

MONTE REDONDO & CARREIRA



ORGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA

INFOMAIL

MENSÁRIO LOCAL
ANO 10 // Nº 108
JANEIRO 2020
DISTRIBUIÇÃO
GRATUITA

Cabaz Saudável *Frutas e Legumes*



Educação

**CAMPANHA
DE RECOLHA DE
MEDICAMENTOS
E MATERIAL
HOSPITALAR
NO AERSI**

Pg.4

Notícias

**ABERTURA
DA LOJA
DO CIDADÃO
EM LEIRIA**

Pg.2

Carnaval da Carreira

**CARNAVAL
DA CARREIRA 2020**

Pg.11

Abertura da Loja do Cidadão em Leiria

A Loja de Cidadão abriu ao público dia 16 de dezembro em Leiria, no antigo Paço Episcopal (antiga loja Zara), e foi inaugurada no dia 19 de dezembro, com a presença da ministra da Modernização do Estado e da Administração Pública, Alexandra Leitão. Este novo espaço reúne serviços ligados a várias entidades como a Autoridade Tributária (AT), Segurança Social (ISS), Instituto dos Registos e Notariado (IRN), Agência para a Modernização Administrativa (AMA) e Serviços Municipalizados de Água e Saneamento (SMAS), bem como o Espaço Cidadão e uma Unidade de Gestão.

Como mencionado em notícia do Jornal de Leiria, datada de 10 de janeiro “com a concentração de serviços no mesmo local, o INR «potencia a quantidade e a qualidade do serviço prestado aos cidadãos e empresas de Leiria, evitando múltiplas deslocações a frentes de atendimento fisicamente separadas e os inerentes custos”, ao mesmo tempo que se contribui, “comprovadamente, para uma melhor gestão dos recursos humanos e materiais disponíveis e para o consequente aumento dos



níveis de eficiência e eficácia do serviço público disponibilizado», explica fonte do Ministério de Justiça”.

No piso zero da Loja do Cidadão encontra-se o Espaço Cidadão, um novo conceito de atendimento que pressupõe um atendimento digital assistido, fomentando a literacia digital apoiada por um funcionário. Neste mesmo piso encontram-se também alguns serviços referidos acima como o IRN, Se-

gurança Social e Autoridade Tributária (Finanças). No que toca aos serviços prestados pelas Finanças, esta apenas abrange a segunda repartição, sediada no Centro Comercial Maringá, pelo que a primeira repartição mantém-se em funcionamento normal.

Já no piso um encontramos os serviços do SMAS, o back office da Autoridade Tributária e ainda o Contact Center da Agência para a Modernização Ad-

ministrativa. Em relação ao atendimento prestado pelo SMAS - Serviços Municipalizados de Água e Saneamento, todos os serviços inerente a esta instituição, situada na rua Machado Santos, designadamente, pagamentos, requisições de contadores, entre outros, passarão a estar disponíveis na Loja de Cidadão.

Nos primeiros dias de 2020, a afluência à Loja de Cidadão teve um incremento significativo. Conforme dados fornecidos pelo Município de Leiria, em nove dias (nas duas primeiras semanas) foram atendidas 5956 pessoas.

Fonte: Jornal de Leiria e Câmara Municipal de Leiria

Fotografias: Câmara Municipal de Leiria

● Ficha Técnica

DIRETORA: Céline Gaspar

DIRETORES ADJUNTOS:

Carlos Alberto Santos e Lina António

CHEFE DE REDAÇÃO: Marta Rodrigues

**REDAÇÃO/PUBLICIDADE/
ASSINATURAS E SERVIÇOS
ADMINISTRATIVOS:**

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

COLABORADORES:

AERSI - Agrupamento de Escolas

Rainha Santa Isabel

Ana Carla Gomes

Carla Pinhal - Psicóloga

Casa da Criança Maria Rita Patrocínio

Costa

DECO CENTRO

Mónica Ferreira - Coach

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

TIRAGEM: 2330 exemplares

Furou um pneu num buraco? O que pode fazer?



