

MONTE REDONDO & CARREIRA



ÓRGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA

REPORTAGEM

UNIDADE LOCAL DE PROTEÇÃO CIVIL DA UNIÃO DAS FREGUESIAS DE MONTE REDONDO E CARREIRA

//Pag.6 E 7



EDUCAÇÃO

Marta Pinhal representa Portugal em Bilbao //Pag.2

CULTURA

**Festival Teatro
Novos Ventos** //Pag.3

CULTURA

**CRÓNICAS DE UMA
PHYLARMÓNICA**
Audição da Escola de Música, da
Filarmónica de Monte Redondos //Pag.8

MARTA PINHAL REPRESENTA PORTUGAL EM BILBAU

O ano de Francisco Rodrigues Lobo – quando a poesia e a ciência se encontram foi o projeto da autoria de Filipa Dinis, Luana Silva e Marta Pinhal que lhes deu acesso a representarem Portugal e Leiria, na 10ª edição do Elhuyar Zientzia Azoka, uma feira de ciência para alunos do ensino secundário, na cidade de Bilbao, no norte de Espanha.

As alunas da Escola Secundária Francisco Rodrigues Lobo foram desafiadas a elaborar um projeto para apresentar no concurso **Jovens Cientistas**, em 2021, que fosse alusivo às comemorações dos 400 anos da morte do poeta, relacionando-o com a biologia. O trabalho distinguiu-se pela originalidade temática e abordagem interdisciplinar, pois aliou a ciência à poesia.

Além dos 400 euros que ganharam, as alunas rumaram a Espanha entre 2 e 5 de Junho, onde expuseram, num stand, o seu trabalho, que acabou por envolver as disciplinas de Biologia, Português e Inglês.

Marta Pinhal foi a responsável por descobrir a vida e obra de Francisco Rodrigues Lobo, já que Português é o seu forte. Luana Silva e Filipa Dinis fizeram, posteriormente, a relação com a Biologia.



Marta Pinhal tem 17 anos e é residente em Monte Redondo. Fomos conversar com ela sobre o Projeto.

«Há 400 anos, no tempo do poeta Leiriense Francisco Rodrigues Lobo, Leiria apresentava uma paisagem desconhecida nos tempos contemporâneos. Em outubro de 1717 mais de 80% do pinhal de Leiria ardeu e as nossas referências ecossistémicas, ainda que repletas de espécies invasoras, foram abaladas e perdemos uma parte da nossa identidade regional.

Aproveitando as comemorações do 4.º centenário da morte de Francisco Rodrigues Lobo, foi-nos proposto, a mim e a duas colegas minhas, realizarmos um projeto para apresentar no 29.º concurso de jovens cientistas em 2021. O projeto intitulou-se “O Ano de Francisco Rodrigues Lobo-Quando a Poesia e a Ciência Se Encontram” e destacou-se, segundo o painel de jurados, pela originalidade temática, abordagem interdisciplinar e relevância para a cidade e para

a nossa comunidade educativa.

O trabalho consistia num estudo dos poemas do poeta já antes mencionado, nos quais era visível, sobretudo entre colegas, o seu interesse pela biologia, e relacionar a paisagem que o poeta descrevia com aquela que nós conseguimos ver hoje em dia. Resultou em duas teias de relações interespecíficas, uma com grande diversidade de mata autóctone, de Fauna e Flora, e outra muito pobre em relações harmónicas e com maior intenção de competição. Sendo a primeira um retrato da Mata de Leiria há 400 anos e a segunda nos dias de hoje.

Defendemos bem o projeto e acabámos em 5.º lugar na 14.ª Mostra Nacional de Ciência, onde fomos agraciadas com um prémio monetário e uma presença na 10.ª edição do *Elhuyar Zientzia Azoka*, uma feira de ciência na cidade de Bilbao no norte de Espanha.

Voámos para Bilbao, viagem paga pela Fundação da Juventude e diversas entidades espanholas e, de 2 a 5 de junho, tivemos a oportunidade de visitar a Universidade do País Basco, receber outros estudantes de secundário no nosso stand e conhecer pontos de interesse da cidade.»

