



REPORTAGEM

S. Bernardo Tour

P. 6

FLASH

Descobrir
a Junta
de Freguesia

P. 2

CULTURA

Museu Ativo - Idosos
da Freguesia visitam
o Museu de Leiria
e o Moinho do Papel

P. 8

ASSOCIATIVISMO

Motor
Clube de
Monte Redondo

P. 9

Descobrir a Junta de Freguesia

Os meninos e meninas do 3º ano do Centro Escolar de Monte Redondo visitaram, no passado dia 11 de outubro, as instalações da sede da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira para entrevistar a Presidente Céline Gaspar e assim descobrir mais sobre a Junta e a própria Freguesia. Com as perguntas na ponta da língua, questionaram sobre o funcionamento da Junta, sobre os órgãos que compõe a Freguesia bem como marcos importantes da mesma.

Um bem-haja por esta iniciativa que proporciona um melhor conhecimento da Freguesia por parte das crianças que nela estudam. Estaremos sempre de portas abertas!



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
 Carla Pinhal
 Casa da Criança Maria Rita Patrocínio Costa
 Dr. André Pires
 Dra. Inês Carvalho Pinto
 Melanie Magalhães - DECO
 Mónica Gama
 Motor Clube

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

desde 1987

Educação

centro de formação e educação canina

WORKSHOP

vida de cão!

RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES 9H30

A SOCIALIZAÇÃO
 CONCEITO, PERÍODO E IMPORTÂNCIA PARA A ESTABILIDADE DO ANIMAL

COMUNICAÇÃO : LINGUAGEM CORPORAL
 O QUE ELES NOS DIZEM?
PRINCÍPIOS DE APRENDIZAGEM
 DA TEORIA À PRÁTICA

TREINO COM REFORÇO POSITIVO
 CONCEITO, MÉTODO E APLICABILIDADE

PRINCÍPIOS BÁSICOS DE PRIMEIROS SOCORROS NOS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO
 O QUE PODEMOS FAZER EM CASA:
 - DRA. JULIANA CARREIRA E O DR. PATRIC VIEIRA
TRUQUES E HABILIDADES – O MEU CÃO, UMA ESTRELA!

ENCERRAMENTO DO WORKSHOP 18H00

** OS PARTICIPANTES DEVEM TRAZER REFORÇOS (SALSICHAS, BISCOITOS HÚMIDOS, QUEIJO,...), CLICKER (TAMBÉM HAVERÁ À VENDA)

*** DEVIDO AO RESPEITO QUE TEMOS PARA COM ANIMAIS, NÃO SERÃO ACEITES INSCRIÇÕES DE CÃES COM PROBLEMAS DE AGRESSIVIDADE, POIS PODEM POR EM CAUSA O AMBIENTE ENVOLVENTE

LOCALIZAÇÃO: 5ª COMPANHIA DE MONTE REDONDO DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE LEIRIA
 ESTRADA NACIONAL 109 - MONTIJOS - 2425-618 MONTE REDONDO
 CONTACTOS | ELODIE: 918576734 | VASCO: 916271233
 E-MAIL: EDUCACAO.LEIRIA@GMAIL.COM
 HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EDUCACAO.LEIRIA

PATROCÍNIOS:

DOG TALK

LUPO SAN

MONTE REDONDO, CARREIRA

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE LEIRIA

APOIO:

Sênior + Ativo: Consumidor Informado. Consumidor Protegido

Estima-se que, Em 2050, em Portugal mais de 30% da população terá mais de 65 anos. Infelizmente, sabemos que em Portugal uma parte da população sénior se encontra numa situação de maior vulnerabilidade social e económica, necessitando de mais informação para obter os melhores benefícios que se encontram disponíveis (tarifas sociais, serviços mínimos bancários...)

Neste sentido, a DECO considera urgente reforçar a informação a formação dos consumidores séniores. Assim, durante o mês de Outubro e Novembro desenvolvemos a Campanha "Sênior +Ativo: consumidor informado/ consumidor protegido", com o apoio do Fundo para a Promoção dos



Direitos dos Consumidores. As velhices são múltiplas esclarecemos não só os consumidores com mais de 65 anos mas também os cuidados informais com mais de 50 anos.

