



P O M B A L Jornal

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

COMSOFTWEB
sistemas informáticos, Lda

Renovámos o estatuto
PME Excelência!

Partilhámos este prémio
com todos os colaboradores,
clientes e fornecedores.

Eticodata
ZAPHC
comsoftweb.pt

Bombeiros vão ter mais benefícios sociais

<> Proposta da Câmara de Pombal quer atrair mais voluntários para a Associação Humanitária <>
Apoio ao arrendamento e bolsas de estudo são algumas das medidas previstas > Página 5

Educação Escolas
de Meirinhas
e Fonte Nova
vão ter obras

> Página 3

Mata Mourisca Projecto do
Parque do Vale da Sobreira
já foi apresentado

> Página 6

Pombal Jovens
furtam roupa
de loja no valor
de 185 euros

> Página 32

**NESTA
EDIÇÃO**

**Jornal da
Cercipom**

Vida e História da Cercipom
Conheça tudo sobre a Instituição.

CAÇA da Cercipom
A Cercipom realizou um concurso de caça ao tesouro para os seus associados e familiares. O concurso foi muito divertido e todos os participantes saíram com um prémio.

Atividade de Inverno
A Cercipom realizou uma atividade de inverno para os seus associados e familiares. A atividade foi muito divertida e todos os participantes saíram com um prémio.

Atividade de Inverno
A Cercipom realizou uma atividade de inverno para os seus associados e familiares. A atividade foi muito divertida e todos os participantes saíram com um prémio.

Atividade de Inverno
A Cercipom realizou uma atividade de inverno para os seus associados e familiares. A atividade foi muito divertida e todos os participantes saíram com um prémio.

**Mérito Jovem de Abiul
é candidata a prémio
internacional** > Página 8

Eleições
Carla
Longo
volta a
candidatar-se
à Junta
de Pombal
pelo PSD



> Página 4

**Trail Manuelino
juntou perto de
800 participantes
a correr
e a caminhar**

Quarta edição do evento superou expectativas. Pela primeira vez, foi dividido em dois dias, com o Trail Kids a realizar-se no sábado e as provas principais e caminhada no domingo. A organização esteve a cargo, uma vez mais, da Associação SicóTrilhos, com sede em Abiul. > Página 26

**Tradição Grupo
de Forcados
de Abiul pode
estrear-se nas
Festas do Bodo**
> Página 6

**Caulinos
Cidadãos
querem
mudança da lei
para travar
prospecções**
> Página 9

**Pelariga Arte
urbana
perpetua
história
da freguesia**
> Página 2

Reservas
236 215 204

Venha celebrar o
DIA DOS NAMORADOS
connosco!

Restaurante | Velha Caroca

Almoço de leitão na Redinha

O Rancho Folclórico da Redinha organiza no dia 16 (domingo) um almoço-convívio, no edifício da futura sede, destinado à angariação de fundos. A ementa terá leitão entre outras iguarias locais, tal como bebidas. As entradas têm um custo de 18 euros para adultos e nove euros para crianças dos seis aos 12 anos. As reservas devem ser feitas para os telefones 964 343 413 ou 924 242 237.

Cercipom vai ter “Cantinho da Inspiração”

A Freguesia de Pombal, o Lions Clube de Pombal - Marquês de Pombal e o Rotary Club juntaram-se para a concretização do projecto solidário “Cantinho da Inspiração”, que pretende dar uma nova vida ao espaço envolvente da Cercipom. A apresentação da iniciativa e angariação de apoios terá lugar este sábado, 8 de Fevereiro, pelas 22h, no Café Concerto, em Pombal. Constará com a participação do projecto “Clave de Sol” e da “FAP Rock”.

Agrupamento de Escolas de Pombal na Arruada

“À Pala de Camões”: 500 anos do poeta e mais de 500 alunos a exaltá-lo



• Participaram na iniciativa cerca de 500 alunos

No passado dia 23 de janeiro, o Agrupamento de Escolas de Pombal celebrou com grande entusiasmo os 500 anos do nascimento do poeta Luís de Camões, numa arruada intitulada “À Pala de Camões”. Esta atividade, sugerida pela Rede de Bibliotecas Escolares e abraçada pelas respetivas bibliotecas do agrupamento e associação de estudantes, contou com o apoio do município e da PSP, reunindo mais de 500 alunos.

A arruada foi um verdadeiro espetáculo cultural, com

a participação de um representante do Teatro Amador de Pombal, Paulo Rodrigues, que retratou a icónica personagem “O Velho do Restelo”. As figuras presentes na arruada incluíam ninfas, deuses, reis, rainhas, e até o temível Adamastor, todas elas representadas pelos alunos, que se apresentaram caracterizados, na sua maioria, à “semelhança de Camões”.

Duas padiolas carregavam uma versão gigante de “Os Lusíadas” e caravelas que ilustravam o percurso de Vasco da Gama até à Índia. As crian-

ças da EB Lourical deram vida a esta viagem através dos versos que entoaram expressivamente ao ritmo do “Grito” da cantora Iloanda. Para reforçar a força destes versos, a cantora Sofia Carmo Jorge interpretou a versão original de “O Grito”, ao passo que os alunos do 1º e 2º TDESP apresentavam uma coreografia sob o mesmo mote.

O Clube de Expressões da ESP também marcou presença, declamando poesias de Camões em vários momentos de paragem. Outros alunos, preparados pelos res-

pectivos professores, diversificaram com mais poemas, lengalengas criadas e versos inventados. Houve quem apresentasse a “Proposição”, a “Esparsa ao Desconcerto do Mundo” e “Luís, o poeta, a nado salva o poema” de Almada Negreiros. Assistimos ainda ao “Consílio dos Deuses” (enquanto DAC), e de forma original, um RAP sobre Camões que interagiu com o público.

Para reforçar essa interação com o público, foram oferecidos baús de poemas no Centro de Saúde, no Hospital e na Câmara Municipal.

Nos espaços públicos, como as ruas e o jardim, os poemas eram distribuídos aos transeuntes.

Foi um dia esplêndido, repleto de poesia e alegria, que certamente ficará na memória de todos os participantes e espectadores, tal como ficou logo manifesto. Claro que os preparativos foram longos e intensos, pelo que cabe um agradecimento muito especial a todos os que se envolveram.

Artigo da autoria do Agrupamento de Escolas de Pombal

Iniciativa da Junta de Freguesia com assinatura do artista João Ribeiro

História das gentes da Pelariga recriada em pinturas



• Mural no GDP homenageia fundadores

Os usos e costumes das gentes da Pelariga estão, desde o final do ano passado, perpetuados em murais da autoria do artista algarieiro João Ribeiro.

A iniciativa partiu da Junta de Freguesia liderada por Nelson Pereira que quis, desta forma, prestar uma homenagem ao passado e às dinâmicas que marcaram

aquele comunidade. Outra vincadamente rural, como a generalidade do concelho, os murais retratam parte dessa história, homenageando também todos aqueles que deixaram uma marca na história da localidade.

Os murais podem ser vistos junto à Rua Principal, no acesso ao centro da Pelariga.



• Mural com 42 metros que retrata usos e costumes

A zona do antigo lavadouro público, agora recuperado pela Junta, é um dos pontos que merece uma paragem. As pinturas recriam aqueles espaços que, mais do que a funcionalidade, eram também locais e de socialização entre as mulheres, a quem cabia a tarefa da lavagem da roupa.

Depois destas pinturas,

segue-se um mural, com uma extensão de 42 metros, onde o artista João Ribeiro deu vida a inúmeras tradições da comunidade local, ligadas sobretudo a actividades agrícolas.

O mais recente trabalho foi realizado no muro do Grupo Desportivo da Pelariga, junto ao acesso ao campo de futebol. Uma forma de

“embelezar” o clube, como explica Nelson Pereira, mas também de homenagear os fundadores do clube e todos os que têm trabalhado em prol desta causa associativa.

O presidente da Junta diz que a intenção é estender as pinturas a outros pontos da freguesia, sempre com o intuito de não deixar que a memória do passado se apa-



• Antigo lavadouro público

gue. Os próximos trabalhos serão realizados na Associação de Vêrigo, no muro lateral da escola da Machada (junto ao parque de estacionamento, cuja obras já estão concluídas) e na Associação dos Matosos. Nelson Pereira destaca, ainda, a forma como o artista foi bem acolhido pela população, durante a realização das pinturas.

Câmara Municipal vai investir cerca de 250 mil euros em obras

Refeitórios dos centros escolares de Meirinhas e Fonte Nova vão ser ampliados

Os centros escolares de Meirinhas e Fonte Nova (Pombal) vão ser alvo de obras de beneficiação, num investimento a rondar os 250 mil euros. O anúncio foi feito pela Câmara Municipal de Pombal, que adianta, numa nota enviada à imprensa, que as intervenções previstas vão proporcionar, sobretudo, “melhores condições” nos refeitórios escolares daqueles estabelecimentos de ensino.

No caso do centro esco-

lar de Meirinhas, está prevista a ampliação, em cerca de 60 m², do actual refeitório, o que permitirá “o serviço de mais refeições em simultâneo”, colmatando, desta forma, uma necessidade sentida.

Recorde-se que o edifício foi inaugurado em Janeiro de 2019, depois de um investimento municipal superior a 1,5 milhões de euros, sem apoios comunitários. Dispõe de quatro salas para os alunos do 1.º ciclo e três para

as crianças do jardim-de-infância. Possui também duas salas de artes plásticas, uma sala polivalente, um refeitório e uma biblioteca, numa área total de 5795 metros quadrados.

Relativamente ao centro escolar de Fonte Nova, localizado na freguesia de Pombal, as obras pretendem, de igual modo, criar melhores condições de funcionamento e utilização dos refeitórios do ensino básico e do jardim-de-infância, assim

como a aplicação de uma cobertura na zona de recreio do edifício do ensino básico, adianta a autarquia presidida por Pedro Pimpão.

Neste estabelecimento de ensino, a intervenção irá contemplar, também, a construção de uma sala de experiências e a aplicação de pavimento antiderrapante no terraço do edifício de jardim-de-infância, acrescenta.

“Estas obras de melhoria e beneficiação em centros

escolares representam um investimento essencial para proporcionar melhores condições a toda a comunidade escolar, contribuindo para um ambiente mais agradável e estimulante para as crianças e respectivos profissionais da educação”, destaca a autarquia.

A Câmara Municipal lembra, neste âmbito, que está a intervir, igualmente, na requalificação e beneficiação de parques infantis em escolas e jardins-de-infância

da freguesia de Pombal, designadamente nos estabelecimentos escolares da Gualdim Pais, Charneca, Flandes e Travasso.

As intervenções nestes parques contemplam, essencialmente, a execução de reparações, motivadas pela deterioração de alguns elementos, bem como a substituição dos equipamentos lúdicos, devido desgaste natural da intensa utilização (fim de vida útil), e a substituição de pavimentos.

Eleições estão marcadas para o dia 25 deste mês

Conheça as propostas dos candidatos a Jovem Autarca



• Ricardo Caetano, Carolina Trindade, Mariana Carriço e Miguel Ceixa

O projecto Jovem Autarca de Pombal, uma iniciativa do Município, tem este ano quatro candidatos: Carolina Trindade, do Colégio João de Barros; Mariana Carriço, do Agrupamento de Escolas da Guia; Miguel Ceixa e Ricardo Caetano, ambos alunos da ETAP. O período de campanha eleitoral já começou e decorre até dia 14 deste mês.

Mariana Carriço, de 15 anos, considera que “Pombal tem um potencial enorme para vir a ser um município mais atractivo, inovador e inclusivo” e que, para o conseguir, é preciso olhar para as áreas do Desporto, Cultura e Educação. Por isso, a sua primeira proposta é o reaproveitamento de espaços multiusos do concelho que considera estarem “subaproveitados”, para a realização de actividades destinadas aos jovens.

Carolina Trindade, de 16 anos, quer criar um espaço digital onde possam ser debatidos temas como literacia financeira, cultura/artes e desporto. O objectivo é que os alunos das várias escolas possam participar nos debates e esclarecer dúvidas. Sugere também a dinamização do Jardim do Cardal, através da colocação de mesas de piquenique e

baloiços. A terceira proposta é a criação de um espaço artístico que possa acolher exposições, concertos e servir de estúdio de gravações. Este espaço seria mobilado com móveis em segunda vida, trabalhados por jovens artistas.

Aos 17 anos, Miguel Ceixa é outro dos candidatos. Propõe a realização de espectáculos de comédia e improviso nas escolas, “para combater o dia-a-dia acelerado e promover a saúde mental”. As outras propostas passam pela criação de um podcast, no qual os intervenientes são alunos que se destacam “pela sua intervenção social e atlética”, e pela realização de uma venda de garagem, no Jardim do Cardal, nos dois últimos dias de Novembro, tendo em conta as dificuldades financeiras vividas por muitos e a inflação.

Por último, Ricardo Caetano tem como prioridades a promoção da igualdade no Desporto e o bem-estar físico e social da população. Por isso, sugere a distribuição de vales com desconto no acesso a ginásios, clubes desportivos ou academias de dança, de forma a que os jovens tenham a possibilidade de pagar as mensalidades e consigam praticar o que mais gostam.

AGENDA CULTURAL FEVEREIRO 2025

MUNICÍPIO DE POMBAL

01 SÁBADO • 10H00
CLUBE DE LEITURA
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL
Destinatários: Público em geral
Informações: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

01 SÁBADO • 15H00
OFICINA MAKER
Clóarte Artesanato
Convidados: ADAP
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL - ESPAÇO MAKER
Destinatários: Público em geral
Informações: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

05 QUARTA • 21H30
ENEMY - A PEACE CONFERENCE
Zone Poème
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete: 3€ | M/12

07 SEXTA • 21H30
ENEMY - CROSSING THE BALKANS
Zone Poème
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete: 3€ | M/12

08 SÁBADO • 21H30
ENEMY - ILIADS
Zone Poème
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete: 3€ | M/12

08 SÁBADO • 16H30
MÚSICA E PALAVRAS NASCEM NO COLO DOS AFETOS
Convidados: *Marias Catrapumbas*
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL
Destinatários: Famílias com crianças dos 3 meses aos 3 anos
Informações e inscrições: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

12 QUARTA • 14H30
EU SOU NO MUSEU
MUSEU DE ARTE POPULAR PORTUGUESA
Público-alvo: Utentes Associação Alzheimer Portugal
Informações / inscrições: museu@cm-pombal.pt | 236 210 555 | 236 210 564

13 E 14 QUINTA E SEXTA • 10H30
"TRADIÇÃO DO LENÇO DE NAMORADOS"
MUSEU DE ARTE POPULAR PORTUGUESA OU ESTABELECIMENTOS DE ENSINO ADERENTE
Público-alvo: 1º ciclo
Inscrições: museu@cm-pombal.pt | 236 210 564

15 SÁBADO • 15H30
BRINQUEDOTECA
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL
Destinatários: Famílias com crianças dos 7 aos 10 anos
Informações: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

15 SÁBADO • 21H30
"SOLSTÍCIO DE INVERNO"
Teatro da Cidade
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete: 5€ | M/12

16 DOMINGO • 16H00
OS IBERZITOS VÃO À MÚSICA
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete gratuito | M/6

21 SEXTA • 15H00
INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO COLETIVA "VIVÊNCIAS E MEMÓRIAS: 25 DE ABRIL DE 1974"
MUSEU DE ARTE POPULAR PORTUGUESA - CAPELA
Público-alvo: Público em geral
Inscrições: museu@cm-pombal.pt | 236 210 555 | 236 210 564

21 SEXTA • 21H30
PANGEA
Máximo Francisco
AUDITÓRIO MUNICIPAL
Bilhete: 3€ | M/6

22 SÁBADO • 15H30
UMA BIBLIOTECA É UMA CASA ONDE CABE TODA A GENTE
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL
Destinatários: Famílias com crianças dos 4 aos 6 anos
Informações: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

22 SÁBADO • 21H30
"SAMBA DE GUERRILHA"
Luca Argel
TEATRO-CINE DE POMBAL
Bilhete: 5€ | M/12

23 DOMINGO • 09H00
DESCUBRA O NOSSO CONCELHO A CAMINHAR
PR3 - Variante Sul
POMBAL
Público-alvo: Público em Geral
Distância: 13 Km | Grau de dificuldade: Moderado
Inscrições: Até ao dia 20 de Fevereiro | Limitada a 20 participantes
turismo@cm-pombal.pt | 236 210 556

23 DOMINGO • 11H00
JACARANDÁ
Universo Paralelo
CASA VARELA
Duração: 30 minutos | Bilhete: 2€ | M/6
Lotação limitada (50 pax. crianças e pais)

EXPOSIÇÕES

Até 15 de fevereiro
"HISTÓRIAS TRABALHADAS À MÃO"
Associação de Artesãos de Pombal - ADAP
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE POMBAL
Destinatários: Público em geral
Informações: biblioteca@cm-pombal.pt | 236 210 521

Até 30 de março
SILENCE (NEVER SCREAM AGAIN)
João do Vale
Exposição de Pintura
TEATRO-CINE DE POMBAL | GALERIA 1

De 21 de fevereiro a 30 de março
Terça a domingo: 10h00 às 13h00 | 14h00 às 18h00
VIVÊNCIAS E MEMÓRIAS: 25 DE ABRIL DE 1974
Exposição coletiva
MUSEU DE ARTE POPULAR PORTUGUESA (CAPELA)
Destinatários: Público em geral
Informações / inscrições: museu@cm-pombal.pt | 236 210 555 | 236 210 564

POMBAL Centro Natural de Portugal

Luís Couto pede à Assembleia que não aprove Independentes contra empréstimo bancário

O Grupo de Cidadãos Eleitores Oeste Independentes, representado por Luís Couto na Assembleia Municipal, escreveu uma carta aberta aos deputados daquele órgão e aos presidentes de Junta do concelho para que não autorizem “o executivo municipal a contrair um empréstimo” de cerca de 10 milhões de euros, aprovado recentemente em reunião de Câmara.

“A natureza do investimento não prevê retorno financeiro”, invoca Luís Couto, que aponta também o “aumento exponencial da dívida do município de cinco milhões de euros para 15 milhões, algo nunca antes visto e nunca desta forma”.

O deputado da Assembleia Municipal sustenta, ainda, que o orçamento de 2025 já prevê outros empréstimos e critica o facto de o executivo “ter aumentado exponencialmente a despesa corrente do município” pelo que, segundo afirma, a aprovação do empréstimo “significa que estamos, de facto, a financiar despesas correntes e actividades”. Luís Couto fala ainda em “má gestão” dos recursos técnicos camarários, o que ditou a opção pelo lançamento faseado dos investimentos, mas também em “necessidade eleitoralista”, defendendo o seu adiamento “para os orçamentos dos próximos anos”.

Agendado para dia 16

A “Rota dos Açudes”

A “Rota dos Açudes” é a segunda proposta do programa “Doze Meses Doze Caminhadas”, em Castanheira de Pera, marcada para o dia 16 às 9h00. sta é uma caminhada que oferecerá uma experiência única ao longo de cerca de 7 km de percurso linear, onde a água, os açudes e o pa-

trimónio industrial contam uma história de emancipação territorial.

As inscrições já abertas, através do link <https://www.praiadasrocas.com/doze-meses-doze-caminhadas/>, esta é uma oportunidade perfeita para reunir a família e amigos e explorar um dos cenários mais autênticos de Castanheira de Pera.

Anúncio feito pelo PSD esta segunda-feira à noite

Carla Longo é recandidata à Junta de Pombal

A actual presidente da Junta de Freguesia de Pombal, eleita pelo PSD, é novamente a candidata do partido à liderança daquela autarquia.

Cerca de 15 dias depois do anúncio da candidatura de Eduardo Cacho à Junta da Redinha, feito durante o almoço de Reis que o partido organiza anualmente, a estrutura presidida por João Antunes dos Santos emitiu esta segunda-feira à noite uma nota de imprensa onde revela que o nome de Carla Longo, de 48 anos, foi aprovado por unanimidade, pela Comissão Política de Secção de Pombal do PSD.

Natural da Charneca, Carla Longo integra o executivo da Junta de Pombal desde as eleições de 2017, que ditaram a vitória de Pedro Pimpão. Nas autárquicas de 2021, e com a saída de Pedro Pimpão para a lista candidata à Câmara, encabeça a candidatura à maior Junta de Freguesia do concelho de Pombal, da qual sai vitoriosa. Parte agora para a corrida a um segundo mandato pelo que, segundo a concelha social-democrata, “esta é a aposta num trabalho de continuidade”. No comunicado, a estru-



• Carla Longo entrou para o executivo, como secretária, em 2017. Nas eleições seguintes, foi eleita presidente

tura política reconhece na candidata, que é também Conselheira Nacional do PSD, “características marcadas pela proximidade e pela dedicação à causa pública, procurando contribuir para resolver os problemas das pessoas e criar melhores condições para viver e usufruir da Freguesia de Pombal”.

Sobre o trabalho realizado neste mandato, o PSD destaca a concretização daquele que foi um “relevante projecto para a comunidade”, referindo-se à am-

pliação e requalificação do Parque de Merendas do Cotrofe, “apresentando-o com uma nova vida e uma oferta diferenciadora enquanto Etno Parque do Cotrofe”.

Na esfera social, a concelha salienta o “crescimento” verificado, patente na “consolidação da Comissão Social de Freguesia e das suas acções de apoio à comunidade”. Uma trajectória seguida também na educação, “uma área desafiante e na qual têm sido alocados importantes recursos para dar mais e melhores condi-

ções às crianças”, lê-se no comunicado.

“O trabalho em cada uma das aldeias e o envolvimento do tecido associativo nas dinâmicas da freguesia têm sido uma marca”, aponta ainda o partido, “desde logo com iniciativas como os Cantares ao Menino, Ciclo de Teatro Amador, Bioartes, Crianças ao Palco, Dia dos Centros Históricos, entre outras acções”.

A candidata é, aliás, uma figura bem conhecida no campo associativo, com especial destaque para a ligação à Filarmónica Artística Pombalense, da qual foi música e presidente. Actualmente, lidera a Confraria do Bodo, é presidente da Assembleia Geral do Grupo Motard Marquês de Pombal e presidente da Assembleia Geral da Confederação Musical Portuguesa.

Nesta medida, “o PSD Pombal reconhece a importância de dar continuidade a este trabalho liderado por Carla Longo, garantindo que a Freguesia de Pombal mantém a trajectória de desenvolvimento que a caracteriza desde 2002, sendo um exemplo na ligação com a comunidade e na forma de gerir os bens públicos em prol da população”.

CARTOON

POR ANIBAL CARDONA

A CLOACA - O trolley político

Parece que o CHEGA vai designar um seu deputado da Assembleia da República para ser candidato à Câmara de Pombal.



É uma aposta forte!



Ouvi dizer que os deputados do CHEGA têm muita “bagagem”!



ACardona 2025

Em 2024 recebeu 27.565 turistas

Castelo de Pombal regista aumento expressivo de visitantes

O Castelo de Pombal registou em 2024 um número de visitantes que superou os dados anteriores à pandemia Covid-19, o que “reflete a recuperação e a relevante importância do Castelo na promoção do turismo cultural”, segundo a autarquia. O ano passado, o monumento esteve na rota de 27.565 turistas, enquanto em 2019, ano anterior à chegada da pandemia, esse registo aponta para 23.336 visitantes.

O anúncio foi feito, esta terça-feira (dia 4), pelo Município de Pombal, que aponta os meses de Verão como os de maior afluência. Para este sucesso terão contribuído “a diversificação das actividades culturais e a crescente atracção do público estrangeiro”, aponta a autarquia, que diz



que os números divulgados não contabilizam as provas desportivas que passam pelo Castelo de Pombal, nem o principal evento ali realizado (Mercado Medieval) que, também no ano passado, se assumiu como o ano de maior impacto ao nível de visitantes, com cerca de 15.655 pessoas.

Desde a sua reabertura ao público, em Abril de 2014, recebeu um total de 225.660 visitantes, dos quais 163.164 eram portugueses e 62.496 estrangeiros.

No caso da afluência em 2024, o castelo recebeu a visita de 12.194 estrangeiros e 15.371 portugueses. O Brasil destaca-se como o maior país emissor de visitantes, com 33,32% do total, o que representa 4.098 turistas. A França segue de perto, com 31,40% (3.862 visitantes), reflectindo a forte relação cultural e geográfica entre os dois países. A Espanha ocupa o terceiro lugar com 8,46% (1.040 visitantes), evidenciando a proximidade e a facilidade

de deslocação dos turistas espanhóis, país que mais tem crescido no que concerne ao número de turistas. Segundo a autarquia, a explicação reside na “política municipal de promoção turística”, como as Feiras de Valladolid e Madrid (INTUR e FITUR, respectivamente). O Reino Unido representa 7,36% (905 visitantes), enquanto a Alemanha, com 3,64% (448 visitantes), e os Estados Unidos, com 2,78% (342 visitantes), continuam a ser mercados importantes, embora com uma participação menor. O Canadá contribui com 1,61% (198 visitantes) e a Holanda com 1,48% (182 visitantes). A Itália segue com 1,44% (177 visitantes), e, por fim, a Suíça, com 0,93% (114 visitantes), embora com uma participação menor.

Novo regulamento vai ser submetido a consulta pública

Câmara aumenta benefícios sociais para incentivar voluntariado nos bombeiros

Apoio nutricional, acesso gratuito às piscinas municipais, apoio financeiro para aquisição de material escolar, bolsa de estudo para bombeiros que frequentem o ensino superior, reembolso parcial do IMI ou apoio ao arrendamento são alguns dos benefícios sociais elencados no novo projecto de regulamento que vai ser submetido a consulta pública.

