

MONTE REDONDO E CARREIRA

ORGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA
MENSÁRIO LOCAL // ANO 4 // Nº46 // JUNHO 2014 // DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



HOTEL 4 estrelas em Monte Redondo



Ensino

Pais, professores e alunos
debatem a Educação no Colégio
Dr. Luís Pereira da Costa

Ensino

Pequeno deputados

EDITORIAL

Aniversário do Notícias de Monte Redondo e Carreira



A nossa publicação mensal comemora este ano quatro anos de existência. Ao longo dos anos tem levado a casa dos nossos cidadãos informação local relevante. Tem sido com o esforço de todos os colaboradores que mensalmente esta publicação permite que pessoas, instituições e associações divulguem os seus projetos e eventos. Aproveitamos este espaço para agradecer todo o trabalho desenvolvido por todos.

Para assinalar este aniversário optámos por realizar um refresh na imagem do nosso jornal. Esta nova imagem foi concetualizada por Pedro Rolo, designer e ilustrador, residente na União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, que tem desenvolvido um trabalho notável ao nível da imagem da autarquia e da Fesmonte – Feira de Gastronomia e Atividades Económicas de Monte Redondo e Carreira.

Aproveito, ainda, para, uma vez mais, apelar a todos para participarem na elaboração do nosso jornal. Todos os interessados podem enviar as suas sugestões e artigos para o e-mail noticiasmonteredondo@gmail.com.

A Presidente
Céline Gaspar

Correios (CTT) em funcionamento na sede da Junta de Freguesia a partir de 1 de Julho

Aproveito este espaço para esclarecer a população relativamente à passagem dos Correios para a gestão da autarquia.

O responsável pelos CTT, António Sarnadas, contactou a Junta de Freguesia para dar conta que a partir de 1 de julho os correios de Monte Redondo necessitavam de um novo gestor, dado que o atual solicitou a rescisão do contrato tido com esta entidade. Perante a possibilidade deste serviço ter de abandonar a nossa freguesia, o executivo deliberou a aceitação de realizar um contrato de prestação de serviços com os CTT.

Urgia tomar uma posição e garantir que o serviço não abandonaria a Fregue-

sia. Uma vez que se trata de um serviço que acaba por ter uma componente de domínio público, nunca a Junta de Freguesia poderia permitir o seu desaparecimento. Assim, foram avaliadas todas as variáveis e fatores financeiros relativamente às despesas e receitas do respetivo serviço e tendo esta autarquia condições físicas para assegurar o mesmo no edifício da Junta de Freguesia considerou o executivo que não faria sentido alugar o espaço atual dos CTT na vila de Monte Redondo.

O facto de o serviço passar a funcionar no edifício sede da Junta de Freguesia da União das Monte Redondo e Carreira

permite reduzir custos logísticos e assim tornar sustentável uma mais-valia para a própria autarquia e consequentemente para os cidadãos da freguesia. A possibilidade de se conjugar os recursos humanos e infraestruturas permitirá, sem sombra de dúvidas, servir melhor a população.

O horário de funcionamento manter-se-á e serão garantidos todos os serviços que atualmente são prestados.

Confiantes que defendemos os interesses da população utilizadora dos CTT, esperamos prestar o serviço com dignidade e qualidade.

Céline Gaspar

Ficha Técnica

Directora: Céline Gaspar;

Directores Adjuntos: Lino Loureiro, Carlos Alberto Santos; Fernando Inácio e Lina António.

Chefe de Redacção: Céline Gaspar; Redacção/Publicidade/Assinaturas e Serviços

Administrativos:

Rua Albano Alves Pereira nº3 - 2425-617 Monte Redondo LRA;

Colaboradores: Ana Carla Gomes; Natália Ferreira; Carla Pinhal; Eliana Carvalho; Associação Ecológica "Os Defensores"; Casa da Criança; Escola de Condução MR; Mónica Gama; Clube Caça e Pesca; Dra. Emília Pinto; Joel Figueiredo; Museu; Pioneiras Beatriz Marques e Carina Gomes; PINEA; Dora Patrício; 3º Ano Centro Escolar de Monte Redondo e 4º Ano EB1 Sismaria.

Telefones:

Tel. 244 685 328 - Fax. 244 684 747 noticiasmonteredondo@gmail.com;

Composição e Impressão:

FIG, S.A. - www.fig.pt

Depósito Legal: 362298/13

FD Funerária Domingues, Lda

Sede

Souto da Carpalhosa

Tlm.967033542/963022997

Tel.Fax244613315

www.funeraria-domingues.com

Loja de Artigos Religiosos

Leiria

Tel./fax:244825847

Tlm.962900546

Galerias Jardins do Lis



Pais, professores e alunos debatem a Educação no Colégio Dr. Luís Pereira da Costa

No dia 09 de maio, o Colégio Dr. Luís Pereira da Costa acolheu cerca de 200 pessoas – pais, professores e alunos –, que conversaram sobre a Educação e as especificidades dos ciclos de ensino. Este debate, que constituiu a última Escola de Pais do ano letivo, pretendeu, assim, criar um espaço de diálogo, no qual todos os intervenientes marcassem presença e dessem o seu contributo. Os oradores convidados foram, a representar os professores do 2.º Ciclo, Eduarda Sousa; Vanda Leandro e Joana Amaral, em representação dos docentes do 3.º Ciclo e Ensino Secundário, respetivamente; Lucília Moderno, representante da Associação de Pais e dos Encarregados de Educação do 5.º A, e, Tiago Vieira, presidente da Associação de Estudantes.

Na organização deste en-



contro esteve a Associação de Pais que, na pessoa do seu presidente, Luís Nunes, fez saber que “foi muito agradável constatar que o tema em questão levantou bastante interesse em toda a comunidade escolar, levando a uma excelente participação.

As opiniões são, desta forma, de agrado quanto ao resultado do debate, tendo sido solicitado

que se desenvolvessem mais iniciativas do género.”

“O único senão” – fez notar – “foi a pouca participação dos alunos presentes, sendo eles o centro de todas as preocupações”.

Já Rui Miranda, diretor da escola, considerou “o balanço bastante positivo, uma vez que, no processo de Ensino/Apre-

ndizagem, é premente o envolvimento de todas as partes”.

Questões como a pertinência da utilização da caderneta escolar, a importância do diálogo, a necessidade de dizer “não” e a relevância da preocupação, no Ensino Secundário, com os resultados a partir do 10.º ano foram algumas das temáticas abordadas.



Gala de Finalistas, na sua 14.ª edição, voltou a encher de charme o CDLPC

Depois de um animado jantar no Restaurante Quinta do Pinhal, os 35 finalistas fizeram uma entrada magistral pela passadeira vermelha, num cenário magnificamente decorado, no qual o jogo de luzes combinava com a música de uma forma arrojada e profissional.

Com uma singular atuação de Sara Silva, dava-se início à cerimónia de entrega de diplomas, nomeadamente de distinção ao nível das atitudes e valores e ao nível do aproveitamento, sendo homenageados aqueles que verdadeiramente se referenciaram nessas categorias. A intercalar esses momentos, os finalistas faziam os seus discursos emotivos de agradecimento à família, amigos e à comunidade educativa.

Apontamentos de música, dança e canto, brilhantemente interpretados/coreografados por

Mariana e Eliana Ferreira, Raquel João, Ana Nogueira, Mariana Pedrosa, Joana Marques e Inês Fonseca, coroaram de brilho esta Gala, que se pautou pela excelente organização e pela adesão da comunidade educativa.

Faz-se notar que, mais uma vez, a Academia Rythmus marcou presença, mostrando, assim, quão forte é a sua ligação a esta instituição de ensino.

O bolo de finalistas foi partido ao som da banda irreverente de Duarte Santos, Luís Domingues, Thierry Duarte e Rudi Feliciano, alunos talentosos do Ensino Secundário que, desta forma, parabenizaram os seus colegas que finalizaram um ciclo de estudos.