Na eventualidade de passar por um buraco, não sinalizado, numa estrada e furar o pneu, sabe que pode pedir um reembolso às entidades responsáveis pela manutenção da via? O que deve então fazer?

Deverá desde logo chamar as autoridades policiais ao local, para que possam elaborar o auto de notícia, onde serão descritos os factos. Esse documento será essencial para que possa pedir o reembolso.

O agente da autoridade vai elaborar o chamado auto de notícia, que é pago pelo condutor, com a descrição do acidente. Apesar

de se considerar facultativo, o auto de notícia é fundamental para provar as condições e o local exato do embate. Além de fotografar o local e o estado da viatura, tome nota de nomes e meios de contacto de condutores ou passageiros que tenham presenciado o acidente. Se tiver de levar o caso a tribunal, as testemunhas são essenciais.

Seguidamente, cabe ao consumidor, preencher o requerimento de participação de ocorrência onde deve apresentar o pedido de reembolso, ou seja, o pagamento das despesas de reparação do pneu danificado, e dirigi-lo às entidades competentes seja a câmara municipal, a Infra-

estruturas de Portugal, ou uma concessionária de uma autoestrada. É essencial neste requerimento juntar o referido auto de notícia.

Ao requerimento deve também ser anexada a declaração da seguradora em como não houve participação da ocorrência e o documento comprovativo dos danos alegados. Se não tiver ainda reparado o automóvel, deve apresentar orçamento completo, com discriminativo de trabalhos e valores de mão-de-obra por hora para a reparação. Caso a viatura já tenha ido à oficina, deve apresentar fatura/recibo.

Alertamos para o facto de que se o carro sofrer um furo ou outro inciden-

te devido a um motivo de força maior (condições climáticas, por exemplo), a entidade gestora fica isenta de responsabilidades.

Para mais informações consulte o site www.deco.proteste.pt.

● DECO CENTRO

Os leitores interessados em obter esclarecimentos relacionados com os seus direitos enquanto consumidores, bem como resolver os seus problemas, podem recorrer ao Gabinete de Apoio ao Consumidor da DECO, bastando, para isso, escreverem para a DECO - Rua Padre Estêvão Cabral, 79-5º, Sala 504-3000-317 Coimbra ou para deco.coimbra@deco.pt

Missão Trevo dinamiza, a partir do Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel, campanha de recolha de medicamentos e material hospitalar para Soga



Grupo de alunos do 11.º A, com a Sr.ª Diretora Adélia e as professoras coordenadoras da campanha, Ana Sequeira Filipe e Sónia Rodrigues, em representação da comunidade solidária da Escola Rainha Santa Isabel, de Carreira.

O grupo de voluntariado, Missão Trevo, constituído por elementos de várias proveniências, faz balanço da **campanha de recolha de medicamentos e material hospitalar** dinamizada a partir do Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel, por alunos do 10.º e 11.º anos de Carreira, em sistema de rede com o Agrupamento de escolas de Alvaiázere e a comunidade de Almofter. O material angariado contou com a participação dos alunos e professores



Grupo de alunos dinamizadores da campanha de recolha de medicamentos e material médico no Agrupamento de escolas de Alvaiázere, liderados pela aluna Raquel Cristóvão, jovem membro do grupo de voluntariado Missão Trevo

de todos os anos de escolaridade, em Carreira e Alvaiázere, bem como com a colaboração de Encarregados de Educação e outros elementos das comunidades de Almofter, Alvaiázere e Carreira. Os bens angariados (medicamentos para a malária e outras maleitas, material médico, escovas e pastas de dentes) superou todas as expectativas, revelando grande sentido de cuidado para com o outro e de solidariedade por parte dos colaboradores desta causa. O resultado de todo este trabalho será enviado para a ilha de Soga, na Guiné Bissau, através da Associação SOGA, que visitará os nossos afilhados em Janeiro.

A Missão Trevo agradece a todos quantos se uniram por esta causa, desejando Festas Felizes a todos os colaboradores e amigos. Nenhum obstáculo será grande se a vontade de vencer for maior!

● AERSI

O Natal dos “Pequenitos” da Casa da Criança



O Natal é uma época de sonho, magia, esperança, solidariedade, amor e família!