Ana Carla Gomes

DIRETORA:

Céline Gaspar

DIRETORES ADJUNTOS:

Carlos Alberto Santos
e Lina António

CHEFE DE REDAÇÃO:

Mónica Rodrigues

REDAÇÃO/PUBLICIDADE/

ASSINATURAS E SERVIÇOS

ADMINISTRATIVOS:

Rua Albano Alves Pereira nº3
2425-617 Monte Redondo LRA

COLABORADORES:

Ana Carla Gomes
Clube de Caça e Pesca de Monte Redondo
Filarmónica Nossa Sr.ª da Piedade
Mónica Ferreira
Raquel Ferreira
Colégio Dr. Luís Pereira da Costa DECO
CLDS 4G - Leiria Norte

FICHA TÉCNICA

TELEFONES:

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

COMPOSIÇÃO E IMPRESSÃO:

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

DEPÓSITO LEGAL: 362298/13

TIRAGEM: 2350 exemplares

FESTIVAL DE TEATRO

NOVOS VENTOS

O pinhal do Museu do Casal de Monte Redondo acolheu durante três dias várias apresentações, no âmbito do festival de teatro comunitário organizado pelo Leirena.

Foi um fim de semana cheio de teatro e novo circo. No dia 24 de junho, pôde ser visto o produto da residência artística desenvolvida por alunos da Escola Internacional de Circo: o espetáculo “Descontínuo”.

No dia 25, às 21h30, a companhia espanhola La Gata Japonesa apresentou o espetáculo “Los viajes de Bowa”.

No domingo, dia 26, subiram ao palco os quatro espetáculos preparados durante a semana com a população local, envolvendo elementos do ACRDC Sismaria, Agrupamento de Escuteiros nº 1054, Arcude, Colégio Luís Pereira da Costa, Censocar, Filarmónica de Monte Redondo, GD Carreirense, Museu do Casal de Monte Redondo e Os Magníficos.

O festival despediu-se de Monte Redondo no domingo, dia 26, às 21h30, com “Napo-



leão ou o Complexo de Épico”, pela Companhia de Teatro do Chapatô.

Ao longo do fim de semana, passaram pelo espaço do Pinhal do Casal de Monte Redondo, gentilmente cedido pelo senhor João Moital. O Teatro e a Cultura vieram ter com as pessoas numa ligação artística e humana muito importante. O Teatro Comunitário permite uma experiência intergeracional e cultural inesquecível. Muito obrigada ao Teatro Leirena.

Ana Carla Gomes



MAGIA E GLAMOUR NA 21.^a GALA DE FINALISTAS



No passado dia oito de julho, o Colégio Dr. Luís Pereira da Costa celebrou o culminar de uma etapa das três turmas de Ensino Profissional, Técnico de Desporto, Técnico de Informática - Sistemas e Técnico de Comunicação e Serviço Digital.

Após o já tradicional jantar no Restaurante Pinhal da Quinta, alunos, pais, amigos e professores deslocaram-se para o pavilhão do Colégio onde os aguardava um ambiente de glamour, de estrelas, de cinema, justamente o tema da gala deste ano. E foi ao som de Ennio Morricone, pela mão do flautista João Costa e da maestrina Alexandra Curado, que uma plateia comovida assistiu à entrada dos finalistas que se fizeram acompanhar por pais, namorados, amigos...

E a noite prosseguiu num ambiente de magia, de emoções... A elegância da professora Sara Espírito Santo e o charme do ex-aluno Aquiles Pinto conduziram os nossos finalistas na entrega dos seus diplomas, nas homenagens sentidas dos seus Diretores de Turma, Ana Marques e Milton Branco. Aos alunos que se distinguiram nas categorias Aproveitamento e Atitudes e Valores foram atribuídos diplomas pelo Dr. Rui Miranda, Diretor Pedagógico, pelo Presidente da Junta de Freguesia da Bajouca, sr. Nelson Ferreira, pelo sr. Carlos Santos, Tesoureiro da União de Freguesias de Monte Redondo e Carreira, e pelo senhor Joel Ferreira, Tesoureiro do Executivo da Junta de Freguesia do Coimbrão.