Este evento contou com a presença de ex-alunos do Colégio e de entidades como o pároco de Monte Redondo e do



Coimbrão, o presidente da Associação de Pais, a presidente da União das Freguesias de Monte Redondo e da Carreira, o presidente da Junta de Freguesia da Bajouca e, por fim, a vereadora da Educação.

Rui Miranda, diretor da es-

cola, sublinhou, no seu discurso, a importância da confiança dos pais “numa instituição que, todos os dias, se empenha e trabalha para o sucesso pessoal e profissional dos seus alunos”.

Mónica Gama

HOTEL 4 estrelas em Monte Redondo

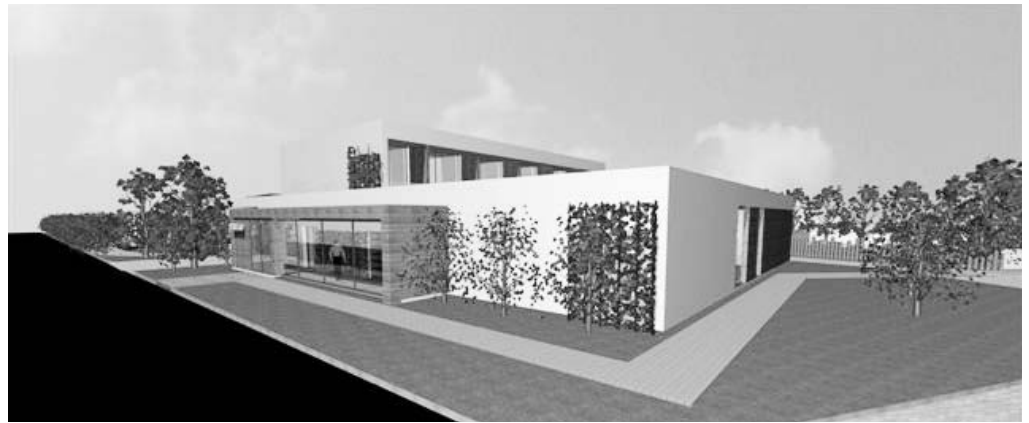
A União de Freguesias de Monte Redondo e Carreira irá beneficiar de um hotel de 4 estrelas, com forte caráter de exclusividade, vocacionado para o mercado internacional e que pretende proporcionar um ambiente e modalidades de alojamento sofisticadas e distintos do oferecido na hotelaria existente, quer na cidade, quer na região de Leiria.

A empresa NML – Projectos e Desenvolvimento Turístico, localizada em Leiria e Viana do Castelo, dedica-se à consultoria em turismo, hotelaria e área social. Desenvolveu este projeto desde a fase do estudo de mercado, plano de investimento e candidatura a incentivos financeiros. O hotel apresenta-se integrado com oferta de diferentes tipos de quartos e apartamentos, alguns independentes, outros integrados no edifício principal do hotel, sendo disponibilizados equipamentos desportivos e de lazer, serviços de beleza e bem-estar, bem como um espaço de restaurante e bar onde se pretende explorar uma temática artística inovadora no concelho.

Este novo empreendimento turístico representa um investimento de 1,102M€, tendo sido aprovado um financiamento de 716mil euros no âmbito do SI inovação. Com a abertura do hotel, que se prevê para a primavera de 2015, serão criados 10 postos de trabalho permanentes. O efeito multiplicador deste projeto poderá traduzir-se num investimento de 1,8M€ na região e gerar mais 14 postos de trabalho.

O promotor deste empreendimento é a CENTRAL REDE – Exploração de Empreendimentos Turísticos, cujos sócios são a Dra. Emília Pinto e o Dr. Pedro Sigalho.

A Dra. Emília Pinto é formada em Física e Química e licenciada em Jornalismo, tendo no seu currículo diversas formações complementares nas áreas de Secretariado Geral e Administrativo, Gestão de Recursos Humanos, Marketing e Gestão de Empresas e Curso de Formação de Formadores. Exerceu funções como Secretária de



Direção da TAP – Air Portugal (durante 11 anos), como Mediadora Oficial do Instituto de Seguros de Portugal, tendo sido Mediadora oficial da Eagle Star Vie e American Life. Fundou a Rádio Clube de Leiria no ano de 1985, onde exerceu funções de Diretora Geral, tendo a seu cargo a gestão financeira, recursos humanos, departamento comercial, formação, comunicação e marketing. Foi também organizadora e mentora das Galas em Leiria, realizadas no Centro Pastoral Paulo VI, em Fátima.

O Dr. Pedro Manuel Gonçalves Sigalho formou-se em Medicina, pela Universidade Clássica de Lisboa, Hospital de Santa Maria, em 1981; é especialista em Medicina Geral e Familiar e Assistente Graduado com grau de Consultor e Diretor/Coordenador do Centro de Saúde Dr. Arnaldo Sampaio – Leiria, tendo na sua jurisdição um total de 16 extensões, a Unidade de Doenças Pulmonares – CDP, para além das consultas específicas de Desabitação Ta-

bágica e de Alcoolismo.

O Dr. Pedro Sigalho fez parte dos quadros dirigentes da Ordem dos Médicos, secção regional de Leiria e durante uma década foi diretor clínico da POLIDIAGNÓSTICO – Leiria. Lecionou na Escola Superior de Educação e na Escola Superior de Enfermagem, tendo trabalhos de investigação publicados em separatas e em artigos de revistas médicas.

Praticou desporto de competição nas modalidades de ANDEBOL e JUDO e foi dirigente desportivo, na qualidade de Presidente do Clube de Basquetebol de Leiria e foi sócio gerente da empresa Leirimédia.

Com efeito, os sócios desde sempre exerceram funções de gestão, direção e coordenação de equipas, possuindo experiência também na animação, organização de eventos, marketing e comunicação.

O setor do turismo, não sendo uma atividade central da atividade até agora desenvolvida, é um setor do qual os promotores

têm algum conhecimento devido à relação com serviços turísticos ao longo de vários anos.

De acordo com os sócios, «a ideia da construção do Hotel/ Aldeamento turístico nesta freguesia surge como qualquer outra ideia simples: existir um terreno a que se podia dar alguma utilidade e termos conhecimento da procura por parte de estrangeiros de casas para férias nesta região. A nossa empresa já tem 14 anos (foi gestora do Rádio Clube de Leiria e da Central FM) e ficou quase inativa depois de termos vendido a rádio.

Este projeto é uma grande responsabilidade porque, ao contrário do que muita gente pensa, o QREN não é a fundo perdido. O Turismo de Portugal empresta uma parte do capital, no entanto, nós temos que pagar em poucos anos.» Vão ser uns anos de muito trabalho mas acreditamos na nossa capacidade e na garra da equipa que nos acompanha, nomeadamente a NML (empresa que fez o estudo de candidatura).».

Ana Carla Gomes

Aluno do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa expõe fotografias no IPDJ



No âmbito do “Dia Europeu do Mar”, vai estar patente no Instituto Português do Desporto e Juventude de Leiria, entre 20 de maio a 13 de junho de 2014, uma exposição de fotografia da autoria de Kevin Flores.

Kevin Flores, um jovem de quinze anos, residente na Praia do Pedrógão, estudante no Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, nasceu com um talento para a fotografia. Assim, esta exposição, alusiva ao mar, tem o dom de mostrar a alma, o mar e o problema da degradação do litoral português e, por fim, a erosão e os riscos de acidentes costeiros.

Ontem, às 18h, a exposição foi oficialmente inaugurada, tendo contado com a presença de vários docentes, da Direção do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, de familiares do autor, amigos e curiosos. Rui Miranda, diretor da escola, nas breves palavras que proferiu, sublinhou a importância que a instituição de ensino confere “ao desenvolvimento integral do aluno”, realçando que, “paralelamente aos resultados académicos, é premente que um indivíduo cresça enquanto pessoa”.