A Câmara de Pombal vai aumentar os benefícios sociais para os bombeiros, de forma a incentivar o voluntariado, incluindo apoio ao arrendamento e reembolso parcial do Imposto Municipal sobre Imóveis, anunciou o presidente do município.

“Um conjunto de apoios já estavam definidos e nós agora avançamos para outras áreas”, afirmou Pedro Pimpão, na reunião do executivo municipal do dia 30 de Janeiro, na qual foi deliberado desencadear o procedimento de alteração do Regulamento de Atribuição de Benefícios Sociais aos Bombeiros Voluntários do Concelho de Pombal.

Pedro Pimpão elencou que o novo projecto de regulamento, que vai ser submetido a consulta pública para a recolha de mais sugestões, contempla apoio nutricional e apoio no âmbito do prolongamento de horários de actividades de animação e de apoio à família.

Ainda na educação, está previsto apoio financeiro para os filhos dos bombeiros que frequentem a escolaridade obrigatória ou bol-

sas de estudo aos bombeiros que frequentem o ensino superior.

A atribuição do passe dos transportes públicos urbanos PomBus, o reembolso parcial do Imposto Municipal sobre Imóveis, o apoio ao arrendamento, a atribuição de um prémio anual, tendo por base o número de serviços voluntários prestados, e a condecoração por serviços relevantes e extraordinários fazem também parte dos benefícios.

O presidente da Câmara destacou a forma empenhada como autarquia e Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Pombal têm trabalhado em conjunto para aumentar a motivação dos bombeiros e a adesão de novos voluntários à corporação.

Pedro Pimpão alertou que, a nível nacional, a principal dificuldade dos corpos de bombeiros é “terem um número cada vez mais reduzido de voluntários, de cidadãos, homens e mulheres que se dediquem em prol desta causa”.

“O objectivo que está subjacente a este regulamento municipal prende-se com o

contributo que nós, município, entendemos que podemos dar para esse designio maior de garantirmos a segurança e a protecção de todos”, salientou.

O autarca elencou ainda diversos riscos que o concelho apresenta, como uma “mancha florestal enorme”, o facto de ser atravessado por duas auto-estradas (A1 e A17) e duas linhas ferroviárias (Norte e Oeste), além de que tem várias áreas industriais e núcleos urbanos dispersos. O concelho é atravessado ainda pelo Itinerário Complementar 8.

“Tudo isto aumenta os nossos riscos, que estão perfeitamente identificados, mas que faz com que, realmente, para fazer face à dimensão e à pluralidade de diversidade desses riscos, também tenhamos de ter boas respostas”, defendeu.

Realçando o trabalho da corporação de Pombal na “protecção e socorro de pessoas e bens” do concelho, o presidente do município acrescentou que a Câmara pode concretizar um conjunto de apoios aos soldados da paz, “alinhados com esse objectivo de atrair mais bombeiros e, sobre-

tudo, criar condições” para que “esta carreira, esta função e, sobretudo, esta missão seja cada vez mais atractiva”.

“Este é o pontapé de partida neste procedimento, que esperamos que, o mais breve possível, possa ser submetido à Assembleia Municipal”, adiantou.

A associação humanitária, que completa 113 anos em Maio, tem quartel na sede do concelho e companhias destacadas no Oeste (Guia/Mata Mourisca), Albergaria dos Doze e Lourical.

Acesso é gratuito

Biblioteca de Pombal tem serviço digital de empréstimo de livros

A BiblioLED - Biblioteca Pública de Leitura e Empréstimo Digital já está online. Os leitores devem procurar o nome do seu município, que corresponde à biblioteca municipal onde está inscrito, sendo depois encaminhado para o catálogo da BiblioLED, que corresponde à sua região. Depois, é só efectuar o pedido de conta através do preenchimento do formulário.

A BiblioLED, administrada pela Direcção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas e gerida pelas Redes Intermunicipais e Redes Metropolitanas de Bibliotecas, pretende fomentar a lei-

tura, promover a literacia digital e facilitar o acesso aos recursos bibliográficos. Este serviço complementar ao atendimento presencial já oferecido pelas 10 bibliotecas públicas municipais da Região de Leiria: Alvaiázere, Ansião, Batalha, Castanheira de Pera, Figueiró dos Vinhos, Leiria, Marinha Grande, Pedrógão Grande, Pombal e Porto de Mós. O acesso pode ser feito via telemóvel, tablet (através de uma aplicação móvel), computador ou dispositivos de leitura digital compatíveis. O projecto é financiado pelo PRR - Plano de Recuperação e Resiliência.

Apenas para cápsulas de café

CAPSULÃO no Carricho

A Junta de Freguesia do Carricho e o seu Gabinete de Ação Social criou um ponto de recolha seletivo des-

tinado exclusivamente à recolha de cápsulas de café, a que se deu o nome de CAPSULÃO.

Grupo de voluntariado já tem sede na antiga Farmácia Barros

Comunidade pombalense ofereceu quase 8000 euros para a luta contra o cancro

O Grupo de Voluntariado Comunitário (GVC) de Pombal do Núcleo Regional do Centro da Liga Portuguesa Contra o Cancro já tem a tão ambicionada sede. Depois de o edifício da Junta de Freguesia de Pombal ter sido, nos últimos anos, o porto de abrigo das acções dinamizadas, o GVC tem agora um espaço próprio, nas antigas instalações da Farmácia Barros (disponibilizado gratuitamente pelo seu proprietário, o farmacêutico Carlos Oliveira), partilhado com a Associação ATLAS.

Na semana em que se assi-

nalou mais um Dia Mundial do Cancro, a 4 de Fevereiro, Natália Martins, do GVC, realça o contributo da comunidade pombalense no ano de 2024. Nas várias acções realizadas contra o cancro, os voluntários conseguiram angariar 7857 euros “e assim proporcionar mais e melhores serviços à nossa comunidade”.

Natália Martins aproveitou ainda para endereçar um agradecimento a Carlos Oliveira pelo facto de “nos possibilitar um lugar com muita dignidade para receber a nossa comunidade, desen-

volver o nosso plano de actividades e todas as interacções e desafios propostos”. Graças a este gesto, o GVC pode agora ter as portas da sua sede abertas todas as terças-feiras de manhã, onde os voluntários estão disponíveis para prestar apoio ou informações a quem ali se dirigir.

De realçar que o Dia Mundial do Cancro é uma efeméride internacional celebrada anualmente a 4 de Fevereiro. Visa aumentar a consciencialização relativamente ao cancro e encorajar a sua prevenção, detecção precoce e tratamento adequado.

ATLETISMO EM POMBAL
COMPETIÇÕES EM DESTAQUE
PISTA CURTA

FEVEREIRO	01 e 02	Campeonatos Nacionais de SUB-18
	08 e 09	Campeonatos Nacionais de Clubes
	15 e 16	Campeonatos Nacionais de SUB-20
	22 e 23	Campeonatos de Portugal
MARÇO		
	01 e 02	Campeonatos Nacionais de Veteranos
	15 e 16	Torneio Ibérico de Provas Combinadas

OS MELHORES COMPETEM AQUI!

POMBAL Centro Nacional de Portugal
FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO



Câmara fez a apresentação pública das intervenções previstas

Projecto do Parque Verde e de Lazer do Vale da Sobreira está concluído

Está concluído o projecto de requalificação e ampliação do Parque Verde e de Lazer do Vale da Sobreira, resultante de uma articulação entre o Município de Pombal e a União de Freguesias de Guia, Ilha e Mata Mourisca. Aos actuais 9.000m² de área vão ser acrescentados 3.850 m².

No centro escolar da Mata Mourisca, onde o Município fez apresentação à população, no dia 1 deste mês (sábado), Pedro Pimpão lembrou que a concretização do projecto foi um “compromisso” assumido com a comunidade local, que há muito manifestava o desejo daquela obra. Para o presidente da Câmara, vão se criadas “condições de excelência para que esta intervenção seja verdadeiramente diferenciadora e se assumam como um factor de atratividade e de promoção da qualidade de vida e bem-estar” daquela região Oeste, em particu-

lar, mas também do concelho.

Por sua vez, o presidente da União de Freguesias da Guia, Ilha e Mata Mourisca, Gonçalo Ramos, considerou aquele momento como “extraordinariamente especial”. “É um momento de mostrarmos aos nossos fregueses e às nossas gentes que não mentimos”, adiantando que “dissemos que o que queremos para a nossa terra são projectos ambiciosos, e que levem o nome da nossa freguesia e de têm que estar”. Gonçalo Ramos disse ainda não ter “dúvidas nenhuma que [o projecto] vai levar também o nome do concelho, porque é uma solução inovadora, diferenciadora e que, de certa forma, vai deixar todos orgulhosos.”

Segundo o Município, a reabilitação e ampliação do espaço parte da necessidade de renovar as estruturas existentes, de o adequar e preparar para a

época estival onde há uma maior afluência de visitantes, que torna insuficientes algumas das unidades que compõem o espaço, nomeadamente a zona da piscina e a área envolvente.

A execução será faseada, iniciando-se a intervenção pela construção de uma nova piscina, os balneários, recinto polidesportivo e parque infantil. Num segunda fase será reabilitado o parque de merendas, a criação de zona de jogos e fitness outdoor, a reabilitação do edifício existente de instalações sanitárias e bar, bem como a construção de um açude e de três pontes pedonais. O projecto prevê, ainda, a colocação de novo mobiliário e iluminação pública.

Explica ainda a autarquia que a intervenção resulta de um planeamento ajustado às dinâmicas particulares de cada área do parque, e tem como ob-

jectivo principal a criação de um espaço público com uma forte componente de área verde, de lazer e recreio, e uma relação muito estreita com o elemento água.

A proposta teve em conta o lugar, a sua história, a sua memória, bem como as características naturais da envolvente que o recebe, com destaque para as ruínas do antigo lagar de azeite, que aproximou as gentes ao local.

O referido investimento, cujo montante está a ser estimado para ser lançado a concurso público em breve, enquadra-se, segundo o executivo de Pedro Pimpão, na estratégia municipal de criação de uma rede de parques verdes no concelho, permitindo o contacto com a natureza e a boa qualidade do ar e de vida, assim como atrair visitantes de outras regiões do país, contribuindo desta forma a dinamizar as economias locais.

Junta de Freguesia divulgou cartéis

Forcados de Abiul podem estrear-se nas touradas de Agosto

“Seriiedade, Arte e Emoção”. É com este slogan que se apresenta a edição de 2025 da Feira Taurina de Abiul, marcada para os dias 2, 3 e 14 de Agosto, e integrada na programação das centenárias Festas do Bodo.

Os nomes dos cavaleiros e das ganadarias já foram divulgados, mas a organização, a cargo da Junta de Freguesia de Abiul, deixou em aberto a actuação dos forcados em dois dos dias das touradas. Sabe-se que o Grupo de Forcados Amadores Académicos de Coimbra participam na corrida do dia 3 de Agosto, mas nos dias 2 e 14 a Junta liderada por Sandra Barros não adianta nomes. Isto porque há possibilidades de o Grupo de Forcados Amadores de Abiul entrar para a Associação Nacional de Grupos de Forcados (ANGF) como pré-associados, abrindo portas à possibilidade de fazerem a pega num dos espectáculos.

“Na próxima semana, a ANGF irá debater a entrada dos Forcados de Abiul como pré associados, pelo que o executivo aguardará com expectativa a decisão, para posteriormente tomar uma decisão sobre os grupos que vão marcar presença na Feira Taurina de Abiul”, revela a Junta numa nota enviada à imprensa.

“Nos últimos anos, Abiul tem conhecido uma nova realidade, com um grupo de jovens aficionados da freguesia e de concelhos limítrofes a formarem o Grupo de Forcados Amadores de Abiul”, conta a autarquia. “Enquanto associação da Freguesia de Abiul, estes têm criado uma dinâmica bastante interessante, com várias actividades realizadas ao longo do ano, muitas delas ligadas à festa brava, e que durante o ano vão ‘alimentando’ a aficção

destes jovens”. Por outro lado, “também enquanto parceiros da Junta de Freguesia de Abiul, na realização e apoio às actividades desenvolvidas, estes têm-se revelado um parceiro fundamental e integrado na freguesia”, argumenta o executivo.

Sobre o slogan da Feira Taurina deste ano, a Junta começa por destacar a “Seriiedade”, remetendo para a “forma como foram preparados os cartéis, mas sobretudo pelas três ganadarias que seleccionámos e que entendemos serem do agrado dos aficionados abiulenses e de todo o país”. A feira abrirá, no dia 2, com um curro da ganadaria Jorge de Carvalho; no dia 3 será lido um curro de touros de Varela Crujo e a 14 de Agosto estarão em praça seis touros da ganadaria Canas Vigouroux.

Sobre a “Arte”, o executivo destaca os três cartéis “com as figuras e toureiros mais queridos de Abiul, bem como daremos oportunidade a dois jovens portugueses que tudo fazem diariamente para almejar o lugar de figura no toureio a pé. Acreditamos que será uma das feiras mais rematadas de sempre, e em que não faltarão motivos para contarmos com a presença dos aficionados”. Filipe Gonçalves, Miguel Moura e Luís Rouxinol Jr. Actuam no dia 2; Rui Fernandes e Duarte Fernandes no dia 3 e Luís Rouxinol, João Moura Jr. e Francisco Palha no dia 14.

Por último, os “três cartéis, com 10 toureiros e cinco grupos de forcados, cada um com o seu estilo e a disputar os já consagrados troféus da Tertúlia Tauro-máquica de Abiul, prometem momentos de muita emoção na Arena de Abiul” e remetem para a “Emoção” a que se refere o slogan da Feira Taurina deste ano.

Centro Escolar da Guia

Hastear da Bandeira Verde

O Centro Escolar da Guia realizou a cerimónia do Hastear da Bandeira Verde, no âmbito do Projeto Eco-Escolas.

Esta bandeira simbólica, uma vez mais, o reconhecimento do trabalho de qualidade realizado pela Escola durante o ano, na área do ambiente, educan-

do e envolvendo as crianças e jovens na construção de uma escola e de uma comunidade mais sustentáveis.

A direcção ficou grata “pelo convite para estarmos presentes e orgulhosos pela dedicação da nossa comunidade escolar a este projecto!” finalizou

Cerimónia anual reconhece percurso profissional e académico

Mérito de Armando e Martim distinguido pelos rotários

O Rotary Club de Pombal atribuiu, este ano, a Armando Fernandes, a distinção como profissional do ano. O empresário residente na Fonta Nova, em Pombal, mas natural da Assanha da Paz (Almagreira), viu o seu percurso na área da serralharia civil ser reconhecido pelo clube de serviços.

A cerimónia decorreu no dia 28 de Janeiro, tendo sido também distinguido o mérito académico de Martim Rodrigues Antunes, de 17 anos. A frequentar o 12º ano do curso de Ciências, na Escola Secundária de Pombal (ali representada por Pedro Martins, da direcção), o jovem foi o melhor aluno da escola, no 10 e 11º anos, com a média de 18,4. Para além dos estudos, Martim Rodrigues Antunes é atleta federado no Núcleo do Desporto Amador de Pombal, onde pratica atletismo desde os 11 anos. “Uma carreira académica e social brilhante”,



• Pedro Mendes, Martim Antunes, Armando Fernandes e a vereadora Isabel Marto

como frisou Jorge Silva, na apresentação que fez do jovem estudante.

Antes, coube a Henrique Fernandes, filho de Armando Fernandes, dar a conhecer o percurso do pai, cuja ligação à serralharia começou

cedo. Primeiro por conta de outrém e a partir de Outubro de 1993 por conta própria. À competência que lhe é reconhecida no exercício da actividade, Henrique Fernandes juntou “a imaginação e criatividade” que coloca na exe-

cução dos trabalhos, o que lhe permite criar “peças originais e modelos, cuja existência no mercado, por vezes não é possível”.

Por sua vez, o presidente da direcção do clube anfitrião aproveitou a ocasião para dar a conhecer a história e o trabalho do clube de serviços, com destaque para alguns dos projectos dos rotários e do rotaract.

Pedro Mendes frisou ainda que a escolha do homenageado é feita com base no profissionalismo, ética e impacto do seu trabalho na sociedade. Quanto ao mérito académico, pretende “incutir e inspirar os mais novos” a prepararem-se para o futuro.

“Ser profissional e aluno de talento é fruto de trabalho, dedicação e resiliência”, sintetizou o dirigente rotário, em jeito de conclusão.

[todas as fotos da cerimónia nas redes sociais do Pombal Jornal]

Sessão nas Vespas do Marquês, dia 12

Legislação para motociclistas

O PSD Pombal organiza dia 12 de Fevereiro uma sessão de esclarecimento sobre o pacote legislativo aprovado na Assembleia da República, destinado aos motociclistas. A iniciativa realiza-se na sede

das Vespas do Marquês, nos Barros da Paz, com início às 21h00. Na sessão estará presente o deputado e presidente da Comissão Parlamentar da Economia, que fará a apresentação das medidas.

Dia 15 de Fevereiro

Sopas em Torneira e Serrião

A Associação da Torneira e Serrião, na freguesia do Loureiral, organiza no dia 15 de Fevereiro (sábado), a partir das 21h00, o Festival das Sopas. As inscrições têm um custo de 10 euros, mas as crianças

até aos 12 anos pagam seis. O valor inclui taça, sopas, uma sobremesa, café e uma bebida. As reservas podem ser feitas na sede da colectividade ou através dos telefones 917 300 116 ou 916 020 820.

Agendado para 23 Fevereiro

Meirinhas recebe Rota das Laranjeiras

Meirinhas vai ser palco de mais uma edição da Rota das Laranjeiras em BTT, com data marcada para o próximo dia

23. Inscrições e mais informações em <https://www.recordepessoal.pt/evento/6bttrotadaslaranjeiras>.

SUSTENTABILIDADE FAZ GIRAR O MUNDO

51 milhões de euros foram destinados ao financiamento de energias renováveis em 2023

ESTAMOS CÁ POR UM BEM MAIOR

PUBLICIDADE 06/2024



Para mais informações:
creditoagricola.pt



Fonte: Relatório de Sustentabilidade CA 2023

Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L. registada junto do Banco de Portugal sob o n.º 9000-M.C.R.C. de Lisboa e Pessoa Colectiva n.º 501 464 301 | Capital Social € 321.405.715,00 (variável) Rua Castilho n.º 233, 233 A, Lisboa

CA
Crédito Agrícola

Ana Rita Carreira trabalha como Au Pair nos Estados Unidos

Jovem abiulense é candidata a prémio internacional

Todos os anos, milhares de jovens de todo o mundo viajam para os Estados Unidos como au pairs através de um visto de intercâmbio cultural, onde vivem com “host families” americanas e ajudam no cuidado dos seus filhos. Este programa tem vindo a criar laços fortes e significativos entre estas famílias e as au pairs internacionais há 35 anos. Uma dessas jovens é natural da freguesia de Abiul, no concelho de Pombal, e tem estado em destaque, ultimamente, pois está seleccionada para o prémio “Au Pair of the Year”, da Cultural Care Au Pair, sendo uma das 21 finalistas em mais de 600 nomeações.

“Au Pair” é uma expressão francesa que significa “a par” ou “igual”, tendo a sua origem na ideia de paridade económica entre os serviços trocados. É o termo usado para designar um jovem participante num programa de intercâmbio cultural, onde este ajuda os pais de crianças a cuidar dos mais novos em troca de um quarto, alimentação, um pagamento semanal e uma bolsa de estudo para aprofundar os seus estudos. Ana Rita Carreira foi uma das jovens que se inscreveram na Cultural Care Au Pair, estando agora a iniciar o seu segundo ano como au pair de uma família de Nova Jérсия. Questionada sobre as motivações que a levaram a inscrever-



• Ana Rita é uma das 21 finalistas entre 600 nomeados

se, responde que sempre gostou de viajar. “Desde pequena que os meus pais me levaram a visitar outros países e culturas e me ensinaram a apreciar as diferenças”, diz, acrescentando que além da “sede de aventura”, tinha o desejo de “aprender uma nova cultura pelos olhos de uma criança”. Revela que a família com a qual está actualmente é a sua segunda nos Estados Unidos e que “foi praticamente amor à primeira vista com as crianças, duas meninas de 7 e 9 anos, e uma relação super calorosa com a

mãe”.

Ana Rita Carreira diz que esta experiência tem superado as suas expectativas. “Comecei o meu segundo ano do programa Au Pair a meio de Janeiro e todos os meses continuo a ter novas oportunidades. Os Estados Unidos nunca param de surpreender”, afirma. Confessa sentir falta do clima ameno de Portugal, de uma vida mais ligeira (“aqui é sempre a correr”), dos pastéis de nata e do café, mas no entanto adora a conveniência que encontra na América, com

“bens e serviços de fácil acesso, abertos até tarde; a variedade de produtos e a facilidade de os obter através do telemóvel; haver sempre algo a acontecer e entretenimento de todos os tipos”.

Ana Rita Carreira é filha única “de pais que sempre me encorajaram a dar o melhor de mim e a procurar o melhor para mim”. Tirou a licenciatura em Biologia Marinha e o seu emprego de sonho seria a trabalhar num grande aquário público. Não tem pressa para alcançar esse sonho e, por agora, sente prazer no que faz, aproveitando para ensinar as meninas ao seu cuidado sobre o mar e as criaturas que nele habitam.

Desde que começou esta aventura, a jovem diz que tem descoberto muito sobre si própria. Nomeadamente, “paciência que não sabia que tinha, resiliência nos momentos mais duros e, sobretudo, como manter a calma face às situações mais insólitas e inesperadas! Quando se trabalha com crianças todos os dias coisas estranhas acontecem!”.

A jovem pombalense foi nomeada para o prémio pela família onde está inserida, tendo sido seleccionada como a finalista portuguesa ao prémio. Se vencer, receberá um vale de viagem de mil dólares e representará a Cultural Care no prémio global da International Au Pair Association.

Iniciativa junta 10 colectividades da freguesia do Louriçal

Serões Culturais arrancaram nas Cavadas



• Junta distinguiu a antiga apresentadora Regina Nunes

Já começou a 12ª edição dos Serões Culturais do Louriçal. A iniciativa, organizada pela Junta de Freguesia em colaboração com dez colectividades da freguesia, teve a sua primeira sessão do ano, no passado dia 25 de Janeiro, na sede do Grupo Desportivo Cultural e Recreativo (GDCR) de Cavadas.

Nesta sessão, a associação anfitriã e a Associação do Louriçal apresentaram as suas provas livres, avaliadas pelo júri composto pela vereadora do Município de Pombal, Isabel Marto; a directora pedagógica do Instituto D. João V, Mónica Gama; e Mikael Lopes, em representação do grupo “Toca sem Dó”, responsável pela animação musical naquela noite. As duas colectividades optaram por apresentar pequenas peças teatrais humorísticas, provocando gargalhadas ao público que encheu o salão nas Cavadas. Nesta sessão, como aliás acontece em todos os Serões Culturais, as dez colectividades tiveram ainda de responder a três perguntas de cultura geral e nove delas (a anfitriã não participa) tentaram adi-

vinhar o preço certo de um cabaz de compras.

Durante esta primeira sessão, José Manuel Marques lembrou que estes serão os últimos serões culturais a que vai assistir como presidente de junta e, por isso, referiu que vai deixar uma lembrança simbólica a todas as colectividades participantes. Entregou assim uma placa ao GDCR de Cavadas, como anfitrião desta sessão, ficando de entregar outras placas à medida que as colectividades forem recebendo a iniciativa. Entregou também uma placa a Regina Nunes, que durante alguns anos conduziu estes serões culturais. A jovem louricalense agradeceu e disse que a sua ainda curta carreira na comunicação social se deve, em grande parte, às iniciativas que foi apresentando no Louriçal e que despertaram o gosto pela actividade.

A segunda sessão dos Serões Culturais 2025 realiza-se no próximo sábado, dia 8 às 21 horas, na colectividade de Matas e Cipreste, tendo a Associação Pik-Nik como convidada e o grupo Fora de Serviço na animação.

Considerado um dos mais promissores pianistas da sua geração

Máximo tem ligações familiares a Pombal e inicia aqui uma tour nacional

Aos 21 anos, Máximo quer afirmar-se como um valores emergentes na cena musical. Depois de em 2023 ter lançado o seu trabalho de estreia, “Greatest Hits”, tem agora um novo trabalho para mostrar. “Pangea” vai ser apresentado em Portugal, neste mês, numa tour que arranca no dia 21, em Pombal, no Auditório, pelas 21h30.

Por certo que o espectáculo de Pombal terá um sabor especial para Máximo. Esta é a terra dos seus avós pater-



nos e por aqui passou muitas vezes, antes de se ter fixado em Rotedão, nos Países Baixos. Em “Pangea”, o pianista explora sonoridades e técnicas de composição alternati-

vas, “movido pelo ímpeto de alcançar novas dimensões musicais, desde logo mediante a inclusão de elementos electrónicos, voz e outros instrumentos, além do pia-

no”. A última faixa do álbum foi escolhida para música oficial do Pavilhão de Portugal na Expo 2025 Osaka, onde o músico também irá actuar. Máximo compôs para um trio de piano, bateria e baixo electrónico, e nos quatro concertos da tour nacional estará acompanhado de Joppe van Noten (bateria) e Jan Honnef (baixo). Além dos quatro temas de “Pangea”, um para cada estação do ano, que segundo o músico “podem ser experienci-

dos isoladamente, mas em conjunto formam algo maior do que a soma das partes”, o trio vai entregar-se ao improviso, ampliando assim as faixas do álbum para criar um arco narrativo mais extenso, tornando cada performance única. Haverá momentos de piano solo, mas também spoken word e exploração com electrónica, sintetizadores e faixas pré-gravadas. Além da música, o espectáculo terá ainda uma componente audiovisual.

