



REPORTAGEM

Grupo Desportivo e Recreativo do Casal Novo

P. 6 e 7

SAÚDE

Acidente Vascular Cerebral

(AVC, Trombose)

P. 8

NOTÍCIAS

Novo Complexo Desportivo do Motor Clube

Maria da Encarnação Alves da Costa e Silva

P. 9

PATRIMÓNIO

BAJOUCA

Uma freguesia com história
INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO

"José Seabra Pinto - O Homem e o Médico"

P. 10

Clube de Caça e Pesca de Monte Redondo

Batida às raposas

O Clube de Caça e Pesca de Monte Redondo informa todos os Srs. Caçadores que vai efetuar a **última batida à Raposa da época 2016/2017** no dia 26 de Fevereiro de 2017 Domingo, na Z.C.M.3831 de Monte Redondo.

Pedimos aos caçadores e a todas as pessoas interessadas em participar o favor de nos comunicarem com a devida antecedência para procedermos às inscrições e se possível finalizar as autorizações a fim de organizar o evento da melhor forma possível.

O custo da autorização de caça é de 2,50€ (dois euros e cinquenta cêntimos) e o mesmo **inclui almoço** para todas as pessoas interessadas em participar.

A concentração dos caçadores realizar-se-á pelas 7H00 na sede do Clube situada na Rua da Junqueira nº1 Sismaria. O almoço será servido pelas 13H00.

Contactos: 917623896 / 922205243 / 938510401

A Direção do C.C.P.M.R.



Com o apoio de:



Ficha Técnica

Directora: Céline Gaspar;

Directores Adjuntos: Lino Loureiro, Carlos Alberto Santos, Ana Carla Gomes e Lina António

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

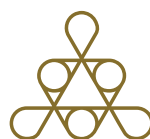
Administrativos:
Rua Albano Alves Pereira nº3 - 2425-617 Monte Redondo LRA;

Colaboradores:
Ana Carla Gomes
Carla Pinhal
Casa da Criança Maria Rita Patrocínio Costa
Clube Caça e Pesca de Monte Redondo
Dra. Inês Carvalho Pinto
Dr. André Pires
Clube de Orientação do Centro
Grupo de Cantares do Paço
João Moital - Museu do Casal de Monte Redondo
Marta Rodrigues
Melanie Magalhães - DECO
Mónica Gama
Paula Cardoso
Sílvia Oliveira

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



FUNERÁRIA DOMINGUES

Souto da Carpalhosa

Tlm 967 033 542 | 963 261 485 | Fax 244 613 315

Leiria

São Romão Tlm 962 900 546 | 913 663 119

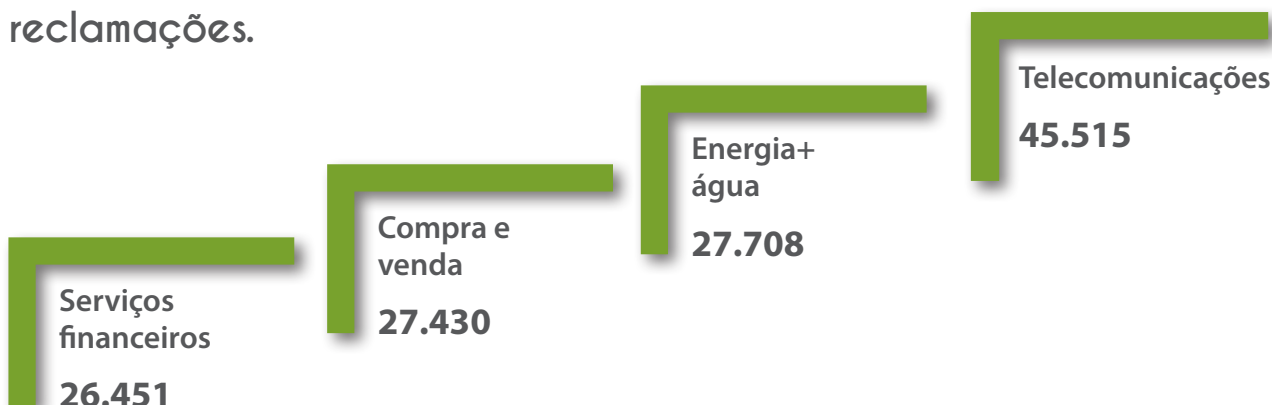
Loja de Artigos Religiosos Tel/Fax 244 825 847

funerariadomingues@gmail.com

www.funeraria-domingues.com

2016: DECO chumba novamente as telecomunicações

Quase 460 mil portugueses procuraram os serviços da DECO em 2016 e o **setor das telecomunicações** continua a liderar o **ranking das reclamações**.



Problemas reclamados:

TELECOMUNICAÇÕES

A alteração à Lei das Comunicações Eletrónicas infelizmente não se traduziu em melhorias para este setor, uma vez que as operadoras optaram por estratégias de fidelização dos clientes a longo prazo (2 anos), apresentando ofertas sem fidelização que apenas prejudicam o consumidor. Os prazos de fidelização e refidelização continuaram, assim, a ser as situações mais reclamadas pelos portugueses.