Faz-se notar que esta iniciativa resulta de uma parceria com o IPDJ e contou com o apoio da Foto Cardal e de Pontos com Sara. O evento foi abrilhantado pelas vozes, sempre afinadas, de Joana Marques, Maria Inês Fonseca e Mariana Pedrosa.

Mónica Gama

**AGÊNCIA FUNERÁRIA
SECO, LDA**

**NOVAS INSTALAÇÕES
(Em frente ao mercado)**



Rua Fonte Cova, 18 - Monte Redondo
Monte Redondo - Tel/Fax 244 686 322
Tlm - 969 847 356

www.funerariaseco.com funeraria.seco@sapo.pt

DISPONIBILIZAMOS AOS NOSSOS CLIENTES:

- SERVIÇOS FUNEBRES
- SERVIÇO APÓS - FUNERAL
- SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS
- SERVIÇO FLORAL
- SERVIÇO DE CANTEIRO

Ao seu serviço há mais de 25 anos - CONSULTE - NOS

PEQUENOS DEPUTADOS

No dia vinte e três de maio os alunos do 3º ano do Centro Escolar de Monte Redondo foram representar a nossa escola na Assembleia Pequenos Deputados promovida pela Câmara Municipal de Leiria.

Os nossos deputados foram eleitos na sala de aula através de uma votação.

O encontro de todos os Deputados do concelho de Leiria foi no Teatro

Miguel Franco .

No período de Antes da Ordem do Dia, dois deputados desta escola agradeceram a construção do Centro Escolar que foi inaugurado no dia treze de setembro de dois mil e treze. Esta é a concretização de uma aspiração muitas vezes levada a esta assembleia por antigos deputados desta escola.

As oito escolas que participaram levaram as seguintes propostas:

-A escola básica da Quinta da Alçada pediu a criação de espaços de lazer e um parque infantil;

-A escola básica da Palmeira



pediu um painel para a divulgação das atividades culturais e desportivas da cidade num local estratégico da freguesia;

-A escola básica da Loureira pediu para realizarem uma visita de estudo por período;

-A escola básica da Maceira pediu a criação de um « Passe bem o dia » que é um passe cultural ;

-A escola da Caranguejeira pediu para aumentar a segurança dos cidadãos e aumentar os par-

ques de estacionamento ;

- A escola da Caxieira pediu melhoramentos para o campo de futebol, baloiços e escorregas;

- A escola de Santa Catarina da Serra pediu a construção de um telheiro.

- O nosso Centro Escolar pediu que a Câmara fizesse um acordo com a Rodoviária para podermos usufruir dos eventos culturais promovidos pela autarquia e que se realizam em Leiria.

Devido à distância estes eventos não são acessíveis aos alunos das escolas mais distantes.

A nossa proposta foi aprovada por unanimidade por todos os deputados presentes.

A mesa da Assembleia é constituída por um Presidente e dois secretários como um deles estava ausente a deputada da nossa escola Maria Marques foi para a mesa e leu uma das propostas e pô-la à votação.

No final a Vereadora da Educação propôs um Site chamado “Intervenção Júnior” para que os alunos das escolas do concelho possam enviar as suas propostas ou pedidos de melhoramentos para a escola ou até da localidade onde vivem.

Foi um dia de grade aprendizagem e importante para um dia podermos vir a ser mais ativos e participativos nos problemas que surgem na escola e quem sabe, um dia podermos ser uns verdadeiros deputados.

Os alunos do 3º ano do Centro Escolar de Monte Redondo.

PAVILHÃO DOS POUSOS
28 DE JUNHO E 5 DE JULHO
6ª EDIÇÃO +KbOla

2014
DIA 22 DE MAIO PELA\$ 11H00
SESSÃO DE DIVULGAÇÃO E AUTÓGRAFOS COM A PRESENÇA DE LUIS VIDIGAL

ESTAMOS NA PASTELARIA MEIA LUA NO LEIRIA SHOPPING

contactos: maiskbola@gmail.com | Facebook.com/MaisKBolaLeiria

Organização: CCA

CONTAMOS COM O TEU APOIO



Projeto “Volta a Portugal Solidária – Missão Itoculo”



O projeto “Volta a Portugal Solidária – Missão Itoculo” está organizado pela Escola de Atletismo Alzira Lario, com a ajuda do Grupo Missionário de Ajuda Itoculo e dos Jovens Sem Fronteiras.

Este projeto surgiu do sonho que João Casal, atleta da Escola de Atletismo Alzira Lario (em provas de estrada) e, atleta do Ori-Estarreja (na modalidade de orientação) sentiu em ajudar uma instituição que em África estivesse a trabalhar com crianças e jovens.

João Casal é um atleta que já várias vezes foi campeão nacional de orientação e vive o desporto de uma forma diferente.

O seu sonho torna-se realidade com a realização deste grande evento, numa missão de

ajudar os mais necessitados.

Neste âmbito “Os Defensores” juntamente com o Museu do casal de Monte Redondo vão levar a cabo uma pequena iniciativa para podermos ajudar algumas instituições de Monte Redondo.

O atleta João Casal chegará à nossa Vila no dia 2 de Julho pelo fim do dia, altura em que irá ser realizado um pequeno passeio pedestre, em que tentaremos também reunir bens alimentares para distribuir por instituições da nossa terra, nomeadamente os Bombeiros Voluntários e o Lar de idosos Nossa Senhora da Piedade. A concentração será em frente à Igreja por volta das 8:30h, onde o atleta e o seu staff irão ter um pequeno stand.

Celso Santos

CELEBRANDO OS DIREITOS DA CRIANÇA



Chegou o mês de junho e com ele a comemoração do DIA MUNDIAL DA CRIANÇA, uma data tão importante do ponto dos direitos das crianças.

O Dia Mundial da Criança é oficialmente o dia 20 de novembro, data em que foi proclamada a Declaração dos Direitos da Criança por Resolução da Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU) em 1959. Porém, a data efectiva de comemoração varia de país para país. Em Portugal, é como sabemos, no dia 1 de Junho.

A Declaração enuncia os seguintes Direitos das crianças:

- O direito à igualdade, sem distinção de raça, religião ou nacionalidade.
- O direito a especial proteção para o seu desenvolvimento físico, mental e social.
- O Direito a um nome e a uma nacionalidade.
- O Direito à alimentação, moradia e assistência médica adequada para a crian-

ça e a mãe.

- O Direito à educação e a cuidados especiais para a criança física ou mentalmente deficiente.

- O Direito ao amor e à compreensão por parte dos pais e da sociedade.

- O Direito à educação e ao brincar.

- O Direito a ser socorrido em primeiro lugar, em caso de catástrofes.

- O Direito a ser protegido contra o abandono e a exploração no trabalho.

- O Direito a crescer dentro de um espírito de solidariedade, compreensão, amizade e justiça entre os povos.

A Casa da Criança não podia por isso deixar de celebrar e programou uma semana dedicada às “nossas” crianças, com actividades especiais em cada dia. Fizemos jogos tradicionais e montamos uma oficina de pintura no jardim; recebemos a visita dos nossos amigos do Centro de Dia com quem partilhamos saberes na elabo-

ração de binóculos, recebemos também a visita das animadoras do Museu Etnográfico que trouxeram brinquedos antigos, feitos em madeira e de fabrico artesanal que as crianças puderam experimentar. Tivemos também a visita de alguns elementos da Filarmónica e dos Bombeiros locais; e finalmente foi projetado um filme “La Luna” para todas as crianças da Casa da Criança e para as crianças da Pré oficial a que se seguiu um conjunto de actividades no exterior (pinturas faciais, corrida de triciclos, pintura em cartão com tintas e jogos de psicomotricidade. De tarde seguiu-se um delicioso piquenique no jardim com muita música e divertimento.

Foi uma semana de grande envolvimento vivida com muita alegria por toda a comunidade.