Máximo nasceu em Coimbra, em 2003, e iniciou o seu percurso musical na Escola Artística de Música do Conservatório Nacional, aos sete anos. Actualmente está a terminar a licenciatura em Composição Jazz, na Codarts Rotterdam. Não obstante a sua formação clássica, são as suas incursões autodidactas na composição de peças originais que evidenciam a sua aptidão particular para a fusão de estilos musicais.

Grupo de cidadãos independentes quer travar este avanço

Cidadãos mobilizam-se para mudar a lei sobre exploração de caulinos

O executivo municipal reavaliou cinco pareceres sobre os pedidos de atribuição de direitos de prospecção e pesquisa de depósitos minerais de caulinos, “em linha com o compromisso assumido com a Assembleia Municipal”, e emitiu agora, na reunião de Câmara do dia 30 de Janeiro, proposta de parecer desfavorável, na totalidade da área, para as cinco áreas em causa. A única excepção diz respeito ao Vale das Moitas (Carnide), onde foi dado parecer favo-

rável a uma “área residual”, como explicou a vereadora Isabel Marto. Os pedidos em causa ficam localizados na União de Freguesias de Santiago e São Simão de Lição e Albergaria dos Doze, Vila Cã, Abiul, Vermoil, Carnide e Pombal.

Apesar desta mudança de postura do Município de Pombal, um grupo de cidadãos, atento a esta questão desde a primeira hora e ciente de que o executivo está limitado devido a questões legislativas, tem vindo

a desencadear esforços para alertar os cidadãos para o impacto, a vários níveis, do avanço das máquinas naqueles terrenos.

Ludgero Gameiro, de Vila Cã e um dos elementos mais activos do grupo, diz que os pedidos em causa correspondem a uma área que equivalente a cerca de 1400 campos de futebol.

As consequências da prospecção de caulinos estão patentes, desde logo, no aumento exponencial do tráfego de camiões e tudo o que

essa movimentação diária acarreta para a vida das populações, reforça Joel Silva, outro dos cidadãos que se tem mobilizado nesta luta. Residente em Pombal, mas com as raízes em Vila Cã, Joel Silva recorda os primórdios desta batalha, desprovida de partidarismos, e que quer agora chegar aos partidos políticos com assento parlamentar.

Para isso, enviaram um convite a todas as forças políticas, com o intuito de mostrar a área em causa aos de-

putados e o impacto das prospecções nestes territórios, de modo a que possam encetar esforços para uma mudança legislativa que permita às autarquias ter uma palavra determinante nesta matéria.

Os socialistas foram os primeiros a deslocar-se ao terreno, seguindo-se a visita dos deputados do PSD, eleitos pelo círculo eleitoral de Leiria, no dia 27 de Janeiro. Do grupo faziam parte João Antunes dos Santos, Hugo Oliveira e Sofia Carreira, mas aos parlamentares juntaram-se os presidentes das Juntas de Freguesia de Vila Cã e Vermoil e a vereadora Isabel Marto. “Temos que mudar a própria lei, e é esse o objectivo, porque percebemos que o município, com as ferramentas que tem, não é suficiente”, esclarece Joel Silva.

Os esforços conjuntos deste grupo de cidadãos têm tido eco crescente junto das populações atingidas e a prova disso é que “há um movimento grande de pessoas que está a ficar alerta para a causa, mesmo de fora daqui, que percebeu que isto não é bom para o ambiente”, nota Ludgero Gameiro.

O impacto destas prospecções no território está a ser compilado num dossiê, a entregar aos deputados, Câmaras Municipais, Juntas de Freguesia e comunicação social. “Estamos a tentar envolver toda a gente e, neste momento, tudo é valor. Vamos registar tudo, colocar nesse dossiê e enviar aos deputa-

dos para que eles olhem para nós”, revela Joel Silva. “O poder destas organizações é forte, sabemos aquilo que já temos ouvido, mas precisamos mobilizar a Assembleia [da República] de uma forma brutal, sem esquecer que os partidos são financiados por um conjunto destas empresas. Ou eles olham para isto e pensam de uma forma correcta, sustentável, ou nós perdemos esta luta. Até lá, morra quem se negue”, reforça.

Sobre a visita às áreas com pedidos de prospecção, João Antunes dos Santos, que é natural de Vila Cã, diz que “faz todo o sentido que possamos influenciar, enquanto legisladores, uma mudança de lei, para que no futuro as autarquias locais, enquanto representantes das suas populações, possam ter uma palavra a dizer sobre as prospecções e explorações de inertes”.

O deputado do PSD defende que “a vontade das autarquias deve ser mais valorizada neste tipo de processos. Não faz muito sentido que potenciais investimentos, com impacto tão grande na vida das populações, sejam decididas em Lisboa, num gabinete, por alguém que não conhece minimamente o território nem as suas potencialidades”.

Reconhece, contudo, que o desenvolvimento económico deve existir, mas que, para isso, é preciso haver um “equilíbrio” para que a qualidade de vida das populações não seja afectada.

ORGANIFACHO
Legalização de Veículos, Lda.
DECLARANTES ADUANEIROS - Cédula 263216

ESTÁ DE REGRESSO A PORTUGAL?

TRATAMOS DA LEGALIZAÇÃO DO SEU CARRO
LIGUE 236 244 774

Tel. 236 244 774 / Tm. 917 248 199
E-mail: organifacho@gmail.com • www.organifacho.com
Z. Ind. da Formiga • Rua Dr. José Farinha Portela Fernandes, Lt. 3-B5 • 3100-394 POMBAL

Planeta dos gaiatos
15 DE FEVEREIRO
das 20h às 23h
Em Estrada-Pombal

POSSIBILIDADE DE JANTAR

BACK TO THE 90's

Happy Birth 7
Solo de aniversário

Com **DJ Gaiatos**

Espaço de jogos aberto para crianças até aos 12 anos.

Com inscrição prévia
961694020

Loja da Companhia de Seguros Fidelidade gerida pela empresa

Execris Seguros inaugura espaço da Fidelidade em Pombal

A Execris Seguros inaugurou formalmente esta segunda-feira, dia 3, as instalações da Fidelidade, na Rua de Santa Luzia, em Pombal. Na ocasião marcaram presença os gerentes e colaboradores da Execris Seguros, vários representantes da Fidelidade e ainda os presidentes da Câmara Municipal e Junta de Freguesia de Pombal, Pedro Pimpão e Carla Longo, respectivamente.

Ao Pombal Jornal, Manuel Sobreiro, um dos gerentes da Execris Seguros, recordou os primórdios da empresa, nascida há 44 anos na localidade do Pocejal, freguesia de Vermoil, pela mão de mais dois empresários: Diogo Ponte e Licínia Mendes.

Inicialmente vocacionada apenas para a área da contabilidade, consultadoria e assistência fiscal, a Execris acabaria por alargar o seu ramo de acção, passando a incluir os seguros no leque de serviços prestados. “Contactámos a Fidelidade e tornámo-nos agentes exclusivos da companhia”, conta o empresário.

O crescimento do negócio da mediação de seguros motivou a abertura de uma sucursal no Barracão (na



● Fundadores da Execris, ao centro (Diogo Ponte, Manuel Sobreiro e Licínia Mendes), rodeados de profissionais da Execris Seguros

vizinha freguesia de Colmeias), cuja localização estratégica ditou que aquele passasse a ser “o principal escritório da Execris Seguros”, refere Manuel Sobreiro.

A expansão não fiou por aqui e, em 2010, a empresa dá um novo passo ao abrir uma “agência multimarca em Vermoil”, sob a denominação de Arunca Mais - Mediação de Seguros. Uma

aposta que permitiu disponibilizar aos clientes mais opções, “na tentativa de não estarmos tão limitados”, frisa.

“Entretanto, a Fidelidade decidiu que ia encerrar este espaço [loja de Pombal], mas queria entregá-lo a um mediador para ser reestruturado. Optou pela Execris Seguros, tendo em conta a sua ligação exclusiva à Fidelidade”, relata Manuel So-

breiro, sobre o desafio lançado pela companhia de seguros. “Apostou bem e estamos aqui há já um ano”, conclui.

Palavras reforçadas pelo optimismo do responsável pela mediação de seguros na Execris. Paulo Sousa diz que a estratégia é dar “continuidade ao atendimento que já era feito pela Fidelidade” em Pombal, mas com algumas novida-

des. O horário da loja é agora mais alargado, com o encerramento a ser feito às 18h00 e não às 16h45, como acontecia, com o intuito de facilitar as dinâmicas dos clientes com horários mais restritos.

A par disso, “vamos continuar a receber com a simpatia, profissionalismo e dedicação que são habituais na nossa empresa”, na perspectiva de “fidelizar os

clientes, porque é deles que dependemos”, refere.

Actualmente, o serviço é assegurado por três pessoas, mas tudo indica que, “num futuro próximo, consigamos alargar a equipa, para dar resposta a tudo o que precisamos”, revela Paulo Sousa. Uma estratégia que é sinónimo do crescimento da companhia de seguros em Pombal, neste último ano, aponta o mediador de seguros, que atribui este resultado “ao nosso empenho, trabalho e confiança que os clientes têm em nós”.

Desta forma, “conseguimos alargar o mercado”, cativando “clientes que têm alguns seguros dispersos por outras marcas, mas têm também um contrato com a Fidelidade. A vinda deles cá acaba por ser uma oportunidade para pedirmos a transferência dos outros contratos”, explica.

É também junto de clientes que “já tiveram algum dissabor com sinistros”, e encontraram aqui “a resolução mais eficaz”, que a companhia de seguros tem marcado também a diferença, realça ainda Paulo Sousa.

[fotos da inauguração nas redes sociais do PombalJornal]

19

A equipa da Execris conta com 19 profissionais ao seu serviço, distribuídos pelas áreas da contabilidade e seguros. Destes, oito estão adstritos à mediação de seguros (incluindo-se aqui os que trabalham no escritório Arunca Mais)

Espaço fica localizado no Bairro Agorreta, na cidade de Pombal

In.Motion Studio promete revolucionar o treino personalizado

Pombal tem, desde sábado, primeiro dia de Fevereiro, um novo espaço dedicado ao treino personalizado e ao bem-estar integral. O In.Motion Studio ‘vestese’ de azul e nasce com a promessa de oferecer uma abordagem exclusiva, personalizada e focada no indivíduo, trazendo um conceito inovador à cidade, refere João Cardoso, mentor do projecto juntamente com Inês Cordeiro.

Em dia de inauguração, o casal abriu as portas a dezenas de amigos, antigos alunos e futuros clientes, que não pouparam elogios à variedade e excelência dos equipamentos, mas também à zona dos vestiários, onde a funcionalidade e os pormenores decorativos não passaram despercebidos.



● Inês Cordeiro e João Cardoso, profissionais conhecidos nesta área, são os mentores do projecto

O In.Motion Studio é “diferente dos ginásios con-

vidualização do treino, ao proporcionar um acompanhamento próximo e adaptado às necessidades de cada cliente. “O objectivo não é apenas treinar, mas transformar hábitos, potenciar o bem-estar e melhorar a qualidade de vida”.

Localizado numa zona central e tranquila da cidade - o Bairro Agorreta -, o estúdio conta com um ambiente privado e exclusivo, garantindo um treino sem distrações, com balneários individuais e um espaço organizado para receber sessões individuais ou em pequenos grupos, explica o mesmo profissional.

Contudo, no In.Motion Studio, a experiência vai além do exercício físico. O estúdio integra “estratégias que ajudam cada pessoa a

atingir os seus objectivos de forma eficiente e sustentável”, como explica o personal trainer.

PARCERIAS ESTRATÉGICAS

Às vantagens enunciadas, João Cardoso realça ainda o valor que o projecto acrescenta ao mercado local, na medida em que oferece “um serviço diferenciado que combina qualidade, personalização e inovação”.

Para além do treino personalizado, o estúdio aposta, entre outras parcerias estratégicas, na colaboração com profissionais de nutrição, criando, desta forma, “um ecossistema completo de apoio ao cliente”.

“O nosso objectivo é mais do que apenas treinar pessoas. Queremos ajudá-las

a elevar os seus hábitos e transformar o seu dia-a-dia, seja para melhorar a condição física, recuperar de lesões ou simplesmente ter mais energia e vitalidade”, afirma João Cardoso, fundador do In.Motion Studio e profissional com mais de 10 anos de experiência no sector.

Em suma, “este novo estúdio vem reforçar a importância de um treino consciente e adaptado, alinhado com as necessidades e objectivos de cada indivíduo”, reforça o personal trainer. “Pombal ganha assim um espaço único, onde o movimento e a emoção se fundem para criar uma experiência diferenciadora e transformadora”, sintetiza.

[mais fotos em www.pombaljornal.pt]

Quem somos? Como começou? O que este Jornal significa para nós? Respondemos a estas e muito mais perguntas em relação ao nosso Jornal. Venha descobrir como se constrói um jornal, para que serve e onde é que toda a magia acontece. Entrevistámos o Pombal Jornal, acompanhámos todos os passos de uma reportagem feita por eles e tudo com o objetivo de trazer aqui toda a informação sobre o mundo jornalístico. **Opiniões, entrevistas, reportagens e toda a informação na página 10.**



Equipa do Jornal da Cercipom

CACI da Cercipom

O que é um CACI, para que serve, quem apoia e o com que objetivo surge? Estas são as questões mais frequentes quando falamos nesta resposta social. Assim sendo, vimos dar resposta a estas perguntas sobre todos os pontos de vista, o da instituição, o dos Clientes e das suas famílias.

No CACI (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão) da Cercipom as oportunidades para a capacitação dos clientes são incontáveis, para além de todas as atividades que se realizam neste espaço em prol do bem estar, da socialização e da capacitação das pessoas apoiadas pela Cercipom, na tentativa de promover a inclusão social destas pessoas que muitas vezes e de forma injusta são colocadas de parte pela sociedade.

Nesta edição daremos destaque ao CACI de Pombal, mas em edições posteriores falaremos também do trabalho desenvolvido no CACI situado na Guia, merecedor de igual destaque.

Toda a informação nas páginas 04 e 05



Vida e História da Cercipom Conheça tudo sobre a Instituição.

Desde quem somos até ao que fazemos, respondemos a todas as perguntas.

A Cercipom surgiu em 1979 para dar apoio a um grupo de crianças com deficiência, teve o seu início num espaço alugado na Urbanização Santa Luzia e hoje tem as suas instalações na Avenida Heróis do Ultramar.

Uma Instituição que, hoje, acolhe jovens e adultos, mas que outrora já apoiou dezenas de crianças com deficiência.

Saiba mais nas páginas 02, 03 e 04



Unidade Educativa 1979

Testemunhos e Entrevistas sobre a Cercipom:

Nesta edição ouvimos os testemunhos de várias pessoas que de alguma forma se cruzaram com a nossa Instituição, desde Clientes a familiares, além das entrevistas a diversas pessoas ligadas à Cercipom na tentativa de entender o seu funcionamento e a forma como é coordenada e gerida toda a sua atividade. Para isso fomos falar com o Presidente, Sr. Manuel Santos, com a Diretora Geral, Doutora Preciosa dos Santos, com a Diretora Técnica do CACI de Pombal Ana Bernardo e com alguns Técnicos que fazem parte da equipa do CACI de Pombal e consequentemente trabalham todos os dias na tentativa de munir as pessoas acompanhadas por esta Instituição de ferramentas que lhes permitam o máximo de autonomia possível.

Atividades Socialmente Úteis (ASU):

Toda a informação sobre as Atividades Socialmente Úteis, o que são, quem participa, onde se realizam e qual a sua importância para os Clientes da Cercipom e para a comunidade envolvente.

Saiba mais nas páginas 06 e 07

AINDA...

Grupo dos Sentimentos e Grupo de Autorresentantes

O que são estes grupos, quem participa e a qual é sua importância no dia a dia da vida das pessoas apoiadas pela Cercipom. Entrevistas e mais informações:

Página 07 e 08

Era Uma Vez Uma Criança e a Sua Infância.

Uma história construída pela Equipa do jornal da Cercipom, sobre as consequências do aumento de atividades das crianças e do uso excessivo do telemóvel.

Página 12

Campanha Pirlampo Mágico

Símbolo de uma campanha nacional e realizada localmente, o Pirlampo Mágico surge todos os anos com uma nova cor e com extrema importância para todas as CERCIS.

Página 04

E MUITO MAIS...

A Vida e a História da Cercipom

Conheça a nossa Instituição

A Cercipom surgiu em 1979 com objectivo de dar apoio a um grupo de crianças com deficiência. Cidália Duarte, Clara Carrasqueira, Eduarda Menezes, Fernando Gonçalves, Jaime Luz, João António, João Pedro, José Jerónimo, Maria Augusta, Reinaldo Ribeiro, Rogério Paulo e Sérgio Costa, foram os primeiros a entrar na então chamada Unidade Educativa que, com o apoio do Ministério da Educação, teve o seu início num espaço alugado na Urbanização Santa Luzia, passando

depois em 1981 para a Rua Cartilha Maternal João de Deus, com as instalações atuais na Avenida Heróis do Ultramar.

Esta Instituição foi fundada pelos Pais de algumas destas Crianças, nomeadamente, Alfredo João da Costa Cruz, Carlos da Silva Ribeiro, José Jerónimo Ferreira, Maria da Silva Carrasqueira e Manuel Pereira Nunes juntamente com um grupo de pessoas da Comunidade, tendo na altura como Presidente Manuel Jesus Ferreira Escalhorda.

Tornou-se necessária a ampliação das instalações, bem como dos respectivos modelos de atendimento, tendo iniciado em 1987 a Pré – Profissionalização com o apoio técnico e financeiro do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP).

Em 1990 surge a necessidade de criar um Centro de Formação Profissional para jovens e adultos com deficiência moderada e ligeira e um Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) destinado a jovens e adultos com

deficiência grave ou profunda.

Em 1997 foi implementado o programa de Intervenção Precoce (IA), “Aprendendo a Crescer”, integrado no Programa “Ser Criança”, com o apoio da Direção Geral da Ação Social. A Intervenção Precoce teve vários enquadramentos subsequentes até ao lançamento do SNI-PI (Serviço Nacional de Intervenção Precoce na Infância), com Acordo de Cooperação assinado pelo Centro Distrital de Leiria, do ISS, IP, em 2010.

Em 2004 deu-se início à Atividade Residencial através de Protocolo com o Serviço Distrital de Solidariedade e Segurança Social de Leiria.

Em 2008 foi protocolado com o Ministério da Educação o Projeto de Transição para a Vida Adulta/Activa).

Em 2009, a Cercipom aderiu ao movimento da qualidade das entidades do 3.º Sector da Economia Social que vislumbra a melhoria da qualidade dos serviços. Criou a sua Missão (promover a autonomia pessoal, social e profissional dos seus Clientes, através de um serviço individualizado e abrangente) e Visão (ser uma entidade de referência na área da reabilitação através da capacitação e melhoria da qualidade de vida dos seus Clientes).

Em 2010, encerrou a Resposta Educativa, na sequência

dos princípios de inclusão decorrentes da Declaração de Salamanca, entre outros.

Em 2013 foi recebida a Acreditação como Centro de Recursos para a Inclusão (CRI) por parte da Direção Geral da Educação de forma a apoiar os alunos com necessidades educativas especiais, através de parcerias com os Agrupamentos de Escolas (AE) do Concelho de Pombal (AE da Guia, AE de Pombal e AE Gualdim Pais).

Numa perspetiva de descentralização, iniciou-se em 2013, o funcionamento de CAO e Lar Residencial na Guia e em 2023, iniciámos o funcionamento da Residência de Autonomização e Inclusão (RAI).

Em síntese, hoje em dia a Cercipom conta com diversas respostas, os (CACI), os Lares Residenciais, o Centro de Formação e Inclusão Socioprofissional, o CRI, a Intervenção Precoce, a Residência de Autonomização e Inclusão (RAI) e o desenvolvimento do projecto “Capacitar para a Inclusão”. Conta com vários parceiros, não só decorrentes dos seus planos de desenvolvimento, mas também em organizações locais, em Federações Nacionais.

Vale a pena lembrar também que, a Cercipom conta ainda com 2 salas de Snözelen onde é possível realizar atividades de estimulação sensorial e também com a intervenção assistida por animais com a nossa cadela Malú.



CERCIPOM

Telef. 236 20 92 40 Fax: 236 20 92 41

Estrada dos Caseirinhos
3100 - 508 POMBAL



Evolução dos Logotipos da Cercipom

“É uma casa (...) onde existe todo este sentido de responsabilidade”

Entrevista ao Presidente da Cercipom Manuel Santos



Manuel Santos desenvolveu a sua carreira profissional na Segurança Pública, em vários pontos do país enquanto exercia as suas funções como Presidente da Cercipom. Hoje, mesmo depois de aposentado, continua à frente desta Instituição, com grande respeito pelo trabalho aqui desenvolvido.

Como é que surgiu o convite para ser Presidente da Cercipom?

Como alguns de vocês já sabem, eu exerci funções na Polícia de Segurança Pública aqui em Pombal. Tinha chegado há relativamente pouco tempo, quando um dia recebi no meu gabinete a Doutora Preciosa e a Doutora Manuela Vieira que me foram convidar para ser Presidente desta Instituição, tendo eu cá uma filha, como utente da instituição, não podia dizer que não,

(continua pg.3)



Malú (Intervenção Assistida por Animais)

Entrevista ao Presidente da Cercipom Manuel Santos

e mesmo que não tivesse, certamente também não diria que não. Aceitei com muito bom agrado embora soubesse que era um trabalho intensivo e muito absorvente.

Há quanto tempo é o Presidente desta Instituição?

Sou muito fraco em datas mas penso que foi no final do ano 2008 acho que fizemos 16 anos.

É difícil ser Presidente da Cercipom?

A dificuldade é relativa, se fosse uma resposta de sim ou não, eu não sabia se devia dizer se era fácil ou se era difícil. Mas posso dizer que é um trabalho que exige muito de nós próprios e nesse aspecto também é difícil conjugar os nossos tempos livres, a nossa profissão e a nossa família, há muita coisa que temos que conjugar, mas quando fazemos com dedicação e com o amor à causa torna-se mais fácil e é nesse aspeto que eu também tenho que agradecer a todos os que comigo colaboram, na direcção e também a todos os profissionais desta casa e a todos os Clientes que sempre tiveram uma postura de muita receptividade e de muita colaboração.

Com se sente por ser Presidente de uma Instituição como a Cercipom?

Eu acho que há vários sentimentos que surgem quando penso nesta questão, mas há um que sobressai a todos os outros, que é a preocupação em estar junto da equi-

pa que está a gerir esta casa. É uma casa já com uma dimensão muito grande e onde existe todo este sentido a responsabilidade, desde, não faltar nada, garantir que todas as pessoas se sintam bem e garantir que tenham todo o conforto do dia-a-dia, tudo isso é preocupante e nós sabemos que às vezes, nem sempre, o dinheiro chega a todo o lado e isso ainda é uma preocupação maior.

O Senhor Manuel tem uma filha na Cercipom, como se sente com o trabalho feito na Instituição com ela?

A minha filha já está cá há muitos anos, ela veio para cá em pequena já tem 43 anos, ela já cá está há muito tempo mas eu sempre tive a imagem de que ela se sente bem cá e a prova disso é que ela de manhã quando entra na carrinha, vai com muito mais vontade do que quando regressa para sair, até porque ela gosta muito de andar de carro e a viagem é mais longa de manhã do que à tarde, mas nota-se que ela se sente bem cá na

Instituição, ela não comunica da mesma forma que vocês, mas tem outras formas de comunicar, então temos a noção que ela é bem tratada e se sente cá bem.

Qual é o trabalho de um Presidente numa Instituição como a Cercipom?

Os Presidentes da Cercipom, desde o início dos tempos sempre surgiram assentes na ideia de não pertencerem aos qua-

dros da Instituição, ou seja, uma pessoa que vem cá com um olhar externo em relação aos problemas e às questões do dia-a-dia cá dentro, porque às vezes quando estamos muito entrosados dentro de um contexto nem sempre conseguimos ter a noção e o nosso discernimento está condicionado com tudo o que acontece no nosso dia-a-dia e quando estamos por fora há uma maior liberdade para analisar, ou seja, eu sou um Presidente a part-time, eu tinha o meu trabalho, hoje, já estou reformado, vinha cá quando podia, até vinha muitas vezes fardado o que também fazia parte da imagem que eu queria passar, de que a polícia está com as pessoas, com as Instituições e pronta a ajudar. Aqui a primeira função do Presidente da Instituição é pertencer à direcção, é ele que preside à direcção, além disso tem algumas funções de representação, frequentemente recebemos convites para ir a cerimónias da Câmara Municipal e de outras Instituições, assim como reuniões temáticas que temos com outras Instituições, com quem temos parcerias e também com a Câmara Municipal e às vezes com entidades a nível Nacional como a Segurança Social ou o IIEFP (Instituto de Emprego e Formação Profissional).

Qual era o seu trabalho antes de ser Presidente da Cercipom?