Nesta época, em todas as casas, escolas e outras organizações acontecem inúmeras atividades natalícias: decoram-se os espaços, escolhe-se e enfeita-se o pinheiro e/ou o presépio, cozinham-se pratos especiais e doces tradicionais, enviam-se e recebem-se cartões de natal e voltamos a ouvir músicas que atravessaram gerações e fazem parte da magia de Natal.

No início, para as crianças, o Natal significa apenas presentes e Pai Natal, mas ao viverem todos estes e outros rituais ao lado dos adultos percebem aos poucos o verdadeiro significado do Natal. Por isso é tão importante envolver as crianças em todos os preparativos, seja na escola, que reflete uma cultura natalícia laica, seja em casa, vivenciando os usos, costumes e crenças das suas famílias.

Na nossa escola, fizemos tudo isso e mais

ainda, ouvimos histórias e canções de natal, construímos os enfeites da árvore de Natal, descobrimos a

canela, fizemos postais e presentes que as crianças partilharam com as respectivas famílias.

A vivência destas tradições, tão enraizadas na nossa cultura, promovem e valorizam não apenas a interação da escola com as famílias mas reforçam ainda a identidade social e cultural que partilhamos.

Foi um Natal muito Feliz e agora desejamos a todos um...

BOM ANO NOVO!!!

● Casa da Criança
Maria Rita
do Patrocínio Costa

Agrupamento 1054 Monte Redondo apresenta:

Casa das Sopas

1 de fevereiro

na sede "Os Magníficos" abertura às 16h

6 tijolos
3 tijolos dos 6 aos 12 anos
1 tijolo até 5 anos

Reserve o seu lugar com um dirigente ou contacte 915 473 233

CABAZ SAUDÁVEL

“O nosso objetivo é reduzir a pegada ecológica e diminuir a distância entre o produtor e o consumidor.”

O projeto «Cabaz Saudável» consiste na produção legumes e frutas que são entregues diretamente ao consumidor final. Os produtos são sempre frescos e da época. São também agro-ecológicos, ou seja, são produzidos num regime não intensivo e em quantidades não industriais, num sistema de agricultura sustentável e ao ritmo da natureza. Os cabazes estão pensados para as necessidades do dia a dia, têm sempre vários legumes para a sopa e vegetais diversos para saladas e frutas.

As pessoas responsáveis e que estão à frente



deste projeto são a Neide Teixeira e a Fátima Capitão. A Fátima sempre trabalhou

na agricultura e a Neide, desde outubro de 2018, anda a fazer a formação

de Jovem Agricultor. Não existem instalações específicas dedicadas a este projeto, porque os produtos não são armazenados (com exceção dos sazonais), mas a morada principal fica no Pinheiro, na União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira.

Os produtos do Cabaz Saudável diferenciam-se, porque são cultivados ao sabor do tempo com métodos tradicionais em terrenos de pequenas dimensões que, entre culturas, vão repousando. Batatas, curgetes, alfaces, tomates, couve lombarda, couve corte, couve coração, cal-



do verde, nabiça, grelos, alho francês, espinafres, brócolos, cebolas, cenouras, maçãs, peras, laranjas, morangos, ameixas, ervas aromáticas, ovos, alguma doçaria tradicional, mel, e outros doces artesanais, assim como os produtos sazonais, fazem parte do Cabaz Saudável.

O Elpídio Francisco, que integra o projeto em part-time e, entre outras tarefas, trata da parte da divulgação e promoção do Cabaz Saudável nas redes sociais, referiu que “esta ideia surgiu com um projeto que existe a nível nacional, o «Projeto Fruta Feia», que consiste na distribuição de frutas com um aspeto menos bonito, mas que acabam por ser das melhores.

O projeto teve início em março de 2018, nessa altura só com entregas nas zonas de Pombal e Leiria.

O Cabaz saudável consiste na produção e entrega diretamente aos clientes de produtos caseiros, criados

de forma tradicional, com recurso a uma agricultura «à maneira antiga».

