

RIOSULSHOPPING

TODOS OS DIAS
DAS 10.00H AS 23.00H

SEXTAS E SÁBADOS
ABERTO ATÉ AS 24.00H

Publicidade

COMÉRCIO DO SEIXAL E SESIMBRA

Preço: 0,01€

45 ANOS

RECHEIO

Publicidade

Semanário | Sexta-Feira | 5 de Maio de 2017 | Ano X | N.º 336

Director: Fernando Borges



DR

PÁG. 2

MINISTRO BRUNO RODRIGUEZ

Na sua recente visita oficial a Portugal, trocámos umas breves palavras com o Ministro de Relações Exteriores de Cuba, que amavelmente enviou para o "Comércio" as respostas às questões que lhe colocámos.

Pág. 3

ELEITOS POR UM DIA

Alunos de Sampaio foram "eleitos por um dia" na freguesia da Quinta do Conde, numa iniciativa integrada na denominada Assembleia Municipal de Jovens, projecto desenvolvido pela Assembleia Municipal de Sesimbra.

Pág. 5

EX-TRABALHADORES DA S.N.

Num processo que se arrasta pelos Tribunais há mais de 15 anos, actualmente ainda existem cerca de 60 ex-trabalhadores numa situação precária e alguns com grave carência económica e em risco de exclusão social.

Pág. 6

CHÃO DE MARÉS

Colectânea de Poesia 2013-2016, é o novo livro de Eufrazio Filipe, com lançamento marcado para o dia 6 de Maio, sábado, pelas 17 horas, na Galeria Municipal Augusto Cabrita, no Fórum Cultural do Seixal.

Pág. 11

Publicidade

O seu especialista em

Tinteiros e Toners

prink

www.prink.pt

Av. Resistentes Antifascistas, 33 - Torre da Marinha | 2840-404 Seixal
TLF./FAX 212 220 281 | seixal@prink.pt



Celino Cunha Vieira

EDITORIAL

A origem do Dia da Mãe remonta às comemorações primaveris da Grécia Antiga, em honra de Rhea, mulher de Cronos e Mãe dos Deuses. Em Roma, as festas eram dedicadas a Cybele, a Mãe dos Deuses Romanos e as cerimónias em sua homenagem começaram por volta de 250 anos antes do nascimento de Cristo.

Em Portugal, o Dia da Mãe chegou a ser comemorado a 8 de Dezembro, dia de Nossa Senhora da Conceição, mas passou a ser celebrado no 1º domingo de Maio, em homenagem à Virgem Maria, mãe de Cristo.

Esta data é apenas um símbolo, porque o Dia da Mãe é todos os dias desde que o pequeno grãozinho começa a germinar dentro de si, prolongando-se por toda a vida até que a morte os separe fisicamente.

Nesta edição fomos falar com uma Mãe, já centenária, que nos relatou as suas experiências de uma vida longa totalmente dedicada à família e inserimos alguns depoimentos dedicados às respectivas mães.

Tivemos a honra de receber do Ministro de Relações Exteriores de Cuba respostas às questões por nós formuladas, endereçando Bruno Rodriguez através do nosso Jornal uma saudação ao povo português pela passagem do 43.º Aniversário do 25 de Abril.

Ouvimos também alguns ex-trabalhadores da extinta Siderurgia Nacional que há mais de 15 anos esperam que se faça justiça sobre a condição para que foram “empurrados” com falsas promessas, havendo quem esteja numa situação de grave carência económica e em risco de exclusão social. Para além dos aspectos legais, urge encontrar uma rápida solução que os possa compensar dos danos morais e materiais sofridos ao longo de muitos e muitos anos.

Longe vão os tempos da rivalidade associativa e nos nossos dias já é possível assistir a concertos musicais com a participação das Bandas Filarmónicas dos “Franceses” e dos “Prussianos”, como o realizado no passado dia 22 e a que assistimos.

Relatamos a experiência de três jovens que foram “eleitos” por um dia na Junta de Freguesia da Quinta do Conde, podendo assim perceber melhor como é o trabalho autárquico e quem sabe, virem a ser no futuro eleitos de verdade para assim poderem ajudar a resolver os problemas locais. Estas acções, que são de louvar, podem certamente contribuir para que os nossos jovens se interessem mais por questões reais e não se deixem levar por pseudo-jogos que aparecem na internet com nome de baleias azuis, verdes ou amarelas.

A DONA FRANCISQUINHA

Sendo uma das pessoas mais idosas do concelho do Seixal, a dona Francisquinha - como gosta de ser carinhosamente tratada - tem 101 anos e passa as tardes no edifício da Associação Unitária de Reformados Pensionistas e Idosos do Seixal.



Francisca do Carmo Rodrigues é o seu nome, mas confessa que gosta mais de ser tratada por “dona Francisquinha, porque é assim que todos me tratam e eu gosto”. A dona Francisquinha contou-nos um pouco da sua história de vida, embora o tempo que passámos com ela “foi pouco para tantas histórias que ficaram por contar”.

Começou por dizer-nos que é “nascida e criada” no Seixal, foi viver para a Aldeia de Paio Pires muito nova, onde viveu durante cerca de 50 anos. “Esta terra deu-me muitos e bons amigos e criei grandes laços de amizade”, amigos esses que “ainda hoje recordo com muito amor e carinho”.

A dona Francisquinha contou-nos que tem uma filha, uma neta e uma bisneta. “A minha filha nasceu quando eu tinha 32 anos” mas que infelizmente a teve de criar sozinha “o meu marido morreu quando a minha filhota era ainda muito pequenina, criei-a sozinha com muito sacrifício e com muito trabalho. Foram tempos muito difíceis”, recorda.

Confessa-nos com emoção

visível no seu rosto que sofreu “muito com a perda mas nunca baixei os braços” e foi dessa forma que a dona Francisquinha, tal como muitos outros moradores do concelho, trabalhou muitos anos na Wicander, uma das empresas históricas do concelho do Seixal.

Está actualmente a viver com a sua filha e passa as tardes no Centro de Dia da AURPIS. “Há cerca de cinco anos que passo as tardes aqui no Centro de Dia. Vivia sozinha numa casa muito antiga, a minha filha não achava bem e por isso vivo agora com ela e passo as tardes aqui no Centro de Dia”.

A dona Francisquinha diz-nos que tem “bons amigos” no Centro de Dia mas que a sua melhor amiga é a dona Narcisa. “Fartamo-nos de falar à tarde, é um fartote”.

Recentemente teve um percalço na sua vida “tive internada no Hospital Garcia de Orta por causa do coração”. Confessou-nos que pensou que era “desta que não

me safava e que não voltava a ver a milha filha, neta e bisneta”. Felizmente tudo não passou de um susto e acabou por regressar a casa para junto da sua filha.

A dona Francisquinha volta rapidamente a falar de coisas mais alegres e diz-nos que a sua filha, neta e bisneta são muito amigas dela. “Gosto mesmo muito delas três, mesmo muito”, mas confessa que a “luz dos meus olhos é a minha bisneta, tem três aninhos e é uma delícia”.

Neste dia da Mãe que se celebra este Domingo, dia 7 de Maio, a dona Francisquinha fez questão de deixar uma mensagem a quem mais ama, “estou muito feliz e sinto muito amor pelas minhas meninas e estou mesmo muito agradecida pela forma como me trataram e continuam a tratar. Amo-as incondicionalmente”.

Longa vida à dona Francisquinha!



SAUDAÇÃO DO MINISTRO DE RELAÇÕES EXTERIORES DE CUBA

Na sua recente visita oficial a Portugal, trocámos umas breves palavras com o Ministro de Relações Exteriores de Cuba, Bruno Rodriguez Parrilla, que amavelmente enviou para o “Comércio” as respostas às questões que lhe colocámos.



Mantendo-se o criminoso bloqueio comercial, económico e financeiro por parte dos EUA a Cuba, com a nova administração encabeçada por Trump poder-se-á ter esperança que o mesmo termine?

São conhecidas as diferenças históricas e actuais entre os dois governos, mas Cuba

tem manifestado e continua a manifestar a sua vontade de conviver civilizadamente com os E.U. e construir um novo tipo de relação que antes nunca podemos estabelecer, nem nunca existiu entre os Estados Unidos e Cuba. O desafio é estabelecer uma nova relação sobre a base do respeito mútuo, do avanço em temas de interesse comum e o reconhecimento

absoluto da nossa independência e soberania. Fala-se da existência de uma revisão política e esperamos que contemple o apoio maioritário existente em amplos sectores dos Estados Unidos e na maioria da emigração cubana, com vista ao avanço positivo nas relações e ao levantamento do bloqueio contra Cuba, que ainda persiste, em particular no sector financeiro, o que constitui um obstáculo para os nossos vínculos económicos com a Europa.

As relações diplomáticas entre Portugal e Cuba têm quase um século e nos últimos anos incrementaram-se, tendo pela primeira vez uma visita de um presidente português a Cuba e cá de alguns ministros e vice-ministros. Qual é a importância destas relações?

São relações que no próximo ano cumprirão um século e que se têm caracterizado pelo respeito mútuo, o intercâmbio cultural e a simpatia, próxima entre os nossos povos. Nos últimos anos temos visto que esta boa relação tem sido acompanhada por um aprofundamento do intercâmbio institucional em todas as ordens, com um incremento das visitas de alto nível em ambos os sentidos, a assinatura de acordos, o aumento do comércio e do investimento

e o crescimento do turismo. Ambos os governos consideramos que ainda é grande o potencial e que podemos fazer muito mais para aproveitar as vantagens comparativas e a complementaridade das nossas economias, países que mais têm uma dimensão geográfica e de população similar.

Como sabe, no passado dia 25 de Abril comemorou-se o 43.º aniversário da “Revolução dos Cravos”. Quer o senhor ministro Bruno Rodriguez dirigir através do “Comércio” uma saudação ao povo português?

Sem dúvida, a Revolução dos Cravos é um acontecimento inesquecível que mudou a história de Portugal e marcou a história contemporânea. Também foi um feito que aproximou mais os nossos países, já próximos pela sua história e pela sua cultura. Felicito todos os portugueses porque a Revolução de Abril pôs fim a uma ditadura, abriu as portas à liberdade e ao desenvolvimento.