As luzes e as cores douradas preenchiem o palco no qual “desfilaram” ex-alunas, como Filipa Costa, com o seu belo momento de ginástica acrobática, a voz melodiosa da aluna Adriana Senhor acompanhada por uma sentida dança da ex-aluna Marta Pinhal e ainda, num último e marcante momento da noite, a voz e presença poderosas da professora Ana Arsénio.

A terminar este grandioso espetáculo, a Presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação do Colégio, e mãe de um dos finalistas, Sandra Pedrosa, proferiu, emocionada, umas breves palavras aos finalistas e respetivas famílias.

E foi num ambiente de felicidade, com o sentimento de dever cumprido e alguma nostalgia, que finalizou esta noite



de estrelas, degustando o saboroso bolo e uma refrescante flûte de champanhe enquanto se ouvia, por todo o pavilhão, “parabéns, parabéns!!” e “já temos tantas saudades!!”.

Professora Vanda Costa

DECO EXIGE FUNDO DE CATÁSTROFE QUE PROTEJA CONSUMIDORES EM CASO DE FENÓMENOS CLIMÁTICOS EXTREMOS

A DECO exige a criação de um Fundo de Catástrofe que proteja os consumidores na ocorrência de fenómenos climáticos extremos, como a onda de calor que atravessamos, sobretudo quando a mesma potencie ou acentue situações que gerem prejuízos para os consumidores; como os recentes incêndios. A DECO endereçou já uma carta ao Governo e aos Grupos Parlamentares a pedir que este Fundo seja criado e regulamentado com urgência.

Para além deste Fundo, a Associação considera fundamental que o Estado imponha

às seguradoras, de forma obrigatória e automática, a cobertura destes riscos, no âmbito de contratos de seguro obrigatórios ou facultativos, mas de forma disseminada.

A DECO recorda que existe uma Lei de Bases do Clima que obriga o Governo a adotar medidas que protejam pessoas e bens em face das alterações climáticas.

Dos mais de 50 incêndios ativos no presente, quase metade deflagram na região centro de Portugal, o que preocupa a DECO Centro, pois os consumidores são aqueles que estão mais vulneráveis a estes de-

sastres. Exemplo disso são os pedidos de ajuda que chegam a esta Delegação, sobretudo de consumidores que revelam dificuldades no acionamento de seguros para cobrir as perdas dos seus bens ou que, simplesmente, não têm capacidade financeira para os subscrever.

Continuamos, também, a acompanhar o trabalho regional e local das autarquias na resposta às Alterações Climáticas, exigindo a criação de Planos de Contingência para a seca e o reforço da literacia climática aos consumidores. A participação dos cidadãos tem permitido à DECO e aos muni-

cípios melhorar a qualidade de vida das comunidades, mas a sua voz é fundamental para a mudança, [https://deco.pt/alteracoes-climaticas/!](https://deco.pt/alteracoes-climaticas/)

Se perdeu os seus bens nos recentes incêndios, a DECO Centro disponibiliza-lhe, durante este mês, um serviço de apoio gratuito em Rua Padre Estevão Cabral, 79-5º, sala 504, 3000-371 Coimbra (239 841 004 | deco.centro@deco.pt) onde poderá contar com a nossa assistência para a análise do seu seguro ou para o ajudar a encontrar mecanismos locais ou nacionais que o possam proteger nesta situação.

CLUBE DE LEITURA - MONTE REDONDO E CARREIRA



Iniciar-se-á, no próximo mês de agosto, o Clube de Leitura de Monte Redondo e Carreira. Um clube aberto à comunidade e que tem como intuito a partilha de leituras e o gosto pela literatura.

Estes momentos ocorrem mensalmente, no último sábado de cada mês, em que cada leitor poderá partilhar, de forma livre, os livros que leu ou que anda a ler.

Venha partilhar as suas leituras de Verão, no dia 27 de

agosto, sábado, pelas 18h00, no Museu do Casal de Monte Redondo.

Para mais informações, envie e-mail para clubeleitura.mrc@gmail.com ou adira ao grupo do Facebook *Clube de Leitura - Monte Redondo e Carreira*.