ENERGIA E ÁGUA

Nestes setores, destacam-se as dificuldades sentidas pelos consumidores no âmbito da faturação, seja por falta de envio da mesma, cobrança de consumos prescritos ou dupla faturação.

Também a mudança de comercializador de energia justificou abordagens comerciais pouco transparentes por parte dos diferentes comercializadores, tendo a DECO recebido milhares de queixas de consumidores vítimas de práticas comerciais desleais.

Graças à atuação firme da DECO foi ainda possível o alargamento do prazo de reembolso das cauções dos serviços de energia e água até Julho de 2016. Com a ação da DECO, o valor de reembolso total alcançou mais de 58 mil €.

COMPRA E VENDA

A crescente preferência pelo comércio eletrónico manifestou-se nas reclamações que chegaram à DECO. A maioria das situações de incumprimento prendem-se com a falta ou atraso na entrega dos produtos, a recusa de cancelamento da compra no prazo de reflexão e a falta de reembolso em caso de desistência da compra.

Problemas que vêm aí

ENERGIA

Energia mais verde mas sem informação clara ao consumidor. Os consumidores poderão ser também produtores de energia? É investimento ou uma despesa?

DIREITOS DIGITAIS

A internet já não é o futuro mas o presente. Os dados pessoais são um direito fundamental ou uma moeda de troca? Plataformas digitais com marcas definidas, mas sem responsabilidade perante o consumidor.

Dificuldade em saber quem está do outro lado do negócio. É seguro comprar através das redes sociais?

Mercados mais conectados entre países mas com maiores entraves. Será possível continuar a comprar lá fora mesmo que não entreguem em casa?

SUSTENTABILIDADE

Após mais de um ano sobre o escândalo da gigante Volkswagen pouco está feito. Virão aí outros escândalos da grande indústria?

Os consumidores da Europa continuarão a ser discriminados relativamente aos norte-americanos pelas empresas incumpridoras?

Problemas a evitar:

Burla, discriminação, escândalo, fraude, cortes na proteção do consumidor, diminuição do poder de compra.

Melanie Magalhães - DECO

motor-clube
www.motor-clube.com

Dia da mulher
8 de Março 2017
Sede do Motor Clube 20:00h
Jantar Gourmet
Animação com Gonçalo e Vanessa

PREÇO: 15 Flores
(TUDO INCLUÍDO)

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

Porque é que as crianças gostam tanto do Carnaval?



O Carnaval é o evento social por excelência em que a criança tem a oportunidade de representar diversas personagens que fazem parte do seu imaginário: princesas, fadas, cavaleiros, super heróis, bruxas, palhaços...

Brincar ao faz de conta e disfarçar-se ou utilizar todo o tipo de brinquedos e objetos do quotidiano para fingir que é outra coisa ou outra pessoa é uma atividade da criança que se inicia muito cedo e que perdura durante muito tempo.

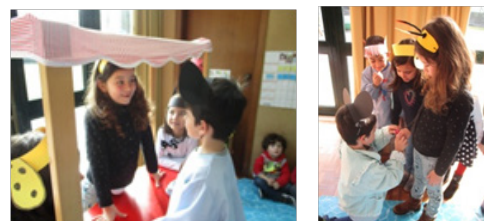
Ao recriar experiências do quotidiano ou situações imaginárias a criança exprime as suas ideias, sentimentos e emoções.

Como referem as Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar recentemente publicadas (2016,6) “Este jogo pode

ser individual, mas também envolver outras crianças, em situações sociais de representação de diferentes papéis e de desenvolvimento conjunto de uma ação, criando um “enredo” ou narrativa, que vai sendo livremente interpretado e construído pelos intervenientes. Esta forma de jogo é frequente nas crianças em idade do jardim de infância e desempenha um papel importante no desenvolvimento emocional e social, na descoberta de si e do mundo, no alargamento de formas de comunicação verbal e não verbal, na expressão de emoções (medo, surpresa, alegria, tristeza) e como meio de reequilibrar os conflitos interiores da criança.”

Neste contexto a disponibilização fantoches ou telefones velhos por exemplo, que facilitam a comunicação, bem como de ou-

tros objetos e materiais que a criança possa manipular à vontade são fundamentais para que o faz de conta da criança se torne cada vez mais complexo. No, jardim de infância, o apoio intencional do adulto permite enriquecer estas experiências alargando o conhecimento e a competência das crianças.



As crianças gostam do Carnaval porque este lhes dá liberdade para fingir que são outra coisa, e ao fingirem, apropriam-se e desenvolvem-se.

*Casa da Criança
Maria Rita do Patrocínio Costa*



Cumpriu-se a tradição

Chegou janeiro e com ele “As Janeiras”!

Assim foi no passado dia 6 de janeiro...