Publicidade

OPEN MIND SEIXAL MODA

24.º CONCURSO DE ESTILISMO INTERESCOLAS DO SEIXAL

6 MAIO 21.30H
PAVILHÃO MUNICIPAL DA TORRE DA MARINHA
CM-SEIXAL.PT

APRESENTAÇÃO
JOÃO PAULO SOUSA
(CURTO CIRCUITO)

ATUAÇÕES
MARIA SAMPAIO

VENCEDORES DO CANTA
**JONAS DAVID
LEONOR SERÓDIO
EDVANDER CARDOSO**

ORGANIZAÇÃO
CÂMARA MUNICIPAL DO SEIXAL
ASSOCIAÇÃO N. ESTILOS

APOIO
Supermercado
COVIRAN
PAIO PIRES

O VOZEIRO



Rui Hélder Feio

Pergunta: Bateram no meu carro e fugiram. Disseram-me que posso recorrer a um fundo das seguradoras para estes casos, com proceder?

Resposta: Existe efetivamente um fundo público, gerido pela Autoridade de Supervisão de Seguros e Fundos de Pensões que indemniza as vítimas pelos danos resultantes de acidentes de viação sempre que o responsável é desconhecido ou não tem seguro válido.

No caso de danos materiais, o fundo indemniza quando se conhece o responsável pelo acidente, mas não tem seguro válido ou se desconhece o responsável ou o veículo causador do acidente não tem seguro válido, foi abandonado no local do acidente e a polícia elaborou o auto e confirmou o abandono.

Deverá participar o acidente nos serviços da Av. da República, N.º 59, em Lisboa ou descarregar os formulários no site www.asf.com.pt e enviá-los por correio ou para fga@asf.com.pt.

Além dos dados do acidente, do lesado e do veículo responsável, inclua uma descrição e um esboço do acidente, identifique as testemunhas e mencione os danos materiais.

O fundo marca a peritagem até dois dias úteis após a participação, tendo um prazo de 8 a 12 dias para a concluir. O relatório é emitido até quatro dias depois.

O fundo tem 32 dias úteis, após a participação, para informar o lesado e o responsável (quando conhecido) se paga o arranjo do veículo.

Em caso positivo, o responsável pelo sinistro tem cinco úteis para contestar e apresentar eventuais provas. Por sua vez, o fundo tem dois dias úteis para tomar uma decisão final.

Se o fundo assumir a responsabilidade, deve pagar a reparação no prazo de oito dias úteis. Posteriormente, pode exigir o reembolso do montante, acrescido de juros de mora, ao proprietário ou condutor do veículo causador do acidente.

Havendo danos corporais, o fundo tem 60 dias após a participação para pedir exames. A avaliação dos danos corporais é feita por um perito médico. Quantificados os danos, tem um prazo de 45 dias para comunicar se assume a responsabilidade e apresentar uma proposta de indemnização.

Escolha os serviços de um profissional, contacte o Solicitador.

Envie a sua questão para: duvidas@ruifeio.pt

Publicidade

Rui Hélder Feio
Solicitador

Contacte o Solicitador!

218284986 934428652 solicitador@ruifeio.pt
www.ruifeio.pt

RUA QUINTA DA PRATA, 6
TORRE DA MARINHA, 2840-614 SEIXAL

HISTÓRIAS ASSOCIATIVAS*(12)

SOCIEDADE FILARMÓNICA UNIÃO SEIXALENSE HISTÓRIAS DE UM REDUTO PRUSSIANO

Fernando Fitas



A Sociedade Filarmónica União Seixalense, vulgarmente designada por Sociedade Nova, foi fundada em 1871, por um numeroso grupo de seixalenses que, discordando da postura assumida pelos dirigentes da Timbre no decurso da guerra franco-prussiana e da orientação vertida numa proposta de alteração aos estatutos apresentada numa conturbada assembleia geral promovida para o efeito, resolveram protagonizar uma das mais profundas cisões ocorridas na história do movimento associativo do concelho.

As influências do aludido conflito bélico estender-se-iam a diversos países da Europa, que acabaram por se ver a braços com inúmeras convulsões políticas provocadas pelo facto de uma parte dos seus habitantes assumir a defesa de uns, enquanto a outra tomava o partido do oponente.

Essa clivagem da opinião pública internacional, reflectir-se-ia, aliás, aos diferentes níveis do quotidiano das populações, que expressavam das mais diversas formas a sua simpatia por cada um dos contendores.

Entre nós, o Concelho do Seixal não foi excepção, adquirindo esse antagonismo aspectos de uma rotura tão forte que se perpetuaria por quase um século. De um lado estavam os simpatizantes da causa francesa, do outro os progressistas, que não esquecendo os actos de barbárie cometidos pelos gauleses durante as invasões napoleónicas, se rebelaram contra a propaganda das ideias francesas veiculadas pela maioria dos corpos gerentes da colectividade.

Ante o acalorado quadro que se vivia e as

frequentes altercações que se registavam entre consócios, fruto da manifesta impossibilidade de convivência entre as partes, decidiram, então, os segundos, optar por abandonar a agremiação, iniciando assim o processo de criação de uma colectividade que representasse os valores pelos quais pugnavam.

Tão profunda divergência, acentuada ainda pelo facto de a Timbre se haver colocado ao lado do Partido Regenerador na defesa da extinção do concelho e a União se encontrar entre os adeptos do Partido Progressista que pugnava pela sua refundação, propiciava uma rivalidade de tal modo exacerbada que chegava ao ponto do confronto físico.



Adelino Cunha:
“Desde criança que a União é a minha segunda casa”

Testemunha privilegiada dessa rivalidade e do fervor que caracterizava a vida da União Seixalense, é Adelino Cunha, 67 anos, neto de um dos fundadores do Seixal Futebol Clube e filho de um antigo jogador do clube, os quais exerceram ainda diversos cargos directivos na

aludida sociedade filarmónica.

“Só o meu avô,” diz, “foi sete vezes presidente da direcção, além de ser também filarmónico. Mas, em dada altura, por força de uma divergência decorrente da sua discordância relativamente à decisão tomada pela direcção de recusar o convite da paróquia para que, à semelhança dos anos anteriores, a banda participasse na procissão de S. Pedro, resolveu abandonar a actividade associativa. Isso ocorreu no período da implantação da República e a sua tomada de posição forçou-o a andar a monte, durante alguns dias, conjuntamente com o padre Augusto, de Arrentela. O mesmo sucedeu com os que, tal como ele, defenderam a integração da banda no cortejo litúrgico”

Segundo Adelino Cunha, “a posição de meu avô, radicava unicamente no facto de ser um homem que professava a religião católica, mas porque nesse época a religiosidade era considerada sinónimo de reaccionarismo, motivou a ira dos restantes consócios simpatizantes do republicanismo.

Não obstante, a banda ter regressado no ano seguinte participado ao cortejo, tal bastou para que ele não voltasse a por os pés na colectividade. Situação algo parecida voltaria, aliás, a passar-se comigo em 1977, embora eu não me haja demitido de sócio, nem tenha deixado de lá entrar, por entender que grande parte da minha vida havia sido gasta dentro daquela casa, deixei, contudo, de dar os meus préstimos à colectividade.

Nesse sentido, e, porque ao tempo, desempenhava também as funções de primeiro secretário da Mesa da Assembleia Geral da Federação Portuguesa das Colectividades de Cultura e Recreio, em representação da União, aprestei-me a apresentar a minha demissão do cargo.”

Ainda assim, sempre que, por uma ou outra razão, algum elemento dos corpos gerentes da agremiação o interpellava sobre determinado acontecimento ocorrido na União ou lhe solicitava os seus conhecimentos acerca da melhor forma de levar a cabo qualquer iniciativa, não deixava de dar a sua opinião. “O apelo das raízes falava mais alto,” confessa.

Fotos: Artur Marques (Atchixa)

*Excertos de “Histórias Associativas- Memórias da Nossa Memória – 1.º Volume AsFilarmónicas”. Edição Câmara Municipal do Seixal.-2001.

ROSTOS DO SEIXAL

MARIA JOSÉ BARRADAS MAURÍCIO (1950)



Licenciada em Filosofia pela Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa e Mestre em Estudos sobre Mulheres pela Universidade Aberta de Lisboa, desempenhou funções de direcção e de formação na área de recursos humanos em diversas entidades oficiais, particulares e sindicais, nomeadamente, no desenvolvimento e execução de projetos no

âmbito europeu. Foi professora do ensino particular e cooperativo e atualmente é formadora/consultora na área Educação para a Cidadania, Relações Humanas e Igualdade de Género. Tem diversos trabalhos e artigos publicados sobre Igualdade entre Mulheres e Homens, em revistas como: Seara Nova, Vértice e outras. É co-autora do livro Pensar o Feminino, organização de Maria Luísa Ribeiro Ferreira, Centro de Filosofia da Universidade de Lisboa, publicado pelas Edições Colibri em 2001 e autora do livro Mulheres e Cidadania: Alguns Perfis e Acção Política (1949-1973), publicado pela Editorial Caminho, em 2005.

O seu mais recente trabalho “Memória e Vida em Tempos de Abril – Estórias de Liberdade e Libertação” será apresentado na Biblioteca Municipal do Seixal, no próximo dia 20 de maio, às 16 horas, com a presença

da autora. Esta obra conta com prefácio do Coronel Andrade da Silva, sendo um relato desta professora e escritora que vive no concelho do Seixal, para que ajude a permanecer viva a memória da época da Revolução dos Cravos de 1974.

Envie a sua sugestão de «Rosto do Seixal» para: comerciodoseixal@gmail.com

Mário Barradas



ALUNOS DE SAMPAIO FORAM "ELEITOS POR UM DIA" NA FREGUESIA DA QUINTA DO CONDE

Carolina Gomes, Hugo Neves e Ana Sofia Alves, alunos do 9º ano da Escola Secundária de Sampaio foram eleitos por um dia na Freguesia da Quinta do Conde.



A iniciativa integrada na denominada Assembleia Municipal de Jovens, projecto desenvolvido pela Assembleia Municipal de Sesimbra com o intuito de proporcionar aos jovens que frequentam os estabelecimentos de ensino do concelho, um melhor conhecimento do funcionamento e actividade das autarquias sesimbrenses, permitiu aos três alunos verificar "in Loco", a realidade quotidiana de um autarca de freguesia.

A actividade contemplou, por isso, o acompanhamento dos afazeres diários do presidente da autarquia; deslocações a diversos locais onde a sua intervenção se fez sentir visando a elevação da qualidade de

vida da população; alguns dos principais projectos em curso na localidade e o contacto com os serviços administrativos da junta, em ordem a saber que tipo de trabalho prestam à comunidade, a par de um sem número de informações que obtiveram ao longo desse dia.