Desta forma, realizar-se-ão, nesse período, workshop-sinformativos sobre vários temas, nomeadamente Saber comprar - Conselhos e cuidados a ter nas compras; Alerta - práticas enganosas e agressivas; Serviços essenciais - os seus direitos enquanto sénior; Lar doce lar - os seus direitos enquanto sénior; lazer e turismo - Direitos e benefícios para seniores; Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento Ativo; Serviços Financeiros - cuidados e benefícios para seniores.

A Delegação Regional de Coimbra desenvolverá respetivos Workshops em várias

entidades localizadas sua área territorial: Coimbra (Nova Acrópole, ANAI, Liga dos Combatentes, Câmara Municipal da Lousã, Fundação ADFP); Viseu (Câmara Municipal de Penedono, Câmara Municipal de Sernancelhe, Câmara Municipal de Vouzela, Câmara Municipal de Mangualde); Castelo Branco (EAPN-Rede Anti Pobreza, Universidade Sénior Idanha-a-Nova); Guarda (Universidade Sénior do Sabugal, Aguiar da Beira no Coração); Aveiro (Junta de Freguesia Santa Joana).

DECO | Melanie Magalhães

motor-clubes

Magustão

19 de Novembro 2016 às 20:00h

Sede do Motor Clube

Ementa

Lombo de porco com castanhas

Concurso da melhor Água Pê da região



PREÇO: 10 GOLOS (TUDO INCLUÍDO)

INSCRIÇÕES:
Sr. Nelson Pedrosa: 919 668 733
Sr. Gualdino Branco: 911 518 572
Sr. Manuel Agostinho: 962 893 808
Ou outro membro da direção do Motor Clube

gráfica Print artes gráficas e publicidade, lda

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



Alunos do Ensino Secundário dão as boas-vindas aos colegas do 5. ano numa tarde de praxes

Foi num ambiente de boa disposição e de brincadeira que os alunos do Ensino Secundário deram, no dia 26 de setembro, as boas-vindas aos “caloiros” do 5.º ano. Jogos tradicionais, caça ao tesouro e futebol humano foram algumas das atividades que os alunos do Ensino Secundário organizaram para os recém-chegados, que,

desta forma, passaram a ver os colegas mais velhos como bons aliados e companheiros, para o caso de necessitarem de alguma ajuda, esclarecimento ou, simplesmente, para dois dedos de conversa.

A organização do evento esteve a cargo no Projeto de Responsabilidade Social, Cívica e ambiental.



Os melhores alunos do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa foram distinguidos pelo Município de Leiria

Os melhores alunos do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa receberam, no dia 24 de setembro, um diploma pelas mãos de Raúl Castro, presidente da Câ-

mara Municipal de Leiria, e Anabela Graça, vereadora da Juventude e da Educação.

A representar esta instituição de ensino esteve



NOITE DE SOPAS

Centro Escolar de Monte Redondo

18 novembro de 2016

19H00



SOPA SOPA A CONVIVER
A NOSSA BIBLIOTECA VAMOS ENRIQUECER!

APOIO:

MONTE REDONDO
CARREIRA

Inscrições através dos contactos:

244 685 040 (Centro Escolar)

244 685 328 (Sede da União das Freguesias)

Rui Miranda, diretor da escola, que reiterou a importância de “distinguir e valorizar o mérito, função da Escola, das entidades e das instituições”.

O Colégio Dr. Luís Pereira da Costa vem, por este meio, parabenizar os alunos distinguidos, fazendo votos de que o excelente trabalho, que tem como alicerces o empenho e o espírito de sacrifício, continue a ser uma constante na vida de todos.

2.º CICLO

DO ENSINO BÁSICO

- 5.º ano Mafalda Maria Domingues Pedrosa
- 5.º ano Mariana Silva Ferreira
- 6.º ano Laura Marques Morais

3.º CICLO

DO ENSINO BÁSICO

- 7.º ano Laura Domingues Carreira

- 8.º ano Tiago Rafael Pedrosa Trigo Gonçalves

- 9.º ano Tiago da Silva Francisco

ENSINO SECUNDÁRIO

- 10.º ano Inês Diana Sarmagaio Fernandes

- 10.º ano Telma Curado Rodrigues Ferreira Santos

- 12.º ano Sandra Filipa da Silva Mota

ENSINO

PROFISSIONAL

- 12.º ano Miguel Bento Gaspar

- 12.º ano Rúben Alexandre Domingues Henriques

- 12.º ano Rúben Miguel Silva Soares

Mónica Gama

Casa da Criança assinala o Dia Internacional do Idoso e o Dia Mundial da Música

Para assinalar o Dia Internacional do Idoso, a Casa da Criança recebeu a simpática visita de alguns utentes do Centro de Dia Nossa Senhora da Piedade com quem as crianças tiveram a oportunidade de confraternizar alegremente. As crianças fizeram um teatro e cantaram algumas canções que acompanharam com as maracas que fizeram com material de desperdício, assinalando, desta forma, também o Dia da Música.