Numa tarde de Sol, com um ritmo alegre, vozes afinadas e a ajuda de alguns instrumentos típicos da música tradicional portuguesa, os alunos, professores, educadoras e funcionárias cumpriram a tradição. Com coroas de reis elaboradas na sala de aula, todos os alunos estavam enfeitados a rigor. Dois grupos: 1º Ciclo e Jardim de Infância entoaram “As Janeiras” de formas diferentes, mas bem animadas.

A primeira paragem foi na Junta de Freguesia onde foram recebidos pelas funcionárias, que aplaudiram com alegria.

De seguida, todos se dirigiram para o Centro Social Nossa Srª da Piedade, onde já estavam à espera deste momento de felicidade. Cantaram e encantaram ficando a promessa de voltar no próximo ano.

Pelo caminho, aproveitando o contacto com as pessoas que estavam presentes nos

estabelecimentos comerciais, “As Janeiras” voltaram a ser ouvidas.

Para finalizar dirigiram-se à Casa da Criança onde também cantaram e ouviram cantar.

Cumpriu-se assim uma tradição, com alegria e entusiasmo, animando a população local.



*Centro Escolar
de Monte Redondo*

Colégio SOLIDÁRIO

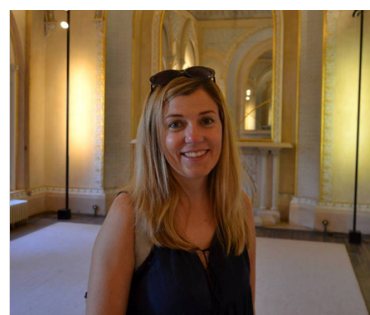
No dia 30 de janeiro, os alunos do 9.º ano desenvolveram atividades de angariação de fundos, para os destinarem a ONG's que se dediquem a crianças. Grande parte do que foi angariado, durante este ano, irá alimentar uma criança no bairro de lata de Nairobi, no Quênia, a cargo da ONG ADDHU. Outra parte dos fundos angariados será dividida entre outras ONG's, nomeadamente a SOS Aldeias Crianças.

Por muito que algumas regiões do mundo estejam em completo desmoroamento, quer

em termos sociais quer em termos de segurança, as crianças não têm culpa e deveriam de ser protegidas pela comunidade internacional. E é com a certeza de que as crianças são o futuro do mundo que os alunos do 9.º ano ainda acham que podem fazer a diferença! E cada um de nós pode, também, fazer a diferença!

Apela-se, assim, à participação da comunidade! Ajudem-nos a ajudar!

Paula Cardoso



Ferreira de Castro no CDLPC

A inauguração da **exposição Ferreira de Castro** contou com a presença da senhora Vereadora da Educação, Juventude e Biblioteca Municipal de Leiria, Anabela Graça, os senhores presidentes das juntas de freguesia, Céline Gaspar e Ventura Tomaz, as turmas de Línguas e Humanidades e os respetivos professores, entre outras pessoas e entidades.

A apresentação esteve a cargo de Maria Ribeiro e Isabel Ferreira, do 8.º ano de escolaridade.

Mónica Gama



CDLPC leva "deputados" à Assembleia Municipal



Assembleia Municipal

**JOVENS
DEPUTADOS**



A Assembleia Jovens Deputados de Leiria reuniu no dia 20 de janeiro, no Teatro Miguel Franco, para debater o tema **"Leiria, a Nossa Cidade"**.

Os "deputados" do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa - Inês Miranda, Mariana Branco, Pedro Carreira e Rui Moital -, sob a responsabilidade de Rui Miranda, apresentaram as propostas de incluir, nos programas curriculares do 2.º Ciclo ao Ensino Secundário, uma disciplina de Formação Cívica, e a reabilitação do troço da Estrada Nacional 109-9, criando passeios e cicloviárias.

O plenário teve início às 10h, numa iniciativa através da qual os jovens do Ensino Secundário e Profissional de todas as escolas do concelho de Leiria assumiram o papel de deputados municipais.

O Município de Leiria pretende, com esta ação, promover um espaço de exposi-

ção de problemáticas e de debate que, no âmbito das orientações do Ministério da Educação, dá voz às opiniões dos jovens, incentivando a sua participação ativa na sociedade.

A Assembleia Jovens Deputados de Leiria promove, desta forma, a Educação para a Cidadania, com o objetivo de contribuir para a formação de pessoas responsáveis, autónomas, solidárias, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres em diálogo e no respeito pelos outros, com espírito democrático, pluralista, crítico e criativo, tendo como referência os valores da Democracia.

Mónica Gama

Grupo Desportivo e Recreativo do Casal Novo



Fundado por
**Alda Moinho, Maria Espadinha
e Lúcia Patrício, a 18 de novembro de 1991.**

O Grupo Desportivo e Recreativo do Casal Novo surgiu com o objetivo de dinamizar atividades no âmbito do desporto e da cultura, tendo chegado a ter equipas de futsal feminino e masculino e promovido eventos com artistas como Toni Carreira, Santa Maria e Iran Costa.

