de poesia pelo Clube de Leitura da Universidade Sénior

Local: Largo Salgueiro Maia

11H15 SESSÃO EVOCATIVA DO 25 DE ABRIL**"AS FORÇAS ARMADAS AO SERVIÇO DA PAZ E SEGURANÇA NO MUNDO"**

Almirante Silva Ribeiro, Chefe do Estado - Maior - General das Forças Armadas

Local: Teatro-Cine de Pombal

**POMBAL**
24 e 25 de abril'19

Empresa oferece soluções integradas de gestão à medida de cada cliente

PombalData celebra 21 anos atenta à inovação



● Bruno Silva acredita que o sucesso da empresa se deve, muito em parte, ao espírito de sacrifício

Há 21 anos, quando a PombalData surgiu no mercado, em Pombal, as novas tecnologias, aliadas ao mundo digital, ainda desbravavam terreno. Muitas empresas e particulares davam ainda passos muito sinuosos num caminho que passou a abrir-se a uma velocidade galopante.

Inovadora desde a primeira hora e com uma visão estratégica, sempre com os olhos postos no futuro, a PombalData não se intimidou perante este quadro e, desde então, cimentou uma missão assente na definição de soluções integradas de gestão para o sector empresarial.

No ano em que acrescenta mais uma página às duas décadas de vida, Bruno Silva acredita que este trajeto de sucesso só tem sido possível graças a um “espírito de sacrifício”. O gerente da PombalData, sediada na Rua do Lourçal, soma altos e baixos a este percurso, mas reconhece que, para além da dedicação ao projecto, há outros factores que deram um contributo importante.

“Nos tempos que correm, não é fácil manter as empresas”, assume o empresário, mas para contrariar as adversidades, nomeadamente nesta área em concreto, é preciso “estar em permanente evolução tecnológica, acompanhando sempre as necessidades dos clientes”. E é precisamente a pensar nos clientes que a empresa procura ser “pioneira nas soluções” apresentadas, disponibilizando um “serviço personalizado de consultoria”, com “soluções à medida” para o mundo dos negócios, destacando-se, entre outras, as que dizem respeito ao software de gestão.

O resultado desta postura encontra eco na relação de confiança estabelecida com os clientes, mas está igualmente patente no mercado já conquistado pela PombalData, cuja abrangência geográfica balança entre Aveiro e o Algarve, chegando actualmente a perto de 3.600 clientes. A sul, a empresa gerida por Bruno Silva tem deixado marca por onde passa, de tal forma que a possibilidade de abertu-

ra de uma filial naquela região poderá vir a ser uma realidade a curto prazo. E o que leva uma empresa, sediada a centenas de km de Pombal, a contactar a PombalData? “Eu penso que todas as pessoas que lidam com tecnologia e com informática procuram soluções, e nós conseguimos apresentar sempre uma à medida do cliente, com serviço personalizado, acompanhamento, atendimento 24 horas, com um help desk eficiente, um pós-venda cuidado e aconselhamento”, enuncia Bruno Silva. “Tudo isto faz com que o cliente queira, imprescindivelmente, trabalhar connosco”, explica o mesmo responsável, salientando que a melhor publicidade é feita pelos próprios clientes, que trazem outros numa lógica do “passa a palavra”. “E assim vamos expandindo a nossa área de negócio pelo país inteiro”, sublinha Bruno Silva, reforçando essa filosofia com o “rigor e honestidade” que têm pautado a conduta da PombalData, desde a primeira hora, o que expli-

● A PombalData é formada por uma equipa multidisciplinar de sete colaboradores, apostando fortemente na formação constante dos seus profissionais.

● A PombalData dispõe de sala de formação. É utilizada para dar formação aos clientes, em várias áreas ligadas à gestão. A próxima está marcada para Maio.

● Tem soluções de renting, em diversos domínios. São Gold Partner da Eticadata, há 20 anos. Para o segmento da restauração, a empresa vende Zone Sft, marca da qual são igualmente Gold Partner.

● A empresa tem soluções em termos de equipamentos e software, faz instalações de videovigilância, oferece soluções web e desenvolvimento à medida.

ca a elevada fidelização dos clientes, salienta o gerente.

UMA GARAGEM COMO PONTO DE PARTIDA

Se hoje as instalações da PombalData oferecem condições de excelência, a verdade é que nem sempre foi assim. “A semelhança de qualquer empresa de sucesso, tudo começou numa garagem”, recorda Bruno Silva, com sentido de humor à mistura, mas sem esquecer o essencial. Para o empresário, a consolidação da PombalData deve-se também, e muito, a uma gestão firmada na convicção de “não dar um passo maior do que a perna e estar sempre na vanguarda da tecnologia”. Bruno Silva recorda que, em 1998, a PombalData já estava ligada à web. Se “hoje o mundo está muito voltado para aí, a PombalData está muito bem preparada, fruto desse investimento que fizemos no passado”, o que traz maturidade acrescida, porque “estamos a trabalhar nisso há muitos anos”, refere.

Conferência no dia 23 no Teatro-Cine

Alunos da ETAP debatem marketing digital



Contribuir para “o aumento do conhecimento relacionado a empreendedorismo e marketing digital, acreditando de forma convicta que é possível inspirar as pessoas para um mundo mais digital e inovador”, é o objectivo da conferência “Comunica-te para Empreender”, agendada para o próximo dia 23, em Pombal.

O evento, organizado pelos alunos finalistas do curso Técnico de Vendas, da Escola Tecnológica Artística e Profissional de Pombal

(ETAP), no âmbito das suas provas de aptidão profissional (PAP), decorrerá a partir das 14h00 no Teatro-Cine e com inscrições gratuitas.

A conferência contará com as intervenções de Horácio Mota (presidente da Associação Comercial e de Serviços de Pombal), Regina Santana (CEO da agência Get Digital, empreendedora e professora) e Paulo Faustino (COO da agência Get Digital e especialista em marketing digital).

DOMINGUES Lda

COMPRA E VENDA DE PROPRIEDADES
CONSTRUÇÕES E URBANIZAÇÕES

A gerência orgulha-se pelos mais de 40 anos dedicados aos seus clientes, os quais felicita, pela confiança que lhe oferecem.

Votos de uma Boa Páscoa

Tel. 236 212 948
Largo 25 de Abril, n.º 12 - 1.º Esq.
3100-468 Pombal

Votos de uma Boa Páscoa

Venha conhecer os nossos serviços na Redinha Junto ao IC2

Tiago Lopes
917 990 584
910 423 636
2ª Feira a Sábado
09h00 - 13h00
14h30 - 19h00

Novas regras ditam a limitação de mandatos

Carlos Courelas deixa Conselho Geral e Supervisão do Crédito Agrícola

Carlos Courelas vai cessar funções como *chairman* do Grupo Crédito Agrícola, devido à limitação de mandatos, decorrente da introdução em vigor de novas regras, em Janeiro de 2016. As eleições estão marcadas para o próximo dia 25 de Maio e, caso se confirme a apresentação de uma única lista candidata, a substituição do também administrador da Caixa Agrícola de Pombal (CCAM) será assegurada por António Varella, antigo vice-governador do Banco de Portugal.

A novidade foi avançada pelo próprio, que se mostrou “satisfeito com o trabalho realizado”, depois de 12 anos na liderança do Conselho Geral e Supervisão (CGS) da Caixa Central do Crédito Agrícola, de onde sai com o espírito de missão cumprida. Um período da carreira profissional que encarou como “um enorme desafio”, assumindo ter sido “uma experiência muito interessante e que me valorizou como pessoa e como gestor”. Ainda que não se sentisse cansado, Carlos Courelas reconhece que “existe um momento para tudo”, mas não esconde, contudo, “alguma desilusão” no que toca a “algumas das novas regras e exigências” aplicadas ao sistema financeiro, sobretudo porque, no



seu entender, estas não atendem à especificidade das Caixas Agrícolas, assunto sobre o qual deixa a porta aberta para desenvolver mais tarde. Convicto de que “não existem pessoas insubstituíveis”, o ainda presidente do CGS considera que “as pessoas deverão estar na vida, e nas instituições, sempre para procurar servir, e não para se servir”.

Num olhar sobre o passado, Carlos Courelas remete a análise ao trabalho desenvolvido “para os outros” ainda que, na sua

perspectiva, tenha sido “altamente positivo”. E para fazer eco desta expressão, o ilustre pombalense considera que o Grupo Crédito Agrícola “está melhor”, sendo hoje em dia uma instituição financeira “altamente credível”. Uma realidade que transparece nos rácios de capital, de risco e de liquidez, com valores “acima dos mínimos exigidos pelas autoridades”. Aliás, o Grupo “atravessou o período crítico da economia portuguesa de modo tranquilo, sem precisar de qualquer ajuda

por parte do Estado”, argumenta o administrador da Caixa Agrícola de Pombal. As próprias seguradoras “subiram ao top das melhores a operar em Portugal, que por diversas vezes têm sido distinguidas por entidades da especialidade”, acrescenta Carlos Courelas, assumindo que dará continuidade ao seu compromisso de 44 anos com a Caixa de Pombal, que neste período se transformou numa das maiores do país e da qual aquele responsável tem sido um dos principais rostos.

O Conselho Geral e de Supervisão, para além de órgão de fiscalização da Caixa Central, é a estrutura responsável pelo acompanhamento, fiscalização e orientação de todo o Grupo. O próximo acto eleitoral é marcado por uma alteração estatutária, imposta pelo regulador. Fruto das mudanças introduzidas, aquele órgão passa a ser composto maioritariamente por membros independentes, ou seja, membros sem ligação a Caixas Agrícolas. Do elenco, para além do já referido António Varella, faz parte o conhecido professor universitário, e comentar, João Duque. A confirmar-se todo o exigente processo de registo junto do Banco de Portugal, assim como a esperada eleição em Assembleia-Geral, a CCAM Pombal (a maior accionista da Caixa Central) será umas das quatro caixas integrantes do órgão, devendo a sua representação ser assegurada pelo também pombalense Vítor Costa, membro efectivo do seu Conselho de Administração. Licenciado em gestão, Vítor Costa é natural das Matas do Lourical e conta com uma vasta experiência na actividade, em resultado de 26 anos ao serviço do Crédito Agrícola.