Casa da criança Maria Rita Patrocínio Costa

PASSEIO PEDESTRE

(n.º. 11)

Rota das Fontes (n.º. 4)
(Braçal, Santo Aleixo e Paço)

20 de Julho (domingo)

10 horas

concentração na
sede da Filarmónica

organização
“Os Defensores” * Museu* Escuteiros
Junta de Freguesias

apoio
S. Bernardo Tur

Passeio incluído no programa da
Festa da Filarmónica



aniversário da FILARMÓNICA

1872 * 2014

12.julho – 21h30 – Salão Paroquial
TEATRO & MÚSICA

na sede

18.julho – 21h30 – **TEATRO** (GATAS)
MÚSICA com DJ

19.julho – 20h00 – **JANTAR**
seguido de **NOITE TEMÁTICA**

20.julho – 10h00 – PASSEIO PEDESTRE

13h00 – **ALMOÇO**
concerto de aniversário
MÚSICA AO VIVO

GATAS

Grupo Amador de Teatro da Associação da Sismaria

O Grupo tem em cena o seu mais recente trabalho: “Um pedido de casamento”, de Anton Tchekhov, “A aldeia de loucos” e “O grande Governador”, com o seguinte calendário de atuações:

data	local
11.mai.	Sismaria
17.mai.	Guia (Filarmónica)
7.jun.	Gândara (Bombeiros Voluntários)
15.jun.	Bajouca (Pisão)
21.jun.	Coimbrão
29.jun.	Monte Redondo (Museu)
12.jul.	Monte Redondo (Salão Paroquial)
18.jul.	Monte Redondo (Filarmónica)
19.jul.	Praia do Pedrogão
7.set.	Carreira
set. ou out.	Matos (Magníficos)
data a definir	Monte Redondo (Torres Vedras)

Está em preparação um espetáculo multimédia, a apresentar ao ar livre, intitulado “SISMARIA – apontamentos da história local” com sessões agendadas para 2 de Agosto na Sismaria e 11 de Setembro na fesMonte.

15.^a Mostra Instrumental Orff chama à escola cerca de 500 encarregados de educação

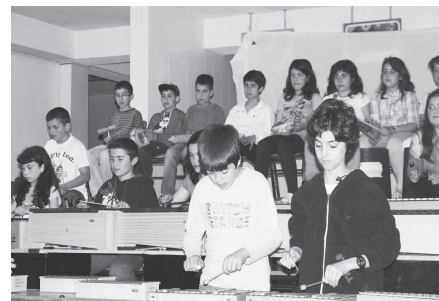
No dia 23 de maio, às 20, 21 e 22 horas, teve lugar, no Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, a 15.^a Mostra Instrumental Orff. Neste evento, da responsabilidade de Miguel Ferreira, professor de Educação Musical, participaram nove turmas do 2.º Ciclo, pertencendo três ao Colégio de Quaiaios. Assim, as músicas interpretadas foram de teor variado, contemplando temas como “Animals” de Martin Garrix, “I love it” de Icona Pop ou “Happy” de Pharrell Williams, entre outros.

Recorde-se que o nome desta iniciativa se deve ao compositor alemão Carl

Orff (1895-1982). Desta forma, ele criou uma orquestra à base de instrumentos de percussão, a pensar nas crianças e nos jovens, de modo a facilitar a aprendizagem da educação musical.

Assim, a 15.^a Mostra Instrumental Orff do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa surge na sequência de um projeto iniciado nesta escola em 1999, no qual participam todos os alunos do 2.º Ciclo, que aqui frequentam as aulas de Educação Musical.

O espetáculo foi aberto à comunidade, e esta aderiu de forma muito expressiva, tendo sido muitos os comentários de



apreço que, no final, foram proferidos pelas famílias.

Mónica Gama

Pioneiros de Monte Redondo no Agroal



Nos passados dias 16, 17 e 18 de maio, os Pioneiros do Agrupamento 1054 de Monte Redondo participaram numa atividade regional, ou seja, um acampamento no qual se reúnem todos os Pioneiros da região de Leiria, intitulada ACA' Patrono, que geralmente se realiza anualmente. Esta atividade tem como principal objetivo dar a conhecer a todos os pioneiros da região, a vida e os ensinamentos do nosso Patrono, S. Pedro, patrono da IIIª secção, realizando diversas dinâmicas de todos os géneros, desde espirituais, às mais lúdicas! Esta realizou-se no Agroal, que pertence ao concelho de Vila Nova de Ourém e ao distrito de Santarém.

No dia 16, sexta-feira, por volta das 21h30min reunimo-nos na sede do Agrupamento para depois partirmos para o Agroal. No dia seguinte, 17 de maio, sábado, depois de nos agruparmos com os restantes Pioneiros de outros agrupamentos, recebemos informações relativamente às atividades propostas para o dia. Algumas equipas neste dia realizaram uma caminhada, e outros participaram em diversos jogos, dentro e fora de campo. Ambas as atividades estavam relacionadas com S. Pedro. Durante a caminhada, deparamo-nos com alguns postos, nos quais fomos

convidados a partilhar e refletir acerca dos mais variados assuntos, tendo sempre como ponto de partida a vida e os ensinamentos de S. Pedro. Desenvolvemos a nossa capacidade de orientação, aprendendo a guiar-nos com coordenadas em cartas militares. As outras atividades realizadas em simultâneo, no local de acampamento, eram relacionadas não só com o nosso Patrono, mas também relacionadas com o nosso dia a dia como escuteiros (hábitos e conhecimentos escutistas), como pioneiros e até mesmo como cidadãos. Quando anoiteceu, assistimos a uma celebração eucarística campal e, por fim, realizamos o fogo-de-conselho. O último dia foi igual-

mente dedicado a S. Pedro, realizando atividades também muito interessantes. Por volta das 16h, preparamo-nos para nos despedirmos de um local que nos deixa muita saudade!

Toda a Comunidade Pioneira do Agrupamento de Monte Redondo gostou muito de participar numa atividade tão divertida, entusiasmante e bem organizada como esta, porque mais uma vez aprofundamos os nossos conhecimentos sobre o nosso Patrono, S. Pedro, mas que não se ficou apenas por aí...!

As Pioneiras Beatriz Marques e Carina Gomes

COLABORAÇÃO entre ASSOCIAÇÕES

Existem na União de Freguesias de Monte Redondo e Carreira 21 instituições sociais, culturais, desportivas e recreativas.

Por razões que não importa afluor, a ligação entre elas tem sido reduzida.

Supomos ter chegado a altura de começarem a colaborar.

Nesse sentido, a Associação de Defesa do Património Cultural de Monte Redondo (Museu), a Associação Ecológica “Os Defensores” e a Filarmónica “Nossa Senhora da Piedade” decidiram recentemente criar uma estrutura informal que vise a colaboração interassociações.

Tal estrutura está aberta a quantos nela queiram participar, para o que devem contactar responsáveis das referidas Associações.

A primeira iniciativa é o espetáculo de Teatro & Música que se anuncia ao lado.



TEATRO & MÚSICA

“Um pedido de casamento”
de Anton Tchekhov
pelo GATAS (Sismaria)

grupo de Músicos da Filarmónica
Coro Polifónico do Oeste

12 de Julho (sábado) – 21h30

Salão Paroquial

organização
Filarmónica * Museu * “Os Defensores”
142 anos
entrada livre

apoio
Junta de Freguesias * Café Imperial * Restaurante Adega

ESCUTEIROS – Os Lobitos de Monte Redondo festejaram o Patrono



Nos dias 10 e 11 de maio de 2014, os lobitos do Agrupamento de Escuteiros de Monte Redondo estiveram na Quinta do Escuteiro - Batalha para participarem em mais uma atividade “A festa do Rei da Juventude”.

Giovanni di Pietro di Bernardone, mais conhecido como São Francisco de Assis, é o Patrono da I secção. Todos os anos, no decorrer do mês de maio organiza-se uma grande atividade para que os escuteiros da região possam ficar a saber quem foi este Santo.