Porque qualquer convívio necessita de um bom lanche, as crianças confeccionaram um apetitoso bolo de laranja que ofereceram aos convidados e que foi muito apreciado por pequenos e crescidos.

**Casa da Criança
Maria Rita Patrocínio
Costa**



CLÍNICAS
medicis
Dental

**CENTRO DE EXCELÊNCIA
BAJOUCA**

244 684 600



medicis
Dental

www.medicis.pt | Largo da Feira dos 13

A Agência de Viagens São Bernardo Tour situa-se em Monte Redondo, na Rua da Fábrica, junto à Estação de Caminho de Ferro de Monte Redondo. Esta Agência é membro da APA-VT (Associação Portuguesa das Agências de Viagens e Turismo), bem como sócia da ARP (Associação Rodoviária Portuguesa).

Em 1987, o Sr. Manuel Maria Gomes de Carvalho deu início à Agência S. Bernardo Tour que se mantém na família, hoje em dia já ampliada, sendo que já colaboram na empresa os seus filhos e netos. A empresa conta também com uma nova agência situada em Alcobaca, desde 2013.

Fomos conversar com o fundador da agência que, com os seus quase oitenta anos, ainda trabalha ativamente e gere a empresa. Manuel Carvalho conta-nos que começou com apenas um autocarro, tendo, neste momento, 16 autocarros e 1 carrinha de 32 lugares ao seu serviço, bem como 16 motoristas e 7 funcionários no escritório. A frota é constituída por veículos novos e de qualidade, sendo a segurança dos passageiros uma das grandes preocupações da empresa.

A Agência S. Bernardo Tour é procurada por pessoas e entidades de todo o país e do mundo. Organiza cruzeiros, viagens de férias e lazer, viagens culturais, visi-

tas de estudo para as escolas, circuitos religiosos, entre muitos outros. Na Agência também se podem adquirir bilhetes de avião para qualquer destino.

Os funcionários estão sempre disponíveis para auxiliar os clientes e apre-

sentam propostas vantajosas, «tendo sempre como principal preocupação a qualidade do serviço», como afirma o senhor Manuel Carvalho.

A divulgação dos serviços é realizada através de

revistas próprias, pela página www.sbernardotour.com ou pelo Facebook. Qualquer pessoa interessada poderá contactar a Agência e marcar a sua viagem (244685446).

Ana Carla Gomes

S. Bernardo TOUR

VIAGENS E TRANSPORTES DE PASSAGEIROS



Programa de Comparticipação ao Arrendamento do Município de Leiria

O Programa de Comparticipação ao Arrendamento do Município de Leiria (PCACL) foi criado a pensar nas várias famílias do concelho em situação de carência económica, que, infelizmente, fazem face a despesas elevadas de habitação em novos ou atuais contratos de arrendamento. Este programa visa combater situações extremas de incumprimentos das obrigações habitacionais como é disso exemplo o despejo, proporcionando aos agregados familiares uma alternativa para que estes possam liquidar as suas despesas e reorganizar as suas economias. Poderá candidatar-se a este programa até 31 de julho do ano a que respeita a candidatura.

Quem pode candidatar-se a este programa?