Consultas grátis de
Optometria e Contactologia

Rua João de Deus, n.º 7 (Largo das Laranjeiras) ----- optica.anitagalvao@sapo.pt

..... T: 236 218 379



DISTRITAIS SÉNIORES
DIVISÃO DE HONRA

25.ª JORNADA	
Portomosense - Guiense	0-0
Mirense - GD Pelariga	5-2
Sp. Pombal - Alcobaga	1-1
Maceirinha - GRAP/Pousos	1-4
Figueiró dos Vinhos - Beneditense	3-2
Boavista - Marinhense	2-7
Marrazes - Alqueidão da Serra	1-4
C.C Ansião - Vieiraense	1-1

	J	V	E	D	M/S	P
1 Marinhense	25	22	2	1	68-20	68
2 GRAP/Pousos	25	17	5	3	53-13	56
3 Portomosense	25	13	10	2	44-29	49
4 Sp. Pombal	25	13	7	5	45-25	46
5 C.C Ansião	25	10	10	5	47-30	40
6 Vieiraense	25	10	6	9	38-37	36
7 Alq. Serra	25	10	6	9	40-30	36
8 Marrazes	25	9	7	9	38-31	34
9 GD Pelariga	25	7	8	10	26-43	29
10 Alcobaga	25	7	7	11	28-37	28
11 Guiense	25	8	5	12	40-43	28
12 Boavista	25	7	6	12	31-54	27
13 Mirense	25	6	8	11	32-43	26
14 Fig. Vinhos	25	5	3	17	28-66	18
15 Beneditense	25	4	6	15	30-51	18
16 Maceirinha	25	2	4	18	21-54	10

26.ª JORNADA - 14/04	
Marinhense - Portomosense	
Alcobaga - Boavista	
Sp. Pombal - Mirense	
Guiense - C.C Ansião	
Vieirense - Marrazes	
Beneditense - Maceirinha	
Alqueidão da Serra - Figueiró dos Vinhos	
GRAP/Pousos - Pelariga	

27.ª JORNADA - 28/04	
C.C Ansião - Marinhense	
Portomosense - Alcobaga	
Boavista - Sp. Pombal	
Marrazes - Guiense	
Figueiró dos Vinhos - Vieiraense	
Pelariga - Beneditense	
Maceirinha - Alqueidão da Serra	
Mirense - GRAP/Pousos	

PRIMEIRA DIVISÃO - SÉRIE 'A'	
22.ª JORNADA	
Carnide - Caseirinhos	2-2
Almagreira - Matamourisqueense	2-1
Moita do Boi - Arcuda	3-0
Alegre Unido - Avelarense	6-0
Alvaiázere - Chão de Couce	1-2
Castanheira de Pera - Ilha	0-1

	J	V	E	D	M/S	P
1 Moita do Boi	20	16	2	2	63-23	50
2 Alegre Unido	20	15	2	3	51-14	47
3 Alvaiázere	20	14	2	4	44-18	44
4 ARCUDA	20	10	4	6	34-21	34
5 Avelarense	21	9	4	8	32-29	31
6 Chão Couce	20	9	2	9	28-28	29
7 Ilha	20	8	3	9	28-34	27
8 Pedrogueense	20	6	6	8	26-22	24
9 Matamourisq.	20	7	2	11	30-48	23
10 Almagreira	21	6	4	11	22-48	22
11 Carnide	20	5	6	9	36-36	21
12 Cast.ª Pera	21	3	3	15	20-54	12
13 Caseirinhos	21	2	4	15	17-56	10

23.ª JORNADA - 14/04	
Avelarense - Carnide	
Caseirinhos - Pedrogueense	
Arcuda - Alegre Unido	
Chão de Couce - Moita do Boi	
Ilha - Alvaiázere	
Matamourisqueense - Castanheira de Pera	

24.ª JORNADA - 28/04	
Carnide - Arcuda	
Pedrogueense - Avelarense	
Alegre Unido - Chão de Couce	
Moita do Boi - Ilha	
Alvaiázere - Matamourisqueense	
Castanheira de Pera - Almagreira	

PRIMEIRA DIVISÃO - SÉRIE 'B'	
22.ª JORNADA	
Marinhense 'B' - Meirinhas	7-1
'Os Vidreiros' - Motor Clube	4-0
União da Serra - Biblioteca	4-0
Atouguiense - GD Peso	7-0
Santo Amaro - 'Os Nazarenos'	2-6
Bombarralense - Bidoeirense	1-0

	J	V	E	D	M/S	P
1 Marinhense'B'	20	17	2	1	54-15	53
2 'Os Nazarenos'	20	16	2	2	56-18	50
3 Bombarralense	21	14	4	3	42-21	46
4 União Serra	20	14	2	4	68-21	44
5 Unidos	20	10	5	5	35-29	35
6 GD Peso	21	9	2	10	41-50	29
7 Santo Amaro	21	9	1	11	42-49	28
8 Atouguiense	20	6	6	8	35-30	24
9 'Os Vidreiros'	20	7	5	8	34-33	23
10 Bidoeirense	20	4	2	14	20-40	14
11 Meirinhas	20	2	4	14	22-52	10
12 Biblioteca	21	2	4	15	22-58	10
13 Motor Clube	20	1	3	16	11-66	6

23.ª JORNADA - 14/04	
GD Peso - União da Serra	
Biblioteca - Unidos	
Motor Clube - Atouguiense	
Meirinhas - Os Vidreiros	
'Os Nazarenos' - Marinhense 'B'	
Bidoeirense - Santo Amaro	

24.ª JORNADA - 28/04	
Marinhense 'B' - Bidoeirense	
Unidos - Peso	
União da Serra - Motor Clube	
Atouguiense - Meirinhas	
Os Vidreiros - 'Os Nazarenos'	
Santo Amaro - Bombarralense	

NACIONAL II DIVISÃO
JUNIORES - SÉRIE C /MANUTENÇÃO

8.ª JORNADA	
Vildemoinhos - Académico Viseu	1-2
Sp. Pombal - Gafanha	3-1
Anadia - Benfica Castelo Branco	<i>adiado</i>
<i>Folgou - Naval 1.º Maio</i>	

	J	V	E	D	M/S	P
1 Ac.º Viseu	7	5	1	1	14-7	33
2 Sp. Pombal	7	3	1	3	12-15	28
3 Anadia F.C	6	3	1	2	7-11	23
4 Gafanha	7	4	1	2	15-9	22
5 Naval 1.º Maio	6	2	1	3	8-6	22
6 Vildemoinhos	7	1	1	5	5-11	18
7 Benf.C.Branco	6	2	0	4	9-11	10

9.ª JORNADA - 13/04	
Naval 1.º Maio - Anadia	
Gafanha - Vildemoinhos	
Castelo Branco - Sp. Pombal	
<i>Folga - Académico Viseu</i>	

10.ª JORNADA - 20/04	
Vildemoinhos - Castelo Branco	
Sp. Pombal - Naval 1.º Maio	
Gafanha - Académico Viseu	
<i>Folga - Anadia</i>	

JUNIORES - DIVISÃO HONRA

21.ª JORNADA	
Marinhense 'B' - Beneditense	0-0
GRAP/Pousos - Caldas S.C	1-6
Lisboa Marinha - ARECO/Coto	3-0
Ilha - Batalha	4-3
GD Pelariga - Peniche	3-4
Marrazes - Figueiró dos Vinhos	3-2
C.C Ansião - Vieiraense	3-4

	J	V	E	D	M/S	P
1 Caldas S.C	20	17	1	2	94-19	52
2 Lisboa Marinha	21	15	2	4	51-30	47
3 Marrazes	21	14	2	5	54-26	44
4 Beneditense	21	13	2	6	42-20	41
5 Peniche	20	13	1	6	44-23	40
6 Vieiraense	21	12	2	7	51-44	38
7 Marinhense 'B'	20	10	5	5	45-36	35
8 Figueiró Vinhos	20	9	2	9	43-32	29
9 Batalha	21	9	1	11	45-54	28
10 GRAP/Pousos	21	7	2	12	31-55	23
11 GD Ilha	21	4	3	14	30-68	15
12 GD Pelariga	21	3	3	15	19-67	12
13 C.C Ansião	21	3	3	15	27-54	12
14 ARECO/Coto	21	1	1	19	11-60	4

22.ª JORNADA - 27/04	
ARECO/Coto - Marinhense 'B'	
Batalha - Caldas S.C	
S.L Marrazes - GRAP/Pousos	
Peniche - Ilha	
Beneditense - GD Pelariga	
Figueiró dos Vinhos - C.C Ansião	
Vieirense - Lisboa e Marinha	

INFANTIS - SUB'13	
APURAMENTO CAMPEÃO	
4.ª JORNADA	
AD Pedro Roma - Peniche	1-3
Portomosense - GD Ilha	4-2
Escola Académica - GRAP/Pousos	1-1

	J	V	E	D	M/S	P
1 Esc.Académica	4	3	1	0	17-4	10
2 Peniche	4	3	0	1	11-6	9
3 GRAP/Pousos	4	2	1	1	10-4	7
4 AD Pedro Roma	4	2	0	2	9-8	6
5 Portomosense	4	1	0	3	9-15	3
6 GD Ilha	4	0	0	4	4-23	0

5.ª JORNADA - 13/04	
GRAP/Pousos - Portomosense	
GD Ilha - AD Pedro Roma	
Peniche - Escola Académica	

TORNEIO COMPLEMENTAR

SÉRIE 'A' - 4.ª JORNADA	
Arcuda - Meirinhas	1-11
GD Ilha 'B' - Sp. Pombal	0-4
Dino Clube/St.º Litém - Almagreira	5-0

	J	V	E	D	M/S	P
1 Meirinhas	4	4	0	0	31-5	12
2 Dino Clube	4	3	0	1	23-5	9
3 Sp. Pombal	4	2	1	1	12-15	7
4 Arcuda	4	1	1	2	12-18	4
5 Almagreira	4	1	0	3	11-18	3
6 GD Ilha 'B'	4	0	0	4	4-32	0

5.ª JORNADA - 13/04	
Sp. Pombal - Dino Clube/St.º Litém	
Meirinhas - Ilha	
Almagreira - Arcuda	

GRUPO 'B' - SÉRIE 'A'	
14.ª JORNADA	
Alvaiázere - Matamourisqueense	11-6
Santo Amaro - Meirinhas 'B'	6-0
Red Eagle Sports - Vieiraense	1-2
Marrazes 'B' - Figueiró dos Vinhos	4-2
<i>Folgou - C.C Ansião</i>	