Seguindo pistas, participando em vários jogos e dinâmicas, os lobitos aprenderam a história de vida do seu Patrono, que se conta da seguinte forma: em 1182, na cidade de Assis, em Itália, uma senhora chamada Pica deu à luz um rapaz e decidiu chamá-lo João. O marido, quando voltou de uma viagem de negócios, não gostou muito daquele nome e decidiu chamá-lo Francisco em homenagem a França.

Os pais de Francisco viviam muito bem, não eram nobres, mas eram importantes comerciantes de tecidos. Assim, Francisco teve uma infância boa e muito alegre.

Quando era jovem era o Rei da Juventude, cantava e tocava em todas as festas da cidade e tinha muitos amigos. Era muito bom e quando alguém lhe pedia

esmola, ele não negava nunca ajuda, mas tinha o sonho de ser um grande Cavaleiro.

Quando Francisco tinha 20 anos, rebentou a guerra entre Assis e Perugia, outra cidade italiana. Ele foi combater ao lado das tropas da sua cidade e foi feito prisioneiro, voltando a casa doente, nunca mais tendo a mesma alegria.

Durante muito tempo, andou por toda a Itália a espalhar a palavra de Deus e juntou muitos amigos que deixavam tudo o que tinham para seguirem com ele. Francisco e os seus amigos viviam do que lhes davam e passavam a sua vida a falar sobre Deus e Jesus e a cantar cânticos de louvor, dormindo ao ar livre ou em cabanas.

Mais tarde, Francisco decidiu ir a Roma pedir autorização ao Papa para criar uma nova ordem, a Ordem dos Irmãos Menores.

Ao fim de alguns anos, Clara de Assis foi ter com Francisco e disse-lhe que se queria juntar a ele e à sua causa de adoração a Deus. Francisco cortou-lhe o cabelo e Clara tornou-se Mãe Espiritual de todas as jovens que quiseram juntar-se a eles, nascendo, assim, a Ordem das Clarissas.

Francisco adorava todas as criaturas, porque considerava todos irmãos, para Francisco todos os animais eram filhos de

Deus e, por isso, seus irmãos.

Aos 45 anos de idade, no dia 3 de outubro de 1225, Francisco, doente e quase cego, pediu aos seus amigos para o deitarem sobre a terra nua e, ao som do cântico das criaturas, morreu, e de todo o lado vieram pássaros e pousaram junto dele.

Foi este o imaginário que serviu de mote para que os 3 bandos de lobitos do 1054 (Ruivo, Castanho e Cinzento) treinassem habilidades especiais e se apresentem-se com toda a garra para vencer o grande TORNEIO DOS CAMPEÕES.

Na noite de sábado realizou-se o fantástico sarau do Rei, onde os lobitos demonstraram as suas capacidades artísticas, foi uma noite mágica de festa e alegria.

No Domingo, decorreu o grande jogo de estratégia, com a ajuda do morcego Manguê, os lobitos tiveram que demonstrar a sua perspicácia e união para descobrirem onde se encontrava escondido o Rei da Juventude.

A atividade terminou com a eucaristia, celebrada pelo padre José Henrique. De referir que a celebração foi organizada e dinamizada por uma futura chefe do nosso agrupamento, que aceitou o convite da equipa regional para desempenhar essa função.

Os corajosos lobitos estão de parabéns pelo empenho e dedicação com que participaram em toda a atividade.

Associação Florestal Litoral na Carreira

A Pinea – Associação Florestal Litoral, constituída oficialmente a 06 de Maio de 2014, com sede em Quinta do Picoto, freguesia de Monte Redondo e Carreira, tem como objectivo principal, defender e promover os interesses dos produtores e proprietários da fileira florestal da região centro.

A nossa Missão passa por sensibilizar,

elaborar e efectivar as pretensões dos Proprietários Florestais nas acções necessárias ao melhor ordenamento das suas parcelas e à implementação das regras definidas pelo ICNF para os novos processos de arborização, sendo que apenas estas medidas podem conduzir finalmente à defesa da Floresta contra os factores que a ameçam, quer sejam Incêndios ou agentes bióticos nocivos.



pinea
associação florestal litoral

Uma visita diferente



No dia 6 de maio de 2014, nós, alunos da E.B.1 de Sismaria deslocámo-nos de comboio até ao parque das Nações, em Lisboa para visitarmos o Oceanário e o Pavilhão do Conhecimento.

O comboio intercity parou na Estação de Pombal às oito horas e vinte e seis minutos. Entrámos na carruagem vinte e três e cada um de nós sentou-se no seu lugar. Passado algum tempo o revisor apareceu para picar os bilhetes.

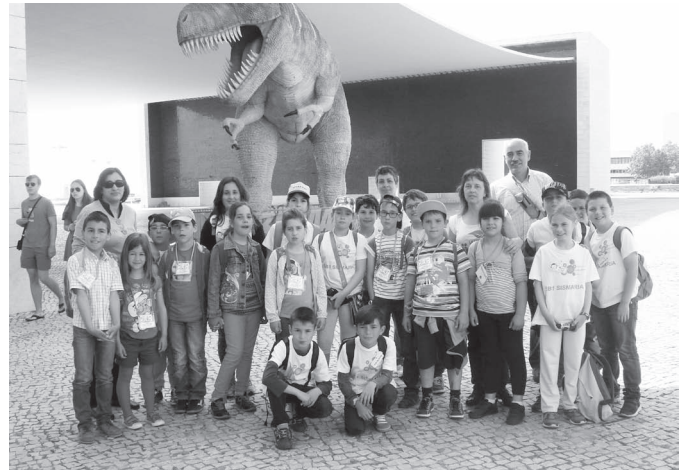
Durante a viagem passámos por dois túneis e também vimos o rio Tejo. Por volta das dez horas chegámos à Gare do Oriente e saímos pelo centro comercial Vasco da Gama. Passámos junto

do Pavilhão de Portugal, onde estava uma exposição de dinossauros e tirámos uma fotografia junto do Tyrannosaurus Rex.

De seguida, sentámo-nos nos bancos do Parque das Nações, lanchámos, admirámos a paisagem, vimos a imensidão do rio Tejo, a Ponte Vasco da Gama e o teleférico.

Às onze horas entrámos no Oceanário e fomos visitar a exposição temporária "Tartarugas marinhas. A viagem". Depois, fomos recebidos por uma monitora que nos fez uma visita guiada aos quatro habitats exteriores e ao aquário central.

Através do jogo "Vasco e os Heróis do Mar" aprendemos



a conhecer melhor as espécies que vivem em cada oceano e o que podemos fazer para as conservar. Ficámos a saber que o tubarão touro come apenas duas vezes por semana, que o dragão marinho macho é que guarda os ovos, que quando o peixe-palhaço fêmea morre, o maior macho transforma-se em fêmea,...

Gostámos muito de ver o peixe-lua que é muito grande, o peixe-roncador, a manta, as lontras, os papagaios do mar e os pinguins, entre outros.

Depois da visita ao Oceanário fomos almoçar ao McDonald's no centro Comercial Vasco da Gama.

Após o almoço deslocámo-nos até ao Pavilhão do Conhecimento e, pelo caminho, vimos os vulcões de água.

Quando chegámos ao Pavilhão do Conhecimento fomos realizar diversas experiências. Alguns alunos andaram numa bicicleta, por cima de um cabo

de aço, suspenso no ar. Também gostámos muito de andar num carro que tinha rodas quadradas, de montar a casa dos Três Porquinhos com blocos feitos de esponja, da cama de pregos e de muitas outras experiências.

De seguida fomos lanchar aos Jardins de Água e ainda tivemos tempo de comprar algumas lembranças.

Como já estava próximo da hora de partir, dirigimo-nos novamente para a estação do Oriente, procurámos a linha onde devíamos apanhar o comboio, entrámos na carruagem e, já cansados, fizemos o caminho de regresso. Por volta das dezanove horas chegámos à estação de Pombal, onde nos aguardavam os nossos pais para nos levarem para casa.

Foi uma visita de estudo que nunca esqueceremos, por ter sido diferente de todas as outras.

