

**REPORTAGEM**

Mariana Branco representa distrito de Leiria na final do Campeonato Nacional de Leitura

P. 6 a 7

FLASH

“Toca a Malhar” participa no maior cachecol do mundo

Guinness World Records

P. 2

EDUCAÇÃO

Férias em Movimento - Páscoa

P. 4

ASSOCIATIVISMO

Venha correr e pedalar com Os Defensores

P. 10

“Toca a Malhar” participa no maior cachecol do mundo – Guinness World Records

O grupo “Toca a Malhar”, iniciado em 9 de outubro de 2015, caracteriza-se por ser um atelier colaborativo de tricot. Conta com mais de vinte participantes ativas de várias idades que, todas as sextas feiras, na Sede da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, se encontram para trocar ideias, técnicas e aprendizagens na área do tricot. Já foram realizados inúmeros trabalhos no atelier, e neste momento o grupo encontra-se empenhado num novo desafio: a participação num recorde mundial – Guinness World Records – do maior cachecol do mundo, que terá nem mais nem menos do que... 55 km!

Este novo desafio é promovido pela Associação Arte Nova, sediada



em Ílhavo – Aveiro, em parceria com a Santa Casa da Misericórdia, a quem reverterá o prémio, caso o objetivo seja atingido. A Associação Arte Nova tem como principal objetivo contribuir para a dignificação dos artesãos e das atividades artesanais, do comércio de proximidade, das indústrias criativas e do design. Esta iniciativa

encontra-se aberta a todos os interessados e a participação de cada um é muito simples basta:

- Ter gosto e conhecimento na área do tricot;
- Tricotar 1.20 cm de comprimento por 0.20 cm de largura;

Se preferir executar o trabalho no grupo “Toca a Malhar” as nossas “portas” estão abertas a todos

os interessados, basta apenas contactar-nos através do número 244 685 328, ou simplesmente visitar o atelier numa sexta-feira, pelas 21h00, na sala de formação por baixo das instalações Sede da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira.

Todos são bem vindos. Vamos participar no maior cachecol do mundo?

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
 ACDRC Sismaria
 CAF Monte Redondo
 Carla Pinhal
 Estela Jordão
 Inês Carvalho Pinto
 J1 Monte Redondo
 Marta Rodrigues
 Mónica Gama
 Os Defensores
 Tunning Brothers

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



A "Horta do Sr. Lobo"

Com a chegada da nova estação a "PRIMAVERA", resolvemos fazer uma "HORTA" no nosso CENTRO ESCOLAR.

1º Elaboramos um pequeno projeto:

Onde fazer?

Como preparar a terra?

Que plantas iríamos plantar?

Qual o nome para nossa HORTA?

2º Solicitamos a Junta de Freguesia para ajudar na preparação do espaço.

3º Fomos à Feira mensal dos "29" comprar as plantas com as crianças.

4º Mãos à obra !

Num lindo dia de sol, todas as crianças saíram das salas e fomos para o sítio da nossa horta, que fica situado junto ao campo de futebol.

Começamos por organizar o espaço com canteiros, uns para as plantas AROMÁTICAS, outro para os VEGETAIS, outro para os MORGUEIROS e também



um para as FLORES.

É de salientar a colaboração da Mãe da ALICE da sala dois que trabalha na GERMIPLANTA, com a oferta de muitas flores tais como: Alegrias; Begónias; Amores-perfeitos; Malmequeres; etc..., o que muito as crianças agradecem.

Algumas crianças participaram na plantação e na rega da nossa horta, enquanto outras brincavam na terra a fazer desenhos com pauzinhos a imitarem os canteiros com as plantas. Divertiram-se muito, foi uma alegria ...

No dia seguinte foi uma surpresa porque choveu e não

foi necessário regar a horta, mas as crianças pediram para irmos ver como estava a horta do SR. LOBO!

Centro Escolar de Monte Redondo

Os meninos do Jardim de Infância Sala/1 Sala/2 Sala /3

No Colégio Dr. Luís Pereira da Costa

Estuda-se a Praia do Pedrógão

No passado dia 3 de março, os alunos do 10.º ano do Curso de Ciências e Tecnologias do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa deslocaram-se até à Praia do Pedrógão, a fim de realizarem o Coastwatch, uma atividade que é feita, todos os anos, pelos alunos do colégio, e que é, inequivocamente, bastante importante.

O Coastwatch trata-se

de uma visita de estudo, na qual os alunos estudam a zona costeira, neste caso, da Praia do Pedrógão. É uma atividade realizada a nível europeu e até mesmo mundial, que tem como objetivo obter uma análise de todo o litoral do planeta, incluindo-se aspetos como a erosão costeira e a quantidade de lixo e matérias inorgânicas, deixadas ao longo da costa; rastros

e marcas da poluição e a quantidade de animais mortos, entre outros. São preenchidos, assim, questionários que são enviados para o GEOTA - Grupo de Estudos de Ordenamento do Território e Ambiente. Trata-se de uma iniciativa que, na nossa praia, permite a observação de bons fósseis, devido à erosão costeira. Este ano, manteve-se a grande dimi-

nuição da quantidade do lixo, encontrada no areal, comparativamente à dos outros anos.