O meu trabalho profissional desde 1985 foi desenvolvido na Polícia, andei de terra em ter-

“ (...) Pensava que entrava num barco a remos e entrei num transatlântico (...) ”

Manuel Santos-
Presidente da Cercipom



ra, fui para Lisboa 3 vezes em diferentes alturas da minha vida, estive em Torres Novas em formação, onde vivi uma parte muito interessante da minha carreira profissional, e depois vim para Leiria na altura do Euro 2004, onde aquilo que para as pessoas foi uma festa, para a Polícia foi muito trabalhoso e depois vim para Pombal, o resto da minha carreira foi aqui em Pombal onde a principal preocupação da Polícia, em termos de ordem pública, são as Festas do Bodo, muita gente, muitas actividades a requererem o desempenho da Polícia e foi esta a minha profissão. Há 6 anos deixei de exercer por força de ter passado à aposentação.

Alguma vez pensou que esta Instituição viesse a trabalhar com tanta gente?

Não, quando vim para a Instituição eu não sabia que ela já tinha a dimensão que tinha, e agora, comparando com os dias de hoje, era uma Institui-

ção ainda com menos peso em termos de economia social, na altura tínhamos o Lar, tínhamos aqui o CAO (Cento de Atividades Ocupacionais), a Formação Profissional, tínhamos a Intervenção Precoce e tínhamos uma Unidade que já foi extinta que era a Unidade Educativa, depois com as políticas de inclusão passámos só a receber pessoas a partir dos 18 anos. (...) A Instituição começou a crescer e já na altura quando eu cá cheguei tive um desabafo com a Doutora Preciosa e disse-lhe que quando entrei para a Instituição, pensava que entrava num barco a remos e entrei num transatlântico e esta é a noção que ainda hoje temos, é uma instituição que já tem mais de 100 colaboradores, em termos de economia social, a Cercipom contribui para o sustento familiar de pelo menos 100 famílias, para além de contribuir, para as famílias das pessoas apoiadas pela Instituição, com o trabalho que aqui se faz no dia-a-dia.

“A Cercipom (...) acredita no potencial das Pessoas com Deficiência”

Entrevista à Vice-Presidente e Diretora Geral da Cercipom - Preciosa dos Santos

Formada em Psicologia e atual Diretora Geral da Cercipom, **Preciosa dos Santos** recebeu-nos para uma entrevista sobre a História da Instituição, o seu papel como Psicóloga e Diretora nesta casa, desde o início da sua carreira profissional e sobre o trabalho nela realizado.

Em que ano começou a trabalhar na Cercipom?

Comecei a trabalhar já há mais de 3 décadas, precisamente em 1985, ano em que concluí a minha Licenciatura em Psicologia, na Universidade de Coimbra.

É difícil ser Diretora Geral?

Eu diria que é um trabalho exigente pela multiplicidade de questões que é necessário abarcar. Será como um tronco de uma árvore, com os seus ramos que é preciso “regar e alimentar”.

Como é que conheceu a Cercipom e como é que esta Instituição entrou na sua vida?

Terminada a minha Licenciatura em Psicologia, comecei a mandar currículos e um dos locais onde entreguei currículo foi na Cercipom. E fui sele-

cionada para entrar ao serviço.

Já trabalhou noutros sítios para além da Cercipom, se sim, quais?

O meu trabalho tem sido sempre na Cercipom. Ainda concorre a outros locais, e outras áreas de trabalho, nomeadamente para a função pública (onde as condições salariais eram melhores) e fui selecionada por ex. para o Estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira, mas acabei por não optar pela saída e continuei a trabalhar na Cercipom.

Gosta de estar aqui a fazer o seu trabalho?

Gosto muito. É muito gratificante. Posso contar-vos que quando vim à Cercipom (em 1985), reunir com o estimado Psicólogo Fernando Silva, que me antecedeu e quando ele me disse que estava cá há 6 anos, eu disse para mim própria que nunca estaria cá esse tempo...e como ainda cá estou, deve ser porque gosto!

O que é para si a Cercipom?

É uma organização que acredita no potencial das pessoas com deficiência, promovendo a sua qualidade de vida e os seus direitos enquanto pessoas. É a organização local que apoia pessoas com deficiência ou incapacidade, de forma abrangente e para o efeito procura adequar a resposta em função da faixa etária, especificidades e necessidades da pessoa.

(continua pg.4)



Entrevista à Vice-Presidente e Diretora Geral da Cercipom - *Preciosa dos Santos*

Tem para o efeito, um conjunto de infra-estruturas/edifícios e respostas sociais, dinamizadas por uma equipa técnica multidisciplinar.

Tem uma articulação com as entidades e serviços da comunidade, através de diversas parcerias formais e informais. É uma entidade do setor social, que localmente tem um dos maiores índices de emprego.

“(…) é um trabalho exigente (…) como um tronco de uma árvore, com os seus ramos que é preciso regar e alimentar”

Preciosa dos Santos
Vice-Presidente e Diretora Geral

Qual o trabalho da Diretora Geral numa Instituição?

Coordenar o desenvolvimento global da Cercipom. Ser a in-



terlocutora entre a Direção e os diferentes departamentos existentes (Intervenção Precoce, Centro de Recursos para a Inclusão, 2 CACIs, 1 Centro de Formação e Inclusão Sócio Profissional, 2 Lares Residenciais e o Departamento de Suporte Organizacional).

Cada um destes departamentos, tem uma Coordenadora ou Diretora Técnica, que faz a gestão desse departamento, em articulação com a Diretora Geral. Assegurar a gestão dos recursos humanos. Coordenar e validar os processos de candidatura a apresentar aos vários organismos.

Assumir e tratar a comunicação interna e externa da Cerci-

pom. Garantir o cumprimento das diretivas e legislação aplicáveis. Elaborar os Planos e Relatórios de Atividades e garantir um serviço de qualidade, com os respetivos procedimentos.

Quais foram os melhores momentos que aqui passou?

São tantos, que se torna difícil enumerá-los.

Além de em cada dia, ter o privilégio do “bom dia afetivo” das Pessoas com Deficiência, é também gratificante a estima e relação com as pessoas que trabalham nesta casa. Posso destacar algumas atividades como a Marcha, que é uma

das melhores evidências da inclusão. Outras atividades de clientes, também com organizações congêneres (ex. Passagem de Modelos na Expocentro, encontros desportivos e realço uma das últimas do nosso grupo de teatro com a peça SILENCIO, com uma apresentação de excelência, que poderia ser apresentada em qualquer palco do País ou do Mundo. Posso contudo destacar alguns momentos marcantes, no desenvolvimento desta casa: os diversos encontros de Empresários que organizei (quando era Coordenadora do Centro de Formação Profissional), para os quais convidei membros do Governo destacando a presença do Ex Ministro Bagão Félix, que nesse dia se comprometeu a apoiar a construção do Lar de Pombal (perante o desafio do Presidente do Município), a inauguração do edifício do CAO, aqui na sede, o lançamento da 1ª Pedra, e a inauguração do Lar Residencial de Pombal, o lançamento da 1ª pedra e a inauguração do CAO da Guia, a comemoração do 40º aniversário da Cercipom, com a cerimónia dos “Empresários para Inclusão”, a inauguração do Centro de Formação e Inclusão Socio-profissional e a inauguração da Residência de Autonomização

e Inclusão (RAI), que ocorreu em 2023.

Com todo o trabalho que tem, consegue ter tempo para a sua vida pessoal?

Confesso que não é fácil. A gestão do tempo é uma situação difícil de controlar, pois para além das questões do dia-a-dia, há os prazos que nos pressionam e aos quais temos que responder em tempo útil. Mas tento ter algum tempo de qualidade ao nível da vida pessoal e familiar.

Como é que surgiram estas instalações? Há rumores de ter sido um antigo lagar de azeite.

Nessa fase da Cercipom eu ainda não estava cá na casa. Mas a história da Cercipom, passou por iniciar o funcionamento (em 1979), num andar no Centro de Pombal (com renda suportada pelo Município); entretanto foi construído o edifício, efetivamente num antigo lagar de azeite, para onde foi transferido o funcionamento da Cerci em 1981. A Cercipom, tinha o acesso pela R. Cartilha Maternal João de Deus. Posteriormente com a construção do edifício do CAO, e com a ligação dos 2 edifícios, o acesso mudou para a Avenida Heróis do Ultramar.

O CACI da Cercipom/Pombal



Entrada do CACI da Cercipom em Pombal

Já falámos no CACI da Cercipom, mas muitos poderão não saber o que aqui se faz.

Para começar, o CACI destina-se a pessoas com idade igual ou superior a 18 anos, com deficiência e/ou incapacidade e vem substituir o antigo CAO. A Cercipom conta atualmente com 2 CACI, na Guia e em Pombal, esta notícia irá incidir principalmente sobre este último.

Nos CACIs da Cercipom são

prestados diversos serviços como a alimentação e cuidados pessoais, apoio terapêutico, transporte, apoio na capacitação dos cuidadores informais e tudo isto para promover o desenvolvimento do bem-estar físico, emocional, psíquico e social das pessoas apoiadas pela Instituição.

Para além destes serviços, dinamizam ainda um conjunto de atividades com diversos objetivos, nomeadamente, ativi-

dades de capacitação, atividades terapêuticas nas diferentes áreas, Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Psicologia e Psicomotricidade, atividades de interação com o meio, para além das atividades socialmente úteis e de qualificação para a inclusão social e profissional. Os CACIs têm como objetivos, promover a recuperação das Pessoas com Deficiência e/ou incapacidades, desenvolver estratégias para melhorar sua auto-estima, valorizar a sua autonomia e incentivar oportunidades de acesso à formação profissional e ao emprego das pessoas integradas em respostas sociais CACI. Pretende ainda facilitar a articulação com as famílias/significativos e com a comunidade em geral e ser um agente facilitador de uma sociedade inclusiva. Conta com uma vasta equipa de profissionais de diversas áreas, sendo esta composta por Fisioterapeutas, Psicólogos, Técnicos de Reabilitação Psicomotora, Terapeu-

Pirilampo Mágico

Com certeza já se cruzou, em algum momento da sua vida com o nosso Pirilampo Mágico.

Este é o símbolo de uma Campanha Nacional promovida pela FENACERCI e realizada localmente pelas CERCIs e por tantos conhecida em Portugal. Após a pesquisa realizada com a ajuda da revista da FENACERCI é possível entender que o Pirilampo Mágico aparece a cada mês de maio com uma cor diferente de ano para ano. Surge nos anos 80 para prevenir problemas financeiros, através da sua venda, mas não só, surge também com o objetivo de sensibilizar a comunidade para a deficiência e para o papel das CERCIs no trabalho com a Pessoa com Deficiência. No anterior mês de maio (2024) o Pirilampo Mágico surgiu com as cores amarelo e branco para iluminar as nossas casas.



tas Ocupacionais, Técnicos de Serviço Social, Monitores, Ajudante de Ação Direta e pela Direção Técnica.

No CACI os Clientes têm também a oportunidade de parti-

cipar em atividades de expressão artística, como o Teatro, o Rancho, as Marchas e a Dança ou mais conhecida por Terapia em Movimento.

(continua pg.5)

O CACI da Cercipom/Pombal

Em Pombal, o nosso CACI conta com várias salas de trabalho com diferentes tipos de atividades que vão de encontro às necessidades e competências dos seus Clientes. Num total de 12 Salas, 3 delas são de Bem-Estar, estas têm como objectivo proporcionar uma melhoria na qualidade de vida de cada cliente, promovendo a sua autonomia e o seu Bem-estar a todos os níveis.

Aqui as atividades pretendem um desenvolvimento cognitivo e a estimulação da motricidade fina e grossa, para além da estimulação da concentração e memória, tudo isto numa tentativa de melhorar ou pelo menos manter as suas capacidades já adquiridas. Para isso são realizados vários tipos de atividades, nomeadamente, de expressão plástica, atividades lúdicas, terapêuticas, de estimulação sensorial e atividades motoras, onde se utilizam diversos materiais como por exemplo

jogos lúdicos, interactivos e didácticos, objectos sensoriais e materiais de bricolagem.

Para além das 3 salas de Bem-Estar existem também 5 Ateliers, estes surgem com o fim de promover a capacitação e a participação socialmente ativa dos clientes na sociedade envolvente e pretende a divulgação dos trabalhos realizados pelos clientes e a venda dos mesmos ao público.

O Atelier de Artes, onde os Clientes têm a possibilidade de explorar todo tipo de arte (Pintura, Colagem, Pictogramagem, Escultura...), utiliza material de expressão plástica para aprender a expressar os sentimentos através da arte. O Atelier de costura possibilita a prática de costura criativa, para além de momentos de relaxamento e estética. Aqui são utilizados materiais de costura, produtos de cabeleireiro e estética e esta sala pretende prin-

cipalmente criar peças para venda e prestar cuidados pessoais promovendo a realização pessoal de cada cliente.

No atelier jardim das artes realizam-se trabalhos manuais de artesanato e jardinagem, aqui utilizam-se diversos tipos de materiais de bricolagem.

Por fim o atelier de culinária “Doce alegria” é um espaço preparado para a confecção de bolos, bolachas, suspiros, croissants, cake pops entre outras iguarias, onde os principais objetivos são, aprender as regras de segurança e higiene na cozinha, aprender receitas e técnicas de decoração de bolos, saber ir às compras, comparar preços e gerir stocks e aqui são utilizados principalmente produtos alimentares e utensílios de cozinha. Tudo isto é feito com amor, pelos clientes da Instituição, afinal e segundo eles, “fazemos isto tudo porque adoramos”.

Mas não é tudo, temos ainda a sala Pontes de Comunicação, onde está neste momento a ser construído o Jornal da Cercipom, esta sala proporciona ainda momentos e sessões de Literacia Digital, e é um espaço seguro e equipado com *software*, equipamentos informáticos e produtos de apoio que possibilitam o acesso à criação de conteúdos informáticos e à pesquisa de informações sobre os mais diversos temas. Esta sala surge com objectivo de aprender as boas práticas da utilização das novas tecnologias, assim como a utilização da internet de uma forma segura, permitindo saber reconhecer as oportunidades e os perigos da mesma. Aqui são adquiridas competências na área das TIC (Tecnologias de Informação e Comunicação) numa tentativa de promover a autonomia, confiança e a criatividade dos clientes, estimulando o seu cognitivo e promovendo a participação socialmen-

te ativa junto da comunidade envolvente.

Por último, mas não menos importante, o CACI conta ainda com o Bar “Servir com amor”, aqui preparam-se pequenas refeições nomeadamente lanches e pequenos-almoços, servem-se bebidas quentes e frias e ao mesmo tempo gere-se os pedidos, aprende-se a contar e manusear dinheiro, aprende-se a levantar e limpar mesas assim como louças e o espaço em si, para além destas tarefas, os clientes desta sala aprendem ainda a ir às compras e comparar preços. É necessário lembrar que no CACI também se realizam várias atividades desportivas, como é o caso da Natação Adaptada, a Hidroterapia, o Boccia, o Corfebol e o Atletismo. Para além destas atividades já existentes, os Clientes do nosso CACI irão contar também, brevemente, com a iniciação de um novo projeto chamado “Arte na 1.ª Pessoa”.

“A Deficiência tem a conotação que lhe quisermos dar”

Entrevista à Diretora Técnica do CACI de Pombal da Cercipom- Ana Bernardo

Ana Bernardo, Diretora Técnica do CACI de Pombal e formada em Serviço Social, recebeu-nos para uma entrevista, uma conversa importante para entender o trabalho de uma Diretora Técnica onde foram colocadas diversas questões na tentativa de dar a conhecer um pouco mais sobre a sua vida profissional e sobre o trabalho realizado nesta Casa.

Como é que conheceu a Cercipom?

Eu já conheço a Cercipom há muitos anos porque eu já trabalhei numa Instituição parecida, numa Instituição também na área de reabilitação e por várias vezes cruzei-me com algumas pessoas que trabalhavam já aqui, onde partilhava-mos algumas ideias dos nossos projectos, das organizações e do trabalho que fazíamos, acções também no sentido de percebermos as boas práticas que desenvolvíamos numa Organização e na outra e entretanto também fui acompanhando porque sempre senti muita curiosidade por acom-

panhar os trabalhos que as outras Organizações faziam, porque apreendemos sempre uns com os outros e retiramos sempre mais-valias do bom trabalho e das boas práticas das outras Instituições e nesse sentido acabei por ir acompanhar nas redes sociais também a Cercipom portanto já conheço a esta Instituição há cerca de 15, 20 anos.

Já trabalhou noutras Instituições antes?

Já trabalhei em duas Instituições antes desta, na área de reabilitação trabalhei na Associação de Paralisia Cerebral de Viseu e trabalhei na Associação de Paralisia Cerebral de Coimbra tudo na área de reabilitação sempre e entretanto cá estou convosco agora.

É feliz a trabalhar aqui?

Fez dois anos no dia 26 de Janeiro que comecei a trabalhar aqui, estou aqui há pouco tempo mas posso-vos dizer que desde o primeiro dia que aqui entrei que sou muito feliz a trabalhar convosco.

Quais as diferenças do trabalho na Cercipom para as outras Instituições onde trabalhou?

Em primeiro lugar a diferença está na função que desempenho, eu trabalhava, nas outras Organizações, com funções diferentes desta (...) Para além disso também trabalhava numa área diferente, na área da Formação Profissional (...) e aqui estou a trabalhar num CACI aonde temos objectivos muito diferentes daquilo que se preconiza para a Formação Profissional, temos objectivos muito específicos para os Clientes que frequentam o CACI de acordo com as suas competências e das suas necessidades (...)

Qual é a sua opinião sobre a Deficiência e sobre o trabalho que fazemos aqui?

Em primeiro lugar penso que a palavra Deficiência tem a conotação que nós lhe quisermos dar, cada um decide que conotação quer dar à palavra, todos nós, objectivamente, te-

“(...) estou aqui há muito pouco tempo mas posso-vos dizer que desde o primeiro dia que aqui entrei que sou muito feliz a trabalhar convosco.”

Ana Bernardo



mos alguma deficiência ou incapacidade relativamente a alguma coisa em que tenhamos dificuldade em fazer ou que o nosso corpo não nos permita fazer sem qualquer tipo de apoio ou ajuda técnica. Verdade?

Relativamente ao trabalho que se faz aqui com as Pessoas com Deficiência ou Incapaci-

dade, eu considero um trabalho muito meritório, nomeadamente, porque acho que acima de tudo a nossa maior preocupação, e para quem nós estamos aqui é para os Clientes e o nosso trabalho não faz sentido sem as opiniões, as decisões, os gostos, os sonhos e as vontades dos clientes.

(continua pg.6)

Entrevista à Diretora Técnica do CACI de Pombal da Cercipom- Ana Bernardo

Nós ajustamo-nos e trabalhamos em prol de todas estas situações que eu acabei de referir. Relativamente ao trabalho que eu faço convosco e com os colegas com quem eu partilho as tarefas de trabalho, considero que trabalhamos bem, trabalhamos de acordo com aquilo que vocês nos solicitam, mas considero que temos sempre muito caminho para melhorar, eu e qualquer um de nós temos aqui margem para apresentar cada vez mais melhorias aos desafios em

que vocês nos colocam.

Como é que se faz para ter tempo para o trabalho e para a vida pessoal e familiar?

Pois às vezes não é fácil, é verdade, temos que ter algumas competências de organização e planeamento, temos que planear a nossa gestão do dia ou da semana de acordo com as necessidades profissionais, não esquecendo também as responsabilidades pessoais e familiares. As responsabilidades acabam por aconte-

“A Directora Técnica não trabalha sozinha (...) tem que ter consigo uma equipa de trabalho que a apoia e ajuda na resolução nas situações do dia a dia e na concretização dos projetos.”

Ana Bernardo

cer em todas as áreas, profissional, pessoal e familiar e de acordo com as necessidades imediatas de cada uma destas áreas nós fazemos o possível para corresponder, por exemplo se porventura existe um prazo que eu tenha que cumprir com alguma tarefa imediata e que seja mesmo obrigatório eu cumprir aquele prazo, eu iria fazer tudo no sentido de o fazer acontecer e se o dia normal de trabalho não chegar, normalmente não tenho questão nenhuma de despender mais horas, no sentido de cumprir o prazo, mas também sei que, e aí está uma das coisas boas desta Organização, se eu precisar de tempo para me ausentar, para além do meu tempo de descanso habitual, porque tenho de dar apoio a algum familiar ou por questões pessoais, eu

sei que a Organização fará os possíveis para ajudar a resolver estas questões a nível pessoal e profissional.

O bom de trabalhar nesta Organização, para além de vocês, também é, a possibilidade de que a Instituição nos dá de conseguirmos fazer uma conciliação entre trabalho e a vida pessoal e profissional e isso é muito importante para quem trabalha nestas áreas.

Qual o trabalho de uma Directora Técnica, é difícil?

Tem as suas dificuldades obviamente que tem, mas também têm as coisas óptimas de trabalhar e de gerir um CACI, não é? A possibilidade de implementar novos projectos, a possibilidade de dinamizar novas ideias, a possibilidade de dar aos trabalhadores que

trabalham comigo também a disponibilidade de apresentarem as suas sugestões, as suas ideias e de as colocarmos na prática em prol daquilo que vocês gostam e daquilo que vocês querem, temos dificuldades, como é óbvio, lidar com os imprevistos, com situações que nos aparecem de imprevisto, não é fácil mas rapidamente temos que resolver, portanto temos que ter alguma agilidade de apresentar de imediato uma solução na dificuldade que surge e acho que isso tem-se vindo a conseguir. A Directora Técnica não trabalha sozinha a Directora Técnica obrigatoriamente tem que ter consigo uma equipa de trabalho que a apoia e ajuda na resolução nas situações do dia a dia e na concretização dos projectos. Uma Directora Técnica sozinha não faz nada, é um reflexo daquilo que a sua equipa e os seus clientes querem que ela faça e se às vezes há algumas dificuldades? Sim, nomeadamente nas questões imprevistas e nas situações que surgem para resolver no imediato, nem sempre se consegue, mas com a colaboração de todos conseguimos levar tudo a bom porto.



Ana Bernardo com a Equipa do Jornal

Atividades Socialmente Úteis

O que são as Atividades Socialmente Úteis, quem participa, onde se realizam e qual a sua importância para os Clientes da Cercipom e para a comunidade envolvente.



Mira Teixeira, formada em Serviço Social e atual Assistente Social do CACI de Pombal, é a Técnica responsável pela avaliação, diagnóstico e monitorização dos Clientes que participam nas Atividades Socialmente Úteis e por isso fomos até ela para uma entrevista esclarecedora sobre estas atividades.

O que são e qual é a importância das Atividades Socialmente Úteis na vida dos clientes que nelas participam?

(...) Uma ASU é vista como um trabalho lá fora, isto é a maior prova de inclusão e capacitação do Cliente, é uma valorização pessoal para o cliente é o sentir-se realizado e igual perante a sociedade, sentir que

se tem capacidades para trabalhar e não mostrar isso às pessoas é meio caminho para se sentir excluído. Temos aqui pessoas que não têm essa capacidade de entendimento e então não têm esse sentimento, mas quem sente que tem essa capacidade quando se consegue essa hipótese é a inclusão total, é o ser capaz, economicamente, é o mais favo-

rável à pessoa, é um enriquecimento a nível económico e em termos de valorização pessoal, a inclusão e a partilha da igualdade.

Quando é que começou o projecto das ASU?

Em 2010 quando vim para o CAO já havia Clientes em ASU na cozinha, eram ASU internas, depois em 2012 tivemos clientes de lar que foram para Restaurantes, Hamburguerias, Padarias e começámos assim. Tivemos um Cliente que se autonomizou, nunca mais veio para cá, é um homem autónomo, tem emprego com contrato. Em 2014 quando nós entrámos no movimento de qualidade esta questão das ASU começou a ser um foco onde tivemos mais preocupação para colocarmos mais jovens lá fora numa tentativa de promover a inclusão.

Quem são os Clientes

apoiados pela instituição que participam nas ASU e onde trabalham?

Vamos ver se eu não me esqueço de ninguém, neste momento temos a Susana Carvalho que está no atelier de costura “A Paula”, depois temos a Ana Isabel que também está num atelier de costura “Fernanda Décor”, temos o Micael Marques que está na Carpintaria da Bajouca, temos o Tiago Valeiro que também está numa Carpintaria “HSS”, depois temos Tiago Lopes que está na “Confeitaria do Vale” a fazer os bolinhos e os biscoitos, temos a Verónica e o Tiago Leal no “Belém Hotel”.

Qual a importância de uma boa rede de apoio para estes clientes que trabalham fora da Instituição?

Sem o nosso apoio era difícil eles conseguirem, nós temos de estar sempre lá, a nossa obriga-

ção é estar presente para garantir que o Cliente seja acolhido por todos e depois é moldar comportamentos para que as coisas corram bem.

Qual é que é o processo utilizado para conseguir trabalho para os Clientes das ASU?

Como o nosso nome indica CACI- Capacitar para incluir certo? Então (...) o nosso primeiro objectivo é ensinar, educar para depois inserir lá fora, para incluir, portanto começamos com um processo de avaliação para perceber quais os Clientes que reúnem condições para poder integrar o mercado de trabalho lá fora, ver a postura, se é responsável e se é cumpridor de horários, etc. depois nem todos têm capacidades, então o nosso papel é capacitar e ensinar para que consigam adquiri-las. Outros já vêm com esse perfil e nós logo

(continua pg.7)

Atividades Socialmente Úteis

de início vemos, este é um Cliente para ASU. É diferente de Cliente para Cliente, mas é um processo de aprendizagem, de estudo, quer da nossa parte, quer do Cliente. Depois passa-se pelo processo de

averiguar empresas onde eles se consigam adaptar, porque cada um tem o seu perfil, uns para umas coisas, outros para outras.