O processo de encomenda tem início através da página do Facebook do Cabaz Saudável, na qual todas as semanas é publicada a lista de produtos que estão disponíveis para aqueles dias e é a partir dessa lista que os clientes compõem o seu cabaz. Na manhã do dia da entrega, os produtos são colhidos, distribuídos pelos cabazes e entregues na morada solicitada pelo cliente.

Neide Teixeira refere que «todas as quartas-feiras, fazemos entregas em Pombal e na Figueira da Foz e, às sextas, em Vieira de Leiria, Marinha Grande e Leiria».

Existem dois tipos de cabazes: o Cabaz médio, que contém 8 variedades e o Cabaz Grande com 12 variedades. O cliente escolhe os produtos que quer adquirir e faz a encomenda.

Para encomendar um Cabaz Saudável, basta abrir

a página do Facebook, selecionar o tipo de Cabaz pretendido, escolher os produtos que deseja e, por fim, desfrutar do verdadeiro sabor das frutas e legumes.

Também é possível encomendar ovos, visto que são produtores certificados com marca de exploração própria, e «mel da fraga», sendo este último produzido por um apicultor vi-

zinho, o senhor António Domingues.

Elpídio Francisco realça que «estes produtos distinguem-se, porque são mais frescos e saborosos, visto serem produzidos no modo de agricultura tradicional, ou seja, não é uma agricultura intensa nem industrial. Além disso, não usamos produtos químicos, apenas recorremos ao estrume, proveniente do excremento dos animais. Os produtos são criados ao ritmo da Natureza, conforme o tempo permite, por isso, nem sempre temos todos os produtos, visto que, por vezes, alguns não se desenvolvem ou são afetados por algumas pragas.»

● Ana Carla Gomes



COMPRE JÁ A MONOGRAFIA
MONTE REDONDO,
TERRA,
PATRIMÓNIO,
HISTÓRIA.

apenas
38€

“Esta é uma obra que pretende consagrar a história e a memória das nossas gentes, porque ‘revelar o passado é valorizar o presente’. A próxima década será de grande desenvolvimento para esta área geográfica e que um próximo capítulo poderá ser escrito. O papel que, em breve, desempenharemos no conselho de Leiria fará jus a todo o empenho das gentes desta terra.”

- Céline Moreira Gaspar, Presidente da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira -

MONTE REDONDO, CARREIRA
ONDE A VIDA ACONTECE

CABAZ SAUDÁVEL

Rua Moinho das Freiras, N.º3
Pinheiro 2425-61 Monte Redondo, Lra.
www.facebook.com/cabazsaudavel
geral@cabazsaudavel.pt
www.linktr.ee/cabazsaudavel

A Gestão das Emoções



Mais um ano que passa e novamente voltamos ao "problema" recorrente, lidar com os sentimentos.

Os problemas na gestão das emoções são uma causa frequente na procura de acompanhamento psicológico. Muitas vezes procuramos ajuda de um psicólogo porque nos sentimos a sucumbir à tristeza, ou porque não controlamos a nossa raiva e agressividade, ou porque não conseguimos sentir alegria e entusiasmo pela vida, entre outros problemas de foro emocional.

Tendencialmente "dividimos" as emoções em dois tipos: as agradáveis (como a alegria, o entusiasmo, o

amor) e as desagradáveis (como a tristeza, a zanga, o medo, a vergonha). As primeiras são, normalmente, socialmente aceites e incentivadas. As desagradáveis, pelo contrário, são geralmente temidas e vistas como algo a esconder, frequentemente até de nós próprios.

Por estranho que possa parecer, as emoções, mesmo as desagradáveis, têm um papel fundamental na nossa vida.

O Papel das emoções

As emoções não são boas nem más, podem ser umas mais agradáveis e outras mais desagradáveis, mas são todas funda-

mentalmente adaptativas, o que significa que nos orientam para a sobrevivência. De certa forma, o que as emoções fazem é regular a nossa atenção, controlando o ambiente à nossa volta para situações de relevância adaptativa e alertando a nossa consciência para essas situações.