Raquel Ferreira



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



UNIDADE LOCAL DE PROTEÇÃO CIVIL DA UNIÃO DAS FREGUESIAS DE MONTE REDONDO E CARREIRA

A União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira conta com uma Unidade Local de Proteção Civil, oficialmente constituída a 22 de maio de 2022. Esta estrutura integra, atualmente, 24 elementos, dos quais 15 participaram na formação promovida pela Câmara Municipal de Leiria. A equipa integra pessoas com conhecimentos multidisciplinares e, acima de tudo, integra cidadãos com um conhecimento fundamental do território, da atividade e das pessoas da comunidade.

Paulo Gaspar, presidente da Assembleia de Freguesia, é o coordenador da Unidade Local de Proteção Civil. É uma pessoa que, ao longo dos anos, tem tido uma participação ativa na atividade associativa e social do território, com um conhecimento profundo das suas especificidades e foi eleito de forma democrática pela equipa. Esta é constituída por cidadãos que, de forma assídua, participam na comunidade de diversas formas e que dizem presente continuamente a tudo o que respeita à dinâmica do nosso território, quer através do tecido associativo, quer diretamente na atividade da nossa Junta de Freguesia. São moradores de vários lugares da Freguesia, cidadãos exemplares de uma cidadania ativa e participada:



Ana Carla Gomes; Ana Lígia Mendes; Bruno Pereira; Célia Silva; Cláudia Dias; Emídio Carreira; João Carreira; Lina António; Mário Carvalho, Marta Rodrigues; Nelson Pedrosa; Rosalina Gaspar; Vítor Tomé; Sandra Crespo; Aida Guarda; Carlos Santos; Celso Santos; Luís Mendes; Manuel Crespo; Marco Cordeiro; Marco Rodrigues e Pedro Trigueiros.

No dia 25 de junho, às 21:15, no Teatro Miguel Franco, foram apresentadas oito Unidades Locais de Proteção Civil (ULPC) do concelho de Leiria, que visam fomentar uma maior proximidade com os cidadãos e o território ao nível da proteção civil: Amor, Arrabal, Bajouca, Coimbrão, Marrazes e Barosa, Monte Real e Carvide, Monte Redondo e Carreira e Regueira de Pon-

tes são as freguesias e uniões de freguesias que passarão a contar com uma ULPC, que será liderada pelos respetivos presidentes de junta, a quem foi entregue algum equipamento e vestuário identificativo.

Na cerimónia, Céline Gaspar, presidente da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, referiu que «a valorização da proteção civil, a diferentes escalas, é fundamental para a promoção das pessoas, dos bens e do ambiente. Abraçar o desafio de constituir uma Unidade Local de Proteção Civil no nosso território surge, sobretudo, por identificarmos esta atividade como algo transversal a toda a comunidade onde cada um de nós, individualmente e coletivamente, desempenha um papel basilar como edificador de um território mais resiliente e resistente.

Consideramos que o planeamento eficaz e a proteção eficiente do território têm de





estar em total conexão, pois apenas dessa forma será possível promover uma estratégia capaz de defender os nossos cidadãos, as nossas freguesias e, conseqüentemente, o nosso concelho. Ao longo dos anos, temos vindo assistir, de forma cada vez mais frequente, a vários acontecimentos que obrigaram a população a agir e, neste contexto, sentimos como fundamental a criação de uma estrutura que contribua para uma maior formação e sensibilização da comunidade. Desta forma, no momento de agir, cada cidadão estará, garantidamente, preparado para escolher o caminho certo.

As Unidades Locais de Proteção Civil, integradas ao nível das freguesias, no contexto de todo um Sistema de Proteção Civil, revelam-se eficazes no processo, porque integram elementos conhecedores do território onde intervêm e são, sem qualquer dúvida, elementos-chave neste sistema. As Unidades Locais assumem, assim, um papel preponderante no planeamento e gestão do território, uma vez que as freguesias são as estruturas administrativas mais próximas das comunidades e que mais eficazmente podem atuar, com ações preventivas e/ou reativas, que visem a minimização dos seus efeitos. Neste sentido, a criação da Unidade Local de Proteção Civil da União das Freguesias de Monte Redondo



e Carreira foi, sem dúvida, um meio privilegiado, a nível local, para levar a cabo as políticas nacionais de proteção civil para o desempenho de uma cidadania responsável.»