Tem que haver o estudo de mercado para perceber quem

quer integrar estes Clientes, onde é que realmente há essa possibilidade e depois também conforme vão aparecendo empresas interessadas nós conseguimos perceber que aquele Cliente tem perfil pa-

ra ali, porque há este estudo e há esta preocupação nossa de ir vendo o perfil de cada um para aquela hipótese que vai surgindo. Nem sempre temos empresas que demonstram essa disponibilidade, às

vezes surgem e nós não temos o Cliente com capacidade de aprendizagem para aquele sítio, já aconteceu e outras vezes temos Clientes cheios de vontade e não temos a empresa.

Para perceber o ponto de vista dos Clientes que participam nas ASU fomos falar com alguns deles, tanto do CACI da Cercipom em Pombal, nomeadamente com o Tiago Leal e a Verónica Gomes, como do CACI da Guia, com a Jéssica Saraiva, a Rita Carreira e Cátia Freitas. Perguntámos-lhes como se sentiam ao realizar estes trabalhos, quais as suas funções nos locais onde trabalham e se gostavam do que fazem.

TIAGO LEAL

“Sinto-me bem, estou a realizar um sonho muito antigo e gosto de fazer aquele trabalho. Trabalho num Hotel e a minha função é limpar o pó, recolher lixo, dobrar e secar toalhas e secar lençóis. Eu adoro o sítio onde estou a trabalhar é um sonho que eu estou a realizar, ter um trabalho e ser mais independente.”

VERÓNICA GOMES

“Sinto-me realizada. Eu trabalho no Hotel Senhora de Belém, em Pombal. Trabalho na cozinha, refeitório e ajudo no serviço de buffet, (...) também faço limpeza (...) e gosto muito de trabalhar no Hotel.”

RITA CARREIRA

“Sinto-me bem. Trabalho numa Pastelaria e (...) lavo a louça, corto alimentos, levanto as mesas (...) e faço recados. Gosto muito. Estou feliz com o meu trabalho.”

JÉSSICA SARAIVA

“Sinto-me bem e completa. Trabalho num Centro Hípico, coloco aparas de ser-rim para fazer camas novas aos cavalos. Gosto. Sinto-me bem e acolhida.”

CÁTIA FREITAS

“Sinto-me bem. Trabalho numa loja de roupa, limpo, arrumo, faço recados e atendimento ao público. Gosto muito. Estou motivada e sinto-me muito bem acolhida. É uma mais-valia para mim.”

Grupo dos Sentimentos

Quem participa, onde se realizam as sessões, quais os assuntos que se trabalham aqui e como é que esta atividade se tornou tão importante para os Clientes do CACI de Pombal.



António Pereira Psicólogo do CACI de Pombal, para além de acompanhar psicologicamente, e de forma individualizada as pessoas apoiadas pela Instituição, dinamiza também o “Grupo dos Sentimentos”, onde realiza sessões de grupo e trata diversos temas. Fomos em busca de mais informações sobre esta dinâmica e a sua importância na vida destas pessoas e na forma como lidam com as adversidades do dia a dia.

Como começou o projecto do grupo dos sentimentos?

Este projecto começou em 2012, com a Doutora Manuela, (...) a Psicóloga que criou (...) esta actividade com Clientes na altura do CAO. Foi criado um grupo exclusivamente composto por Clientes do sexo feminino que reuniam as necessidades e as condições que a atividade impunha e foi assim que nasceu e foi criado o Grupo dos Sentimentos. (...) Em 2014 a actividade tinha sido interrompida (...) e quando eu cheguei, voltámos a ativar esta actividade e o que foi feito de diferente na altura foi a criação de dois grupos, não só aquele que já existia (...) mas também um grupo de clientes do sexo masculino. Podíamos ter criado

um grupo misto e incluir toda a gente mas os Clientes quiseram que o grupo fosse separado por género, sentiam-se mais à vontade, e daí a criação dos dois grupos que funcionam em horário diferentes e em dias diferentes.

Quais os assuntos que tratam nas reuniões do Grupo de Sentimentos?

Uma variedade de assuntos, os mais abordados são essencialmente as relações de amizades, as relações amorosas, os namoros, as próprias relações interpessoais dos Clientes, ou seja, tentamos despertar aqui as diferentes formas de afeto que existem e damos oportunidade para que eles expressem e comuniquem os seus sentimentos, as suas emoções, no fundo

tenta-se promover as relações de amizade, competências sociais a gestão de conflito e também a melhoria da auto-estima, da autoconfiança dos Clientes que compõe o grupo.

Qual é o espaço que utilizam para se encontrarem?

Nós fazemos as reuniões sempre na sala de Snözelen. É uma atividade em grupo, mas existem Clientes que necessitam de uma abordagem individualizada. Para outros é mais benéfico a reunião entre eles porque acabam por se aconselhar muito uns aos outros e por isso é mais dinâmico desta forma.

Segundo a sua opinião, qual é a importância deste espaço para os clientes da Cercipom?

É importante. Este espaço tem um ambiente sensorial que permite que eles transmitam os seus problemas, as suas dúvidas, as suas questões com mais calma, mais relaxadamente, com mais tranquilidade eu acho que é o próprio espaço que cria também um sentimento agradável no Cliente em termos dos seus processos da auto-regulação e permite também que eles adequem e fortaleçam as próprias relações entre eles, porque nós fa-

zemos também um trabalho de treino de competências cognitivas, por assim dizer, ou seja, tentamos oferecer estratégias aos Clientes para que eles consigam adquirir comportamentos apropriados, para depois li-

darem de forma assertiva com os conflitos e com os problemas que vivenciam no dia a dia, não só no contexto institucional mas também no contexto familiar e comunitário.

(continua pg.8)

“(...) No fundo tenta-se promover as relações de amizade, competências sociais a gestão de conflitos e também a melhoria da auto-estima, da autoconfiança dos Clientes que compõe o grupo”

António Pereira



Entrevista ao Psicólogo António Pereira

António Pereira é responsável e dinamiza também o Grupo de Autorrepresentantes e em conversa com ele descobrimos que...



Grupo de Autorrepresentantes

Autorrepresentação significa a liberdade de cada pessoa em responder por si própria, de acordo com a capacidade que possui para fazer escolhas, dar opiniões, tomar decisões no dia a dia, etc. Nas reuniões do Grupo, analisam questões do seu interesse, nomeadamente a defesa dos direitos e deveres das Pessoas com Deficiência e/ou Incapacidade, em representação dos restantes Clientes e daqueles que não conseguem comunicar os

seus interesses, necessidades, expectativas, sugestões, reclamações, opiniões, etc. Os Clientes participantes no CACI de Pombal são: Anabela Domingues, Diogo Santos, Nuno Cadete, Priscila, Silvina, Verónica, Adelino, Carla Adriana, Carla Barbosa, Catarina Henriques, Paula Santos, Ema Firmino, Emanuel, João Silva, Leonardo, Luís Rodrigues, Manuel Jorge, Micael Emídio, Tiago Valeiro, Paulo Lisboa e Susana Paula; no CACI da Guia são:

Rita Carreira, Jéssica Saraiwa, Cátia Freitas, Daniela, Joana, Rita, Jorge, Bianca, Lina e João Sá. O Grupo intitula-se “Autorrepresentantes”, porque os Clientes, que nele participam, se representam a si próprios e àqueles que não o conseguem fazer, sempre no exercício dos seus direitos e deveres e teve início em 2012, tendo como colaborador de apoio ao Grupo a Psicóloga Manuela Vieira. Acrescentamos ainda que o

Grupo está inscrito na PNAR (Plataforma Nacional de Autorrepresentantes) O Grupo reúne com regularidade semanal (durante 1 hora à sexta-feira) nas instalações

do CACI. Quando necessário reúne com os colegas Autorrepresentantes do pólo da Guia, cujo colaborador de apoio é a Assistente Social Nélia Ponte.

“Autorrepresentação significa a liberdade de cada pessoa em responder por si própria”

António Pereira
Psicólogo do CACI da Cercipom

Testemunhos

Adelino Ponte

Cliente da Cercipom

O Adelino é um dos Clientes da Cercipom, vive no Lar Residencial de Pombal e passa o seu dia no CACI. Perguntámos-lhe o que é a Cercipom para ele e esta foi a sua resposta:

“A Cercipom para mim é bom, é uma ocupação que eu tenho, os meus pais colocaram-me aqui em 1985, com 15 anos. Antigamente ia para casa todos os dias, os meus pais começaram a ficar velhinhos e eu tive de pensar. O Lar da Cercipom abriu e uma pessoa amiga disse-me, que

se não fosse para o Lar perdia o lugar, eu não sabia o que fazer, a minha mãe tinha pouca vontade mas eu acabei por pensar e entrei no Lar da Cercipom. Se não fosse a Cercipom não sabia o que é que eu ia fazer da minha vida. Sou feliz aqui.

Os meus irmãos foram à vida deles e eu não sabia o que ia fazer. Hoje faço parte da equipa do Jornal, já fiz postais e outros trabalhitos, faço parte do Grupo de Autorrepresentantes, estou no Grupo de Teatro, jogo Boccia e tenho apoio de Fisioterapia e Piscina. Aqui sinto-me feliz, é aqui que eu passo o meu tempo. Sou da CACI e do Lar”



Maria dos Anjos

Mãe de Ana Luísa, Cliente apoiada pela Cercipom, aceitou prontamente responder às nossas perguntas dando o seu testemunho sobre a importância desta Instituição, tanto no seu dia a dia como no da Ana Luísa.

Como conheceu a nossa Instituição?

Já conhecia alguns Clientes que frequentavam a Instituição na parte da Formação Profissional e também através de alguns professores da Ana que nos foram informando. Fizemos algumas visitas aqui na Instituição. (...)

Há quanto tempo a Ana Luísa é apoiada pela Cercipom?

A tempo inteiro ela está aqui há oito anos mas antes ainda frequentou, talvez um ano, a piscina da Cercipom onde ia um dia por semana e outro dia

vinha à Instituição umas horas para ter um apoio e para se começar a integrar.

A sua filha é Cliente da Cercipom, o que sente em relação ao trabalho realizado pela Instituição com a Ana Luísa?

O trabalho é excelente, é notório a evolução ao longo deste tempo. Com a dedicação dos colaboradores ao qual eu agradeço imenso, notou-se muito, mas muito a evolução dela.

Quais as razões que levou a optarem pela Cercipom como Instituição de apoio?

Em primeiro lugar foi a pensar no desenvolvimento dela, depois porque nós, os pais e família, precisamos de encontrar alguém que nos escute, que nos dê alguma segurança e tranquilidade e foi aqui nesta Instituição que eu encontrei tudo isso.

O que é a Cercipom para si?
É sem dúvida uma segunda casa, em que posso confiar, sempre que eu preciso, estão abertos para me ajudar.

A Cercipom fez 45 anos

A Cercipom está de parabéns, 45 anos de História e Serviço à Comunidade e à Pessoa com Deficiência.

No passado 17 de dezembro de 2024 a Cercipom celebrou 45 anos de história.

Neste 45º Aniversário a Cercipom tem procurado construir caminhos, projetos de vida, infra estruturas, desde 1979, aproveitando os recursos e apoios da comunidade, as parcerias, as famílias, o apoio financeiro dos organismos públicos, do Município, os donativos, os projetos,... que potenciessem a melhoria dos serviços e qualidade de vida das pessoas apoiadas. Caminhada possível com o envolvimento, profissionalismo, e motivação dos colaboradores e o foco nas Pessoas com Deficiência e Incapacidade.

Sintetizando as etapas mais significativas (não descurando todas as outras):

23/08/1979 – Escrita da CERCIPOM no Cartório Notarial de Ansião.

17/12/1979 – Início do funcionamento da CERCI,

com o apoio do Ministério da Educação (Escola de Ensino Especial).

22/04/1981 – Considerada Pessoa Colectiva da Utilidade Pública.

02/11/1987 – Início de funcionamento da Pré – Profissionalização com o apoio técnico e financeiro do I.E.F.P. - Instituto de Emprego e Formação Profissional.

01/06/1990 – Implementação das Acções de Formação Profissional para Pessoas com Deficiência, cofinanciadas pelo I.E.F.P. e pela Comunidade Europeia.

02/11/1990 – Início do funcionamento do Centro de Actividades Ocupacionais (CAO) através de Acordo Atípico com o Centro Regional de Segurança Social de Leiria.

01/02/1997 - Implementação do Projecto de Intervenção Precoce, “Aprendendo a Crescer”,

com duração de três anos, integrado no Programa “Ser Criança”, com o apoio da Direcção Geral da Acção Social.

17/02/1998 – Acreditação como Entidade Formadora pelo INOFOR (Instituto para a Inovação na Formação).

31/01/1999 – Inauguração do edifício do novo CAO (Av. Heróis do Ultramar).

20/09/1904 - Início de Actividade Residencial, - Protocolo com o Serviço Distrital de Solidariedade e Segurança Social de Leiria (para 6 utentes).

07/2008 – Assinatura de Protocolos no âmbito do PIAPEE-TVA (Projecto de Intervenção de Apoio Pré-Escolar e Escolar e Transição para a Vida Adulta/Activa).

31/7/2010 - Encerramento da Escola de Ensino, na sequência dos princípios de inclusão decorrentes da Declaração de Salamanca,

entre outros.

1/10/2010 – Início do SNIPI (Serviço Nacional de Intervenção Precoce na Infância) de acordo com Acordo de Cooperação, assinado pelo Centro Distrital de Leiria, do ISS, IP, em 10/12/2010.

14/04/2011 – Atribuída a Certificação de Qualidade, EQUASS (*European Quality Assurance for Social Services*).

05/06/2013 – Acreditação como Centro de Recursos para a Inclusão (CRI).

26/12/2013 - Início de funcionamento de CAO e Lar na Guia (de acordo com Acordo de Cooperação, assinado pelo Centro Distrital de Leiria, do ISS, IP, em 10/12/13).

26/09/2014 - Registro como ONGPD (organização não governamental das Pessoas com Deficiência de âmbito local), de Âmbito Lo-

cal pelo INR.

05/05/2015 – Implementação do Livro do Elogio na Cercipom.

02/11/2020 – Aprovação do projeto “Capacitar para a Inclusão”, no âmbito do Prémio BPI Capacitar.

11/10/2021 - Início do funcionamento da nova estrutura de Formação e Inclusão Socioprofissional, na Z. Industrial da Formiga.

25/11/2021 – Mantendo as siglas fizemos a redenominação da CERCIPOM - Cooperativa de Ensino e Reabilitação de Cidadãos Inadaptados de Pombal, para “CERCIPOM-Cooperativa de Educação, Reabilitação, Capacitação e Inclusão de Pombal.

10/10/2023 - Início do funcionamento da RAI (Residência de Autonomização e Inclusão).

Vice-Presidente e Diretora Geral da Cercipom Preciosa dos Santos

Atelier “Pontes de Comunicação” participa em residência artística

A Importância da Comunicação

Os Clientes da sala “Pontes de Comunicação” participaram, durante cinco dias, numa residência artística. Esta iniciativa resulta de um projeto desenvolvido pela Casa Varela em parceria com a Cercipom. Esta residência sobre comunicação permitiu a exploração de diversos temas, que

são considerados chave no mundo jornalístico.

Carina Leal formada em Ciências da Educação, foi a formadora convidada a dinamizar esta ação e trouxe consigo uma vasta experiência profissional não só na área do jornalismo, pois fez parte do Diário de Coimbra, mas tam-

bém no trabalho com Pessoas com Deficiência, já que integrou a equipa de uma Instituição que dá resposta a Pessoas com Deficiência, em Coimbra.

Afinal o que é uma residência artística?

Uma residência artística é

uma acção que permite a interação com profissionais das mais diversas áreas artísticas que se deslocam do seu local habitual de trabalho para partilhar as suas experiências e saberes com um grupo de aspirantes, durante um determinado período de tempo. É uma experiência intensiva onde se proporcionam todas as condições para uma partilha de conhecimentos de uma forma recíproca e bilateral.

Quem integrou esta ação? Esta residência artística destinou-se aos Clientes da sala “Pontes de Comunicação” do CACI, que, para além de construir o Jornal da Cercipom, participam em sessões de literacia digital neste espaço que é seguro e equipado com software, equipamentos e produtos de apoio que permitem a criação de conteúdos e a pesquisa de informações as áreas temáticas do interesse dos Clientes.

E qual é a opinião dos participantes?

Carla Adriana

“Gostei muito, aprendi coisas novas sobre o jornalismo. Aprendi coisas que posso vir a precisar um dia.”

Adelino Ponte

“Esta residência trouxe coisas que nós não sabíamos”

Joel Mota

“Achei bom, aprendi coisas com a Carina que me vão ajudar a escrever melhor para o Jornal.”

Leonardo Amado

“Além de ter gostado, aprendi muito com a Carina e para o futuro estas informações vão ser importantes não só para mim, mas também para o Jornal.”



As ações decorreram no espaço da Sala Pontes de Comunicação

A Cercipom inicia o projeto “Arte na 1.ª Pessoa”

O projeto foi apoiado pelo BPI Capacitar fundação “la Caixa”

A Cercipom iniciou em Dezembro de 2024 o projeto “Arte na Primeira pessoa”

Este projeto é financiado pelo BPI Capacitar Fundação “la Caixa” e tem como principal objetivo permitir o acesso das pessoas com e sem deficiência à arte e à cultura de forma a promover a equidade e igualdade de oportunidades através da implementação de ações em diversas áreas artísticas.

Um projeto com duração de 12 meses, iniciado a 16 de Dezembro de 2024 e cujo término acontecerá a 16 de Dezembro de 2025, através do qual decorrerão diversas oficinas na área da música, fotografia e vídeo, além de oficinas de dança, teatro, cerâmica e mosaico. O público-alvo deste projeto são, as pessoas com ou sem deficiência que tenha interesse em explorar o mundo das artes.

Fomos falar com a Marta Jorge (Técnica Superior de Reabilitação Psicomotora) que nos prestou mais alguns esclarecimentos acerca desta iniciativa.

O que nos podes dizer sobre este projeto? O que é e como surgiu?

O Projeto Arte na 1ª Pessoa surge com o intuito de aumentar, diversificar e criar novas atividades ocupacionais, através de um leque variado de oportunidades de aprendizagem e crescimento pessoal, no âmbito das Artes, direcionado a qualquer cidadão, com e sem deficiência, que delas queira beneficiar, numa ótica de “comunhão” e igualdade de oportunidades. Centrado na pessoa e nos seus gostos, interesses e competências, pretende criar pontes e ligações mais sólidas entre os vários intervenientes, de forma a evidenciar as qualidades das pessoas a quem prestamos serviços, com foco, não na incapacidade, ou na limitação, mas sobretudo, naquilo que cada um pode, quer e consegue fazer. Contribuindo assim, para uma mudança de mentalidade e de concep-

tualização da deficiência ou incapacidade.

Percebemos que este projeto contará com um vasto número de ações, quem serão os dinamizadores destas ações?

Os prestadores de serviços que dinamizarão as ações que irão ocorrer durante o próximo ano, serão vários artistas nomeadamente, na área da música Umberto Gil e Eugénio da Sociedade Artística Musical dos Pousos, na área da dança Diana Seabra Bailarina, Coreógrafa e Diretora Artística da Sublime Dance Company, contaremos também na área do teatro com Marco Paiva ator, encenador e diretor artístico da Terra Amarela e com Teresa Tavares atriz de cinema, teatro e televisão, na área

Audiovisual tanto na Fotografia como no vídeo teremos connosco Roberto Caetano o fundador do projeto “First Breath After Coma” além de produzir em parceria com a Casota Collective conteúdos audiovisuais, Na cerâmica estará connosco Inés Bruto ceramista no “Atelier Serra” e por último mas não menos importante na oficina de mosaico teremos Jnathan Zapata- Artista na área do design de azulejo e construção de murais.

Quais as oficinas que irão decorrer e qual a periodicidade das ações?

Relativamente às oficinas, periodicidade e frequência das ações eu deixo-vos uma pequena tabela com toda a informação para uma mais fácil leitura.

Oficinas	Frequência	Periodicidade
C1. Amar os Sons:	Semanal	11 meses
C2. Formação Imersiva:	Mensal	11 meses
C3. Oficina Dança Criativa:	Mensal	6 meses
C4. Oficina de Criação Teatral:	Mensal	10 meses
C5. Audiovisual-Fotografia:	Semanal	3 meses
C6. Audiovisual-Vídeo:	Semanal	3 meses
C7. Oficina de Cerâmica:	Semanal	6 meses
C8. Oficina de Mosaicos:	Semanal	4 meses



A SAMP (Sociedade Artística Musical dos Pousos) realizou a sua primeira ação na oficina “Amar os Sons”

Clientes do CACI visitam Centro de Recursos para a Inclusão Digital

Iniciativa pretende sensibilizar para a importância de uma comunicação mais acessível

Os Clientes do CACI da Cercipom visitam todas as semanas o CRID (Centro de Recursos para a Inclusão Digital). Este espaço situa-se na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria.

A parceria com o CRID surge com o objetivo de promover uma intervenção conjunta na promoção da habilitação dos Clientes do CACI de Pombal, colaborando na avaliação e aconselhamento de produtos de apoio, potenciando a participação social com recurso à acessibilidade digital e possibilitando um acompanhamento mais individualizado aos Clientes que necessitem de um trabalho mais específico através de equipamentos e software adaptados às mais diversas necessidades.



O Jornal da Cercipom

Como surgiu o nosso Jornal?

O Jornal surgiu na sala de Pontes de Comunicação, esta sala está equipada com computadores que nos permitem criar diversos conteúdos. Foi formada uma equipa de 8 pessoas, 7 Clientes e uma Monitora, a quem foi aprovado o projeto do jornal. Já

existiu um jornal anterior, há uns anos atrás, que terminou e que serviu também de inspiração para recomeçarmos o nosso jornal. É uma oportunidade para mostrar o nosso trabalho ao mundo. É um espaço onde podemos recolher informação sobre

vários temas. Permite-nos informar e ficarmos mais informada sobre tudo. Infelizmente algumas pessoas pensam que nós não somos capazes de fazer muitas coisas e este jornal está aqui para provar o contrário. Sentimo-nos bem, felizes,

sentimo-nos com força, com vontade de trabalhar em equipa, sentimo-nos capazes, que temos talento para isto e para muito mais e queremos mostrar esta vontade ao mundo. A construção deste Jornal não seria possível sem a ajuda

dos nossos parceiros, nomeadamente, o Pombal Jornal e o CRID (Centro de Recursos para a Inclusão Digital) em Leiria. A quem a equipa do jornal gostaria de agradecer todo o apoio demonstrado.

Equipa do Jornal da Cercipom

E para entendermos um pouco mais sobre o mundo jornalístico entrevistámos o Pombal Jornal que prontamente respondeu às nossas perguntas.



Como se constrói um jornal e que tipo de jornais conhece?

Existem muitos jornais, há jornais que saem todos os dias, há jornais que saem uma vez por semana, há jornais que saem de 15 em 15 dias, uma vez por mês, a isto chama-se periodicidade e o nosso jornal (Pombal Jornal) tem periodicidade quinzenal, significa isto que sai de 15 em 15 dias. A partir do momento em que o jornal sai para a rua, nós começamos logo a preparar o jornal seguinte. Para isso temos que ver o que temos em agenda, aqueles trabalhos em que as Entidades e Instituições em geral ou as Associações nos convidam para acompanhar, estas atividades têm uma data marcada, (...) depois vemos se naquela semana ou nos próximos dias haverá algum tema relevante que possamos tratar em reportagem, por exemplo fazer um trabalho mais alargado sobre um determinado tema, damos destaque um tema (...) é o trabalho de agenda e o trabalho planeado por nós. Depois disso, começamos a paginar mas antes temos que ir escrevendo as notícias, temos que ir ao terreno, trazer a informação e temos que escre-

ver. Ou seja, fazemos a entrevista, recolhemos a informação junto do entrevistado e temos o trabalho de ouvir o que recolhemos e editamos, preparamos todo o texto para ser publicado, temos de compor o texto de maneira a que o leitor perceba qual é a mensagem que o entrevistado quer passar. (...) Depois, quem pagina, quem compõe as páginas tem que, nos dias que antecedem a saída do jornal, preparar as páginas colocando aí os textos que já estão prontos. Mas antes disso temos que definir o material de cada página, (...) dentro do jornal temos várias secções e distribuimos o material que temos de acordo com essas secções. Finalmente, depois de tudo pronto, segue para a gráfica para ser impresso e da gráfica vem para os correios e para os postos de venda.

É difícil trabalhar na área do Jornalismo?

É sim, é muito difícil trabalhar com o jornalismo, tem que se gostar muito do que se faz, nós não temos horários, trabalhamos todos os dias, de segunda até domingo, sem horários, por exemplo, (...) dia 1 de maio é feriado, as pessoas, em geral,

ficam em casa, é dia do trabalhador, para nós não, é um dia importante e há comemorações Institucionais, a nossa Câmara Municipal tem um conjunto de comemorações que nós, como jornal, temos o dever e o compromisso com os nossos leitores de acompanhar, neste trabalho, que muitas vezes fazemos fora de horas, temos que gostar do que fazemos, temos que prescindir de muito e de gostar muito de ouvir as pessoas (...) é essencial fazer uma gestão muito grande da nossa vida para encontrar algum equilíbrio.

Como se encontra inspiração para escrever um jornal?