"Quando saímos de casa não tínhamos a mínima ideia do que era o trabalho de um autarca de freguesia no seu dia-a-dia", confessam. "Pensámos que seria apenas mexer em papéis e estar diante do computador a ler e a responder a mensagens, mas verificámos que é muitíssimo mais do que isso", afirmam.

Aliás, referem ainda, "o conhecimento

que ele tem de tudo o que se passa à sua volta, vai ao ponto não apenas de saber onde fica cada uma das ruas, mas também o nome de grande parte dos moradores, o que nos surpreendeu, dado tratar-se de um lugar habitado por tanta gente".

Outro dos assuntos que concitou a sua atenção, dizem, "é a colocação de peças escultóricas na via pública, o que para além de constituir uma forma de atrair visitantes, embeleza a localidade e cria referências em matéria de localização a quem aqui se desloca, posto que o traçado de um significativo número de ruas, é muito semelhante, situação que, por vezes, nos dava a sensação de estarmos perdidos, sobretudo nas zonas onde não havia essas referências públicas".

Para além desses aspectos, os jovens estudantes, consideram o projecto das hortas solidárias, "uma boa ideia", por permitir às pessoas "uma ligação à natureza sem estarem longe de casa," ao mesmo tempo que realçam a importância do Parque da Vila e recente recuperação do Jardim do Pinheiro Manso.

De acordo igualmente com "os três jovens

autarcas" das notas menos positivas que retiram da sua estada na freguesia, salientam "a falta de manutenção de alguns imóveis, cujas fachadas", sustentam, "poderiam ser usadas para a colocação de grafitis artísticos, tal como sucedeu em alguns bairros ou zonas históricas de Lisboa".

De igual modo, manifestam a sua incredulidade pela ausência de uma escola secundária que sirva a juventude da Quinta do Conde, "um absurdo para o qual não encontram explicação, dado tratar-se de uma grande necessidade, devido à elevada população juvenil que aqui reside".



Publicidade



SERVIÇOS

Novos projectos . Assessoria técnica
 Instalação . Assistência técnica após venda
 Reparações gerais . Oficina móvel . Vendas
 Peças reposição . Modernizações . Armazém
 Remotorizações . Regulamentação



PRODUTOS

Comercialização de motores diesel . Compressores industriais . Câmaras hiperbáricas
 Caixas reductoras / transmissões . Ultrajet (MJP) . Janelas . Portas
 Escotilhas à prova de água tratamento de ar . Cadeiras para super yachts . Poluição sonora
 Emissões poluentes/ass. Térmica MECMAR . Filtros para ar comprimido JORC



Rua Guiomar Torresão, n.º 44 - 2840-188 Pinhal de Frades - Seixal, PORTUGAL
 Telefone Geral (+351) 212 134 640 | Fax Geral (+351) 212 134 669 | Serviço 24H (+351) 965 642 975
 e-mail: comercial@induma.pt | geral@induma.pt

Reformados impressionados com novo aparelho auditivo

CHEGOU FINALMENTE.

O aparelho auditivo que muitas pessoas ansiavam, está finalmente disponível no mercado português.

O *Alta2 Pro* é um aparelho auditivo que se pode tornar totalmente invisível quando está a ser usado. Este novo aparelho combate a perda auditiva, em todas as situações do dia-a-dia.

Ninguém consegue ver o aparelho porque ele encaixa confortavelmente no interior do canal auditivo e utiliza a acústica natural do ouvido para produzir um som natural.

Tudo isto funciona automaticamente. Não existem comandos para utilizar, nem funções para ajustar. Pode começar a desfrutar novamente a vida, aproveitando tudo aquilo que a audição proporciona, sem ter de estar preocupado com o aparelho auditivo.

O *Alta2 Pro* analisa permanentemente os sons que capta e adapta-se a cada situação particular, de modo que a pessoa tenha sempre a melhor audição possível, até em ambientes ruidosos.

Agora pode ter todos os benefícios de um aparelho auditivo digital, sem que as outras pessoas se apercebam disso, uma vez que o *Alta2 Pro* é completamente invisível na maioria dos ouvidos.

Visite hoje mesmo o centro ACÚSTICA MÉDICA da AMORA, e tenha uma demonstração real com este novo aparelho. Esta demonstração real é totalmente gratuita.

Experimente agora mesmo a sensação de uma nova audição. O novo *Alta2 Pro* está disponível para que o possa experimentar, sem qualquer compromisso. Ligue GRÁTIS para marcar a sua demonstração ou visite-nos no Centro Auditivo próximo de si.

LIGUE GRÁTIS

800 231 231

Centro Auditivo ACÚSTICA MÉDICA AMORA

TRAVESSA QUINTA DO CONDE, 4 - Lj. C

☎ 212 252 232

Segunda a Sexta, 9H:30 - 13H:00 e 14H:30 - 18H:30 | Sábados, 9H:30 - 12H:30

ACÚSTICA MÉDICA
 Nº1 em Aparelhos Auditivos

UNIVERSO PARALELO



Dário S. Cardina Codinha

A MODA ANTI-VAX

Nos últimos anos algumas doenças foram erradicadas. Como (perguntam vocês)? Pelas terapias naturais? Não. Pela negação da medicação pois são lobbies farmacêuticos? Não. Foi pela ciência e pela medicação? Sim! E como reapareceram essas doenças? Foram os bandidos das farmacêuticas? Não. Foram os ignorantes? Sim! Este ano, em Portugal, temos grupos de pessoas que pensam estar mais protegidos por não estarem vacinados. E não é que eles estão certos? Mas só estão certos porque os outros se vacinam e conferem a esses incultos a imunidade de grupo, uma espécie de barreira ou blindagem que não permite o vírus chegar a eles pois encontra a maior parte das pessoas, em volta deles, protegidas.

A ideia anti-vacinas tomou força com um artigo na revista Lancet, a 28 de Fevereiro de 1998, onde o cirurgião Andrew Wakefield sugeria uma ligação entre a vacina tríplice (sarampo, rubéola e papeira) e o autismo. A base do estudo era bastante pequena, de 12 crianças. Wakefield defendia que os comportamentos autistas revelaram-se após a vacinação. O artigo não tinha grupo de controlo e a verificação por pares não mostrou que estas alegações tivessem consistência. Sabe, qual a razão do estudo? Wakefield recebeu cerca de meio milhão de libras para construir um caso contra algumas farmacêuticas. Foi uma das maiores fraudes ciências de sempre.

Vou-vos mostrar a vitória das vacinas nos últimos anos: 1- Em Zurique, em 1882 não foi registado qualquer caso de varíola devido à vacinação obrigatória. Em 1883 revogou-se esta lei e a consequência foi o aumento do número de mortes por varíola nos anos seguintes. 2- Entre 1988 e 2010 o número de casos de poliomielite baixou 99% devido a uma campanha de vacinação. 3- Em 2003, um grupo de imãs nigerianos afirmou que a vacina contra a poliomielite servia para os EUA espalharem a SIDA pelos países islâmicos. O resultado da proibição da vacinação chegou sob a forma de um grande surto da doença.

Uma das alegações é que a vacina contém timerosal, um composto que contém mercúrio, e que este terá ligação ao autismo. Se fosse verdade, os casos de autismo estariam a reduzir já que o timerosal está a ser substituído e não é isso que se verifica. Por outro lado, uma sardinha tem muito mais mercúrio do que dezenas de vacinas.

As ideias de alterne funcionam e, infelizmente a favor deles e contra o resto da população. Pessoas vacinadas podem contrair a doença pois a vacina não é 100% eficaz. E assim se espalha a doença, através destes seres que, com tablets, relógios, máquinas de café, telemóveis, óculos, carros, tvs, etc, odeiam a ciência e preferem viver na Idade Média. Mas só se tiverem a tecnologia, para todos verem que eles estão na moda destas ideias. Para terminar, a desinformação contra tratamentos é um crime de saúde pública.

EX-TRABALHADORES DA SIDERURGIA NACIONAL EM SITUAÇÃO DE GRAVE CARÊNCIA ECONÓMICA E EM RISCO DE EXCLUSÃO SOCIAL

Num processo que se arrasta pelos Tribunais há mais de 15 anos, actualmente ainda existem cerca de 60 ex-trabalhadores que reivindicam justiça para aquilo que consideram ter sido uma fraude por parte da Administração da Empresa, que com falsas promessas os levaram a assinar rescisões com mútuo acordo.



No âmbito da reestruturação da Siderurgia Nacional e segundo o acordo entre o Estado Português e a União Europeia, tendo como primeiro-ministro António Guterres e ministro da Segurança Social e do Trabalho Ferro Rodrigues, teriam de ser dispensados cerca de 800 funcionários. Após longo período de negociações em que a SN era presidida por Carlos Alberto Veiga Anjos e depois substituído por Francisco Antunes da Silva, 600 trabalhadores aceitaram a

reforma antecipada, restando 200 que pela idade e pelo Plano Social que lhes foi apresentado, foram para a situação de desemprego com a perspectiva de serem chamados no espaço de 6 meses a 1 ano para frequentarem os cursos de formação e serem reintegração nas novas Empresas que viriam a ser criadas.

Sem que o tal Plano Social até hoje tenha sido minimamente cumprido, o tempo foi passando, o subsídio de

desemprego cessou ao fim de 3 anos e muitos deles recebem actualmente apenas o Rendimento Social de Inserção no valor de 183,84 euros, dependendo de familiares e amigos para poderem sobreviver, registando-se já alguns casos de suicídio pelo desespero a que chegaram.

Segundo nos revelaram os representantes do grupo, Nuno Silva, Manuel Augusto Martins e José Carlos Marques, com quem falámos, nem Sindicatos nem Comissão de Trabalhadores os defenderam na altura, ficando completamente desamparados e sem qualquer apoio destas estruturas.

Se no plano legal o processo não está concluído, até porque existe um recurso para o Supremo Tribunal de Justiça que ainda está pendente, o que importa é o aspecto moral e o abandono dos 60 ex-trabalhadores da extinta Siderurgia Nacional por parte das entidades oficiais (Estado) com responsabilidades na situação em que se encontram.

GUINÉ - "Parte minha"...

Os nossos estimados leitores ao verem o título deste artigo, dirão para os seus "botões": o que irá sair daqui? Tenham paciência e leiam com atenção que vão saber a resposta à medida que vão lendo.

Há cerca de sete anos, mais precisamente desde Maio de 2010 que escrevo na imprensa regional artigos variados. De entre essa variedade escrevi alguns relacionados com a Guiné por ter ali algo que me prende àquele território, como vão compreender à medida que vou escrevendo.

