Expresso do Oriente

AGOSTO de 2011 - ano VI - n.º 66 - *Distribuição gratuita* - Director: Acácio Soares

Parabéns Julinha **P_5**

101 anos de vida

Escola Básica 2,3 de Nuno Gonçalves na Freguesia da Penha de França

Espectáculos para todos **P_13**

Vidas recuperadas **P_9**

P_16

Avós e netos em festa

Crónica Masculina

Raúl Amado
raulamado@gmail.com

Férias a todo o gás

Com o dinheiro que amealhei porque não meti gasolina durante seis meses, consegui pagar o seguro do carro, o seguro das partes comuns do prédio, o IMI, as obras extras no condomínio e a colocação do dente da frente da minha mulher, que o partiu a comer um pêssego de roer...

Pagas as despesas, ainda sobrou dinheiro para ficar uma semana num parque de campismo perto de Vila Nova de Milfontes.

Nos dias anteriores à viagem já se sentia a azáfama na minha casa. A minha sogra estava radiante porque finalmente ia "mudar de ares", as miúdas felizes porque iam para a praia e comer gelados todos os dias, eu todo contente porque finalmente ia pegar no meu carrinho parado há tantos meses e a minha mulher sentia-se linda porque o dente ficou bastante natural. Com tanto entusiasmo, fizemos as malas para rumarmos ao paraíso. Levámos pouca coisa: uma tenda para mim e para a minha mulher, uma tenda para as miúdas e para a minha sogra, três colchões de encher, lençóis, toalhas, roupa para a praia, roupa para o campo, roupa para a noite, ténis e chinelos para todos, umas mantinhas porque podia fazer frio, panelas, tachos, frigideiras e afins, uma varinha mágica, pratos, copos, talheres, guardanapos, paninhos de cozinha, um fogareiro mais um saco de carvão, alguidares, detergente para a loiça e produtos de higiene pessoal incluindo um secador de cabelo e claro está, a geleira cheia de mantimentos. A panela de pressão já não coube mas lá nos arranjámos. Para além do que é estritamente necessário, levámos apenas mais uns jogos para entreter a família, umas raquetas, os carregadores dos telemóveis (são cinco diferentes), um DVD portátil e respectivos filmes e um sofá de encher porque havia futebol. Levei também a minha guitarra para passar melhor os "tempos mortos". Estava radiante. Tinha o carro cheio e por isso a minha sogra seguiu viagem de comboio.

Chegados ao destino, passámos uma manhã para fazer o "Check-in" no parque de campismo, depois disso descarreguei o carro à pressa porque tive de ir buscar a mãe da minha mulher à estação. Quando cheguei ao parque era hora de almoço e portanto tive de ir acender o fogareiro para grelhar a entremeada, no fim da refeição fui para a fila para lavar a loiça... era já hora do lanche quando consegui acabar a tarefa, mais uma arrumadela nas coisas e chegou a hora do jantar, a seguir a hora de ir para a fila da casa de banho e finalmente a hora de dormir... só adormeci lá para as três da manhã derivado da animação de rua! E os seis dias de animação foram-se passando mais ou menos ao mesmo ritmo. Ao sétimo dia repetiu-se o primeiro... Encher o carro e pôr a velha no comboio! Estou cansado e preocupado pois ao ritmo a que a gasolina está a baixar, no próximo ano não vou conseguir poupança para melhorar as minhas férias.

O correio do leitor

O leitor tem no **EXPRESSO do Oriente** *um espaço onde pode participar com as suas sugestões. Escreva-nos!* ***Dê-nos a sua opinião para:*** *geralexpressodooriente@gmail.com*

Respeito e disciplina

Senhor director,

Li com agrado a reportagem sobre a homenagem prestada aos professores, que os senhores publicaram na edição passada do jornal da nossa freguesia.

É de louvar o trabalho desenvolvido por muitos destes profissionais, principalmente nos moldes em que hoje o fazem, aturando os filhos mal-educados de uma sociedade que não lhes soube transmitir valores, resultado de um esquema mal montado em que também os seus pais já cresceram.