Para o ano, esta responsabilidade ficará a cargo dos atuais alunos do 9.º ano, que escolherem o Curso de Ciências e Tecnologias, esperando-se que os resultados sejam cada vez melhores!

Professora Estela Jordão

Férias em Movimento - Páscoa

Foram, sem dúvida, umas férias em grande!



As férias da Páscoa na União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira foram recheadas de brincadeiras e surpresas. Para além das atividades realizadas em cada uma das unidades de Complemento de Apoio à Família - CAF da Freguesia, as crianças das duas valências voltaram a reunir-se para passar dois dias cheios de energia e brincadeira.

Na primeira semana de férias as crianças da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira passaram o seu dia no Centro Escolar de Monte Redondo. Na parte da manhã, os dotes culinários foram postos à prova com a confecção do “Bolo da Caneca”, uma receita simples para um bolo delicioso. Depois



de almoço, o grupo partiu “À descoberta de Monte Redondo”. A atividade consistiu numa visita guiada por alguns locais e serviços da Freguesia onde as crianças encontraram muitas surpresas.

A primeira paragem foi no Posto dos Correios de Monte Redondo onde, para além de poderem conhecer melhor o trabalho no local, o grupo teve oportunidade de lidar com alguns objetos de trabalho dos CTT, como por exemplo, os carimbos e autocolantes postais com os quais decoraram uma caderneta de registo usada para o efeito. Terminada a visita partiram à descoberta da Estação de Monte Redondo. Esta visita foi guiada por um membro da direção da Associação “Os



Defensores” que, para além de dar a conhecer a Associação, mostrou e explicou a história do espaço, finalizando o momento com a oferta de réplicas de bilhetes antigos às crianças. Depois da passagem por este local emblemático da Vila, os meninos dirigiram-se à GNR – Posto Territorial de Monte Redondo. Depois de reunidos numa sala o grupo assistiu a alguns vídeos didáticos sobre o que fazer em casos de emergência. Após todas as questões esclarecidas, as crianças tiveram oportunidade de vestir alguns materiais dos agentes da autoridade, bem como entrar nos seus carros de serviço “usando e abusando” das sirenes que deles fazem parte, e que tanto as fascinam. Depois do lanche

na Praça Central, onde os bolos confeccionados de manhã foram devorados, o dia terminou com uma visita das crianças à Sede da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira. Aqui puderam conhecer o que se faz numa Junta de Freguesia, esclarecer dúvidas e até ser Presidente por breves momentos! A despedida foi feita com a entrega de um certificado de participação e de uma guloseima, deixando assim “apetite” por mais momentos assim.

Para acabar as férias da melhor forma possível, no dia 01 de abril as crianças de ambas as valências da CAF reuniram-se novamente e desta vez foram visitar a cidade de Leiria. Da parte da manhã puderam conhecer alguns locais da cidade como a Sé de Leiria, o Centro Histórico e a fachada da casa onde morou Eça de Queiroz. Depois deste belo passeio ainda houve tempo para brincar no Parque do Avião, onde decorreu o almoço. Já da parte da tarde, pelas 15H35, o grupo assistiu ao filme “Panda do Kung 3”, que, segundo eles, foi “brutal” e “muito giro”, dando, assim, como encerradas as Férias em Movimento – Páscoa.

A Primavera chegou à CAF do Centro Escolar de Monte Redondo!

A Primavera já chegou e por isso não podíamos deixar de assinalar a entrada desta estação tão colorida. A Porta da Primavera foi uma ideia da nossa Monitora da CAF. Com a ajuda da Isabel decorámos a porta da nossa sala da CAF a nosso gosto. Para o trabalho usámos vários materiais: velcro, cartolina, eva, canetas de feltro, uma cola própria para não estragar a porta, e depois de pormos mãos à obra o resultado foi magnífico! Vejam!

Meninos da CAF de Monte Redondo



No Colégio Dr. Luís Pereira da Costa

Não se aprende sem se ir à descoberta...

Nos dias 8 e 9 de maio, os alunos do Curso de Línguas e Humanidades do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa rumaram a sul à descoberta da costa alentejana. Esta saída de campo – Geokid - realiza-se no âmbito da disciplina de Geografia A e cumpre-se desde 1997/98; há, portanto, 19 anos. Os objetivos desta atividade prendem-se com a observação local dos fenómenos estudados nos 10.º e 11.º anos de escolaridade.

Este ano, os alunos tiveram a oportunidade de visitar o Porto de Sines com uma guia que os levou a todos os terminais: granéis líquidos, petroquímico e de contentores. “É o principal porto na fachada ibero-atlântica, cujas características geofísicas têm contribuído para a sua consolidação como ativo estratégico nacional, sendo, por um lado, a principal porta de abastecimento energético do país (petróleo e derivados, carvão e gás natural) e, por outro, posiciona-se já como um importante porto de carga geral/contentorizada com elevado potencial



de crescimento para ser uma referência ibérica, europeia e mundial”, mencionou.