Em Novembro de 2010 eu escrevia o seguinte: passo a citar... "Em 16 de Março de 1970 "acendeu-se" em minha casa uma luz com o nascimento da minha filha Manuela, luz que se tinha apagado nos anos de 1965 a 1968, na Guiné, quando a minha mulher teve um aborto (não espontâneo), e dois partos prematuros com oito meses de gestação, que nasceram vivos mas que não sobreviveram devido às péssimas condições de assistência que havia na altura, no hospital de Bissau, para crianças que nascessem com dificuldades respiratórias, ou outras, como foi o caso dos meus filhos (um menino e uma menina)". Fim de citação...

Em Março de 2011, com o título Comissão de Serviço na Guiné, voltava a

escrever: "Em Agosto de 1964 parti para a Guiné a fim de cumprir uma comissão de serviço com a duração prevista de quatro anos. Parti com o coração destrozado, pois deixava cá os meus familiares, a namorada (hoje minha esposa), os amigos e tudo mais, que me causava um estado de espírito por vezes mal-humorado e aborrecido."

No mesmo artigo, a certa altura escrevia o seguinte: "Além do que tenho estado a mencionar, houve três momentos que foram os mais difíceis de ultrapassar e de suportar, a parte da maternidade da minha mulher que correu muito malenquanto lá estivemos e que nos causou traumas que tivemos dificuldade em ultrapassar, se é que os conseguimos ultrapassar totalmente!" Fim da citação.

Os outros dois não tiveram a ver com problemas familiares...

Em Fevereiro de 2017, com o título COINCIDÊNCIAS!..., voltei a escrever sobre o mesmo assunto, dizendo o seguinte: "Em 2-02-17 ao assistir ao telejornal das 20,00 hora, na RTP 1, despertou-me a curiosidade quando aquele canal transmitiu uma pequena reportagem do funeral dum cidadão (que neste momento não me lembro do nome), natural da Guiné- Bissau, no cemitério de

Bissau.

A minha curiosidade avivou-se mais quando a filmagem mostrou o portão do cemitério que eu tão bem conheço. Fez-me recuar no tempo até à década de 60, quando por ali passei entre 1964 e 1968.

Foi com alguma nostalgia que recordei esse período, porque não foi fácil, no aspeto familiar, o que eu e a minha esposa passamos durante esses anos..." Fim de citação.

Senhores leitores, certamente depois de acabarem de ler este texto já compreenderam por qual foi o motivo que eu dei este título a este artigo.

As pequeninhas cinzas dos meus filhos juntaram-se às terras escaldantes daquele cemitério e por arrastamento às terras da Guiné-Bissau.

Eu, como pai, considero que "tenho direito" a uma pequenina porção daquela terra...

"Parte minha"...



José Mantas

17º
prémio edp
energia elétrica
e ambiente
mais eficiência, melhor ambiente

**NOVO
PRAZO
31 MAIO**

edp distribuição

Partilhe o exemplo da sua empresa

Mostre como mais eficiência faz um ambiente melhor.

Porque as boas práticas da sua empresa merecem ser um exemplo para todos, o **prémio edp energia elétrica e ambiente** volta este ano a distinguir e notabilizar iniciativas no âmbito da eficiência da energia elétrica e da qualidade ambiental.

As inscrições para a **10ª edição do prémio** estão abertas até **dia 31 de maio de 2017**, para todas as empresas utilizadoras da rede de distribuição de energia elétrica com tarifas de acesso às redes de MAT, AT, MT e BTE e nas categorias de Indústria (consumo anual $\leq 1,5$ GWh ou $> 1,5$ GWh) e Serviços e Outras Atividades (consumo anual $\leq 1,25$ GWh ou $> 1,25$ GWh).

Partilhe o exemplo de boas práticas da sua empresa. Consulte toda a informação em www.edpdistribuicao.pt

Dia da Mãe



Com toda a franqueza não sou muito simpatizante do Dia do ou da “qualquer coisa”. Hoje em dia há dias para tudo e mais um par de botas. Não obstante, o Dia da Mãe ou do Pai tem a vantagem de, pelo menos nesse dia, se falar no seu papel enquanto pais e educadores. Pelo menos nesse dia, em muitos lares, lá vem a florita ou a palavra amiga. Haja um dia no ano! Essa vantagem ninguém lhe tira.

A minha mãe não é perfeita, ninguém o é. Nasceu em 1930 com um nome divino, Maria Divina e ainda por cima, dos Santos. E era para ser Maria Divina da Providência, mais o resto. Imperou o bom senso e a misericórdia simplificou para Maria Divina. Mas tem, de facto, algo de sobrenatural.

Lembro-me de, em garoto, ter medo de me perder. De ter medo do escuro. De ficar só. Onde o medo desaparecia era no abraço da minha mãe. Na sua palavra sempre amiga, sempre reconfortante. No seu olhar gentil e terno, divino. Se calhar deveria ter levado alguns tabefes numa ou noutra ocasião. Se calhar nem me teriam feito grande moça. Mas nunca para além da reprimenda verbal tive qualquer palmada ou abanão por parte da minha mãe (justiça seja feita e para que não pensem que poderia ter sido “compensado” do outro lado o meu pai também não era de bater, mas dele, que apesar de não ter Divino no nome era a melhor pessoa que alguma vez conheci, para além da minha mãe, falei mais tarde).

Nunca ouvi uma discussão em casa. E não era porque as pessoas não falavam. Era porque se respeitavam. A minha mãe nasceu no ano em que morreu a última escrava portuguesa. E tomou em si a tarefa de carregar o papel um pouco “escravo” de fazer tudo em casa. No tempo em que os homens nada faziam em casa e em que os filhos que eram homens não tinham incumbências domésticas ela para além do trabalho vinha a casa numa correria servir a comida que estava preparada de manhã cedo ou de véspera. E à noite o mesmo disco. Tentei lutar contra isto mas ela própria achava que assim é que deveria ser e fazia-o por gosto e com gosto. Curioso que passados tantos anos ainda continuo a lutar para que ela não esteja sempre a “fazer”. Luta inglória! E que assim continue por muitos anos.

Pena é que de tanto carregar nos braços. De tantas vezes nos retirar pesos das mãos. Eu já um homem feito e ela a tirar-me das mãos o saco das batatas ou da fruta. “Deixa lá filho que a mãe carrega!”. A mãe sempre nos carregou e hoje com um ombro já operado e com o outro cheio de dores fazia tudo de novo. E tinha as mesmas dores! E não se arrepende! Com todos os defeitos, ser mãe é carregar o peso dos filhos. Os seus problemas. As suas dores. A minha mãe Divina fez isso e nunca saberei agradecer devidamente tudo o que fez por mim. O meu único agradecimento será um dia ouvir dos meus filhos que herdei um pouco desta capacidade que está longe da perfeição mas que é o mais próximo do amor que um ser pode ter pelo outro. O amor de mãe!

Obrigado por tudo, mãe!

José Fernando Rodrigues dos Santos



Sou menino da mamã

A MÃE não se escolhe, ainda bem... não teria feito melhor escolha.

Cresci sem nunca a perder de vista e na vontade de não a desapontar.

Valorizo cada sorriso seu, embebido nesse sentimento levei-a a concretizar um sonho, fomos ao Estádio da Luz ver um jogo do Benfica.

Ao sentar-se na bancada, foi gratificante ver o seu olhar de criança e o gesto facial de felicidade, foi marcante no momento em que equipa encarnada entra em campo ao som do hino benfiquista e olho para a minha super-mulher e vejo-a chorar como um bebé, meu coração não cabia no peito.

Sou um privilegiado, tenho a melhor MÃE do mundo, e quando me toca à campinha com uma travessa de arroz doce... é a melhor MÃE do universo.

Hugo Rodrigues

Estou neste momento a vive e trabalhar no México, portanto as minhas vindas a Portugal não são tantas nem tão frequentes quanto queria. Em Dezembro último vim a Portugal passar o Natal mas resolvi dizer aos meus pais que não vinha. Com a ajuda dos meus avós e de um amigo meu, consegui esconder isto tão bem, que quando cheguei à porta de casa, a minha mãe ficou em choque e só gritava “meu querido filho, meu querido filho”. São reacções que não têm preço. Feliz dia da Mãe, mãe!

André Coelho



Quando somos pequenos achamos que as mães são seres enviados do inferno para nos fazerem a vida negra. Durante um longo período da nossa vida (achamos que) vivemos essa realidade: “Levanta-te! Vai-te despachar!; Não te torno a avisar mais vez nenhuma; O jantar já está na mesa”. Bem, na realidade e com o passar dos tempos descobrimos que aquilo a que chamamos pesadelo é apenas o modo que ela tem para mostrar que se preocupa connosco, para mostrar que quer sempre o melhor para nós e que apesar do pesadelo em que possamos (pensar) viver ela vive um bem maior do que nós. É o trabalho, a casa, os filhos, as

responsabilidades e nós queixamo-nos porque temos de ir tomar banho quando está a dar um filme espetacular na televisão. Obviamente que o modo como vimos a nossa mãe se altera com os anos e hoje, com os meus 25 anos, percebo que não vivi pesadelo nenhum. Vivi e vivo uma vida em que tenho a sorte de ter a mulher mais guerreira do mundo como minha mãe, como um exemplo a seguir. Neste dia quero apenas dizer que te amo e que aconteça o que acontecer vou estar sempre ao teu lado.

Joana Rosa

Comemora-se no próximo dia 7 mais um Dia da Mãe. Pedem-me por isso que descreva um momento que tenha marcado a minha relação com a minha mãe.

Depois de matutar um pouco e relembrar alguns dos momentos mais importantes da minha vida, vejo que ela lá estava, presente em todos eles.

Mais do que relatar algum episódio especial, permitam-me enaltecer o papel da minha mãe, e de todas as outras, estando presentes e dando o seu apoio em todos os momentos. Primeiro na nossa educação, depois encaminhando-nos e apoiando as nossas escolhas, e depois também no papel de avó, dando-nos uma valiosa ajuda com os nossos pequenos.

Por tudo isto e muito mais, quero dizer: Obrigado Mãe!