A atual direção, composta pelo presidente Manuel Vieira, vice-presidente Nelson Pereira e tesoureiro Manuel Gaspar, tomou posse no dia 31 de maio de 2016 e sonha com algumas mudanças significativas no funcionamento desta Associação, nomeadamente a melhoria das infraestruturas, que passa pela cobertura de um barracão com cerca de 100m² para o armazenamento de lenhas e de uma carrinha; pela colocação de portas e janelas em alumínio, as quais foram roubadas, e para a qual já se elaborou um pedido de ajuda à União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira e à Câmara Municipal de Leiria, e pela abertura de um acesso direto para as instalações. O Bar encontra-se em funcionamento todos os dias das 13h às 15h e às sextas, sábados e domingos a partir das 13h, sem hora de fecho.

Nas instalações da Associação, funcionam aulas de Jiu-Jitsu, ministradas pela professora Lúcia Neves

e frequentadas por 25 alunos com idades compreendidas entre os 5 e os 30 anos. No dia 29 de novembro de 2016, numa parceria com o Grupo Alegre e Unido da Bajouca, teve lugar no Casal Novo o Estágio Nacional de Jiu-Jitsu. No Campeonato Nacional de Jiu-Jitsu, o atleta José Neves obteve o 3.º lugar na Categoria de Séniores (+73Kg); Maria Neves obteve o 2.º lugar pelo segundo ano consecutivo na Luta de Solo na Categoria de Femininos e Tiago Fernandes obteve o 3.º lugar pelo segundo ano consecutivo na Categoria de Masculinos.

A professora Lúcia Neves está a desenvolver um projeto de Técnicas de Defesa Pessoal para Séniores e Crianças do Ensino Especial, "Aprender para Renascer". Esta prática é destinada a séniores Masculino/Feminino com a finalidade de manter ou recuperar a flexibilidade do corpo e da mente, bem como a crianças e adolescentes do ensino especial



ou consciencialização de nós próprios, das nossas capacidades e de quem nos rodeia.

As aulas terão lugar no Pavilhão da Carreira, às segundas-feiras, às 9h, e às sextas-feiras, às 18h.

Esta direção tem promovido a realização de almoços para angariação de fundos e irá realizar alguns eventos como o Carnaval 2017, no sábado, dia 25

de fevereiro, que contará com as seguintes atividades: animação por parte de um organista; final do concurso «A quinta das avozinhas malandrecas (o reumático não entra)»; concurso de máscaras; atuação do grupo «Vinte Bombonecas del Casallito»; saborosos petiscos e muitas surpresas.

No dia 4 de março, terá lugar o Torneio de Futsalão, com a presença do DJ André Cerqueira, entre outras atrações.

A direção do Grupo Desportivo e Recreativo do Casal Novo agradece a presença de todos e a sua colaboração com esta associação.

Ana Carla Gomes

SÁBADO 4 MARÇO

GDR CASAL NOVO

COMPLEXO DO GRUPO DESPORTIVO E RECREATIVO DO CASAL NOVO

15H: TORNEIO DE FUTSALÃO

PERNIL DE PORCO E PETISCOS

BENNE | **ANDRÉ CERQUEIRA**

MONTE REDONDO



No dia 19 de novembro de 2016, o GDR do Casal Novo festejou o seu 25.º aniversário com uma celebração religiosa e um almoço que contou com a presença do senhor Presidente da Câmara Municipal de Leiria, Dr. Raul Castro e do senhor vice-presidente Dr. Gonçalo Lopes, bem como de todo o executivo da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, aos quais a direção agradece. A direção do GDR expressa igualmente os mais profundos agradecimentos pela colaboração da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, da Filarmónica Nossa Senhora da Piedade de Monte Redondo, do Pároco Joaquim de Jesus João, do Grupo de Danças e Cantares do Paço e do Restaurante Bom Papo.

Acidente Vascular Cerebral (AVC, Trombose)

Já todos ouvimos falar de trombose ou AVC. Com este artigo vamos tentar clarificar o significado destes termos, além de fornecer alguns sinais de alerta que indicam a necessidade de se recorrer ao Serviço de Urgência o mais rápido possível.

- A cada seis segundos, independentemente da idade ou sexo, alguém em algum lugar morre de um Acidente Vascular Cerebral (AVC).
- Todos os anos mais de 6,5 milhões de vidas são perdidas em todo o Mundo.
- Uma em cada 6 pessoas vai ter um AVC.
- Em Portugal as estimativas apontam para cerca de 3300 AVC's no ano 2016.
- Em Portugal o AVC é a primeira causa de morte e de incapacidade.

O AVC é um flagelo mundial com repercussões a nível social, económico, mas acima de tudo, com interferência na qualidade de vida da população.

Já o termo AVC, é diminutivo de acidente vascular cerebral e refere-se a dois tipos diferentes de eventos: Os AVC isquémicos (trombose ou “entupimento”) e os AVC hemorrágicos (ruptura do vaso).

