



ANO 5, NÚMERO 146 | QUINZENAL | QUINTA-FEIRA, 13 DEZEMBRO 2018 | 1 EURO (IVA 6% incluído)

JP O M B A L Jornal

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



Boas Festas



Economia | Zona Industrial do Louriçal com preços baixos
> Página 4

Cultura | Festival Ti Milha disputa Iberian Festival Awards
> Página 15

Impostos | Cidade tem 53 imóveis degradados com IMI agravado
> Página 5

Ilha | Jovens furtam cartões e gastam 7.000 € em compras
> Página 13

Ansião | Sindicato denuncia falta de condições no Centro de Saúde
> Página 22

Natal | Sugestões para enriquecer o menu da noite de consoada
> Páginas 16 e 17

**RENAULT
UNLIMITED DAYS**



NÃO HÁ LIMITES PARA TER UM RENAULT

- Descontos fantásticos na compra de um Renault Clio, Captur ou Mégane novos
- Habilite-se a ganhar até 300€ em prémios na nossa oficina

Saiba mais no seu concessionário em Pombal

 **RENAULT**
Prestação de Fábrica

Silva & Santos

EDITORIAL



Manuela Frias
directora

Boas Festas

No dia em que esta edição chega às bancas, está à porta mais um fim-de-semana de consumo desenfreado: de correria aos grandes centros comerciais, de filas intermináveis, de horas de ansiedade, na expectativa que o dia tenha mais de 24 horas para se poderem fazer mais umas compras e riscar da lista alguns presentes... Não raras vezes, gasta-se o que se tem e o que não se tem em presentes que, tantas vezes, acabam esquecidos numa qualquer gaveta.

Os lojistas agradecem esta lufada de ar fresco nas contas, sobretudo os do comércio tradicional, ainda que o monopólio esteja entregue às grandes superfícies. Não há fórmulas milagrosas para combater esta realidade, mas há estratégias que poderiam minimizar esta fuga dos consumidores para os grandes centros. A não ser aqueles que já o fazem no resto do ano, não se pode esperar que os compradores fiquem nos meios mais pequenos e optem pelo comércio tradicional, mesmo com preços competitivos, quando não há uma preocupação, dos diversos agentes locais, em captar consumidores. O Natal vive, e muito, de um certo deslumbramento associado às cores, às luzes, às decorações, à animação. É preciso criar atractivos nos meios pequenos, para que os grandes não dominem tudo. Mas é preciso, antes de mais, que haja vontade de o fazer, por parte de quem tem responsabilidades nesta matéria, devendo assumir-se esse desígnio como imperativo.

Para lá do Natal, bate-nos também à porta, muito em breve, uma nova página do calendário. Quase em jeito de folheto de campanha eleitoral, embrenhamo-nos no habitual ciclo de promessas de ano novo.

Em nome da equipa do Pombal Jornal, renovo os habituais desejos de boas festas aos nossos leitores, assinantes e anunciantes e que, no olhar que, por estes dias, vamos lançando a 2019, encaremos o novo ano com esperança. Que não percamos, em momento algum, a capacidade de acreditar. De acreditar que vale a pena continuar a sonhar, mesmo que nem todos os dias sejam coloridos. Que coloquemos um pedaço de alma e de coração em tudo o que fazemos, porque isso faz toda a diferença. Que vivamos cada dia com intensidade, porque o amanhã é uma incógnita. Que partilhemos afectos. Que a cada queda sejamos capazes de nos erguer com vontade de prosseguir caminho.

Nós, por cá, assumimos o compromisso de continuar a fazer destas páginas um espelho do que se passa na região. Depois de um interregno um pouco maior, regressamos a 3 de Janeiro para continuar a fazer o que temos feito até à data: informar. Até lá, ficam os desejos sinceros de Bom Natal e Feliz Ano Novo.

Eventos no início do ano

TAP promove Oficina de Teatro para captar talentos

Orlando Cardoso

O Teatro Amador de Pombal (TAP) vai iniciar o novo ano a realizar mais uma Oficina de Teatro, a terceira edição. Para além de ser uma formação de curta duração, a iniciativa pretende, ainda, captar novos talentos que poderão juntar-se aos cinco actores, saídos de oficinas anteriores, e que integram o elenco do TAP na peça "Lusíadas".

Com uma duração total de 30 horas, a Oficina de Teatro iniciar-se-á a 4 de Janeiro, tendo como formadores Filipe Eusébio, Igor Lebreaud, Marcos Sans e Tiago Poiares. A 3 de Fevereiro, às 17 horas, será apresentado o exercício final no Teatro-Cine, com entrada livre.

A oficina pretende ser uma formação curta de iniciação ao teatro, com uma forte componente lúdica através de jogos teatrais, propondo aos participantes uma abordagem concentrada e divertida ao jogo teatral e ao trabalho do actor", diz o grupo.

Com um número máximo de 15 formandos, a iniciativa é aberta a todas as pessoas maiores de 16 anos, "simples curiosos, amantes do teatro, com ou



• O programa foi apresentado em conferência de imprensa

sem experiências em teatro", mediante o pagamento de um valor de 15 euros para estudantes e desempregados e de 25 euros para os restantes.

A Oficina de Teatro foi apresentada em conferência de imprensa, que contou com a participação de Ana Gonçalves, vereadora da Cultura da Câmara Municipal, e Nelson Pedrosa, tesoureiro da Junta de Freguesia de Pombal, que enalteceram o trabalho desenvolvido pelo TAP na promoção da cultura e do

teatro em especial.

O encontro com os jornalistas serviu, também, para apresentar o programa da sexta edição do Encontro de Teatro, a realizar nos dias 11, 12 e 13 de Janeiro.

Com uma entrada a custar dois euros por pessoa, o evento arranca no dia 11 com o grupo organizador a subir a palco com a peça "Romeu e Julieta", com encenação de José Carlos Garcia e Nádia Santos. No dia seguinte, será a vez das companhias "De La Burla

Teatro", de Cáceres (Espanha) e "Ajidanha", de Idanha-a-Nova, apresentarem a peça "Os Miseráveis", com encenação de José Carlos Garcia. O Encontro de Teatro de Pombal desce o pano ao final da tarde do dia 13 com "O Anexo", levado à cena pela "Ajidanha", com encenação de Nádia Santos.

Entretanto, o TAP está a preparar uma nova produção, encenada por Sara de Castro, que deverá ter estreia a 13 de Julho do próximo ano.

Programas para todos os gostos

Réveillons em Carnide e Matas e Cipreste

O Centro Cultural, Desportivo e Recreativo de Matas e Cipreste, na freguesia do Louriçal, organiza a passagem de ano cuja ementa inclui várias entradas (entremeada grelhada, tostas e pastéis, orelha de porco, chouriço assado), creme de aves, leitão assado à Bairrada ou lombo de porco com castanhas, água, sumo, cerveja, vinho e café. Há ainda um buffet de sobremesas, chamarde e bolo-rei à meia-noite

e, cerca das 02h00 da madrugada é servido caldo verde e camarão. As crianças até aos cinco anos não pagam, até aos 12 anos pagam 12,5 euros, os sócios pagam 25 euros e os não sócios 30 euros. A animação estará a cargo de um DJ convidado. As inscrições podem ser feitas no bar da associação ou através dos telefones 936867626 e 968645681.

Já em Carnide, a Comissão de Festas 2019 preparou

um programa de passagem de ano que inclui uma ementa onde não vão faltar mesas de entradas, de marisco e de queijo, mas o buffet inclui também leitão, bacalhau com broa, carne de porco à alentejana, lombo recheado com tâmaras e castanhas, lasanha e inúmeras sobremesas. Depois da meia-noite é servida a ceia. Não vai faltar o tradicional fogo-de-artifício, chamarde, bolo-rei e passas. As crianças até aos cinco

anos não pagam, até aos 12 pagam 20 euros e com idade superior a entrada custa 40 euros. Caso a opção seja entrar depois da meia-noite, o custo é de 20 euros. A animação será feita pelo DJ Phill. Os interessados devem contactar os mordomos de cada lugar ou dirigir-se ao Bar de St. Elias, aos domingos de manhã, mas a organização tem também disponíveis os telefones 914402156 e 918785249.

Dia 16, pelas 21h00, em Albergaria dos Doze

Concertos de Natal

A orquestra Filarmónia das Beiras actua no dia 16 de Dezembro, pelas 21h00, na

Igreja Matriz de Albergaria dos Doze. A iniciativa, promovida pela União das Fre-

guesias de Santiago e S. Simão de Litém e Albergaria dos Doze, inclui também a

participação dos coros infantil, juvenil e adulto daquele Junta.



O BRICOMARCHÉ
DE POMBAL
DESEJA-LHE

BOAS
FESTAS

BRICO MARCHÉ

Poder fazer tudo Mais barato

Reunião de câmara

Freguesias apoiadas com mais de 55 mil euros

Na última reunião do executivo, realizada na passada sexta-feira, a Câmara Municipal aprovou a atribuição de apoios financeiros a juntas de freguesia, para fins diversos.

O elenco camarário aprovou a atribuição de uma verba de 10.035 euros à Junta de Freguesia de Carnide destinada a apoiar a aquisição de um terreno para alargamento do parque de estacionamento junto ao centro escolar local.

O executivo municipal aprovou, ainda, a atribuição de um apoio de cerca de 27.500 euros à Junta de Freguesia da Pelariga para comparticipar as despesas com o alargamento de vários caminhos florestais na freguesia, bem como

para apoiar a aquisição de materiais de reconstrução de um muro numa artéria do centro da sede de freguesia.

A mesma autarquia, presidida por Nelson Pereira, receberá igualmente uma verba de 17.500 euros como forma de participação para a aquisição de uma máquina retroescavadora.

A decisão da autarquia visa "colmatar uma necessidade existente que leva a que tenha, por diversas vezes, de recorrer à contratação de serviços externos". Em causa está a aquisição de um equipamento, em estado de uso, pelo valor de 36.838,50 euros, "considerado adequado pelos serviços municipais", refere a Câmara Municipal.

Detectadas há mais de quatro anos

Vistoria confirma correção de anomalias no "Pombal Shopping"

Uma comissão de vistorias constituídos por técnicos do município e da Unidade de Saúde Pública, efectuaram uma visita técnica ao edifício do "Pombal Shopping" para verificação do cumprimento das condições determinadas por uma outra vistoria efectuada há mais de quatro anos, e que detectou um conjunto de anomalias no edifício. Durante a vistoria, acompanhada por um representante da administração do respectivo condomínio do centro comercial, os técnicos apuraram que foi dado cumprimento ao determinado no auto de vistoria anterior. No entanto, entenderam que "deverá ser criado um percurso acessível a pessoas com mobilida-

de condicionada ao cinema" bem como "deve ser apresentado previamente o auto/relatório favorável relativamente às condições de segurança contra incêndios", emitido pela Autoridade Nacional de Proteção Civil.

Localizado em pleno centro da cidade, o "Pombal Shopping", é um edifício constituído por oito pisos, sendo quatro subterrâneos, três deles destinados a parque de estacionamento e um ocupado por um supermercado e várias lojas. Dois dos pisos superiores albergam um conjunto de estabelecimentos comerciais, enquanto o topo Norte do edifício é ocupado com escritórios, e o topo Sul com habitações multifamiliares.

Dia 23 de Dezembro

Passeio pedestre em Albergaria

O Núcleo de Aventura e Desporto de Albergaria dos Doze (NADA) organiza no dia 23 de Dezembro um passeio pedestre com cerca de nove quilómetros de distância. Os participantes deverão concentrar-se junto ao Centro Cultural Padre Petronilho, na Praça da Igreja Velha, a

partir das 09h00. O passeio tem início meia hora depois e deverá terminar cerca do meio-dia. O programa culmina com um almoço, às 12h30. As inscrições podem ser feitas através do site clubenada.blogspot.com ou no bar dos bombeiros, até dia 21.

Louriçal | Proposta aprovada por maioria

Autarquia baixa preço de lotes para atrair investidores

A Câmara de Pombal aprovou reduzir o valor de venda de lotes na zona industrial do Louriçal, com o objectivo de potenciar aquela área de localização empresarial

Orlando Cardoso

A deliberação foi tomada na última reunião do executivo, realizada na passada sexta-feira, e foi aprovada por maioria, com sete votos a favor e dois contra.

O executivo liderado por Diogo Mateus fixou, assim, um valor de dez euros por metro quadrado para alienação dos lotes de terreno. Uma redução de preço que poderá "revelar-se mais assertiva" sendo "susceptível de potenciar a receita de erário municipal, ainda que se traduza num valor inferior ao que vem sendo praticado para alienação de lotes noutras zonas industriais e que ascende a 15 euros o metro quadrado", refere a autarquia.

Considerando que foram, oportunamente, celebrados dois contratos de promessa de compra e venda relativos a dois lotes de terreno, tendo como referência o preço de 15 euros/m², a proposta apresentada reconhece que "deverão ser operados os necessários ajustes" por forma a "assegurar uma actuação uniforme e a observância dos princípios da igualdade, da transparência e da imparcialidade".

Por outro lado, a mesma proposta considera "pertinente" que a Câmara inicie um procedimento com vista à elaboração de um re-



• Os lotes serão vendidos a 10 euros o metro quadrado

gulamento municipal para alienação e ocupação de lotes na Zona Industrial do Louriçal, ou, em alternativa,

"avaliar da possibilidade de gizar uma regulação conjunta, mediante a criação de um único regulamento municipal para alienação e ocupação de lotes aplicável a todas as zonas industriais do concelho, sem prejuízo das especificidades inerentes a cada uma delas". Em causa estão o Parque Industrial Manuel da Mota (em Pombal), a Zona Industrial

da Guia e a Zona Industrial do Louriçal.

A medida de redução do preço dos lotes nesta última zona industrial surge depois de verificada que, aquando da realização de visitas de potenciais investidores existe uma "manifesta preferência" pela aquisição de lotes nas outras duas zonas industriais (Parque Industrial Manuel da Mota e Guia), em detrimento dos lotes existentes e disponíveis para alienação no Louriçal.

A autarquia considera que todas as zonas industriais do concelho "têm como característica comum o facto de estarem localizadas num eixo de confluência das principais vias rodoviárias do país, atravessado de Norte a Sul pela A1, A17, IC2 e este a Oeste pelo IC8. A nível ferroviário, o concelho é abrangido pela Linha do Norte e pela Linha do Oeste".

No entanto, reconhece que para se aceder à zona industrial do Louriçal, é necessário atravessar a área central da freguesia, "com uma via um pouco íngreme, que dificulta o percurso a efectuar por viaturas pesadas, o que, é sublinhado pelos potenciais investidores, aquando das visitas ao local".

Em reunião de Câmara, o vereador independente Narciso Mota manifestou o seu voto contra a redução do preço de venda dos lotes industriais, considerando que a medida não irá contribuir para atrair novos investimentos para o local.

Já Odete Alves, vereadora do Partido Socialista, apoiou a proposta da maioria social-democrata, enaltecedo tratar-se de uma "medida concreta para atrair investidores". "Por não resolver os problemas" da falta de investimentos, "mas é um sinal positivo", frisou.

Diversos departamentos

Município abre concursos para cargos dirigentes

O Município de Pombal vai abrir os concursos necessários ao provimento, em regime de comissão de serviço, de vários cargos dirigentes. Para o efeito, o executivo aprovou, na última reunião camarária, a composição dos respectivos júris de recrutamento.

De acordo com a proposta aprovada pela Câmara, os presidentes dos júris, dos respectivos concursos, são "personalidades de reconhecido mérito profissional, credibilidade e inte-

gridade pessoal", cuja actividade "seja ou tenha sido exercida preferencialmente na área dos recursos humanos ou da administração local autárquica".

Em causa estão os concursos para os cargos de directores dos departamentos municipais de Recursos Humanos; de Infraestruturas, Obras e Equipamentos; de Águas e Saneamento; de Gestão do Território, Sustentabilidade e Ambiente; de Educação e Desenvolvimento Social e Saúde; de Administração e Finanças; e, de Gestão,

Inovação, Modernização e Serviços Partilhados.

Também para chefes de divisão de Obras Públicas; de Gestão e Conservação de Edifícios e Equipamentos Municipais; de Gestão Administrativa e Comercial; de Ambiente e Sustentabilidade; de Obras Particulares; de Urbanismo, Planeamento e Reabilitação Urbana; de Educação, Desporto e Juventude; de Desenvolvimento Social e da Cidadania; de Administração e Finanças; e, de Informá-

tica, Modernização e Sistemas Inteligentes.

Serão abertos concursos, ainda, para chefes das unidades de Vias Municipais; de Águas; de Saneamento; de Ambiente; de Espaços Verdes e Lazer; de Projetos Educativos; de Desporto, Juventude e Associativismo; de Desenvolvimento Social; de Cultura; de Turismo; e, Jurídica; assim como para chefes dos serviços de Higiene e Limpeza Urbana; e, de Veterinária e Saúde Pública;

Na Área de Reabilitação Urbana

Câmara agrava IMI a 53 imóveis degradados da cidade

Orlando Cardoso

A cidade de Pombal dispõe de 53 imóveis degradados localizados na Área de Reabilitação Urbana, de acordo com um "levantamento de campo" realizado por técnicos da Câmara Municipal. Em relação ao ano anterior, foram identificados 11 novos imóveis em estado de degradação. Todos estes imóveis terão uma taxa de Imposto Municipal sobre Imóveis (IMI) majorada em 30 por cento.

Segundo a autarquia presidida por Diogo Mateus, o levantamento efectuado surge na sequência da aprovação da Área de Reabilitação Urbana (ARU) da zona central da cidade de Pombal e da Operação de Reabilitação Urbana, que prevê um "quadro de incentivos financeiros e benefícios fiscais à reabilitação urbana".

Por outro lado, a majoração da taxa de IMI em 30 por cento para os imóveis que se encontram degradados pretende "promover a



intervenção" para a sua reabilitação.

Em 2016, os técnicos municipais identificaram 40 edifícios e no ano seguinte 49. Num novo levantamento, a equipa técnica apurou que "dos 49 imóveis degradados, identificados no ano anterior, foram objecto de

obras de reabilitação urbana, de demolição ou deram início ao procedimento com vista à respectiva degradação, sete imóveis". "Por sua vez, foram identificados novos imóveis em situação de degradado, com identificação do respectivo proprietário, num total de

11", refere o documento submetido à apreciação do executivo na última reunião camarária, realizada na passada sexta-feira.

Desta forma, a Câmara Municipal deliberou, por unanimidade, a majoração em 30 por cento da taxa de IMI, sobre os prédios identificados, procedendo à audiência prévia dos interessados.

"Atendendo ao elevado número de interessados e à impossibilidade de confirmar os respectivos endereços postais", o executivo presidido por Diogo Mateus, deliberou que a notificação "se processasse de forma escrita, através de carta com registo simples, complementada com a abertura de um período de consulta pública", a realizar nos termos do Regulamento Municipal da Urbanização e Edificação, "incluindo a publicitação do aviso num jornal de âmbito local, por se revelar a forma mais adequada à salvaguarda dos interesses dos particulares".

IP implementa medidas

Meirinhas agradece melhoria de segurança no IC2

O presidente da Junta de Freguesia das Meirinhas enalteceu a importância da intervenção que a Infraestruturas de Portugal (IP) realizou para garantir melhores condições de segurança aos peões que têm de atravessar o Itinerário Complementar 2 (ENI/ IC2).



cionamento de veículos e reforçou a pintura da passadeira.

O autarca afirmou que a junta de freguesia a que preside desde Outubro do ano passado, já enviou "um email à Infraestruturas de Portugal a agradecer os trabalhos realizados e a reforçar que os mesmos terão de continuar com a iluminação do local e o reforço de sinalização".

No entanto, Virgílio Lopes considera essencial que seja concretizada a construção de uma passagem pedonal, prevista no projecto de requalificação do IC2 que deverá ser elaborado pela Câmara de Pombal, estando já a decorrer o respectivo concurso público com vista à sua adjudicação.

BOAS FESTAS 2018/2019

50 ANOS 1962 - 2012

www.ilidiodamota.pt

mióveis ILÍDIO DA MOTA
Furniture Emotions

• EXAME FINAL

DE 0 A 20...



Nota 5 - Público VS Privado - Portugueses de primeira e portugueses de segunda: Este governo volta a acentuar o fosso e o sentimento de desigualdade que existe na sociedade portuguesa, entre funcionários públicos e funcionários do setor privado. A aprovação de um salário mínimo nacional superior para os funcionários públicos do que para os funcionários do privado representa um flagrante atentado ao princípio da igualdade. O que está em causa não são os valores, porque penso que todos concordamos que 600€ ou 635€ são valores que ficam muito aquém do desejado e necessário para uma vida condigna, o que está em causa é a injustiça da desigualdade de tratamento. A divisão, a revolta e o estigma que são fomentados, pelo facto de todos pagarem a discriminação positiva de alguns. Acresce a isso o facto de os funcionários públicos terem recuperado o horário semanal das 35 horas, ao invés das 40 horas do privado, terem condições mais favoráveis no acesso à reforma e ainda disporem da ADSE, ao invés do comum dos mortais que têm de se contentar com o SNS. O argumento de que o Estado deve dar o exemplo já não cola, porque o Estado deveria dar o exemplo promovendo políticas que privilegiasssem a coesão e a união da sociedade e não que acentuassem a ideia que há uns que são filhos e outros que são enteados.

Nota 7 - PAN: O Partido das Pessoas Animais e da Natureza nasceu como um partido simpático, que se dizia ao centro, e que privilegiava as causas em detrimento das ideologias. Caiu nas boas graças dos portugueses, daí que tenham eleito um deputado à AR. Mas tirada após tirada o PAN tem demonstrado ao que vem. Começou por servir de bengala a toda a esquerda, sendo hoje mais um partido de esquerda, do que um partido ao centro. E com propostas como a mais recente de querer abolir a referência a animais dos provérbios populares só revela o seu exacerbado fundamentalismo, que traz consigo o extremismo e radicalismo. Ingredientes tóxicos à democracia. O PAN passou de “cavalo para burro”.

Nota 15 - Governação local: Não se entende o facto do Governo se ter multiplicado em visitas por todos os concelhos que foram afetados pela tempestade Leslie, tendo Pombal sido deixado de lado. É inquestionável que o concelho de Pombal foi fortemente afetado e provavelmente terá danos muito superiores aos de alguns dos municípios que foram visitados. Não se percebe esta opção, pelo que a única explicação que conseguimos encontrar é a de o Governo colocar os interesses partidários à frente do interesse nacional.

Nota 20 - Declaração Universal dos Direitos Humanos: A 10 de dezembro comemoraram-se os 70 anos da DUDH. Num mundo cada vez mais estranho importa destacar sempre os valores da vida, da liberdade e da paz, em busca de uma sociedade mais tolerante e mais justa.