Céline Gaspar agradeceu ao Município de Leiria, na pessoa do senhor Presidente Gonçalo Lopes e também do Senhor Vereador Luís Lopes, por permitirem e valorizarem o desenvolvimento deste processo e ao Serviço de Proteção Civil do Município de Leiria, nomeadamente na pessoa do Engenheiro Ricardo Martins, pela sua motivação e disponibilidade.

Por fim, Céline Gaspar reiterou a importância da colaboração com a equipa do CLDS4G-Sentir o Território do Norte de Leiria, que foi fundamental para a concretização deste objetivo extraordinário para a defesa do nosso território e entregou uma lembrança à coordenadora do Projeto, Cláudia Duarte, como

demonstração do profundo agradecimento por todas as parcerias desenvolvidas.

No final da sessão, os presidentes das Juntas e Uniões de Freguesias do concelho de Leiria receberam ainda um colete que os irá identificar nas ações a desenvolver em matéria de proteção civil nas respetivas áreas geográficas, bem como materiais para os membros da Unidade Local.

Ana Carla Gomes

SENTIR O TERRITÓRIO
CLDS4G - LEIRIA

ATENDIMENTO, ACOMPANHAMENTO E ORIENTAÇÃO

GABINETE DE APOIO PSICOSSOCIAL LADO A LADO	GABINETE DE APOIO À CIDADANIA SER CIDADÃO NO/DO TERRITÓRIO
ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO PSICOSSOCIAL ✓	
APOIO NO PREENCHIMENTO DE DOCUMENTAÇÃO A ENTREGAR EM SERVIÇOS PÚBLICOS ✓	
APOIO NA PROCURA DE EMPREGO ✓	
AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO: PARENTALIDADE, CIDADANIA, SAÚDE, ALTERAÇÕES CLIMATÉRICAS... ✓	

EM 2022 CONTINUAMOS NA TUA FREGUESIA: MONTE REDONDO E CARREIRA

ESQUADRA	POR MARCAÇÃO	INICIATE	POR MARCAÇÃO
13 DE SETEMBRO	05 QUINTA-FEIRA 10H - 12H30 MONTE REDONDO	14 DE SETEMBRO	13 QUINTA-FEIRA 10H - 12H30 CARREIRA
13 DE OUTUBRO	12 QUINTA-FEIRA 10H - 12H30 MONTE REDONDO	14 DE NOVEMBRO	12 TERÇA-FEIRA 10H - 12H30 CARREIRA

CONTACTOS: 244 687 495 | 811 900 100 | 811 900 105
CLDS4G NORTE LEIRIA@ONL.COM | FACEBOOK/CLDS4GSENTIRTERITÓRIO
RUA PRINCIPAL, 614, PONTAÍVEL, 2440-001

CRÓNICAS DE UMA PHYLARMÓNICA CRÓNICA N.º 7

AUDIÇÃO DA ESCOLA DE MÚSICA, DA FILARMÓNICA DE MONTE REDONDO

A última audição do ano letivo 2021-22 da Escola de Música da Filarmónica de Monte Redondo, Senhora da Piedade, foi no dia 26 de junho. Reuniram-se no exterior da nossa Sede, alunos, professores e pais para ouvirem as melodias interpretados pelas crianças e jovens que durante todo o ano letivo foram aprenderam e desenvolvendo as suas competências musicais.

Foram apresentadas obras dos alunos de piano, guitarra, acordeão, canto, percussão, saxofone, trompete, flauta, clarinete e trombone.

É amplamente conhecida a vantagem da aprendizagem de música e o contato com a mesma desde muito cedo, por isso é que na nossa Instituição há possibilidade dos bebés e crianças pequenas frequentarem aulas de música, na companhia dos seus pais. Temos também a possibilidade de aulas para adultos, pois a aprendizagem é ao longo da vida.

Esta aprendizagem musical traz imensos benefícios às crianças, jovens e adultos, permitindo um desenvolvimento pleno das suas competências como Ser Humano. Referindo apenas algumas: ajuda na concentração, no raciocínio lógico e na memorização, aperfeiçoa a capacidade de comunicação, estimula a expressão corporal, amplia a possibilidade de relações interpessoais, promove a disciplina e desenvolve a criatividade.