Vou ser muito honesta, eu acho que a inspiração, às vezes, é trazida pelos temas e pelos trabalhos que estamos a fazer, ou pela pessoa que estamos a entrevistar, que às vezes é motivadora e inspiradora. Quando temos alguém ou fazemos um trabalho em que o tema nos enche o coração é inspirador e motivador, apesar de todos os temas serem importantes, há alguns mais aborrecidos de tratar (...) esta profissão exige muito de

nós, mas também lidamos com pessoas que nos enchem o coração, há pessoas que fazem a diferença, há projectos que fazem a diferença e isso também é muito inspirador e quando nós saímos do local com informação de relevância, também nos sentimos mais inspirados para escrever.

Qual é a função dos jornais?

Em primeiro lugar e acima de tudo, o jornal existe para informar e bem informar. Nós vivemos numa era, em que vocês sabem, em que as redes sociais proliferam com muita informação e muita dessa informação não corresponde à verdade, portanto, e mais do que nunca, temos que estar bem informados porque se não estivermos bem informados tornamo-nos pessoas que não conseguem emitir opiniões bem fundamentadas sobre os diversos temas. Hoje em dia, mais do que nunca, temos que ter muita atenção ao que lemos sobretudo neste mundo digital e das novas tecnologias, aliás, há pessoas que só lêem os títulos, nem se dão ao trabalho de ler as notícias, e criam ideias erradas apenas com

a informação que lêem nos títulos, portanto os jornais têm um papel muito importante numa altura de tanta desinformação.

Quais são as características de um bom jornalista?

Antes de mais eu acho que um bom jornalista tem ser muito curioso, gostar de sair para saber mais e depois tem que ter consciência que tem que informar bem e com rigor. Tem que ter vontade de saber mais, de informar e informar bem, além disso tem que estar disponível para trabalhar, às vezes, sem horários, porque nós temos de estar sempre em qualquer sítio e a qualquer hora.

Como é que os jornalistas sabem das notícias?

Hoje em dia uma das grandes fontes de notícias são as redes sociais, mas é preciso saber também olhar e ver o que é realmente notícia, para tal cabe-nos a nós focar naquilo que corresponde à verdade e filtrar o que não interessa, portanto hoje em dia temos um trabalho um bocadinho mais facilitado nesse sentido e depois é aquela vontade de procurar sobre os temas dos quais se quer falar.

Crónica Semestral

O Autoconhecimento - O que é?

Este conceito retrata o conhecimento que uma pessoa tem a respeito de si mesma sobre as suas qualidades e os seus defeitos, os seus desejos, também as suas ambições e limitações. Isto faz com que se tenha mais facilidade em definir objectivos para seguir uma jornada de auto-realização.

O autoconhecimento possibilita um maior desenvolvimento pessoal, transita em nós ao longo de todas as fases da nossa vida e

permite que seja mais fácil tomar as decisões importantes na nossa vida.

Para praticar o autoconhecimento devemos tentar descobrir coisas sobre nós mesmos como interesses, objetivos de vida, ambições, qualidades e defeitos. Devemos ser curiosos e ter vontade de saber mais sobre o mundo, descobrir os nossos sonhos e ser capazes de tomar decisões sobre nós mesmos.

Mariana Alcobia

Ouvir, escutar e pensar...

Aos soldados da Paz, os heróis da Vida Humana...

Aos Bombeiros que lutam para salvar as nossas vidas mesmo quando o fogo avança contra eles.

Os incêndios que iniciaram a meados do mês de setembro de 2024 nas zonas norte e centro do país marcaram a nossa história. Além da destruição deixada para trás, perderam-se vidas huma-

nas, famílias destruídas pelas chamas.

Um total de sete mortes, entre elas, Sónia Melo de 36 anos, Susana Carvalho de 44 e Paulo Santos de 38, todos faziam parte de uma equipa de 5 operacionais do Corpo de Bombeiros de Vila Nova de Oliveirinha que deixaram tudo para trás e correram

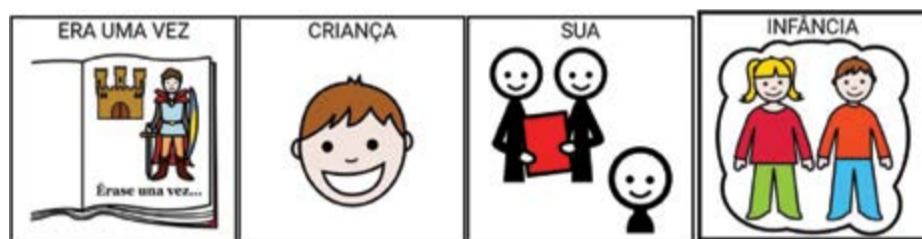
para enfrentar perigos dos quais qualquer outro fugiria.

A todos os soldados da paz, agradecemos o trabalho e dedicação prestados à população e a ajuda às pessoas, aos seus bens e animais.

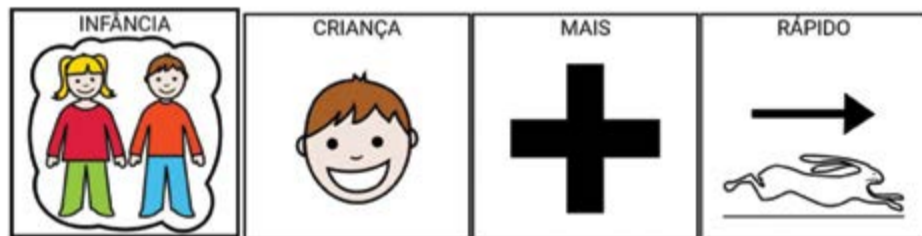
Equipa do Jornal da Cercipom

Conto do Semestre

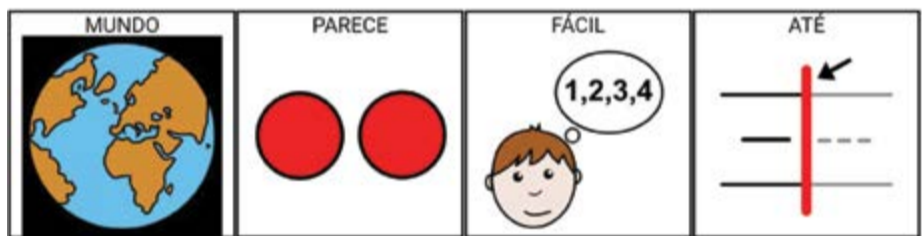
Era uma vez uma criança e a sua infância...



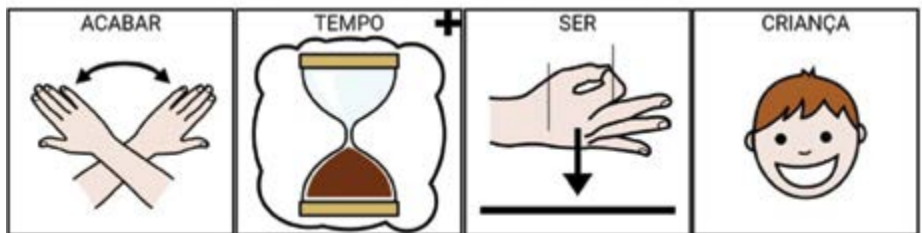
A infância de uma criança é tão mais rápida



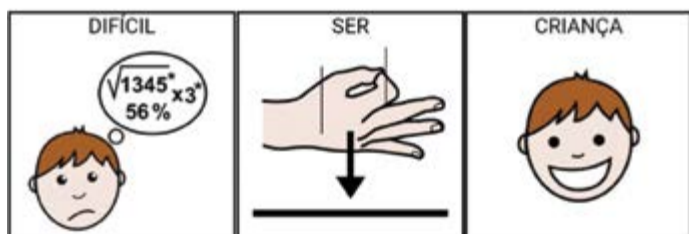
que o mundo, parece fácil até



que se deixa de ter tempo para ser criança



Como é difícil ser criança...



Autor: Tiago Leal

Sopa de Letras

Encontra as palavras abaixo indicadas. Elas encontram-se na vertical e na horizontal

B	T	U	H	N	L	F	X
C	E	R	C	I	P	O	M
A	T	V	V	J	K	Ç	M
C	R	O	N	I	C	A	D
I	C	J	O	R	N	A	L
A	G	Ç	K	S	S	O	Z
G	N	O	T	I	C	I	A
X	E	Y	A	F	R	V	K

CERCIPOM
CACI
CRONICA
JORNAL
NOTICIA

Ficha Técnica

Autores

Adelino Ponte
Carla Adriana
Joel Mota
Mariana Teixeira
Tiago Leal
Tiago Lopes

Desing Gráfico

Pombal Jornal
Fabienne Pereira
Adelino Ponte
Carla Adriana
Joel Mota
Mariana Teixeira
Tiago Leal
Tiago Lopes

Responsável do Projeto

Fabienne Pereira

Fotografia:

Adelino Ponte
Carla Adriana
Joel Mota

Impressão

Pombal Jornal
Rua Mancha Pé nº2,
3100-467, Pombal.
Telef.: 236 023 075
Telm: 911 975 237
965 449 868



CERCIPOM

Cooperativa de Educação, Reabilitação, Capacitação e Inclusão de Pombal
Avenida Heróis do Ultramar nº108
3100-462 Pombal
Tel.: 236 209 240

Com o Apoio:



P O M B A L
Jornal

Gala distingue e enaltece o “Melhor de Nós”

Flávio Silva e Sicó Tour foram os melhores de Pombal



• Chef Flávio Silva e João Gameiro (sicó Tour) aquando da entrega das distinções

Condeixa acolheu o Jantar Gala ‘Melhor de Nós’ 2025 que “premiou, enalteceu e promoveu” a região de Sicó e ainda Miranda do Corvo, numa iniciativa de cariz social realizada em parceria pelos seis Municípios e pela Fundação ADFP.

O evento pretendeu ser

um momento de confraternização e partilha, com a ementa do jantar a ser composta por produtos endógenos e gastronómicos da região. Durante a gala foram distinguidas sete personalidades e sete organizações “Melhor de Nós”, indicadas por cada um daqueles mu-

nicipios.

“Este território é na sua maioria de baixa densidade e os territórios de baixa densidade têm de apostar na qualidade e têm de ter brio naquilo que são e que fazem. E nessa medida, este tipo de iniciativas só é possível de pudermos trabalhar

em conjunto, se todos os municípios, os sete [Terras de Sicó + Miranda do Corvo], derem as mãos e se unirem para chamar a atenção para aquilo que é a nossa riqueza, o que é endógeno, que nos representa, e podermos unir-nos na promoção dos produtos, mas também de uma forma cada vez melhor podermos trazer as pessoas que representam o melhor de nós nestes municípios”, realçou Jaime Ramos, presidente da Fundação ADFP.

Por Pombal, foram distinguidos, o chef Flávio Silva, actualmente responsável pela cozinha da Federação Portuguesa de Futebol e a empresa turística Sicó Tour, com um grande crescimento.

Livros que te Dão Música

Rapaz Improvisado esteve na Biblioteca



• Momento da actuação dos dois artistas

Rapaz Improvisado (Leonel Mendes) e Joel Madeira estiveram na Biblioteca Municipal de Pombal, no passado dia 31 de Janeiro, na iniciativa “Livros que te dão Música”. Os músicos interpretaram alguns temas de Johnny Cash, partindo da novela gráfica “I see a

darkness”, que aborda o percurso do músico americano, que se notabilizou em vários estilos musicais, mas sobretudo na música country.

Uma noite intimista, criativa e única, que preencheu um fim de semana culturalmente rico e eclético.

para um dia cheio de amor

Dia dos namorados
14 Fevereiro

Sugestões

Feliz Dia de São Valentim



♥ Especialistas em Saúde Visual ♥

📍 Largo do Cardal - Pombal
☎ 236 212 187

Os pais namoram as crianças se divertem!!!

14 DE FEVEREIRO
das 20h às 23h

Possibilidade de jantar

Planeta dos Gaiatos
Em Ansião
com inscrição prévia
961694020

Em Ansião **O Planeta dos Gaiatos** das 20h às 23h disponibiliza a possibilidade de jantar enquanto as crianças se divertem. Marcações pelo número 961694020

PRENDAS ESPECIAIS
Dia dos Namorados



Fotografia e Design | Lótus Pombal Shopping.
Prenda Especial para um dia especial.
Contacto: 914 861 096



365
AGÊNCIA DE VIAGENS

Para oferecer uma viagem
365 AGÊNCIA DE VIAGENS no Largo da Biblioteca
Cont: 913 755 051



FLORISTA CILA FLORES
na Rua Direita, em Pombal.

Faça a sua encomenda
914 948 334
cilaflorespombal@gmail.com

Preparação Individualizada da Medicação disponível na Farmácia Barros e na Farmácia Popular

Novo serviço farmacêutico ajuda polimedicados a gerirem terapia

É daquelas pessoas que toma vários medicamentos por dia ou tem algum familiar próximo que esteja nesta situação? Tem dificuldades em gerir a toma da medicação e, até mesmo, em distinguir as caixas dos medicamentos? Custa-lhe perceber como tomar cada um deles? Se a resposta a estas questões é afirmativa, saiba que pode contar agora com um serviço que é um importante aliado de quem é polimedicado.

A Farmácia Barros e a Farmácia Popular dispõem de um equipamento de Preparação Individualizada da Medicação (PIM), vocacionado para organizar a terapêutica diária dos doentes. O objectivo é facilitar a administração da medicação, sem erros, e poupar tempo, não só aos beneficiários, mas também aos seus familiares ou cuidadores. O serviço pode ser requerido também pelas instituições que prestam cuidados à população idosa (lares, centros de dia e de apoio domiciliário). Tem ainda outra vantagem: tem um custo simbólico, o que o torna acessível a qualquer cidadão.



• A Farmácia Barros localiza-se em Pombal na Avenida Heróis do Ultramar com o contacto 236 212 037

Uma percentagem significativa da população tem necessidade de tomar medicação diária para tratar diferentes patologias, mas a correcta adesão à terapêutica é fundamental na gestão eficaz da doença. Contudo, a verdade é que muitos destes doentes polimedicados (idosos, na sua grande maioria) não cumpre a posologia prescrita, o que pode resultar em efeitos indesejados.

A farmácia e os seus profissionais assumem, neste contexto, um papel determinante. Ciente desta realidade e das suas consequências na saúde dos doentes, Ana Margarida e João Guilherme Oliveira, directores técnicos das Farmácias Barros (Pombal) e Popular (Abiul), respectivamente, decidiram acrescentar ao leque de serviços o da Preparação Individualizada da Medicação (PIM). Depois de um ano de fase experimental, que envolveu cerca de 80 utentes (incluindo aqui as instituições), o testemunho dos envolvidos foi de tal forma positivo, que os responsáveis das farmácias decidi-

ram divulgar o serviço publicamente.

“Temos vindo a verificar ao balcão, já há alguns anos, que as pessoas com uma terapêutica complexa, com muitos medicamentos e formas de os tomar diferentes, têm dificuldades em conseguir implementar a forma correcta de tomar a medicação. Com isso surgiu esta oportunidade de adquirir um aparelho que permite organizar toda a medicação de forma detalhada, para que as pessoas tenham mais facilidade de gerir a sua própria terapêutica”, conta João Guilherme Oliveira.

Palavras reforçadas pelas de Ana Margarida Oliveira, ao vincar que “assim auxiliamos os utentes e os seus familiares”. A farmacêutica adverte que, “muitas vezes, a degradação do estado de saúde de um utente começa pela toma errada da medicação, o que gera um círculo vicioso: a pessoa não está bem, deixa de ser autónoma e, não raras vezes, a causa disso está relacionada com esta questão”. Nesta perspectiva, “se pudermos prevenir isso, e de

certa forma ajudar o utente e deixar o familiar descansado relativamente à toma da medicação, é uma mais-valia para todos”. Ou seja, “é ajudar naquilo que as pessoas procuram quando tomam medicação: ter qualidade de vida que lhes permita continuar autónomos e permanecer nas suas casas”.

Por outro lado, “esta é uma zona com muitos emigrantes”, nota a directora técnica da Farmácia Barros, para evidenciar a preocupação dos filhos que, estando ausentes do país, não têm possibilidade de fazer esta vigilância e acompanhamento permanentes.

“Conseguimos garantir que a medicação é tomada de forma correcta, à hora certa, com as doses correctas. Tudo como se fosse supervisionado pelo farmacêutico todos os dias”, acrescenta João Guilherme.

E ainda que as dificuldades na organização dos medicamentos sejam mais visíveis no campo individual, o serviço de Preparação Individualizada da Medicação traz vantagens igualmente importantes para as insti-

tuições de idosos, patente nos testemunhos aqui registados.

PROCESSO COMEÇA COM ENTREVISTA

O processo de Preparação Individualizada da Medicação não se restringe à organização da caixa com as bolsas para as tomas diárias. Antes disso, o doente (ou familiar) é entrevistado por uma das farmacêuticas especializadas neste serviço, com o objectivo de fazer a “revisão da terapêutica”, explica Ana Margarida Oliveira. Nesta fase, e caso surjam questões que requeiram validação, o profissional de saúde contacta o médico que acompanha o doente, para que não haja qualquer erro na estruturação da medicação.

“A partir daí, os dados são introduzidos no sistema informático, a que se segue uma nova validação, por outra farmacêutica”, que confirma a fiabilidade daquela informação. Assegurado este controlo, a medicação é então “distribuída pelas várias saquetas, em função da toma diária, mas no final há ainda mais duas verifica-

da doentes êutica sem erros



● A Farmácia Popular está em Abiul próximo da Igreja com o contacto 236 922 002

ções, por parte de duas farmacêuticas”, acrescenta a directora técnica da Farmácia Barros. “É um processo que, desde o início até ao fim, obedece a um controlo rigoroso”, salienta.

A Preparação Individualizada da Medicação é feita de 15 em 15 dias, podendo, após este período, ser levantada na farmácia de Pombal ou de Abiul ou entregue ao domicílio, caso o doente ou cuidador tenha essa necessidade.

“É mais uma vantagem do serviço, uma vez que não é preciso ter a preocupação de saber quando é que os medicamentos vão faltar nem de se deslocar para os levantar”, explica Ana Margarida. Isto porque a calendarização introduzida no software desencadeia um sistema de alerta sobre a necessidade de reforçar a medicação. “Está tudo estruturado para que esta nunca falte”, reforça João Guilherme, director técnico da farmácia de Abiul, que realça, por outro lado, o elevado “nível de esterilização” do processo, “dentro de todos os parâmetros de qualidade exigidos pelas autoridades”.



● João Guilherme Oliveira e Ana Margarida Oliveira

A SUA SAÚDE

A NOSSA PRIORIDADE

“A experiência começou com a minha mãe, quando vivia sozinha. Não tínhamos hipótese de ir lá e, quando íamos, começámos a perceber que estava dopada, com excesso ou falta de medicação. Quando soube deste serviço achei excelente e, como filha, fiquei muito tranquila. Agora, quando lá vamos, vemos que ela já faz a medicação e houve uma grande recuperação. Não voltei a ter aquela sensação de chegar lá e ela estar sonolenta ou não estar bem. Tem os dias, a hora, está tudo bem identificado.

Estamos muito satisfeitos com o serviço e recomendo-o a quem tenha pais sozinhos e não tenha hipótese de lhes controlar a medicação”.

CARLA SANTOS | FAMILIAR DE UTENTE



“Estou a trabalhar há dois anos no lar de Abiul e desde que se introduziu o PIM sinto que há mais facilidade de preparar a medicação e ter mais tempo com os utentes. Antes, eu gastava uma manhã inteira para preparar medicação para o dia a seguir. Neste momento, em 15/20 minutos organizo a medicação para três dias. Isso é uma das grandes vantagens. A outra é que não há erros na medicação. Mesmo quando há alterações, envio-lhes (farmácia) um email e eles automaticamente fazem a alteração”

CÁTIA FRADE (ENFERMEIRA NO LAR OTÍLIA LOURENÇO JÚNIOR, EM ABIUL)



“A dificuldade dos utentes passa muito pela organização da medicação em casa e uma das vantagens que oferecemos, neste serviço, é precisamente terem a medicação sempre organizada, as tomas certas, diárias, na hora correcta. Os utentes deixam de ter essas preocupações.

Têm muito mais tempo livre para fazerem outras tarefas e na própria farmácia também há uma economia de tempo, porque o utente não precisa de tanto tempo sobre a explicação da medicação. E é um serviço que não se torna dispendioso”.

JOANA FEITEIRA (TÉCNICA DE FARMÁCIA NA FARMÁCIA POPULAR)



“Estou contente com o serviço porque elas [irmãs] sabem tomar os medicamentos, sem andar a desperdiçar. Uma é aleijada de uma mão e estava sempre a deixá-los cair para o chão. Depois já não sabia onde é que eles pertenciam. Assim não há desperdício e estou mais descansada”.

CUIDADORA

Próximo encontro no domingo, em Cantanhede Pombal volta a ser surpreendido

O Sertanense somou a segunda vitória na prova e novamente frente ao Pombal, conseguindo assim sair do último lugar. De facto, as coisas começaram ligeiramente mal para os comandados de Pedro Solá, com a expulsão de Peterson após uma má reacção a um lance em que tinha sofrido falta, deixando os colegas em inferioridade numérica a partir dos 23 minutos. Se as coisas estavam em dia não,

pior ficaram em três minutos. Aos 57 e 60 *tocou o sino da desgraça*, com o guarda-redes Benjamin que é uma aposta recente do treinador, a contrariar o bom tempo que se fazia sentir. Com uma desvantagem de dois golos, consumou-se a estreia de mais um atleta no Pombal, agora, um brasileiro, Wilson Fonseca (ex-Oliveira do Hospital) que até tentou agarrar a posição e por uma vez, esteve perto do sucesso, todavia, ficaria em branco.

Nota ainda para mais um final atribulado, devido a provocações de um jogador visitante quando se dirigia para o balneário, que obrigou a intervenção da PSP.

O Pombal interrompe assim uma série fabulosa de sete pontos em três jogos, tendo agora que recuperar na deslocação curta de domingo, até Cantanhede. Frente ao Marialvas que também luta pela manutenção, os níveis de confiança terão de estar no máximo, em que o atleta terá de perceber as cores que defende. A 16, mais um cenário igual na recepção ao Alverca 'B'.