Apesar de todas nos orientarem para a sobrevivência, têm funções diferentes umas das outras:

As emoções desagradáveis protegem-nos do perigo têm objectivos e orientam-nos para ações específicas;

As emoções agradáveis motivam-nos para explorar o mundo que nos rodeia

de forma proactiva e restituem o equilíbrio depois de experiências emocionais desagradáveis.

A zanga e o medo alertam-nos para o perigo; a compaixão ou empatia permite-nos responder à dor dos outros; a tristeza e o amor aproximam-nos das pessoas; a vergonha e a culpa avisam-nos para a possibilidade de exclusão do grupo; a alegria engrandece a vida e promove a busca de felicidade.

Componentes emocionais

As emoções têm uma componente autorreguladora (as emoções informam-nos dos nossos estados internos e moti-

vam-nos para responder às nossas necessidades no momento), uma componente comunicacional (as emoções informam os outros de como nos sentimos e incitam a que reajam conforme as emoções que pressentem em nós, guiam as nossas vidas, especialmente nas relações com os outros), uma componente motivacional e de ação (as emoções estabelecem objectivos prioritários e organizam-nos para ações específicas).

Por exemplo:

O medo, ao alertar-nos para o perigo, estabelece o objectivo de escape e orienta-nos para a ação de fuga.

A raiva, ao sinalizar perigo à minha dignidade/ao meu crescimento, ou uma injustiça, estabelece o objectivo de ultrapassar obstáculos, corrigir a situação ou prevenir que se repita, e orienta-nos para o ataque.

A alegria, por sua vez, orienta-nos para nos abirmos ao exterior e aproximarmos-nos dos outros.

As emoções determinam ainda a nossa interpretação dos acontecimentos, de certa forma precedem a razão: a emoção sinaliza o perigo, a razão dá sentido à experiência; a emoção estabelece os objectivos, a razão ajuda a atingi-los. Mas ambas estão profundamente interligadas: sem a emoção a nossa razão não sabe sobre o que atuar, sem a razão a nossa emoção fica perdida ou descontrolada, não sabe como atuar.

Quando é que as emoções podem ser problemáticas?

As emoções, ao estarem presentes nas nossas vidas desde muito cedo, antes mesmo de conseguirmos pensar/raciocinar, têm um papel muito importante na nossa aprendizagem e uma influência profunda na nossa experiência, no nosso comportamento e na forma como interagimos com os outros. Ao longo do nosso desenvolvimento, vamos sendo expostos a situações que desencadeiam determinadas emoções. O registo destas nossas experiências subjetivas, repletas de carga afectiva, constituem a forma como nos vemos a nós próprios, ao mundo e aos outros, e as nossas tendências de ação. Assim, influenciam de forma automática o significado que atribuímos às situações com que nos deparamos no presente e determinam as nossas respostas emocionais e cognitivas conscientes.

Logo, se expostos de forma prolongada e/ou repetitiva a situações que desencadeiam, por exemplo, emoções de vergonha, especialmente na infância, tendemos, mesmo em adultos, a estar, por um lado, parti-

cularmente alerta para situações em que somos humilhados ou nos sentimos desadequados, e aprendemos, por outro, que o mundo é um lugar onde as pessoas nos humilham e/ou com o qual não temos competência para lidar. De certa forma, a emoção vergonha, adequada às situações de humilhação ou descrédito vividas no passado, poderá ter deixado de estar adequada no presente, mas de tão enraizada, continua a orientar a nossa atenção e a nossa ação.

Quais são as soluções?