A suspeita de um AVC é um caso de emergência, em que cada minuto conta, tendo sido criada por essa razão a “Via



Verde do AVC”. Basta o aparecimento de um dos seguintes sintomas (conhecidos por 3 F's) para suspeitar de um AVC:

- Dificuldade em falar
- Desvio da face (Boca ao lado)
- Falta de força num braço ou perna

Se vir acontecer qualquer destes sintomas deverá accionar de imediato o 112!!

*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)



CLÍNICAS
medicis
Dental

BAJOUCA

244 684 600

www.medicis.pt | Largo da Feira dos 13

Novo Complexo Desportivo Do Motor Clube

Maria da Encarnação Alves da Costa e Silva
(DONA MARQUINHAS)



Dona Marquinhos

Na última edição do Notícias de Monte Redondo e Carreira, por lapso, cometemos uma gafe no nome do Complexo Desportivo do Motor Clube. Neste contexto apresentamos as nossas mais sinceras desculpas pelo lapso e reiteramos que o nome é Complexo Desportivo Ma-



Dona Marquinhos aos 24 anos de idade

ria da Encarnação Alves da Costa e Silva, Dona Marquinhos.

Aproveitamos a ocasião para relembrar alguns dados relativos à biografia da Senhora Dona Maria da Encarnação Alves da Costa e Silva (Dona Marquinhos), que foi herdeira da Família Costa, radicada no início de Oitocentos em Monte Redondo. Os seus restos mortais repousam no jazigo da Família Alves da Costa e Silva, no cemitério de Monte Redondo, conjuntamente com o pai, o marido e o filho. Da família “Costa” recordamos mais diretamente o Doutor Luís Pereira da Costa, nascido em 1847 e falecido em 1940, “benemérito e ilustre” monterredondense, que se distinguiu como “Lente de Medicina” da Universidade de Coimbra. Era filho de Luís Pereira da

Costa, cujos pais – José Pereira e Maria de Jesus – eram naturais da Ortigosa e que se estabeleceram em Monte Redondo, possivelmente no início do século XIX. Luís Pereira da Costa casou duas vezes, a primeira com Maria Carreira, natural da Guia, e teve como descendentes três filhos: o António, a Maria da Encarnação e a Teresa. Esta última casou com José da Silva, da Ruivaqueira, Ortigosa, e foi mãe de Dona Marquinhos Silva, nascida em 29 de novembro de 1863 e falecida em 23 de dezembro de 1945. Dona Marquinhos Silva casou com Joaquim José Alves de Matos, natural de Conqueiros, tendo um filho, o “Zezinho” que faleceu em 1918, quando da pneumónica. Criou então como filha a Sra. D. Idalina a quem coube parte dos seus bens

e que veio a casar com o Sr. José Soares da Silva Júnior.

Aquando da sua morte, a Dona Marquinhos Silva, como era conhecida, constituiu ainda como herdeiros mais sete pessoas, entre as quais o Dr. José Pedro Dias Júnior, advogado em Leiria, o Pe. Manuel do Carmo Góis, Pároco de Monte Redondo e Joaquim da Costa Pereira, da Ortigosa. Foi depois do falecimento deste que parte dos antigos bens de Dona Marquinhos chegaram à posse do Dr. Augusto Mota da Costa Pereira, licenciado em Filologia Germânica, que foi professor da Escola Industrial e Comercial de Leiria/ Escola Secundária Domingos Sequeira, de 1959 a 1996.

Ana Carla Gomes

Janeiras



O Grupo Danças e Cantares do Paço quer agradecer a todas as pessoas dos lugares do Paço, Ribeira da Bajouca, Santo Aleixo, Braçal, Porto Longo e Carreira, pela forma entusiasta e calorosa com que nos receberam em suas casas para cantar-mos as janeiras.

Um grande bem haja.

Silvia Oliveira

NOS DIAS DE DESFILE NÃO É PERMITIDO VENDEDORES AMBULANTES DENTRO DO RECINTO

2017

CARNAVAL DA CARREIRA

25 x 26 x 27 x 28 FEVEREIRO

DIA 25 SÁBADO
21H00 - BAILE COM PEDRO MELÃO

DIA 26 DOMINGO
14H30 - DESFILE CARNAVALESCO COM CARROS ALÉGÓRICOS E EXIBIÇÃO DA FANFARRA DOS BOMBEIROS DE VIEIRA DE LEIRIA
21H00 - BAILE COM DUO MUSICAL RENASCER

DIA 27 SEGUNDA-FEIRA
21H00 - BAILE COM TRIO LATINO

DIA 28 TERÇA-FEIRA
14H30 - DESFILE CARNAVALESCO COM CARROS ALÉGÓRICOS E FANFARRA DOS BOMBEIROS DE VIEIRA DE LEIRIA
21H00 - BAILE COM PAULA RIBEIRO

PORCO NO ESPETO, PÃO COM CHOURIÇO E FARTURAS DOMINGO E TERÇA FEIRA

AFILIAÇÃO: MONTE REDONDO - CARREIRA
ORGANIZAÇÃO: CARNAVAL CARREIRA
CARDINAL SURPRESA - ASSOCIAÇÃO / SECÇÃO DO CARNAVAL

CARDINAL SURPRESA - ASSOCIAÇÃO / SECÇÃO DO CARNAVAL, NÃO SE RESPONSABILIZA POR EVENTUAIS ACIDENTES QUE OCORREREM DURANTE O EVENTO.

INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO

“José Seabra Pinto – O Homem e o Médico”

O Museu do Casal de Monte Redondo abriu, no passado dia 5, a exposição denominada “José Seabra Pinto – o Homem e o Médico”.

Apesar de pouco divulgada, estiveram na abertura perto de meia centenas de pessoas.

O homenageado (porque de uma homenagem se tratou), por razões de saúde, não pôde estar presente, estando representado pelas suas duas filhas.

A exposição, montada a partir do espólio do seu consultório de Monte Redondo, pretende retratar o consultório e, de uma forma leve e



com apontamentos de humor, o percurso do Homem e Médico que é José Seabra Pinto

João Moital, presidente da direção do Museu, com bre-

ves palavras referiu o facto de as três exposições patentes no Museu se referirem a pessoas (José Pereira dos Santos – oficina de fabrico de coronhas,

espólio documental de Luís Pereira da Costa e José Seabra Pinto). Venceu também as mais de quatrocentas assinaturas recolhidas no abaixo assinado de reconhecimento do papel do Dr. Seabra na nossa região, o qual lhe será entregue oportunamente.

Céline Gaspar, Presidente da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, também se pronunciou sobre o ato.

Antes o Prof. Jorge Carvalho Arroiteia apresentou a sua mais recente obra sobre Monte Redondo: o e-book “O marco geodésico de Monte Redondo e o sistema cartográfico nacional” que pode ser consultado em <https://emigratecaportuguesa.wordpress.com/>

PATRIMÓNIO CULTURAL

“BAJOUCA – uma freguesia com história”

Escrevem-se bastantes monografias sobre localidades. Os seus autores podem-se dividir, grosso modo, em dois tipos:

– Amantes da sua terra mas curiosos. que baseiam os seus escritos no “diz-se”, não se apoiando em documentos mas sim no que é, muitas vezes, do senso comum.

– Cientistas (historiadores, antropólogos, geógrafos, sociólogos, entre outros) que, na maior parte dos casos, escrevem com rigor académico, baseiam-se em documentos, pesquisam mas escrevem como se uma tese se tratasse, em linguagem não acessível ao comum dos mortais.

Vem este intróito a propósito de uma obra, recentemente editada pela Junta de Freguesia de Bajouca, que vivamente recomendamos. Trata-se da história daquela freguesia desde que

há referências históricas (séc. XVI) até 1972, ano da criação da freguesia.

O seu autor, José Mota Tavares, embora tenha nascido na Nazaré, é bajouquense de alma e coração. Na sua obra está bem patente o amor à sua terra (a segunda capital do país, como diz) aliado ao rigor científico, mas com uma exposição ao alcance de qualquer pessoa.

A obra “Bajouca – uma freguesia com história” encontra-se à venda na sede da Junta de Bajouca e no Museu e interessa logicamente aos bajouquenses, mas também aos monteredondenses, porque a história da Bajouca é também a nossa.

João Moital
Museu do Casal de
Monte Redondo



BAJOUCA
Uma freguesia com história

Tiques na infância



Piscar os olhos. Torcer o nariz ou a boca. Franzir a testa. Sacudir a cabeça. Encolher os ombros de forma muito frequente. Morder os lábios. Fazer estalidos com a língua. Esticar o pescoço. Elevar ombros. Contrair a barriga. Fazer gestos involuntários com as mãos ou braços.

Reconheceu algum destes comportamentos?

São tiques, ou seja, movimentos involuntários, rápidos, repetitivos e estereotipados, que surgem de forma súbita, não apresentando um ritmo determinado.

Quando se trata de tique simples, estes envolvem geralmente músculos do rosto, ombros, braços e pescoço, produzindo movimentos como piscar os olhos. Costumam desaparecer durante o sono e durante a realização de atividades que exijam concentração. O stress, a fadiga, a ansiedade e excitação levam ao aumento da sua intensidade.

Os tiques atingem especialmente os jovens – infância e adolescência – com uma taxa de incidência de cerca de 25%, sobretudo entre os 6 e os 10 anos. Geralmente desaparecem antes da adolescência, mas podem voltar em momentos de maior ansiedade e stress.

Raramente aparecem antes dos 6 anos porque, até esta idade, as crianças têm grande liberdade de expressão, sendo-lhes impostas restrições motoras e vocais apenas quando entram para a escola, por volta desta idade. Os tiques de origem emocional podem surgir associados a

situações traumáticas, servindo como alívio.

Geralmente os tiques diminuem ou interrompem-se durante o sono, embora haja exceções, podendo algumas pessoas acordarem com um tique!