CAMPEONATO PORTUGAL SÉRIE 'C'

RESULTADOS - 17.ª JORNADA

Benfica Castelo Branco - O Elvas	0-2
Sp. Pombal - Sertanense	0-2
União Coimbra - Alverca	1-4
Marinhense - Pêro Pinheiro	1-1
Alcains - Arronches e Benfica	2-3
Marialvas - Mortágua	0-0
Peniche - Fátima	0-1

	J	V	E	D	M/S	P
1 O Elvas	17	13	3	1	27-8	42
2 Arronches Benf.	17	8	8	1	19-11	32
3 Peniche	17	9	4	4	26-14	31
4 Fátima	17	8	6	3	17-7	30
5 Marinhense	17	7	7	3	18-12	28
6 Alverca 'B'	17	6	4	7	19-21	22
7 B. Cast.Branco	17	5	6	6	15-15	21
8 Sp. Pombal	17	5	5	7	18-22	20
9 Marialvas	17	5	5	7	20-23	20
10 Mortágua	17	4	8	5	11-16	20
11 Alcains	17	4	4	9	14-21	16
12 União Coimbra	17	4	4	9	17-32	16
13 Sertanense	17	2	6	9	16-24	12
14 Pêro Pinheiro	17	2	4	11	9-20	10

18.ª JORNADA - 09 Fevereiro

Alverca 'B' - Sertanense	
Pêro Pinheiro - União Coimbra	
Marialvas - Sp. Pombal	
Mortágua - Alcains	
O Elvas - Peniche	
Arronches e Benfica - Benfica Cast. Branco	
Fátima - Marinhense	

19.ª JORNADA - 16 Fevereiro

Benfica Castelo Branco - Mortágua	
Alcains - Marialvas	
Peniche - Arronches e Benfica	
Marinhense - O Elvas	
Sertanense - Pêro Pinheiro	
União Coimbra - Fátima	
Sp. Pombal - Alverca 'B'	

CAMPEONATO DISTRITAL DIVISÃO HONRA

RESULTADOS - 16.ª JORNADA

Figueiró dos Vinhos - Unidos	0-2
Guinense - Lisboa e Marinha	3-2
Vieirense - Atouguiense	1-0
Motor Clube - 'Os Nazarenos'	2-3
Bombarralense - Portomosense	1-2
Marrazes - Beneditense	0-1
União Serra - Caldas S.C.'B'	2-1
Alegre Unido - Alcobaça	0-2

	J	V	E	D	M/S	P
1 União da Serra	16	13	3	0	45-9	42
2 Nazarenos	16	12	3	1	46-20	39
3 Vieirense	16	9	6	1	23-14	33
4 Portomosense	16	9	5	2	21-11	32
5 Lisboa Marinha	16	9	3	4	23-15	30
6 Guinense	16	9	2	5	39-20	29
7 Beneditense	16	6	3	7	15-15	21
8 Alcobaça	16	6	1	9	22-21	19
9 Figueiró Vinhos	16	5	3	8	22-23	18
10 Motor Clube	16	4	5	7	14-31	17
11 Caldas S.C.'B'	16	4	4	8	16-26	16
12 Bombarralense	16	4	3	9	16-23	15
13 Alegre Unido	16	3	4	9	10-30	13
14 Atouguiense	16	2	5	9	7-17	11
15 Unidos	16	3	2	11	13-37	11
16 Marrazes	16	2	4	10	13-33	10

17.ª JORNADA - 09 Fevereiro

Caldas S.C.'B' - Alegre Unido (8/2)	
Unidos - Vieirense	
S.L. Marinha - Figueiró dos Vinhos	
Portomosense - Motor Clube	
Beneditense - Bombarralense	
Nazarenos - União da Serra	
Atouguiense - Marrazes	
Alcobaça - Guinense	

18.ª JORNADA - 16 Fevereiro

Guinense - Caldas S.C.'B'	
União da Serra - Portomosense	
Motor Clube - Beneditense	
Figueiró dos Vinhos - Alcobaça	
Bombarralense - Marrazes	
Alegre Unido - Nazarenos	
Unidos - Atouguiense	
Vieirense - S.L. Marinha	

CAMPEONATO DISTRITAL PRIMEIRA DIVISÃO

SÉRIE 'A'

RESULTADOS - 12.ª JORNADA

Pedroguiense - Pelariga	1-3
Matamourisquense - Avelarense	1-0
Caseirinhos - C.C. Ansião	3-1
Alvaiázere - Moita do Boi	5-3
Ilha - Carnide	0-0
Chão de Couce - União Pombal	1-5

	J	V	E	D	M/S	P
1 União de Pombal	12	11	0	1	37-17	33
2 Pelariga	12	9	1	2	24-11	28
3 Alvaiázere	12	8	2	2	30-17	26
4 Carnide	12	7	2	3	16-27	23
5 Ilha	12	6	3	3	20-15	21
6 Caseirinhos	12	4	1	7	16-25	13
7 Pedroguiense	12	4	1	7	22-26	13
8 Chão de Couce	12	4	0	8	26-33	12
9 Moita do Boi	12	3	2	7	16-27	11
10 Matamourisq.	12	3	2	7	19-26	11
11 C.C. Ansião	12	3	0	9	12-25	9
12 Avelarense	12	2	2	8	18-31	8

13.ª JORNADA - 9 Fevereiro

Carnide - Caseirinhos (8/2)	
Moita do Boi - Matamourisquense (8/2)	
C.C. Ansião - Chão de Couce	
União de Pombal - Alvaiázere	
Pelariga - Ilha	
Avelarense - Pedroguiense	

CAMPEONATO DISTRITAL PRIMEIRA DIVISÃO

SÉRIE 'B'

RESULTADOS - 12.ª JORNADA

GRAP/Pousos - Boavista	0-3
Caranguejeira - Mirense	0-0
Turquel - Meirinhas	2-3
Maceirinha - Santo Amaro	0-1
Alqueidão da Serra - Bidoeirense	6-0
Folga - Arcuda	

	J	V	E	D	M/S	P
1 Alqueidão Serra	11	7	3	1	25-8	24
2 Santo Amaro	11	6	3	2	15-7	21
3 Maceirinha	11	5	3	3	19-11	18
4 Boavista	11	6	0	5	17-21	18
5 Caranguejeira	11	5	2	4	14-9	17
6 Arcuda	10	5	1	4	16-11	17
7 Mirense	11	4	4	3	23-17	16
8 Bidoeirense	11	4	2	5	15-20	14
9 Meirinhas	11	3	2	6	15-23	11
10 GRAP/Pousos	11	3	0	8	6-19	9
11 Turquel	11	2	0	9	14-33	6

13.ª JORNADA - 16 Fevereiro

Arcuda - Boavista	
Meirinhas - Maceirinha	
Mirense - Alqueidão da Serra	
Santo Amaro - Caranguejeira	
Bidoeirense - GRAP/Pousos	

SicóTrilhos promoveu 4º Trail Manuelino

Abiul recebeu mais de 800 participantes



• Miguel Martins, Nuno Mendes (presidente do SicóTrilhos), Sandra Barros (presidente da Freguesia de Abiul) juntamente com os vencedores na emblemática praça de touros que recebeu os aventureiros que iniciaram pela primeira vez, no Ramalhais

A mais recente tradição desportiva de Abiul esteve em destaque no passado dia 1 e 2 de Fevereiro, com a realização da 4ª Edição do Trail Manuelino, evento promovido pela Associação SicóTrilhos - Abiul, contando com o apoio da junta de freguesia de Abiul e do Município de Pombal, além de outros patrocinadores e colaboradores que não deixaram de se associar a esta grande dinâmica.

Numa edição que estava anunciada como a maior sempre, reuniu mais de 800 participantes, distribuídos por três distâncias de Trail na vertente competitiva, com 32km, 18km, e 12km e depois, a caminhada com cerca de 12km. Durante o final do dia de sábado, realizou-se o Trail Kids Manuelino que contou com cerca de 30 *gigantes atletas*. A prova teve como padrinhos, a Pombalense Sofia

Vieira que representa as cores do Clube Desportivo de Espite do concelho vizinho de Ourém e Pedro Gomes, atleta que iniciou o seu percurso na SicóTrilhos e que agora representa o Trail da Amizade Runners de Santiago da Guarda.

Este ano contou com a novidade de o Trail Manuelino ter sido inserido nos Circuitos Nacionais de Trail da Associação de Trail Running de Portugal (ATRP) nas séries Trail 100, Trail Sprint 100 e Trail Jovem 150, bem como na competição dedicada ao Trail da Associação Desportiva de Atletismo de Leiria (ADAL) no Circuito de Trail ADAL - Derovo - Fullprotein 2024-2025, nas distâncias de Trail e Trail Sprint.

Outra inovação foi a descentralização da partida, que se realizou na localidade de Ramalhais, com o apoio da Associação Des-

portiva Recreativa e Cultural de Ramalhais que a SicóTrilhos muito agradece. Este local permitiu que em poucos metros todos os atletas e caminhantes sentissem o que é a verdadeira Sicó. A meta voltou a ser na mítica Praça de Touros de Abiul, onde se realizou todo o convívio e toda a *"terceira parte"* desta verdadeira festa do Trail.

Na soma dos resultados finais, no Trail Longo (32 km), no plano masculino, primeiro lugar para Pedro Gomes, Trail da Amizade Runners - 2:46:40, segundo lugar, Cláudio Loureiro, G. A. Caranguejeira - 2:50:35 e fechou o pódio João Camacho, A. C. S. Mamede - 2:53:31.

No feminino triunfo para Paula Pinto, Amigos 100 Limites - 3:26:00, segundo lugar, Marisa Bregieiro, Talentos Objetivos - 3:43:47 e terceira posição, Sandra Gonçalves, Bairro dos Amjos - 3:56:26.

No Trail Sprint (18 km), cortou em primeiro lugar a meta, Sérgio Junqueira, CPR A-do-Barbas - 1:30:36, segundo, Rafael Matias, Vila Ventura Trail - 1:31:13 e terceiro Marco Gomes, Trail da Amizade Runners - 1:31:18.

No feminino, triunfo para Ana Bonifácio, CPR A-do-Barbas - 1:56:29, segundo lugar, Inês da Costa Tomás, Vila Ventura Trail - 2:06:22 e terceira posição Sara Alves, Linces do Marão - 2:08:09.

Na distância mais curta com 12 km, Gonçalo Carolino, Xplose - 1:08:25 foi o mais rápido, logo seguido de Ricardo Nunes, Grupo Alegre Unido Bajouca - 1:12:49 e Tiago Fernandes, Individual - 1:13:32.

Nas senhoras, Manuela Martins, Cvet Belém - 1:18:52 foi a primeira a chegar, depois, Catarina Carvalho, Chicharo Run Team A. Al-



vaizere -1:23:43 e Mariana Valério, Lentidão Furiosa-Freixianda - 1:26:03

A MAIOR EDIÇÃO DE SEMPRE

No balanço final, Nuno Mendes presidente da SicóTrilhos expressava a sua alegria por ter conseguido "a maior edição de sempre, prova de que os atletas que nos visitam confiam na nossa organização, mas também que oferecemos um evento de qualidade, por isso um agradecimento singular a cada um deles.",

Adiantando "se nos participantes batemos *records* no número de pessoas, no *staff* não foi excepção. Os mais de 70 voluntários fizeram com que esta edição fosse um sucesso, mostrando a força e união da SicóTrilhos mas também dos moradores de Abiul que cada vez mais se envolvem nesta promoção da nossa terra. A todos o meu obrigado! Últimos, mas não menos importantes, os agradecimentos ao Município de Pombal, Junta de Freguesia de Abiul na pessoa da presidente Sandra Barros, uma senhora que move montanhas com o objetivo de que nada falhe. Especial referência também para aos patrocinadores e parceiros, sem vocês nada disto seria possível, que o Trail Manuelino tenha conseguido honrar tamanha confiança. Uma palavra muito especial para um dos *nostros de trabalho e dedicação*, que pelo motivo da perda de um familiar não pode estar presente nesta festa, Lisandra este sucesso é teu!".

Perante todos estes factos, não restam dúvidas de que ficará "encontro marcado para a 5ª Edição do Trail Manuelino por trilhos de Abiul nos dias 31 de janeiro e 1 de fevereiro de 2026!"

15 - 16 FEVEREIRO SEN(C)

XXXVI TORNEIO DE ANIVERSÁRIO

Limite Inscrições 12 fevereiro até às 20H

CONTACTOS: 20€* INSCRIÇÃO

CLUBE TÊNIS DE POMBAL
T.M. 962 421 789
EMAIL: CTPOMBAL@SAPO.PT

*Com almoço incluído no Sábado.

Logos of sponsors: CTD, sumol-compal, FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TÊNIS, POMBAL, ONDA CERTA

Prova de judo decorreu na Marinha Grande

Pombalenses em destaque no torneio associativo



Teve lugar no pavilhão do Judo Clube da Marinha Grande, o Torneio Associativo da Marinha Grande, prova organizada pela Associação Distrital de Judo

de Leiria, destinada a judocas dos 9 aos 12 anos (Benjamins, Infantis e Iniciados).

A prova contou com a participação de mais de meia centena de judocas provenientes das várias coletividades do distrito. Nestas idades, mais que o resultado desportivo, importa a forma como os atletas aproveitam a competição e a experiência de praticarem com outros judocas para a sua evolução como praticantes, servindo também para conhecerem novos amigos de outros clubes do distrito. A Escola de Judo de Pombal esteve representada por oito atletas, que conviveram e "lutaram" com judocas de outros clu-

bes, tendo obtido os seguintes resultados:

Benjamins (9-10 anos)

- 28 Kg
Francisco Tomás 3.º lugar
- 32 Kg
Duarte Lourenço 3.º lug.
- 46 Kg
Stefan Markelov 1.º lugar

Infantis/Iniciados

- 32 Kg
Jesus Carrasquel 1.º lugar
- 40 Kg
António Freire 1.º lugar
Ivan Bareketa 2.º lugar
- 50 Kg
Duarte Cordeiro 1.º lugar
- 55 Kg
Mártin Markelov 1.º lugar
Estão de parabéns os judocas pombalenses pelos resultados obtidos.

Andebol

Meirinhas assina protocolo de parceria com o NDAP



• João Pimpão, presidente da Freguesia das Meirinhas com Jorge Lima, responsável pelo NDAP

A Freguesia de Meirinhas assinou no passado dia 25 de janeiro, um protocolo de parceria com o Núcleo de Desporto Amador de Pombal (NDAP) com o objetivo de dinamizar a modalidade de andebol na freguesia.

Historicamente, a modalidade de andebol e Meirinhas têm uma relação muito profunda, que remonta ao tempos em que o Colégio João de Barros dinamizava equipas de andebol feminino que lograram bastantes conquistas e epopeias desportivas com a celebração de vários campeonatos nacionais e presenças em competições europeias, tendo muitas das atletas sido convocadas para as seleções nacionais.

Esta parceria nasce na vontade mútua de dispo-

nibilizar à juventude mais uma opção para atividade física, potenciando as excelentes condições oferecidas pelo Pavilhão Gimnodesportivo de Meirinhas e aproveitando o carinho que a modalidade colhe junto da região em que Meirinhas se insere.

Por este protocolo fica a Freguesia de Meirinhas obrigada a suportar os custos do seguro, a disponibilizar a carrinha de transporte, bem como a suprir parcialmente os custos de equipamentos e materiais de treino.

O NDAP promove três treinos semanais para os escalões sub-14, sob sua responsabilidade técnica e integra os jovens nas atividades do clube, funcionando Meirinhas como um pólo da coletividade

Basquetebol

Sub'14 femininas apuradas para o campeonato nacional

A equipa feminina de Sub'14 do Núcleo do Desporto Amador de Pombal conquistou o apuramento direto para o Campeonato Nacio-

nal.

Um trabalho de continuidade de vários anos de uma geração que começou a competir ainda com idade Sub'12

em competições Sub'13 e Sub'14, investindo na preparação de um grupo que merece estar na melhor competição nacional!

Parabéns às atletas, treinadoras, pais e amigos, todos desempenham um papel importante no sucesso desta equipa!



RENAULT

SIM. PODEMOS TER DOIS AMORES

CONHEÇA A CAMPANHA

RENAULT E DACIA



ALL YOU NEED








AUTOMECÂNICA DA CONFRARIA



GRUPO AMCONFRARIA

usados.amconfraria.com

Visite os nossos stands

Barracão, Leiria e Moncalva, Pombal



AGRADECIMENTO
Agradecer o bem que recebemos é retribuir um pouco do bem que foi feito

A Direção e as/os colaboradoras/es da APEPI - Associação de Pais e Educadores para a Infância, em nome de todos/as os/as utentes que apoia vem por este meio manifestar a maior gratidão a todas as Entidades, Empresas/Serviços e Pessoas em nome individual, que colaboraram de alguma forma com as Respostas Sociais e Serviços da APEPI (Centro de Acolhimento Temporário Infantil de Pombal A Magia dos Afectos, Casa de Abrigo Teresa Morais, para mulheres Vítimas de Violência, Centro de Apoio à Vida A Cegonha, para mulheres grávidas ou com filhos recém-nascidos sem enquadramento familiar e Loja Social – Compras Felizes, durante o ano 2024. Desejamos a todos/as também um Feliz Ano 2025 repleto de muitas alegrias, saúde e muitas felicidades.

Familiares de Anézio Gonçalves; APRAP – Associação Pensionistas Reformados e Aposentados de Pombal; ACES Pinhal Litoral- Centro de Saúde de Pombal; ACUREDE- Associação de Promoção Social, Cultural, Recreativa e Desportiva da Guia; Agrupamento de Escolas Gualdim Pais; Agrupamento de Escolas de Pombal; AmbiPombal; Banco BPI; Cabeleireira Arminda-SofiSara; Carlos Lopes-advogado; Família Tânia Pedrosa; Centro Distrital de Leiria, do ISS - IP; Centro de Emprego e Formação de Leiria; Centro Hospitalar Leiria-Pombal; CIG-Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género; CERCIPOM; Colégio João de Barros das Meirinhas; Continente Modelo de Pombal; Distripombal – Supermercados, SA; EAPN-Rede Europeia Anti-Pobreza; Entrajuda – Banco de Bens Doados-Lisboa; ETAP de Pombal; Estúdio F2.8; Externato A Falinha; Farmácia Barros; Filarmónica Artística Pombalense; Instituto Politécnico de Leiria; GanhaSorriso – Clínicas Dentárias; GNR de Pombal; Garval; Grupo Motard Marquês de Pombal; Herdeiros de José de Jesus Luís – Matos da Ranha; Jornal de Leiria; Jornal Notícias do Centro; Jornal Região de Leiria; Junta de Freguesia de Pombal; Lions e Leos Clube de Pombal; Manuel Gonçalves Domingues; Ministério Público de Pombal; MO, S.A.; Magal; Município de Pombal; Pharmacocontinente – Saúde e Higiene, S.A; Paróquia de Pombal; Pastelaria Filinata; Policlínica de Pombal; Pombal Jornal; PSP de Pombal; Rádio Cardal; Rádio Clube de Pombal - 97 FM; Rotary de Pombal; Sporting Clube de Pombal-Direção, Treinadores e Pais/Mães; SUMOL+COMPAL; Talho "O Rato"; Tribunal Judicial de Pombal; UDIPSS/ Lr - União Distrital das IPSS de Leiria; Vespas do Marquês; Voluntários da Loja Social – Compras Felizes, do Centro de Acolhimento A Magia dos Afectos, da Casa de Abrigo Teresa Morais, do Centro de Apoio à Vida; Rodrigo Ribeiro, Conceição Ferraz, Libéria Ferreira, Anabela Pereira, Maria Margarida, Luís Freitas, Renate Figueiredo, Odília Brilhante, Vera Fernandes e Sofia Santana. E todas as iniciativas dinamizadas pelas Escolas do Concelho, Grupos de Catequese e todas as pessoas que de uma forma ou de outra apoiaram e ajudaram a proporcionar a todos/as os/as utentes que acolhem um maior bem-estar e carinho.

Bem hajam por isso!

A Presidente da Direção da APEPI
Maria Teresa Pereira da Silva

CARTÓRIO NOTARIAL DE POMBAL
A CARGO DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO
EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 28/01/2025, exarada a folhas 145, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 38-A, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram como outorgantes: **Manuel de Oliveira Lopes** e mulher **Idalina Martins Fonte**, casados sob o regime da comunhão geral, naturais, respectivamente das freguesias de Vermoil e Vieira de Leiria, concelhos de Pombal e Marinha Grande, habitualmente residentes na Rua Principal, nº 91, lugar de Machuqueira, Carnide, Pombal, declararam com exclusão de outrem, são donos e legítimos possuidores de **6/10 partes** do prédio rústico, terra de sementeira com oliveiras, pinhal e mato, sito em Costeira da Moita, freguesia de Carnide, concelho de Pombal, inscrito na matriz sob o artigo 5773, descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal sob o nº **4351/Carnide**, sem inscrição de aquisição da referida parte; Que a citada parte veio à posse deles justificantes, por compra meramente verbal feita em 24/12/1986 a Aires Gomes e mulher Maria da Mota Ferreira, residentes que foram em Carnide, Pombal, os quais haviam comprado 3/10 partes a Manuel Ferreira, solteiro, residente que foi em Albergaria dos Doze, Pombal; Que após a referida compra, de facto, passaram a possuir o aludido prédio, limpando-o, cultivando-o, plantando árvores e colhendo os frutos, compõe que sempre foi exercida por eles de forma a considerarem como seu o direito à referida parte, 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 38 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, eles justificantes adquiriram a mencionada parte, para seu património, por usucapião, que invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme. Pombal, 28 de Janeiro de 2025

A Colaboradora Autorizada,
Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 20063/02
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025



Funerária, Flores e Artesanato, Lda.

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

Email: geral@funeflor.pt | www.funeflor.pt
Albergaria dos Doze - Tel. 236 931 245 | 968 562 180
Freixianda - Tel. 249 551 304

FLORISTA - 236 931 285

Funerária Lourenço de Lourenço & Vicente, Lda.
SOURE: Quinta de S. Bento
POMBAL: Rua de Santa Luzia, 87
Tms. 966 067 256 • 912 238 110



EDITAL

HASTA PÚBLICA

**ARRENDAMENTO DE EDIFÍCIO
SITO NO LARGO DA BIBLIOTECA**

Pedro Alexandre Antunes Faustino Pimpão dos Santos, Presidente da Câmara Municipal de Pombal, ao abrigo do preceituado na alínea b) do n.º 1 do artigo 35.º do *Regime Jurídico das Autarquias Locais (RJAL)*, publicado em anexo à Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro (Anexo I), **FAZ SABER QUE**,

o órgão **Câmara Municipal**, ao abrigo do disposto nas alíneas g) e h) do n.º 1 do artigo 33.º e nas alíneas c) e d) do n.º 1 do artigo 16.º do RJAL, conjugado com o estatuído no artigo 2º do Decreto-Lei n.º 280/2007, de 7 de agosto, nos artigos 3º, 4º, 5º, 9º e 10º todos do CPA

Deliberou arrendar, em Hasta Pública, o prédio a que se alude na Cláusula 2ª do Programa de Procedimento de Hasta Pública para Arrendamento de Edifício sito no Largo da Biblioteca, oportunamente, aprovado, de ora em diante designado apenas por Programa de Procedimento, disponível em www.cm-pombal.pt, nas condições que se seguem:

- O valor base de licitação é de € 400,00 (quatrocentos euros).
- O prédio melhor identificado no citado Anexo I do Programa de Procedimento será arrendado livre de quaisquer ónus ou encargos, e deverá ser afeto à prestação de serviços turísticos, por entidade inscrita no Registo Nacional de Turismo.
- Só poderão intervir na licitação verbal os candidatos que tenham tempestivamente entregue a proposta com indicação do preço oferecido, que deverá, obrigatoriamente, ser de valor igual ou superior ao preço base de licitação.
- A licitação em sala iniciar-se-á pelo mais elevado dos valores apresentado nas propostas dos candidatos admitidos, sendo os lances subsequentes no valor mínimo de € 10,00 (dez euros).
- O critério de adjudicação do prédio será o valor de aquisição mais elevado que resultar das propostas apresentadas ou das licitações no ato público, sem prejuízo do cumprimento dos demais termos e condições previstos no Programa de Procedimento.
- Observar-se-ão as seguintes condições de pagamento:
 - O adjudicatário, no ato público, deverá proceder ao pagamento do valor correspondente a 20% (vinte por cento) do valor proposto que apresentou na proposta, junto da Tesouraria do Município, assim consumando a adjudicação provisória, conforme preceituado na Cláusula 14.ª do Programa;
 - No prazo máximo de 10 dias a contar da receção da notificação da deliberação de adjudicação definitiva, nos termos do disposto na Cláusula 17.ª do Programa, deverá o adjudicatário prestar caução equivalente a 4 (quatro) rendas mensais do imóvel a arrendar.
- As propostas podem ser entregues pessoalmente, contra recibo, no Fórum Municipal - Atendimento ao Público do Município de Pombal, nas horas normais de expediente (segunda a sexta-feira, das 09:00h às 16:30h), ou remetida por correio, sob registo, para a morada indicada na Cláusula 1.ª, devendo em qualquer dos casos ser rececionada até às 17 horas do dia 19 de Março de 2025.
- O ato público realizar-se-á às 10 horas do dia 26 de Março de 2025, no Salão Nobre dos Paços do Concelho, Largo do Cardal, 3100-440 Pombal.
- O processo do procedimento encontra-se disponível para consulta na Secção de Património e Notariado, sita no edifício Paços do Concelho, Largo do Cardal, cidade de Pombal, nos dias úteis, no horário normal de expediente, entre as 09.00 horas e as 12.30 horas, no período da manhã, e entre as 14.00 horas e as 17.30 horas, no período da tarde, desde a data da publicação do Edital de abertura até às 10 horas do dia 26 de Março de 2025.
- A cópia dos documentos que integram o procedimento, designadamente Programa de Procedimento de Hasta Pública, respetivos Anexos e Edital, poderá ser solicitada na morada indicada no número anterior, mediante pagamento da quantia calculada nos termos do Regulamento de Tabela de Taxas e Outras Receitas do Município de Pombal, podendo ainda ser descarregada gratuitamente nos sítios da internet do Município de Pombal (www.cm-pombal.pt).

Para constar, publica-se o presente Edital, ao qual será dada a maior publicidade, através da sua publicação nos dois jornais mais lidos da região, bem como através da respetiva afixação nos locais de estilo, e, ainda, no sítio da internet do Município anteriormente referenciado.

Pombal, 31 de Janeiro de 2025.

O Presidente da Câmara Municipal,
(Pedro Alexandre Antunes Faustino Pimpão)

POMBAL
Jornal

(estatuto editorial disponível no sítio / <https://www.pombaljornal.pt/estatuto-editorial-page/>)

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 Frias (TE-971)

REDACÇÃO

Paulo Jesus (CP-3997)

TIRAGEM QUINZENAL

2.200 exemplares

www.pombaljornal.pt

PERIODICIDADE: Quinzenário

PREÇO AVULSO: 1 € (IVA incluído)

PAGINAÇÃO: Crónicas Mágicas, Unipessoal, Lda

IMPRESSÃO: Lusoibéria Avª da República nr 6 1º Esq

1050-191 Lisboa - Portugal | Tel: 914 605 117

Email: comercial@lusoiberia.eu

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

PROPRIEDADE e EDITOR 5%: Crónicas Mágicas, Unipessoal,

Lda.; NIPC 509 905 269; Sede: Rua Principal, R/Ch Dtº, Costa

das Casinhas, 3100-032 Abiul **GERÊNCIA:** César Simões

EMPREGO

Empresa de Sistemas de Segurança de Pombal procura colaborador
 Cont.: 236 244 152

RECRUTAMOS Operador de Armazém: **Principais Tarefas** - Acondicionar, Conferir e Carregar mercadoria - Contribuir para um trabalho de equipa e serviço de qualidade **Requisitos:** - Experiência de 2 anos - Experiência de empilhador - Carta de condução B **Oferta:** - Contrato a tempo inteiro. CV para: pblcandidaturas@gmail.com e contacte-nos 961 272 964

IMOBILIÁRIO

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

DIVERSOS

Executam-se **TRABALHOS DE PINTURA** na zona de Pombal, em moradias e apartamentos.
 Cont.: 917 087 138

VENDE-SE
 - Vinho do lavrador a 7€ / 5L
 - Feno enfardado a 7€ / fardo
 - Azeite a 50€/ 5L
 Cont: 965 510 507

ACEITO PESSOA IDOSA OU ACAMADA, PARA CUIDAR.
 Cont.: 964 896 247

CONVÍVIO

JOVEM de meia-idade, sensual, meiga, faz brincadeiras em troca de ajuda monetária.
 Cont.: 910 177 349

ARREDORES DE POMBAL, 20 aninhos, meiga, simpática, educada, pele macia, 69 o. prof. e atrevido. Espanholada, an., massagem prostática e acessórios. Ds 9h às 21horas. Lugar calmo e discreto. Cont.: 910 333 711 ou 961 805 312.