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

Academia juntou notáveis do partido

PSD recordou importância e governação de Carlos Mota Pinto

Orlando Cardoso

O PSD Pombal recuou ao governo do “Bloco Central” e à importância de Carlos Mota Pinto na concretização da adesão de Portugal à CEE, ao realizar a sua segunda Academia Mota Pinto, no passado 1 de Dezembro. Um espaço de formação política e reflexão cívica, que pretendeu, tal como aconteceu há cerca de dois anos com a sua primeira edição, recordar o pombalense Carlos Alberto da Mota Pinto, que chegou a governar o país.

Como convidados estiveram Fernando Negrão (líder do grupo parlamentar do PSD), Pedro Pimpão (deputado), Paulo Rangel (eurodeputado), Dina Sebastião (professora universitária), Ângelo Correia (coordenador para a área da Defesa do Conselho Estratégico Nacional do PSD) e Paulo Mota Pinto (presidente da mesa do congresso do PSD).

Depois de Pedro Pimpão, que é também presidente da Junta de Freguesia de Pombal, ter feito o enquadramento sobre a actividade da Assembleia da República, Fernando Negrão enalteceu a importância do PSD no sistema político português “Não fora o PSD e teríamos um país muito diferente, para pior”, disse, realçando que o partido “marcou a história de Portugal”.



• Paulo Rangel lamentou o “desprezo” dos cidadãos em relação aos eleitos

No entanto, o líder do grupo parlamentar reconhece algumas dificuldades, sobretudo ao nível da passagem da mensagem para o eleitorado. Daí que tenha apelado a uma “união” considerando-a “fundamental para trilhar o caminho para chegarmos ao governo”. Até porque, no seu entender, o país está a ser governado por quem “não tem capacidades e competência” para tal.

Por outro lado, Fernando Negrão reconheceu que “a imagem do Parlamento é má”, afirmando que “só não é péssima porque há outros órgãos de soberania que estão pior”. Considerando que “há plenários a mais”, o líder parlamen-

tar defendeu “um trabalho parlamentar mais centrado nas comissões”.

Já o eurodeputado Paulo Rangel centrou a sua intervenção na política europeia, com o PSD a assumir-se como “um partido pró-europeu”. No entanto, reconhece existir um “problema comum” que passa pelo “desprezo” dos cidadãos em relação aos seus eleitos”, em especial no Parlamento Europeu.

A Europa esteve também na atenção de Dina Sebastião, com a professora universitária a abordar a importância de Mota Pinto na concretização da adesão de Portugal à CEE e os temas desafiantes que presentemente se colocam à

União Europeia.

Já em almoço-conferência, foi revisitado o papel de Mota Pinto no governo do “Bloco Central”, e a experiência governativa de 1983 a 1985 “importante para a consolidação do regime democrático”. Foram oradores Ângelo Correia, coordenador para a área da Defesa do Conselho Estratégico Nacional do PSD, e de Paulo Mota Pinto, professor universitário, presidente da mesa do congresso do partido e filho de Carlos Alberto da Mota Pinto.

Antes, o presidente da Distrital de Leiria do PSD e vogal da direcção nacional, enalteceu a gestão autárquica em Pombal, liderada pelo social-democrata Diogo Mateus, como “um exemplo de boas práticas” e de “boa governação, em articulação com as várias juntas de freguesia”.

Por outro lado, Rui Rocha disse que o PSD tem de “capitalizar” a base alargada e de proximidade que tem nas eleições autárquicas, nos futuros actos eleitorais: Europeias e Legislativas. “Desafios que queremos vencer”, frisou, defendendo que “todos deveremos estar mobilizados” para combater a actual “solução governativa de extrema esquerda”.

“Vamos ser todos importantes para passar a mensagem da social-democracia”, disse.

Quer decisores públicos julgados

Ministério Público recorre da decisão no caso dos colégios GPS

O Ministério Público (MP) recorreu da decisão de não levar a julgamento José Manuel Canavarro, ex-secretário de Estado da Administração Educativa, e José Maria Almeida, ex-diretor regional de Educação de Lisboa, no processo dos colégios GPS, sediado no Lourenço.

A 2 de Novembro, o juiz Ivo Rosa, do Tribunal Central de Instrução Criminal, proferiu despacho de não

pronúncia (decisão de não levar a julgamento) relativamente a estes dois arguidos, por entender não existirem indícios suficientes da prática do crime de corrupção passiva, decidindo levar a julgamento os restantes cinco arguidos no processo.

No debate instrutório, a procuradora do MP Andrea Marques defendeu que os sete arguidos fossem despronunciados do crime de

abuso de confiança qualificado, mas manteve que os mesmos fossem a julgamento pelos restantes crimes, nomeadamente corrupção.

O juiz determinou que fossem a julgamento os cinco administradores do grupo GPS - António Calvete, Fernando Manuel Catárnio, Agostinho dos Santos Ribeiro, Manuel António Madama e António Manuel Madama -, mas só por pe-

culato, burla qualificada e falsificação de documento, tendo caído nesta fase o crime de corrupção activa e de abuso de confiança.

A decisão instrutória sustenta que a acusação do MP continha factos inócuos, irrelevantes para a qualificação do crime, juízos de valor e conclusões que não serviam o propósito de levar os arguidos a julgamento pelos crimes de corrupção.

Câmara aprova por maioria orçamento para 2019

Vereador apela para que autarca “olhe seriamente” para a PMU Gest

Orlando Cardoso

O vereador da Câmara de Pombal, Michael da Mota António, apelou ao presidente do executivo para que “olhe seriamente” para a situação actual da empresa municipal PMU Gest - Pombal, Manutenção Urbana e Gestão. O autarca, eleito pelo movimento independente Narciso Mota Pombal Humano (NMPH), diz que existe um mal-estar entre funcionários e administração, bem como equipamentos móveis sem condições por falta de manutenção e reparação.

O alerta foi feito na última reunião do executivo, na qual foi aprovado, por maioria com três votos contra, o plano de actividades e orçamento para 2019, relativo à empresa municipal administrada por Jorge Vieira da Silva, que acumula o cargo com o de director-geral da Escola Tecnológica, Artística e Profissional de Pombal (ETAP).

“Se quiser ir visitar a empresa e ver os equipamentos ficará de boa aberta”, afirmou Michael António dirigindo ao presidente da Câmara, realçando que o município é o sócio totalitário da PMU Gest. “Vá ver com os seus olhos o estado em que as coisas andam”, reforçou, por várias vezes, apelando para que Diogo Mateus tenha uma “reunião séria” com o conselho de administração.

O presidente da Câmara disse que iria “ficar à espera” que lhe cheguem informações, relatos e comunicações, sobre factos relatados pelo vereador, tendo chegado a afirmar que estaria a “criar um alarme que não consegue fazer por escrito”.

No entanto, o edil dirigiu algumas críticas ao conselho de administração da PMU Gest que integra, para além de Jorge Vieira da Silva (presidente), Anabela Gameiro João Madama (administradora) e Manuel Jor-

dão Carreira (administrador-executivo).

“Tive a oportunidade de lhes dizer que acho inadmissível que este documento [plano de actividades e orçamento] não tenha sido apresentado juntamente com os documentos previsionais do município”, considerando tratar-se de um “desrespeito para com a Câmara Municipal”.

Para o conselho de administração, em 2019, a empresa “continuará a desenvolver esforços com vista a manter a sua saúde financeira, prevendo-se um ligeiro aumento do volume de negócios”. “Todavia, este aumento tem implícita uma alteração no tipo de cliente, ou seja, pretende-se manter a prestação de serviços ao Município de Pombal e continuar a aumentar a prestação de serviços a particulares, dinamizando, sempre que possível, as actividades com novas oportunidades de negócios”, refere, acrescentando que além disso,

“manter-se-á um controlo atento dos custos operacionais inerentes a cada uma das actividades”.

Entre as actividades planeadas, destaca-se a intenção de a empresa adquirir novos equipamentos que “possam diminuir a utilização de técnicas manuais”, no domínio dos serviços agro-florestais, bem como de contentores metálicos e de um veículo ligeiro para transporte de equipa de trabalho e equipamentos, na área dos serviços urbanos. A empresa prevê investir, ainda, 88.500 euros na aquisição de um tractor e de um limpa-bermas, bem como de algumas alfaias agrícolas.

Quanto ao estacionamento de duração limitada no centro da cidade, a PMU Gest prevê um “ligeiro acréscimo de dois por cento dos rendimentos”, como resultado da introdução de um sistema dos parquímetros por telemóvel e a aquisição de um sistema de gestão de contra-ordenações.

Atribuição da Bandeira Verde Eco XXI

Município reconhecido como amigo do ambiente



O Município de Pombal hasteou no dia 3 deste mês, e pelo 13º ano consecutivo, a Bandeira Verde ECOXXI, galardão que distingue os municípios mais sustentáveis do país. Na edição deste ano, e segundo a nota de imprensa da autarquia, Pombal obteve uma pontuação global de 84,7 por cento no Índice ECOXXI 2018, considerada a melhor pontuação de sempre e que lhe valeu o quinto lugar.

Para isso, o Município sujeitou-se a uma avaliação externa, por parte de várias entidades, que ana-

lisaram o cumprimento de 21 indicadores diferentes. A candidatura de Pombal obteve a pontuação máxima em quatro deles: Promoção de Educação Ambiental / Educação para o Desenvolvimento Sustentável por iniciativa do Município; Qualidade do Ar e Informação ao Público; Qualidade da Água para Consumo Humano; e Qualidade do Ambiente Sonoro. Para além destes, Pombal foi também reconhecido em mais oito indicadores, sendo o município com a melhor avaliação na “Implementação do Programa Bandeira Azul”.

PALACE KIAY

Sweet DECEMBER

15 DEZ

NO MAKÁ

36 ANIVERSÁRIO

Blaya

22 DEZ

KURA

29 DEZ

THE F*CKING BASTARDS

31 DEZ

NUNO FERNANDEZ, ANGEL DEEJAY, DJ KIKO, SPOOKY

HAPPY NEW YEAR

ABRIMOS ÀS 00H30

SHOW US LOVE

/palacekiay /palace_kiay

Aquele lugar à mesa tinha um encanto e um significado muito especiais! Não só pela sua localização - ficava na cabeceira, mesmo em frente do avô, que era o membro mais velho da família - mas, especialmente, porque começou a ser ocupado pelos mais novos. Ou seja, à medida que a família ia crescendo, ficando mais rica, em resultado do nascimento de novos membros, estes começavam por ocupar aquele lugar, bem sentados e devidamente seguros em cadeirinhas próprias para a sua idade. Além do mais, aquele lugar também permitia observar, atentamente, todos os presentes na mesa, possibilitando ter uma visão global sobre a mesma. Mas, não só, porque, como é normal, o membro mais novo da família era o centro das atenções, sendo frequentemente interpellado, elogiado... Era a estrela da companhia.

A situação apresentou-se perfeitamente normal e sem problemas, quando o lugar foi ocupado pela primeira netinha. Como é natural, as atenções concentravam-se nela, tinha o monopólio dos elogios, era a primeira princesinha, tratada como tal, com

DA ILUSTRE TERRA DO MARQUÊS...



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

um estatuto privilegiado, por ser a única. Assim, a situação manteve-se pacífica durante alguns anos.

O problema surgiu quando o lugar teve que ser ocupado pela segunda netinha. Como é fácil de concluir, a primeira teve alguma dificuldade em compreender a razão por que tinha que mudar de lugar, apesar de ficar mesmo ao lado. Foi-lhe explicado que aquele lugar era mais espaçoso para arrumar a cadeirinha de bebé, mas aceitou a "despromoção", apesar da circunstância de o centro das atenções passar a ser a manita mais nova. É evidente que esta é uma situação perfeitamente normal, dada a curiosidade e o interesse que sempre manifesta-

mos pelos bebés à medida que vão crescendo, que vão revelando as suas tendências, a graciosidade das suas reações, o encanto que provocam nos mais crescidos.

O crescimento normal da família trouxe outra linda menina, que veio a ocupar o tal lugar privilegiado à mesa. E a reação da segunda netinha foi, como não podia deixar de ser, muito idêntica à da primeira. Teve também alguma dificuldade em compreender, mas lá se acomodou à situação, ficando no lugar a seguir, bem próximo da última estrela da companhia. A normalidade instalou-se e, com ela, a harmonia que permite a coexistência pacífica entre as pessoas, independentemente da idade.

AQUELE LUGAR À MESA...

"... o problema era a perda daquele lugar, que era sempre ocupado pela netinha mais nova..."

continua no tal lugar, fazendo o possível por continuar a ser o centro das atenções, observando atentamente todos os presentes à mesa, procurando dar nas vistas através de algumas situações especiais, revelando uma imaginação e uma criatividade que vai aperfeiçoando à medida que os anitos vão passando.

Chegados aqui, a dúvida, porque de incertezas está este mundo cheio, é saber quando haverá mudanças em relação ao ocupante daquele lugar tão especial. Como é normal, acabou por se adaptar às circunstâncias, avançando para o lugar seguinte, logo a seguir ao da manita.

Esta teve um privilégio muito especial: sendo a última, lá

CARTAS POMBALINAS



Pedro Pimpão
Pedropimpao@gmail.com

2018 foi um ano muito interessante por todos os desafios que enfrentámos juntos e que possibilitaram a concretização de dinâmicas muito interessantes na nossa comunidade.

Neste que é o último texto que partilho convosco este ano, não posso deixar de destacar alguns momentos que vivemos este ano e que nos incentivaram a manter o ritmo desta caminhada.

No domínio da cultura, para além da projeção do Prémio Literário António Serrano, da envolvência do Crianças ao Palco e do ciclo de teatro amador pelas aldeias, o festival "Oh da Praça" que trouxe diversos estilos musicais às praças da nossa zona histórica, merece um carinho especial pelo impacto muito positivo na nossa comunidade e a oportunidade de dar a conhecer novos projetos e jovens músicos da nossa "praça".

Juntando cultura local e tradição, e não falando do regresso das corridas de carrinhos de rolamentos na encosta do Castelo, jamais esqueceremos o primeiro encontro de gaiteiros que trouxe a Pombal diversos grupos ao som da emblemática "gaita de foles" e que proporcionou um interessante encontro de gerações e de valorização deste importante instrumento musical ao longo dos séculos na vida de cada uma das mais pequenas comunidades.

Se acrescentarmos o ambiente à tradição e às artes, o BIOARTES

assumiu-se como um projeto comunitário que congrega diversos agentes culturais, artesãos, produtores locais e novas tendências que nos prendem às novidades. Realçar que foi aqui, no âmbito deste projeto que se combinaram diversos estilos musicais, como a nossa Filarmónica no coreto numa atuação "à moda antiga", as majestosas marchas do Município e da Valdeira e até a realização do Festival de Folclore da Freguesia de Pombal que, pela primeira vez, juntou os cinco ranchos da nossa freguesia. Para além da dinamização do mercado de trocas infantil que veio para ficar, esta também foi uma iniciativa que serviu para dar a conhecer nova Associação de Artesãos de Pombal que viu a luz do dia precisamente no ano de 2018.

No desporto, para além a Gala do Desporto continuar a assumir-se como um momento revelante de exaltação dos feitos dos nossos conterrâneos que se destacam nas diversas modalidades e que são inteiramente merecedores do reconhecimento da comunidade, não podemos deixar de destacar as POMBALÍADAS que juntaram várias dezenas de crianças das nossas escolas primárias na prática de diversas modalidades desportivas, aliando a competição à diversão, num dia que guardará nas memórias positivas.

Na área do ambiente e para além da preocupação permanente com a limpeza de bermas e pas-

Pequenos passos que geram grandes mudanças

seios, lançamos o desafio à comunidade de, no contexto natalício, dar as mãos pelo meio ambiente lançando campanhas dirigidas aos vários sectores, destacando o eco-rolhas com recolha e reutilização de rolhas para realização de prendas de natal, o eco tecnologia de recolha e reutilização de materiais eletrónicos nas nossas escolas, o eco famílias que visa envolver as famílias numa comunidade mais sustentável ou o eco-montras que visa promover e valorizar o comércio local lançando o desafio aos nossos comerciantes de utilizar materiais ecológicos nas suas decorações.

A introdução da música e do desenvolvimento pessoal no domínio das atividades de enriquecimento curricular foi outro desafio nas nossas escolas que concorrem para iniciativas que fomentam o aumento de competências das nossas crianças, como é também o caso da disciplina de cidadania que permitiu desenvolver a primeira edição da Assembleia das Crianças da Freguesia de Pombal que mobilizou as turmas do 1º ciclo, estimulando as nossas crianças a dirimirem argumentos, a olharem com outros olhos para nossa comunidade, a votar nas diversas propostas, a fundamentarem as suas posições e a escolherem as melhores ideias para a nossa terra, como foi o caso do dia das bicicletas (que até já se concretizou no âmbito da sema europeia da mobilidade) ou o

parque de todas as nações onde as crianças possam brincar durante todas as épocas do ano.

Que forma tão simples e tão entusiasmante de incentivar a participação cívica das novas gerações e estimular a preocupação/dedição pelo mundo que as rodeia. Este ano lectivo vamos lançar-lhes o desafio do eco-ideias para que eles discutam e promovam medidas para o meio ambiente, já que esta é uma causa que verdadeiramente toca a todos.

2018 começou de uma forma muito especial, já que foi a 15 de janeiro deste ano que se realizou a constituição formal da Comissão Social da Freguesia de Pombal, dando continuidade e corpo a um trabalho muito sério que tem vindo a ser desenvolvido na nossa terra ao longo dos últimos anos, nomeadamente nos cerca de 100 idosos que são quinzenalmente acompanhados nas nossas aldeias ou os encontros intergeracionais que juntam crianças e idosos numa saudável partilha de experiências. Esta é uma boa oportunidade para fazer um balanço muito positivo do trabalho desenvolvido pela Comissão Social que já salientei em textos anteriores e para agradecer o empenho e dedicação de todas as instituições, seus técnicos e dirigentes que se têm envolvido de forma muito dedicada na melhoria das condições de vida dos nossos concidadãos. A dinâmica do programa POMBAL 65+ que visa promover o envelhe-

cimento positivo da nossa população com diversas iniciativas e o lançamento do projeto "Idoso entre Nós" que visa combater o isolamento social dos nossos idosos, são marcas relevantes do trabalho sério e profundo que tem vindo a ser promovido pelos membros desta Comissão e que são uma profunda mais-valia para a nossa comunidade.

2018 trouxe muito mais coisas positivas e que podia destacar, concorrendo todas elas para a nossa missão coletiva de promover o bem-estar de todos os pombalenses, incentivando todos os que gostam da nossa terra a participarem neste novo paradigma de cooperação e promoção do enorme potencial que existe na nossa comunidade.

Naturalmente que sabemos que imprimir estas dinâmicas só é possível com a colaboração de muitos parceiros, coletividades e instituições fortes como temos o prazer de ter em Pombal nos diversos domínios e que contribuem para uma alteração de paradigma do poder autárquico cada vez mais vocacionado para as pessoas e para o seu bem-estar integral.

2018 foi um ano muito interessante e de lançar algumas sementes, agora o desafio é mantermos o ritmo e o foco na nossa missão coletiva, sabendo que é com pequenos passos que podemos gerar grandes mudanças.

Um feliz ano novo para todos!

Após 21 anos de actividade

Grupo Protecção Sicó com utilidade pública

Orlando Cardoso

O Governo, através da ministra da Presidência e da Modernização Administrativa, Maria Manuel de Lemos Leitão Marques, declarou a utilidade pública para o Grupo Protecção Sicó (GPS).

No despacho da ministra, publicada no Diário da República, é referido que o GPS, com sede em Pombal, "vem desenvolvendo, desde 1997, a sua actividade na área da defesa do ambiente e da conservação da natureza, designadamente através da prática da espeleologia, bem como de outras actividades de ar livre".

"O Grupo Protecção Sicó

corresponde a uma organização não-governamental de ambiente, inscrita em 18 de Abril de 2012 no Registo Nacional das ONGA e Equiparadas com o estatuto de ONGA de âmbito local" e na prossecução dos seus fins "tem cooperado prioritariamente com a Administração Local da comunidade onde se insere".

O documento refere, ainda, que no âmbito do processo de atribuição da utilidade pública, a Agência Portuguesa do Ambiente "proferiu parecer favorável".

De referir que em 2013, a Câmara Municipal de Pombal emitiu, também, parecer favorável ao reco-

nhecimento de utilidade pública da ONGA. De acordo com a autarquia então presidida por Narciso Mota, a associação promove o conhecimento, a protecção e a preservação tanto das cavidades como do ambiente do Maciço Calário Condeixa - Sicó - Alvaiázere", para além que "organiza, promove e participa em diversas activida-

des ligadas à espeleologia e à educação ambiental". "O trabalho realizado pelo GPS conta com várias descobertas de novas cavidades, que enriquecem o património espeológico e arqueológico do nosso caro, e com a colaboração em vários trabalhos científicos", frisou.

Segundo Pedro Alves, presidente da direcção do

GPS, a declaração de utilidade pública "é mais um reconhecimento do trabalho desenvolvido nos últimos 21 anos".

"O GPS agradece a todos os seus sócios, familiares, amigos, associações e instituições públicas e privadas, que ao longo dos anos da sua existência, prestaram de alguma forma o seu apoio e contributo e/ou

que tenham participado de qualquer forma nas suas actividades organizadas, contribuindo assim para a concretização e prossecução contínua dos seus fins estatutários", afirmou, deixando um "especial agradecimento aos que ajudaram e contribuíram em todo este procedimento administrativo. A espera foi longa, mas valeu a pena".

Corporação de Pombal adere a protesto nacional

Bombeiros garantem socorro a todas as ocorrências

Apesar de os Bombeiros Voluntários de Pombal ter aderido ao protesto nacional, o comandante da corporação garante que não está em causa todas as operações de socorro prestados à população. Apenas não existe comunicação de ocorrência à Autoridade Nacional de Protecção Civil (ANPC), refere Paulo Albano, frisando que todos os pedidos de socorro são atendidos.

Em declarações ao nosso jornal, o operacional refere que "a prontidão do socorro está inalterável" e "em nada as populações deixam de ter o socorro dos bombeiros" tal como acontecia anteriormente. "Em nada foi alterada a nossa operacionalidade", frisa, acrescentando que, em caso de necessidade, a articulação com outras corporações vizinhas será efectuada directamente entre comandantes.

Em causa está, apenas, o facto de a corporação não estar a fazer o encaminhamento de informação operacional ao Comando Distrital de Operações de Socorro (CDOS), estrutura da ANPC, as ocorrências atendidas, quer vias linha

de emergência (112) como por outra via qualquer.

O protesto está a vigorar desde as zero horas do passado domingo após decisão do Conselho Nacional da Liga dos Bombeiros Portugueses (LBP) como forma de protesto contra a reforma da Protecção Civil aprovada pelo governo.

Os bombeiros contestam as várias propostas aprovadas no Conselho de Ministros de 25 de Outubro, na área da Protecção Civil, com a maior contestação centrada nas alterações à lei orgânica da Autoridade Nacional de Emergências e Protecção Civil, futuro nome da actual Autoridade Nacional de Protecção Civil.

Uma das medidas mais contestada na nova lei orgânica é a área de actuação dos CDOS deixar de corresponder aos distritos e passar a ter a abrangência das comunidades intermunicipais.