Continuando pela costa vicentina, os alunos puderam distinguir a costa alta da costa baixa e outras formas do litoral estudadas na aula. Ficaram a conhecer povoações mais turísticas, mas outrora mais piscatórias, como Porto Covo e Vila Nova de Milfontes.

Nesta saída de campo realizou-se um percurso pedestre no Parque Natural do Sudoeste Alentejano. A Câ-

mara Municipal de Odemira disponibilizou-se a conduzir os alunos no percurso “Lapa das Pombas” da costa vicentina: “Os perfis serrilhados de altas arribas mergulhando nas águas espumosas, as praias que se prolongam terra adentro em dunas extensas e as conchas de areia bordejadas por rochas altaneiras. Entre muito mais, isso traduz o fascínio de uma paisagem que fala de tempos imemoriais e quase faz esquecer a presença humana. Isso significa uma

oportunidade para apreciar centenas de plantas no seu habitat natural, numa atmosfera carregada de sol e silêncio onde se encontra um verdadeiro paraíso!” – foi referido.

Na certeza de que, para o próximo ano, os nossos Geokids descobrirão outras surpresas no nosso país fica a ideia de que “esta foi uma das melhores visitas de estudo de sempre e de que não se aprende Geografia sem se ir à descoberta!”

Mónica Gama

Quem pode aplicar pesticidas e herbicidas?

A aplicação de produtos fitofarmacêuticos (pesticidas e herbicidas) na agricultura, jardinagem e outras atividades, tem suscitado muitas dúvidas. A necessidade de fazer formação é das questões mais polémicas. Explicamos em três pontos o que está em causa.

1) Quem tem de fazer formação para aplicar produtos fitofarmacêuticos?

Qualquer pessoa que pretenda utilizar produtos fitofarmacêuticos expressamente rotulados de uso profissional (embora o artigo 2.º da Lei 52/2013, de 11 de abril, refira especificamente os “utilizadores profissionais”). Quem estiver inscrito numa ação de formação até 31 de maio pode aplicar produtos fito-

farmacêuticos de uso profissional. Quem tiver aproveitamento nesta primeira fase, obtém o cartão de aplicador, válido por dois anos, período durante o qual o interessado tem de completar a formação. O preço das ações de formação varia conforme a entidade ou empresa formadora, mas oscilam em média entre 60 e 150 euros.

2) Quem está dispensado de fazer formação?

Os agricultores com idade igual ou superior a 65 anos, em 16 de abril de 2013, poderão, em alternativa à realização dos cursos específicos existentes, realizar uma prova de conhecimentos, obtendo assim o cartão de aplicador de produtos fitofarmacêuticos. Esta prova

custa 12,50 euros.

3) Quem pode utilizar produtos fitofarmacêuticos de uso não profissional?

Qualquer pessoa, sem necessidade de formação ou autorização específica, desde que utilize produtos fitofarmacêuticos expressamente rotulados para uso não profissional. Esta aplicação destina-se apenas a plantas de interior, hortas (não superiores a 500m² e cuja produção se destina exclusivamente ao consumo do agregado familiar) e jardins familiares.

Notícia transcrita na íntegra do jornal Região de Leiria, disponível em: www.regiaodeleiria.pt/blog/2016/04/10/quem-pode-aplicar-pesticidas-e-herbicidas/

Concurso Nacional de Leitura

Mariana Branco representa o distrito de Leiria na final nacional

No passado dia 13 de abril, teve lugar, em Leiria, a 10.ª edição da Fase Distrital do Concurso Nacional de Leitura, organizado este ano pela Biblioteca Afonso Lopes Vieira. Num universo de mais de 100 alunos de escolas de todo o distrito de Leiria, a aluna Mariana Branco, de Monte Redondo, e aluna do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa conquistou o primeiro lugar na categoria do ensino secundário e irá representar o distrito de Leiria na final nacional com os alunos vencedores dos restantes 17 distritos do país.

Os alunos tiveram de realizar uma prova escrita sobre as obras «O Monge que vendeu o seu Ferrari» de Robin Sharma e sobre os contos «A Galinha» e «A Palavra Mágica» de Vergílio Ferreira. Cinco alunos foram apurados para a Prova Oral, ao longo da qual tiveram de realizar uma pequena dramatização sobre uma personagem dos textos lidos, uma declamação de um poema e argumentar sobre um tema proposto pelo júri. A Mariana teve um excelente desempenho em todas as provas, o que a levou a vencer esta fase do con-



curso.

Os prémios foram entregues pelo senhor Presidente da Câmara Municipal de Leiria, Dr. Raul Castro e pela senhora Vereadora da Educação, Dra. Anabela Graça.

A prova final terá lugar no final do ano letivo, em data ainda a definir, e será transmitida pela RTP.

O CNL é hoje a principal iniciativa do Plano Nacional de Leitura em que a DGLAB participa na qualidade de entidade coordenadora das Provas Distritais, realizadas por Bibliotecas Públicas Municipais.