Por outro lado, temos de admitir que também os professores estão mal preparados pois muitos deles pertencem a essa geração "à vontade" e portanto tam bém não aprenderam como exigir o respeito e a disciplina que se deveriam impor numa sala de aula.

Penso que se estão a confundir valores fundamentais com "traumas" do passado. Respeito e disciplina nunca ficam fora de moda e a exigência disso dentro da sala de aula não pode ser visto como uma tirania. Da mesma forma que a transmissão de saberes e dedicação ao trabalho por parte dos professores nunca poderá ser plena se estes apenas virem a profissão como um trampolim para o mercado de trabalho.

Por isso e porque também fui professora durante muitos anos, julgo que é preciso bem mais do que homenagens para se fazer respeitar os direitos de toda a comunidade escolar. Reconheço que muito foi feito desde que eu iniciei a profissão, no entanto julgo que se investiu demasiado em condições físicas e se deixou para trás os valores fundamentais em que se deveria apoiar uma sociedade, se esta parte tivesse sido bem trabalhada talvez não fosse preciso substituir tantas vezes o património escolar, talvez não fosse preciso enaltecer o trabalho do professor pela homenagem.

Maria Eugénia Godinho - Professora aposentada

PRECISA-SE
Angariador/a de publicidade para a zona oriental de Lisboa
Mais informações: 21 920 60 85
geral.cometamagico@gmail.com

Novos contactos do seu EXPRESSO do Oriente
Tome nota:
21 920 60 85
21 192 95 98
e- mail redacção:
geralexpressodooriente@gmail.com
Publicidade: publicidade.expressodooriente@gmail.com
Saiba também as notícias diárias da sua área de residência em:
www.expressodooriente.com

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE MOSCAVIDE
Gerência: FERNANDO ALVES ROSA, Lda.
OLIVAIS
PORTELA
SACAVÉM
PARQUE DAS NAÇÕES
51 anos 1960/2010
CONTACTE-NOS: Para prevenir as despesas com o funeral, a partir de € 10,10 / mês
Para pessoas até aos 75 anos de idade
21 944 31 57 · 21 851 60 00 | Fax: 21 945 72 25 | TM: 91 830 98 00
Sede: Rua Almirante Gago Coutinho, 15 A
1885-036 Moscavide (Frente ao Jardim)
FILIAL: Rua José Augusto Braamcamp, 26
2685-071 Sacavém — afmoscavide@netcabo.pt

EXPRESSO do Oriente **Ano_VI_n.º_66_Agosto_de 2011** *Mensário Regional de Grande Informação* **DISTRIBUIÇÃO GRATUITA**
Director: Acácio Soares_acaciosoares111@gmail.com;
Publicidade: Maria de Lurdes Figueiredo_**publicidade.expressodooriente@gmail.com**
Tels: 21 920 60 85 - 21 192 95 98 E-mail: geralexpressodooriente@gmail.com_Site: www.expressodooriente.com
Propriedade, sede e redacção: Cometa Mágico — Av. Embaixador Aristides Sousa Mendes, 18 C - Escritório D - 2725-537 Tapada das Mercês - Mem Martins
Depósito Legal n.º 239216/06NIPC 502 353 562_Capital Social € 25.000,00_Título Registado no ERC. n.º 12491_Periodicidade mensal_(Tiragem média/ano)_480.000 exemplares
Os textos publicados e assinados são independentes da linha editorial do **EXPRESSO do Oriente** *e são da inteira responsabilidade dos seus autores. Por motivos de clareza ou de espaço, reservamo-nos o direito de seleccionar os mesmos e publicar só os trechos que considerarmos mais importantes.*

O Governo decidiu acabar com a Parque Expo alegando que esta já cumpriu todos os seus objectivos e porque a empresa é um "mau exemplo", pois apresenta dívidas avultadas.

Parque Expo com fim à vista

A Parque EXPO foi criada em 1993, integrada no sector empresarial do Estado e teve como missão construir, explorar e desmantelar a Expo 98, bem como reconverter a urbanização da zona envolvente. No entanto, a empresa tem vindo a alargar competências assumindo-se como prestadora de serviços na área urbana e ambiental, sendo responsável pelo Oceanário de Lisboa, pelo Pavilhão Atlântico, pela Marina do Parque das Nações e pela Gare do Oriente, entre outros.