Nelson Belchior



Dia da Mãe

Pensei em várias formas de começar este texto... Na verdade, acho que nunca fiquei tão ansioso a fazer um texto antes. Parece que me deu uma branca na minha mente, as palavras parecem simplesmente terem fugido. Escrevi e reescrevi várias frases soltas, mas parece que nenhuma delas traduz em palavras realmente tudo o que eu te quero dizer... Foi então, que no auge desta minha ansiedade de não saber usar frases e palavras, surgiu na minha mente algo que eu tenho a certeza que seria um ótimo começo. Com certeza que deves conhecer os meus próximos versos;



“Amar é lindo, gostar também, amar o mundo inteiro, e a nós também...” Mas eu aposto que já deves estar a pensar: mas afinal estava eu aqui a espera de um texto do meu filho que ate sabe falar (como ate costumás dizer) e vem me com um texto da primaria. Pois é mãe, acontece que eu não consigo ver nada melhor do que este texto para, no dia de hoje, transmitir tudo que sinto por ti. Acontece que hoje, com os meus 32 anos, vejo nestes versos algo muito além de uma simples rima. Hoje vejo com toda a clareza o quanto es importante para mim.

Amar é lindo. O amor, o amor é o mais belo e raro sentimento que existe, é uma dádiva que o ser humano possui, de conseguir amar e ser amado. E isso mãe, eu devo te a ti. Tu ensinaste me a amar, ensinaste me a respeitar, ensinaste me a dar valor à vida, aos amigos, a família. E o mais importante de tudo: tu deste me amor. O amor mais singular que existe no mundo, o amor acolhedor, o amor que ensina, que provoca risos, lágrimas, que faz com que eu me sinta especial, protegido. Se me das uma bronca é porque me amas, e queres o meu bem. Está certo que na hora posso não gostar muito, mas logo passa, pois o amor que me dás em seguida cobre qualquer tipo de irritação.

Gostar também. Mãe, tu ensinaste me a gostar das coisas mais inexplicáveis da vida. Mas ainda mais importante, tu ensinaste me a gostar do doce da vida, e, também, a saber lidar com o amargo, com as dificuldades, ensinaste me a gostar da vitória, a gostar de aprender, de ir em busca do novo, ensinaste me a gostar de aproveitar cada fase que passo, e que ainda vou passar. Ensinaste me a sentir o gosto da vida, com as tuas nem sempre doces mas acolhedoras palavras. Amar o mudo inteiro. Amar

a vida, amar a família, amar a mim mesmo. Mostrar esse amor. Todas as vezes que tu vinhas como uma leoa defender-me, mesmo quando nao tinha defesa possivel. Toda as vezes que deixaste de fazer algo pela minha felicidade, ou então que te sacrificaste para ver um sorriso no meu rosto. Todas as vezes que dividiste comigo as tuas angustias, os teus medos, as tuas felicidades. Todas as vezes que estavas do meu lado quando eu passava pelas mesmas coisas. Mostraste o teu amor todas as vezes que me deste a mão e disses te para eu não me preocupar que tudo ia passar que as coisas iam ficar bem.

E amar a nós também. Neste último verso, quero fazer na verdade aqui um pedido de desculpa. Por todas as vezes que não te quis ouvir, que fiquei chateado contigo, que bati o pé, todas as vezes que por algum motivo te decepcionei, quero pedir desculpas pelas parvoices, pelas cenas, pedir desculpa por muitas vezes exigir tempo demais teu, por as vezes pensar que vives em minha função. Quero pedir desculpas por muitas vezes não te dar o valor que realmente mereces, por não demonstrar o amor que sinto. Mas fica a saber de uma coisa; eu amo te, e muito. E nunca mãe, nunca duvides do meu amor por ti. O meu maior desejo, é que possas olhar pra mim e pensar: “Que orgulho tenho do meu filho” E é por isso que tento melhorar a cada dia que passa, por isso que quero sucesso na vida, por isso que me esforço pra fazer a diferença. Para dar orgulho a quem me ensinou a ter garra, a ir a luta, a não desistir nunca. Sei que não existem palavras suficientes pra descrever tudo que sinto por ti, e mesmo que houvesse, ainda assim não seriam suficientes. O nosso amor é transcendente, está acima de tudo. Espero que com estas palavras tenha conseguido mostrar te apenas uma fração de tudo que por ti sinto, de tudo que a ti sou agradecido. Escrever-te estas letras significam para mim muito mais do que te dar qualquer outro presente, pois isto, vem do coração, vem com sinceridade, vem com amor. Feliz dia da mãe.

João Paio

Publicidade



Residência de Apoio a Idosos

Luz de Vida

A cuidar do seu bem-estar... 24h a seu lado!





TEMOS PARA OFERECER:


- AMBIENTE FAMILIAR
- MÉDICO E ENFERMEIRO 24H/DIA
- ANIMAÇÃO SÓCIO-CULTURAL E MOTRICIDADE
- FISIOTERAPIA
- RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA
- ALIMENTAÇÃO CUIDADA

ACEITAM-SE ACAMADOS

TEMPORÁRIO / FÉRIAS / FINS-DE-SEMANA

Rua Julio Dinis, Lote 1540 - Fernão Ferro
(entrada pela Av. 10 de Julho - Estrada do Marco do Grilo para a Quinta do Cônde)

TLM. 968 032 518 - TLF. 212 120 608
olivia_paiva@hotmail.com - Enfermeira Olívia Paiva



ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS MISTOS DO CONCELHO DO SEIXAL

EDITAL

Rui Manuel Gregório Pablo, Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Humanitária de Bombeiros Mistos do Concelho do Seixal, vem por este meio convocar ao abrigo da alínea b) do n.º 3 do artigo 47.º dos Estatutos da Associação, Assembleia – geral Extraordinária, no dia 09 de Maio de 2017, pelas 20:00 Horas, com seguinte Ordem de Trabalhos:

- 1 – Deliberação de revogação da escritura de constituição de direito de superfície relativa ao terreno localizado em Redondos, cedido pela Câmara Municipal do Seixal, destinado à construção da Secção Destacada de Fernão Ferro.
- 2- Deliberação para aceitação de direito de superfície relativa a terreno localizado em Fernão Ferro, destinado à nova localização para a Secção Destacada de Fernão Ferro.

De harmonia com o n.º 1 do art.º 49º, se à hora inicialmente indicada não estiver presente, pelo menos, metade dos Associados, reunirá a mesma, com poderes deliberativos, uma hora depois, em segunda convocatória, com qualquer número de presenças.

Seixal, 24 de Abril de 2017

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Rui Manuel Gregório Pablo

CONJUNTIVITE/ "OLHO VERMELHO"

A conjuntiva é uma membrana fina que cobre o lado interno das pálpebras e a parte branca do olho (a esclerótica).

A inflamação ou a infecção da conjuntiva é chamada de conjuntivite ("olho vermelho").

Pode ser provocada por vírus, bactérias ou fungos;
alergia;
exposição a produtos químicos ou irritantes;
ou presença a longo prazo de um corpo estranho, como lentes de contacto duras ou rígidas.

Os vírus que provocam o resfriado comum também podem resultar em conjuntivite. O tempo de evolução da conjuntivite viral é similar ao das infecções do trato respiratório superior, sendo que os piores sintomas ocorrem entre três e cinco dias e se resolvem em sete a 14 dias.

A conjuntivite bacteriana é provocada geralmente por *Streptococcus* ou *Staphylococcus*. Essas bactérias vivem na pele humana e podem contaminar a maquiagem para os olhos e outros produtos. Menos comum, as infecções por clamídia ou gonorreia podem provocar conjuntivite. A conjuntivite bacteriana geralmente se resolve em dois a cinco dias sem tratamento, mas pode precisar de antibióticos tópicos (colírio ou pomada). Esses tipos de conjuntivite infecciosa são muito contagiosos e facilmente espalhados entre as pessoas.

SINAIS E SINTOMAS DA CONJUNTIVITE

Vermelhidão
Sensibilidade à luz
Sensação de areia, coceira ou queimadura
Pálpebras inchadas
Secreção
Lágrimas aumentadas

Se os sintomas não se resolverem no intervalo de tempo esperado e a pessoa tiver o sistema imune enfraquecido ou se algum dos seguintes sintomas forem encontrados, deve procurar-se atendimento médico imediatamente.

Dor no olho de moderada a grave ou sensibilidade à luz

Visão reduzida, visão embaçada ou visão dupla que não se resolve ao remover a secreção dos olhos

Aumento da vermelhidão dos olhos
Se houver sintomas de resfriado ou problemas respiratórios, a conjuntivite é provavelmente causada pelo mesmo vírus respiratório.

A conjuntivite por herpes pode ocorrer quando bolhas semelhantes às da herpes ocorrem no corpo.

A conjuntivite bacteriana pode provocar secreção espessa amarelo-verdeada.

A secreção aquosa é mais comum com vírus.

PREVENÇÃO E TRATAMENTO

Colírio de venda livre pode aliviar os sintomas.

Os antibióticos não tratarão a conjuntivite viral.

Alguns tipos, como as provocadas pelo herpes, podem precisar de medicação antiviral.

A conjuntivite bacteriana pode melhorar sem tratamento, mas os antibióticos tópicos podem reduzir o tempo da doença.

Para evitar a dispersão da conjuntivite, devem lavar-se as mãos ou usar desinfetante à base de álcool, evitar tocar

Dr. Jorge Neves



e esfregar os olhos e lavar a secreção em volta dos olhos várias vezes ao dia. Não compartilhar roupas de banho, toalhas, maquiagem ou óculos.

Os pacientes são frequentemente afastados da escola ou do trabalho até que não haja secreção ou que a terapia com antibiótico seja iniciada.



DR

URTIGA

«Mandar alguém às urtigas», para que não nos aborreça mais, tornou-se um dito corrente. E se de facto, a expressão indica menosprezo por quem nos incomoda, também não coloca em alta conta, a urtiga, «erva desprezível» que queremos ver longe de nós. Trata-se de uma tremenda injustiça, aproveitamos para dizer e mais à frente explicaremos porquê.

Não restam dúvidas que a urtiga está disseminada por todo o lado e que as suas picadelas não são nada agradáveis. Por isso mesmo, é das plantas silvestres mais conhecidas. Diremos mesmo, não há ninguém que não a conheça. Para quê então, vir aqui falar dessa ervinha que toda a gente tem a «desdita» de conhecer? Na verdade, as aparências iludem, dado que a urtiga ocupa lugar de destaque na fitoterapia e não só.

Existem várias espécies de urtigas, mas todas elas pertencem à família das urticáceas e têm propriedades praticamente iguais. Entre nós, a mais profusa é a *Urtica dioica* que alastra por todo o país. Chega a atingir 1,5 m de altura, tem caule ereto e folhas ovais, opostas e dentadas. As flores, de cor verde, ramificam-se em espigas colocadas nas axilas das folhas superiores. Toda a planta está coberta de finos pêlos cuja picada origina muita comichão devido a conter uma substância histamínica. Esta propriedade constitui uma defesa da própria planta que assim fica menos apetecível para os diversos animais.