Este Concurso de âmbito nacional desenvolve-se em três fases distintas. Durante a 1.ª fase, os concorrentes do 3.º Ciclo do Ensino Básico e do Secundário candidatam-se através das respetivas escolas. No início do 2.º trimestre, cada escola designa os três alunos vencedores em cada Ciclo e são esses os candidatos às Provas Distritais.

As provas distritais são anualmente realizadas por uma Biblioteca Pública Municipal e têm lugar depois das férias da Páscoa. Obedecem a um formato o mais possível

semelhante ao da Prova Nacional, ou seja, detêm uma forte componente de espetáculo, que integra um apresentador, prestações em palco por parte dos jovens concorrentes, um momento artístico (dança, teatro ou música) oferecido pelos jovens do conselho responsável pela Prova Distrital, um lanche ou um almoço de convívio entre adultos e adolescentes, e a distribuição de prémios, para além do diploma de participação.

A realização deste evento, da responsabilidade de uma Biblioteca Pública Municipal, obriga anualmente à organização de equipas constituídas por cerca de uma dezena de técnicos e especialistas voluntários, bem como à constituição de dezeto Júris para os quais são convidadas cerca de 40 personalidades conhecidas no meio literário e cultural regional ou nacional.

A programação do CNL Distrital, considerada já um salto qualitativo na promoção da leitura no nosso país, implica uma organização específica e

ginástica SÉNIOR

MONTE REDONDO

3ª Feiras, pelas 10H00, no Salão Paroquial

CARREIRA

4ª e 6ª Feiras, pelas 10H00, na Censocar (Edifício da Junta de Freguesia)

**Tem mais de 65 anos?
Participe! É gratuito!**

MONTE REDONDO
CARRERA

ONDE A VIDA ACONTECE



DESIGN BY
MARTA RODRIGUES

complexa, que é acompanhada de perto pela DGLAB. Este acompanhamento inicia-se com uma reunião realizada em Lisboa, com os responsáveis pelas 18 Provas Distritais, onde se discutem os procedimentos necessários à realização da prova, com base num conjunto de documentos que a DGLAB previamente fornece a cada responsável.

A presença da DGLAB na Prova Distrital, bem como a da RTP, que na qualidade de parceira do PNL realiza uma reportagem por cada Biblioteca, asseguram a promoção deste Concurso que constitui simultaneamente uma formação em eventos de promoção da leitura realizada por Bibliotecas Públicas para um público de centenas de pessoas.

A abertura oficial da 10.ª edição do Concurso Nacional de Leitura (2015/2016) teve lugar a



20 de outubro de 2015. O âmbito nacional do CNL e a respetiva adesão de adolescentes e professores abrange presentemente cerca de 2500 alunos do 3.º Ciclo do Ensino Básico e do Secundário, e cerca 1000 professores e acompanhantes. As regi-

ões autónomas da Madeira e dos Açores também participam, assim como as escolas no estrangeiro tuteladas pelo Instituto Camões.

No conjunto das Provas da 1.ª e da 2.ª fases, todos alunos que decidirem participar no CNL te-

rão lido em média quatro títulos, selecionados de um universo de centenas de títulos da edição corrente, adaptados às respetivas idades, dos 13 aos 15 anos e dos 16 aos 18 anos, respetivamente.

Ana Carla Gomes

«Ter ganho o concurso do Plano Nacional de Leitura, entre tantos jovens leitores, foi, sem dúvida, inesperado, mas, sobretudo, gratificante! Considero que este tipo de iniciativas é bastante importante, pois não só incentiva à leitura, a nós jovens, dando-nos a conhecer o poder dos livros, como também nos proporciona momentos diferentes, ao longo do decorrer da rotina de um ano letivo, despertando em nós um espírito competitivo saudável!



Quanto à estrutura e organização do concurso posso dizer que, em comparação ao ano passado, me agradou! Iniciou-se com uma prova escrita, acerca da obra e contos que nós, participantes, havíamos lido. À fase oral passaríamos apenas cinco concorrentes e, para minha surpresa, eu fui um deles. Desta vez, colocaram à prova as nossas capacidades de argumentação, declamação e dramatização, o que, não posso negar, foi o maior desafio, por estarmos perante um público e um júri que nos avaliaria.

Não podia ter ficado mais feliz e, simultaneamente, admirada, quando percebi que tinha ganho, porque, apesar de haver sempre esperança na vitória, esta não passava de uma possibilidade remota, pois tinha noção de que era difícil! Foi o momento alto do dia, reflexo da enorme confiança que as professoras, Ana Carla Gomes e Sara Soares, tinham e, por isso, e por todo o carinho que se seguiu por parte de muitos, muito obrigada!

Agora, apesar do nervosismo, é esperar que a próxima etapa chegue!»

Mariana Branco

COMPRAR O TEU BILHETE NA JUNTA DE FREGUESIA DE MONTE REDONDO E CARREIRA!