A LBP reivindica uma direcção de bombeiros autónoma independente e com orçamento próprio, que diminua os custos e aumente a eficácia, um comando autónomo e o carão social do bombeiro.



Dê um presente aos ecopontos!
Garrafas, latas, papéis de embrulho e plásticos...

Na Valorlis acreditamos que o nosso trabalho na reciclagem, recolha e tratamento de resíduos é fundamental para construir um ambiente melhor para todos.

Agradecemos o esforço da população neste objetivo comum e continuamos a contar com o apoio de cada um, todos os dias.

www.valorlis.pt

recycle
BIN GO



Alimentação saudável

Freguesia sensibiliza para “Segunda Sem Carne”

“Consciencializar sobre o impacto que o uso de produtos de origem animal na alimentação tem sobre os animais, sociedade, saúde humana e o planeta”, é um dos objectivos da Junta de Freguesia de Pombal ao promover a campanha “Segunda Sem Carne”. Com a ideia, a autarquia pretende retirar da refeição escolar, pelo menos uma vez por semana, a carne e fazer as crianças a descobrirem novos sabores.

“Nos últimos anos, acumulou-se evidência científica suficiente para sustentar a ideia de que um padrão alimentar do tipo vegetariano, pode fornecer os nutrientes necessários para todas as fases do ciclo de vida”, refere a autarquia, acrescentando que “hoje, sabemos também que a redução do consumo excessivo de proteína animal (não-meadamente carne) e a sua substituição por refeições com proteínas de origem vegetal é uma das recomendações para lutarmos contra o aquecimento global e as alterações climáticas.”

Segundo a junta de freguesia, presidida por Pedro Pimpão, “é possível e relativamente simples, adoptar pratos típicos da gastronomia portuguesa à alimentação vegetariana.” Esclarecendo que, “no padrão alimentar vegetariano não é necessário nem desejável recorrer a produtos estranhos à nossa cultura local, de confecção complexa ou a produtos excessivamente processados, onde o sal e outros aditivos, bem como o excesso de gordura podem estar presentes”.

“Desta forma, este padrão alimentar tornar-se-á mais fácil de implementar, mais amigo do ambiente, mais económico de produzir e poderá ainda contribuir para a sustentabilidade das economias agrícolas locais”, considera.

A autarquia pretende “sensibilizar a nossa comunidade escolar para a existência de um regime de ingestão alimentar diferente, mas com características nutricionais e organolépticas de extremo interesse”.

Guia

Semibreves promovem Serão de Natal

O grupo de música tradicional portuguesa “Semibreves” organiza, no dia 23 deste mês, um Serão de natal, a partir das 21h00, na Capela de Nossa Sra. da

Guia. Participam no evento o Rancho Etno Popular da Ilha, o Coro da Igreja Paroquial da Ilha e o grupo anfitrião, os “Semibreves” e convidados.

**JÁ FEZ O SEU CADASTRO PREDIAL?
PERGUNTE-NOS COMO?**

- Avaliações Propriedades Rústicas e Urbanas
- Levantamentos Topográficos / Mediações
- Colocação e Localização de Marcos
- Avaliação de Património Hereditário
- Registada na Comissão de Mercado de Valores Mobiliários (CMVM) como Peritos Avaliadores de Imóveis sob o nº PAI/2015/307

961 301 888

APLS
AVALIAÇÕES & TOPOGRAFIA

António Polares & Leandro Soopa

www.facebook.com/apls.avaliacoestopografia
apls.avaliacoestopografia@gmail.com

“A praça de Touros de Abiul é um dos monumentos mais icónicos do concelho”

Nuno Mika: de Abiul para o incrível mundo dos ‘new media artists’

Os trabalhos de Nuno Mika, na área dos new media arte, já foram apresentados em países como Canadá, Rússia, Holanda, Espanha, Itália e Portugal. Depois de estudar áreas tão distintas como electromecânica, música, ou arquitectura, o jovem, com raízes na freguesia de Abiul, começou a desenvolver instalações artísticas interactivas, com recurso à luz e som, que criam um ambiente único onde o espectador se vê envolvido pela própria arte.

Ana Laura Duarte

Quando o questionam sobre o tipo de trabalho que desenvolve enquanto new media artist, Nuno Michael Barros costuma brincar: “nem eu próprio consigo explicar o que ando a fazer”. Vamos tratá-lo por Nuno Mika, como é mais conhecido. E antes de referir que teve a sua primeira experiência artística “debaixo de um foguetão real, numa Praça de Moscovo”, perante milhares de pessoas, “num dos festivais mais importantes de vídeo mapping, do mundo”, no Circle of Light Art Vision, em 2014, é importante explicar o que é isto da new media art e do vídeo mapping.

Se por um lado a arte do vídeo mapping trabalha “uma técnica que consiste na projecção de vídeo em objectos ou superfícies irregulares, tais como estruturas de grandes dimensões, fachadas de edifícios e estátuas”, explica o jovem de 30 anos, o conceito de new media art explora “obras criadas com recurso a novas tecnologias de mídia”, que incluem “arte digital, computação gráfica, arte virtual, animação produzida por computador, robótica, arte interactiva, videogames, arte ciborgue e arte como biotecnologia”, e que procura interagir com os próprios espectadores.

**“FOI NA ETAP
QUE TIVE O
PRIMEIRO CONTACTO
COM A ELECTRÓNICA
E COM O MUNDO
DAS TECNOLOGIAS
INDUSTRIALIS”**

Nuno Mika, filho de pais emigrantes, fixou-se na freguesia de Abiul aos seis anos, com a família. O percurso académico regular foi feito no concelho, e frequentou “o curso profissional de Electromecânica na Escola Tecnológica, Artística e Profissional de Pombal”. Na altura optou pela área para “fugir da construção”, negócio



• Nuno Mika é um artista e investigador pombalense que dedica o seu trabalho a projectos multidisciplinares no âmbito dos new media art

desenvolvido no seio familiar. O curso “nunca o cheguei a acabar”, no entanto, “foi na ETAP que tive o primeiro contacto com a electrónica e com o mundo das tecnologias industriais”. Em busca de novas experiências decidiu que afinal o mundo da construção poderia ser um caminho interessante de percorrer e mudou-se de malas e bagagens para Lisboa, onde frequentou o curso de Arquitectura... e onde descobriu o incrível mundo novo das tecnologias.

“Tive a sorte de frequentar um curso em que os professores estimulavam muito a criatividade e a parte de investigação”, e se na ETAP “tinha sido o pior aluno”, no curso de arquitectura “passei a ser um dos ‘melhores’”, o que lhe permitiu fazer a primeira apresentação ao público, de um trabalho

realizado com recurso a novas tecnologias, em Moscovo, na Rússia, depois disso “representei a faculdade, em Madrid, num concurso de inter-universidades e posterior tive a oportunidade de visitar a Bienal de Arquitectura de Veneza”, em Itália, e quando regressou, “cheio de estímulos”, pediu uma sala “só para mim” onde conseguisse desenvolver ideias, pesquisar novos conceitos e perceber até onde ia a sua criatividade. “Os professores perguntavam-me o

que andava a desenvolver, e eu continuava sem saber o que dizer, porque não conseguia explicar os estímulos”, no entanto “como tinham confiança em mim, deixaram-me desenvolver o meu trabalho livremente”. Vários anos passaram, e Nuno Mika continua ligado à área da investigação e de produção de conteúdos inovadores. Pelo caminho já apresentou obras em vários pontos do globo, como Canadá, Holanda, Espanha, e Itália, e em várias cidades nacionais. Em Lisboa está envolvido num projecto, o Temp Studio, que junta três dezenas de artistas oriundos de várias partes do mundo para uma residência artística, onde se criam novas formas de arte, partilham experiências e se trocam conhecimentos.

“A CULTURA DOS NEW MEDIA ART ESTÁ A SER CADA VEZ MAIS PROMOVIDA”

“A cultura dos new media art está a ser cada vez mais promovida, há cidades a apostar em festivais do género, e vejo que já se produzem trabalhos com muita qualidade”, no entanto, e apesar de ser um homem do mundo, Nuno Mika lamenta que o concelho de Pombal ainda não tenha seguido as “pisadas de municípios como o de Loulé, onde estive recente-

mente a participar no Festival Luza, Cascais, Sintra, Braga, ou Castelo de Vide”, até porque o conceito é “relativamente simples e pode ser livremente adaptado a qualquer espaço ou cidade”.

Nas obras criadas pelo artista pombalense, há a peculiaridade do “espectador se sentir envolvido na própria performance”, ou seja “a pessoa é convidada a interagir com a peça, tornando-se também parte dela”. E para quem ainda não conhece o trabalho de Nuno Mika, pode sempre espreitar o vídeo-clip da música “Bastion” da banda pombalense The Year, “produzido e filmado na Praça de Touros de Abiul”, um dos “espaços mais icónicos do concelho”, e que para o arquitecto tem “um potencial enorme”.

“A planta do edifício revela uma identidade exclusiva”, totalmente circular, e “que foi criado pelo povo e para o povo”. Nuno Mika prefere não “comentar a utilização que é feita do espaço”, no entanto admite que “é preciso olhar para aquele local e perceber que tem um potencial enorme e a capacidade de acolher projectos inacreditáveis”. Quem sabe um dia não vemos aquela praça cheia de luz, cor e sons, ao ritmo da evolução tecnológica.

Rotary Club de Pombal foi o anfitrião desta acção

Tecido económico e instituições recebem visita do Governador

Joaquim Branco esteve em Pombal no dia 3 deste mês e, no final da visita a instituições e tecido empresarial, realçou o dinamismo do Rotary Club de Pombal e a capacidade de, ao longo dos quase 35 anos de vida, que completará a 21 de Junho, contribuir para mudar vidas.

O Governador do Distrito Rotário 1970 foi recebido na sede do clube pombalense, onde assinou o livro de honra. Dali, seguiu para os Paços do Concelho, onde o vice-presidente do executivo camarário fez as honras da casa. Na ocasião, Pedro Murtinho sublinhou o trabalho realizado Rotary de Pombal e a estreita colaboração com o município, daqui resultando, a título de exemplo, a cedência de instalações para a sede do clube, por parte da autarquia, e o projecto rotário de atribuição de bolsas de estudo a alunos carenteados do concelho.

O programa da comitiva



• A visita incluiu uma paragem na sede do Rotary Club de Pombal

incluiu, ainda, uma visita à Gosimac - Maquináções, S.A., onde o grupo foi recebido por Pedro Gonçalves, administrador da empresa que se tem destacado no que toca a tecnologia de ponta. Uma ação inserida nos objectivos da governação de Joaquim Branco, cujas visitas aos clubes (num total de 90) passam por tomar conhecimento do tecido económico das re-

giões que visita, como explica Paulo Delfim, presidente do clube pombalense.

Da economia para a cultura, a comitiva fez depois uma paragem na Filarmónica Artística Pombalense (FAP), onde foram recebidos pela presidente da direção, Carla Longo, e brindados com um apontamento musical por parte de dois alunos da centenária instituição. Foi

também na FAP que se realizou a reunião de trabalho da equipa da governadoria com o Conselho Director do Rotary, no decurso da qual o presidente do clube apresentou a actividade desenvolvida até ao momento, bem como os projectos até ao final do Ano Rotário (30 de Junho de 2019). Terminado este encontro, e numa casa onde a música fala sempre mais alto, houve lugar a novo momento musical, com uma audição de canto por parte de uma aluna da instituição.

A visita culminou com um jantar festivo, que teve como ponto alto a entrada de dois novos membros, Alexandra Pina e Rui Santos, elevando-se para 27 o número de membros do clube. Durante o seu discurso de encerramento da visita, Joaquim Branco deixou elogios ao clube anfitrião, por lhe ter proporcionado "uma tarde muito rotária e muito gratificante".

Freguesia de Almagreira Lagares já tem associação

A Associação de Moradores de Lagares, na freguesia de Almagreira, é a mais recente associação do concelho de Pombal, tendo sido constituída recentemente por Maria Rosa de Carvalho Santos e Isabel Duarte de Jesus.

A associação, sem fins lucrativos, tem como objectivo a "promoção sociocultural dos associados e restante população, bem como a sua união e bem-estar, pro-

porcionar aos sócios meios de diversão e recreio para aproveitamento dos tempos livres", assim como "organizar, promover e dinamizar actividades culturais de lazer e recreio" e "proporcionar aos sócios convívios, festas tradicionais e religiosas".

As condições de admissão e exclusão dos associados, suas categorias, direitos e obrigações, constarão de regulamento a aprovar pela assembleia geral.

Presentes de Natal

Um calendário por uma boa causa

Se ainda não pensou naqueles presentes de Natal de última hora, a Ajudanimal Associação de Defesa dos Animais de Pombal, tem uma sugestão: o Calendário Solidário 2019. "A venda dos calendários reverte a favor da nossa associação, deixando a mensagem de amor e solidariedade que tanto apregoamos, nos 12 meses ao virarmos as suas páginas", re-

vela a entidade organizadora. O calendário solidário tem um custo de cinco euros e podem ser adquiridos no Bricomarché de Pombal, na loja Tribos Urbanas, na Junta de Freguesia de Pombal, na loja Hel-c, no ginásio MoveUp, na Barbearia Nova Ramos, no Cartório Notarial Gustavo Pinto, na Factos - Art Gallery ou através da loja online em www.ajudanimal.pt.

Petro Moderno Lda.

Albino Moderno e Cremilde Moderno, proprietários da PETRO MODERNO LDA, e do CAFÉ MODERNO, desejam a todos os seus estimados clientes e amigos e à população em geral um Feliz Natal e um Próspero Ano Novo com muita saúde e alegria. BOAS FESTAS



Rua Principal nº 45 | Covão dos Mendes 3100-555 Pombal

**Deseja boas festas
a todos os clientes**



LOJA 1 - Rua Almirante Reis n.º 26 - Telf. 236 218 817
LOJA 2 - Rua Dr. José Santos Alves n.º 23 - Telf. 236 244 695

Vencedores anunciados a 25 de Março

Orçamento Participativo com recepção de projectos

A Câmara Municipal de Pombal arrancou ontem (quarta-feira) com a recepção de propostas para mais uma edição do Orçamento Participativo (OP), um processo de cooperação entre a autarquia e os cidadãos. A divulgação dos resultados finais está prevista acontecer em 25 de Março do próximo ano.

"Através do OP, a população contribui para a tomada de decisão sobre o destino de uma parte, ou de todos os recursos públicos disponíveis (100 mil euros), visando a adequação das políticas municipais às necessidades e expectativas das pessoas, para melhorar a qualidade de vida", refere a autarquia, acrescentan-

do que "na vertente deliberativa, a população pode apresentar e priorizar, através de votação, propostas de investimento para integrar no Plano de Actividades e Orçamento Municipal".

O período de apresentação de propostas decorre até ao próximo dia 21, sendo os projectos provisórios publicados a 31 de Janeiro. Segue-se o prazo para reclamações (até 14 de Fevereiro), a publicação dos projectos definitivos (27 de Fevereiro) e a votação das ideias, entre 4 e 22 de Março. No dia 8 de Março haverá uma sessão pública para apresentação dos projectos por parte dos respectivos proponentes.

Animação musical com Big Jovem

Passagens de ano na Associação dos Matosos

Para quem ainda não sabe o que fazer na noite mais animada do ano, a Associação Recreativa dos Matosos, na freguesia da Pela-riga está a organizar uma noite que se prevê memorável. O evento realiza-se na sede da colectividade e tem um limite de 150 inscrições, por isso o melhor mesmo é despachar-se na reserva. A participação tem um custo de 35 euros para adultos,

15 euros para crianças dos seis aos 15 anos e cinco euros para os mais pequeninos, entre os três e os cinco anos.

A recepção está agendada para as 20 horas, e a noite prolonga-se ao som do grupo musical Big Jovem. As inscrições devem ser feitas através dos contactos 962 354 136, 965 813 272, ou aos domingos à tarde, na Associação.



• O evento contou, este ano, com mais participantes

Taxistas não esqueceram reivindicação durante jantar anual

Novo ano sem a prometida praça de táxis

A tradição cumpre-se há seis anos consecutivos e, em 2018, não se fugiu à regra: taxistas de vários concelhos da região juntaram-se num animado convívio que decorreu num restaurante do Parque Empresarial do Camporê, em Ansião. Entre profissionais do sector e familiares, o grupo reuniu 75 pessoas, oriundas dos concelhos de Pombal, Ansião, Figueiró dos Vinhos, Sertã (Pedrógão Pequeno), Alvaízere (Maçãs de D. Maria), Louzã, Castanheira de Pera, Pedrógão Grande e Penela. Aos participantes juntaram-se, ainda, Manuel Silva, presidente da ANTRAL, e Pedro Brilhante, vereador da Câmara Municipal de Pombal.

Ainda que a noite seja sempre de convívio, os taxistas não esquecem os problemas do sector, que acabam por dominar muitas das conversas à mesa. Ano após ano, a praça de táxis de Pombal mantém-se à tona das reivindicações, apesar das sucessivas

promessas da classe política. Paulo Vitória lamenta que, até à data, não tenha sido encontrada uma solução que ofereça melhores condições aos profissionais que prestam serviço na cidade. O delegado da ANTRAL em Pombal e grande impulsor daquele jantar anual acredita que "o ideal era voltarmos para o Largo do Cardal", sublinhando que as opções já equacionadas pelo município "não servem, muito menos em frente ao Tribunal".

Para além do Largo do Cardal, o delegado da ANTRAL aponta a rua da PSP (junto à esquadra) como outra alternativa viável, mas diz que a autarquia presidida por Diogo Mateus não se tem mostrado favorável à opção e às alterações daí decorrentes.

Apesar das reivindicações não terem sido ouvidas até agora, os taxistas prometem não baixar os braços e manter-se activos nesta luta por melhores condições.



• O jantar anual dos taxistas contou com o apoio da Pastelaria Pombal Doce, que ofereceu o bolo rei, da Redibrinde, SicóDrink e Vulcal.



• O evento que decorreu no concelho de Ansião contou com vários taxistas de Pombal

Quatro anos depois e pelo triplo do valor

Câmara contrata novo estudo sobre Pombus

A Câmara Municipal de Pombal contratou um novo estudo para avaliar "a viabilidade de alargamento" da rede de transportes urbanos "Pombus", quatro anos depois de um outro estudo que permitiu a expansão dos circuitos. De acordo com o respectivo ajuste directo, o novo estudo foi contratado à mesma empresa - Bigadvantage Consultores de Gestão, Lda - que em Maio de 2014 tinha realizado um estudo que procurou "avaliar a perfor-

mance" da rede "Pombus", através da "avaliação da eficiácia e eficiência da oferta; do desempenho do sistema; do estudo das zonas com potencial procura" que justificassem uma eventual expansão, entre outros objectivos.

Na ocasião, o estudo adjudicado por 23.690 euros, levou ao redesenho de uma nova oferta através da optimização de recursos e todo o sistema da rede de transportes urbanos.

Em Janeiro de 2016, o mu-

nicipio adjudicou, igualmente, à Bigadvantage, "a monitorização e definição da versão final das alterações à rede de Pombus" por 7.957 euros.

No final de Novembro deste ano, a Bigadvantage voltou a ser contratada para a realização de um "estudo que avalie a viabilidade de alargamento da rede de transportes urbanos Pombus, tendo em consideração a sua optimização e sustentabilidade".

O ajuste directo implica um valor de 74.500 euros, tendo a outra empresa concorrente - Vitor Abrantes - Consultores e Projectos de Engenharia Lda -, que possui um sócio comum, apresentado uma proposta de 74.800 euros.

O nosso jornal tentou obter junto da Câmara Municipal de Pombal mais informações para a realização deste novo estudo, mas não recebeu qualquer resposta em tempo útil.

Parabéns

Adélia Junqueira
(01 de Dezembro)

Querida filha, muitos parabéns por mais um aniversário. Ao longo destes 40 anos, tens sido uma menina/mulher maravilhosa que nos tem enchido de orgulho. Desejamos-te o melhor que a vida te puder dar, porque tu mereces. Um beijinho dos teus pais

neomáquina

SUPERMERCADO

VÁLIDO DE 08 DE DEZEMBRO DE 2018 A 07 DE JANEIRO DE 2019

Um Natal
cheio de Alegria

Bulldozer
Caterpillar Cat
Bruder Ref.
0241

19,89€



Science 4You
Ciencia
Brilhante

16,90€

Telescopio
Science 4You

19,90€



Karting Hetch
Pedais

79,90€



HABILITA-TE A
RECEBER UM
PRESENTE!

CONSULTA O REGLAMENTO NO VERSO

Fiat 500 Bateria
Hetch

199,00€



Bolo Rei 500G

2,99€



Bombons
Ferrero Raffaello
150G

2,99€

~~3,65€~~
preço concorrência
Poupe 18%



Bombons After
Eight 200G

1,78€

~~2,49€~~
preço concorrência
Poupe 29%

Espumante
Raposeira 75Cl

Doce
Meio Seco
Bruto

4,89€

~~6,49€~~
preço concorrência
Poupe 25%



Licor Ginga
Alcobaça David
Pinto 50Cl

15,90€

Vinho Tinto
Monte Velho
75Cl

3,29€

~~4,09€~~
preço concorrência
Poupe 34%



Presunto Inteiro
Com Osso
Elpozo Serrano
Bodega 12
Meses Cura 7/8Kg

Oferta Tábua, Faca e
Fusil

64,98€

~~85,99€~~
preço concorrência
Poupe 25%



Pack Café Delta
Q XI 40 Capsulas

Qualidus

Qharter

9,49€

~~11,49€~~
preço concorrência
Poupe 17%



Maquina Café
Delta Q Qlip
Oferta 30
Capsulas Online

27,90€

~~39,90€~~
preço concorrência
Poupe 30%

SIGA-NOS:
 /NEOMÁQUINA

Compravam com cartões de débito GNR identifica dois jovens por furto a residência na Ilha

Dois jovens, de 18 e 21 anos, foram identificados pela Guarda Nacional Republicana (GNR), por suspeita de furto numa residência na Ilha, na zona Oeste do concelho de Pombal.

De acordo com um comunicado do Comando Territorial de Leiria, os suspeitos foram identificados pelos militares do Posto Territorial de Monte Redondo "no âmbito de uma investigação por furto em interior de residência", ocorrido na passada sexta-feira. "Os militares efectuaram diligências que culminaram na localização e identificação dos suspeitos", refere o comunicado.

O Comando Territorial explica que "no momento da abordagem verificou-se que os suspeitos tinham na sua posse dois cartões de débito furtados, os quais ostentavam os respectivos códigos

de segurança". Cartões que "foram utilizados em compras de equipamentos electrónicos numa grande superfície", designadamente "dois telemóveis, uma televisão, um robot de limpeza e um videojogo e acessórios".