A Escola de Música está,



desde o início da sua criação, finais de anos 80, interligada com a necessidade de formar novos músicos para a Banda Filarmónica, pois a banda vai necessitando de renovar músicos. Atualmente, muitos dos músicos da banda são estudantes universitários, que fizeram a sua formação musical nesta Escola de Música.

Temos também, alguns alunos, que ingressaram Escolas Profissionais de Música e que realizaram, com sucesso, as suas Provas de Equivalência

no Conservatório do Órfeão de Leiria, permitindo dar continuidade aos seus estudos musicais.

Uma Escola humilde, pausada pela proximidade às famílias, pelas boas relações; uma escola que procura encontrar caminhos de aprendizagens diferenciados para todos; uma escola proativa, que a Filarmónica apoia, incentiva, e procura manter um nível de ensino/aprendizagem de qualidade, reconhecido por entidades competentes.

Por fim, um agradecimento aos professores, pelo empenho, carinho e competência que demonstram com os alunos e um louvor especial a todos os pais que procuram a melhor educação e desenvolvimento para os filhos e escolheram esta Escola de Música para que isso aconteça.

Bem hajam a todos. Aguardamos a ingressão de mais alunos em setembro de 2022.

A Secretária da Filarmónica
Sofia Cabeço de Sousa

A PRINCESA DE GELO DE CAMILLA LACKBERG

Erica é uma jovem biógrafa que guarda dentro de si um desejo imensurável de se tornar escritora. De volta à cidade de Fjällbacka, após a morte trágica dos seus pais, ela é obrigada a reviver a sua infância devido à trágica e inexplicável morte da sua amiga Alex.

Esta obra é um romance policial que aborda alguns contornos interessantes sobre os transtornos psicológicos que podem levar um ser humano a ceder aos piores tipos de chantagem e tormentos.



CAMILLA LACKBERG é uma escritora sueca de romances policiais, considerada por muitos a nova Agatha Christie. Os enredos dos seus livros são passados na pequena localidade de Fjällbacka, na Costa Ocidental da Suécia, e são constituídos por mistérios que o leitor vai acompanhando e tentando resolver. Uma leitura recomendada para as férias de verão.

Ana Carla Gomes

APROVEITAR AS FÉRIAS PARA SER FELIZ E PROLONGAR A FELICIDADE

Passamos um ano inteiro à espera das férias. Aquele momento em que conseguimos relaxar, saímos da rotina, aproveitamos para passear, ir à praia, à montanha, estar em contacto com a natureza. Normalmente, para a maioria de nós, as férias são sinónimo de felicidade e porquê? Porque passamos a maior parte do nosso dia dedicados a atividades que nos causam sensações boas, de bem-estar, porque relaxamos, dormimos e descansamos o suficiente. Criamos diariamente em nós emoções positivas que elevam os nossos níveis de felicidade.

Então e será que só conseguimos ser felizes nas férias? Será que é possível prolongar as sensações positivas das férias ao longo do ano?

A ciência diz-nos que sim. Sonja Lyubomirsky, docente de Psicologia Social e Positiva na Universidade da Califórnia e

investigadora na área da felicidade, diz que ao conseguirmos prolongar e recordar memórias de momentos felizes, vamos ativar em nós as mesmas sensações positivas e consecutivamente aumentar o nosso nível de felicidade.

Contudo, a maioria de nós, quando regressa das férias, começa atividades e rotinas onde residem sensações negativas e surge o stress, a ansiedade e lá se vai toda a felicidade das férias. O segredo é ir mantendo então ativas sensações agradáveis seja através de atividades ou da recordação de momentos felizes para promover emoções positivas que ajudem a diminuir os níveis de stress e ansiedade e tornar mais prazerosos os dias rotineiros pós-férias.

O meu desafio para si, que me está a ler, é aproveitar estas férias para recheiar a sua memória de momentos bons e agra-

dáveis, para isso foque-se nas sensações no corpo, no cheiro, no sabor, nas cores, no som de uma ida à praia, ao campo ou à montanha. Este foco nas sensações vai permitir registar sensorialmente o momento e será mais fácil ao seu cérebro recordá-lo mais tarde. Tire fotos e depois faça um álbum das férias para que possa recordar ao longo do ano. Atualmente perdeu-se o hábito de imprimir fotografias, mas faça-o como uma atividade em família, por exemplo, no pós-férias e verá como todos ficam mais bem humorados. Guarde objetos que lhe recordem esses momentos bons: um pouco de areia da praia e/ou conchas (que pode colocar numa pequena garrafa/frasco a adornar a casa, ou fazer um quadro com as crianças), folhas de árvores que pode secar e servir para marcador de livros ou outras coisas. Pedras que pode pintar e dar utilidade

para pisa papéis, por exemplo.