Alunos do 4.º Ano da E.B.1 de Sismaria



ASSEMBLEIA DE FREGUESIA DA UNIÃO DAS FREGUESIAS DE MONTE REDONDO E CARREIRA

EDITAL

5/2014

Paulo Azinheiro Pedrosa Gaspar, Presidente da Assembleia da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, torna público, nos termos do Artigo 11º nº 1 da Lei 75/2013, de 12 de setembro, de que no dia **27 de junho de 2014, às 21:30 horas, no salão nobre do edifício sede da Junta de Freguesia em Monte Redondo** se realizará uma sessão ordinária da Assembleia de Freguesia.

Para constar e devidos efeitos legais se passou o presente edital, que vai ser afixado nos locais de estilo.

Monte Redondo, 12 de junho de 2014

O Presidente da Assembleia de Freguesia

Paulo Azinheiro Pedrosa Gaspar



Portugal vale a pena

Portugal deixou por esse mundo fora um honroso património de que é herdeiro, conseguindo perpetuar as suas tradições além-fronteiras e dando-lhe uma visibilidade inigualável

Não podemos deixar de pensar que fomos grandes na escala do mundo de quinhentos; não somos capazes de deixar de nos sentir ameaçados na Península Ibérica onde somos o mais pequeno Estado mas a maior das Nações; não fomos ainda capazes de acreditar que os descobrimentos não aconteceram por sermos rijos e de barba dura mas porque uma elite de portugueses estudou, investigou e soube formar profissionais de marear e de guerrilhar que tornaram as rotas comerciais possíveis e mais seguras.

Não podemos perder a grandiosidade e a complexidade da nossa cultura

e temos que defender a nossa língua, o nosso falar, porque só nele poderemos continuar a contar o Portugal que fomos, que somos e que queremos ser. Não podemos esquecer que um povo que não sabe ler, que não sabe contar ou que não sabe pensar está condenado a tornar-se uma relíquia na memória dos historiadores.

País de navegantes onde há duas palavras que são ouro no nosso código genético-cultural: Saudade e Fátima!

Que na bandeira do meu Portugal eu consiga ler com nitidez mais duas palavras douradas: dignidade e esperança.

Continua a valer a pena viver em Portugal com o desafio estimulante de estar tudo por fazer, ou refazer.

DRA. EMÍLIA PINTO

Sugestões de Leitura – Que importa a fúria do mar de Ana Maria Carvalho



carruagem, além de Joaquim, viajam os revoltosos do golpe da Marinha Grande, feitos prisioneiros pela Polícia de Salazar, que cumprem a primeira etapa de uma viagem com destino a Cabo Verde, onde inaugurarão o campo de concentração do Tarrafal.

Dessas cartas e da mulher a quem se dirigiam ouvirá falar muitos anos mais tarde Eugénia, a jornalista encarregada de entrevistar um dos últimos sobreviventes desse inferno africano e cuja vida, depois do primeiro encontro com Joaquim, nunca mais será a mesma. Separados pelo tempo, pelo espaço, pelos continentes, pela malária e pelo arame farpado, os destinos de Joaquim e Eugénia tocar-se-ão, apesar de tudo, no pêlo de um gato sem nome que ambos afagam e na estranha cumplicidade com que partilham memórias insólitas, infâncias sombrias e amores decididamente impossíveis.

Que Importa a Fúria do Mar é um romance de estreia com uma maturidade literária invulgar que coloca, frente a frente, duas gerações de um Portugal onde, às vezes, parece que pouco mudou. Brillante no desenho dos protagonistas e recorrendo a um estilo tão depressa lírico como despojado, a obra foi finalista do Prémio LeYa em 2012.

Ana Carla Gomes

Ana Margarida de Carvalho nasceu em Lisboa, onde se licenciou em Direito e viria a tornar jornalista, assinando reportagens que lhe valeram sete dos mais prestigiados prémios do jornalismo português, entre os quais o Prémio Gazeta Revelação do Clube de Jornalistas de Lisboa, do Clube de Jornalistas do Porto ou da Casa de Imprensa. Passou pela redacção da SIC e publicou artigos na revista Ler, no Jornal de Letras, na Marie Claire e na Visão, onde ocupa actualmente o cargo de Grande Repórter e faz crítica cinema-

tográfica no roteiro e no site de cinema oficial da revista, o Final Cut. Leccionou workshops de Escrita Criativa, foi jurada em vários concursos oficiais e festivais cinematográficos e é autora de reportagens reunidas em colectâneas, de crónicas, de guiões subsidiados pelo ICA e de uma peça de teatro.

Numa madrugada de 1934, um maço de cartas é lançado de um comboio em andamento por um homem que deixou uma história de amor interrompida e leva uma estilha cravada no coração. Na

CLUBE DE CAÇA E PESCA DE MONTE REDONDO INFORMAÇÃO

O Clube de Caça e Pesca de Monte Redondo informa todos os Srs. caçadores, sócios e não sócios que as inscrições para as candidaturas aos dias de caça da época venatória 2014/2015 terão início a 4 de julho e termo a 19 de julho de 2014.

O sorteio público para a atribuição das caçadas será no dia 26 de julho de 2014 pelas 22 horas na sede do Clube, na Rua

da Junqueira, nº 1 – Sismaria – 2425-625 Monte Redondo.

Informamos os Srs. caçadores, em especial os sócios do Clube, que devem fazer a inscrição para não ficarem condicionados a determinados dias de caça.

A direção do Clube encontra-se na sede nos dias 5 e 19 de julho, a partir das 21h30, para quem queira efetuar as respe-

tivas inscrições pessoalmente, e ainda todos os primeiros sábados de cada mês para tratar de qualquer assunto relacionado com este Clube.

Mais informações pelos telefones nºs 922205243 / 917623896 / 966309819 / 918182532.

Monte Redondo, 07 de junho de 2014

A Direção

Festa em Honra do Senhor das Almas e N^a Sr^a da Boa Morte

CASAL NOVO

(MONTE REDONDO)

11, 12 e 13 JULHO | 2014

Dia 11 - Sexta Feira

21:00 h - Celebração da Eucaristia
23:00 h - Atuação - **DJ J-JOIA**
24:00 h - Encerramento do Arraial

Dia 12 - Sábado

15:00 h - Abertura do Arraial
22:00 h - Atuação da Banda Musical **Noia**
23:00 h - Atuação - **TWOBRO DJ's**
24:00 h - Encerramento do Arraial

Dia 13 - Domingo

10:00 h - Abertura do Arraial
12:00 h - Almoço
14:00 h - Chegada dos Andores
15:00 h - Celebração da Eucaristia seguida de procissão
16:00 h - Venda dos Andores
18:00 h - Atuação do Rancho Folclórico "ROSAS DA ALEGRIA" - Sismaria
20:00 h - Entrega do Guião
22:00 h - Atuação da artista **TUCHA**
23:00 h - Atuação da Banda **KAYENE**
24:00 h - Encerramento do Arraial

**Durante a Festa haverá serviço de Bar
Restaurante e Quermesse**

Atuação de artistas de renome em todo o país por quem quiser participar. O seu contacto através do telefone 918182532.

IMPORTANTE: Gestão de combustível e limpeza de matas e terrenos

O executivo da Junta de Freguesia da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira informa que o Grupo de Intervenção Proteção e Socorro (GIPS) realizou uma fiscalização na freguesia e identificou cerca de 200 prédios rústicos em incumprimento relativamente à gestão de combustíveis e limpeza.

Esta primeira fase serve para que sejam identificados os proprietários e para sensibilizar as pessoas para que o mais rapidamente realizem as respetivas limpezas. Numa segunda fase, o GIPS irá realizar uma nova fiscalização e caso não os terrenos não estejam em conformidade iniciarão os processos de coimas aos proprietários em incumprimento.