"Os artigos apreendidos foram avaliados em mais de três mil euros, tendo sido recuperados após uma busca à viatura onde os suspeitos se encontravam", refere a GNR, adiantando que "além da aquisição dos aparelhos electrónicos, os suspeitos utilizaram os cartões bancários para fazer apostas em plataformas de jogos online e transferiram dinheiro para as suas contas pessoais, num valor total de cerca de 7.700 euros".

Os dois jovens, já com antecedentes criminais por furto, foram constituídos arguidos e sujeitos a termo de identidade e residência.

Reveillon no Louriçal

A Junta do Louriçal e a Associação Critérios e Tradições organizam a passagem de ano na antiga EPAC e a entrada é livre. As portas abrem às 23h00 do dia

31 e o programa inclui animação musical com a banda Hora-H, que assinala o 28º aniversário, mas há também espectáculo de fogos-de-artifício.

Jovem perdeu a vida no trágico acidente do IC8

Família de Rafael Mendes oferece objectos pessoais aos amigos

Ana Laura Duarte

Camisolas, isqueiros, sapatinhas, chinelo, t-shirts, foram alguns dos objectos que Arlindo Mendes separou para oferecer aos amigos do filho, "que me pediam se lhes dar alguma coisa dele, para terem uma recordação dele". Rafael Mendes perdeu a vida, aos 21 anos, no trágico acidente que ocorreu ao quilómetro 34, no IC8, na zona de São João da Ribeira, a 24 de Setembro, e que vitimou outros cinco jovens.

Passados dois meses do acidente, os amigos ainda não superaram do choque, e por isso, o pai do jovem resolveu "que seria mais abrangente convidar os colegas e perguntar quem é que queria alguns pertences dele", assim "todos ficam com um objecto do Rafa", conta.

"Há coisas que já distribuímos: demos prioridade aos primos, e logo de seguida aos amigos", afirma



• Passados dois meses do acidente, os amigos ainda não superaram do choque

o proprietário da Gelataria 2000, local onde se reuniram os amigos para receber "a lembrança", no entanto "as coisas mais simbólicas da vida dele, desde a trotinete, a mota eléctrica, e outros objectos mais especiais, acabámos por não dar a ninguém, apesar de termos alguns pedidos", isto porque o pai pretende "fazer um

museu ao Rafa, onde quero expor os objectos mais próximos dele", por isso "não fazia sentido estar a dar as coisas que à partida, vão ser necessárias para compor o espaço", revela.

Para além desta oferta que Arlindo Mendes decidiu fazer aos amigos de Rafa, foram também "depositar rosas ao cemitério", ges-

to que se tem vindo a "repetir regularmente, porque os amigos fazem questão de passar por lá e levar flores", um "gesto simbólico, mas que para nós, familiares, tem muito significado", revela, enquanto explica que "temos sentido um apoio muito próximo de todos os que eram realmente importantes na vida do Rafa".

*O Crédito Agrícola deseja
Feliz Natal
e próspero Ano Novo
aos seus Associados e Clientes*

Porque quando estamos juntos a Magia Acontece

INFORMAÇÕES NA AGÊNCIA OU LINHA DIRECTA:
808 20 60 60
Atendimento 24h/dia, personalizado 2º a 6º feira: 8h30
às 23h30; sábados, domingos e feriados: 10h às 23h.
www.creditoagricola.pt


Crédito Agrícola
O Banco nacional
com pronúncia local
Desde 1911

Lotação esgotada no último concerto do ano da Banda Filarmónica Ilhense

Ano encerra com chave de ouro



- A banda actuou, pela primeira vez, na Igreja Matriz na Ilha

A Filarmónica Ilhense encerrou com chave de ouro o ano de 2018. Depois do 94º aniversário, que juntou cerca de 400 pessoas no dia 2 deste mês, no salão paroquial, a instituição desafiou a comunidade a assistir ao Concerto de Natal, marcado para domingo passado, dia 9, na Igreja Matriz (o primeiro ali realizado). Mais uma vez, a população não se fez rogada perante o convite e, prova disso, está

gulhoso, aproveitando para deixar agradecimentos a todos quantos têm contribuído para este sucesso: município, empresas, entidades em geral e comunidade. "Trabalhamos para dar espetáculos, mas eles só fazem sentido se tiverem público", refere Bruno Lopes. A crescente qualidade musical da banda tem elevado as expectativas do público e, ciente disso, o presidente afirma que o objectivo

é continuar a evoluir e encontrar, inclusivamente, novas formas de surpreender quem assiste aos concertos.

A par disso, o dirigente da instituição admite que outra das grandes prioridades é continuar a encontrar alternativas para dar equilíbrio financeiro à banda, sem estarem dependentes de subsídios. Bruno Lopes reconhece que as festas religiosas já foram uma importante fonte de receita, mas o crescente desinvestimento das comissões na contratação de filarmónicas, devido aos custos, tem vindo a alterar esta realidade. No entanto, assume aquele responsável, “não é fácil sair por valores baixos”, lembrando os custos com a manutenção dos instrumentos. “Temos que criar alternativas” para ganhar dinheiro, afirma. E é precisamente isso que têm feito, com a realização de actividades como o jantar das cartas (uma vez por mês), a corrida de carros de rolementos, a participação nas tasquinhas, entre outras.

Melhor Programa Cultural

Festival Ti Milha nomeado para os Iberian Festival Awards

A terceira edição do Festival do Ti Milha, que decorreu entre 20 e 22 de Julho, na Ilha, está nomeado para a categoria de Melhor Programa Cultural nos Iberian Festival Awards, projecto que se dedica a premiar os festivais que ocorrem exclusivamente na Península Ibérica.

cia e considerar que é um justo reconhecimento”, continua, por isso, “acredito que a nomeação é um sinal que estamos a desenvolver um bom trabalho”, do “potencial que esta iniciativa tem” e espera que esta nomeação venha a “promover o festival e nos ajude a chegar às pessoas que ainda

“Ver o Ti Milha entre o nome de outros grandes festivais é uma sensação incrível e sem dúvida que nos dará confiança para continuarmos”, revela David Gomes, presidente da Associação Recreativa Cultural de Promocão Social (ARCUPS), que

ção Social (ARCUPS), que organiza o evento. "Dedicamos uma boa parte do nosso tempo a este bonito projecto por amor à Ilha e à cultura, e a única coisa que pedimos em troca é que as pessoas venham e se divirtam, por isso nesta altura permitem-me a ligeira arrogância de dizer que é uma iniciativa que tem feito um grande sucesso", afirma o presidente da direcção do Clube de Leitura, que se realizou no dia 12 de Julho, no auditório da sede social da União das Freguesias de São Pedro e São Roque, em Vila do Conde. "A revelação dos vencedores faz-se a 13 de Março, em Vigo, Espanha. Por agora 'fica esta pressão saudável para a próxima edição', que se realiza entre 19 e 21 de Julho de 2019, 'mas isso só nos deixa ainda mais motivados', garante.

Cozinhar é com eles...

Sugestões de Natal para uma consoada cheia de sabor

Precisa de receitas simples e práticas para brilhar na ceia de Natal? Solucionamos o problema, e reunimos algumas das receitas mais saborosas para minimizar a agitação dos dias que antecipam o final de ano. Ninguém precisa passar horas na cozinha pra fazer uma refeição deliciosa. Afinal, é possível confeccionar pratos sofisticados, cheios de sabor, e muito práticos.

Na noite mais calórica do ano há quem opte pelas opções mais tradicionais, mas há também quem goste de dar à noite mais brilhante do ano um toque de sofisticação. há quem não passe sem o bacalhau, há os que preferem o peru recheado, mas existem aqueles que optam por opções vegetarianas. E os doces? Sonhos, bolo-rei, rabanadas, arroz-doce ou tortas? Todos. À semelhança do que aconteceu na edição do ano anterior, o Pombal Jornal foi ao encontro das tradições familiares e voltou a desafiar cinco pombalenses com jeito para a cozinha, para que revelassem alguns segredos culinários. A comediante Rita Leitão, que não come carne, optou por escolher uma entrada vegetariana de empadas em pão de forma; o presidente da União das Freguesias da Guia, Ilha e Mata Mourisca, Gonçalo Ramos, presenteou-nos com uma receita de bolachas de Natal; Rita Mendes, advogada, optou por revelar os segredos do bolo Colchão de Noiva; e Marlene Matias, técnica de Serviço Social, e Rui Seco, psiquiatra, mostram-nos como se fazem filhos e sonhos de comer e chorar por mais. A quadra festiva chama a momentos de confraternização, de preferência junto a uma mesa recheada de sabor, e como se avizinha a época da "comilança", pedimos à nutricionista Carla Longo para deixar algumas dicas para aproveitar o Natal sem culpas. Afinal, ninguém quer entrar no novo ano com o peso dos excessos. Bom apetite.

Sonhos (de Natal)

RUI
SECO
Psiquiatra



INGREDIENTES:
3 chávenas de água
1 chávena de leite
1 colher de chá de sal
1 casca de limão
1 colher de chá de manteiga
4 chávenas de farinha
10 ovos
Fermento em pó

PREPARAÇÃO:

Num tacho colocar a água, o leite, o sal, a casca de limão e a manteiga e misturar tudo muito bem. Levar ao lume e ir mexendo frequentemente até começar a ferver. Retirar a casca de limão e adicionar a farinha mexendo energicamente com uma colher de pau até formar bolhas na massa e esta se soltar das paredes do tacho. Retirar o recipiente do lume e adicionar os ovos, um a um, e o fermento e misturar tudo muito bem. Entretanto colocar o óleo ao lume e deixar aquecer. Deitar no óleo os sonhos com a ajuda de uma colher e deixar fritar lentamente até aumentarem de volume e ficarem douradinhos. Quando estiverem prontos retirar os sonhos, colocá-los em papel absorvente, para remover o excesso de óleo e polvilhá-los com uma mistura de açúcar e canela.



“Sonhos de Natal: Sinônimo de doces memórias dos natais em família, da infância, e ao mesmo tempo tradição que se mantém, ainda hoje com o mesmo sabor. O pai segura o tacho, a mãe mexe, e os filhos vão adicionando os ingredientes. Cá em casa, então, a sinergia familiar é mesmo indispensável. É que o pai sozinho na cozinha não é propriamente ‘um sonho’. Boas festas!”

Bolo “Colchão de Noiva”



RITA MENDES
Advogada

INGREDIENTES (PARA O BOLO):

300 gr de açúcar
100 gr de fécula de batata
6 ovos
2 claras
1 colher de chá de fermento

INGREDIENTES (PARA O RECHEIO):

0,5 l de leite
2 gemas
1 colher de sopa de manteiga
3 colheres de sopa de farinha Custard
1 casquinha de limão
3 colheres de sopa de açúcar

PREPARAÇÃO:

Como fazer o bolo: Ligue o forno a 175ºC e unte uma forma retangular com manteiga e papel vegetal. Depois deve bater as 6 gemas com o açúcar até formar um creme, junte as 8 claras em castelo e por fim a fécula de batata misturada com o fermento. Deite a mistura num tabuleiro e leve ao forno coberto com uma folha de papel de alumínio cerca de 30 minutos. (pode demorar um pouco mais, consoante o forno).
Como fazer o recheio: Misturar todos os ingredientes com o leite frio e leve a lume brando até engrossar. Retire a casca de limão. Quando o bolo estiver cozido, retire-o da forma, corte-o ao meio e recheie uma das metades com parte do creme, coloque a outra metade por cima e cubra com o restante creme. Polvilhe com coco ralado e leve ao frigorífico até ficar bem frio.

“O Natal sempre foi um tempo de magia cá por casa, mas quando começamos a perder lugares na mesa, tudo fica mais difícil. A cozinha transmite-me boas energias e ajuda-me a equilibrar entre os momentos bons e os menos bons. Foi uma paixão que a minha mãe me deixou! Guardo nas minhas memórias as receitas feitas de amor e cumplicidade, próprias de mãe e filha e este bolo é uma dessas receitas, sempre presente na nossa mesa de Natal. Tenho saudades de um tempo que já não volta, mas continuo a tentar recriar a magia para que a minha filha Teresa também tenha memórias felizes! E que tenhamos sempre a capacidade para celebrar a VIDA, o amor e a partilha com os “nossos” que ainda cá estão. Feliz Natal!”

Bolachas de Natal



GONÇALO
RAMOS

Presidente da
União das
Freguesias da
Guia, Ilha e
Mata Mourisca

INGREDIENTES:

300 gr de farinha
100gr de açúcar
200gr de manteiga s/ sal
pitada de sal
açúcar para envolver
formas de natal

PREPARAÇÃO:

Pré aqueça o forno a 180ºC. Envolver bem todos os ingredientes com auxílio da batedeira. Esticar a massa e fazer as formas. Levar ao forno 15 min. Retirar do forno e envolver em açúcar.

“Trata-se de uma tradição recente, mas que será um autêntico sucesso no futuro. É uma receita desenvolvida por pai e filho.

O Natal é, para mim, a época mais bonita do ano porque reúne tudo aquilo que nos faz bem: amigos, família e muito espírito solidário. Feliz Natal a todos!”

PUB

WWW.ORGANIFACHO.COM

ORGANIFACHO
De: Rui Augusto de Almeida Gonçalves Cruz

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

BOAS FESTAS

- Legalização de veículos
- Registo de veículos
- Livretes

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

Filhoses (velhoses)

MARLENE MATIAS
Técnica
de Serviço Social



INGREDIENTES:

1.5kg de abóbora (menina)
1kg de farinha
3 ovos
Raspas de limão
50 gr de fermento padeiro
Açúcar e canela (para polvilhar)
Sal qb

PREPARAÇÃO:

Coze-se a abóbora numa panela de água. No fim de cozida, escorre-se e Tritura-se com um passe-vite para um recipiente. Com uma colher de pau envolve-se a abóbora (ainda quente) com a farinha e os ovos. Deixa-se arrefecer um pouco. De seguida, desfaz-se o fermento padeiro com um pouco de farinha e junta-se a raspa de limão. Amassa-se a massa com as mãos. Se a massa estiver dura, acrescenta-se aos poucos água da cozedura da abóbora, até a massa estar a seu gosto. Tapa-se o recipiente com um pano e deixar levedar du-



rante 1 hora (ou até a massa duplicar de tamanho). Fritar em óleo quente e polvilhar com açúcar e canela a gosto.

“Desde a minha infância que me recordo da alegria em festejar o Natal: preparar a árvore de Natal e o arranjo do advento, era (e ainda é) feito a 1 de Dezembro. A mesa de natal, era sempre muito comprida, porque éramos muitos. Normal-

mente, era em casa dos meus avós. Hoje, os protagonistas à mesa, já não são os de outrora, mas o espírito de união, alegria e Amor continuam presente.

Assim como as filhoses, ou as velhoses como a minha avó lhe chamava, continuam a ser presença obrigatória. A receita foi passando de geração em geração. Eu aprendi com a minha Mãe, que por sua vez aprendeu com a dela. Partilho convosco a minha receita, e desejo a todos um Natal feliz!

Empadas vegetarianas em pão de forma

RITA LEITÃO
Animadora
Sociocultural,
Comedianta



As quantidades são aproximadas e deverão dar para 12 empadas, pelo menos. A escolha dos legumes fica ao critério de cada um.

INGREDIENTES:

1 Beringela pequena
1 Cougette média
1 Batata doce pequena ou 1 cenoura
1 Alho francês médio
1/2 Pimento verde pequeno
1/2 Pimento vermelho pequeno
4 ou 5 Cogumelos frescos
Sal e pimenta qb
Eervas aromáticas a gosto (aconselho Eervas de Provence)
Azeite qb
12 Fatias de Pão de forma sem côdea
Óleo para untar as formas (aconselho em spray)
2 Tabuleiros de 6 forminhas ou 12 forminhas individuais

PREPARAÇÃO:

Cortar todos os legumes em pedaços muito pequeninos, saltear em azeite

e temperar a gosto. A batata doce deve ser a última a ser adicionada à frigideira ou wok para que não fique em “papa”.

Enquanto isso, pegar nas fatias de pão e prensá-las com o rolo da massa para que fiquem bem espalmadas. Colocar o spray nas formas e uma fatia de pão em cada uma. A ideia é formar uma espécie de cestinhas. Levar ao forno a alourar.

Quando o pão ganhar alguma cor, retirar os tabuleiros ou as forminhas e encher com os legumes. Voltar a colocar no forno mais uns minutos.

Depois é só deixar arrefecer e está pronto a comer.

“Escolhi esta receita porque é uma óptima forma de aproveitar sobras de vegetais que tenhamos no frigorífico, além de ser super simples de confeccionar. É o exemplo de uma receita fácil que impressiona os convidados de qualquer repasto.

O Natal para mim sempre foi uma altura do ano mágica: há luzes por toda a cidade, há música de Natal no ar (apesar de a certa altura poder ser repetitiva, claro), as pessoas desejam Boas Festas (por muito que as vezes até nem o sintam verdadeiramente), há um espí-

rito diferente no ar. Claro que tudo isto seria muito mais bonito se não fosse o outro espírito que associamos ao Natal: O espírito consumista. Gastamos demais, comemos demais, bebemos demais... Mas é como dizia o outro... “é Natal, ninguém leva a mal”. Ou era no Carnaval?! Bom... O que importa é passar esta época natalícia junto dos que mais amamos. E se possível, a ver o “Sozinho em Casa.”



Opinião

5 Dicas Para Aproveitar o Natal Sem Culpa



CARLA LONGO
Lic. em Engª Alimentar, Master em Nutrição e Dietética, Finalista da Lic. em Dietética e Nutrição.

Estamos a chegar à Grande Época de Festa!!! A tão esperada Consoada e Noite de Passagem de Ano. São dois momentos de confraternização que enchem as casas por todo o país, mas também é sinónimo que se avizinha uma época de “comilança” sem precedentes! Pois é, no meio de tantas tentações fica uma questão: Como não deitar por terra todo o cuidado que tivemos com o nosso corpo durante o resto do ano? Ou ainda, como não começar o ano com aqueles quilinhos extra? Será possível evitar este drama? Deixo aqui 6 dicas para ajudar a superar esta época na boa companhia de família e amigos evitando aquela ressaca física e moral.

1. O segredo pode estar no prato. Literalmente! A cor e o tamanho do prato podem influenciar a quantidade que comemos. Sempre que possível use cores opostas ao alimento (pode baixar até 18% a ingestão alimentar), e pratos pequenos (pode baixar até 30%).

2. “Longe dos olhos, longe do estomago!” Se conseguir, tente não colocar as travessas na mesa da refeição em família (usando uma mesa/balcão auxiliar). Estudos demonstram, que não tendo contato visual direto com os recipientes da comida, conseguimos baixar em cerca de 20% a ingestão alimentar. Se não for possível, experimente colocar tampas nos recipientes para baixar a tentação de repetir uma segunda, terceira ou décima quinta vez! Aplica-se a mesma regra para as sobras, guarde as mais calóricas em recipientes opacos, e as que são nutricionalmente mais interessantes em recipientes transparentes.

3. Comer conscientemente é a chave para o sucesso! O nosso estomago é mau a Matemática!!!! Isto quer dizer que nos é difícil recordar a quantidade que comemos, principalmente se a refeição foi feita em família ou com amigos. Sabemos que nestas refeições festivas existe uma panóplia imensa de pratos, que todos parecem apetitosos e que foram feitos com o maior carinho pela nossa mãe ou pela nossa amiga especial. Aqui a escolha é fundamental e, em vez de provarmos todos os pratos, observamos, escolhemos mentalmente uma ementa mais reduzida e colocamos no prato só o que havíamos decidido (e isto também se aplica aos doces!). Servir o prato (pequeno) uma só vez, sentar-se para comer, comer devagar e prestar atenção a cada garfada também são dicas valiosas quando o assunto é comer conscientemente!

4. Dê prioridade aos alimentos naturais! Prefira sempre aqueles alimentos que a sua Bisavó reconheceria de imediato. Consuma fruta fresca em vez de compotas, fruta em conserva ou desidratada. Por exemplo, as uvas frescas são uma opção mais saudável que as passas de uva (aqui não entram as 12 passas da meia noite da Passagem de Ano!) Para petiscar, porque não optar por tremoços ou pipocas com pouca gordura em vez daquele folhadinho de salsicha ou daquele amendoim frito com mel?

5. Compreenda o seu sistema de recompensa! Já comeu as entradas, sopa e mais que um prato principal. Chegou a hora mais doce da noite, sobremesa! Escolha a Sobremesa favorita e controle o ímpeto de provar tudo o que está na mesa!!!!

6. Quando se fala em FESTA a associação a bebidas alcoólicas ou refrigerantes é fortíssima! Entre as dicas para consumir álcool sem acabar com a sua saúde estão intercalar com muita água, utilizar copos retos e, acima de tudo, Moderação!

Os Jantares de Natal e de Passagem de Ano são momentos de confraternização e descontração, mas também oferecem alguns perigos para quem quer manter a linha! Seguindo estas dicas, fica mais fácil aproveitar os prazeres gastronómicos desta época sem descurar a nossa Saúde.

PUB

cultiflor
VIVEIROS

Boas Festas

cultiflor
VIVEIROS

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

www.viveiroscultiflor.pt | viv.cultiflor@sapo.pt | [/VIVEIROS CULTIFLOR](https://www.facebook.com/VIVEIROS.CULTIFLOR)

Festival da Fava em Maio

Meirinhenses desafiados a semearem favas



• Visita aos expositores, na inauguração da primeira edição do festival

A Junta das Meirinhens está a desafiar os fregueses a semearem favas, para serem servidas no segundo Festival da Fava, agendado para 3, 4 e 5 de Maio do próximo ano.

Segundo o presidente da autarquia, Virgílio Lopes,

"serão necessários mais de 1000 quilos de favas para o festival", pelo que desafia os meirinhenses "a cultivarem nas suas terras as favas que iremos servir no festival". "Para que ninguém fique prejudicado a junta de freguesia recebe, até ao fi-

nal de Abril, o nome e as quantidades de favas que cada um tenha para vender, sendo que a freguesia assume o pagamento das favas ao preço que pagámos de 0,80 euros por quilo", sendo que cada produtor "pode vender a quanti-

dade que desejar" até ser atingido os 1.200 quilos, quantidade que a autarquia propõe adquirir aos pequenos agricultores locais.

De acordo com o presidente da junta de freguesia, "esta decisão, além de colocar sobre a mesa um produto genuíno com elevados níveis de frescura, visa também promover a pequena agricultura familiar, que numa terra de minifúndio tem uma grande importância", sendo igualmente uma forma de "aumentar o envolvimento das pessoas das Meirinhens com o Festival da Fava e potenciar a manutenção dos campos limpos, amanhados e tratados".

Registado como uma marca nacional, o Festival da Fava é uma organização conjunta da junta de freguesia, da Associação de Pais das Meirinhens, da Associação Lar da Felicidade, da Associação Recreativa das Meirinhens e do Grupo Sócio Caritativo.