Poderão candidatar-se a este programa agregados familiares que cumpram os parâmetros abaixo indicados:

- Ser titular de um contrato de arrendamento válido;
- Ter nacionalidade portuguesa ou permanência legalizada no país;
- Residir na área do Município de Leiria há, no mínimo, três anos;
- O agregado familiar terá de deter rendimento mensal igual ou superior a 80% do valor do IAS (335,38€ conforme valores de referência do ano de 2016);
- Não ser proprietário, co-proprietário, usufrutuário ou comodatário de qualquer imóvel destinado a habitação;
- Nenhum membro do agregado poderá ser titular de outro contrato de arrendamento;
- Não beneficiar de outro programa de apoio habitacional;
- Os senhorios não podem estar obrigados à prestação de alimentos aos inquilinos;
- O valor da renda não poderá ultrapassar os seguintes valores:
 - T0 e T1 – 300€
 - T2 e T3 – 375€
 - T4 e T5 – 500€
- A tipologia da habitação deverá ser adequada ao número de membros do agregado, conforme listagem abaixo:

| Nº de pessoas do agregado | Tipo de habitação | |
|---------------------------|-------------------|--------|
| | Mínimo | Máximo |
| 1 | T0 | T1 |
| 2 | T1 | T2 |
| 3 | T2 | T3 |
| 4 | T2 | T3 |
| 5 | T3 | T4 |
| 6 | T3 | T4 |
| 7 | T4 | T5 |
| 8 | T5 | T5 |

- O titular do contrato ou outro membro do agregado familiar terá de ter um rendimento mensal fixo proveniente de salário ou pensão;

Existem ainda condições especiais de acesso pessoas vítimas de violência doméstica, quando estas são encaminhadas de instituições de defesa destas pessoas. Para além destes casos são prioritários agregados familiares numerosos, com menores a cargo e com pessoas com deficiência.

As habitações em questão terão ainda de ter condições de

habitabilidade que serão verificadas pelos serviços do Município sempre que se justifique.

Que documentos são necessários à candidatura?

- Fotocópia do bilhete de identidade ou de autorização de residência e cartão de contribuinte ou cartão de cidadão, de todos os membros do agregado familiar;
- Fotocópia de documento emitido pela Segurança Social, onde conste o número de identificação da segurança social (NISS);
- Declaração de inscrição nos serviços do Instituto do Emprego e Formação Profissional, de todos os elementos do agregado familiar, com idade igual ou superior a 18 anos e que estejam em situação de desemprego, à exceção dos elementos que comprovadamente se encontrem incapacitados para o trabalho, por doença ou acidente;
- Declaração de matrícula e frequência de estabelecimento de ensino dos membros do agregado familiar com idade igual ou superior a 18 anos, que no ano letivo a que respeita a candidatura, se encontrem a estudar;
- Recibos de pensões (de velhice, invalidez, sobrevivência, alimentos – incluindo pensões provenientes do estrangeiro), do ano em que se candidata, de todos os membros do agregado familiar;
- Documentos comprovativos dos rendimentos obtidos, pelos elementos do agregado familiar, que se encontrem a exercer atividade profissional remunerada;
- Declarações emitidas pelos serviços da Segurança Social relativas a prestações sociais que usufruam e respetivos valores;
- Comprovativos de bolsas de estudo ou de formação profissional atribuídos por qualquer entidade pública ou privada, dos quais conste o seu início e termo, bem como o respetivo valor;
- Declaração de IRS, se não estiver legalmente dispensada;
- Atestado de residência onde conste a composição do agregado familiar e tempo de residência na área do Município de Leiria;
- Certidão atualizada da autoridade tributária quanto aos bens imóveis registados em nome do candidato e dos demais elementos que compõem o agregado familiar;
- Fotocópia de atestado multíusos, sempre que o requerente ou outro elemento do agregado familiar possua incapacidade e/ou deficiência;
- Declaração comprovativa da regulação das responsabilidades parentais e pensão de alimentos;
- Fotocópia do contrato de arrendamento;
- Fotocópia da licença de utilização referente à habitação arrendada, por via da qual se ateste a aptidão do edifício ou fração para o fim habitacional, ou comprovativo da sua isenção, quando a construção do edifício seja anterior à entrada em vigor RGEU;
- Fotocópia do último recibo de renda da habitação

Para mais informações contacte o Município de Leiria através do número de telefone 244 839 500 ou do e-mail: cm-leiria@cm-leiria.pt. Poderá ainda consultar o edital da Câmara Municipal de Leiria através do link: http://www.cm-leiria.pt/uploads/document/file/8644/Ponto_11_edital_8_2016_Proposta_de_regulamento_do_Programa_Comparticipa_o_ao_Arrendamento.pdf

Museu Ativo – Idosos da Freguesia visitam o Museu de Leiria e o Moinho do Papel



Conhecer a história da nossa cidade e das suas atividades é sempre algo positivo. Desta forma, os idosos da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira puderam conhecer o recente Museu de Leiria, bem como o Moinho do Papel, numa iniciativa promovida pela Câmara Municipal de

Leiria intitulada Museu Ativo. Esta iniciativa não é uma novidade para a população sénior da Freguesia e é, sem dúvida, uma mais valia para o conhecimento e bem-estar deste público-alvo.