Na secretaria da Junta de Freguesia temos a indicação e quais os terrenos sinalizados, caso os proprietários tenham dúvidas acerca da situação da sua propriedade deverão dirigir-se à secretaria do edifício sede e verificar os documentos.

Amigos virtuais

A nossa realidade demonstra que a influência das redes sociais na construção de amizades é inegável, mas estas não devem servir como substituto das amizades e do convívio no mundo real.

Paula (nome fictício), uma jovem com 15 anos, confessa que durante o dia mantém-se sempre ligada à internet através do telemóvel, e que a primeira coisa que faz quando chega a casa é ligar o computador. No Facebook permanece online mesmo quando se ausenta para comer, tomar banho ou estudar. Assim que volta ao quarto, tem a preocupação de responder às mensagens dos amigos virtuais e colocar comentários/likes quer no seu mural quer no dos amigos. A rotina desta jovem é comum a muitos adolescentes. Tem uma lista de pelo menos 700 amigos, a maioria dos quais nunca teve qualquer contacto pessoal, ou seja, são amigos puramente virtuais! Contudo, mais facilmente fala com esses amigos sobre questões íntimas, do que com os outros, ditos reais. “Sinto-me mais à vontade a falar sobre coisas pessoais com eles, porque por serem virtuais julgam menos”, comenta. Os amigos com quem ela mais conversa são os antigos, que já ocupam a sua lista há cerca de um ano. “Tenho muitos amigos virtuais que são melhores do que os que conheço de verdade”, finaliza Paula.

Ao longo da infância e, sobretudo, durante a adolescência, as amizades vão ganhando importância. Os estudos mostram que ser-se aceite e fazer parte do grupo de pares é fundamental para a construção da identidade do jovem, que assim vai definindo os seus valores, ideias e opiniões acerca dos outros e do mundo. No entanto, o formato das amizades dos adolescentes deste século é completamente distinto do dos seus pais, fruto do surgimento das redes sociais. Estas trouxeram importantes mudanças na forma de viver e construir uma relação de amizade. Enquanto os pais desenvolveram predominantemente amizades na escola, os adolescentes atuais têm muitas vezes mais tempo de contacto virtual com os amigos, do que tempo real. Como hoje em dia qualquer criança já sabe usar um computador e aceder à internet, chegada a adolescência é normal que tenham uma conta numa rede social e criem uma quantidade de amigos, uns reais e outros virtuais.

Ter muitos amigos é fixe!

A ausência de fronteiras atrai o jovem que está em processo de formação da sua identidade e à procura de um grupo. Estar diante de um ecrã de computador é mais fácil para muitos se expressarem, principal-

mente para aqueles que são mais tímidos. Há uma desinibição associada ao facto de não estarem face-a-face. Sentem-se de alguma forma protegidos pelo ecrã, mas esta sensação é ilusória, já que apesar de o contacto ser virtual, a comunicação estabelece-se entre duas pessoas de carne e osso. O amigo é virtual, porque não tem um rosto, mesmo que tenha enviado uma fotografia. Falta conhecer outros dados a que apenas podemos ter acesso pelo contacto direto, como é o caso do olhar, o toque, o sorriso, o odor corporal... aspetos que não fazem parte desse tipo de amizade.

O próprio conceito de amizade parece ter-se alterado com as redes sociais. O amigo virtual é encontrado no ciberespaço e é conquistado através de um teclado e de um ecrã de computador. É assim possível fazerem-se muitos amigos em poucos minutos, conhecerem-se pessoas de diversas nacionalidades, raças e cores. O vínculo com esses amigos virtuais fortalece-se à medida que se vão trocando, primeiro likes, depois comentários no mural e mais tarde mensagens privadas e conversas no chat. Aparentemente, uma amizade deste tipo é mais facilmente administrada, tanto no seu início como no desenvolvimento. Cada um sente que tem o controlo da situação, uma vez que pode interromper a conversa se se sentir agredido, ou se o tema o estiver a aborrecer. Em último caso, pode até apagar da lista (desamigar) e bloquear, cortando definitivamente o contacto.

Com as amizades reais, tudo é bastante distinto, uma vez que o contacto físico é imprescindível. Para construir uma amizade na vida real, é preciso haver um desejo mútuo de conhecer o outro e a relação é construída em privado, pela partilha de momentos que vão reforçando a cumplicidade. Torna-se necessário sair de casa, e o controlo é sobre si mesmo. Há que seduzir o outro, no sentido de o cativar. São importantes os olhares, a expressão, o tom de voz, os toques, os odores. Na vida real optamos geralmente por ter “poucos mas bons” amigos, enquanto nas redes sociais os adolescentes habitualmente procuram ter muitas amizades, sendo que a quantidade suplanta a qualidade.

Fazer amigos no ciberespaço

Desenganem-se quem pensa que as amizades virtuais não têm regras e que todos conseguem ser bem-sucedidos a este nível. Os estudos mostram o contrário. Há jovens que conseguem manter e engrossar a sua lista de amigos virtuais, enquanto outros não. Onde reside a diferença? Os mais populares mantêm-se, sobretudo, atentos às preferências dos outros e postam conteúdos diversificados e do interesse de muitos amigos. Para além disso, estão em constan-

te feedback, colocando likes e comentários nos murais dos outros. Esta interação facilita a consolidação da amizade virtual, desde que também não seja excessiva. É preciso manter um certo equilíbrio, caso contrário poderá ter o efeito oposto e começar a ser visto/sentido como aborrecido.

Por tudo que até aqui foi dito, importa acentuar que, apesar de as redes sociais poderem constituir um meio onde o adolescente consegue estabelecer muitas relações interpessoais, é importante não descuidar as amizades reais. A sobrevalorização de umas em detrimento de outras, pode causar dificuldades em dar resposta aos desafios da vida real.

Além disso, as redes sociais permitem a projeção de características idealizadas, que não correspondem necessariamente ao que o adolescente é ou como se sente. Por exemplo, um jovem pode colocar uma mensagem ou uma fotografia, que transmite uma enorme autoconfiança e alegria, quando na realidade se sente inseguro e desanimado. Este facto pode levar a que os jovens, mesmo com inúmeros amigos nas redes sociais, se sintam extremamente incompreendidos e sós.

Cabe então aos pais a tarefa de conversarem com os filhos sobre as amizades deles, com o objetivo de tentarem perceber se de facto estes têm amigos com quem podem contar, na escola e nas redes sociais. Caso a maior parte das relações sejam virtuais, torna-se urgente ajudá-los no desenvolvimento das competências sociais, de forma a poderem conquistar amigos no mundo real.

Cuidados a ter:

Os perigos das redes sociais decorrem do modo como são usadas. Aconselhe o seu filho a...

- Ser criterioso na escolha dos amigos a adicionar. Não aceite toda a gente só para fazer número.

- Acionar as ferramentas de segurança, de modo a não deixar o perfil à mercê de todos os olhares e visitas

- Não publicar fotografias em roupa interior ou em poses sensuais.

- Não misturar audiências, ou seja, não adicionar pessoas com as quais mantém diferentes tipos de relação (professores, colegas, família) ou então fazer listas separadas.

- Ter cuidado ao adicionar figuras públicas. Existem muitos perfis falsos e não se sabe muito bem quem está por detrás deles.

- Caso seja abordado/a por alguém desconhecido que lhe prometa algo em troca de um encontro presencial, nunca ceda e conte sempre a um adulto.