	J	V	E	D	M/S	P
1 Alvaiázere	12	10	1	1	55-27	31
2 C.C Ansião	12	9	1	2	64-28	28
3 Marrazes 'B'	12	9	1	2	56-36	28
4 Red Eagle	12	7	0	3	32-25	21
5 Matamourisq.	13	4	2	7	48-49	13
6 Figueiró Vinhos	12	4	1	7	28-39	13
7 Santo Amaro	12	3	0	8	29-47	9
8 Vieiraense	12	3	0	9	27-43	9
9 Meirinhas 'B'	11	1	0	9	17-54	3

15.ª JORNADA - 13/04	
Meirinhas 'B' - Marrazes 'B'	
C.C Ansião - Red Eagle Sports	
Vieirense - Santo Amaro	
Figueiró dos Vinhos - Alvaiázere	
<i>Folga - Matamourisqueense</i>	

JUVENIS - DIVISÃO HONRA

21.ª JORNADA	
Vieirense - GRAP/Pousos	0-0
Sp. Pombal - União Leiria 'B'	1-0
Caldas S.C 'B' - Alcobaga	0-1
Guiense - Marinhense	1-8
AE Óbidos - C.C Ansião	<i>adiado</i> 13/4
Peniche - Marrazes	3-1
Batalha - União Serra	0-1

	J	V	E	D	M/S	P
1 Peniche	21	17	2	2	70-13	53
2 U. Leiria 'B'	21	15	1	5	49-16	46
3 Marinhense	21	14	2	5	67-19	44
4 Sp. Pombal	20	13	1	6	44-18	40
5 Vieiraense	20	12	3	5	40-21	39
6 Marrazes	21	12	3	6	52-25	39
7 GRAP/Pousos	20	9	4	7	34-26	31
8 Alcobaga	21	8	3	10	50-45	27
9 Batalha	20	8	1	11	28-40	25
10 União Serra	19	7	2	10	27-42	23
11 Caldas S.C 'B'	20	6	5	9	39-29	23
12 C.C Ansião	20	4	1	15	24-61	13
13 Guiense	20	1	2	17	17-95	5
14 AE Óbidos	20	0	2	18	14-105	2

22.ª JORNADA - 27/04	
Alcobaga - Batalha	
Caldas S.C 'B' - Peniche	
União Serra - Guiense	
Marinhense - Sp. Pombal	
GRAP/Pousos - AE Óbidos	
União Leiria 'B' - Vieiraense	
C.C Ansião - Marrazes	

Pombal e Pelariga nas meias finais da Taça

Agendado para o feriado de 1 de Maio, a formação de juvenis do Sporting de Pombal terá uma soberana oportunidade de atingir mais uma vez, a final da Taça Distrital de Juvenis. O encontro das meias finais será no reduto do Avelarense, que se encontra a disputar uma divisão inferior. No entanto, o Avelarense já surpreendeu na eliminatória anterior, ao afastar a União de Leiria, então líder da divisão de honra. Contudo, o Pombal num bom momento de forma, terá mais argumentos para carimbar o *passaporte* para a final. No outro encontro, jogam Peniche - União da Serra.

Em iniciados, é o Grupo Desportivo da Pelariga a espreitar uma oportunidade histórica de atingir uma final da Taça, pela primeira vez, em qualquer escalão. A equipa que está a surpreender no principal campeonato da AF Leiria, estando em primeiro lugar, terá no feriado de 25 de Abril, o jogo decisivo em casa, frente à formação 'B' do Marrazes. Um encontro de líderes, dado o conjunto de Marrazes estar na liderança da primeira divisão.

MARRRAZES SEM FAIR PLAY

Um jogo que ficará marcado pela falta de *fair play* do Marrazes, ao não aceitar o adiamento do desafio, quando a equipa da Pelariga se apresentará desfalcada de atletas, devido à presença dos mesmos numa viagem de estudo a Espanha.

INICIADOS - DIVISÃO HONRA

20.ª JORNADA	
Vieirense - União Leiria 'B'	0-2
Sp. Pombal - Marinhense 'B'	1-2
Avelarense - Meirinhas	3-1
Boavista - GRAP/Pousos	0-1
Santo Amaro - GD Pêlariga	0-1
AE Óbidos - Caldas S.C 'B'	2-1
ARECO/Coto - Alcobça	3-1

neomáquina

SUPERMERCADO

de 05 a 22 de Abril de 2019

ESPECIAL
PÁSCOA

Bacalhau
Crescido
Noruega €/Kg
7,99€

Camarão
Vannamei 30/40
€/Kg
7,29€

Morangos
Covete 500g
0,97€

Chocapic Nestle
375G
1,59€
~~2,69€~~
preço concorrência
Poupe 41%

Manga Avião
€/Kg
3,79€

Leite Parmalat
M/Gordo 1Lt
0,43€
~~0,54€~~
preço concorrência
Poupe 20%

Abacaxi €/Kg
0,99€

Cerveja Sagres
15x20Cl
5,89€
~~13,49€~~
preço concorrência
Poupe 55%

Coca Cola 1.5Lt
1,28€
~~1,70€~~
preço concorrência
Poupe 27%

Vinho Frisante
Cacho Fresco
75Cl
Branco
Rosé
1,29€
~~1,89€~~
preço concorrência
Poupe 32%

Água S.Silvestre
5Lt
0,45€

Café Delta Q
Pack XI 40
Capsulas
9,79€
~~11,49€~~
preço concorrência
Poupe 15%

Café Dolce
Gusto 16
Capsulas
Buondi, Sical,
Ardenza, Intenso
3,99€
~~5,79€~~
preço concorrência
Poupe 31%

Ovo Chocolate
Kinder 150G
8,99€
~~9,30€~~
preço concorrência
+ Barato

SIGA-NOS:
@ f /NEOMÁQUINA

Novo parque de jogos da Bajouca estreia-se no evento

Torneio infantil da Ilha mantém estatuto internacional

Uma das novidades para 2019 é a utilização do novo recinto de jogos do Alegre Unido da Bajouca, durante o primeiro dia do torneio, que já se realiza pelo 16.º ano consecutivo. Um intercâmbio que resulta do alargamento do escalão de Sub'13, que terá a presença de equipas estrangeiras. Um escalão que terá os seus jogos no dia de sexta-feira. São esperadas 60 equipas e mais de 750 atletas. Assim,

para abrir as hostilidades, os mais novos com o escalão de 'Petizes', logo pelas 10 horas, jogando também de manhã, os Benjamins 'A'. Para o período da tarde, os já referidos Sub'13, com a equipa de Champigny de França, no grupo 'A', juntamente com União de Leiria e Vila Cortez do Mondego da AF Guarda. O evento encerra com os Pré-Petizes, e Sub'12, já ao final do dia de sábado.

Traquinas A (2010)	
18 de Abril - a partir das 14h30	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	SC POMBAL
APAC	MOTOR CLUBE
GC FIGUEIRENSE	CF MARIALVAS
AC ALMAGREIRA	AD MOITA do BOI

CALENDÁRIO TRAQUINAS A (2010)			
Jogos 25 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	14:30	GD ILHA - APAC	A
2	14:30	G FIGUEIRENSE - A ALMAGREIRA	A
3	14:30	MOTOR CLUBE - SP POMBAL	B
4	15:00	CF MARIALVAS - AD MOITA do BOI	B
5	15:00	GD ILHA - A ALMAGREIRA	A
6	15:00	G FIGUEIRENSE - APAC	A
7	15:30	CF MARIALVAS - MOTOR CLUBE	B
8	15:30	SP POMBAL - AD MOITA do BOI	B
9	15:30	APAC - A ALMAGREIRA	A
10	16:00	GD ILHA - G FIGUEIRENSE	A
11	16:00	SP POMBAL - CF MARIALVAS	B
12	16:00	MOTOR CLUBE - AD MOITA do BOI	B
13	16:30	4º Grupo A - 4º Grupo B	7º/8º
14	16:30	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
15	16:30	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
16	17:00	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
17:30	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Traquinas B (2011)	
20 de Abril - a partir das 14h30	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	SC POMBAL
AA COIMBRA	AR MEIRINHAS
GC FIGUEIRENSE	CF MARIALVAS
GD SANTO AMARO	GD GUIENSE

CALENDÁRIO TRAQUINAS B (2011)			
Jogos 25 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	14:30	GD ILHA - AA COIMBRA	A
2	14:30	G FIGUEIRENSE - GD SANTO AMARO	A
3	14:30	GD GUIENSE - SP POMBAL	B
4	14:30	CF MARIALVAS - AR MEIRINHAS	B
5	15:05	GD ILHA - GD SANTO AMARO	A
6	15:05	G FIGUEIRENSE - AA COIMBRA	A
7	15:05	CF MARIALVAS - GD GUIENSE	B
8	15:05	SP POMBAL - AR MEIRINHAS	B
9	15:50	AA COIMBRA - GD SANTO AMARO	A
10	15:50	GD ILHA - G FIGUEIRENSE	A
11	15:50	SP POMBAL - CF MARIALVAS	B
12	15:50	GD GUIENSE - AR MEIRINHAS	B
13	16:30	4º Grupo A - 4º Grupo B	7º/8º
14	16:30	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
15	16:30	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
16	16:30	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
17:10	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Petizes A (2012/2013)	
19 de Abril - a partir das 10h	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	GAU BAJOUCA
APAC	AD MOITA do BOI
GD GUIENSE	AR MEIRINHAS
AC CARNIDE	GC FIGUEIRENSE

CALENDÁRIO PETIZES A (2012)			
Jogos 20 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	10:10	GD ILHA - APAC	A
2	10:10	GD GUIENSE - AC CARNIDE	A
3	10:10	GAU BAJOUCA - AR MEIRINHAS	B
4	10:10	G FIGUEIRENSE - AD MOITA do BOI	B
5	10:40	GD ILHA - GD GUIENSE	A
6	10:40	AC CARNIDE - APAC	A
7	10:40	GAU BAJOUCA - G FIGUEIRENSE	B
8	10:40	AR MEIRINHAS - AD MOITA do BOI	B
9	11:10	GD ILHA - AC CARNIDE	A
10	11:10	APAC - GD GUIENSE	A
11	11:10	AR MEIRINHAS - G FIGUEIRENSE	B
12	11:10	GAU BAJOUCA - AD MOITA do BOI	B
13	11:50	4º Grupo A - 4º Grupo B	7º/8º
14	11:50	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
15	11:50	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
16	11:50	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
12:20	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Benjamins A (2008)	
19 de Abril - a partir das 9h	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	GD GUIENSE
APAC	CA OURIENSE
UD LEIRIA	AC MALVEIRA
VILA CORTEZ	AD PEDRO ROMA
ID VIEIRENSE	SC POMBAL