Ambas as visitas desencadearam nos idosos imensas curiosidades que, amavelmente, foram esclarecidas

pelos guias dos locais visitados. Conhecer o passado e o presente da cidade de Leiria, bem como reviver a prática da moagem de cereal fizeram as delícias dos visitantes que garantem “voltar para casa mais ricos”, pois afinal “é muito importante não deixar morrer a nossa história” – tal como afirmou um dos visi-

tantes mais curiosos.

Da parte dos visitantes e da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira resta-nos agradecer ao Município por iniciativas deste género e salientar a importância do desenvolvimento de atividades vocacionadas para as populações mais idosas da região.

A Música vem até à União das Freguesias



Segundo o ponto 1 do artigo 27 da Declaração Universal dos Direitos Humanos “Toda a pessoa tem o direito de tomar parte livremente na vida cultural da comunidade, de fruir as artes e de participar no progresso científico e nos benefícios que deste resultam.” Trazer cultura às populações que por norma menos acesso

têm a ela é sempre importante e, consequentemente, de louvar.

Partindo deste direito fundamental, o Município de Leiria criou o programa cultural Temporada de Concertos nas Freguesias, levando até às freguesias do Concelho um conjunto de concertos a que a população pode assistir gra-

tuitamente. Neste contexto, a União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira foi já palco de vários concertos.

Na Igreja da Carreira, no passado dia 8 de outubro, recebemos, neste âmbito, mais um concerto e desta vez com o Grupo Corális e o Grupo AdesbaChorus. Após a maravilhosa atuação do grupo coral

feminino Corális, o grupo coral misto AdesbaChorus fez os encantos dos que participaram neste momento cultural.

Aos Grupos, à Fábrica da Igreja do Souto da Carpalhosa e Comissão da Igreja da Carreira e ao Município, impulsionador e organizador da iniciativa, o nosso sincero agradecimento.



Motor Clube de Monte Redondo Anúncio de venda Campo de Jogos

Na sequência das deliberações tomadas em Assembleia Geral de Sócios e cumpridos que estão todos os demais formalismos, torna-se público que se encontra aberto o processo de negociações para a venda das instalações desportivas do Clube e imediata aplicação do produto da venda na construção e implementação de infraestruturas do novo parque desportivo no terreno cedido pelo benemérito Sr. Dr. Augusto Mota.

Os interessados deverão enviar as suas propostas em carta fechada para a sede social do Motor Clube, na rua do Campo de Futebol, N° 20, em Monte Redondo, até ao dia 31 de outubro de 2016, procedendo à sua abertura, em sessão pública no dia 5 de Novembro de 2016 pelas 21h na sede do Clube.

O Motor Clube reserva-se o direito de não adjudicar a venda caso nenhuma das propostas apresentadas cumpra os requisitos mínimos definidos para o efeito.

Monte Redondo, 07 de outubro de 2016

Convocatória

Nos termos dos Estatutos e Regulamento Interno, convoco uma Assembleia Geral Extraordinária do Motor Clube, na sua sede em Monte Redondo, para o dia 05 Novembro de 2016 pelas 21h 00m.

Ordem de Trabalhos:

1. Apresentação do Projecto das novas Instalações do Motor Clube.
2. Abertura das Propostas de compra das instalações actuais do Motor Clube.
3. Outros Assuntos

P.S.: Os sócios podem regularizar a sua quota no dia da Assembleia Geral, na sede do clube, na Rua do Campo de Futebol em Monte Redondo.

Se à hora marcada não se encontrarem mais de 50% dos associados, a Assembleia reunirá com o número de associados que se encontrarem presentes, meia hora depois.

Monte Redondo, 19 de Outubro de 2016

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Manuel Agostinho da Silva

Recados de um Médico de Família

A Medicina Geral e Familiar é uma especialidade clínica orientada para a pessoa e exercida no âmbito dos cuidados de saúde primários. Uma das suas funções (estas estarão enumeradas mais abaixo no artigo), é desenvolver um conjunto de actividades de promoção de saúde e de prevenção de doença.