E depois quando no outono e inverno, chegarem os dias mais curtos e frios, olhe para esses objetos, quase automaticamente vão ativar-se as memórias boas das férias e com elas emoções positivas. Se quiser intensificar ainda mais as sensações e emoções feche os olhos e através da sua imaginação coloque-se naquele momento tão feliz das suas férias, e intensifique cada sensação através dos seus cinco sentidos: tato, olfato, visão, audição e paladar. Podemos não conseguir ir passar férias no outono/inverno para sítios maravilhosos, mas com pouco dinheiro ou nenhum podemos ir onde quisermos através da força da nossa mente. Experimente.

O segredo da felicidade está nas pequenas coisas.

Mónica Duarte Ferreira

PROTEÇÃO CIVIL NO NORTE DE LEIRIA: A ATUAÇÃO DAS UNIDADES LOCAIS DE PROTEÇÃO CIVIL

Desde o passado dia 11 de julho que as 4 Unidades Locais de Proteção Civil das Freguesias de Bajouca, Freguesia de Coimbrão, União das freguesias de Monte Real e Carvide e União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, formalmente apresentadas no passado dia 25/06/2022 (junto com outras 4 no concelho), se encontram ativas e dinâmicas no que se refere ao estado de alerta e prevenção necessário perante o estado de contingência decretado.

Mediante orientações e em estreita e regular articulação com todos os serviços competentes, os voluntários destas 4 ULPC têm desenvolvido um trabalho empenhado, responsável e digno de registo com ações muito diversas: ações de vigilância pelos lugares das Freguesias nos pontos de predomínio florestal; ações de sensibilização sobre o tema de proteção civil e incêndios junto das crianças e jovens; distribuição de folhetos informativos porta a porta ou em estabelecimentos variados; partilha e divulgação dos alertas/informações nas redes sociais; levantamentos de informação sobre máquinas de rasto e tratores, de pontos de água existentes; de zonas de evacuação em caso de necessidade, de pessoas com necessidades e prontidão das carrinhas com kits de combate instalados e prontos a usar de forma conveniente e como primeiro auxílio se pertinente.

Cerca de 75 voluntários, permanentemente ou em re-



gime de rotatividade, tem oferecido a sua disponibilidade e colaboração para as diferentes tarefas e assim se propõem continuar até que tal se justifique. Para além do apoio das entidades competentes, tem-se desdobrado a ajuda de outros residentes, empresas e projetos locais, como é o caso do CLDS 4G – projeto Sentir o Território, cuja entidade promotora é a ADASCO no Coimbrão, também impulsionador da criação destas ULPC, que tem disponibilizado material informativo para distribuição pela população, acompanhou ações de vigilância, apoiou e promoveu ações de sensibilização e disponibilizou a equipa técnica para qualquer apoio psicossocial necessário.

A constituição das Unidades Locais de Proteção Civil são uma estratégia a dar pequenos primeiros passos no norte do concelho, trilhando um cami-

nho que não é fácil, mas que se revela muito necessário para a proteção de pessoas e bens para enfrentar qualquer situação de calamidade, nomeadamente, esta dos incêndios florestais.

Mas têm existido outras calamidades (tempestade Leslie, Covid19,...) e acredita-se que as catástrofes naturais e/ou outras se manifestarão cada vez com mais regularidade e intensidade. E, é por isso, que o CLDS 4G Leiria Norte – projeto Sentir o Território tem previstas várias ações de informação e sensibilização na área da cidadania e da proteção civil e produziu já diversificados materiais para distribuição, concretamente, um Guia Prático de Medidas de Autoproteção em caso de catástrofes ou acidentes graves e 3 folhetos com linguagem totalmente inclusiva.

Estes materiais podem ser solicitados gratuitamente atra-

vés do seguinte e-mail: clds4g.norte.leiria@gmail.com.