AMIZADES

SENHOR COM VIDA ESTÁVEL procura companheira entre os 65 e 72 anos. Cont: 916 777 127

EMPREGO

Empresa de Construção admite Engenheiro civil / Orçamentista / Preparador de Obra.
 Cont.: 912521135 ou 236941764

AMIZADES

JOVEM DINÂMICO E ESTÁVEL procura amiga para relação séria.
 Cont: 924415809

CAVALHEIRO COM 30 ANOS procura companheira para compromisso sério.
 Cont: 917406315

CARINA SANTOS
 Telm: 911 524 965
Com experiência profissional de 20 anos, a trabalhar no sector das reformas

- . Sabe como receber os Fundos "2º Pilar da Suíça"?
- . Pensões antecipadas por longas carreiras?
- . Pensões por educação dos filhos, no estrangeiro?
- . Pensões de sobrevivência (viuvez)?
- . Precisa de informações sobre pensões estrangeiras/nacionais?

Faça a sua marcação para tirar as suas dúvidas
 Largo da Igreja Velha |
 Centro Comercial 12.12 - Loja 3
Albergaria dos Doze

CARTÓRIO NOTARIAL DE POMBAL
A CARGO DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO
EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 27/01/2025, exarada a folhas 135, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 38-A, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceu em representação da "Freguesia de Abiul", com sede na Rua dos Muros, n.º 20, lugar e freguesia de Abiul, concelho de Pombal, o qual declarou com exclusão de outrem, que a "Freguesia de Abiul" é dona e legítima possuidora do seguinte: Um: Prédio rústico, terra com oliveiras e mato, sito em Covão do Bebaro, freguesia de Abiul, concelho de Pombal, inscrito na matriz sob o artigo 3862, descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal sob o nº 4419/Abiul, encontrando-se definitivamente registado, quanto a metade, a favor da Freguesia de Abiul, pela Ap. 4169, de 22/11/2023, sem inscrição de aquisição da restante metade; e, Dois: Prédio rústico, terra de mato, com a área de 20.000 m2, sito em Alto dos Pimenteiros, dita freguesia de Abiul, a confrontar do norte com Manuel Gonçalves Calçada, do sul com caminho, do nascente com Manuel da Conceição e outros e do poente com Manuel Luís Fernandes e caminho, inscrito na matriz sob o artigo 3864, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal; Que desconhece outros artigos da matriz anterior, bem como os possuidores anteriores a quem a Freguesia de Abiul adquiriu a referida metade sem inscrição no Registo Predial e o prédio descrito sob a verba nº 2, por falta de elementos dada a antiguidade da inscrição matricial e da aquisição; Que a referida metade sem inscrição do prédio da verba nº 1, veio à posse da Freguesia de Abiul, por volta do ano de 1999, por transmissão meramente verbal de António Nunes e mulher Maria de Jesus, residentes que foram na Rua das Moitas, lugar de Ramalhais de Cima, Abiul, Pombal; e, O prédio atrás descrito sob a verba nº 2 veio à posse da Freguesia de Abiul, já em tempos imemoriais, por doação feita por cidadãos da freguesia, pertencendo a esta, pelo menos desde a data da inscrição do prédio na matriz, no ano de 1957; Que, desde aquelas datas, de facto, a "Freguesia de Abiul" passou a compossuir e a possuir os aludidos prédios em nome próprio, limpando-os, roçando o mato e zelando os respectivos terrenos, avivando as estremas, aparando as árvores e colhendo os seus frutos, posse que sempre foi exercida pelos sucessivos executivos, de forma a considerar a "Freguesia de Abiul" o direito às referidas verbas como seu, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente dos lugares e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercer um direito próprio sobre coisa própria; Que esta posse assim exercida ao longo de mais de 20 anos e 67 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, a "Freguesia de Abiul", adquiriu as verbas ora justificadas para seu património, por usucapião, que a representante da justificante invoca, por não lhe ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.
 Pombal, 27 de Janeiro de 2025

A Colaboradora Autorizada,
 Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 20063/02
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025

CARTORIO NOTARIAL DE POMBAL
A CARGO DO NOTÁRIO PEDRO MOREIRA FERRAZ

Certifico para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 20/01/2025, lavrada a folhas 22 e seguintes do livro de notas para escrituras diversas nº. CINCO-D, deste Cartório sito na Rua António Varela Pinto, nº. 29, Pombal, a cargo do notário em substituição, Pedro Moreira Ferraz, compareceram como outorgantes: **JOSÉ DOMINGUES, NIF 112.231.110**, e mulher **MARIA FERREIRA GAMEIRO, NIF 112.231.101**, ele natural da freguesia e concelho de Pombal, e ela natural da freguesia de Santiago de Litém, concelho de Pombal, casados sob o regime da comunhão geral de bens, residentes na Rua Doutor Pedro Gameiro, número 25, no lugar de Outeiro Alto, na união de freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, e declararam que, com exclusão de outrem, são donos e legítimos possuidores do seguinte bem: **prédio rústico** composto de terra de cultura com oliveiras e tanchas, situado em Comaros, Santiago de Litém, na união das freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, concelho de Pombal, inscrito na respetiva matriz rústica sob o artigo 39238, proveniente do antigo artigo rústico número 16793, da extinta freguesia de Santiago de Litém, com o valor patrimonial para efeitos de IMT e Imposto de Selo, correspondente à indicada fração da metade omissa, de cento e quarenta e sete euros e sessenta e sete centimos, e, em relação à totalidade do prédio rústico, de 295,33€, e descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal sob o número cinco mil seiscentos e setenta-Santiago de Litém, sem inscrição de aquisição da referida metade aqui justificada a favor dos justificantes, e com registo de aquisição de metade a favor da primeira outorgante, Maria Ferreira Gameiro, no estado de casada com José Domingues, sob o regime da comunhão geral de bens, nos termos da inscrição correspondente à Ap. 20, de 16/06/2000, encontrando-se registada a representação gráfica georreferenciada pela AP. 4969 de 31/07/2024. Que desconhecem quaisquer outras proveniências matriciais para além da indicada; Que, adquiriram a metade do imóvel ora justificada já no estado de casados um com o outro, por contrato verbal de compra e venda, em dia e mês que não podem precisar mas cerca do ano de mil novecentos e noventa e cinco, não tendo reduzido aquele contrato a escritura pública, no qual foi vendedor, António Francisco Santos, casado que foi com Maria Ernestina das Neves Gaspar sob o regime da comunhão geral de bens, residente que foi na Barrigueira, freguesia de Santiago de Litém, concelho de Pombal, presentemente já falecidos. Que desconhecem quaisquer outros anteriores possuidores da referida metade omissa, para além dos acima identificados. Que, em virtude daquela compra, não obstante a falta de título, desde o ano de mil novecentos e noventa e cinco, sempre têm possuído aquele prédio na sua totalidade, exercendo todos os direitos e deveres correspondentes ao direito de propriedade, gozando de todas as utilidades por ele proporcionadas, participando nas suas vantagens e encargos, praticando todos os atos materiais de uso e aproveitamento agrícola, nomeadamente limpando o terreno, cultivando-o, colhendo os frutos e produtos, avivando estremas, com ânimo de quem exercita direito próprio, sendo reconhecidos como seus donos por toda a gente, fazendo-o de boa fé, por ignorar lesar direito alheio, pacificamente, porque sem violência, contínua, porque nunca interrompida, e pública, porque à vista e com conhecimento de toda a gente, sem oposição de ninguém e tudo isto por lapso de tempo superior a VINTE ANOS. Que, dadas as enumeradas características de tal posse, os primeiros outorgantes adquiriram a referida metade omissa do prédio rústico supra identificado por usucapião, que expressamente invocam, justificando o seu direito de propriedade perfeita, para efeitos de primeira inscrição no registo predial, dado que esta forma de aquisição não pode ser comprovada por qualquer outro título formal extrajudicial. Está conforme.
Pombal, 21 de janeiro de 2025
 O Notário, (Pedro Moreira Ferraz)
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025

CARTÓRIO NOTARIAL DE POMBAL
A CARGO DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO
EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 03/02/2025, exarada a folhas 19, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 39-A, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram como outorgantes: **Patrícia Raquel Ferreira Santos Mota** e marido **Marco Jorge Santos Mota**, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, respectivamente da freguesia de Vermoil, concelho de Pombal, e da freguesia e concelho de Leiria, com residência habitual na Rua Ana de Castro Osório, nº 16, 7º D, Quinta da Luz, Lisboa, declararam com exclusão de outrem, é dona e legítima possuidora do prédio rústico, terra de cultura, com a área de 283,20 m2, sito em Soalheiras, freguesia de Vermoil, concelho de Pombal, a confrontar do norte com José Carlos Gameiro da Ponte, do sul com Gumerzindo da Conceição Mendes, do nascente com Rua das Soalheiras e do poente com Freguesia de Vermoil, inscrito na matriz sob o artigo 17775, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal que o prédio veio à sua posse por doação meramente verbal, efectuada por volta do ano de 2003, ainda no estado de solteira, por seus pais Jorge da Ponte Santos e mulher Clementina Ferreira da Ponte Santos, residentes que foram na Rua das Soalheiras, Vermoil, Pombal; Que os justificantes casaram no ano de 2015, sob o regime da **comunhão de adquiridos**; Que, após a referida doação, de facto, a justificante passou a possuir o aludido prédio, limpando-o, cultivando-o, plantando árvores, colhendo frutos e recolhendo a lenha, posse que sempre foi exercida por ela de forma a considerar tal prédio como seu, sem interrupção, intromissão ou oposição de quem quer que fosse, à vista de toda a gente do lugar e de outros circunvizinhos, sempre na convicção de exercer um direito próprio sobre coisa própria; Que esta posse vem desde solteira e, depois de casada, tem continuado a praticar os indicados actos possessórios, considerando o referido prédio rústico como bem próprio seu, com o consentimento e acordo de seu referido marido; Que esta posse assim exercida ao longo de mais 21 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, ela justificante adquiriu o mencionado prédio para seu **património próprio**, por usucapião, que invoca, por não lhe ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.
 Pombal, 03 de Fevereiro de 2025

A Colaboradora Autorizada,
 Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 20063/02
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025

PROMAN
 search

www.proman-search.com

ADMITE-SE
AUXILIAR DE PRODUÇÃO

Para a área da Indústria no Concelho de Pombal

Cont: 912 109 204

RE/MAX

ANTÓNIO CRAVO
 Consultor Imobiliário

+351 910 273 611
 +351 966 647 999

RE/MAX MARQUÊS

PARA COMPRAR OU VENDER UM IMÓVEL

Medipombal - Sociedade de Mediação Imobiliária | AMI 7763



Funerária Mário Alves

Serviços Funerários

236 212 666
919 356 700 (Marito Alves)

AGRADECIMENTO



José Ferreira Pinto
68 anos
Fal: 29-01-2025
Residente que foi em Raposeira Vila do Bispo. Natural da Ilha

Seus filhos, Ricardo José Fernandes Pinto, Soraia Inês Fernandes Pinto e demais família vêm por este meio na impossibilidade de agradecer pessoalmente a todas as pessoas que os apoiaram e acompanharam neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram ao funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Página Destino

AGRADECIMENTO



Edivaldo Caetano Pessoa
60 anos
Fal: 17-01-2025
Guia

Sua esposa Nilza Rodrigues Caetano Pessoa, seu filho, Leandro Pessoa e demais família vêm por este meio na impossibilidade de agradecer pessoalmente a todas as pessoas que os apoiaram, assistiram e acompanharam neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram ao funeral do seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Página Destino

AGRADECIMENTO



Maria Alice dos Santos
87 anos
Fal: 24-01-2025
Guia

Sua filha, Maria de Fátima dos Santos Marques Brandão e demais família, vem por este meio agradecer a todas as pessoas que os apoiaram neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram ao funeral de seu ente querido.

Tratou A Agência Funerária Página Destino

AGRADECIMENTO



Maria da Luz Simões Sebastião
88 anos
Fal: 02-02-2025
Residente que foi em Lagoeiros - Guia

Seus filhos, Manuel Simões Marques, Isilda Maria Simões Marques e demais família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que os apoiaram neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram ao funeral da sua ente querida.

Tratou A Agência Funerária Rolo & Ferreira


AGRADECIMENTO



Maria do Céu Simões
88 anos
Fal: 14-01-2025
Barreiras - Redinha

Seus filhos, José Manuel Simões Marques, Saúl Simões Marques e demais família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que apoiaram a família neste momento de grande dor, assim como a todas as pessoas que assistiram e acompanharam ao funeral de sua ente querida.

Tratou Agência Funerária Lourenço & Vicente



MUNICÍPIO DE POMBAL

Fórum Múncipe
AVISO

Pedro Navega Ferreira, Vereador da Câmara Municipal de Pombal, torna público que, conforme as disposições do Decreto-Regulamentar nº 2-A/2005, de 24 de Março, sobre a utilização das vias públicas para a realização de atividades que possam afetar o trânsito, foi autorizado o condicionamento/suspensão do trânsito, nos seguintes termos:

1. Fundamento de facto: **Festa em Honra de S. Brás**
2. Promotor do evento: Fábrica da Igreja Paroquial da Ilha
3. Local do evento: **Água Formosa**
4. Designação das vias e período de encerramento: Rua do Sobral, desde a intersecção com a Rua de São Brás e com o entroncamento com a Rua do Valinho, no período entre as 09H00 do dia 7 de Fevereiro e as 24H00 do dia 9 de Fevereiro de 2025.
5. A interrupção do trânsito está condicionada à sinalização local das alternativas de circulação rodoviária. Não devem ser pintados quaisquer símbolos ou marcas nas referidas Ruas, ficando a cargo da Entidade Organizadora o pagamento de eventuais prejuízos causados nas mesmas.

Município de Pombal, 21 de Janeiro de 2025.
O Vereador do Pelouro do Trânsito e Toponímia,
por delegação do Presidente da Câmara (Pedro Navega Ferreira)



SERVIÇOS FUNERÁRIOS
A POMBALENSE
SERVIÇO NACIONAL E INTERNACIONAL
<https://www.facebook.com/apombalense/>

FUNERAIS - TRANSLADAÇÕES - CREMAÇÕES - FLORES

SEGUROS DE FUNERAL

Seguros que prestam apoio num momento difícil, ao garantir, em caso de Morte da Pessoa Segura, a organização do serviço fúnebre e respetivo custo.

Eusébio Rodrigues 966 934 706 | 916 143 292

Rua 1.º Maio N.º 15 (Frente à urgência do Hospital) Pombal | telf: 236 218 753 | funerariapombal@gmail.com

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



Funerária Albino Pedro, Lda.

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

Albino.pedro@sapo.pt



Mota & Gaspar, lda
AGÊNCIA FUNERÁRIA

Serviço Internacional



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

Inscrita na
D.G.C.C. n.º 2433



Agência Funerária Margarida & Filhos, Lda.

- SERVIÇO INTERNACIONAL -

www.funerariamargarida.pt


POMBAL

Telef. **966 375 076**
965 158 100

**CARTÓRIO NOTARIAL DA FIGUEIRA DA FOZ
A CARGO DA NOTÁRIA ROSA MARIA PAZ DA SILVA**

JUSTIFICAÇÃO

_____ - CERTIFICO, para fins de publicação, que por escritura de hoje, exarada a folhas 37 e seguintes do livro de notas para "Escrituras Diversas" n.º 80-A deste Cartório, foi feita uma escritura de justificação, no qual ARMINDO PEREIRA FERREIRA e mulher ANA MARIA PEDROSA PEREIRA, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ambos naturais da freguesia de Mata Mourisca, concelho de Pombal, residentes na Rua Estrada da Rede, n.º 15, 3105-104, Ilha, Mata Mourisca, Pombal, justificaram a aquisição, por usucapião, por não ter título de - PRÉDIO RÚSTICO - Píñhal - com localização no Barro do Monte, União das freguesias de GUIA, ILHA E MATA MOURISCA, concelho de POMBAL, com área: seiscentos e oitenta metros quadrados; - artigo 14632 (proveio do artigo 15035 da freguesia de Mata Mourisca - extinta) - desconhecendo qualquer outra proveniência por falta de elementos documentais e humanos; Confrontações: Norte: Maria Gabriela Ferreira Figueirinha; Sul: Manuel Duarte L. F. Monte Redondo; Nascente: António Ferreira Afonso; e Poente: Manuel Pereira da Silva Sapateiro. Omissis no Registo Predial. Que, adquiriram o dito bem imóvel, em dia e mês que não sabem precisar no ano de mil novecentos e noventa e seis, por doação meramente verbal que lhes ajustou fazer Manuel Francisco Soares, viúvo de Emília do Carmo, residente que foi em Água Formosa, Lourçal. Como tal aquisição foi meramente verbal, como se referiu, não dispõem hoje, os justificantes, de prova documental. A verdade porém, é que a partir da citada aquisição, portanto, há mais de vinte anos, vêm possuindo tal imóvel em nome próprio, sem oposição de quem quer que fosse, desde o seu início, posse que sempre exerceram, sem interrupção e ostensivamente, com o conhecimento de toda a gente e traduzida em atos materiais de conservação, defesa e fruição, nomeadamente utilizando-o, cultivando-o e colhendo sementeiras, sendo por isso uma posse pacífica, contínua e pública, pelo que o adquiriram por usucapião, não tendo todavia, dado o modo de aquisição, documento que prove o seu direito de propriedade perfeita. _____
- Figueira da Foz, 03 de fevereiro de 2025. _____
O Colaborador Autorizado,
Tiago Filipe Cardoso da Cruz, inscrito na O.N. sob o n.º 20015/2, Colaborador Autorizado pela Notária Rosa Maria Paz da Silva, com a autorização publicada no respetivo site em 09/11/2020. _____
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025



MUNICÍPIO DE POMBAL
Fórum Município

AVISO

Pedro Navega Ferreira, Vereador da Câmara Municipal de Pombal, torna público que, conforme as disposições do Decreto-Regulamentar n.º 2-A/2005, de 24 de Março, sobre a utilização das vias públicas para a realização de atividades que possam afetar o trânsito, foi autorizado o condicionamento e suspensão do trânsito, nos seguintes termos:

1. Fundamento de facto: **Arte Urbana - Pintura de Mural**
2. Promotor do evento: Unidade da Cultura do Município de Pombal
3. Local do evento: **Cidade de Pombal**
4. Designação das vias e período de encerramento: estreitamento da via, na Avenida Heróis do Ultramar, por baixo do Viaduto da Alameda da Europa, entre os dias 3 e 28 de Fevereiro de 2025, sempre que as condições atmosféricas sejam favorável à realização dos trabalhos.
5. A interrupção do trânsito está condicionada à sinalização local das alternativas de circulação rodoviária. Não devem ser pintados quaisquer símbolos ou marcas nas referidas Ruas, ficando a cargo da Entidade Organizadora o pagamento de eventuais prejuízos causados nas mesmas.

Município de Pombal, 27 de Janeiro de 2025.
O Vereador do Pelouro do Trânsito e Toponímia,
por delegação do Presidente da Câmara (despacho n.º 024/2024),
(Pedro Navega Ferreira)

**CARTÓRIO NOTARIAL DE POMBAL
A CARGO DO NOTÁRIO GUSTAVO PESSOA PINTO**

EXTRACTO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de Justificação outorgada em 24/01/2025, exarada a folhas 126, do Livro de Notas para Escrituras Diversas número 38-A, deste Cartório Notarial, sito na Avenida Biscarrosse, n.º II, em Pombal, do notário Gustavo Pessoa Pinto, compareceram como outorgantes: **Jorge Gomes da Mota** e mulher **Maria Helena Vieira da Graça**, casados sob o regime português da comunhão de adquiridos, naturais, respectivamente, das freguesias de Vermoil e Vila Nova de Ourém, concelhos de Pombal e Vila Nova de Ourém, habitualmente residentes no n.º 21, Rue du Docteur Menard, 93160 Noisy Le Grand, República Francesa, declararam com exclusão de outrém, são donos e legítimos possuidores do prédio rústico, terreno de semeadura com oliveiras, sito em Estalagem, freguesia de Vermoil, concelho de Pombal, inscrito na matriz sob o artigo **15606**, descrito na Conservatória do Registo Predial de Pombal sob o n.º **496/Vermoil**, encontrando-se registado definitivamente a seu favor, quanto a metade, pela Ap. 3 de 19/10/1987, sem inscrição de aquisição da restante metade; Que o referido prédio veio à posse deles justificantes, já casados, por compra meramente verbal feita em Setembro de 1987, a Luís Fernandes Miguel, cujo estado civil desconhecem, residente que foi no lugar de Ranha de São João, Vermoil, Pombal; Que após a referida compra, de facto, passaram a possuir o aludido prédio, limpando-o, cultivando-o, plantando árvores e colhendo os frutos, compõe que sempre foi exercida por eles de forma a considerarem como seu o direito à referida parte, 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 37 anos, se deve reputar de pública, pacífica e contínua. Assim, na falta de melhor título, eles justificantes adquiriram a metade ora justificada, para seu património, por usucapião, que invocam, por não lhes ser possível provar pelos meios extrajudiciais normais. Está conforme.
Pombal, 24 de Janeiro de 2025

A Colaboradora Autorizada,
Ana Carina Gonçalves da Silva, n.º de inscrição na Ordem dos Notários: 20063/02
Pombal Jornal n.º 295 de 6 Fevereiro de 2025



Levantamentos Topográficos
Avaliações Prédios Rústicos e Urbanos
Georreferenciação/GPS
Avaliação e Divisão de Património Hereditário
Levantamentos para BUPI

Especialistas em BUPI!

António Poiars & Leandro Siopa
914 507 865 961 301 888
apls.avaliacoes.topografia@gmail.com

PARA COMPRAR, VENDER OU ARRENDAR




Eva Rocha
929 387 216

efrocha@remax.pt
www.remax.pt/efrocha
facebook.com/Eva.Rocha.Remax

RE/MAX Marquês
236 200 300

RE/MAX, o logótipo do RE/MAX e o logótipo do RE/MAX são marcas registadas da RE/MAX, Inc. e/ou de suas filiais. Cada agência é de propriedade e gestão independente.



cultiflor
VIVEIROS

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

 /VIVEIROS CULTIFLOR
www.viveiroscultiflor.pt | viv.cultiflor@sapo.pt



MultiOpticas
Olha por mim, sempre

Desconto = Idade
Em progressivos é a dobrar!

Agende a sua consulta gratuita

POMBAL: RUA PROFESSOR GONÇALVES FIGUEIRA, 7, TEL./ FAX: 236 216 782

02/01/2025 a 31/03/2025

Prorrogação válida nos locais aderentes à promoção + lentes a partir de 18€ (lentes de base para a minha, lentes de base para a minha, lentes de base para a minha) na compra de lentes progressivas não acumuláveis com protocolos de acumulação. Não se aplicam às promoções em vigor na loja para as armaduras dos Preços Leves. Informe-se sobre todas as condições junto dos nossos colaboradores em www.multiopticas.pt

POMBAL
Jornal
www.pombaljornal.pt

ASSINATURAS
236 023 075
pombaljornal@gmail.com

Valor da assinatura anual:
Portugal = 25€; Europa = 55€;
Outros países = 85€

METEOROLOGIA

QUI 06	SEX 07	SAB 08	DOM 09	SEG 10	TER 11	QUA 12	QUI 13	SEX 14
19° 4°	15° 7°	16° 6°	16° 5°	15° 6°	15° 6°	16° 6°	17° 6°	16° 5°

Jovens têm 16 anos de idade e o caso foi registado no espaço “Kiabi”

Estudantes identificadas por suspeitas de furto em loja de roupa

Duas estudantes, com 16 anos de idade, residentes na cidade, foram identificadas no dia 28 de Janeiro, pela PSP de Pombal, “por suspeita de terem subtraído diversos artigos de roupa na loja “KIABI”, no Centro Comercial Intermarché”.

As menores encontravam-se no interior da loja quando, ao contactarem com a funcionária do espa-

ço, foram reconhecidas pela mesma como “sendo as autoras do furto de roupa praticado no dia 15 de Janeiro, num valor de 185 euros”, explica o Comando Distrital da PSP numa nota enviada à imprensa.

“Após denúncia de que se encontravam, naquela loja, duas jovens que haviam efectuado o furto de diversos artigos de vestuário, fo-

ram imediatamente accionados os meios policiais para aquele local”, informa aquela força de segurança.

“Quando confrontadas com tal informação, as mesmas assumiram de imediato a autoria do mesmo e disponibilizaram-se a efectuar o respectivo pagamento durante a presente semana”, acrescenta a mesma fonte.

A PSP salienta ainda que as menores, estudantes de uma escola local, foram sinalizadas junto da Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Pombal.

Detido por caçar em área de protecção

O Comando Territorial de Leiria, através do Serviço de Protecção da

Natureza e do Ambiente (SEPNA) de Pombal, deteve no dia 2 deste mês, um homem de 58 anos por caça em área de protecção. A acção culminou na detenção do suspeito e na apreensão de uma arma de caça e 38 munições. O detido foi constituído arguido e os factos foram comunicados ao Tribunal Judicial de Pombal.

**AMBIENTES
perfeitos para
NAMORAR**

**móveis
ILIDIO DA MOTA**
UMA CASA PARA NAMORAR!

60 ANOS
1962 • 2022