Neste sentido, pensou-se numa forma de o Centro de Saúde poder ter uma intervenção mais proactiva na comunidade e surgiu esta coluna de divulgação de conhecimentos de saúde, que se pretende venha a ser um espaço formativo e informativo ao longo dos próximos anos.

○ presente artigo

tem como finalidade dar a conhecer a actividade do Médico de Família e evolução dos cuidados de saúde e da especialidade.

Até aos anos 60 os cuidados de medicina estavam entregues a instituições de caridade, que tratavam quem não tinham capacidade financeira, ou médicos privados, para quem poderia recorrer aos mesmos.

No início dos anos 60 foram criados os Serviços Médico-Sociais das Caixas de Previdência, estrutura criada para prestar cuidados de saúde aos trabalhadores que, com o seu trabalho, “contribuíam” para o sistema, sendo mais tarde alargada a sua cobertura aos ele-

mentos que integravam a sua família. Estes serviços deixavam no entanto de fora do seu âmbito de prestação de cuidados os não contribuintes.

Este modelo funcionou até 1979, altura em que foi realizada a integração da Federação das Caixas de Previdência no Ministério da Saúde e são nacionalizados os hospitais das misericórdias. No início dos anos 80, começaram a ser alocados médicos para os Centros de Saúde (que tinham aberto alguns anos antes).

Nos primórdios estes eram médicos generalistas, os clínicos gerais, que aos poucos foram fazendo formação na área dos cuidados de saúde primários e desenvolveram um programa de especialidade, que, após muitas alterações, culminou no modelo actual, onde o Médico de Família é Especialista em Medicina Geral e Familiar, e tem de cumprir um programa rigoroso de 4 anos de formação complementar (além do curso base e de um ano comum).

Os médicos de Medicina Geral e Familiar, são os médicos onde desejavelmente tudo deve começar e acabar, na condução dos processos de saúde e doença. É o médico de proximidade, o médico “da família”.

Esta especialidade

está orientada para a prestação de cuidados de saúde primários, encaminhando, sempre que necessário, o doente para outras especialidades médicas ou cirúrgicas.

A Medicina Geral e Familiar é uma especialidade desenvolvida e exercida por médicos com formação específica abrangendo, ainda que de forma genérica, todas as áreas de especialidade.

São, neste momento, os únicos médicos que olham para o utente numa perspectiva holística, que deve ter em conta a pessoa, mas também a sua família, o meio onde trabalha e reside, as condições económicas e da sua habitação, e, com esta informação adicional permitir uma melhor adequação na prevenção da doença e promoção da saúde.

Têm competências adequadas ao acompanhamento básico dos seus pacientes, abrangendo preferencialmente todos os elementos de uma mesma família nuclear ou alargada, nas duplas perspectivas - preventiva e curativa, física e emocional, orgânica e funcional - e para todos os estratos etários.

UCSP Norte
Dr. André Pires
Dr.ª Inês
Carvalho Pinto

PS: (Por decisão pessoal, o autor do texto não escreve segundo o novo Acordo Ortográfico)



Agência Funerária Seco, Lda **30**
anos
de experiência
1985-2015

Sede: LEIRIA • Filial: MONTE REDONDO

NOVA LOJA EM MONTE REDONDO
(no edifício onde funcionava os CTT)

DISPONIBILIZAMOS AOS NOSSOS CLIENTES:

SERVIÇOS FÚNEBRES | SERVIÇO APÓS-FUNERAL (gratuito)
SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS | SERVIÇO DE CANTEIRO

Tel. 244 686 322 | Tlm - 969 847 356
Rua Fonte Cova, 9 - MONTE REDONDO

SIGA-NOS  **funerariaseco**

www.funerariaseco.com • funeraria.seco@sapo.pt
Ao seu serviço há mais de 30 anos - CONSULTE - NOS

Pais irritados, filhos aborrecidos!

Ao ler um artigo na Revista online Pais & Filhos de Fevereiro de 2012, reparei que, apesar de mais de 4 anos depois, o assunto continua muito atual.