LEIRIA FESTIVAL
2016 12 A 14 MAIO
ESTÁDIO MUNICIPAL DE LEIRIA

12 MAIO
NICE WEATHER FOR DUCKS
RUI VELOSO
DJ MIGUEL CHAGAS
DJ PEDRO LOTHAR

13 MAIO
WHALES
DENGAZ
EXPENSIVE SOUL
DJ WILSON HONRADO

14 MAIO
FEW FINGERS
AGIR
OS AZEITONAS

BILHETE DIÁRIO 10€
PULSEIRA 3 DIAS 25€

ELABORADO: ESTÁDIO MUNICIPAL DE LEIRIA - ESTÁDIO JOSÉ LUIZ DA SILVA
PÚBLICO DE FREGUESIA - NEGÓCIO DE SANTA ANA (LIVRO) - PÓDIO -
ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES REIS

VEN? OU FICAS?

PORTAS 3 - 9 ABERTURA: 20H00

ESPAÇO CRIAR RÁDIO COMERCIAL 9 SÁBADO 11H30

O Município de Leiria e os seus serviços de auxílio à população

O Município de Leiria tem, ao dispor da população, vários serviços de apoio nas áreas Social e de Saúde. Dentro destes auxílios disponibilizados pelo Município apresentamos os quatro principais: o Banco de Ajudas Técnicas, o Serviço de Teleassistência, o Serviço de Informação e Mediação para Pessoas com Deficiência e o Banco Local do Voluntariado.

O Banco de Ajudas Técnicas do Município de Leiria pretende dar resposta a indivíduos que, por motivos de perda de autonomia física – temporária ou permanente –, necessitam de ajudas técnicas tendo em vista a melhoria dos cuidados e consequente repercussão na qualidade de vida. Esta ajuda é proporcionada através da concessão de equipamentos utilizados (cadeiras de rodas, canadianas, camas articuladas, etc.) com o objetivo de atenuar

as consequências da falta de mobilidade e/ou deficiência. Os indivíduos que possuam incapacidade e/ou deficiência temporária ou permanente, munidos de comprovativo de necessidade de usufruir de Ajudas Técnicas, através da prescrição médica e que não tenham conseguido apoio imediato por via dos serviços de saúde e/ou Segurança Social, poderão usufruir deste apoio por parte do Município. O pedido poderá ser efetuado, em nome do beneficiário, de familiares ou entidades, através de requerimento, em modelo próprio, apresentado no Gabinete de Atendimento Social da CML.

O Serviço de Teleassistência permite minimizar a situação de isolamento social dos utilizadores, sendo determinante na permanência em segurança de pessoas idosas e indivíduos em situação de dependên-

cia e/ou isolamento, no seu domicílio, evitando ou retardando a necessidade de recurso à institucionalização. Este serviço permite aos utilizadores que estejam em situação de emergência de saúde, segurança ou simples solidão contactar (através de um botão de emergência, aliado a um telefone de alta voz) com uma central de assistência (Cruz Vermelha Portuguesa), que ativa os mecanismos necessários para a resolução da situação. Este serviço destina-se a pessoas: com idade igual ou superior a 65 anos; com idade inferior a 65 anos com grau de incapacidade igual ou superior a 60%; que vivam sós ou em situação de isolamento ou, ainda, cujo rendimento per capita do seu agregado familiar seja igual ou inferior a 80% do Indexante dos Apoios Sociais em vigor. O pedido pode ser efetuado mediante preenchimento de formulário disponível no Gabinete de Atendimento Social da CML, e no site www.cm-leiria.pt. O formulário poderá ser apresentado, também, na nossa Junta de Freguesia.

O Serviço de Informação e Mediação para Pessoas com Deficiência tem como objetivos atender os cidadãos com deficiências ou incapacidades e as respetivas famílias, prestar informação sobre direitos, benefícios e recursos existentes, desenvolver uma função de mediação junto dos serviços públicos, desenvolver e valorizar as parcerias locais e ainda divulgar boas práticas de atendimento do cidadão com deficiência ou incapacidade. As pessoas que podem aderir a este serviço são cidadãos com deficiências ou incapacidades e as respetivas famílias, técnicos que intervêm na área da prevenção, reabili-

tação e integração comunitária de pessoas com deficiências ou incapacidades, instituições e serviços que desenvolvam qualquer tipo de atividade no mesmo domínio e, ainda, qualquer cidadão que necessite de informação nas áreas referidas. Para usufruir deste serviço basta contactar a Divisão de Desenvolvimento Social da CML através do atendimento de 2ª a 5ª feira, das 9h00 às 13h00 e das 14h00 às 16h30, do telefone 244 839 500 ou através dos e-mail cmleiria@cm-leiria.pt.