Os mais pequenos e às vezes até alguns adultos não estão conscientes dos seus próprios tiques, contudo com o seu desenvolvimento, muitas pessoas sentem um impulso ou sensação corporal que antecede o tique motor ou vocal e uma sensação de alívio ou de diminuição de tensão após a sua expressão. Algumas pessoas poderão até sentir a necessidade de repetir a realização de um tique complexo até sentirem que este foi realizado corretamente, conseguindo diminuir a tensão ou ansiedade.

Embora a maior parte dos tiques desapareçam espontaneamente, existem casos, embora raros em que eles se tornam crónicos, apresentando uma duração superior a um ano.

Para além da divisão em tiques simples ou complexos de acordo com o número de músculos envolvidos, as perturbações de tiques podem ser divididas em 3 tipos:

Perturbação Gilles de la Tourette – duração superior a 12 meses, coexistindo vários tiques motores e pelo menos um vocal; **Tiques motores ou vocais crónicos** – duração superior a 12 meses, por vezes associados a défice de atenção e hiperatividade, que são apenas motores ou vocais;

Tiques transitórios – tiques motores e/ou vocais com du-

ração de pelo menos 4 semanas mas não mais de 12 meses consecutivos;

O que fazer?

A gravidade de um tique relaciona-se com a forma como este condiciona a pessoa biológica, psicológica e socialmente. Se uma criança começa a desenvolver tiques, os pais deverão conversar com ela, tranquilizá-la e dizer-lhe que provavelmente após alguns meses irão cessar. Deve ignorá-los, não recriminar, nem fazer nenhum tipo de observação sobre o tema.

No caso de tiques de longa duração é conveniente informar os sintomas aos professores, explicando que não se trata de nenhum tipo de provocação a ninguém. Quando são muito intensos que incomodam a criança ou comprometem os seus contactos sociais e desempenho escolar é fundamental procurar ajuda especializada. Quanto mais precoce for a intervenção, melhores serão as possibilidades de recuperação.

Em primeiro lugar, é fundamental ter consciência de que um tique não é algo que se controle facilmente e que só se consegue evitar com esforço e tensão emocional. Em segundo lugar, é preciso compreender que muitas vezes estes comportamentos surgem na sequência de situações stressantes e que, por isso, tendem a desaparecer com o tempo; logo, o melhor mesmo é ignorá-los. Se estiver constantemente a chamar a atenção da criança para o facto de esta apresentar tiques, essa atitude, embora bem-intencionada, só contribui para acentuar o problema e para a fragilização da autoestima da criança. Nesta situação é fundamental tranquilizar a criança dizendo-lhe que em pouco tempo o tique irá desaparecer. Após ter passado esta mensagem, o adulto deve ter uma postura coerente, não recriminando nem fazendo observações negativas sempre que o tique surja.

Carla Pinhal
Psicóloga

1º ENCONTRO
2 ABRIL 2017 LEIRIA

BRIS4 DO LIS

PROGRAMA:

- Receção dos participantes no Museu de Leiria
- Passeio pela cidade
- Prova de vinhos na Vidigal Wines
- Visita à Nascente do Rio Lis
- Visita às Instalações da Lizauto – Leiria
- Almoço no restaurante A Grelha

Há surpresas!!!

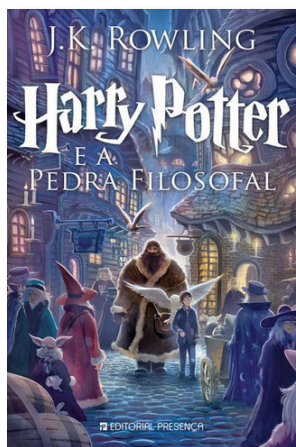
Inscrições/Informações:
M 4lbrisadolis@gmail.com F www.facebook.com/pg/4L-Brisa-do-Lis
919481270 | 916949066

ORGANIZAÇÃO:

PARCEIROS:

APOIOS:

Harry Potter e a Pedra Filosofal de J.K.Rowling



Harry Potter é antes de mais o fenómeno editorial de 1999. É-o porque demove crianças de jogos de computador e de infundáveis horas frente ao televisor. É-o porque está traduzido em cerca de 30 idiomas. É-o porque tem angariado os mais

importantes prémios de literatura infanto-juvenil. É-o, por fim e entre outras inúmeras razões, porque ocupa há meses consecutivos os primeiros lugares das mais importantes listas de vendas mundiais. Mas Harry Potter, o personagem dos livros de J. K. Rowling, não é um herói habitual. É apenas um miúdo magricela, miope e desajeitado com uma estranha cicatriz na testa, estranha, de facto, porque afinal encerra misteriosos poderes que o distinguem do cinzento mundo dos muggles (os complicados humanos) e que irá fazer dele uma criança especialmente dotada para o universo da magia.

Admitido na escola Hougarts onde se formam os mais famosos feiticeiros do mundo, Harry Pot-

ter irá viver todas as aventuras que a sua imaginação lhe irá proporcionar. Um grande sucesso editorial que os mais jovens adoram e que apetece também aos adultos.