Os pais que se irritam com facilidade e que têm reações exageradas têm uma maior probabilidade de terem filhos que agem fora do controlo e ficam facilmente aborrecidos, sugere um estudo publicado no *Development and Psychopathology*, cita o site Alert. Para o estudo, os investigadores da Oregon State University, nos EUA, contaram com a participação de 361 famílias adotivas, tendo também obtido os dados genéticos dos pais biológicos e das crianças.

Neste estudo longitudinal (ao longo de vários anos) os investigadores, liderados por Shannon Lipscomb, acompanharam as crianças aos nove, dezoito e vinte e sete meses e constataram que os pais adotivos que tinham tendência a terem reações exageradas, por exemplo, zangarem-se facilmente quando as crianças testavam os seus limites ou faziam asneiras, influenciavam o comportamento dos filhos. Estas crianças apresentavam «emoções negativas» e agiam fora do controlo, tendo acessos de raiva mais frequentes do que o normal para a sua idade. «Esta é uma idade

onde as crianças são propensas a testar limites e fronteiras», revelou, em comunicado de imprensa Shannon Lipscomb. «No entanto, os estudos mostram consistentemente que as crianças com níveis elevados de emoções negativas durante estes primeiros anos têm mais dificuldades em controlar as emoções, e tendem a apresentar um comportamento mais problemático durante a idade escolar».

Os investigadores também constataram que as crianças que apresentaram um maior aumento de emoções negativas, desde os nove aos vinte e sete meses de idade, também apresentaram maiores problemas de comportamento aos dois anos. O que sugere que as emoções negativas que ocorrem durante o desenvolvimento do bebé podem ter implicações no comportamento das crianças anos mais tarde. Por outro lado, o estudo também verificou que a genética também desempenhava um papel importante no comportamento das crianças, particularmente nos casos de crianças que apresentavam um risco genético para as emoções negativas herdadas através das suas mães, apesar de terem sido criadas num ambiente calmo e menos reativo.

Assim de acordo com Shannon Lipscomb os pais têm que ter

consciência que a forma como os filhos se adaptam à primeira infância, um momento desafiante marcado pela crescente mobilidade e independência da criança, pode ter impacto no futuro desenvolvimento da criança. «A capacidade do pai em controlar as suas reações e não vacilarem, serem seguros e não exagerarem perante os comportamentos das crianças é uma forma importante de ajudar os filhos a modificar os seus comportamentos», conclui a investigadora. «Os pais dão exemplo aos filhos

no modo como gerem as emoções e reações».

Numa altura em que falamos tanto da importância da gestão / regulação de emoções o importante ou desejável não é anular os nossos sentimentos negativos ou deixar de ter sentimentos de todo, mas poder regulá-los, de forma a sermos nós a controlá-los a eles e não eles a controlar-nos a nós. Assim, melhoramos a nossa qualidade de vida e a dos nossos filhos.

Carla Pinhal
Psicóloga



Almoço Convívio

De São Martinho 2016

Ementa
Borrego
Há Alternativa!
**Castanhas, Água-pé,
Jeropiga e, Surpresas!!**

13, de

Novembro

12h30



Na Sede da Filarmónica

Adultos – 10,00 Colcheias
Crianças 6/12 anos – 6,00 Colcheias

Contactos: 922 205 243 / 915 555 470 / 914 197 639 / 933 613 605

Com o Apoio:




1.º Arraial do Paço

Nos dias 15 e 16 de outubro, teve lugar o 1.º Arraial do Paço.

Durante os dois dias, funcionou um restaurante com petiscos tradicionais. Pelo arraial passaram grupos como o K7 Pirata e o Duo MK, o Grupo de Danças e Cantares do Paço, a Marcha do Paço, o grupo de Teatro GATAS. No domingo, houve missa campal celebrada pelo padre Joaquim João.

A organização (Grupo de Danças e Cantares e Marcha do Paço em conjunto com o Museu de Monte Redondo) faz um balanço muito positivo do evento, visto que o principal objetivo foi claramente alcançado: o bairrismo, o associativismo e a boa disposição e agradece a todos os que trabalha-



ram e a todos os que estiveram presentes comendo e bebendo.

«Vamos continuar a trabalhar para que todos os que vivem e visitam o Paço se sintam numa verdadeira família. O 2.º arraial vai com certeza ser ainda melhor.», afirma um dos membros da organização, Sérgio Ferreira.

Ana Carla Gomes




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