CALENDÁRIO Benjamins A (2008)			
Jogos 25 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	09:00	GD ILHA - APA CHAMPIGNY	A
2	09:00	UD LEIRIA - ID VIEIRENSE	A
3	09:00	SC POMBAL - GD GUIENSE	B
4	09:00	CA OURIENSE - AD PEDRO ROMA	B
5	09:35	VILA CORTEZ - ID VIEIRENSE	A
6	09:35	UD LEIRIA - APA CHAMPIGNY	A
7	09:35	SP POMBAL - CA OURIENSE	B
8	09:35	AC MALVEIRA - GD GUIENSE	B
9	10:10	GD ILHA - VILA CORTEZ	A
10	10:10	GD GUIENSE - CA OURIENSE	B
11	10:10	AC MALVEIRA - AD PEDRO ROMA	B
12	10:45	ID VIEIRENSE - APA CHAMPIGNY	A
13	10:45	GD ILHA - UD LEIRIA	A
14	10:45	AC MALVEIRA - SP POMBAL	B
15	11:20	APA CHAMPIGNY - VILA CORTEZ	A
16	11:20	GD GUIENSE - AD PEDRO ROMA	B
17	11:20	GD ILHA - ID VIEIRENSE	B
18	11:55	AC MALVEIRA - CA OURIENSE	A
19	11:55	VILA CORTEZ - UD LEIRIA	A
20	11:55	SP POMBAL - AD PEDRO ROMA	B
21	15:05	5º Grupo A - 5º Grupo B	9º/10º
22	15:05	4º Grupo A - 4º Grupo B	7º/8º
23	15:40	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
24	15:40	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
25	16:15	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
17:00	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Infantis A / Sub13 (2006)	
19 de Abril - a partir das 14h30	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA 1	GD ILHA 2
APAC	AC MARINHENSE
UD LEIRIA	AA COIMBRA
VILA CORTEZ	CR PRAIA da LEIROSA

CALENDÁRIO SUB 13 (2006)			
Jogos 30 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	14:30	MARINHENSE - MEIRINHAS	B
2	14:30	GD ILHA1 - APAC	A
3	14:30	VILA CORTEZ - G FIGUEIRENSE	A
4	15:05	AA COIMBRA - PRAIA da LEIROSA	B
5	15:40	UD LEIRIA - G FIGUEIRENSE	A
6	16:15	VILA CORTEZ - APAC	A
7	16:15	MARINHENSE - AA COIMBRA	B
8	16:50	GD ILHA2 - MEIRINHAS	B
9	16:50	GD ILHA1 - UD LEIRIA	A
10	16:50	G FIGUEIRENSE - APAC	A
11	17:30	GD ILHA2 - PRAIA da LEIROSA	B
12	17:30	MEIRINHAS - AA COIMBRA	B
13	17:30	GD ILHA1 - VILA CORTEZ	A
14	17:30	APAC - UD LEIRIA	A
15	18:05	GD ILHA2 - MARINHENSE	B
16	18:05	MEIRINHAS - PRAIA da LEIROSA	B
17	18:05	GD ILHA1 - G FIGUEIRENSE	A
18	18:05	VILA CORTEZ - UD LEIRIA	A
19	18:40	GD ILHA2 - AA COIMBRA	B
20	18:40	MARINHENSE - PRAIA da LEIROSA	B
21	19:20	5º Grupo A - 5º Grupo B	9º/10º
22	19:20	4º Grupo A - 4º Grupo B	7º/8º
23	19:55	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
24	19:55	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
25	20:30	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
21:10	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Infantis B / Sub12 (2007)	
20 de Abril - a partir das 14h	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	GD GUIENSE
ACD CASEIRINHOS	AF COSTIFOOT
AD MOITA do BOI	CF MARIALVAS

CALENDÁRIO INFANTIS B (2007)			
Jogos 30 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	18:00	GD ILHA - AD MOITA do BOI	A
2	18:00	GD GUIENSE - AF COSTIFOOT	B
3	18:40	AD MOITA do BOI - ACD CASEIRINHOS	A
4	18:40	CF MARIALVAS - AF COSTIFOOT	B
5	19:20	GD ILHA - ACD CASEIRINHOS	A
6	19:20	CF MARIALVAS - GD GUIENSE	B
7	20:00	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
8	20:00	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
9	20:35	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
21:15	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

Benjamins B (2009)	
20 de Abril - a partir das 9h30	
GRUPO A	GRUPO B
GD ILHA	AR MEIRINHAS
GD GUIENSE	ARCUDA
AC ALMAGREIRA	CF MARIALVAS

CALENDÁRIO Benjamins B (2010)			
Jogos 25 minutos			
Nº	Hora	Jogo	Grupo
1	09:30	GD ILHA - GD GUIENSE	A
2	09:30	AR MEIRINHAS - ARCUDA	B
3	10:05	AD ALMAGREIRA - GD GUIENSE	A
4	10:05	CF MARIALVAS - AR MEIRINHAS	B
5	10:40	GD ILHA - AD ALMAGREIRA	A
6	10:40	CF MARIALVAS - ARCUDA	B
7	11:15	3º Grupo A - 3º Grupo B	5º/6º
8	11:15	2º Grupo A - 2º Grupo B	3º/4º
9	11:50	1º Grupo A - 1º Grupo B	1º/2º
12:30	Cerimónia de entrega de prémios e lanche convívio		

OPINIÃO: Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco de Pombal

Tel: 236 200 972

Abril, mês da Prevenção dos Maus Tratos na Infância

Abril é o mês em que se comemora a Prevenção dos Maus Tratos na Infância. O Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco (NACJR) do Centro de Saúde de Pombal é uma entidade de primeira linha no que concerne à intervenção nesta área dos Cuidados de Saúde Primários. É a este nível de cuidados de saúde que há maior proximidade com famílias, cujo acompanhamento é efetuado ao longo de todo o ciclo vital, encontrando-se, por isso, o NACJR, numa posição privilegiada de intervenção.

Qual o papel do afeto no desenvolvimento infantil? Quantas vezes a nossa atenção não recai sobretudo no crescimento, no desenvolvimento cognitivo, na aprendizagem? No entanto, é através de relações afetuosas com a família e outros cuidadores que as crianças aprendem como compreender o mundo, pensar, comunicar, comportar, mostrar emoções e desenvolver uma socialização saudável. A crian-

ça que se sente amada sente-se protegida e assim mais confiante para explorar o mundo e ultrapassar os desafios que encontra. Este sentimento de segurança na verdade aumenta a sua capacidade para se desenvolver mental e fisicamente e aprender.

A relação emocional e a comunicação entre os pais e a criança estabelecem-se desde cedo, ainda em bebé na barriga da mãe, desenvolvendo-se durante o primeiro ano de vida. O afeto permite reforçar o vínculo emocional entre o bebé e os seus cuidadores. Ao construir uma relação calorosa, positiva e empática com a criança, os cuidadores estão a ajudar a formar o adulto que ele/a virá a ser e a dar-lhe fundações fortes para o resto da sua vida.

Estudos científicos recentes sugerem que figuras cuidadoras afetuosas podem alterar o desenvolvimento do cérebro e circuitos neuronais nas crianças, o que pode influenciar positivamente

a sua condição de saúde ao longo do ciclo de vida. E inversamente, o impacto negativo da carência emocional, de maus tratos e experiências adversas na infância tem igualmente repercussões ao longo da vida, aumentando o risco de morbilidade e mortalidade em adulto (e.g. National Center for Injury Prevention and Control, Division of Violence Prevention, 2016).

Reunir recursos e apoio social para cuidar, compreender as manifestações da criança, ter tempo para estar e desenvolver uma relação de partilha é essencial e contribui para que os pais e outros cuidadores se sintam mais confiantes no seu papel.

O NACJR de Pombal, tem vindo a apoiar crianças, jovens e as suas famílias, na gravidez, infância e adolescência, para a promoção de um desenvolvimento saudável das crianças e jovens.

A sua intervenção é realizada por uma equipa multidisciplinar, constituída por

Assistente Social, Enfermeira Especialista em Enfermagem Comunitária, Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica, Enfermeira, Médica de Medicina Geral e Familiar e Psicóloga Clínica e da Saúde, em colaboração com a saúde e outras entidades com responsabilidade em matéria de infância e juventude.

Este ano paralelamente ao que tem vindo a ser desenvolvido em anos anteriores o NACJR, durante o mês de abril, volta a promover diversas atividades com vista à sensibilização da comunidade local nesta problemática. Assim poderá conhecer o laço azul e a sua história no centro de saúde, nos Pombus ou num dos muitos estabelecimentos comerciais que aceitaram o nosso desafio!

E a criança, quer venha a ser poeta, padeiro/a, cientista, tímido/a, espalha-brasas, afirmativo/a ou sonhador/a (...), que venha de um lugar de amor!...

Opinião

A Importância do riso na saúde humana



Elaborado por Daniela Armasaru e Marco Ferreira, estudantes de Enfermagem da Escola Superior de Saúde de Leiria, com supervisão da equipa da Unidade de Saúde Familiar Marquês-Pombal

Porque não rir? Já pensou que andamos cada vez mais sérios? Caminhámos para uma sociedade cada vez mais preocupada com as injustiças sociais, desemprego, problemas económicos e o stress que nos causam sentimentos e emoções de indignação, pessimismo, ansiedade, depressão, melancolia, medo, tristeza e muitos outros estados que condicionam o nosso bem-estar.

Para combater esses sentimentos negativos temos que ter consciência que a vida é feita de desafios, caminhando positivamente com um sorriso, mantendo o bom humor e libertando gargalhadas diárias que nos trazem inúmeras alterações positivas ao nosso organismo. Então, vejamos:

O ritmo cardíaco acelera, logo vai existir uma maior quantidade de sangue a percorrer o organismo, melhorando a oxigenação das células, tecidos e órgãos. Com este aumento de sangue bombeado pelo coração, os vasos sanguíneos dilatam-se o que leva a uma diminuição da tensão arterial.