Para além da histamina, a urtiga contém numerosos compostos, ácido fórmico, caroteno, abundante clorofila, tanino, ferro, potássio, cálcio, enxofre,

silício e é rica em vitaminas C, B2 e B6. Tal constituição implica variadíssimas propriedades, entre as quais, a de ser depurativa, anti anémica, hemostática, antidiabética, etc.



Vamos agora detalhar alguns dos seus potenciais usos, cujos efeitos benéficos se encontram comprovados, surpreendendo, por ventura os mais desprevenidos.

Em primeiro lugar, queremos referir que a cáustica picada da urtiga é extremamente útil para os doentes de reumatismo, paralisia e deficiente circulação sanguínea. Esfregar a pele com urtigas provoca uma excelente reação nas pessoas fracas e anémicas. Escritos antigos apontam mesmo, como muito eficaz, a fricção do baixo-ventre como meio de estimular as funções sexuais, quer para homens, quer para mulheres. Não custa nada fazer a experiência!

(Um breve parêntesis para referir que quando esta minha crônica

foi publicada no jornal local alguns idosos que se reúnem todos os dias no largo principal da vila abordaram-me alegremente falando deste pormenor. O artigo era vasto mas eles só se detiveram neste detalhe. Logo pensei:

- Queres ver que eles já experimentaram ou estão a fim de experimentar!)

O «chá» de urtigas (30 g de folhas secas para um litro de água, ou 60 g da planta verde, o que é preferível) é bom para os diabéticos e anémicos. Para uso externo (irrigações) estanca as hemorragias. Melhor será, contudo, utilizar o suco da urtiga, tomando-se uma colher de sopa, duas ou três vezes ao dia. Há naturopatas que recomendam ainda a decocção, a maceração, ou o xarope.

Em cosmética é famosa a ação da urtiga para o tratamento do couro cabeludo e da queda do cabelo. Diversas loções capilares são preparadas com base nos seus princípios ativos.

Miguel Boeiro



Muita gente ficará espantada e incrédula se lhes dissermos que as urtigas podem ser consumidas como qualquer legume hortícola. Pois é verdade, a urtiga entra também na gastronomia onde poderá ter um lugar de maior destaque se as pessoas abandonarem preconceitos e tabus. Como? Muito simplesmente como se de nabijas ou de espinafres se tratasse. Basta passar as plantas por água tépida para que deixe de picar. Depois separam-se os talos (demasiado fibrosos) e aproveitam-se as folhas que são ótimas para a confeção de sopas e outros pratos cozinhados. Não conhecemos melhor esparregado do que o de urtigas. Devido ao alto teor de clorofila, o esparregado mantém uma cor verde agradável, ao contrário do que acontece em determinados restaurantes onde o verde vivo do esparregado se deve à utilização do bicarbonato de sódio. O sabor? É agradável e ninguém descobre que provém das urtigas, se não lhe dissermos.

Finalmente queremos ainda acrescentar que estudos efetuados acerca dos efeitos das associações vegetais revelaram que a presença da urtiga melhora o desenvolvimento de outras plantas, como as ervas aromáticas, cujo teor em essências sai reforçado.

POESIA



Agostinho A. Cunha

I

Eu gostava de saber
Quem fez o céu e a terra
Que nos dá Sol e faz chover
Tanto no mar como na serra.

II

Tudo feito com perfeição
Disso eu tenho a certeza
Esta grande imensidão
Dizem que foi a Natureza.

III

O Inverno está acabar
Primavera está chegando
Isto não pode parar
A terra cá vai andando.

IV

Ultima pergunta que lhes deixo
Por aqui eu vou ficar
Digam-me onde está o eixo
Que faz a terra girar

EUFRÁZIO FILIPE APRESENTA LIVRO DE POESIA NO SEIXAL

«Chão de Marés – Colectânea de Poesia 2013-2016» é o novo livro de Eufrázio Filipe, com lançamento marcado para o dia 6 de maio, sábado, pelas 17 horas, na Galeria Municipal Augusto Cabrita, no

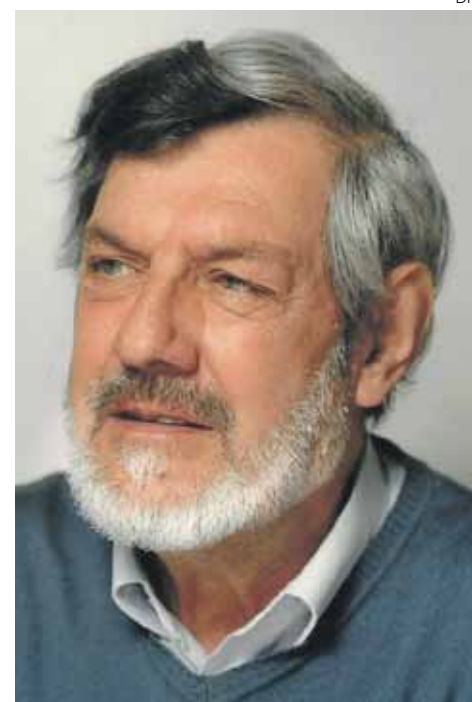
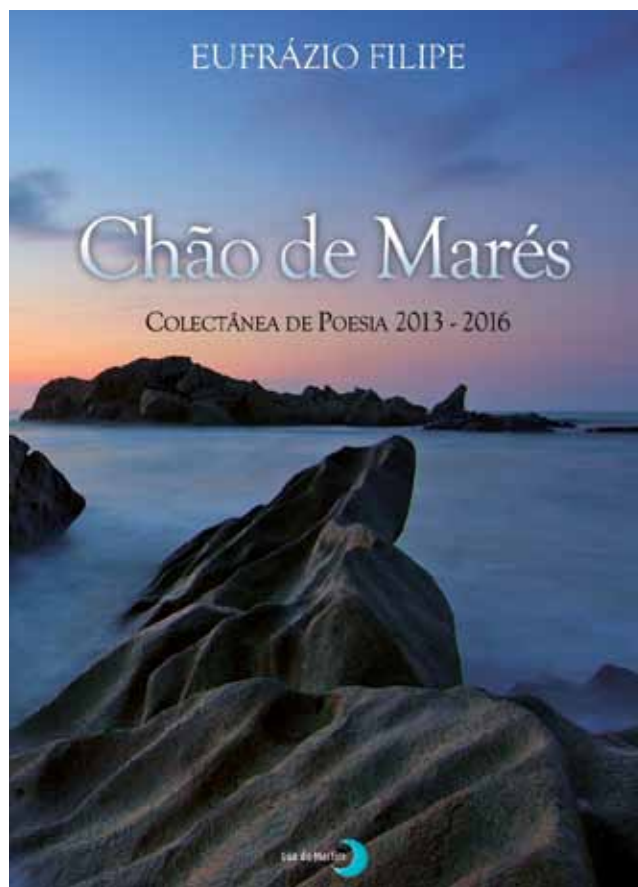
Fórum Cultural do Seixal.

Na apresentação, para além do autor, estará Paulo Afonso, em representação da editora, para em conjunto desvendarem a arte poética de Eufrázio Filipe, a qual é construída de palavras, sons e silêncios.

A iniciativa contará também com a presença de Maria José Bravo e Vera Silva e terá um apontamento musical pela Escola de Artes do Independente Futebol Clube Torrense.

Tal como refere Eufrázio Filipe: «as minhas publicações não pretendem salvar o mundo, mas sim evidenciar afetos. Na verdade não me considero um poeta, apenas um artesão de metáforas. Escrevo porque me dá prazer, as minhas palavras querem transmitir algo, a quem as quiser ouvir».

Eufrázio Filipe tem várias obras editadas entre



DR

poesia, contos e romances e lança agora «Chão de Marés», um livro de poesia com prefácio de Licínia Quitério, que tem a chancela da editora Lua de Marfim.

Os apreciadores da sua escrita podem segui-lo, igualmente, através do blogue Mar Arável.

Publicidade

Sejam bem-vindos a 1384

4 a 7 Maio 2017

III Feira Medieval

em Terras de Corroios

Parque Urbano da Quinta da Marialva

Torneio a Cavalo + Férias + Mercado + Música
Demonstração de Esgrima + Malabaristas
Bailados + Teatro de fogo + Animação de rua
Actividades para Escolas



if-corroios.pt

No ano da graça de 1383, com a morte de D. Fernando, o Reino de Portugal caiu numa crise de sucessão. D. João Mestre de Avis, filho ilegítimo d'El Rei, é aclamado pelo povo, regedor e defensor do Reino.

Decorre, o ano da graça de 1384. D. João Mestre de Avis concede a Nuno Álvares Pereira um exército para defender as fronteiras a Sul do Reino. Em Abril, na Batalha dos Atoleiros, enfrenta o inimigo Castelhanos, de onde sai vitorioso. É tempo de regressar ao castelo de S. Jorge!







UM MAR DE SOLUÇÕES PARA OS SEUS NEGÓCIOS

No Grupo ETE, por força do mar e dos nossos mais de 80 anos de atividade, somos hoje sinónimo de saber fazer e uma referência na economia do mar, em Portugal e a nível internacional. Oferecemos um serviço diferenciado, integrado e competitivo nas áreas do transporte marítimo, operação portuária, transporte fluvial, operação logística, agentes de navegação, engenharia e construção naval. Investimos na inovação, antecipação da mudança, eco sustentabilidade, eficiência e qualidade, para entregar sucessos comerciais aos nossos clientes.

GRUPO ETE, O SEU PARCEIRO DE CONFIANÇA.
www.ete.pt

COLÓMBIA

URUGUAI

CABO VERDE

MOÇAMBIQUE

PORTUGAL

GRUPO E.T.E.

ATLANPORT | AUTOGUER | AVEIPORT | EMPRESA DE TRÁFEGO E ESTIVA | ETE COLOMBIA | ETE LOGÍSTICA | ETE LOGÍSTICA DE MOÇAMBIQUE | ETE SGPS | ETG | EUROLINE | MANICARGAS MARDANA | MAREACOR | MAREFETE | MAREFETE AÇORES MAREFETE PORTO | NAVALPRIME | NAVALTAGUS | NAVEX PORTSINES | S & C | SOFRENA | TCGI | TRANSINSULAR TRANSINSULAR AÇORES | TRANSINSULAR MADEIRA | TRANSIRAI TRADING | TRANSPORTES SOUSA MENDES | TSA | VIEIRA & SILVEIRA

CONCERTO DA COMEMORAÇÃO DOS IDEAIS DE ABRIL

Para comemorar o 43º aniversário da Revolução dos Cravos, a Sociedade Filarmónica Democrática Timbre Seixalense e a Sociedade Filarmónica União Seixalense, desafiados pela Câmara Municipal do Seixal, juntaram-se no palco na frente ribeirinha do Seixal para um concerto que contou ainda com a participação do coro da Unisseixal.