Meirinhens

Junta regulariza Quadro do Pessoal

Ao abrigo do Programa de Regularização Extraordinária dos Vínculos Precários na Administração Pública (PREVPAP), a Junta de Freguesia de Meirinhens regularizou todas as situações laborais dos seus colaboradores. Para isso, o executivo presidido por Virgílio Lopes procedeu à abertura de três procedimentos concursais para o preenchimento de cinco postos de trabalho previstos e não ocupados no Mapa de Pessoal, criado no primeiro semestre deste ano. Em causa estavam dois postos de trabalho para a carreira/categoria de assistente operacional (área de assistente operacional (área de serviços gerais/limpeza), com os quais foram agora celebrados contratos de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado.

Através de uma nota de imprensa, o presidente da Junta afirma ser "obrigação" da autarquia "dar as adequadas condições laborais aos nossos colaboradores, de modo a que quem serve a freguesia e a sua população possa prestar um serviço cada vez mais diligente, eficiente e de qualidade".

Iniciativa do Colégio João de Barros

Pilhas ajudam IPO

O Clube do Ambiente do Colégio João de Barros associa-se ao pedido de Pilhas e Baterias, promovido pelo Ecopilhas, a favor do Instituto Português de Oncologia (IPO). Con tudo, alunos e professores

do clube estendem o desafio à comunidade educativa e apelam ao contributo de todos para esta causa. Até ao dia 31 de Dezembro, quem tiver pilhas e baterias usadas em casa poderá entregá-las no colégio.

Boas Festas
O Fidalgo
 Restaurante

*É difícil ir a primeira vez,
 depois
 fica nosso cliente!*

Encerra
 terças-feiras

Rua Custódio Freire, 28 R/C - Pombal
 Tel. 236 023 627 | 919 964 542
 rotivitor@live.com.pt

Este NATAL guarde apetite para a FAVA

Festival DA FAVA
 3, 4 MAIO
 E 5 2019
 MEIRINHAS

A Junta de Freguesia de Meirinhens deseja-lhe
Boas Festas

www.jf-meirinhos.pt

Caminhada promovida pela Freguesia de Pombal

Junta alia hábitos saudáveis a valorização do território



• O grupo posou para a foto junto ao presépio da Arroteia

A serra de Sicó continua a ser um palco de eleição para quem gosta do contacto com a natureza. Um espírito que esteve bem patente ao longo dos cerca de 15 quilómetros percorridos pelas 60 pessoas que, este domingo, aceitaram o desafio da Junta de Freguesia de Pombal para participar numa caminhada que atravessou as aldeias do Vale e da Arroteia.

A par da descoberta ou redescoberta dos trilhos serranos, a iniciativa deu a conhecer a anta da Arroteia, um

monumento com mais de 5.000 anos e que, em 2012, foi alvo de intervenção, numa parceria entre o Grupo Proteção Sicó (GPS) e a Junta de Freguesia, de modo a ser preservado. No local, os participantes tiveram oportunidade de ouvir as explicações de Sérgio Medeiros (GPS) sobre aquele monumento tumular colectivo.

Ainda na Arroteia, tempo para uma paragem na capela local e uma visita ao presépio gigante que atrai anualmente inúmeros visi-

tantes. Dali, o grupo rumou à Associação dos Amigos da Aldeia do Vale, última paragem antes do regresso à cidade, onde visitou a exposição etnográfica e foi brindado com algumas iguarias.

Para Pedro Pimpão, a caminhada enquadra-se no desafio lançado à comunidade, para que adopte "comportamentos mais ecológicos e amigos do ambiente", mas há dois objectivos a ter em conta, ressalva o presidente da Junta de Freguesia: "dar a conhecer as aldeias do Vale e da

Arroteia, que são aldeias históricas, com muito potencial do ponto de vista turístico, dando visibilidade a este território". Por outro lado, pretende, ainda, "incentivar as pessoas a ter boas práticas e estilos de vida saudáveis".

A iniciativa foi dinamizada em parceria com a Culnatur, "uma forma de ajudarmos um agente turístico que tem feito um trabalho muito interessante nesta área", e com o GPS, instituição que, nas palavras de Pedro Pimpão, tem desenvolvido um importante trabalho na Sicó, destacando, em particular, a recuperação da anta da Arroteia, feita em parceria com a Junta de Pombal.

Ainda sem datas definidas para acções similares, o presidente deixa, no entanto, uma certeza: "pelo menos esta vai continuar no próximo ano, em moldes semelhantes. Queremos desafiar a comunidade a termos caminhadas periódicas em Pombal. É um repto que vamos lançar para 2019", conclui.



PEDRO PIMPÃO
Presidente da Junta de Freguesia de Pombal

O Natal é o momento certo para evidenciar os valores que devem estar sempre presentes na nossa sociedade. Pode parecer um lugar comum dizer que devíamos praticar os valores da amizade, solidariedade, entreajuda, amor ao próximo, todos os dias do ano e não só apenas no Natal, contudo, é importante que esta corrente positiva que sentimos nesta época do ano possa contagiar permanentemente toda a nossa comunidade. Para alcançar este objetivo coletivo – que, por vezes, parece tão distante - só depende de uma pessoa: de cada

um de nós e da forma como encaramos os nossos projetos de vida e nos envolvemos com a comunidade que nos rodeia.

Neste Natal, agradeço todos os ensinamentos que vamos recebendo diariamente e deixo uma mensagem de esperança e de apelo para a importância de continuarmos a ser solidários e participativos na vida da nossa sociedade, partilhando projetos e aprofundando parcerias que tornem a nossa comunidade cada vez mais forte e solidária.

E se o Natal é uma época de solidariedade, este ano lançamos o desafio de darmos as mãos pelo meio ambiente, daí que vos convide a aderirem às diversas iniciativas que têm como finalidade contribuir para a construção de uma comunidade cada vez mais ecológica e sustentável, considerando que são os pequenos passos que geram grandes mudanças!

Votos de um feliz Natal e de um ano novo pleno de realizações coletivas!

POMBAL ECO NATAL

Concurso
ECOTECNOLOGIA
RECOLHA/RECICLAGEM DE LIXO ELETRÓNICO
NAS ESCOLAS DA FREGUESIA DE POMBAL

 **ECOROLHAS**
RECOLHA DE ROLHAS DE CORTIÇA

Concurso
ECOMONTRAS
A MONTRA MAIS ECOLÓGICA DESTE NATAL
DA FREGUESIA DE POMBAL

Eco-Famílias XXI
Participe no Eco-famílias até 31/12/2018 em <https://ecofreguesias21.abae.pt>
e habilite-se a ganhar:

1º PREMIO
Um fim-de-semana
em casa turismo rural;

2º PREMIO
Um cabaz de
produtos regionais;

3º PREMIO
Um compostor doméstico.

Votos de Boas Festas!

**FREGUESIA DE
POMBAL** 

AMIGA DO
AMBIENTE



PAULO DUARTE
Presidente
da Junta de
Freguesia
Redinha

Natal é tempo de celebração. Uma época em que importa celebrar a vida, reunir a família, lembrar os amigos, espalhar o amor e semear a alegria. Natal é dar mas é, sobretudo, saber agradecer por todas as bênçãos e dádivas recebidas.
E porque Natal é tempo de paz, harmonia e confraternização, em meu nome e em nome da Junta de Freguesia de Redinha quero deixar uma mensagem de esperança e confiança no futuro.

Votos sinceros de um Natal cheio de amor, paz e fraternidade e de um Próspero Ano de 2019.

Jantar buffet, música ao vivo e karaoke

Pousadas Vedras celebra passagem de ano

A Associação Recreativa e Cultural de Pousadas Vedras, está a organizar um evento cheio de animação para celebrar a viragem do ano. O evento realiza-se na sede da colectividade e a participação tem um custo de 40 euros para adultos, 20 euros para crianças dos seis aos 15 anos e cinco euros para os mais pe-

queninos, até cinco anos. As inscrições devem ser feitas através dos contactos 916 926 506, 914 258 258 ou junto da direcção da colectividade. A recepção está marcada para as 20h30, e do jantar buffet destaca-se o bacalhau com crosta de broa, o arroz de tamboril, borrego à Sicó, o leitão e os mariscos.

“Quisemos dar um ‘miminho’ a todos os fregueses”

Redinha: Iluminações de natal estendem-se às aldeias da freguesia

O Natal está quase a chegar, e as ruas já se começam a encher de luzes. Na Redinha a quadra celebra-se de forma diferente e leva decorações natalícias até as capelas de todas as aldeias da freguesia.

Ana Laura Duarte

Na freguesia da Redinha a quadra natalícia vive-se de forma diferente. Ao contrário do que acontecia até agora, em que a Junta apenas se responsabilizava por enfeitar e embelezar as ruas da sede de freguesia, este ano, as iluminações chegam às restantes localidades.

“Achámos que devíamos tratar todos por igual”, e nesse sentido, o executivo liderado por Paulo Duarte, decidiu “reduzir as iluminações de Natal que se costumavam fazer, na sede de Freguesia, e alargar as decorações a outros pontos”, assim, “este ano todas as capelas da freguesia estão iluminadas com enfeites de Natal”, uma medida que para o autarca “é um ‘miminhos’ para todos os fregueses”. Afinal, “trata-se de uma quadra em que se celebra a família e a união das pessoas”, por isso nada melhor que “trabalhar em prole da freguesia”.

Para Paulo Duarte, a medida já deveria ter sido implementada no ano anterior, “mas não foi possível, porque a tomada de posse dos novos órgãos autárquicos foi muito em cima da



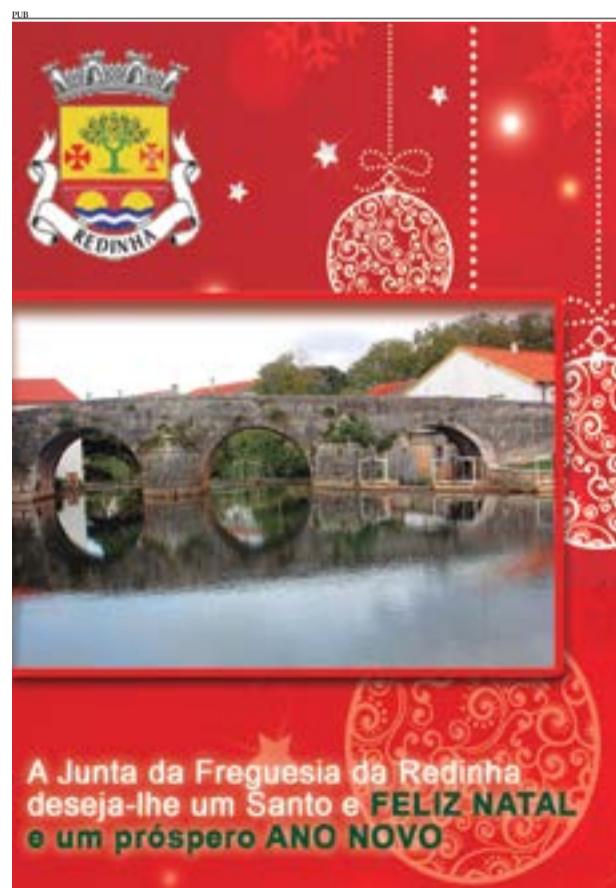
• Capela no lugar dos Poios

data”, e por isso “o executivo anterior já tinha deixado várias coisas tratadas”, e portanto, “não dava tempo para fazer estas alterações”.

“A sede de freguesia tem de trabalhar em prole de todo o território”, adianta, por isso não hesita em afirmar que “apesar de não descurarmos nas decorações natalícias no centro da Redinha, sentimos a necessi-

dade de alargar esta medida”, sendo que “os fregueses têm-se mostrado muito contentes”, porque “sentem que tratamos todos os lugares por igual”, justifica.

Para além das alterações no modelo das iluminações na freguesia, Paulo Duarte revela que “este ano também optámos por fazer um presépio diferente, junto ao Rio Anços”. E se este ano as novidades já encantaram, o autarca revela que “se tudo correr bem, no próximo ano esperamos apresentar mais algumas novidades”, revela.



Iniciativa desenvolvida pela Junta de Freguesia

Abiul: Surpresas em época de Natal

Natal não rima com surpresas, mas em Abiul podia perfeitamente rimar. Para celebrar a quadra natalícia, a Junta de Freguesia desenvolveu uma iniciativa em conjunto com o Grupo Grisalhos Activos, e quer surpreender os comerciantes da Vila.



• O executivo de Sandra Barros continua a apostar na iluminação

Ana Laura Duarte

Com o objectivo de embelezar a vila de Abiul, e surpreender os proprietários dos estabelecimentos comerciais, a Junta de Freguesia de Abiul lançou um desafio ao Grupo Grisalhos Activos, "no sentido de elaborarem decorações de Natal, a partir de materiais reciclados, que posteriormente são oferecidos às lojas da Vila, para enfeitar os estabelecimentos", explica a autarca Sandra Barros.

O grupo Grisalhos Activos é constituído por cerca de uma dúzia de elementos, que "se reúnem de 15 em 15 dias" e desenvolvem actividades na sede da Junta de Freguesia, assim surgiu a ideia de "para além de realizarem actividades lúdicas, o grupo tem também oportunidade de criar peças que podem ser vistas pela comunidade". Assim, "para além de embelezarmos a Vila, também damos a conhecer o trabalho que o grupo tem vindo a desenvolver" e pode ser que "esta acção cativa mais pessoas a se juntar aos Grisalhos Activos".

Por se tratar de uma surpresa, "os comerciantes ainda não sabem que

estamos a desenvolver esta actividade, e só vão saber no dia em que o Grupo for decorar os estabelecimentos", no fundo "é um presente de Natal para incentivar os comerciantes". A concretização das decorações já se encontra na recta final, e por isso a qualquer momento podem ser instaladas nas montras em questão: "acreditamos que os proprietários vão gostar da iniciativa".

Para além das surpresas inerentes ao embelezamento da Vila, Sandra Barros, autarca, adianta que as celebrações "vão ser feitas nos mesmos moldes dos anos anteriores", sendo que o destaque vai, como já vem sendo tradição, para o Cantar dos Reis, que se realiza a 5 de Janeiro, pelas 20 horas na Praça Velha junto ao Forno, no entanto, "caso as condições climatéricas não permitam o evento será realizado no Pavilhão junto à Praça de Touros".

O evento dispensa apresentações, e "atrai cada vez mais pessoas", e se "as primeiras edições foram menos concorridas", no entanto "já começamos a sentir uma maior adesão", explica.



SANDRA BARROS
Presidente
da Junta de
Freguesia
Abiul

lares desta nossa freguesia.
Esta mensagem é extensível a todos os filhos da terra que vivem e trabalham em países de emigração. Para eles, envio também uma palavra de estima e de amizade.

Aos nossos funcionários e colaboradores, o empenho conjunto das pessoas, das empresas, comércio, associações e instituições existentes, que colaboram connosco todos os dias, o nosso mais sincero agradecimento, por serem os verdadeiros motores de desenvolvimento da nossa freguesia.
Em meu nome pessoal e do Executivo desta Junta de Freguesia desejo a todos um Bom Natal e um Ano Novo mais justo e fraterno, com saúde e paz, na esperança de um futuro melhor para todos.

A vossa amiga e Presidente de Junta

Quero deixar-vos uma mensagem de esperança e confiança para 2019, certa de que a Junta de Freguesia continuará a desenvolver a sua atividade, em prol de uma freguesia com mais qualidade de vida, mais solidariedade e mais prosperidade, trabalhando sempre em prol das pessoas e com as pessoas. Que durante todo o novo ano, este espírito natalício esteja presente em todos os

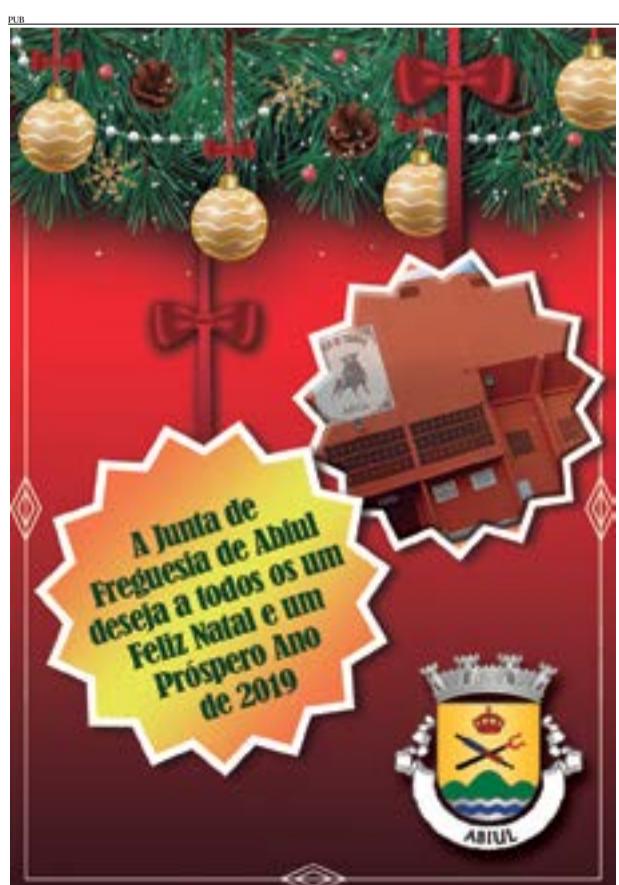
Candidatura ao Turismo de Portugal Abiul projecta unidade de alojamento

A Junta de Freguesia de Abiul pretende criar uma unidade de alojamento na zona histórica da vila, tendo, para o efeito, adquirido um imóvel, com o apoio do Município de Pombal.

Na última reunião camarária, o executivo liderado por Diogo Mateus, deliberou atribuir um apoio financeiro no valor de 24.990 euros destinado a

apoiar a aquisição do imóvel.

A junta de freguesia, presidida por Sandra Barros, refere que o objectivo é ali criar uma unidade de alojamento. Para tal, a autarquia pretende apresentar uma candidatura ao Turismo de Portugal, no âmbito da linha de apoio "Valorização Turística do Interior".



CLÍNICA MÉDICO-DENTÁRIA
BRUNO & PEDRO, LDA.

Boas Festas

Dentisteria • Estética • Endodontia • Higiene Oral
Periodontologia • Prótese Fixa • Prótese Removível
Ortodontia • Odontopediatria • Odontogeniatria
Cirurgia Oral • Implantes

CONTACTE-NOS
236 922 431 • 914 458 966

CONSTRUCHÃO
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO DA CHA, LDA

Azulejos • Moisâicos • Louças Santarém
Tintas e Vernizes • Ferragens • Torneiras • Lava Louças
Esquentadores • Exaustores • Isolamentos etc

Desejamos a todos os clientes e amigos um feliz natal e um próspero ano novo

Tel.: 236 922 113
Ranhalhas de Cima 3100-051 Abiul

Falta de condições com riscos para a saúde

Sindicato alerta para vários problemas no Centro de Saúde de Ansião



O Sindicato dos Médicos da Zona Centro (SMZC) denunciou a falta de condições de segurança e de trabalho, com riscos para a saúde, no Centro de Saúde de Ansião.

Após uma visita realizada às instalações, o SMZC, que integra a Federação Nacional dos Médicos (FNAM), "verificou uma situação deveras preocupante que põe em causa a segurança de profissionais e utentes da sede da UCSP [Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados] de Ansião, além de constrangimentos ao funcionamento da saúde pública, que aí tem uma médica colocada a trabalhar nas mesmas instalações", referiu o sindicato nu-

ma nota de imprensa.

Segundo o SMZC, "existem diversas salas onde há infiltrações de água" e, "quando chove, pinga, levando ao uso de baldes e plásticos para proteção dos equipamentos e materiais existentes". Na sequência das infiltrações, "existe uma proliferação acentuada de fungos a nível de tectos e paredes de diversas salas (nomeadamente a da saúde infantil), com odor acentuado, e cujos esporos são libertados no ar, podendo condicionar patologia respiratória alérgica/ infeciosa grave", revelou ainda o sindicato.

O SMZC denunciou ainda a "ausência de manutenção

dos equipamentos de ar condicionado há quatro anos" e a falta de "administrativo para dar apoio às actividades da médica delegada de Saúde Pública que aí exerce".

"Gabinetes pequenos onde com uma maca, fundamental para observação dos doentes, se torna praticamente impossível circular, sala de esterilização com funcionamento condicionado por infiltrações de água e gabinete e processos da Saúde Pública, que se encontram terrivelmente danificados pela existência de fungos, não permitindo trabalhar no gabinete ou aceder aos processos pelo risco para a saúde de que apresentam", foram outros problemas enumerados na nota de imprensa.

Desde que o Centro de Saúde foi inaugurado em 1992, "já com algumas deficiências de desenho que comprometem o atendimento", que a manutenção do edifício "tem sido praticamente inexistente, apesar de persistentemente serem comunicados os problemas ao director executivo do Agrupamento dos Centros de Saúde (ACES) do

Pinhal Interior Norte", acrescenta o sindicato.

A estrutura sindical garantiu que não tem obtido resposta do director executivo do ACES Pinhal Interior Norte relativamente a "questões de condições de trabalho e segurança". "Esta ausência de resposta estende-se ao pedido de reunião urgente realizado a 15 de Novembro para discussão da situação das condições de trabalho do Centro de Saúde de Ansião".

O SMZC pediu à Administração Regional da Saúde do Centro uma reunião "para discussão das situações relatadas acima e divulgação às autoridades competentes na área da higiene e segurança do trabalho, à autorquia e sociedade civil, das condições absolutamente insuficientes e perigosas para a saúde de quem tem de frequentar o Centro de Saúde de Ansião, enquanto trabalhador ou utente".

"É indigno não existir solução a breve prazo numa região carenciada em que os médicos de família continuam a assegurar a sua actividade em prol dos utentes que servem", remata.

MUNICÍPIO DE POMBAL

Divisão de Urbanismo, Planeamento e Reabilitação Urbana

AVISO

Para conhecimento dos interessados e efeitos tidos por convenientes, informa-se que esta Câmara Municipal em sua reunião realizada em 07 de dezembro do corrente ano, deliberou a intenção de majorar a taxa do IMI em 30%, relativa aos 53 imóveis abaixo elencados, que se encontram na situação de degradados, e que se localizam na Área de Reabilitação Urbana da Zona Central da Cidade de Pombal.