A nível pulmonar, durante uma gargalhada, a absorção de oxigénio pelos pulmões aumenta. A inalação de ar é mais intensa e profunda e a expiração é mais forte, por isso, o excesso de dióxido de carbono e vapores residuais é rapidamente eliminado, promovendo uma maior limpeza das vias aéreas. Se for uma prática contínua, irá promover um aumento da capacidade e tonicidade pulmonar.

Quando damos uma gargalhada, os músculos mais trabalhados são os abdominais, sendo que esses movimentos proporcionam uma massagem para todo o sistema gastrointestinal, ajudando desta forma o modo como se processa a digestão bem como todo o trabalho de mobi-

lização e excreção pelo nosso sistema gastrointestinal. É também importante referir que rir, revigora todo o trabalho realizado pelo nosso fígado.

No que diz respeito à parte hormonal e imunológica, durante uma sessão de gargalhadas, os níveis de hormonas que provocam stress diminuem significativamente. Assim sendo, com menos cortisol e adrenalina a circular no organismo, o sistema imunológico torna-se mais forte. Os leucócitos, células produzidas nos gânglios linfáticos e na medula óssea, aumentam em quantidade e tornam-se mais ativos. Destas células, destacam-se os linfócitos B, responsáveis pela produção de anticorpos, isto é, pela defesa do nosso organismo, e os linfócitos T, que atacam vírus e bactérias. Para além disto, é importante destacar também o imunoglobina A, um anticorpo fundamental no combate às infeções do foro respiratório.

Para além das vantagens anteriores, o riso tem também propriedades analgésicas, pois ajuda na libertação de endorfinas por parte do hipotálamo, sendo estas semelhantes à morfina, no entanto, com a vantagem de serem mais potentes, não terem efeitos secundários e não causarem dependência.

Desta forma, podemos concluir que o riso é o medicamento mais natural que possuímos e só temos de rir para tirarmos todo o seu proveito.

Rir é o melhor remédio!

Referências Bibliográficas:

- Buxman, K. (1991). Make room for laughter. American Journal of Nursing, 91.
- José, H. M. (2006). Humor: Que papel na saúde? Uma Revisão da Literatura. Revista Pensar Enfermagem, 18.
- Judith Mccann, L. R. (2003). The effect of mirthful laughter on stress an natural killer cell activity. Alternative therapies, 9.

Farmácias de serviço com o apoio

Farmácia Barros

9h às 9h / Tel: 236 212 037

Largo das Almas, nº1 3100-446 Pombal



08 A 14 ABRIL
BARROS
Rua Lourçal
Tel: 236 212 037

15 A 21 ABRIL
TORRES
Avª Herois Ultramar
Tel: 236 212 487

25 A 31 MARÇO
VILHENA
Rua Lourçal
Tel: 236 212 037

Farmácias nas freguesias

Farmácia Popular
Largo da Cruz, 2
Abiul
Tel: 236 922 002

Farmácia Mata Mourisca
Rua da Igreja, 2
Mata Mourisca
Tel: 236 951 533

Farmácia Margarida Domingues
Estrada nacional, 16
Edifício Santiago, L2- Santiago de Litém
Tel: 236 939 605

Farmácia Leal Soares
Rua da Associação da Filarmonia nº 39
3105-165 - LOURICAL
Tel: 236 219 129

MOUPE
Tel: 918 437 353

- No centro da cidade,

Perto de si,

Perto de tudo,

Perto do que é mais importante



Sede
Av.º Heróis do Ultramar, n.º 12
3100 - 462 Pombal

Contactos
tel. 236 212 666
tel. Marito Alves 919 356 700

Funerária Mário Lopes Alves & Mota, Lda

*Serviço funerário
nacional e internacional*

Artigos Religiosos



AGRADECIMENTO



**Fernando
Sintra João**

N: 04/19/1954 "64 anos"
F: 26/03/2019
Seixo

A sua esposa, Anália Carvalho Duarte e sua filha Sandra Cristina Duarte Sintra e restantes familiares, vêm por este meio muito sensibilizados, agradecer a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Guiense Lda

AGRADECIMENTO



**Gilberto Conde
Cardoso (Padeiro)**

N: 14/08/1944
F: 29/03/2019
Venda da Cruz – Pelariga

Sua esposa, Sr.ª D.ª Otilia Pereira Ribeiro Cardoso, Seus filhos, Sr.ª D.ª Suzete Pereira Cardoso, Sr.ª D.ª Cidalina Pereira Cardoso, Sr. Hélio Pereira Cardoso e restante família agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos Lda

AGRADECIMENTO



**José
dos Santos**

N: 14/08/1933
F: 17/03/2019
Pombal

Sua esposa, Sr.ª D.ª Maria Lourenço, Sua filha Sr.ª D.ª Graça Maria Lourenço dos Santos Lopes, Genro e netos agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos Lda

AGRADECIMENTO



**Maria Aida Pedrosa
Ereira**

N: 02/09/1935 "83 anos"
F: 31/03/2019
Laranjeiro - Almada

Os seus filhos Maria Manuela Ereira Cardoso e Olga Maria Ereira Cardoso, vêm por este meio muito sensibilizados, agradecer a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Guiense Lda

AGRADECIMENTO



**Artur da
Conceição Martins**

N: 01-12-1934
F: 05-02-2019
Castelo, Vila Cã

Sua Esposa Sra. Maria dos Santos Luís, filhos Vital dos Santos Martins, Helia dos santos Martins, Eugénia dos Santos Martins, Nora, Genros, Netos e restante Família, agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Albino Pedro, Lda



Funerária, Flores e Artesanato, Lda.

*Funerais em todo o País e estrangeiro
Trata de toda a documentação de pessoas falecidas
Coroas e palmas de flores naturais e artificiais
Agora também com fábrica de campas e acessórios*

Email: geral@funeflor.pt | www.funeflor.pt

TM. 969 021 607 (Amilcar) - 968 562 180 (Bela) - 917 014 631 (Rui)

Sede: 3100-081 **ALBERGARIA DOS DOZE** - Tel. 236 931 245 - Fax 236 931 242

Filial: 2435-284 **FREIXIANDA** - Tel. 249 551 304 - OURÉM

FLORISTA - 236 931 285

AGRADECIMENTO



**Odília Maria
Ferreira Gomes**

N: 08-01-1970
F: 16-03-2019
Fontainhas, Abiúl

Seu marido, Manuel Filipe Ferreira Lopes, Filhos Luís Filipe Ferreira Lopes, Patric Ferreira Lopes, nora, Neto e restante Família, agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Albino Pedro, Lda



**Funerária
Lourenço**

GERENTE Paulo Lourenço

POMBAL
Rua Santa Luzia, 87
3100-483 Pombal

SOURCE
Quinta de S.Bento
3130-386 Soure

Email: lourenco.funeraria@hotmail.com
Telef: 966 067 256 | 913 910 490 | 912 238 110



Mota & Gaspar, Lda
AGÊNCIA FUNERÁRIA

Serviço Internacional

Rua João de Barros, n.º 9
3105-442 Vermoil
Telf: **917 643 149 | 936 391 104**
www.afmotagaspaspar.pt | geral@afmotagaspaspar.pt

AGRADECIMENTO



**António
Rodrigues**

N: 22-10-1939
F: 14-03-2019
Vale Perneto, Abiúl

Sua Esposa Sra. Maria de Jesus Marques, Filhos Dário José Marques Rodrigues, Maria Amélia Marques Rodrigues, Nora, Genro, Netos e Restante Família, agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Albino Pedro, Lda

**Funerais | Cremações | Transladações para o País e Estrangeiro |
Documentação Inerente ao Funeral | Camara Fria |
Sala de Preparação | Mortuária |
SERVIÇO PERMANENTE**



Funerária Albino Pedro, Lda.

**Tel. 236 926 242
Tm: 919 278 321 / 964 541 748
3100-012 ABIÚL, POMBAL**

Albino.pedro@sapo.pt

AGRADECIMENTO

**Maria Teresa
do Carmo**

N: 23/03/1920
F: 22/03/2019
Pombal

Seus sobrinhos, Sr.^a D.^a Maria Fernanda Gameiro Silva, Sr.^a D.^a Maria da Conceição Gameiro, Sr. Adelino da Silva Francisco, Sr. António Gameiro Silva, Sr. Carlos Gameiro Silva e Sr.^a D.^a Inês Silva Amaro, agradecem a todas as pessoas que se associaram à sua dor e pelas provas de carinho e amizade que receberam aquando do falecimento e funeral da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos Lda

Funerária Margarida & Filhos, Lda.
SERVIÇO 24 H. NO PAÍS E ESTRANGEIRO
AGÊNCIA LEGALIZADA EM FRANÇA
Competência • Rigor • Transparência • Tradição
965 158 100 / 966 375 076 / 931 855 800
Viaduto Eng. Guilherme Santos, 1 - BIº-B - POMBAL
Nos momentos difíceis, agimos por si...