O Banco Local do Voluntariado traz-nos o outro lado das situações de carência e apoios. Sabendo que o voluntariado é uma área de reforço da cidadania e de uma cultura de comunidade, esta iniciativa surge na sequência do desafio apresentado pelo Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado nos finais do ano 2008. Este Banco promove um encontro entre organizações/entidades promotoras de voluntariado e os voluntários, comprometendo-se com o desenvolvimento de ações em prol das pessoas e da comunidade em geral, de acordo com os seus interesses, capacidade e disponibilidade. Qualquer cidadão interessado poderá realizar ações de voluntariado em diversas áreas de intervenção como: Ação Social, Saúde, Educação, Emprego, Reinserção Social, Defesa do Consumidor, Desporto, Justiça, entre outros. Os interessados poderão inscrever-se nas instalações da Câmara Municipal de Leiria de 2ª a 6ª das 9h00 às 16h30. Para mais informações poderá contactar o Banco Local do Voluntariado – Desenvolvimento social, através do 244 839 646 ou, ainda, através do e-mail accasocial@cm-leiria.pt



5.º CONVÍVIO TUNING

TUNING BROTHERS

14 e 15 de maio de 2016

Castelo dos Montijos - Monte Redondo - Leiria

TOPS

TOP 5 BEST OFF
TOP 20
TOP 10 NÉON
TOP 5 FEMININO
TOP 10 ALTERNATIVO
TOP SUPRESA
TOP BEST OFF GROUP

PROGRAMA

SÁBADO

16H00 - ABERTURA DO RECINTO
22H00 - DJ JOEL SOUSA
02H00 - ENCERRAMENTO

DOMINGO

09H00 - ABERTURA DO RECINTO
10H00 - CAMP. SPL. GROUND ZERO
14H00 - AVALIAÇÃO DE TOPS
18H00 - ENCERRAMENTO

CAMPANHA DE TAMPINHAS PARA A ASSOCIAÇÃO "SORRISOS DE JULINHA"

ANIMAÇÃO A CARGO DE **in-prod**
Agency Events Production

APOIOS:



A ORGANIZAÇÃO NÃO SE RESPONSABILIZA POR QUALQUER DANO OCORRIDO NO EVENTO

CONTACTO: SÉRGIO FERREIRA
(SKODAS) - 917 096 219




Motor Clube – Atividades para os meses de abril e maio

Traquinas

Têm vindo a ter encontros com outros clubes sob a forma de torneios, que muito dificilmente serão efetuados em Monte Redondo, em virtude do nosso campo ser em terra batida. Estes Encontros já tiveram lugar em Casal dos Claros e Avelar.

1ª Divisão – Grupo B – Zona Norte 2015/16

CLASSIFICAÇÃO

	P	J	V	E	D	GM	GS	DG			
1	▲	Caseirinhos	14	7	4	2	1	10	7	+3	+
2	▲	GD Ilha	13	7	4	1	2	16	6	+10	+
3	▼	Chão Couce	12	7	3	3	1	6	4	+2	+
4	▲	Motor Clube	9	7	2	3	2	12	12	0	+
5	▼	Almagreira	9	7	3	0	4	10	15	-5	+
6	▲	Alegre e Unido	6	7	1	3	3	9	16	-7	+
7	▼	Meirinhas	5	6	1	2	3	9	10	-1	+
8	▼	AD Ranha	5	6	1	2	3	11	13	-2	+

Sub 12

Data	Hora	Jogo
30/04	11H00	Motor Clube VS G.D. Ilha
14/05	11H00	Motor Clube VS Sp. Pombal "B"

Séniore

Data	Hora	Jogo
08/05	17H00	Motor Clube VS A.C.D. Caseirinhos
21/05	17H00	Motor Clube VS L.G. Chão Couce
29/05	17H00	Motor Clube VS G.A. Unido

Outras Atividades

30/04	Torneio de sueca	
-------	------------------	--

UCSP Norte

A Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Norte abrange as freguesias da Bajouca, do Coimbrão, de Monte Real e Carvide e de Monte Redondo e Carreira. Chamámo-lhe Norte, por abranger as freguesias do norte do concelho de Leiria. Tem como símbolo uma bússola, porque pretendemos elevar os cuidados de saúde da zona e direccioná-los para a Qualidade e Proximidade. A sede da UCSP Norte situa-se na União de Freguesias de Monte Redondo e Carreira e compreende os pólos de Bajouca, Coimbrão, Monte Real e Carvide. Os pólos iniciam actividades às 8h-9h e terminam às 17h-18h. A UCSP Norte coloca ao dispor dos seus utentes Equipas de Saúde: médico de família, enfermeiro de família e secretário clínico.

A 18 de Abril de 2016 inicia-se o alargamento de horário da UCSP Norte, na sua sede, Monte Redondo, das 17h às 20h, período no qual vai decorrer Consulta de Intersubstituição. Esta consulta destina-se para doença aguda, que tenha surgido recentemente e que o médico de família não tenha conseguido resolver no próprio dia, implicando uma avaliação prévia em consulta de enfermagem.



Confuso? Passo a explicar melhor: imagine que acorda com febre e dor de garganta. Dirige-se ao local onde trabalha o seu médico de família. Pede uma consulta do dia, será avaliado pela enfermagem e, por algum motivo, o seu médico já não tem capacidade para o ver ou está ausente. Será então encaminhado pela enfermeira para consulta de intersubstituição, na sede da UCSP, no período das 17h às 20h. Será atendido por um dos médicos que rotativamente assegurará o horário das 17h às 20h. Há determinadas situações que não se enquadram na Consulta de Intersubstituição: se pretende mostrar exames/cartas do hospital, pedir atestados para fins di-

versos, renovar receituário/baixas. Se tem um sintoma que surgiu há muito tempo, agende uma consulta! Ajude-nos a ajudá-lo e a manter a Consulta de Intersubstituição para os casos verdadeiramente graves.