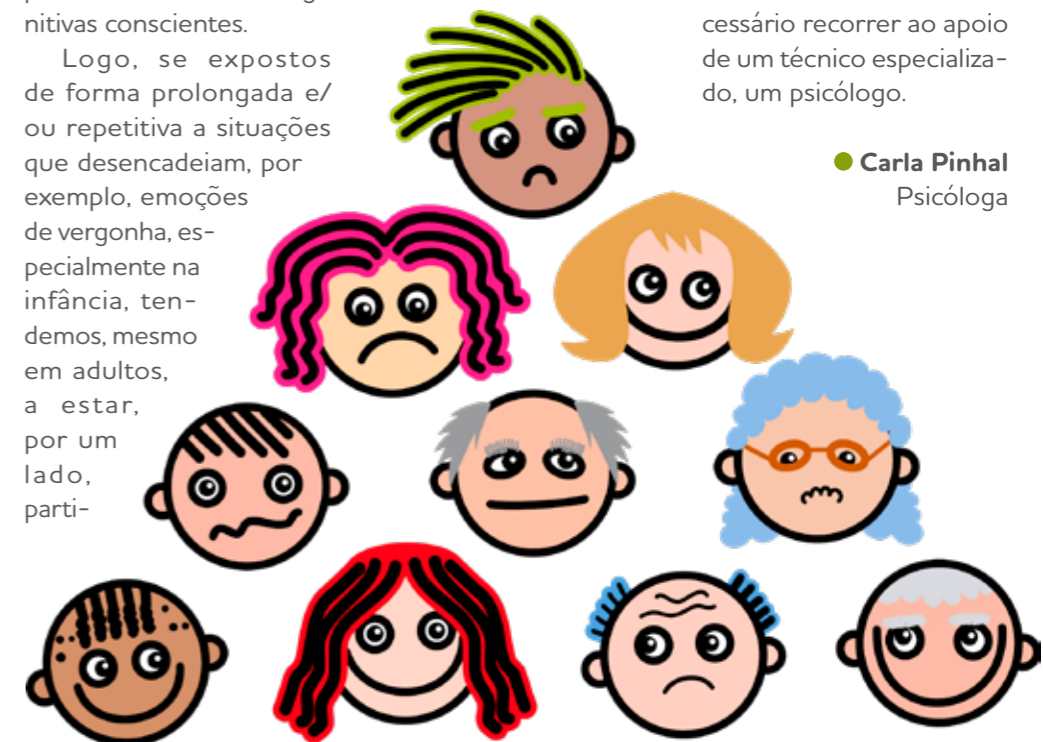
A resposta é a Regulação Emocional. O importante ou desejável não é anular os nossos sentimentos negativos ou deixar de ter sentimentos de todo, mas poder regulá-los, de forma a sermos nós a controlá-los a eles e não eles a controlar-nos a nós.

Mas o que é isto de regulação emocional?

A regulação das emoções tem dois componentes: por um lado é importante regular a experiência emocional, por outro regular a expressão emocional. É importante, de facto, distingui-los: experienciar uma emoção não implica necessariamente intervir, e mesmo expressá-la não tem de ser feito de uma forma dura e inapropriada. Na regulação da experiência emocional, é importante permitirmo-nos aceder às nossas emoções, entrarmos em contacto com elas, para as podermos simbolizar (dar-lhes um significado coerente) e integrá-las na nossa visão de nós próprios (reconhecermos que elas fazem parte de nós).

Frequentemente este trabalho não é fácil de realizar sozinho, é importante que o ambiente familiar seja seguro, mas, por vezes, não é suficiente, sendo necessário recorrer ao apoio de um técnico especializado, um psicólogo.

● Carla Pinhal
Psicóloga



Ter a audácia para mudar não é para todos, requer consciência, determinação e resiliência



A recente entrevista da Raquel Tavares, no programa da Cristina, anunciou que não irá mais cantar é um excelente exemplo.

Peguemos nele.

Esta rapariga sempre desejou ser jornalista. Ser fadista, tornar-se na figura pública que é, foi algo que se montou quase por um arrasto natural de uma série de acontecimentos. Contudo e apesar de ter passado os seus limites de dignidade, a Raquel tomou consciência de que neste momento da sua vida, já não lhe faz sentido conti-

nuar como está.

E isto, é de uma enorme coragem. Quantos de nós andamos anos, (ela andou, eu própria andei) e uma vida inteira infelizes, a vitimizar-nos das situações, a culpamos o chefe, a empresa, o colega, o governo, o tempo, a família ou a cidade onde nascemos. A vivermos em relações, trabalhos ou situações que não nos trazem o mínimo de bem-estar, sem a coragem para dizer: isto já não me faz feliz. Basta! Vou em busca daquilo que realmente me faz. E quando não sabemos, porque às vezes não

sabemos, procuramos, experimentamos, perguntamos, até encontrar. Temos é acreditar que é possível! Porque de facto é!