IMOBILIÁRIO**ARRENDAMENTO**

QUARTO COM WC PRIVATIVO, internet, todo mobilado, centro da cidade. Cont.: 964 003 023

APARTAMENTO em FARO (Algarve) para FÉRIAS. Tudo equipado para 4 a 5 pessoas. Preço 60€ por dia. Cont.: 0035 243 9371 | 910 746 035

PADARIA na zona de Pombal, toda equipada, a laborar, com boas condições e boa carteira de clientes. Boa oportunidade de negócio. Motivo: reforma dos actuais proprietários. Cont.: 967 921 733

Mato NP Clean

Effectuamos limpeza e desmatção de terrenos; Corte de árvores simples e de difícil corte; Limpeza de chaminés, telhados e calceiras. Evite perigos e multas desnecessárias. **CONT: 913 347 010 966 708 161**
Email: matonpclean@gmail.com

VENDE-SE

VÁRIOS TERRENOS c/ eucaliptos, na Figueira da Foz, a 6km, no lugar de Cova da Serpe. Terrenos planos e arenosos.
- Eucalipto c/ 1º corte, na povoação, 4.000m2 (2 euros);
- Terreno de eucaliptos (12 artigos - 17.500m2) (1 euro).
Tem eucaliptos p/ vender no valor de 8.500 euros, aproximadamente;
- Terreno p/construção c/4.000m2, dentro da povoação (10 euros);
- terreno c/ 1º corte, c/ 2.250m2 (1 euro);
- terreno c/1º corte, junto à povoação, c/ 12.500m2 (1,5 euros);
- eucaliptos c/ seis anos, 1º corte, 5.640m2, c/ poço e casa de motor (4 euros);
- terreno forte, c/ 3460m2, c/ eucaliptos c/ 6 anos, 1º corte (2, 30 euros);
- terreno arenoso c/ 5.300m2, c/ eucaliptos c/ 3 anos e c/ um corte (1 euro);
- terreno de cultivo c/ 4.220m2 (1 euro);
- terreno de cultura c/ 1.300m2 (0,20 euros).
Cont.: 914 146 555



CAVALHEIRO DIVORCIADO deseja conhecer senhora, dos 35 aos 55 anos, para futuro compromisso ou amizade. Cont.: 919 392 058 967 493 798

**MUDANÇAS LOW COST**

Todos os dias incluindo fins de semana. Cont.: 965 609 348 / 913 689 878

VENDE-SE

- Vinho do lavrador a 4€ e 5€ / 5L
- Feno enfiado a 3,5€ / fardo
- Feno a granel a 10€ / m3
- Azeite a 20€/ 5L
Cont: 965 510 507

Cede-se **NEGÓCIO DE SAPATARIA** (ou vende-se apenas o mobiliário), no Centro Comercial do Cardal, na cidade de Pombal. Boa localização. Cont.: 965 142 465



ADMITE-SE COMERCIAL, com ou sem experiência, para empresa ligada ao comércio de flores, na localidade da Foz (Mata Mourisca). Com carta de condução. Salário acima da média. Entrada imediata. Cont.: 962 329 797

RESTAURANTE O FIDALGO

admite colaborador (M/F) para serviço de mesa. Cont.: 919 964 542

EMPRESA DE ABIUL PRECISA DE COLABORADOR (M/F) para a área da jardinagem. Boas condições. Entrada imediata. Cont.: 966 536 747

CARTÓRIO NOTARIAL GUSTAVO PESSOA PINTO POMBAL EXTRATO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 28/03/2019, exarada a folhas 41, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 15, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º 11, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceu o Presidente do Conselho de Administração da sociedade **"Artebel - Artefactos de Betão, S.A."**, NIPC/Matricula 500.688.281, com sede na Rua das Achadas Largas, n.º 20, Meirinhas de Cima, freguesia de Meirinhas, concelho de Pombal, com o capital social de €750.000,00, declarou com exclusão de outrem, a sociedade de **"Artebel - Artefactos de Betão, S.A."** é dona e legítima possuidora do prédio urbano, casa de habitação, composto por rés-do-chão e sótão, com a área de total e de implantação 72 m2, sito no lugar de Meirinhas de Cima, freguesia de Meirinhas, concelho de Pombal, a confrontar do norte com Herdeiros de José Francisco Cardoso, sul e poente com Maria de Jesus Gaspar e do nascente com Estrada Nacional, inscrito na matriz sob o artigo **1020**, que provém do artigo urbano 3743 da freguesia de Vermoil, deste concelho, **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse da referida sociedade por compra meramente verbal efectuada por volta do ano de 1998, a Maria de Jesus Gaspar, divorciada, tendo sido casada com Manuel Santos Cardoso, residente em Meirinhas, Pombal; Que, após a referida compra, de facto, a referida sociedade "Artebel - Artefactos de Betão, S.A." passou a possuir o aludido prédio em nome próprio, fazendo melhoramentos e reparações, posse que sempre foi exercida pela sociedade de forma a considerar tal prédio como seu, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente dos lugares e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercer um direito próprio sobre coisa própria; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais de 20 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, eles justificantes, adquiriram o mencionado prédio para seu património, por usucapião, que invoca por não ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme. Pombal, 28 de Março de 2019

A Colaboradora Autorizada, Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/02
Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

OrtoCare
saúde é bem-estar

Produtos Ortopédicos, Equipamento Medico-Hospitalar

A sua Ortopedia em Pombal, a pensar na sua saúde e bem-estar!
Na Rua Prof. Carlos Alberto Mota Pinto, no Jardim da Várzea

236 027 632 geral@ortocare.com

VENDE-SE

Salamandra Pellets Himalaia Collection 8 KW.

Em bom estado.

Cont: 911 975 237



SENHOR PROCURA SE-NHORA até aos 60 anos para relação séria. Casa própria com boas condições de habitabilidade. Cont.: 914 213 642

**Medições Projectos
Arquitectura & Especialidades**
Elaboração e medição de projectos de arquitectura e especialidades detalhadas
Elaboração de mapa de quantidades
Cont: 965 003 323

CARTÓRIO NOTARIAL GUSTAVO PESSOA PINTO POMBAL EXTRATO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/04/2019, exarada a folhas 80, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 15, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º 11, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceu: **Joaquim Jorge Lopes Ferreira**, NIF 195.251.083, natural da freguesia de Vermoil, concelho de Pombal, onde habitualmente reside na Rua da Esperança, n.º 32, lugar de Palhaça, casado sob o regime da comunhão de adquiridos com Maria Adeli-na Rodrigues Ferreira, NIF 216.641.519, declarou com exclusão de outrem, é dono e legítimo possuidor dos seguintes prédios rústicos, sitos na freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal: Um: Terra de mato e carvalho, com a área de 240 m2, sito em Palhaça, a confrontar, do norte com José Pedro da Ponte, do sul com António Lopes Gameiro, do nascente com Manuel da Costa e do poente com José Ferreira, inscrito na matriz sob o artigo **6267**, que proveio do artigo 1184 da freguesia de São Simão de Litém (extinta); Dois: Terra de mato, com a área de 240 m2, sito em Palhaça, a confrontar do norte com José Pedro da Ponte, do sul com António Lopes Gameiro, do nascente com António Marques e do poente com Manuel Luís, inscrito na matriz sob o artigo **6270**, que proveio do artigo 1185 da freguesia de São Simão de Litém (extinta); e, Três: Terra de mato, com a área de 210 m2, sito em Palhaça, a confrontar do norte com José Ferreira, do sul com Manuel Gameiro, do nascente com José Pedro da Ponte e do poente com Manuel Luís, inscrito na matriz sob o artigo **6273**, que proveio do artigo 1186 da freguesia de São Simão de Litém (extinta); e, Que, os referidos prédios **não se encontram** descritos na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, as verbas atrás descritas vieram à posse do justificante, ainda solteiro, por compras meramente verbais, feitas por volta do ano de 1990: A verba n.º 1, a António Marques e mulher Maria da Ponte, residentes que foram no lugar de Palhaça, Vermoil, Pombal; A verba n.º 2, a Joaquina do Sacramento e marido José Ferreira, residentes que foram no dito lugar de Palhaça; A verba n.º 3, a Maria Ferreira e marido Manuel Ferreira, residentes que foram no referido lugar de Palhaça; Que, após as referidas compras, de facto, passou a possuir os aludidos prédios em nome próprio, limpando-os, cultivando-os, plantando árvores e colhendo os frutos, posse que sempre foi exercida por ele de forma a considerar tais prédios como seus, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente do lugar e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercer um direito próprio sobre coisa própria; Que, a referida posse vem desde solteiro e, depois de casado, tem continuado a praticar os indicados actos possessórios, considerando os referidos prédios como bem próprio seu, com o consentimento e acordo de sua referida mulher; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais de 28 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, ele justificante adquiriu os mencionados prédios para seu património próprio, por usucapião, que invoca, por não lhe ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme. Pombal, 03 de Abril de 2019

A Colaboradora Autorizada, Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/02
Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

CARTÓRIO NOTARIAL GUSTAVO PESSOA PINTO POMBAL EXTRATO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/04/2019, exarada a folhas 83, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 15, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º 11, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Fernando Paulo Lisboa Marques**, NIF 154.955.817 e mulher **Maria Fernanda Silva Gonçalves Lisboa**, que também usa o nome de Maria Fernanda Silva Gonçalves Marques e Maria Fernanda Silva Gonçalves, NIF 176.931.317, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, respectivamente, das freguesias de São Simão de Litém e Vila Cã, ambas do concelho de Pombal, residentes em Route d' Erbignon 10 A, 1964 Conthey, Suíça, representados por procurador, que declarou que aqueles com exclusão de outrem, são donos e legítimos possuidores do prédio rústico, terra de cultura, com a área de 472 m2, sito em Rola, na freguesia e concelho de Pombal, a confrontar do norte com José Rodrigues Pinto, do sul com José Gonçalves, do nascente com regato e do poente com Nazaré Teixeira, inscrito na matriz sob o artigo **34796**, **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse dos justificantes, por compra meramente verbal efectuada no dia 03 de Março de 1988, a Joaquim da Silva e mulher Conceição de Jesus Areia, residentes que foram no lugar de Vicentes, Pombal; Que, após a referida compra, de facto, aqueles Fernando Paulo Lisboa Marques e Maria Fernanda Silva Gonçalves Lisboa passaram a possuir o aludido prédio em nome próprio, cultivando-o, limpando-o, colhendo os frutos e adivando as estremas, posse que sempre foi exercida por eles de forma a considerarem tal prédio como seu, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente do lugar e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercerem um direito próprio sobre coisa própria; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais de 20 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, eles justificantes, adquiriram o mencionado prédio para seu património, por usucapião, que invoca por não ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme. Pombal, 03 de Abril de 2019

A Colaboradora Autorizada, Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/02
Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

CARTÓRIO NOTARIAL GUSTAVO PESSOA PINTO POMBAL

EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 28/03/2019, exarada a folhas 44, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 15, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Celeste da Conceição Nogueira**, NIF 182.293.807, natural da freguesia de São Simão de Litem, concelho de Pombal, com residência habitual e fiscal na Rua da Caracoleira, nº II, lugar de Carvalhal d'Além, São Simão de Litem, União das freguesias de Santiago e São Simão de Litem e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, casada sob o regime da comunhão de adquiridos com Eduardo da Costa Neto, NIF 178.861.766, declarou que é dona e legítima possuidora do prédio rústico, terra de cultura, com a área de 1.000 m2, sito na Rua da Caracoleira - Carvalhal d'Além, freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão Litem e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, a confrontar do norte com Celeste da Conceição Nogueira, do sul e nascente com caminho público e do poente com Rua da Caracoleira, inscrito na matriz sob o artigo **42.854**, **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse dela justificante, ainda no estado de solteira, por doação meramente verbal feita por volta do ano de 1965, por sua tia Felicidade Guerra, solteira, maior, residente que foi no lugar de Carvalhal d'Além, São Simão de Litem, Pombal; Que, após a referida doação, de facto, passou a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o, plantando árvores e colhendo os frutos, posse que sempre foi exercida por ela de forma a considerar tal prédio como seu, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente do lugar e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercer um direito próprio sobre coisa própria; Que, a referida posse vem desde solteira e, depois de casada, tem continuado a praticar os indicados actos possessórios, considerando o referido prédio como bem próprio seu, com o consentimento e acordo de seu referido marido; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais 53 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, ela justificante adquiriu o mencionado prédio para seu património próprio, por usucapião, que aqui invoca, por não lhe ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.