A UCSP Norte não vai ter consulta aberta como a que funcionava nos Marrazes, das 8h às 20h. Acima de tudo, porque a existência de períodos de consulta aberta tão longos prejudicam a normal actividade da Equipa de Saúde, isto é, as consultas programadas de Saúde de Adultos, Planeamento Familiar, Saúde Materna, Saúde Infantil, Hipertensão, Diabetes e de Hipocoagulados. Mais tempo de consulta aberta faz com que o seu

médico e o seu enfermeiro de família tenham menos horário para as actividades programadas que apostam na prevenção da doença, na promoção da saúde e na gestão da doença crónica. Mais tempo de consulta aberta implica longos tempos de espera para o utente, significa não obter os melhores cuidados de saúde, logo é prejudicial para todos!

A UCSP Norte prestará cuidados a cerca de 13800 utentes, encontrando-se ainda, infelizmente, cerca de 1200 utentes sem médico/enfermeiro de família. Os utentes sem médico de família terão ao seu dispor a possibilidade de agendarem consulta de Saúde de Adultos, de Hipertensão, de Diabetes, de Saúde Materna, de Saúde Infantil, de Hipocoagulados e de Planeamento Familiar. Se tiverem doença aguda deverão dirigir-se ao Pólo onde pertencem e serão devidamente encaminhados pelo Secretariado Clínico e pela Enfermagem.

A UCSP Norte compromete-se a melhorar os cuidados de saúde prestados e a acessibilidade à sua Equipa de Saúde. Deixe-nos sugestões de como podemos melhorar!

A Coordenadora da UCSP Norte,

Inês Carvalho Pinto

Venha correr e pedalar com Os Defensores

A Associação Ecológica de Monte Redondo encontra-se a organizar o 2º Trail “OS DEFENSORES” e o 11º BTT “OS DEFENSORES”. Estes eventos decorrerão a 8 de Maio, em Monte Redondo (Leiria) e destinam-se a todos os que gostam de praticar desporto ao ar livre, descobrir novos trilhos e fazer passeios pela natureza. As inscrições já estão abertas em OFFCRO-NO.PT

A partida da meia-maratona BTT (45Km) está marcada para as 9h00, na Estação de Monte Redondo, e o



Trail (22Km) arranca 20 mi-

nutos depois da saída das bicicletas. As provas terminarão no mesmo local, onde será servido o almoço a todos os participantes.

Para além do almoço, dos reforços alimentares e do seguro desportivo, os participantes serão brindados com uma t-shirt comemorativa e terão à sua disposição balneários onde podem tomar banho de água quente. A pensar nos BTTistas, existirá um local preparado para a lavagem de bicicletas.

Em paralelo, Os Defensores prepararam um percurso alternativo de 8Km para os amantes das caminhadas e um de 12Km para quem quiser dar um passeio de BTT mais curto, acompanhado pelos seus familiares e amigos menores de idade. Estes passeios serão guiados por elementos da organização e irão passar pelos prin-

cipais pontos de interesse da Freguesia e das provas que estarão a decorrer em simultâneo, de forma a poderem apoiar os atletas que nelas participam.

Na edição do ano passado os dois eventos reuniram cerca de 500 participantes. Este ano, contamos consigo para ultrapassar este número.

Inscrições:

Trail e BTT: 12,50€

Inclui dorsal personalizado, seguro desportivo, oferta de t-shirt técnica, reforços alimentares e almoço no final.

Passeio Familiar BTT: 7,50€ (gratuito para menores de 12 anos)

Caminhada / Acompanhantes: 5,00 (gratuito para menores de 12 anos)

Inclui reforço e almoço no final, para todos os participantes.

As inscrições podem ser feitas online, com pagamento via Multibanco, através do site OFFCRONO.PT

Para mais informações, os interessados podem aceder à página de Facebook – Os Defensores Monte Redondo – ou contactar diretamente a organização.

Contactos:

E-mail: osdefensores@sapo.pt

Telefones: 969 259 723 / 910 709 094 / 919 159 524

Facebook: /defensores-monterredondo

Esperamos por si!