Identificação do Prédio

Artigo Matricial Urbano

Artigo Matricial Urbano	Localização
7	Rua Professor Carlos Alberto Mota Pinto
62	Rua 31 de Janeiro, n.º 24 e 26
63	Rua 31 de Janeiro, n.º 20
77	Rua Professor Alberto Martins Oliveira, n.º 11 a 17
112	Travessa da Rua Custódio Freire
143	Rua Santo António
157	Rua António José Teixeira, n.º 40 a 44
159	Rua António José Teixeira, n.º 36 a 38
161	Rua António José Teixeira, n.º 53 a 59
164	Rua António José Teixeira, n.º 79 a 83
168	Rua António José Teixeira, n.º 46
180	Praça Faria da Gama
194	Travessa S. Sebastião, n.º 2 e 4
233	Praça Marquês de Pombal, n.º 30 e 32
239	Rua Miguel Bombarda, n.º 56
325	Rua do Louriçal, n.º 4 e 6
327	Rua do Louriçal, n.º 8 a 12
2010	Rua Santa Luzia, n.º 49
2019	Rua Santo António, n.º 31
2173	Travessa 31 de Janeiro, n.º 4
2174	Travessa 31 de Janeiro, n.º 6
2175	Travessa 31 de Janeiro, n.º 8
2176	Travessa 31 de Janeiro, n.º 10
2177	Travessa 31 de Janeiro, n.º 12
2178	Travessa 31 de Janeiro, n.º 14
2511	Rua Professor Alberto Martins Oliveira, n.º 27
2657	Rua do Louriçal, n.º 91 e 93
2712	Rua de Leiria, n.º 78
2716	Rua Santa Luzia, n.º 43 e 45
2871	Rua de Leiria, n.º 66
3034	Rua Cancela do Cais
3258	Rua 31 de Janeiro
3340	Rua do Mancha Pé, n.º 19 a 23
3507	Largo Salgueiro Maia, n.º 61
3511	Rua João de Barros, n.º 17
3585	Rua António José Teixeira, n.º 58 a 60
3753	Rua de Leiria, n.º 90
4017	Rua José Falcão, n.º 8 a 18
4106	Rua de Leiria, n.º 42
4226	Largo do Cardal, n.º 9
4829	Travessa da Várzea, n.º 17
4968	Rua António José Teixeira, n.º 67
5014	Rua Santo António, n.º 4
5391	Rua 31 de Janeiro, n.º 34 e 36
6680	Rua do Louriçal
7643	Rua José Falcão, n.º 29
10514	Rua Dr. António José Reixeira
12404	Rua do Louriçal
12477	Rua do Louriçal, n.º 87
12569	Largo do Carmo e Rua do Cais, n.º 28 a 32
12824	Rua do Filarmónica Artística Pombalense
12944	Rua Família Agorreta, n.º 6
13297	Rua do Louriçal, n.º 55/59

Paços do Município, II de dezembro de 2018
O Vice-Presidente da Câmara, (Pedro Murtinho - Engº)

Porque queremos que nunca se deslique do melhor da Vida e do seu Renault, este Inverno aproveite,

40%
Baterias MOTRIO

E na troca da Bateria do seu RENAULT, receba ainda uma Powerbank.

O seu Reparador Autorizado Renault em Leiria,
AUTOMECÂNICA DA CONFRARIA S.A.
Rua da Raposeira nº180 Confraria, 2420-203 Colmeias - Leiria

Campanha válida de 28/02/2019. Não acumulável com outras campanhas. Limitada ao stock existente.

RENAULT
Passion for life

www.amconfraria.com

Garrafeira realizou terceira edição de Prova de Vinhos

‘Néctar dos Deuses’ servido pel’O Trago

Ana Laura Duarte

A empresa “O Trago”, que se dedica ao comércio de bebidas realizou, no passado sábado, 8 de Dezembro o terceiro evento “Portas Abertas”, onde juntou clientes, amigos e fornecedores para uma tarde dedicada aos melhores vinhos que se produzem a nível nacional.

“Este é o nosso terceiro evento em Pombal, porque a garrafeira já existe há muito mais tempo”, explica José da Silva Jordão, responsável pela garrafeira. “Fizemos um primeiro e segundo eventos que correram sempre muito bem” e este terceiro encontro “superou as expectativas”, sendo que em todos eles “caprichamos muito na organização”, garante o responsável.

“Somos a empresa, na zona centro, que temos a distribuição de tudo o que de melhor se faz no nosso país, ou seja, fazermos a comercialização daquelas que são as marcas mais conceituadas, como é o caso da Barca Velha, Vale Meão, Pêra Manca, Quinta do Portal, e todos esses produtos de topo”, e revela “muitas dessas marcas vieram ter connosco, sem que fosse necessário contactá-los, porque já conheciam a empresa e estavam interessados em trabalhar connosco, felizmente para nós”, facto esse que deixa o empresário “muito orgu-



• José Jordão e Lourdes Carvalheiro

fotos: facebook/ Comércio G Trago/NT



• Arlindo Mendes (ao centro), da Gelataria 2000



• Equipa de colaboradores e proprietária do restaurante Vintage

lhoso”.

Pelo espaço passaram centenas de amantes de vinho, que não quiseram perder a oportunidade de experimentar bebidas diferentes, conhecer as tendências do sector e degustar os verdadeiros néctares dos deuses. Para José Carlos Oliveira, visitante, “este é um evento a que já venho desde a primeira edição, e venho por várias razões: primeiro porque aprecio vinhos e depois porque acho que estas iniciativas devem ser apoiadas”, revela.

Para José da Silva Jordão, “estamos a notar, no mercado, que há cada vez mais jovens, ao contrário daquilo que era há uns anos atrás, a consumir vinhos, e a interessar-se pela temática e isso é muito interessante”, e assume que “esta aproximação também tem a ver com o trabalho que tem vindo a ser desenvolvido, as empresas produtoras e as distribuidoras têm trabalhado em conjunto, em eventos deste género, que servem precisamente para isso: para promover as marcas e para aproximar os jovens do mercado”.

No entanto, o empresário lamenta a “falta de eventos desta natureza no concelho”, e sugere uma “dinâmica entre empresas, e em sintonia com a autarquia, para que no futuro fosse possível realizar eventos deste género, mas de maior dimensão e com uma projecção diferente”.

Espaço de promoção do vinho mudou de instalações

Vinigomes tem ‘casa nova’ para vinhos de excelência



• Luís Gomes com a esposa, Sandrina Mota

Num local onde os vinhos são tratados por tu, as montras são mais do que meros palcos expositivos e promocionais. Na Vinigomes não se vende apenas vinho de qualidade superior, criteriosamente seleccionado. Ali, cada cliente é desafiado a embarcar numa viagem, rumo à história e tradições das marcas que tomam conta das prateleiras, à boleia de Luís Gomes, o homem que, há 18 anos, ‘ousou’ dar cartas num mercado difícil, mas onde a persistência e conhecimento têm sido marca diferenciadora.

No ano em que atinge a maioria, a Vinigomes recebe de presente uma casa nova. Ainda que se mantenha próximo das antigas instalações, o conceituado espaço de promoção e divulgação do vinho está agora no nº20 da Rua João de Barros, a escassos metros do Largo de São Sebastião. A inauguração decorreu no final da tarde do dia 17 de Novembro e foi apadrinhada por dezenas de clientes e amigos, na sua grande maioria de há longa data. Para além de uma loja aberta ao público em geral, o espaço contempla, ainda, um armazém e uma área preparada para receber degustações e petiscos. “Quero voltar a marcar expressão em Pombal e na pequena distribuição”, revela Luís Gomes, que há 27 anos está ligado ao mundo dos vinhos, quer em Portugal quer na Suíça.

Com um nicho de mercado direcionado para

um segmento médio/alto, a Vinigomes chega hoje a vários pontos do país. Para além da revenda para o sector da restauração, que implica um contacto directo com os produtores, a empresa assume também uma importante posição no que toca aos privados. E é desta estreita proximidade à história dos vinhos que comercializa que Luís Gomes tem cimentado os conhecimentos que lhe permitem oferecer o melhor aconselhamento a cada cliente. Desta filosofia haveria de nascer o slogan “Vinho é Cultura”, numa alusão à forma como encara o negócio. “Conheço os produtores todos que aqui tenho”, revela.

Não será por isso de estranhar que Luís Gomes reconheça que “Vinhos fora da caixa normalmente vêm daqui”, dissociando-se do comércio de vinhos de supermercado. “Vendo vinho, não vendo vidro”, frisa. Tal não significa que na Vinigomes não haja opções “para todas as bolsas”, incluindo uma marca com assinatura da casa, o “Alinha”, um vinho da região do Douro cujo lote é da responsabilidade de Luís Gomes. Naquela que é considerada a época de “salvaguarda deste negócio”, o espaço tem esta e muitas outras propostas que prometem fazer a diferença e surpreender os paladares mais exigentes.

No próximo sábado, dia 15, a Vinigomes recebe uma prova de vinhos da Quinta Nova, entre as 15h00 e as 18h00

1.ª MATANÇA DO PORCO
À Moda Antiça

15 e 16 de DEZEMBRO de 2018

Sábado, 15 de dezembro

09h30 - Concentração na Associação
10h00 - Início da Matança
13h00 - Almoço (Sopa da Nossa Terra)
16h00 - Lavação das Tripas
20h00 - Jantar da Cachola ("Tachada")

Domingo, 16 de dezembro

09h00 - Desmanchar o Porco
10h00 - Cortar Corte para Chouras
12h00 - Almoço (Prato Antigo de Arroz Branco)
18h00 - Compra e Preparação da Carne para Chouras e Morelas
20h00 - Encerramento

ORGANIZAÇÃO | **APOIOS** | **PARODOS** | **CA** | **SicoDrinks**

*Inscrições Limitadas
Socios/R/ Não Socios 7,50 Unidades não incluídas no valor
Tlm: 916747925 / 918742873 ou amigos.aldeia.aldeiaval@gmail.com

O TAP
Restaurante - Churrasqueira

Rua Dr. Custódio Freire nº 54 Pombal
236 213 581

BOAS FESTAS

Colectividade presidida por Carlos Duarte deixou pedidos para o Natal

Guiense deseja bancadas cobertas e um novo piso para o seu campo de jogos



• O Centro Recreativo dos Antões foi o local escolhido para a celebração de mais um aniversário, que contou com a presença do deputado, Pedro Pimpão. Carlos Duarte e Fernanda Guardado apagaram as velas



O Grupo Desportivo Guiense celebrou mais um aniversário, reunindo mais de 400 pessoas. Com a presença de diversas entidades, a tarde do feriado do dia 8 de Dezembro, mostrou um Guiense com atitude e vontade de continuar a crescer, agora, sob a liderança de Carlos Duarte. Um presidente simples e discreto, e com ideias fixas, de que só com o apoio de todos é que é possível atingir resultados positivos. Durante o seu discurso, voltou a sublinhar a importância dos seus colegas de direcção, obrigando os mesmos a subirem ao

palco. Reconheceu que ainda existem muitas coisas a melhorar a todos os níveis, nomeadamente, a substituição do piso sintético, que actualmente é um simples tapete bastante degradado. Apesar das melhorias no bar, que já permitem observar os jogos resguardados da chuva, Carlos Duarte não abdica de apelar ao bom senso de todos, para que as bancadas cobertas no campo de jogos sejam uma realidade. A possibilidade de um novo campo de jogos, nem que seja com as dimensões de futebol de sete, também seria uma boa prenda

no sapatinho, dada a época natalícia. Pedidos registados por Gonçalo Ramos, presidente da União de Freguesias da Guia, Ilha e Matamourisca, mas que em termos práticos, não adiantou nada, apesar de reconher e entender as necessidades do emblema com mais história na zona oeste do concelho. Situação semelhante para Pedro Brilhante, vereador do desporto da Câmara, que agradeceu o convite e clarificou que a autarquia está disponível para colaborar dentro das suas possibilidades.

O ex-presidente Mota Carvalho

ainda com ligações à colectividade mas em outras funções, também foi distinguido pelo excelente trabalho desenvolvido em prol do clube.

A finalizar o dia, mais uma edição da Gala Desportiva. Nos Petizes, o distinguido foi Ruben, em Tarquinas, o melhor foi Ivo Bento, nos Benjamins, Gonçalo Rosa foi o eleito na equipa 'A' e Pedro Pedroso na formação 'B'. Guilherme Gonçalves foi o distinguido nos Sub'13 e Tomás Varalonga nos iniciados. Em juvenis, a única equipa no principal escalão da AF Leiria,

que luta pela manutenção, teve em Alexandre, o melhor da época passada. Por fim, nos júniores, João Gonçalves foi o eleito. Uma equipa que esta época luta pelo título distrital da primeira divisão. No escalão de séniores, que segundo Carlos Duarte, é o orgulho de toda a direcção, dada a equipa ser formada por 60% de atletas formados no clube, o jogador Damiem foi o melhor em 2017/2018. Actualmente, a equipa demorou a encontrar o rumo dos bons resultados, mas, já se encontra em patamares de excelência

PUB



960m
uase
ELECTRODOMÉSTICOS



FAÇA AS SUAS COMPRAS DE NATAL
NAS NOSSAS NOVAS
INSTALAÇÕES
na mesma rua n.º3



AEG



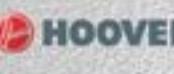
beko



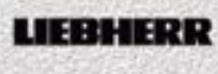
CANDY



FLAMA



HOOVER



LIEBHERR



meireles



PHILIPS



Rowenta



LG



Tefal



Vulcano



ZANUSSI

Tel.: 914 601 915 / 966 002 566
pombal@quasebom.pt | www.quasebom.pt
 Rua Dr. José Farinha Portela Fernandes, n.º3
 Zona Ind. da Formiga - 3100-394 Pombal

DISTRITAIS SÉNIORES**DIVISÃO DE HONRA**

11.º JORNADA

Portomosense - Marinhense 1-1

Mirense - Sp. Pombal 2-1

Maceirinha - Beneditense 1-2

Figueiró dos Vinhos - Alqueidão Serra 1-4

GD Pelariga - GRAP/Pousos 0-4

Boavista - Alcobaça 1-3

Marrazes - VieireNSE 1-3

C.C Ansiao - Guiense 3-2

J V E D M/S P

1 Marinhense 11 10 1 0 23-5 31

2 GRAP/Pousos 11 7 1 3 20-5 22

3 Sp. Pombal 11 7 0 4 23-18 21

4 Portomosense 11 5 1 18-13 20

5 Alq. Serra 11 5 3 3 17-9 18

6 C.C Ansiao 11 4 5 2 20-16 17

7 Alcobaça 11 5 2 4 15-13 17

8 Guiense 11 4 2 5 20-14 14

9 Marrazes 11 4 2 5 18-15 14

10 Boavista 11 4 2 5 17-25 14

11 VieireNSE 11 4 2 5 15-17 14

12 GD Pelariga 11 3 3 5 12-21 12

13 Beneditense 11 2 3 6 16-23 9

14 Mirense 10 2 3 5 8-17 9

15 Fig. Vinhos 11 2 1 8 12-28 7

16 Maceirinha 10 1 1 8 9-24 4

12.º JORNADA - 16/12

Beneditense - Pelariga

Alcobaça - Portomosense

Alqueidão da Serra - Maceirinha

VieireNSE - Figueiró dos Vinhos

Marinhense - C.C Ansiao

Sp. Pombal - Boavista

GRAP/Pousos - Mirense

Guiene - Marrazes

13.º JORNADA - 23/12

Portomosense - Sp. Pombal

Mirense - Boavista

GRAP/Pousos - Beneditense

Maceirinha - VieireNSE

Figueiró dos Vinhos - Guiense

GD Pelariga - Alqueidão da Serra

Marrazes - Marinhense

C.C Ansiao - Alcobaça

PRIMEIRA DIVISÃO - SÉRIE 'A'

8.º JORNADA

Carnide - PedrogueNSE 0-1

Almagreira - Ilha 3-1

Moita do Boi - Avelarense 4-1

Alegre Unido - Caseirinhos 2-0

AlvaiáZere - Arcuda 2-0

Castanheira de Pera - Chão de Couce 3-0

Folgou - Matamourisquense

J V E D M/S P

1 Moita do Boi 7 6 1 0 25-7 19

2 Alegre Unido 7 6 0 1 17-4 18

3 AlvaiáZere 7 4 1 2 13-7 13

4 ARCUA 6 3 2 1 7-5 11

5 PedrogueNSE 8 3 2 3 14-11 11

6 Ilha 5 3 1 1 11-8 10

7 Avelarense 7 3 1 3 13-11 10

8 Chão Couce 6 3 0 3 8-9 9

9 Matamourisq. 6 2 1 3 13-16 7

10 Almagreira 8 2 1 5 8-17 7

11 Caseirinhos 8 2 0 6 9-22 6

12 Cast. Pera 8 1 1 6 7-22 4

13 Carnide 7 0 3 4 8-13 3

9.º JORNADA - 16/12

Arcuda - Moita do Boi

Avelarense - Alegre Unido

Chão de Couce - AlvaiáZere

Ilha - Castanheira de Pera

Matamourisquense - Almagreira

Caseirinhos - Carnide

Folga - PedrogueNSE

J V E D M/S P

1 GRAP/Pousos 7 7 0 0 56-4 21

2 União Leiria 7 6 0 1 40-8 18

3 ILHA 'B' 7 3 2 2 18-27 11

4 CCMi 7 2 1 4 14-21 7

5 Garcia 7 2 1 4 20-38 7

6 Marrazes 7 2 1 4 23-28 7

7 Marinhense 7 2 0 5 17-41 6

8 Batalha 7 1 1 5 12-33 4

Apurados para o II Torneio de acesso à

FASE FINAL GRAP/Pousos; União de Leiria

Ilha 'B'; CCMi

JUNIORES - DIVISÃO HONRA

8.º JORNADA

Beneditense - Marinhense 'B' 3-0

VieireNSE - C.C Ansiao 1-1

Caldas S.C - Marrazes 5-1

Figueiró dos Vinhos - Marrazes 3-5

Peniche - Pelariga 4-0

Batalha - Ilha 1-1

ARECO/Coto - Lisboa e Marinha 0-1

J V E D M/S P

1 Caldas S.C 8 6 1 1 35-5 19

2 Peniche 8 6 1 1 22-8 19

3 Lisboa Marinha 8 6 0 2 18-9 18

4 Marrazes 8 6 0 2 18-10 18

5 VieireNSE 8 5 1 2 20-14 16

6 Beneditense 8 5 0 3 16-12 15

7 Fig. Vinhos 8 3 2 3 14-16 11

8 Marinhense 'B' 8 3 1 4 15-16 10

9 Batalha 8 3 1 4 13-15 10

10 GRAP/Pousos 8 2 1 5 13-21 7

11 GD Pelariga 8 2 0 6 6-26 6

12 C.C Ansiao 8 1 2 5 9-16 5

13 Coto 8 1 1 6 6-19 4

14 Ilha 8 1 1 6 8-25 4

9.º JORNADA - 15/12

Caldas S.C - Batalha

GRAP/Pousos - Marrazes

Lisboa e Marinha - VieireNSE

Ilha - Peniche

Pelariga - Beneditense

C.C Ansiao - Figueiró dos Vinhos

Marinhense 'B' - ARECO/Coto

10.º JORNADA - 22/12

Beneditense - Ilha

VieireNSE - Marinhense 'B'

Figueiró dos Vinhos - Lisboa e Marinha

Marrazes - C.C Ansiao

Peniche - Caldas S.C

Batalha - GRAP/Pousos

ARECO/Coto - Pelariga

11.º JORNADA - 29/12

Boavista - Marinhense 'B'

Caldas S.C - Batalha

GRAP/Pousos - Marrazes

União Serra - Sp. Pombal

C.C Ansiao - Peniche

União Leiria 'B' - AE Óbidos

Alcobaça - Guiense

12.º JORNADA - 05/01

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

VieireNSE - Santo Amaro

Sp. Pombal - GD Pelariga

Caldas S.C 'B' - Meirinhos

Avelarense - Alcobaça

13.º JORNADA - 12/01

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

VieireNSE - Santo Amaro

Sp. Pombal - GD Pelariga

Caldas S.C 'B' - Meirinhos

Avelarense - Alcobaça

14.º JORNADA - 19/01

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

VieireNSE - Santo Amaro

Sp. Pombal - GD Pelariga

Caldas S.C 'B' - Meirinhos

Avelarense - Alcobaça

15.º JORNADA - 26/01

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

VieireNSE - Santo Amaro

Sp. Pombal - GD Pelariga

Caldas S.C 'B' - Meirinhos

Avelarense - Alcobaça

16.º JORNADA - 02/02

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

VieireNSE - Santo Amaro

Sp. Pombal - GD Pelariga

Caldas S.C 'B' - Meirinhos

Avelarense - Alcobaça

17.º JORNADA - 09/02

Boavista - Marinhense 'B'

AE Óbidos - União Leiria 'B'

ARECO/Coto - GRAP/Pousos 'A'

De olhos postos no futuro...

Associação Desportiva Pedro Roma celebra 14 anos de existência

Na altura em que a Associação Desportiva Pedro Roma celebra 14 anos ao serviço do desporto, o dirigente, que dá nome à colectividade, faz um balanço do percurso percorrido, fala da importância do desporto no desenvolvimento social dos mais jovens e revela, ainda, projectos para o futuro.

Ana Laura Duarte

Quando, em 2004, Pedro Roma decidiu investir num projecto em seu nome, tinha como objectivo "colmatar um espaço que não existia: o futebol 5". Na altura "a modalidade começou a surgir e as associações e colectividades não a promoviam", por isso a Associação Desportiva Pedro Roma (ADP Roma) acabou por ser "pioneira dentro na criação, ou no desenvolvimento, do futebol 5", conta o mentor do projecto.

Apesar de, na altura, se tratar de um conceito pouco desenvolvido, passados 14 anos, a ADP Roma atingiu um estatuto de "referência não só no concelho de Pombal, mas também fora da nossa área". E se inicialmente o arranque se deu com duas vertentes bem diferentes: "uma mais desportiva, com a criação da Associação, e outra vertente mais empresarial: o Foot-in", que "surge na tentativa de oferecer um espaço de excelência em que as pessoas pudessem jogar com os seus amigos, à noite, por exemplo, ou onde empresas podiam realizar eventos".

"O FOOT-IN DEIXOU DE EXISTIR HÁ CINCO ANOS"
No entanto o "Foot-in

deixou de existir há cinco anos", sendo que actualmente "sómos única e exclusivamente uma associação", onde "nos dedicamos exclusivamente ao projecto de formação e às escolinhas". Ainda assim, "continuamos a alugar o espaço a amigos, ou a empresas que queriam usufruir de condições estruturais de grande qualidade, continuamos, também, a dinamizar alguns eventos, nomeadamente as festas de aniversário das crianças das nossas escolinhas", mas agora "apenas como AD Pedro Roma".

Em jeito de celebração, não só do aniversário da Associação, mas também "porque é o fruto de muito trabalho e dedicação de todos os que estão envolvidos neste projecto", Pedro Roma releva que "nos últimos dois anos sentimos que a nossa marca está cada vez mais consolidada", a "procura tem sido enorme", até porque com a evolução diária a colectividade passou também a "disponibilizar a modalidade de Futebol 7", e prepara-se para alargar a oferta "para o futebol 11, em 2019".

"TIVEMOS UM CRESCIMENTO ENTRE 70 A 80 % DE PROCURA"
Só no ano corrente, "tive-



• Para além da vertente desportiva, a associação abraça também causas sociais

mos um crescimento entre 70 a 80 % de procura", passando, assim, "de 70 crianças a frequentar a Associação, para as 130 jovens". Um "boom enorme", que se deve, "fundamentalmente ao facto das pessoas acreditarem que o nosso projecto tem qualidade: para além da qualidade desportiva, tem também uma qualidade de humana muito grande",

e onde, para além de se jogar muito futebol, "tentamos incutir fortes valores sociais e espírito solidário", revela o ex-guarda-redes.