A ministra da Agricultura, Mar, Ambiente e Ordenamento, Assunção Cristas, admite que a decisão de acabar com a Parque Expo tem tudo a ver com a racionalização de estruturas e despesas.

De acordo com as suas declarações, algumas dessas empresas deverão continuar na esfera do Estado, como o Oceanário, uma vez que este é "auto-sustentável e tem uma função relevante no desígnio do mar e da economia do mar". Por sua vez, o Pavilhão Atlântico deverá ser privatizado. Os 49 por cento que a Parque Expo detém na Gare do Oriente deverão ser distribuídos pela Refer e pelo Metropolitano de Lisboa que já têm, respectivamente, 34 e 17 por cento da sociedade responsável pela infraestrutura. No que diz respeito à Marina, a tutela está a estudar as hipóteses de concessioná-la ou privatizá-la.

Em 2010, a Parque Expo registou prejuízos na ordem dos 4,98 milhões de euros.

Carros antigos proibidos em Lisboa

A Polícia Municipal de Lisboa multou 12 condutores de veículos com matrícula anterior a 1993, desde que entrou em vigor a lei que impede a circulação de carros sem catalisador na baixa da cidade.

Os automóveis com matrícula anterior a 1993, ou seja, sem catalisador, não podem circular na Avenida de Liberdade e na Baixa. Os vereadores que aprovaram esta medida fundamentam a decisão com a necessidade de reduzir a poluição do ar. A Zona de Emissões Reduzidas, está devidamente identificada e no local estão ainda polícias que reforçam o controlo e chamam a atenção dos condutores em infracção. Fora desta proibição ficam: residentes; veículos de emergência, veículos especiais e de pessoas com mobilidade reduzida; veículos de interesse histórico, devidamente certificados e transportes públicos.

De acordo com um comunicado da Quercus, Portugal deveria ter implementado este projecto há oito anos, visto estar a infringir as regras da qualidade do ar, com consequências para a saúde dos cidadãos. A associação defende também o alargamento da medida a toda a cidade e aos veículos pesados (incluindo transportes públicos), o que deverá acontecer em Janeiro de 2012, altura em que esta proibição irá vigorar por toda a Lisboa, excepto em vias de atravessamento e ligação a concelhos vizinhos, como a 2.ª Circular, Eixo Norte-Sul, Chelas e parte das avenidas Infante D. Henrique, Brasília e Índia.

Condicionamento de trânsito

Devido a trabalhos de instalação das linhas subterrâneas a 220 KV, a Câmara Municipal de Lisboa faz saber que o trânsito estará condicionado até 17 de Outubro em algumas ruas do Parque das Nações.

O tráfego será reduzido na Avenida do Índico, na Rua Conselheiro Lopo Vaz e na Rua Padre Joaquim Alves Correia, nas imediações da Gare do Oriente.

grupo Optivisão®
GENTE QUE OLHA POR SI
OLIVAIS

- SERVIÇOS de OFTALMOLOGIA
- EXAMES VISUAIS (GRÁTIS)
- MEDIMOS a TENSÃO OCULAR
- EXAMES AUDITIVOS (GRÁTIS)
- ÓPTICA de DESPORTO
- ACORDOS DIRECTOS COM: ADM, CGD, GNR, PSP,SAMS/QUADROS

Regresso às aulas
Com a Optivisão o seu filho vai ler mais e ver melhor
Na compra de armação, mais lentes de criança, oferta do cartão presente (tanto):
Campanha não cumulável com outros descontos e promoções. Cartão carregado com 25,00 €. Válido até 30 de Setembro de 2011 nas lojas aderentes.