Carla Pinhal
Psicóloga

O DESEQUILÍBRIO DAS FUNÇÕES 2ª Parte

O grande número de mulheres que sofrem de vários transtornos durante a menstruação, o que têm chegado a generalizarem a crença de que estes transtornos são mais ou menos normais. Este erro tem sido causa de frequentes descuidos no tratamento oportuno que só é verdadeiramente resolvido pela Naturopatia. A menstruação é um fenómeno inteiramente normal e, como não dá, em mulher verdadeiramente saudável, lugar a sofrimentos nem perturbações de nenhuma espécie. O contrário é sinal evidente de distúrbios mais ou menos profundos, no próprio aparelho genital ou em outros pontos do organismo. A gravidez constitui um processo anátomo-fisiológico natural perfeitamente definido e, portanto, o organismo sujeito a condições normais, deve dispor de todas as faculdades que garantem o curso favorável, sem perturbações,

sofrimentos nem enfermidades, deste período. Os partos repetidos não prejudicam nem envelhecem a mulher, mas sim a má higiene de vida seguida antes e durante a gestação. Não basta, todavia, que por meio do sangue materno cheguem ao feto todas as substâncias necessárias para o perfeito desenvolvimento de todos os órgãos da criança, é indispensável, além disso, evitar que cheguem a ela substâncias tóxicas procedentes do corpo da mãe. Sobre estas duas condições fundamentais descansa o perfeito desenvolvimento do feto e as melhores garantias para a boa saúde futura da criança. Um equívoco muito corrente consiste em desejar que as crianças, ao nascer sejam gordas e pesem muito. O volume excessivo costuma ser uma nova abundância de gordura e de substâncias não normais. Tanto ao nascer, como em todas as épocas da vida, o

que conta para a saúde e robustez é a qualidade dos tecidos e não a sua quantidade. Um dos maiores erros cometidos foi o de recomendar à mulher grávida que pratique regime de verdadeira superalimentação muitas vezes com alimentos não específicos. A superalimentação da mãe origina, frequentemente, o desenvolvimento excessivo do filho, o que pode aumentar as dificuldades do parto, especialmente se a cabeça do feto participa deste excesso de desenvolvimento. Somente a alimentação específica racional e uma higiene naturopática bem dirigida, poderá salvar a humanidade enferma, e devolver novamente vitalidade e capacidade reativa indispensável para uma boa saúde.

Joel Figueiredo
Osteopata

Velocípedes – Normas básicas de circulação

Tendo em conta que, há uma maior percentagem de jovens a utilizar velocípedes como meio de transporte, e como estes são a faixa etária mais aventureira, em geral, temos como objectivo principal relembrar algumas situações que devem evitar quando estão a deslocar-se de velocípede, a fim de evitar acidentes.

Situações a evitar:

Utilizar certos aparelhos



Levantar uma das rodas em circulação



Circular com as mãos fora do guiador ou pés fora dos pedais



Conduzir sobre efeito de álcool



Fazer-se rebocar



Atitude a adoptar:

Os condutores de velocípedes devem adoptar medidas de precaução, de forma a serem vistos, facilmente pelos outros utentes da via.

Devem posicionar-se o mais à direita possível, numa posição mais favorável à sua visibilidade, confirmar sempre que estão a ser vistos e devem proceder à devida sinalização de forma clara, a fim de indicarem a sua intenção de mudar de via (por exemplo).

Fonte: Mónica Neto, Escola de Condução de Monte Redondo

Síndrome de Locked-In

A Síndrome do Encarceramento, ou Síndrome de Locked-In, é uma doença neurológica rara, em que ocorre paralisia de todos os músculos do corpo, com exceção dos músculos que controlam o movimento dos olhos ou das pálpebras. Nesta doença, a pessoa fica preso dentro do seu próprio corpo, sem conseguir movimentar ou comunicar, porém mantém-se consciente e intelectualmente ativo.

As causas da Síndrome do Encarceramento podem ser lesões cerebrais traumáticas, sobredosagem de medicamentos, esclerose lateral amiotrófica, traumatismos craniados, meningite ou hemorragia cerebral. Nesta síndrome, as informações que o cérebro emite para o corpo não são captadas pelas fibras musculares e o corpo não responde. A Síndrome do Encarceramento não tem cura, porém existem procedi-

mentos que podem ajudar a melhorar a qualidade de vida.

Os principais sintomas da síndrome são:

- Paralisia dos músculos do corpo;
- Incapacidade de articular palavras;
- Dificuldades na deglutição;
- Incapacidade de mastigação;
- Membros rígidos e esticados.

Geralmente, os doentes apenas conseguem movimentar os olhos para baixo e para cima, pois os movimentos horizontais dos olhos estão comprometidos. Mantem-se a consciência e a sensibilidade à dor, embora não consigam comunicar nem fazer qualquer movimentação.

O diagnóstico da Síndrome do Encarceramento é feito com base nos sinais e sintomas apresentados e com auxílio de exames de diagnóstico como ressonância magnética ou tomografia com-

putadorizada.

A Síndrome do Encarceramento não tem cura, sendo o prognóstico da doença bastante reservado, pois é muito raro o doente conseguir recuperar alguma da sua capacidade motora e movimento dos músculos. A maior parte dos indivíduos morrem no primeiro ano após ter surgido a doença. As principais causas de morte na síndrome do encarceramento são as complicações pulmonares, que podem ocorrer devido à aspiração da saliva (resultante da disfagia e do comprometimento do reflexo da tosse). Complicações como a pneumonia são comuns. Além disso, a falta de movimentação do corpo do paciente pode predispor à embolia pulmonar.

Enf.^a Eliana

Próteses Removíveis

O que são Próteses Dentárias?

São dispositivos que permitem substituir dentes e outras estruturas orais (gengiva e osso) com o restabelecimento da função estética, fonética e mastigatória. Estas dividem-se em próteses removíveis e fixas.

O que são Próteses Totais Removíveis?

Se perdeu todos os seus dentes naturais, as próteses totais podem substituir os seus dentes e o seu sorriso. A prótese total convencional é feita e colocada na boca do paciente após a remoção dos últimos dentes presentes na boca e assim que os tecidos estiverem cicatrizados, o que pode levar alguns meses. Uma prótese total imediata é inserida na boca assim que removerem os dentes remanescentes. Com este tipo de próteses, o paciente não tem que passar nenhum período sem dentes, mas vai necessitar de reajustar passado poucos meses.



O que são Próteses Parciais Removíveis?

Em situações de ausência de alguns dentes e em que os dentes remanescentes são saudáveis pode optar por este tipo de prótese.

É uma prótese de estrutura metálica ou acrílica para suporte de dentes artificiais, destinada a restabelecer as funções orais: mastigação, estética, fonética, assim como, a estabilização e prevenção de outros problemas nos

dentes remanescentes.

As minhas Próteses vão Precisar de ser Substituídos?

Com o passar do tempo as próteses vão precisar de ser reajustadas ou feitas umas novas devido ao desgaste pelo uso normal. As próteses poderão ter que ser substituídas quando começam a ficar soltas na boca e/ou apresentam um significativo desgaste dos dentes. As próteses

começam a ficar desadaptadas porque a sua boca vai naturalmente alternando com a idade, perdendo osso e gengiva. Próteses desajustadas, que causam irritações constantes após um longo período, podem contribuir para o aparecimento de feridas, pelo que não deve usar uma prótese desajustada muito tempo.

Cuide da Sua Saúde Oral!...

Assistente Dentária;
Dora Patrício!



granicentro

visite-nos junto à
EXPOSALÃO



» CAMPAS E JAZIGOS

» MÁRMORES E GRANITOS

PARA CONSTRUÇÃO CIVIL



Situada na zona da Batalha e especializada na transformação e comercialização de Mármore e Granitos desde 1986, a GRANICENTRO é uma referência no mercado quer pela qualidade dos seus materiais quer pelo serviço que presta aos seus clientes. Prestígio, credibilidade e confiança são alguns dos atributos associados a estes 25 anos de experiência, ao longo dos quais temos apostado na personalização e diferenciação do nosso leque de produtos.

Na GRANICENTRO encontra variedade, qualidade e os preços mais competitivos do mercado ao nível de:

- Campas;
- Jazigos
- Pavimentos;
- Lareiras;
- Cantarias para construção.

Gerente: Luis Filipe Miguel

Casal da Amieira, Apartado 201

Telmo: 919 937 770

Site: www.granicentro.pt

2440 – 907 Batalha

Tel: 244 765 217

Mail: granicentro@granicentro.pt

Fax: 244 765 529