TEMPORADA DE CONCERTOS

Freguesias de Leiria 2016



MONTE REDONDO E CARREIRA

07 MAIO. 21H00

Salão Paroquial de Monte Redondo

Grupo Coral Ninfas do Lis

Grupo Coral do Ateneu Desportivo de Leiria

ENTRADA LIVRE

ORGANIZAÇÃO



Inscrições e regulamento disponíveis em www.offcrono.pt

Partilha das tarefas domésticas

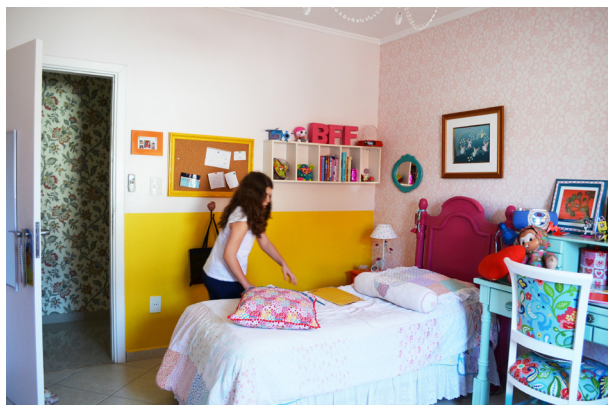
A partir de que idade deve ensinar o seu filho/a a partilhar as tarefas domésticas e quais as tarefas adequadas para cada idade?

Dos 3 aos 6 anos:

- Apanhar os brinquedos depois de os usar;
- Ajudar a arrumar as suas coisas;
- Ajudar a fazer a sua cama;
- Ajudar a arrumar o quarto;
- Ajudar a arrumar a casa de banho depois de tomar banho;
- Ajudar a pôr a mesa (pôr os guardanapos, o pão...)

Dos 7 aos 11 anos:

- Fazer a cama;
- Arrumar o seu quarto;
- Arrumar a casa de banho depois de tomar banho;



- Colocar a roupa suja no cesto;
- Dobrar a roupa que não necessita;
- Guardar e arrumar a roupa limpa;
- Limpar o pó;
- Pôr e levantar a mesa;
- Lavar a loiça do pequeno-almoço e do lanche;
- Fazer pequenos recados;
- Preparar o pequeno-almoço e o lanche;
- Fazer “de ajudante” na cozinha (bater ovos, misturar ingredientes...)

Dos 12 aos 17 anos:

- Mudar os lençóis da cama;
- Encarregar-se do seu quarto (roupa, armário, estantes, etc);
- Aspirar;
- Lavar os pratos;
- Fazer recados;
- Ir às compras (coisas mais simples);
- Despejar o lixo;

- Pôr e tirar a loiça da máquina;
- Pôr a máquina de lavar roupa ou de secar a trabalhar;
- Cozinhar pratos simples;
- Engomar roupa simples;
- Coser roupa simples;
- Ser o “encarregado” de tarefas familiares (arrumar a arrecadação, assegurar que as bicicletas estejam disponíveis e em condições de serem usadas, por exemplo)

Estes são apenas alguns exemplos do que as crianças podem fazer, é uma forma de ajudar os adultos, dá responsabilidade às crianças ou jovens e dá-lhes satisfação por serem capazes de realizar certas tarefas.

Carla Pinhal
Psicóloga



CLÍNICAS

medicis
Dental

CENTRO DE EXCELÊNCIA
BAJOUCA

244 684 600



medicis
Dental

www.medicis.pt | Largo da Feira dos 13

Trabalhos de limpeza e manutenção das Salinas da Junqueira

Tal como estabelecido pela UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura) “O património é o legado que recebemos do passado, que vivemos no presente e transmitimos às futuras gerações. O nosso património cultural e natural é uma fonte insubstituível de vida e inspiração, a nossa pedra de toque, o nosso ponto de referência, a nossa identidade.”

As Salinas da Junqueira são um exemplo de património natural e cultural da nossa Freguesia. Nela estão presentes as memórias passadas da atividade empreendedora de José Duarte Rolo Júnior, um homem visionário, cuidador da sua terra e das suas origens. Este local faz parte da identidade não só do lugar de Sismaria, mas, também, de todos nós, e por essa mes-



ma razão há que preservá-lo, cuidá-lo, dar-lhe o seu devido valor e promovê-lo, adequadamente, para que as gerações vindouras o identifiquem, igualmente, como parte da sua identidade e do seu passado.

A União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, em parceria com o Município de Leiria, está, atualmente, a realizar trabalhos de profunda limpeza e manutenção das Salinas da Junqueira, com vista à

sua preservação e promoção. Neste momento, já foram executados trabalhos de limpeza do espaço, nomeadamente corte de ervas, e dentro em breve realizar-se-á reparação total dos passadiços de madeira.

Este investimento é fundamental para a preservação e promoção deste local carismático, no entanto, é essencial que todos participem ativamente na sua preservação para que todos possam desfrutar deste magnífico espaço.

Com a aproximação do verão este local será ideal para as famílias viverem a natureza de uma forma intensa porque as Salinas proporcionam, sem dúvida, um despertar de todos os sentidos.

As Salinas são de todos nós! Preserve-as!



granicentro

- » CAMPAS E JAZIGOS
- » MÁRMORES E GRANITOS PARA CONSTRUÇÃO CIVIL

visite-nos junto à **EXPOSALÃO**



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: Luís Filipe Miguel
 Casal da Amieira, Apartado 201 2440 – 907 Batalha
 Telm: 919 937 770 Tel: 244 765 217 Fax: 244 765 529
 Site: www.granicentro.pt Mail: granicentro@granicentro.pt