Rua das Escolas, n.º 22 D (Ao lado do Estab. Sr. Fernando Perfeito)
Bairro da Encarnação . 1800-197 Lisboa
Telef. 21 853 41 47 - Fax 21 853 41 48
www.oculistadosolivais.com -oculistadosolivais@hotmail.com

OlivaisGest
ADMINISTRAÇÃO DE CONDOMÍNIOS, LDA. GERÊNCIA DE CARLOS A. S. MARQUES
GESTÃO - ADMINISTRAÇÃO - MANUTENÇÃO DE CONDOMÍNIOS
Elaboração e impressão dos recibos de Quotas
Controlo de Contas Bancárias
Preparação e presença nas Assembleias
Execução da Contabilidade
Elaboração do Regulamento Interno
Criação e manutenção do Seguro de Condomínio
Apresentação regular de Relatórios e Contas
Recolha e depósito de Valores Recebidos
Apoio de Advogados
Emissão de cheques para Pagamentos
Reparação e manutenção dos Equipamentos
COMPETÊNCIA - HONESTIDADE - RAPIDEZ
Rua Conselheiro Lopo Vaz, Lote D, Loja B - Urbanização Varandas do Rio - 1800-142 LISBOA
Tel. 218 537 817 Fax. 218 537 828 Email: geral@olivais-gest.pt www.olivais-gest.pt

Clínica Médica São João
Medicina Dentária
Análises Clínicas
Fisioterapia, Clínica Geral
Implantes Dentários
Cardiologia, Endocrinologia
Ginecologia, Nutrição
Ortopedia
Otorrinolaringologia
Endocrinologia, Podologia
Psicologia, Psiquiatria
Terapia da Fala
Junto ao Spacio Shopping e Metro Olivais
Rua Cidade de Bolama, 3 r/c Esq.º
Olivais Sul - 1800-077 Lisboa
Telefone: 218 516 388

Diga de sua justiça!

Estamos na época do ano em que as pessoas mais procuram pelas praias e quem pensa em férias, nos tempos que correm, pensa obrigatoriamente no melhor destino possível ao preço mais baixo. O **EXPRESSO *do* Oriente** foi saber junto dos leitores como vão ser as férias deste ano e descobriu que os portugueses estão mais exigentes na escolha mas que a maioria não deixa de viajar, nem que seja por Portugal.

Bárbara Sorger, estudante

Vou até ao Algarve

Em princípio vou passar férias em Portugal pois não há possibilidade monetária para ir para o estrangeiro e sinceramente nunca fui para fora do país nesta época do ano. O mais certo é ir até ao Algarve com a família porque tenho onde ficar e assim sempre fica mais económico. Especialmente agora que se torna cada vez mais complicado fazer despesas.

Luís Almeida, estudante

Vou a Nogueira

Devo ir a Nogueira, no concelho de Arganil com os meus pais, Já é costume ir para lá nesta época e desta vez não será diferente, especialmente porque é uma opção muito em conta. É um lugar sossegado onde costumo fazer coisas diferentes do que estou habituado, especialmente porque lá mal se apanha a internet.

A outra opção seria ir até à Ilha da Madeira, porque a minha mãe tem lá familiares e onde ficar.

Deolinda Farroco, desempregada

Visitar os pais

Estou a pensar ir ver os meus pais ao Norte, mais precisamente a Trás-os-Montes. É nestas alturas que consigo estar algum tempo com os meus familiares e também são as únicas férias que posso tirar, uma vez que estou desempregada, o que complica as coisas. Mas se pudesse escolher iria algures para o Brasil, Açores ou Madeira, mas infelizmente o dinheiro não dá. Se o que ganho der para passar férias em Portugal, sem passar fome e sem grandes despesas, já é muito bom.

João Rato, consultor

Também vou ao estrangeiro

Por agora ainda consigo tirar férias, desde que haja um planeamento bem feito. Posso dizer que não tive que fazer nenhuma poupança especial par poder tirar esta semana de férias, apenas cortar no supérfluo.

Estou a pensar ir para o Algarve, que é para onde habitualmente vou no Verão porque gosto de ir para a praia. No entanto, durante o resto do ano costumo tirar alguns dias para ir até ao estrangeiro.

Rosa Feliciano, empregada

Vou até Moçambique

Vou tirar férias este ano mas será para ir até à minha terra, em Moçambique, e mesmo assim já tive que fazer um esforço para poder gozar este período de descanso. Tive que cortar em algumas coisas que não são essenciais no dia-a-dia para poder estar com a família. Para mim é muito importante poder ir até ao meu país uma vez que cá não tenho ninguém.