Ainda que o crescimento da colectividade esteja à vista, o mentor do projecto admite ter o "sonho de fazer crescer a AD Pedro Roma", para que isso aconteça, "obviamente que vamos carecer de apoios privados

e camarário, porque estamos a falar de uma obra que vai necessitar de apoio financeiro, e de outro tipo de apoios", mas mostra-se confiante de que "certamente que se a Câmara Municipal estiver disponível e se acreditar neste projecto, vai associar-se", até porque a "imagem que temos transmitido é de um projecto sustentado e de credibilidade", e garante que "já há um acordo com uma associação concelhia, que está disponível para fazer uma parceria connosco", sendo que o objectivo é "revitalizar um espaço dentro da cidade, onde, há muitos anos, já se desenvolvia a prática desportiva e que deixou de o fazer".

A parceria com a associação, deixa-nos "muito satisfeitos", no entanto "agora é começar a limar arestas, e se as partes continuarem disponíveis, e se as entidades oficiais se mostrarem disponíveis, estou convencido de que será um projecto que vai valorizar, não só zona em que se vai implementar a futura Academia Pedro Roma, mas também vai ser um projecto que virá a ser utilizado por todas as outras colectividades concelhias", revela Pedro Roma, já de olhos postos no futuro.



CONVOCATÓRIA

MARGARIDA EUGÉNIA DOMINGUES, na qualidade de Presidente da Mesa da Assembleia Geral do Dineclub - Desporto e Cultura de Santiago de Lamego, vem por este meio convocar V.Ex.º, na qualidade de associado, e em conformidade com o Alínea c) do N.º 2 do Artigo 34º dos Estatutos a estar presente na **ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA**, que terá lugar no próximo dia 18/01/2019 - Sexta-feira, pelas 20:30 horas, na Sede do clube, em Santiago de Lamego, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS:

1. Apresentação e aprovação do Relatório de contas de 2018;
2. Eleição dos novos corpos gerentes para o quadriénio 2019/2022;
3. Outros Assuntos de Interesse do Clube.

A Assembleia reunir-se-á hora marcada se estiverem presentes mais de metade dos associados, ou uma hora mais tarde (21:30 horas) com qualquer número de associados presentes.

Santiago de Lamego, 8 de Dezembro de 2018

A Presidente da Mesa da Assembleia
Margarida Eugénia Domingues

- **Tratamento de Lombalgia, Cervicalgia, Dor Coluna Vertebral e Nervo Ciático**

- **Tratamentos Associados à Prática Desportiva**

- **Reabilitação Muscular**

Nesta época natalícia temos um presente ideal para oferecer. Adquira o seu voucher de uma massagem de recuperação, no centro de recuperação física JGaspar. Visite-nos ou entre em contacto connosco.

Em frente ao Edifício Turra
Cont: 919 036 798
facebook.com/JGasparCRF

CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO**EXTRACTO**

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/12/2018, exarada a folhas 139, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número II, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **José Luiz de Magalhães Correia**, NIF 108.057.844 e mulher **Helena Maria Costa Leitão da Graça Correia**, NIF 108.057.852, casados sob o regime da comunhão geral, naturais, respectivamente, das freguesias de Encarnação, concelho de Lisboa, e freguesia e concelho de Pombal, com residência habitual na Estrada Nacional 1, n.º 45, Ranha de Baixo, Pombal, declararam com exclusão de outrém, são donos e legítimos possuidores do prédio rústico, terra de sementeira com oliveiras e tanchas, com a área de 755 m², sito em Vale, freguesia e concelho de Pombal, a confrontar do norte com Joaquim dos Santos, do sul com José dos Santos, nascente com Manuel das Neves Orfão e do poente com Estrada Nacional, inscrito na matriz sob o artigo **19774**, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o prédio veio à posse deles justificantes, por compra meramente verbal, ainda no estado de solteiros, feita no ano de 1977, a Joaquim Jesus Mota, solteira, maior, residente que foi em Ranha de Baixo, Pombal; Que, após a referida compra, de facto, passaram a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o e plantando árvores, 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 40 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 aqui invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.

Pombal, 03 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,

Silvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO**EXTRACTO**

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/12/2018, exarada a folhas 141, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número II, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Humberto Soares dos Santos**, NIF 201.458.896, e mulher **Liliana Marisa Fernandes da Silva**, NIF 223.077.704, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais da freguesia de Santiago de Litém, concelho de Pombal, com residência habitual e fiscal na Rua D. Carlos, nº 66, lugar de Sourão, Santiago de Litém, União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, Pombal, declararam com exclusão de outrém, é dono e legítimo possuidor do prédio rústico, terra de cultura e tanchas, com a área de 1080 m², sito em Pinheirinhos, freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, a confrontar do norte com António Mendes, do sul e poente com caminho e do nascente com Diamantino Leitão, inscrito na matriz sob o artigo **34635**, que provém do artigo 12094 da freguesia de Santiago de Litém (extinta), não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal. Que, o referido prédio veio à posse deles justificante, ainda solteiro, por compra meramente verbal feita por volta do ano de 1997, a Joaquim António e mulher Maria Adelaide Fernandes Batista, residentes que foram no lugar de Aldeia, Rendufe, Póvoa de Lanhoso; Que, após a referida compra, de facto, passou a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o e plantando árvores, posse que sempre foi exercida por ele 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 exercerem um direito próprio sobre coisa própria; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais 20 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, ele 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, 03 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,

Silvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL A CARGO DA NOTÁRIA PAULA CRISTINA**ROCHA TEIXEIRA DE OLIVEIRA SOBREIROS**

Certifico que por escritura de vinte e nove de novembro de dois mil e dezoito, outorgada no Cartório Notarial em Pombal, sito na Rua Professor Carlos Alberto Mota Pinto, número trinta e sete, a cargo da notária Paula Cristina Rocha Teixeira de Oliveira Sobreiros, iniciada a **sessenta e seis**, do livro de notas número **Duzentos e Vinte Quatro - G. Anabela da Silva Matias Simões**, contribuinte número 199 717 141, casada com **Leonel da Silva Simões**, contribuinte número 224 738 186, sob o regime da **separação de bens**, natural de França, onde reside em 48 ter Rue Edgar Quinet, 93360 Neuilly-Plaisance; declarou que é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrém, dos seguintes imóveis, a que atribui os respetivos valores patrimoniais, num total de **seiscents e cinqüenta euros e cinqüenta e cinco céntimos**, sitos na freguesia de **Almagreira**, concelho de **Pombal**:

---- Um - **Metade do prédio rústico**, sito no lugar de **Casal Tomé**, composto de terreno de pinhal e mato, com a área de três mil setecentos e oitenta metros quadrados, atualmente a confrontar do norte com António Moleiro e Manuel Martinho Novo, sul com José da Graça França, nascente com Carlos José e de poente com caminho, Célio Cordeiro e outros, inscrito na respetiva matriz sob o artigo número **10.890**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões, correspondente à fração, de € 359,43, descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal sob o número **sete mil novecentos e três**/Almagreira, mas sem qualquer inscrição da fração ora justificada, de que já é dona da restante parte conforme apresentação **trinta e duas**, de dez de novembro de dois mil e oito; e

---- Dois - **Uma quarta parte do prédio rústico**, sito no lugar de Vale da Abelhinha, composto de terreno de vinha, com a área de três mil seiscentos e trinta metros quadrados, sendo as confrontações constantes da descrição predial, a norte com **Sebastião Martins**, sul e nascente com caminho e de poente com **Daniel Pinto**, inscrito na respetiva matriz sob o artigo número **6.368**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões, correspondente à fração, de € 291,12, descrito na dita Conservatória sob o número **dois mil e oitenta e cinco**/Almagreira, mas sem qualquer inscrição da fração ora justificada.

---- Que os prédios vieram à sua posse, ainda solteira, maior de idade, em data que já não sabe precisar, da seguinte forma:

---- A verba referida sob o número um, por volta do ano de mil novecentos e noventa e sete, por permuta meramente verbal que ajustou fazer com Maria Liliana Ferreira da Silva casada com Guilhermino Rodrigues Cordeiro, residente no lugar de Paço, na Rua 21 de Novembro, número dois, na dita freguesia de Almagreira; e

---- A restante verba, por volta do ano de mil novecentos e noventa, por parteira meramente verbal que ajustou fazer com o restante herdeiro, seu pai, Clementino Rodrigues Matias, por óbito de sua mãe, Maria Ferreira da Silva, residente que foi em França, permuta e partilha essas de que não ficou a dispor de título formal, após o que, de facto, passou a possuir os aludidos prédios em nome próprio, há mais de vinte anos, 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

A Colaboradora da Notária:

Suzana Valentina Pereira de Sousa, inscrita na Ordem dos Notários com o nº 142/10 e com autorização de 23.07.2018, publicada em www.notarios.pt
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL A CARGO DA NOTÁRIA PAULA CRISTINA**ROCHA TEIXEIRA DE OLIVEIRA SOBREIROS**

Certifico que por escritura de trinta de novembro de dois mil e dezoito, outorgada no Cartório Notarial em Pombal, sito na Rua Professor Carlos Alberto Mota Pinto, número trinta e sete, a cargo da notária Paula Cristina Rocha Teixeira de Oliveira Sobreiros, iniciada a folhas **oitenta e uma**, do livro de notas para escrituras diversas número **Duzentos e Vinte Quatro - G. Germano da Mota Cravo**, NIF 117.255.483 e mulher **Cidália Maria dos Santos Ferreira**, NIF 190 706 333, casados sob o regime da **comunhão de adquiridos**, naturais, respectivamente, das freguesias de Encarnação, concelho de Lisboa, e freguesia e concelho de Pombal, com residência habitual na Estrada Nacional 1, n.º 45, Ranha de Baixo, Pombal, declararam com exclusão de outrém, são donos e legítimos possuidores do imóvel, a seguir mencionados, a que atribuem os respetivos valores patrimoniais, num total de **duzentos e setenta e sete euros e sessenta e quatro céntimos**, situados no lugar de **Valeira, limite de Motes**, na dita freguesia de **Pombal**, não descritos na Conservatória do Registo Predial de Pombal:

---- Um - **Prédio rústico, composto** de vinha, com a área de trezentos e oitenta metros quadrados, a confrontar do norte com Joaquim Cordeiro, sul e poente com José Lourenço Novo e de nascente com Joaquim dos Santos, inscrito na matriz sob o artigo número **13.220**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €136,61; ----

---- Dois - **Prédio rústico, composto** de mato, com a área de mil cento e quarenta e sete metros quadrados, a confrontar do norte com Rua dos Portelas, sul, nascente e poente com José Lourenço Novo, inscrito na matriz sob o artigo número **13.221**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €4,42; e

---- Três - **Prédio rústico, composto** de terra de cultura, vinha e mato, com a área de mil duzentos e oitenta e três metros quadrados, a confrontar do norte com António Francisco, sul e poente com José Lourenço Novo, inscrito na matriz sob o artigo número **13.222**, com o valor patrimonial para efeitos de Imposto Municipal de Transmissões de €136,61; ----

---- Que os prédios vieram à posse dos justificantes, já casados, em mil novecentos e oitenta e cinco, em dia que não sabem precisar do mês de setembro, por doação meramente verbal que lhe fizeram os antepassados, pais do justificante, António Cravo e mulher Deolinda da Mota, residentes que foram na Rua dos Portelas, no referido lugar de Motes, doação essa de que não ficaram a dispor de título formal, após o que, de facto, passaram a possuir os prédios 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 nº 142/10 e com autorização de 23.07.2018, publicada em www.notarios.pt
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO**EXTRACTO**

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/12/2018, exarada a folhas 145, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número II, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Carlos Alves Martins**, NIF 112.564.054, e mulher **María Teresa Gameiro da Silva Martins**, NIF 118.492.217, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, respectivamente, das freguesias de Louriga e Santiago de Litém, concelhos de Seia e Pombal, com residência habitual e fiscal na Avenida Cidade de Londres, nº 38, 3º C, Agualva-Cacém, União das freguesias de Agualva e Mira-Sintra, Sintra declararam com exclusão de outrém, são donos e legítimos possuidores do prédio rústico, terreno com videiras e oliveiras, com a área de 410 m², sito em Casal do Clero, freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, a confrontar do norte com António Leitão, do sul com Joaquim da Silva, do nascente e poente com caminho, inscrito na matriz sob o artigo **35234**, que provém do artigo 12714 da freguesia de Santiago de Litém (extinta), não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse deles justificantes, já casados, por compra meramente verbal feita por volta do ano de 1985, a Joaquim António, casado com Maria Adelaide Fernandes Batista, residentes que foram no lugar de Aldeia, Rendufe, Póvoa de Lanhoso; Que, após a referida compra, de facto, passaram a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o e plantando árvores, 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 32 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 aqui invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.

Pombal, 03 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,

Silvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO**EXTRACTO**

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/12/2018, exarada a folhas 147, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número II, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Herminio dos Santos Rosa**, NIF 138.262.470, e mulher **Isabel da Conceição Lopes Rosa**, NIF 138.262.144, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, respectivamente, das freguesias de Pombal e Santiago de Litém, ambos do concelho de Pombal, com residência habitual e fiscal na Rua Nossa Senhora da Conceição, lugar de Sourão, Santiago de Litém, União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, Pombal, declararam com exclusão de outrém, são donos e legítimos possuidores do prédio rústico, terra de cultura, com oliveiras e videiras, com a área de 870 m², sito em Corda da Queija, freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, a confrontar do norte com Joaquim Gameiro, do sul com caminho, do nascente com António Silva e poente com António Freire, inscrito na matriz sob o artigo **34313**, que provém do artigo 11763 da freguesia de Santiago de Litém (extinta), não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse deles justificantes, já casados, por compra meramente verbal feita por volta do ano de 1986, a Joaquim António, casado com Maria Adelaide Fernandes Batista, residentes que foram no lugar de Aldeia, Rendufe, Póvoa de Lanhoso; Que, após a referida compra, de facto, passaram a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o e plantando árvores, 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 31 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 aqui invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.

Pombal, 03 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,

Silvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

CARTÓRIO NOTARIAL A CARGO DA NOTÁRIA PAULA CRISTINA**ROCHA TEIXEIRA DE OLIVEIRA SOBREIROS**

---- Certifico que por escritura de dezasseis de novembro de dois mil e dezoito, outorgada no Cartório Notarial em Pombal, sito na Rua Professor Carlos Alberto Mota Pinto, número trinta e sete, a cargo da notária Paula Cristina Rocha Teixeira de Oliveira Sobreiros, iniciada a folhas **dez**, do livro de notas para escrituras diversas número **Duzentos e Vinte Quatro - G. Diamantino da Silva Neves**, NIF 121 072 436 e mulher **Lucinda Santos Luis**, NIF 121 072 444, casados sob o regime da **comunhão geral de bens**, naturais da freguesia de Vila Cá, concelho de Pombal, onde residem no lugar de Aroeira; declararam que são, com exclusão de outrém, donos e legítimos possuidores dos seguintes prédios, a que atribuem os respetivos valores patrimoniais, num total de dezanove euros e cinqüenta e três

Sede
Avº Heróis do Ultramar, nº 12
3100 - 462 Pombal

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

**Funerária Mário Lopes
Alves & Mota, Lda**

**BOAS
FESTAS**



AGRADECIMENTO



**Maria Lourenço
Gonçalves**

N: 27/09/1933
F: 04/12/2018
Roques – Santiago de Litém

Seu marido Sr. José Gonçalves, Suas filhas Sr.ª Maria Arminha Gonçalves, Sr.ª Encarnação Madalena Gonçalves Gaspar, Genro, Netos, Bisnetos 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 da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos, Lda.

AGRADECIMENTO



Julio Gomes

N: 03/02/1953 "65 anos"
F: 12/11/2018
Carvalhais

Sua família agradece a todas as pessoas e entidades que apoiaram a família neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram e acompanharam ao funeral de seu ente querido.

Bem hajam muito Obrigado.

** por lapso na edição anterior a localidade saiu errada.
A Agência pede desculpas aos visados*

Tratou a Agência Funerária Mário Lopes Alves & Mota, Lda.

AGRADECIMENTO



**Victor Manuel
de Carvalho**

N: 10/03/1949
F: 08/12/2018
Pombal

Seu filho, Sr. Cristóvão Ramos de Carvalho, Nora, Netos, e restantes familiares agradecem desde já a todas as pessoas que lhes manifestem o seu pesar e se fizeram comparecer na cerimónia fúnebre do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos, Lda.

AGRADECIMENTO



**Funerária
Lourenço**

GERENTE Paulo Lourenço

POMBAL Rua Santa Luzia, 87 3100-483 Pombal	SOURE Quinta de S.Bento 3130-386 Soure
Email: lourenco.funeraria@hotmail.com Telem: 966 067 256 913 910 490 912 238 110	

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@funefflor.pt | www.funefflor.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



**Olívia Gonçalves
Lopes**

N: 17/11/1952 "66 anos"
F: 24/11/2018
Calvarias - Santiago de Litém

Sua Família, 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 Mota & Gaspar, Lda.

**CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO
EXTRACTO**

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/12/2018, exarada a folhas 143, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número II, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, nº II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Paulo Jorge Leitão das Neves**, NIF 212.316.400, e mulher Isabel Almeida Oliveira, NIF 230.354.424, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais da freguesia de Santiago de Litém, concelho de Pombal, com residência habitual e fiscal na Rua D. Carlos, nº 62, lugar de Sourão, Santiago de Litém, União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, Pombal, declarou com exclusão de outrem, é dono e legítimo possuidor do prédio rústico, terra de cultura com videiras, com a área de 330 m2, sito em Cavada, freguesia - União das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, a confrontar do norte com António Mendes, do sul com caminho, do nascente com António Leitão e poente com Manuel dos Santos, inscrito na matriz sob o artigo 34632, que provém do artigo 12090 da freguesia de Santiago de Litém (extinta), **não descrito** na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, o referido prédio veio à posse dele justificante, ainda solteiro, por compra meramente verbal feita por volta do ano de 1995, a Joaquim António casado com Maria Adelaide Fernandes Batista, residentes que foram no lugar de Aldeia, Rendufinho, Póvoa de Lanhoso; Que, após a referida compra, de facto, passou a possuir o aludido prédio em nome próprio, limpando-o, cultivando-o e plantando árvores, posse que sempre foi exercida por ele 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, esta posse assim exercida ao longo de mais 22 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, ele 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. Está conforme.

Pombal, 03 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,
Silvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01
Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

Assinado eletronicamente. Esta assinatura substitui a assinatura autógrafa Dr(a). Leonor Taborda Pinto

**Tribunal Judicial da Comarca de Leiria
Juízo Local Cível de Pombal - Juiz 2**
Av Heróis do Ultramar
3100-462 Pombal
Telef: 236209111 Fax: 236209111 Mail: pombal.judicial@tribunais.org.pt

ANÚCIO

Processo: 4051/18.0T8PBL	Interdição	Referência: 89694559
Data: 27-II-2018		
Requerente: Ministério Público		
Requerido: Maria Cidália Rodrigues Duarte		

Faz-se saber que foi distribuída neste tribunal, a ação de interdição em que é requerida **Maria Cidália Rodrigues Duarte**, com residência em: **Rua dos Muros, Nº 40, Castelo, 3100-078 Abiul** para efeito de ser decretada a sua interdição por anomalia psíquica.

O Juiz de Direito
Dr(a). Leonor Taborda Pinto
O Oficial de Justiça
Carlos Cristóvão

Mota & Gaspar, Lda
AGÊNCIA FUNERÁRIA

Serviço Internacional



Rua João de Barros, nº 9
3105-442 Vermoil
Telf: 917 643 149 | 936 391 104
www.afmotagaspar.pt | geral@afmotagaspar.pt

**Funerais | Cremações | Transladações para o País e Estrangeiro |
Documentação Inerente ao Funeral | Câmara 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



Deolinda de Jesus Rodrigues

N: 20/07/1935
F: 03/12/2018
Vinagres - Pombal

Seus filhos, Sr. João António, Sr. Carlos Alberto, Sr. Rui Manuel, Sr.ª Ana Maria, Sr.ª Eva Paula, Sr.ª Maria Manuela, (Rodrigues Balças) Noras, Genros, Netos, Bisnetos e restantes familiares agradecem desde já a todas as pessoas que lhes manifestem o seu pesar e se fizeram comparecer na cerimónia fúnebre da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Margarida & Filhos, Lda.

Funerária Margarida & Filhos, Lda.

SERVIÇO 24 H. NO PAIS E ESTRANGEIRO

AGÊNCIA LEGALIZADA EM FRANÇA

Competência • Rigor • Transparência • Tradição

965 158 100 / 966 375 076 / 931 855 800

Viaduto Eng. Guilherme Santos, 1 - Blº-B - POMBAL

Nos momentos difíceis, agimos por si...

CARTÓRIO NOTARIAL DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO

EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 07/12/2018, exarada a folhas 15, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 12, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º 11, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram: **Manuel Domingues Alves**, NIF 118.649.035, e mulher **Júlia dos Santos Silva**, NIF 118.649.043, casados sob o regime da comunhão geral, naturais da freguesia e concelho de Pombal, onde habitualmente residem na Rua das Alminhas, nº 20, lugar de Vicentes, declararam com exclusão de outrem, são donos e legítimos possuidores do seguinte: Um: **1/3 parte** do prédio rústico, pinhal e mato, com a área total de 790 m2, sito em Relvinha, freguesia de Almagreira, concelho de Pombal, a confrontar, no todo, do norte com Manuel Crespo, do sul com caminho, do nascente com José Silva Novo e do poente com José Ferreira Monteiro, inscrito na matriz sob o artigo **8593**; Dois: Prédio rústico, terra de cultura com oliveiras, com a área de 1050 m2, sito em Vicentes, freguesia e concelho de Pombal, a confrontar do norte com Manuel Lopes e outros, do sul com Luís Gonçalves, do nascente com serventia e do poente com António Lopes e outros, inscrito na matriz sob o artigo **31486**; Três: Prédio rústico, terra de cultura, com a área de 320 m2, sito em Serrada, dita freguesia de Pombal, a confrontar do norte com Francisco Domingues, do sul e nascente com serventia e do poente com José da Silva Novo, inscrito na matriz sob o artigo **31629**; e, Quatro: Prédio rústico, terra de cultura com oliveiras, com a área de 600 m2, sito em Ameixial, referida freguesia de Pombal, a confrontar do norte com José Monteiro, do sul e poente com Luís Gonçalves e do nascente com José dos Santos, inscrito na matriz sob o artigo **32067**; Que, os prédios **não se encontram** descritos na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que, as verbas atrás descritas vieram à posse dos justificantes, da seguinte forma: As verbas um e três, por doação meramente verbal, efectuada no ano de 1973, por seus pais e sogros António João Alves e mulher Maria Domingues, residentes que foram no lugar de Vicentes, Pombal; A verba número dois, por compra meramente verbal efectuada no ano de 1974, a Júlio João e mulher Rosa Gameiro, residentes que foram no dito lugar de Vicentes; E, a verba número quatro, por compra meramente formal efectuada no ano de 1997, a António Gonçalves Gameiro, viúvo, residente que foi no lugar de Barrocas, deste concelho. Que, após as referidas doações e compras, de facto, passaram a compor o prédio da verba número um, e a possuir os prédios das verbas números dois, três e quatro, em nome próprio, limpando-os, cultivando-os e plantando árvores, composse e posse que sempre foi exercida por eles de forma a considerarem tais verbas como suas, 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 exercerem um direito próprio sobre coisa própria; Que, esta posse assim exercida ao longo de mais de 44, 43 e 20 anos se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, eles justificantes adquiriram as mencionadas verbas para seu património, por usucapião, que aqui invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme. Está conforme.