A primeira parte do concerto foi dedicada a obras só para banda ainda sem a adição do coro.

Foram tocadas SweetBreeze in May, Rhapsody in Blue com o solista Miguel Costa da Timbre Seixalense, Canções de Tradição, Malhão de Cinfães e Reflections of this Time.

A segunda parte do concerto já contou com o coro da Unisseixal e foi mais focada em canções dedicadas ao 25 de Abril como, Grândola Vila Morena, Gaivota ou ainda A Life on the Ocean Wave, peça mais musical conhecida como a Marcha do 25 de Abril.

O concerto conjunto das duas bandas filarmónicas do Seixal ganha contornos históricos porque há cerca de 20 anos que as duas bandas não actuavam em conjunto no mesmo palco e alguns dos músicos não eram sequer nascidos há 20 anos ou se eram, não se lembram desse acontecimento. É este o caso de Marta Inocência, 2º Clarinete da Timbre Seixalense, de apenas 17 anos.

Marta contou-nos que “não sabia que as bandas já tinham actuado em conjunto” mas que gostou bastante da experiência “porque me proporcionou ver as diferenças entre as duas bandas, fazer novos amigos e trabalhar com outros maestros e tive também a oportunidade de aprofundar os meus conhecimentos musicais”.

Já Gil Alves Pacheco, 1º Trompete da União Seixalense, de 25 anos, sabia que as bandas já tinham actuado juntas mas não tem memória de ter visto.

Gil contou-nos que tudo foi uma “excelente iniciativa por parte da

Câmara” mas que mais importante que isso “é sempre bom encontrar velhos amigos num palco onde a rivalidade não passa de saudável”.

Para percebermos e contextualizarmos as declarações de Gil Alves Pacheco sobre a “rivalidade saudável”, este concerto de comemoração do 25 de Abril marca ainda os 42 anos das pazes feitas entre as duas filarmónicas do Seixal. Foi no 1º de Maio de 1975 que as filarmónicas fizeram as pazes, no então Campo do Bravo, pazes essas apadrinhadas pela Banda da Armada.

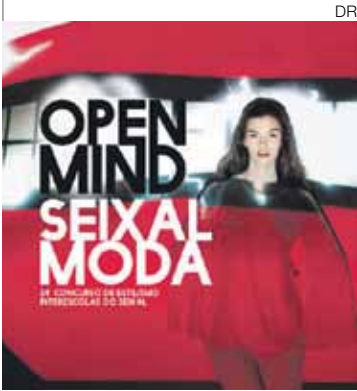
Até então, onde ia uma banda não ia a outra, e caso se cruzassem, a coisa não acabava bem.

No palco viveu-se e tocou-se o espírito de Abril entre duas bandas que já foram rivais e hoje dão a liberdade aos seus músicos e amigos de poderem juntos construir algo novo.



SEIXAL MODA – OPEN MIND

Amanhã, pelas 21:30h, tem lugar no Pavilhão Municipal da Torre da Marinha, a 26ª Edição do Seixal Moda. O concurso este ano tem a apresentação de João Paulo Sousa e conta com as actuações de Maria Sampaio, Jonas David, Leonor Seródio e Edvander Cardoso. Os bilhetes podem ser adquiridos no próprio dia na bilheteira do Pavilhão Municipal.



III FEIRA MEDIEVAL EM TERRAS DE CORROIOS

Começou ontem e acaba no Domingo a terceira edição da Feira Medieval em Terras de Corroios. Entre as actividades propostas podemos assistir a demonstração de provas de cavalos, combates técnicos e contextualização sobre armas expostas, demonstração da importância do cão na caça e explicações de falcoaria. A Feira Medieval decorre no Parque Urbano da Quinta da Marialva.



ROTA DOS DINOSSAUROS

No próximo Domingo, dia 7 de Maio, das 9 às 13 horas, Pedalar pelo Património. A Câmara Municipal de Sesimbra organiza uma pedalada pelas pedreiras do Avelino, Pedra da Mua e Lagosteiros para dar a conhecer as jazidas icnofósseis presentes no concelho. O passeio carece de inscrição prévia e tem um valor monetário de dois euros.



EXPOSIÇÃO PAISAGENS DO MEU INTERIOR

Paisagens do Meu Interior é o nome da exposição do fotógrafo sesimbrense José Carlos Nero que vai ser inaugurada no próximo dia 13 de Maio às 17 horas na Galeria de Exposições Augusto Cabrita. A exposição estará patente até ao dia 9 de Junho, e segundo o autor, demonstra-nos um “exercício de introspeção”, e das suas “viagens às Paisagens do seu interior”.



DIA MUNDIAL DA DANÇA

Hoje e amanhã celebra-se o Dia Mundial da Dança e a comissão técnica de Dança, Câmara Municipal do Seixal e o Movimento Associativo prepararam um espectáculo para celebrar a efeméride. A celebração conta com grupos de dança de várias colectividades desportivas do Seixal, tem entrada livre e vai realizar-se no Auditório Municipal do Fórum Cultural do Seixal.

Publicidade

TEATRO POLITEAMA

AMÁLIA

A NOVA VERSÃO DO MUSICAL DE FILIPE LA FÉRIA

QUARTA A SÁBADO ÀS 21H30
SÁBADO E DOMINGO ÀS 17H00

RESERVAS:
213 405 700 | 964 409 036

www.filipelaferia.pt M/6

Show Nail's

de Rute Silva

Estilismo de Unhas de Gel
O seu novo estúdio de estética de unhas de gel

Marcações: 961 939 860

CENTRO COMERCIAL BATALHA - LOJA Nº 24

Rua das Flores - Paivas, Amora (junto à Clínica Clidiral)

www.facebook.com/shownailsrute

VISITE-NOS!

SOPA DE LETRAS FERRAMENTAS

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

- | | | | |
|---------------|-------------|---------|------|
| Aparafusadora | Parafuso | Lima | Bule |
| Alicate | Martelo | Serrote | |
| Berbequim | Lixa | Pincel | |
| Picareta | Chave Fenda | Nível | |
| Fita Métrica | Prego | Marreta | |

SUDOKU

	3							9
	8		9				2	
4	9					5		1
8			2		3	9	5	
	1	9	7	8				6
	2		6				1	
				4		3		
		2	5		6			4
		8	6					

SOLUÇÃO

4	9	8	1	7	8	9	5	6
8	1	9	7	8				6
2			6				1	
				4		3		
		2	5		6			4
		8	6					

http://lazaramento.blogspot.pt - http://sarmiento-news.blogspot.pt - http://revistapimpolho.blogspot.pt
PIMPOLHO DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1105
 Portugal ... desTroika... ... e Troika na mesma????!!!...



cinema

GUARDIÕES DA GALÁXIA 2



DR

Guardiões da Galáxia Vol. 2, da Marvel, continua a acompanhar as aventuras da equipa enquanto atravessa os limites do cosmos. Os Guardiões devem lutar para manter a sua família recém-descoberta unida, enquanto tentam desvendar o mistério do verdadeiro parentesco de Peter Quill. Antigos inimigos tornam-se novos aliados e as personagens favoritas das bandas desenhadas clássicas irão ajudar os nossos heróis, continuando a expansão do Universo Cinematográfico Marvel.

música

HOW TO BECOME NOTHING



DR

Paulo Furtado, mais conhecido no mundo da música como The Legendary Tigerman, junta-se ao realizador Pedro Maia e à fotógrafa Rita Lino e vêm apresentar ao Seixal o seu mais recente trabalho How to Become Nothing.

O trabalho conta-nos a história de uma roadtrip pelo deserto da Califórnia, nos Estados Unidos da América. Um road-movie em formato filme/concerto com banda sonora ao vivo de The Legendary Tigerman e manipulação de imagens em tempo real de Tiago Maia.

O espectáculo marcado para dia 20 de Maio às 21:30.

maria Helena
 Consulta Personalizada: 216 829 006
 E-mail: mariahelena@mariahelena.pt



5 a 11 de Maio

Carneiro 21-03 a 20-04

Amor: Sentir-se-á um pouco apático. Preste mais atenção ao que o seu coração lhe tem transmitido, não fique indiferente.
Saúde: O seu descontentamento com a silhueta levá-lo-á a pensar em fazer uma dieta.
Dinheiro: É importante que faça uma análise onde destaque os seus últimos investimentos, de modo a determinar que rumo dar à sua vida financeira. Aja com prudência e sabedoria.
Números da Semana: 15, 20, 24, 36, 45, 49

Touro 21-04 a 21-05

Amor: Corte com as coisas do passado. Alimentar paixões antigas só vai fazer com que se sinta nostálgico e deprimido.
Saúde: Cuidado com o stress.
Dinheiro: Tenha atenção ao seu trabalho, pois é possível que alguém procure desfazer aquilo que lhe levou tanto tempo a conseguir.
Números da Semana: 01, 04, 13, 24, 28, 29

Gêmeos 21-04 a 21-05

Amor: Alguns contratempos podem pôr em causa o seu relacionamento amoroso. Mantenha a calma e não permita que comentários de pessoas maldosas e invejosas prejudiquem a sua relação.
Saúde: É possível que tenha alguns problemas circulatorios.
Dinheiro: Esteja consciente das suas capacidades e lute por conseguir atingir os seus objetivos.
Números da Semana: 05, 09, 17, 20, 39, 49

Caranguejo 21-06 a 23-07

Amor: Um acontecimento inesperado fará com que se sinta muito querido e desejado pelos seus amigos.
Saúde: Seja mais consciencioso e não coma em demasia pois, para além de engordar, pode correr o risco de sofrer de colesterol e problemas cardiovasculares.
Dinheiro: Durante este período poderá andar mais nervoso do que o habitual, pois terá uma certa dificuldade em cumprir os seus compromissos. Contudo poderá ver a sua situação melhorar.
Números da Semana: 10, 20, 24, 27, 29, 36

Leão 24-07 a 23-08

Amor: Não se iniba de demonstrar o tamanho do seu amor, contudo evite ser demasiado exigente com o seu parceiro.
Saúde: Concentre a sua atenção e energia na cura de um problema de saúde.
Dinheiro: O laço que mantém com o seu atual emprego vai fazer com que tenha de fazer uma escolha difícil.
Números da Semana: 5, 15, 26, 29, 38, 39