Contudo, requer coragem admitir que:

Somos os responsáveis pela nossa felicidade! Sim, você é responsável pela tua felicidade! Mais ninguém!

É preciso parar para perceber como estamos? Tomar consciência do que é que o faz infeliz ou feliz?

Ter a determinação para arregaçar as man-

gas e correr, lutar, **trabalhar todos os dias** para a sua felicidade. Esteja ela num outro trabalho, curso, num negócio próprio, numa relação ou sozinho/a, numa melhor estabilidade financeira, num velho hábito a eliminar ou num novo a criar.

Ter a resiliência para repetir o processo tantas vezes quantas forem necessárias! Porque o que me faz feliz hoje, pode não fazer amanhã. Porque estamos constantemente em mudança e crescimento e isso faz com que nada seja estanque, nem igual para sempre.

Ninguém nasceu para ser infeliz, **a nossa missão neste mundo é ser feliz.**

Agora **temos duas opções:**

Escolhemos ser a vítima e acreditar que a vida é uma porcaria, cinzenta e sem brilho.

Escolhemos agarrar as rédeas e ser responsável pela nossa vida, pela nossa felicidade e todos os dias trabalhar consistentemente para isso, sem desculpas, sem acusações, sem vitimizações. Com audácia para admitir as falhas e persistência para melhorar a cada dia a consciência, as escolhas, os resultados.

SABE PORQUÊ? PORQUE VOCÊ TEM ESSE PODER! TEM O PODER DE ESCOLHER!

O que vai escolher para si?

● **Mónica Duarte Ferreira**
Coach

Carnaval da Carreira

A Associação Cardinal Surpresa, sediada na Carreira e organizadora do tradicional "Carnaval da Carreira", é uma Associação de cariz cultural e desportivo, sem fins lucrativos, vocacionada para a promoção, dinamização e organização de eventos carnavalescos e outros eventos culturais.

O tradicional desfile carnavalesco é reconhecido pelos seus benefícios ligados ao divertimento e lazer. Para muitos, trata-se de uma mera brincadeira, contudo, é também uma oportunidade de socializar, ajudando os participantes a trabalhar para o divertimento que se pretende ser geral. A prática deste evento contribui, ainda, de forma muito significativa,

para engrandecer a Carreira. O desfile Carnavalesco da Carreira é um evento que só se torna possível pelo esforço de cada um dos seus participantes, dos responsáveis e amigos desta Associação, de alguns apoios do comércio e empresas e da Junta de Freguesia da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira.

Como principais objetivos a Associação visa proporcionar aos visitantes momentos de puro divertimento, de riso e de descontração, aliados à sátira e crítica brejeira, representada nos diversos carros alegóricos que fazem parte do desfile.

Este ano será realizado o 23º Desfile Carnavales-

co que contará com a presença de um grupo musical de concertinas, composto por quatro elementos, nos dias 23 e 25, assim como, alguns carros alegóricos, os famosos cabeçudos, os respetivos reis e vários personagens que desfilam a pé.

Nos dias 22, 23, 24 e 25 de fevereiro realiza-se o baile que inicia por volta das 21h00, terminando às 00h00, exceto dia 22 e 24 em que este terminará pelas 3h00 do dia seguinte. Dia 22 (sábado) contamos com Nelson Marto e DJ Vito M., dia 23 (domingo) o Duo Renascer, dia 24 (segunda feira) D'arromba e DJ Nuno Fernandez e dia 25 (terça feira) com Luis David.

Para que tudo corra com

normalidade e evitando riscos desnecessários, contamos ainda com quatro elementos da GNR nos dias 23 e 25 durante o desfile, e dois elementos dos Bombeiros Voluntários de Leiria - 5ª Companhia de Monte Redondo, com a presença de uma viatura de emergência.

Para a realização dos festejos a Rua Principal desde o Largo de S. Jorge até à sede do Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel estará cortada ao trânsito pelo que deverão ser usados os acessos alternativos.

Visite-nos e traga o seu disfarce, a animação será por nossa conta!