Pombal, 07 de Dezembro de 2018

A Colaboradora Autorizada,

Sílvia Lopes Ferreira, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 441/01

Pombal Jornal n.º 146 de 13 Dezembro de 2018

Assinado eletronicamente. Esta assinatura substitui a assinatura autógrafa Dr(a). Leonor Taborda Pinto

Tribunal Judicial da Comarca de Leiria
Juízo Local Cível de Pombal - Juiz 2

Av. Heróis do Ultramar
3100-462 Pombal

Telef: 236209110 Fax: 236209111 Mail: pombal.judicial@tribunais.org.pt

ANÚCIO

Processo: 4049/18.9T8PBL

Interdição

Referência: 89694039

Data: 27-11-2018

Requerente: Ministério Público

Requerido: Antonio da Silva João

Faz-se saber que foi distribuída neste tribunal, a ação de interdição em que é requerida **António da Silva João**, com residência em: **Travessa do Campo da Bola, Nº 2, Carnide de Baixo, 3105-029 Carnide** para efeito de ser decretada a sua interdição por anomalia psíquica.

O Juiz de Direito
Dr(a). Leonor Taborda Pinto
O Oficial de Justiça
Carlos Cristóvão

Assinado eletronicamente. Esta assinatura substitui a assinatura autógrafa Dr(a). Jorge Ferreira da Costa

Tribunal Judicial da Comarca de Leiria
Juízo Local Cível de Pombal - Juiz 1

Av. Heróis do Ultramar
3100-462 Pombal

Telef: 236209110 Fax: 236209111 Mail: pombal.judicial@tribunais.org.pt

ANÚCIO

Processo: 4050/18.2T8PBL

Interdição /

Referência: 89687690

Data: 27-11-2018

Requerente: Ministério Público

Requerido: Ekaterina Plotnitskaya

Faz-se saber que foi distribuída neste tribunal, a ação de interdição em que é requerida **Ekaterina Plotnitskaya**, com residência em: **Rua Miguel Torga, Nº 7, R/c Frente, Governos, 3100-924 Pombal** para efeito de ser decretada a sua interdição por anomalia psíquica.

O Juiz de Direito
Dr. Jorge Ferreira da Costa
O Oficial de Justiça
Carlos Cristóvão

JORNAL POMBAL

TELEFONE: 236 023 075

TELEMÓVEIS: 965 449 868 - 911 975 237

EMAIL: pombaljornal@gmail.com

SEDE DA REDAÇÃO: Rua Mancha Pé, nº 2

3100-467 Pombal

DIRECTORA: Manuela Fries (TE-971)
pombaljornal@gmail.com

REDAÇÃO: Manuela Fries (TE - 971), Orlando Cardoso (CP 3278), Ana Laura Duarte (CP 10299)

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



DANIELA SILVA MARTINS
NUTRICIONISTA
(CP2699N) NA SANTA
CASA DA MISERICÓRDIA
DA REDINHA

Ouvimos muitas vezes dizer que devemos beber cerca de 1,5L de água por dia e que a ingestão de água é muito importante, mas será que é tão importante como dizem? A resposta é SIM.

A água ajuda-nos a manter um bom estado de saúde, uma vez que somos constituídos maioritariamente por água, sendo por isso essencial à vida. Representa cerca de 75% do peso corporal à nascença, diminuindo esta proporção à medida que a idade avança.

A água intervém no funcionamento de todos os sistemas e órgãos do nosso corpo, apresentando funções como: transporte de nutrientes; ajuda na eliminação de resíduos através

Opinião

A importância da hidratação

da urina; regula a temperatura corporal; lubrifica e protege as articulações; promove um bom funcionamento dos músculos; contribui para um ótimo funcionamento cognitivo e bom estado de humor; contribui para o funcionamento saudável do coração; ajuda na digestão e contribui para prevenir a obstrução; diminui o risco de pedras nos rins e contribui para preservar a elasticidade da pele.

O Instituto de Hidratação e Saúde apresenta valores de referência para a ingestão de água que indicam que os adolescentes e adultos do sexo feminino devem ingerir 1,5L de água por dia e os do sexo masculino 1,9L.

Contudo, em Portugal observa-se que a maior parte da população bebe em média menos de 1L de água por dia, considerando a água de consumo (exclui a água intrínseca aos alimentos ou a utilizada para

confeção). Sendo o grupo etário dos adultos o que ingerem mais água, ingerindo em média 956mL por dia, de acordo com Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados.

Para além da ingestão de água, existem vários alimentos que são ricos em água como por exemplo as frutas (80-95% água), os vegetais (80-95% água), a sopa (90% água), o leite (90%), o queijo fresco e o iogurte (85%).

Existem algumas situações em que a ingestão de líquidos se encontra aumentada nomeadamente em casos de febre, diarreia, sudorese excessiva, aumento da temperatura ambiental, gravidez e aleitamento, sendo fundamental aumentar a ingestão hídrica nestas situações, de modo a prevenir a desidratação.

A desidratação ocorre quando o corpo perde

mais água do que aquela que é ingerida e existem alguns sinais e sintomas que se manifestam quando estamos desidratados como por exemplo: sensação de sede, urina mais concentrada e de cor amarela mais escura, as mucosas da língua e da boca tornam-se secas, diminuição da pressão arterial, confusão, aumenta a sensação de fadiga e prostração.

Os grupos de risco de desidratação são as crianças, as grávidas, os idosos, pessoas com doenças crônicas (ex.: diabetes) e atletas.

Para terminar, deixo algumas recomendações gerais e que a maior parte de nós conhece, mas nem sempre aplicamos no dia-a-dia, nomeadamente: beber cerca de 1,5 a 1,9L de água por dia (cerca de 8 copos de 200ml); preferir a água como bebida de eleição, podendo também beber infusões de ervas sem adição de açúcar e beber água mesmo sem sentir sede.

LS – COMPRAS FELIZES: POMBAL SHOPPING LOJA 2.10

A LS - Compras Felizes é um serviço promovido pela APEPI – Associação de Pais e Educadores para a Infância criado em 2010 que tem como objetivo dar resposta às necessidades de indivíduos/famílias carenciadas/os, para isso recorre-se a donativos, cedidos por particulares ou empresas/serviços, desenvolvendo um trabalho que pretende dar resposta e encontrar soluções para situações de carência diagnosticadas pelos Serviços de Ação Social do Concelho.

São beneficiários/as da LS - Compras Felizes os indivíduos/famílias que revelem vulnerabilidade económica e social propostos por: Serviço de Ação Social do Município de Pombal; Serviço Local de Ação Social do Centro Distrital de Leiria do ISS, IP, do Concelho de Pombal; Serviço de Ação Social do Centro Hospitalar Leiria; Serviço de Ação Social do ACES Pinhal Litoral; Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Pombal; e Instituições Particulares de Solidariedade Social do Concelho de Pombal. O funcionamento da LS - Compras Felizes é assegurado por um grupo de voluntários/as responsável pelos atendimentos prestados aos/as beneficiários/as que são encaminhados/as para a mesma. A LS-Compras Felizes iniciou a sua atividade em maio de 2010 em instalações cedidas a título gratuito pela Distripombal – Supermercados SA. Todavia, em dezembro de 2017 foi necessário desocupar as referidas instalações. Apesar quase 1 ano de suspensão de atividade, é com muito agrado que a Direção da APEPI informa que a LS - Compras Felizes irá reabrir no próximo dia 3 de dezembro de 2018 no Pombal Shopping Loja 2.10, funcionando às segundas e quintas-feiras das 9h30 às 13h00. A reabertura da LS-Compras Felizes só se tornou possível graças à generosidade do Dr. Anézio Gonçalves, ex-presidente da Mesa da Assembleia Geral da APEPI, que desde sempre foi muito sensível às causas sociais e face à situação entendeu ceder loja do qual é proprietário. Bem-haja por este gesto.

Maria Teresa Pereira da Silva
– Presidente da Direção da APEPI

Assinado eletronicamente. Esta assinatura substitui a assinatura autógrafa
Dr(a). Leonor Tabora Pinto

Tribunal Judicial da Comarca de Leiria
Juízo Local Cível de Pombal - Juiz 2
Av Heróis do Ultramar
3100-462 Pombal
Telef: 236209110 Fax: 236209111 Mail: pombal.judicial@tribunais.org.pt

ANÚCIO

Processo: 4043/18.OT8PBL Interdição Referência:89692894
Data: 27-11-2018

Requerente: Leonel Neto Ferreira
Requerido: Carminda da Encarnação Neto Nogueira

Faz-se saber que foi distribuída neste tribunal, a ação de interdição em que é requerida Carminda da Encarnação Neto Nogueira, domicílio: Centro Social Paroquial, Adro da Igreja, São Simão de Litém, 3100-724 SÃO SIMÃO DE LITÉM para efeito de ser decretada a sua interdição por anomalia psíquica.

O Juiz de Direito
Dr(a). Leonor Tabora Pinto
O Oficial de Justiça
Carlos Cristóvão

★★★ Com apenas uma consulta pode ficar feliz
Qualquer que seja o seu problema contacte
PROFESSOR KONATE
SEM FALSAS PROMESSAS,
TRABALHO EFICAZ E RÁPIDO

Astrólogo e Vidente, especialista em retornos rápidos. Garantimos resultados em apenas 7 dias e ao fim de 24 horas notará diferença.
Especialista em problemas amorosos, impotência sexual, sorte no jogo, sorte nos estudos, negócio e especialista na descoberta de doenças desconhecidas. Se quiser ser amada (o) ou se o(a) seu amado (a) a(o) deixou, nós resolvemos.
Consulta pessoalmente, faço deslocações e também trabalho por correspondência, não hesite em contactar-me. Se quer mudar a vida.
LIGUE JÁ. PAGA DENTRO DAS SUAS POSSIBILIDADES.
967 048 962
Consulta por marcação em Pombal, DAS 7H ÀS 22H
Rua Conde Castelo Melhor, n.º 24, (junto às Finanças de Pombal)

Farmácias de serviço com o apoio Farmácia Barros



9h às 9h / Tel: 236 212 037

Largo das Almas, nº1 3100-446 Pombal

10 A 16 DEZEMBRO

PAIVA

Largo do Cardal
Tel: 236 212 013

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

17 A 23 DEZEMBRO

BARROS

Rua do Louriçal
Tel: 236 212 037

24 A 30 DEZEMBRO

TORRES

Av.ª Heróis Ultramar
Tel: 236 212 487

Produtos Ortopédicos, Equipamento Médico-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

Junto ao Intermarché de Pombal Tel: 918437353
moveup.action@gmail.com

MOVEUP

A equipa Moveup é composta por profissionais qualificados em fitness, nutrição e fisioterapia, com experiência em treino funcional, personal training, pilates, yoga e outras modalidades. Oferecemos serviços de consultoria nutricional, avaliação de saúde e plano de treino personalizado para todos os níveis de condicionamento físico. Acreditamos que a saúde é o resultado de uma combinação de estilo de vida saudável, nutrição adequada e exercícios regularmente. Junte-se a nós e faça parte da nossa comunidade de pessoas que buscam uma vida mais saudável e ativa.

Há palavras que nos marcam logo pela manhã. Melhor: há palavras que, não só passam por nós na rua, escritas na parte de trás de um camião, ficando na retina e na mente, como também originam uma saudável conversa entre mim e o meu filho, a caminho da escola. Permanecem e trazem valor ao nosso dia, portanto. "Overcoming obstacles" ("ultrapassando obstáculos"), assim estava escrito. "Mãe, aquilo não é fácil". "Não, filho, mas não há outra maneira, para cresceres, tens de fazer aquilo todos os dias da tua vida.". Há tanto para ensinar e aprender na escola que é a vida para além da escola, basta estarmos atentos. É uma longa escada, com muitos degraus, que vamos subindo, ora a trote, ora a muito custo. Uma escada, ora luminosa de sol, ora inundada da chuva das lágrimas.

Também **Jacob**, no Antigo Testamento, mais propriamente no **livro de Génesis (28, 10-22)**, se viu confrontado com uma escada, num sonho. Depois de ter fugido de uma luta com seu irmão Esaú, Jacob teve essa visão durante o sono: uma escada, cujos pés repousavam sobre a terra e o topo chegava aos céus. Os anjos continuamente subiam e desciam por ela e, encontrando-se no seu topo, Deus prometeu-lhe a bênção de uma numerosa e feliz posteridade. Quando ele acordou, sentiu-se cheio de gratidão e consagrou o local com o nome de Betel ("casa de Deus"). A simbologia da escada está profundamente ligada à

• A LER



A escada de Jacob

intermediação entre o Céu e a Terra, à ascensão e à evolução de natureza espiritual. Os seus degraus são as várias etapas a ultrapassar para se atingir o divino. Sinônimo de verticalidade, reatando uma harmonia que foi quebrada pela separação na gênese do mundo, a escada é um meio ou instrumento de evolução pessoal e de ascensão espiritual. O exemplo da escada também pode ser encontrado sob a forma de método, no Cristianismo, consistindo numa série de trabalhos espirituais que têm de ser ultrapassados, como os sucessivos degraus de uma escada.

Como afirmou Aldous Huxley, "O degrau da escada não foi inventado para repousar, mas apenas para sustentar o pé o tempo necessário para que o homem coloque o outro pé um pouco mais alto". Até porque a paragem no mesmo degrau, quando é demasiado longa, faz surgir o comodismo e a jactância, aquela gabarolice do "fico aqui e daqui ninguém me tira" porque "sou melhor do que todos os outros" que estão num degrau mais "abaixo". O avesso disto é aquilo que tanta gente anónima faz no dia a dia, nas classes profissionais "esquecidas"

pelos centros de decisão política e económica, entre elas, a que melhor conheço, a dos professores. Gente que "faz das tripas coração", que "desce" para que outros "subam", que "engole sapos" e "faz omeletes sem ovos", que compra o seu bolso as (muitas) canetas vermelhas para corrigir (muitos) testes dos meninos(as) durante as (muitas) horas de suposto descanso e que se desdobra em múltiplos papéis para além de ensinar (mãe/pai, fornecedor de lenços de papel e ombro amigo, enxugador de lágrimas, apagador de incêndios, confidente e conselheiro, em turmas de quase três dezenas de alunos).

Numa só palavra, mesmo uma só palavra, que deveria ser, simultaneamente, para todos, a mais eficaz forma de lidar com a "escada": "humildade". Que ela deixe de ser uma mera palavra lançada ao vento e tome, para todos, a forma de ação, pois assim, descendo, todos poderíamos subir, bem alto: "Não se larga um hábito arremessando-o pela janela, é preciso fazê-lo descer a escada degrau a degrau" (Mark Twain). Graciosa Gonçalves

• A VER



Carnide volta à Ilha

chega-nos da Suiça e com uma passagem pelo prestigiado Festival de Cinema de Berlim. É uma animação sobre um coiote que perdeu a família num ataque de lobos. Tenta viver com esse trauma, recebendo o apoio de um demónio no deserto. Por último, "Lunch Ladies" é uma deliciosa comédia negra, produzida nos Estados Unidos, e com três dezenas de prémios arrecadados. Duas cozinheiras de uma escola farão o possível e impossível para se tornarem nas cozinheiras pessoais do actor Johnny Depp.

A sessão tem início marcado para as 22 horas de sábado, na Ilha, e a entrada é gratuita. A organização está a cargo da ARCUPS.

PS: Aproveito este espaçinho para endereçar também os parabéns à ARCUPS, não só pelo Mov'Ilha, mas porque alcançou o feito de ver o *Ti Milha*, o festival que organiza em Julho, ser nomeado para os Iberian Festival Awards, na categoria Melhor Programa Cultural. Um grande motivo de orgulho para todos aqueles que acreditam no projecto. *Ti Milha é festa!!*

Nuno Oliveira

Sugestão para a ceia de Natal

Coxas de Peru no forno com bacon, castanhas, batatinhas novas assadas e feijão verde salteado
p/4 pessoas

INGREDIENTES:

1,4kg de Coxas de Peru
100gr de Bacon fritado ligeiramente mais grosso (3mm)
500gr de castanhas sem pele congeladas
800gr de batatinhas novas pequenas descascadas
500gr de feijão verde
3 colheres sopa de azeite
1 colher de chá de colorau
5 dentes de alho
1 pitada de cominhos
1 pau de canela
50ml de vinho do porto branco
200ml de vinho branco
2 folhas de louro
1 pitada de pimenta
1 colher de café de oregãos
Sal a gosto
100gr de açúcar

CONFECÇÃO:

Para a marinada do peru fazer uma salmoura com 2l de agua, 200gr de sal, 100gr de açúcar, dissolver muito bem e deixar as coxas a marinhar nesta mistura no mínimo de 12h.

Fazer uma pasta com 1 colher de sopa de azeite, uma pitada de colorau, 4 dentes de alho, os cominhos, pimenta e o vinho do porto. Fazer uns cortes com pouca profundidade na parte da pele com distância de 1,5cm para depois introduzir as fatias de Bacon. Barrar as peças com a pasta e colocar o Bacon entre os cortes em toda a superfície. Colocar num tabuleiro com o pau de canela, 1 folha de louro, 200 ml de água, o vinho branco no fundo e levar a assar coberto com papel de alumínio durante 1h20 m a 180C.

Depois, destapar e adicionar as castanhas ao molho do assado, envolver, levar ao forno novamente 30/40m a 175C, mexendo as castanhas até tostar o Bacon e a pele do Peru. Se por ventura secar, refrescar com aguá ou caldo de galinha mas não colocar sobre a pele.

Temperar as batatas com o restante, colorau, azeite, alho picado, oregãos, louro, pitada de pimenta, 120 ml de água, sal a gosto, mexer muito bem, colocar num tabuleiro a assar a 170C durante 40/50m, até dourarem e mexendo a meio da cozedura.

Aparar e cortar o feijão verde em tiras sobre o comprido, cozer em água abundante temperada com sal e uma pitada de açúcar durante 6 a 8m, escorrer e arrefecer em aguá com gelo, retirar e reservar. Na hora de servir, aquecer uma frigideira com um fio de azeite e um dente de alho esmagado, deixar aromatizar o azeite em lume brando, depois adicionar o feijão verde em lume mais forte para saltear durante 1/2 m e temperar com sal fino a gosto..

QUINTA DA CONCHA

Elaborada pelo chef Joel Santos
(Quinta Concha)



FELIZ NATAL



FACEBOOK.COM/QUINTADACONCHA WWW.QUINTADACONCHA.COM GERAL@QUINTADACONCHA.COM

RUA SÃO PEDRO - REMESSA - SANTIAGO DE LITÉM POMBAL - TLF +351 236 000 000 - TLM +351 911 503 883

30 ANOS

ÓCULOS PROGRESSIVOS
ARMAÇÃO
GRÁTIS

ÓCULOS
MONOFOCALIS
-50%
NA ARMAÇÃO

OFERTA
2º PAR

Promoção válida de 06/09/2018 a 31/01/2019 na compra de óculos graduados completos com armações desde 29€ até 149€ e lentes a partir do pack bronze. O desconto incide sobre a armação. O 2º par de óculos graduados completos de oferta tem o valor mínimo de 39€ (composto por armação de 14€ + lentes monofocais 1.5 com tratamento antirrisco). Campanha não acumulável com protocolos gerais ou convencionados e outras promoções em vigor nem com Preços Leves. Informe-se sobre as condições junto dos nossos colaboradores ou em www.multiópticas.pt

MultiOpticas



Pombal - Rua Professor Gonçalves Figueira, 7
Tel./Fax: 236 216 782

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

ASSINATURAS
236 023 075
pombaljornal@gmail.com

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

METEOROLOGIA

QUI 13	SEX 14	SAB 15	DOM 16	SEG 17	TER 18	QUA 19	QUI 20	SEX 21
 14° 8°	 15° 7°	 17° 8°	 16° 8°	 15° 6°	 15° 7°	 14° 7°	 15° 6°	 16° 9°

Índice nacional

Município enaltece resultados obtidos na governação local

A Câmara de Pombal enaltece os lugares que ocupa no relatório “Qualidade da Governação Local em Portugal”, da autoria da Fundação Francisco Manuel dos Santos. Segundo a autarquia presidida por Diogo Mateus, Pombal surge “no top 20 dos municípios portugueses com melhor governação autárquica”.

De acordo com aquele relatório, citado pela autarquia numa nota de imprensa, “Pombal é o quarto município do país com

melhor classificação na dimensão ‘Voz dos Cidadãos e Prestação de Contas’, um indicador que mede a participação activa dos cidadãos nas reuniões de Câmara e nas Assembleias Municipais, para além da influência dos cidadãos nas escolhas orçamentais da autarquia.”

“A capacidade dos municípios e da oposição em escrutinar os eleitos; a transparência das contas municipais e a transparência financeira são outros dos indicado-

res avaliados nesta dimensão”, refere, acrescentando que no que se refere à classificação na dimensão ‘Estado de Direito e Prevenção da Corrupção’, o município “figura na 12ª posição, em 308 municípios”.

“Neste índice foram avaliados os prazos médios para pagamentos de serviços, material e equipamento, bem como a preferência por métodos contratuais transparentes, a qualidade dos contratos públicos municipais e

as queixas dos municípios relativas ao município e às suas entidades”, refere a edilidade presidida por Diogo Mateus.

Ainda segundo a Câmara Municipal, quanto à eficácia governamental, “Pombal encontra-se na 16ª posição, tendo em conta os índices da dívida municipal, execução orçamental, qualidade dos serviços de água para consumo, de água residuais, dos serviços de recolha de lixo e para os níveis de investimento em serviços

sociais, culturais, educacionais e recreacionais.”

De acordo com os seus autores, o estudo “avaliou a qualidade da governação local nos 308 municípios portugueses, através de um índice multidimensional, composto por 22 indicadores identificados e ponderados por um grupo de peritos e perceber quem são e como interagem os principais actores nas redes de governação local em matéria de desenvolvimento económico.”

PUB

O Natal está a chegar...

na All House vai encontrar o presente ideal!

Visite-nos e surpreenda-se com as novidades!

all house móveis e decoração
a sua casa agradece...

allhouse.pt [Cernache](http://cernache.com) (Coimbra) [Coimbra](http://coimbra.allhouse.pt) [Leiria](http://leiria.allhouse.pt) [Tomar](http://tomar.allhouse.pt)

Sigam-nos em [Facebook](https://www.facebook.com/AllHouseMobilario) /AllHouseMobilario