Reforça-se que a Proteção Civil é responsabilidade e dever de todos: entidades públicas e privadas e cidadãos. É uma tarefa cívica e por isso é importante promover uma cultura de segurança e responsabilidade na comunidade, através da adoção de comportamentos adequados, relativamente ao território envolvente e é por isso que as entidades acima referidas e envolvidas nestas atividades se encontram empenhadas em capacitar a população local para atuação em prevenção e emergência em situações de calamidade e por isso consideramos que devem ser tomadas como exemplo.

Cláudia Duarte

Coordenadora CLDS 4G
Leiria Norte - Projeto
“Sentir o Território”
Contacto: 964 141 115

PLANO ANUAL DE EXPLORAÇÃO (PAE) E CONDIÇÕES DE CANDIDATURA E DE ACESSO À ZCM (CCA)



(Proc. nº 3831 - (CNR); Área 3.473 ha;

Época Venatória de 2022 / 2023

ZONA DE CAÇA MUNICIPAL de Monte Redondo

Município (S) de: Leiria I

Freguesia (S) de: Monte Redondo e Carreira, Bajouras, Coimbra, São João de Carpalhosa e Ortigos

Entidade Gestora da ZCM: Clube de Caça e Pesca de Monte Redondo

ÁREAS CLASSIFICADAS:

A ZC não abrangida

X

B ZC totalmente abrangida

C ZC parcialmente abrangida

Nota: Se assinou C, apresente neste impresso a proposta de plano anual de exploração (PAE) para a localidade da ZC e no Anexo I a respetiva área abrangida pela Área Classificada. Se assinou A ou B não preencha o Anexo I.

Espécies de Caça Menor	Processos de caça	Totais de abate por espécie	Datas das jornadas		Dias de Caça (Semanais)	Jornadas diárias	Limites (diários/ caçador)	Inscrição		Pedido de inscrição		Sorteio público	Taxa diária por tipo de caçador (C)				% Diária por tipo de caçador
			Início	Fim				S	N	Início	Fim		Data	Hora	A	B	
Pombos	Espera (1)	150	21/08	04/11/09	Domingos	110	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Pato-Real	Espera	100	21/08	19/01	Domingos e Quintas Feiras	80	3	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Codorniz	Salto	100	05/10	11/12	Domingos e Feriados	110	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Pombos	Salto (2)	50	09/10	18/12	Domingos e Feriados	80	2	X	X	X	X	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Pega-abuda	Salto (3)	50	01/11	19/02	Domingos e Quintas Feiras	80	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Farpas	Salto (4)	90	29/12	19/01	Domingos e Quintas Feiras	80	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Farpas	Salto (5)	50	01/01	19/02	Domingos e Quintas Feiras	80	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Farpas	Salto (6)	50	01/01	19/02	Domingos e Quintas Feiras	80	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Farpas	Salto (7)	150	25 a 26 Fevereiro	19/02	Domingos e Quintas Feiras	80	5	X	X	X	X	5,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00

Local de realização dos sorteios públicos: Sede do Clube

Local de consulta de atas e listas: Sede do Clube

Divulgação das candidaturas excluídas e do resultado dos sorteios públicos através do portal do ICNF

Orientação de Informação: Telefones: 922 205 243; 917623896; 918182532; Horário de atendimento das 09:00 às 20:00. Caução de % para todas as espécies

Local e hora de comparecimento dos caçadores contemplados com caçadas, nos respetivos dias de caça

Monte Redondo, ____/____/2022

(local e data)

Assinado por: ANTONIO GOMES RODRIGUES

Num. de identificação: 090843349

Data: 2022.05.16 15:51:55+01'00'

Assinado por: ANTONIO GOMES RODRIGUES

Num. de identificação: 090843349

Data: 2022.05.16 15:51:55+01'00'

Encontrou um ninho de vespa velutina?

Não tente destruí-lo!



Entre em contacto com a Câmara Municipal:

- ➔ Aplicação Município de Leiria (preferencial)
- ➔ Email vespavelutina@cm-leiria.pt
- ➔ Serviço Municipal de Vigilância Ambiental
964 822 467 (WhatsApp)

Saiba mais no site do Município