Apesar de estar adaptado ao cinema, a obra escrita é muito mais rica e merece ser lida. O público português vai poder assistir pela primeira vez ao concerto com a música ao vivo de Harry Potter e a Pedra Filosofal, interpretada pela Orquestra Filarmónica das Beiras, acompanhando a projeção daquele que é um dos filmes mais acarinhados da História.

A Orquestra Filarmónica das Beiras com mais de 90 elementos vai interpretar em concerto, a banda sonora de Harry Potter e

a Pedra Filosofal, no dia 20 de maio, no MEO Arena - um espetáculo que faz parte da série de filmes-concerto Harry Potter. O concerto inclui a interpretação ao vivo da orquestra sinfónica, que acompanha o filme e cada nota de Harry Potter e a Pedra Filosofal. O público vai poder reviver a magia do filme em alta definição num ecrã de gigante, enquanto ouve a orquestra tocar a inesquecível banda sonora criada por John Williams.

O filme exibido será a versão original legendada em português. Vale a pena ler primeiro o livro!

Ana Carla Gomes

XV Meeting de Orientação do Centro

O Clube de Orientação do Centro (COC) aceitou o desafio da Federação Portuguesa de Orientação (FPO) e organizou no passado fim-de-semana, dias 14 e 15 de janeiro, a primeira prova da Taça de Portugal Vitalis de Orientação Pedestre 2017, com o XV Meeting de Orientação do Centro (XV MOC).

Com os apoios da Câmara Municipal de Leiria, da Junta de Freguesia do Coimbrão e da União de freguesias de Monte Redondo e Carreira e Regimento de Artilharia 4 o Clube Leiriense recebeu mais de 589 participantes na belíssima paisagem da Lagoa da Ervedeira.

Participantes XV MOC		
Escalões	Dia 1	Dia 2
Abertos	65	46
Formação (H/D10-12)	34	24
Jovens (H/D 14-18)	90	76
Juniors (H/D 20)	21	23
Seniores (H/D21)	72	72
Veteranos (H/D 35-75)	157	153
Total	439	394

A época de Orientação Pedestre 2017 teve início com duas etapas de distância média, sendo

a classificação final do evento obtida pelo somatório das duas etapas.

Estreante no escalão de Elite, Filipa Rodrigues da Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA, Évora) foi a vencedora no feminino e Rafael Miguel do Clube de Orientação de Estarreja (Ori-Estarreja, Estarreja) foi o vencedor no masculino.

Após 2 meses sem provas, Filipa afirmou ter sentido dificuldades em entrar no mapa na primeira etapa, deixando assim uma diferença de 1min55seg para Carolina Delgado (GD4C, Matosinhos) que venceu esta primeira etapa. Já no segundo dia, Filipa saiu na frente, deixando uma distância de 3min06seg de Carolina, levando-a ao 1º lugar no pódio. Magalie Mendes (COC) manteve o seu 3º lugar em ambas as etapas.

Tiago Gingão Leal do Grupo Desportivo dos 4 Caminhos (GD4C) entrou na época com o “pé direito”, dando um avanço de 08min03seg a Rafael Mi-

guel na 1ª etapa. No segundo dia, Leal devido a uma lesão não participou, deixando a vitória para Rafael, que disputou o lugar com Pedro Duarte (ADFA) que terminou com 42seg de diferença. Na classificação final Rafael ocupou o 1º lugar, seguido do seu colega de equipa, Rafael Ramos, que em ambas as etapas manteve o 3º lugar, e em 3º lugar Luís Leite (GD4C), que em ambas as etapas ocupou o 4º lugar.

No que diz respeito aos resultados coletivos, a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA) conquistou o lugar mais alto do pódio com 3551,62 pontos, a segunda posição foi para o Clube de Orientação de Estarreja (Ori-Estarreja) com 3043,17 pontos, a terceira posição foi para o Grupo Desportivo dos 4 Caminhos (GD4C) com 2964,58 pontos.

No domingo, o clube Leiriense organizou em simultâneo o 32º Ori-família. O Ori-família é uma atividade desenvolvida pelo clube desde 2011, com o

objetivo de divulgação da modalidade, levando as famílias a experimentarem e iniciarem-se, ensinando-lhes os “primeiros passos” da Orientação. Num total de 4 percursos, com diferentes níveis de dificuldade (AE-IOU, ABC, Desafio e Aventura), estiveram presentes 105 participantes com diferentes escalões etários.

Ori-Família	Participantes
<6 Anos	12
7 - 12 Anos	23
13 - 18 Anos	14
19 - 35 Anos	15
36 - 60 Anos	40
> 60 Anos	1
Total	105

O Clube de Orientação do Centro já tem agendada o seu próximo desafio organizativo que será na cidade de Leiria e na Vila de Porto de Mós, de 17 a 18 de junho de 2017.

Informa-te em www.coc.pt

Clube de Orientação do Centro