Pombal, 28 de Março de 2019

A Colaboradora Autorizada, Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/02

Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

Cliklight, Lda

Automatismos portões

CCTV

Intrusão

Incêndio

Iluminação LED

Antenas de TV

campanha especial

T: 236 219 365 / 966 972 896 / 967 873 771

E: geral@cliklight.pt • www.cliklight.pt

Rua Dr. José Farinha Portela Fernandes, Lt. - 2. N.º 20 e 22

Zona Industrial da Formiga - 3100-394 Pombal

CARTÓRIO NOTARIAL A CARGO DA NOTÁRIA PAULA CRISTINA

ROCHA TEIXEIRA DE OLIVEIRA SOBREIROS

Certifico para fins de publicação que, por escritura de justificação celebrada neste Cartório Notarial, no dia cinco de abril de dois mil e dezanove, iniciada a folhas **noventa e uma**, do livro de notas para escrituras diversas número **Duzentos e Vinte e Sete - G, Maria Madalena do Carmo Santos**, contribuinte número 129 526 037, solteira, maior, natural da freguesia de Almagreira, concelho de Pombal, onde reside na Rua das Flores, n.º 9, no lugar de Reis.; declarou que é, com exclusão de outrem, dona e legítima possuidora do **prédio rústico** sito no lugar de Entre-Termos, na freguesia de **Pelariga**, concelho de Pombal, composto de terra de cultura com oliveiras, com a área de mil e doze metros quadrados, a confrontar do norte com Francisco Carlos, de sul com Manuel Fidalgo, de nascente com vala e de poente com serventia, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 1.004**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €282,06, que também lhe atribui. **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Pombal.-----

Que o prédio veio à sua posse em doze de novembro de mil novecentos e oitenta e seis, por compra meramente verbal que dele ajustou fazer aos antepossuidores, Abílio Antunes Gaspar Portela e mulher Deolinda de Carvalho, residentes no lugar e freguesia já referida de Pelariga, compra essa de que não ficou a dispor de título formal, após o que, de facto, passou a possuir o prédio em nome próprio, como sua exclusiva proprietária, recolhendo as suas utilidades, sem violência, à vista e com conhecimento de todos da região, sem contestação e sem interrupção, sendo por isso uma posse pacífica, contínua, pública e de boa-fé, que conduz à aquisição por **usucapião**, não lhe sendo possível provar o seu direito de propriedade pelos meios extrajudiciais normais.-----

Conferido. Está conforme-----

____ Suzana Valentina Pereira de Sousa, inscrita na Ordem dos Notários, com o nº142/10 e com autorização de 23.07.2018, publicada em www.notarios.pt.

Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

VENDE-SE

Prédio Urbano composto por uma fração destinada a habitação (170.06 m2) e outra destinada a serviços de infantário (476,03 m2) e uma área destinada a áreas de apoio, como garagem e arrumos de 200,00m2, à Rua Principal, n.º 19 - Fontinha, Pombal. Processo de Insolvência 1230/09.5TBPBL “Maria Cecília M. de Oliveira” Tribunal Judicial da Comarca de Leiria, Juízo de Comércio de Leiria - Juiz 1

Preço € 170.000,00

Este prédio encontra-se alugado com contrato de arrendamento. Proposta até 15.04.19 (abertura da mesma no escritório do A.I. no dia 16.04.19 às 15h)

Contatos:

21 797 12 82/91 228 09 19/93 040 97 53

Email: vecinovieira@gmail.com

CONVÍVIO

1ª VEZ, Loira, meiga e elegante, c/ acessórios e massagem, realizo fantasias, completa, o. natural até à última gota.



Cont.: 920 154 274

1X, madurita, mamalhuda, elegante e simpática, massagem e acessórios, completa. O. natural até fim. Cont.: 920 587 487



ANNA RUSSA, 37ª, loirinha, bonita, peito XXL, olhos azuis, massag. Cont.: 910 791 201

Arredores de Pombal, morena, bumbum guloso, pernas torneadas, garganta profunda, anal e acessórios. Lugar discreto. Atebnde nas calmas das 09h30 às 20h00. Cont.: 910 333 711| 961 805 312

SENHORA DE MEIA IDADE faz brincadeiras nas horas vagas em troca de ajuda monetária. Cont.: 910 177 349

1ªX FRANCESA, mulata, deliciosa, completa, o.natural até ao final. Cont.: 920 299 679

Declaração

Manuel da Conceição Soares com NIF 132699419, casado com Maria Diozinda Fernandes Ferreira com o NIF 132699427. Ambos residentes em: Rua nossa Senhora da Saúde n.º 6

Natos 2425-616 Monte Redondo.

Declaram que não se responsabilizam por qualquer tipo de dívida contraída pela sua filha

Maria Isabel Ferreira Soares com o Nif 205056474 com morada em Rua da Fonte nº 8, Água Formosa 3105-104 Ilha Pombal

CARTÓRIO NOTARIAL A CARGO DA NOTÁRIA PAULA CRISTINA

ROCHA TEIXEIRA DE OLIVEIRA SOBREIROS

Certifico para fins de publicação que, por escritura de justificação celebrada neste Cartório Notarial, no dia dois de abril de dois mil e dezanove, iniciada a folhas **setenta**, do livro de notas para escrituras diversas número **Duzentos e Vinte e Sete - G, Aníbal Marques Gonçalves Mosca**, NIF 129 818 127 e mulher **Elvira da Silva Pinho**, NIF 112 393 411, casados sob o regime da **comunhão de adquiridos**, naturais da freguesia de Almagreira, concelho de Pombal, onde residem na Travessa de Santa Luzia, n.º2, no lugar de Pingarelhos; declararam que são, com exclusão de outrem, donos e legítimos possuidores dos seguintes prédios, a que atribuem os respetivos valores patrimoniais, num total de *quatrocentos e oitenta e cinco euros e setenta e dois cêntimos*, sitos na freguesia de **Almagreira**, concelho de **Pombal** que, excecionando o indicado, os demais **não se encontram descritos** na Conservatória do Registo Predial de Pombal: -----

----- **Um - Prédio rústico**, sito no lugar de *Vales*, **composto** de terra de cultura, com a **área** de trezentos metros quadrados, a confrontar do **norte** com António Francisco, **sul, nascente e poente** com Augusto dos Santos Pinho, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 3.988**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €39,79; -----

----- **Dois - Prédio rústico**, sito no lugar de *Vales*, **composto** de terra de cultura com árvore de fruto, com a **área** de quinhentos metros quadrados, a confrontar do **norte e nascente** com Augusto dos Santos Pinho, **sul** Maria de Rosário Venância e de **poente** com Rosa Maria, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 4.007**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €84,00; -----

----- **Três - Uma terça parte do prédio rústico**, sito no lugar de Loureiras, **composto** de terra de cultura, com a **área** de mil trezentos e vinte metros quadrados, a confrontar do **norte** com António Pedrosa, **sul** com Manuel Maria, **nascente** com Manuel de Oliveira e de **poente** com caminho, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 4.040**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões, correspondente à fração de €52,90, **descrito** na dita Conservatória sob o número **quatro mil cento e nove**/ Almagreira, não tendo a referida fração qualquer inscrição em vigor; -----

----- **Quatro - Prédio rústico**, sito no lugar de Vale D'Asna de Baixo, **composto** de pinhal e mato com eucaliptos, com a **área** de setecentos metros quadrados, a confrontar do **norte** com José Manuel, **sul** com Manuel Cordeiro Margarido Novo, **nascente** com António Matias e de **poente** com António Francisco, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 11.536**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €57,47; -----

----- **Cinco - Prédio rústico**, sito no lugar de Vale D'Asna de Baixo, **composto** de pinhal e mato, com a **área** de mil metros quadrados, a confrontar do **norte** com Lourenço Lopes, **sul** com José Soares de Oliveira, **nascente** com António Matias e de **poente** com António Francisco, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 11.537**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €84,00; -----

----- **Seis - Prédio rústico**, sito no lugar de Vale D'Asna de Baixo, **composto** de pinhal e mato, com a **área** de quatrocentos e quarenta metros quadrados, a confrontar do **norte** com Maria Marques, **sul** com Lourenço Marques, **nascente** com António Matias e de **poente** com António Francisco, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 11.539**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €39,79; e -----

----- **Sete - Prédio rústico**, sito no lugar de Restolho, **composto** de pinhal e mato, com a **área** de mil e cinquenta metros quadrados, a confrontar do **norte** com António Pedrosa, **sul** com António Francisco, **nascente** com caminho e de **poente** com José Marques, inscrito na respetiva matriz sob o **artigo 11.622**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €127,77. -----

----- Que os prédios referidos vieram à sua posse, já casados, em data que já não sabem precisar, mas que se situa por volta do ano de mil novecentos e noventa e oito, por compras meramente verbais que deles ajustaram fazer aos antepossuidores, com exceção dos indicados, todos os demais residentes no lugar de Pingarelhos, na dita freguesia de Almagreira, e a seguir referidos: -----

----- A verba acima referida sob o número um, a José de Oliveira Marques e mulher Silvina Ferreira Margarido; -----

----- A verba acima referida sob o número dois, a Maria de Oliveira Marques e marido Aníbal Rodrigues Leal Gameiro; -----

----- A verba acima referida sob o número três, a Manuel Pedrosa e mulher Maria da Conceição, residentes no lugar e freguesia referida de Almagreira; -----

----- A verba acima referida sob o número quatro, seis e sete, a José Soares de Oliveira e mulher Maria da Silva Margarido Oliveira; e -----

----- A verba acima referida sob o número cinco, a José Manuel e mulher Maria da Graça da Silva; -----

-----Compras essas de que não ficaram a dispor de título formal, após o que, de facto, passaram a possuí-los em nome próprio, há mais de vinte anos, como seus exclusivos proprietários, recolhendo as suas utilidades, sem violência, à vista e com conhecimento de todos da região, sem contestação e sem interrupção, sendo por isso uma posse pacífica, contínua, pública e de boa-fé, que conduz à aquisição por **usucapião**, não lhes sendo possível provar o seu direito de propriedade pelos meios extrajudiciais normais.-----

Conferido. Está conforme.-----

A Colaboradora da Notária: _____

____ Suzana Valentina Pereira de Sousa, inscrita na Ordem dos Notários, com o nº142/10 e com autorização de 23.07.2018, publicada em www.notarios.pt.