● **Associação Cardinal Surpresa**



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

www.funeraria-domingues.com
funerariadomingues@gmail.com



Carnaval da Carreira
22, 23, 24 e 25 Fevereiro

Sábado 22
21h00 - Nelson Marto
23h00 - Di Vito M.

Domingo 23
14h00 - Desfile Carnavalesco com carros alegóricos e concertinas
21h00 - Duo Renascer

Segunda 24
21h00 - D'arromba
23h00 - Di Nuno Fernandez

Terça 25
14h00 - Desfile Carnavalesco com carros alegóricos e concertinas
21h00 - Luis David
22h00 - Sorteio das rifas

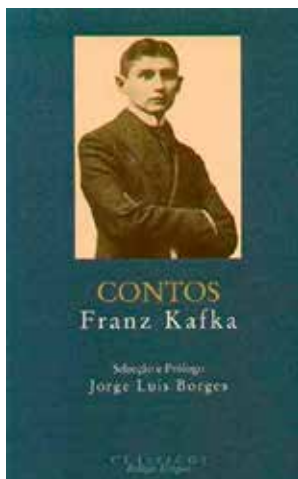
PORCO NO ESPETO, PÃO COM CHOURIÇO E FARTURAS

Apoio: MONTE REDONDO CARREIRA

NOS DIAS DO DESFILE, NÃO É PERMITIDO VENDEDORES AMBULANTES DENTRO DO RECINTO CARNAVALESCO
Cardinal Surpresa - Associação não se responsabiliza por eventuais acidentes que ocorram durante o desfile.

Sugestões de Leitura

CONTOS de Franz Kafka



Franz Kafka nasceu em 1883, em Praga, numa família da média burguesia judia de expressão alemã. Tendo concluído os estudos jurídicos com o título de Doutor em Direito em 1906, começou dois anos depois a revelar os seus pri-

meiros textos em revistas literárias. A *Metamorfose*, novela que viria a afirmar-se como uma das suas obras de referência, foi publicada em 1915. Publicou em vida apenas sete pequenos livros, três deles antologias de textos e contos. A 3 de junho de 1924, não resistindo à tuberculose que havia contraído em 1917, morreu num sanatório em Kierling, a poucos quilómetros de Viena, deixando três romances fragmentários que seriam publicados postumamente pelo seu amigo e testamenteiro Max Brod: *O Processo* (1925), *O Castelo* (1926) e *América* (1927). A sua obra, centrada no homem solitário moderno, refém de uma

vida absurda, tornar-se-ia uma das mais influentes do mundo literário do século XX.

Kafka publicou apenas sete pequenos livros, todos incluídos em «Os Contos, 1.º volume, textos publicados em vida do autor». Paralelamente escreveu dezenas de contos, uns, mais ou menos «completos», outros, fragmentários, outros ainda em versão de esboço. O volume que aqui se apresenta traça um limite na seleção de textos que recai no ano de rutura de 1917, marcado pelo diagnóstico da doença pulmonar de Kafka, que o obriga a uma longa estada no campo (do outono de 1917 até à primavera de 1918), na localidade histórica de Zürau, numa quinta de sua irmã Ottilia, e que repre-

senta uma viragem na sua produção literária.

“A elaboração, em Kafka, é menos admirável que a invocação. Homens, há apenas um na sua obra: o homo domesticus - bem judeu e bem alemão -, sequioso de um lugar, mesmo que o mais humilde, numa qualquer Ordem; num universo, num ministério, num asilo de loucos, na prisão. O argumento e o ambiente são o essencial; não as evoluções da fábula nem a penetração psicológica. Daí a primazia dos seus contos sobre os seus romances; daí o direito a afirmar que esta antologia de contos nos dá integralmente a medida de tão singular escritor.” Do Prólogo de Jorge Luis Borges

● Ana Carla Gomes

CLÍNICAS
DENTÁRIAS
EXCELÊNCIA[®]

+ ALTA TECNOLOGIA[®]
&
MÁXIMA CONFIANÇA[®]



PME líder '18



PME excelência '16

244 684 600
medicis.pt |  

medicis