Virgem 24-08 a 23-09

Amor: Passará momentos muito felizes junto da sua família. Aproveite para passear e fazer programas diferentes e divertidos.
Saúde: É possível que uma corrente de ar lhe provoque uma constipação.
Dinheiro: Grandes oportunidades esperam por si. Saiba aproveitá-las!
Números da Semana: 17, 18, 19, 26, 29, 38

Balança 24-09 a 23-10

Amor: Andará um pouco frio e distante.
Saúde: Sentirá muita vitalidade. Aproveite para se inscrever numa modalidade desportiva.
Dinheiro: O seu poder de iniciativa vai ser notado pelo seu superior hierárquico que o saberá recompensar da melhor forma.
Números da Semana: 4, 9, 15, 19, 36, 48

Escorpião 24-10 a 22-11

Amor: Poderá voltar a sentir-se apaixonado.
Saúde: A sua família poderá requisitar tanto a sua presença que irá sentir-se esgotado e sem energia. Apoie os seus entes queridos mas pense também um pouco mais no seu bem-estar.
Dinheiro: Período muito favorecido, contudo não coloque em risco a sua estabilidade financeira.
Números da Semana: 25, 31, 32, 39, 42, 43

Sagitário 23-11 a 21-12

Amor: Não crie barreiras entre si e um amigo muito querido. Um pequeno desentendimento poderá fazer com que ponha em risco uma amizade de longa data.
Saúde: Deve consultar o seu médico de modo a aconselhá-lo sobre as melhores formas de prevenir uma alergia.
Dinheiro: Um colega de trabalho pode dificultar-lhe a vida ao falar com o seu chefe, no sentido de ficar com uma tarefa que lhe tinha sido atribuída a si.
Números da Semana: 5, 6, 18, 22, 31, 34

Capricórnio 22-12 a 20-01

Amor: Procure entender os atos da sua cara-metade. Lembre-se que nem todas as pessoas são iguais e que deve aceitar a pessoa amada tal como ela é.
Saúde: Evite comer alimentos demasiado pesados pois a tendência é para digestões difíceis.
Dinheiro: Período favorável a iniciar um curso de formação profissional. Vá em frente, aposte em si mesmo.
Números da Semana: 08, 19, 22, 26, 31, 39

Aquário 21-01 a 19-02

Amor: Tenha cuidado para não magoar o seu par numa discussão insignificante e sem fundamento.
Saúde: Tendência para a depressão, combata-a tendo pensamentos mais otimistas.
Dinheiro: Poderá ter dificuldade em fazer-se ouvir numa importante reunião de negócios. Não desista perante as dificuldades.
Números da Semana: 07, 22, 23, 28, 33, 39

Peixes 20-02 a 20-03

Amor: Um amigo muito querido pode precisar da sua ajuda. Esteja disponível e seja um bom ouvinte.
Saúde: Poderá notar algum cansaço fora do vulgar.
Dinheiro: Período muito favorável no setor financeiro. Invista nesta área.
Números da Semana: 08, 09, 20, 24, 26, 33

CORFEBOL DO CCRAM CONQUISTA 4 VITÓRIAS EM 4 JOGOS

Em menos de uma semana, a equipa principal de Corfebol do Alto do Moinho conseguiu vencer 4 jogos nesta recta final para o acesso aos playoffs do Campeonato Nacional 2ª Divisão.



Tudo começou na passada quarta-feira, dia 26 de Abril, num jogo realizado frente à equipa do CCarnaxideCD B: num jogo que se mostrava difícil desde início, a equipa do Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho (CCRAM) viu-se a perder por 6 cestos no decorrer da segunda parte e, com muita garra e vontade, conseguiu recuperar epicamente dessa desvantagem e vencer o jogo por apenas um cesto (18 - 19).

Seguiu-se então o CIF B, sábado dia 29 de Abril: um jogo de imensa intensidade que ficou resolvido apenas no último minuto a favor da equipa vermelha, com um resultado favorável de 17 a 16. Neste jogo existiu um domínio constante por parte da equipa do CIF B, principalmente no decorrer da 1ª parte, tendo o CCRAM de puxar pela disponibilidade física para igualar o jogo e acabar por o vencer.

A batalha seguinte foi frente ao CRCQLombos, no domingo dia 30 de Abril - uma equipa que o CCRAM ainda não tinha conseguido vencer nesta época 2016/2017. Num jogo de enorme equilíbrio na 1ª parte, a equipa do CCR Alto do Moinho veio do intervalo com uma tremenda vontade de vencer, tendo dominado por completo a 2ª parte, terminando o jogo com uma vitória por 14 a 11, mantendo ainda mais em aberto a possibilidade de vir a lutar pelas medalhas

da 2ª Divisão.

Por fim, no Dia do Trabalhador, os atletas do Alto do Moinho tinham em mãos uma tarefa muito complicada contra os GDBonsDias B (equipa já apurada para os playoffs que se encontra em grande forma). O CCRAM entrou, perante o seu público, com uma enorme energia e com uma boa eficácia, conseguindo desde início distanciar-se no marcador do jogo e indo para intervalo a ganhar por 5. A segunda parte foi um espelho da primeira, finalizando o jogo com um parcial de 22 a 14.

Estes foram os marcadores dos 71 cestos da nossa equipa, nestes 4 jogos:

Samuel Pesca (14), Ana Beatriz Pesca (9), Catarina Frade (8), Olavo Mendes (8), Marisa Ramalho (6), Ricardo Cruz (6), Tomás Ferreira (6), Almerindo Fortes (4), Catarina Sousa (3), Rita Pagaimo (3), Ana Santos (1), Margarida Lopes (1), Abdul Santana (1) e Joaquim Trindade (1).

O Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho está a uma vitória de conseguir assegurar, pela 1ª vez, a presença nos playoffs de 3º/4º lugar da 2ª Divisão. Ficam a faltar dois jogos para terminar esta fase do Campeonato Nacional 2ª Divisão: dia 6 de Maio frente ao CCarnaxideCD B e dia 7 de Maio diante dos CRCQLombos B.

C.C.R.A.M.

INAUGURAÇÃO DA SEDE DO GRUPO FUTSAL AMIGOS DA ENCOSTA DO SOL

A sede do Grupo Futsal Amigos da Encosta do Sol (GFAES) foi inaugurada no dia 29 de abril. O equipamento nasceu junto ao terreno utilizado para os treinos de escolinhas desde 2005, ano da fundação do clube. O terreno foi atribuído posteriormente pela Câmara Municipal do Seixal para construção do polidesportivo, o qual foi compartilhado com 40 mil euros pela Autarquia e inaugurado em 2009. O edifício sede fica situado na Urbanização Encosta do Sol, em Aldeia de Paio Pires, mais precisamente na Rua Virgílio Martinho. Com salas para a direção e balneários para apoio ao polidesportivo, inclui ainda o arranjo de espaços exteriores. A obra teve um investimento de 156 mil euros da Câmara Municipal do Seixal.

Criado por um grupo de 13 amigos, há menos de 12 anos, o GFAES é já um exemplo nos escalões de formação, assim como na organização de iniciativas desportivas, caso do Troféu de Futsal Orlando Duarte, ou lúdicas, como a Feira do Fumeiro. Desenvolveu ainda secções de ciclismo e caminhada, e tem ainda colaborado com instituições de solidariedade social.

“Sempre tivemos em primeira linha a formação desportiva”, lembrou Nuno Rodrigues. O presidente da direção do GFAES salientou que “esta sede é fruto do trabalho de todos os lutadores: direções, técnicos, atletas, pais e famílias” e sublinhou que há quatro anos “esta coletividade esteve para fechar as portas, mas com a ajuda da Câmara Municipal e da Junta de Freguesia, amigos, fundadores e anónimos, conseguimos realizar o nosso sonho”.

O presidente da União das Freguesias do seixal, Arrentela e Aldeia de Paio Pires, António Santos, enfatizou “o trabalho

fantástico que tem sido feito pelo GFAES ao longo do tempo, não só na prática desportiva, mas também cultural e social”.

“Num dia histórico para o GFAES”, Joaquim Santos considerou “um exemplo de serviço público a parceria que junta o Poder Local ao movimento associativo, com o objetivo de diversificar a oferta desportiva, cultural e social para a população”. O presidente da Câmara Municipal do Seixal homenageou “o grupo de amigos que acreditou e nos fez acreditar, todos os dias, num projeto pensado para os jovens, para a formação desportiva, a cultura e o lazer.”

“Doze anos depois, já não há campo de terra batida, já não há contentor, mas um polidesportivo e uma nova sede social”, contextualizou Joaquim Santos. O presidente da Câmara defendeu “o não condicionamento por parte do Poder Local na vida das coletividades, apoiando com meios de funcionamento e autonomia, de forma a que possam ter recursos próprios e inteira liberdade para perseguir os seus objetivos e sonhos”.

A inauguração da sede incluiu ainda uma intervenção de Manuel Amaral, em representação da Associação de Coletividades do Concelho do Seixal, uma atuação da Fanfarrinha dos Bombeiros Mistos do Concelho do Seixal e um jogo amigável entre a equipa do GFAES e do Liberdade Futebol Clube, da Cova da Piedade.



BREVES

5º TRIATLO DE AMORA

A Associação Naval Amorense e a Junta de Freguesia de Amora, no dia 6 de Maio, convidam a população a estar presente na 5ª edição do Triatlo de Amora, Prova do Campeonato Nacional Jovem de Clubes, na Marginal de Amora, pelas 11 horas.

Participe!

CAMINHADA EM FERNÃO FERRO

Durante os próximos Domingos de Maio e Junho, a Junta de Freguesia e o Movimento Associativo de Fernão Ferro, vão levar toda gente a caminhar pelas ruas da sua freguesia. Caminhadas com início no Parque das Lagoas, pelas 10 horas e com uma duração de cerca de uma hora



FEIRA DE PROJETOS EDUCATIVOS 2017

VALORIZAR A ESCOLA PÚBLICA

De 9 a 13 de maio - Quinta da Marialva - Corroios



seixal
câmara municipal

VILA DE CORROIOS

JUNTAS DE FREGUESIA
E ESCOLAS DA REDE PÚBLICA

cm-seixal.pt



45 ANOS

há 45 anos

AO LADO DO SEU NEGÓCIO NA MARGEM SUL DO TEJO.



RECHEIO
CASH & CARRY