Pombal Jornal n.º 154 de 11 Abril de 2019

POMBAL

Jornal

TELEPHONE: 236 023 075

TELEMÓVEIS: 965 449 868 - 911 975 237

EMAIL: pombaljornal@gmail.com

SEDE DA REDACÇÃO: Rua Mancha Pé, nº 2

3100-467 Pombal

DIRECTORA: Manuela Frias (TE-971)

pombaljornal@gmail.com

REDACÇÃO: Manuela Frias (TE - 971), Orlando Cardoso (CP 2220-A), Ana Laura Duarte (CP 6634-A)

COLABORADORES: Pedro Rodrigues Mendes, Artur Carreira (zona Oeste), Graciosa Gonçalves (A Ler), Manuel Duarte Domingues, Nuno Oliveira (A Ver)

www.pombaljornal.pt

PERIODICIDADE: Quinzenário

PREÇO AVULSO: 1 € (IVA incluído)

PAGINAÇÃO: Crónicas Mágicas, Unipessoal, Lda

IMPRESSÃO: Coraze - Oliveira de Azeméis (geral@coraze.com)

TIRAGEM MÉDIA MENSAL: 5.000 exemplares

REGISTO NA ERC: 126310 | DEPÓSITO LEGAL: 367409/13

PROPRIEDADE, EDITOR E DETENTOR COM MAIS DE 10% DE CAPITAL: Crónicas Mágicas, Unipessoal, Lda.; NIPC 509 905 269; Sede: Rua Principal, R/Ch Dtº, Costa das Casinhas, 3100-032 Abiul

GERÊNCIA: Paulo César Jesus Simões



RE/MAX MARQUÊS

SAIBA MAIS SOBRE ESTES E
OUTROS IMÓVEIS

236 200 300 | MARQUES@REMAX.PT
RUA MARTEL PATRÍCIO Nº 20 POMBAL

ABIUL



T3 48 000 €

Moradia em fase de conclusão, proporcionando ao comprador a excelente oportunidade de seleccionar e concluir de modo preferencial o imóvel. Situa-se a poucos minutos de Abiul, uma freguesia com todos os bens essenciais.

www.remax.pt/122591004-535

ABIUL



T2 75 000 €

Prédio constituído por r/c e 1º andar. R/C construída em pedra onde se encontra uma moagem e taberna/mercearia. 1º andar destinada a habitação com 2 quartos, cozinha, sala. Anexos uma adega, armazém e um aviário.

www.remax.pt/122591085-11

SÃO PEDRO, FIG. DA FOZ



T2 70 000 €

Excelente apartamento com 2 quartos, sala com lareira, cozinha com despensa e casa de banho. Rés do chão junto à junta de freguesia de s. Pedro e muito próximo da praia.

www.remax.pt/122591052-174

REDINHA



T3 200 000 €

Moradia T3 com lindo jardim, bem localizada na localidade de Bernardos, com excelentes vistas para a serra e terreno com 2504m2 todo murado.

www.remax.pt/122591103-7

REDINHA



T2 122 500 €

Moradia localizada na freguesia da Redinha, de tipologia T2, constituída por R/C e 1º Andar, com dois quartos, duas salas, 1 cozinha, lavandaria, e casa de banho. No R/C ampla com Adega e garrafeira

www.remax.pt/122591077-98

POMBAL



T3 99 000 €

Apartamento T3 com aquecimento central, construção de 2001, localizado junto às finanças de Pombal. Este apartamento tem um lugar de estacionamento na cave com boa acessibilidade e espaço de manobra.

www.remax.pt/122591074-271

POMBAL



T2 54 000 €

Moradia com 50m², a poucos minutos do centro Pombal, com condições de habitabilidade. Composta por cozinha com despensa, sala, casa de banho e dois quartos. Possibilidade de reabilitação, sendo que o índice de ocupação é de 50% e de utilização de 70%.

www.remax.pt/122591072-216

POMBAL



T3 99 000 €

Moradia T3 de r/c e 1º andar, com aquecimento central, jardim e quintal. Vistas fantásticas e excelente exposição solar.

www.remax.pt/122591071-87

O SEU IMÓVEL PODE ESTAR AQUI

QUER VENDER O
SEU IMÓVEL?

FALE CONNOSCO!

236 200 300

**DESCONTO IGUAL À IDADE
EM EUROS**

Promoção válida de 22/01 a 31/05/2019, na compra de óculos graduados completos (armação + lentes a partir do pack Bronze), duplicação do desconto, na compra de óculos graduados completos com lentes progressivas, a partir do pack Bronze, não acumulável com protocolos gerais e convencionados, nem com outras promoções em vigor na loja. O 2º par de óculos graduados completos de oferta tem o valor mínimo de 39€ (composto por armação de 14€ + lentes monofocais). Informe-se sobre todas as condições em loja e em www.multiopticas.pt.

**DESCONTO
A DOBRAR
ÓCULOS
PROGRESSIVOS**

**75 ANOS
= -150€**

**+ OFERTA
2º PAR**

Pombal - Rua Prof. Gonçalves Figueira, 7 - Tel.: 236 216 782
Cantanhede - Rua D. Afonso Henriques, 9 - Tel.: 231 420 527
Coimbra - Rua Visconde da Luz, 91 - Tel.: 239 821 475

MultiOpticas
Olha por mim, sempre

P O M B A L
Jornal
www.pombaljournal.pt

ASSINATURAS

236 023 075
pombaljournal@gmail.com

Valor da assinatura anual:
Portugal = 20€; Europa = 55€; Outros países = 85€

METEOROLOGIA

QUI 11



18° | 8°

SEX 12



20° | 7°

SAB 13



21° | 6°

DOM 14



21° | 10°

SEG 15



19° | 9°

TER 16



20° | 7°

QUA 17



20° | 8°

QUI 18



19° | 10°

SEX 19



19° | 6°

Mercado Medieval este fim-de-semana no Castelo

Pombal regressa à Idade Média e recria a Reconquista Cristã

Orlando Cardoso

O Castelo de Pombal recebe, este fim-de-semana, mais uma edição do Mercado Medieval, focado este ano na Reconquista Cristã. O evento resulta de uma organização conjunta da Câmara Municipal e da Associação de Desenvolvimento de Iniciativas Locais de Pombal (Adilpom).

Para este ano, a autarquia aposta no alargamento da área expositiva e decorativa até à mata do Castelo, conferindo ao evento uma “nova atratividade”, refere a autarquia, considerando que

esta opção “vai ao encontro da política que tem sido seguida nos últimos anos e que tem possibilitado acrescentar, todos os anos, novos elementos à programação e à área de exposição”.

Focada na Reconquista Cristã, a programação prevê um conjunto de espetáculos que se inspiram nessa temática, destacando a participação do Teatro Amador de Pombal (TAP) na animação do evento, tal como já aconteceu na primeira edição, em 2014, por ocasião da reabertura do Castelo ao público após obras de requalificação.

“Outra das novidades deste ano prende-se com a parceria com o Instituto de Emprego e Formação Profissional, que marcará presença através do Centro de Formação de Leiria e dos finalistas do curso de cabeleireiro, que estarão à disposição dos visitantes, elaborando penteados alusivos à época”, refere a Câmara Municipal.

A autarquia destaca, ainda, um “acréscimo considerável no número de expositores”, em relação ao ano anterior, reunindo três dezenas de artesãos, mais de vinte regatões e oito taberneiros.

Para o executivo municipal, o Mercado Medieval “tem vindo a consolidar-se na agenda das festividades do concelho e da região”, registando desde a sua primeira edição “uma considerável afluência de público”. Factores que elevam as expectativas para mais uma edição, “esperando-se que o Mercado Medieval de Pombal continue a sua consolidação regional e a sua projecção a nível nacional, como um evento que atrai massas”, frisa.

A Câmara Municipal considera que o evento, com um orçamento a rondar os 35 mil euros, “insere-se numa

estratégia de divulgação, de promoção e de valorização do património, da história e da cultura pombalenses.” “Dada as características deste tipo de oferta, e tendo em conta o vasto público que engloba, a realização do Mercado Medieval reveste-se de um importante cariz de atratividade, sendo um motivo de visitação à cidade e ao seu património”, sublinha.

Por outro lado, adianta a autarquia, a iniciativa “potencia o entendimento da importância do Castelo de Pombal na estratégia defensiva da Reconquista Cristã,

contextualizando essa importância com uma aula de história ao vivo, reforçando, assim, a posição do monumento na História colectiva do nosso país.”

“Acréscia a tudo isto a importância que é dada ao Castelo como polo dinamizador da cultura local, com uma oferta programática própria, que se desenvolve anualmente na Primavera e no Verão, e através da qual o município promove um conjunto de eventos diversificados, que abrangem várias áreas, como a música, o teatro, a dança e ao desporto”, realça.

all house
móveis e decoração

Campanha Páscoa

-15%*

EM TODA A LOJA

6 a 20 de Abril

*Condições: Desconto para crédito em compras de 2 de maio a 31 de dezembro de 2019. Compras superiores a 100€ a pronto pagamento. Não acumulável com outras promoções e/ou descontos em vigor.

allhouse.pt **Cernache** (Coimbra) **Coimbra** **Leiria** **Tomar**