Elvira Delgado, desempregada

Tiro uns dias

Em princípio vou tirar uns dias para poder sossegar a cabeça e sair do ambiente da cidade, mas não considero que sejam férias. Terá de ser assim porque as possibilidades económicas são poucas, uma vez que estou desempregada e o meu marido também está com problemas de saúde, não fica fácil.

Durante esses dias vou até à província, Castelo Branco, porque tenho lá família e como digo é só para sair deste *stress* citadino.

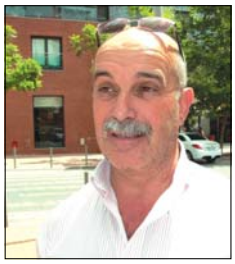
Domingos Lopes, técnico de electrónica

Umas voltas pelo país

Provavelmente vou passar férias em casa porque isto está muito difícil, não se pode gastar naquilo que não se deve, é no poupar que está o ganho, já diz o ditado.

No entanto estamos a cortar no supérfluo para poder dar umas voltinhas pelo país, mas para o estrangeiro não, já lá vão os tempos em que se ia para fora, agora nem pensar. Temos que nos conter nas despesas, pois nunca se sabe como vai ser o dia de amanhã.

Em relação ao Algarve, destino de muitos portugueses, nunca me apanhariam lá, nem que me pagassem. As praias são todas iguais em todo o lado, têm é mais ou menos gente. O que gosto mesmo é de ver monumentos como o Castelo de São Jorge, o Mosteiro da Batalha, algo assim.



João Francisco, hotelaria

Não faço férias

Tenho 63 anos e só tirei férias uma vez na minha vida. O máximo que faço é tirar um fim-de-semana ou outro para passear porque a vida não permite que se faça mais do que isto, são muitas despesas e contas para pagar.

Depois, se vou passear acabo por não descansar como queria, só mesmo quando tiro um dia ou outro é que aproveito para visitar o país de lés-a-lés, aliás posso me orgulhar de conhecer Portugal quase na sua totalidade.

Gosto de partir sem destino certo, é pegar no mapa e escolher um local sem nada previsto, nem nada marcado. Até agora o que mais gostei de visitar foi Viseu, pois adoro os montes.

Vítor Moreira, comercial

Escape

Para poder tirar umas férias este ano tive que ir poupando ao longo do ano, especialmente cortar naquelas despesas desnecessárias. Deixar de jantar fora com a mulher e os filhos e coisas do género para depois poder aproveitar o dinheiro para tirar uns dias para descansar. Para algum lado há-de ser, já que trabalhamos o ano inteiro e precisamos de um escape ao *stress* do dia-a-dia.

Sílvia Silva, cabeleireira

Isto está muito complicado com a crise que vivemos

Este ano, não vou poder tirar férias porque isto está muito complicado, é a culpa da crise que estamos a passar. É que não dá mesmo para tirar qualquer tipo de dinheiro para férias, este vai ser o primeiro ano que vou ficar em casa. Nem sei se vou poder tirar um fim-de-semana porque são os dias com mais movimento no salão, se puder tirar um ou dois dias da semana já é muito bom e será para ficar aqui pelas redondezas.

Patrícia Loureiro, vendedora

Ilha da Madeira

Neste mês de Agosto, estou a pensar tirar umas férias para ir até ao Norte, provavelmente vou repartir o tempo entre Braga e Viseu, onde estão os meus sogros e pais.

Têm que ser umas férias em conta porque este ano está muito complicado fazer grandes despesas e assim aproveito para estar com a família. Pretendo ainda ir até à Ilha da Madeira para relaxar durante uma semana.

Como já sou poupada por natureza não tive que fazer muitos cortes nas despesas, mas como é óbvio tento controlar alguns gastos e fazer poupanças.

Elizabete Dias, esteticista

Para quem pode

Sim vou tirar férias com o dinheiro que poupei durante o ano, senão nada feito. Aproveitar para descansar do *stress* do trabalho, não é para quem quer é para quem pode (risos).

Ao todo irei gozar três semanas, sendo que uma delas será passada no Algarve com os meus primos que vêm de França, eles adoram ir para lá e assim a dividir por todos não fica tão caro, caso contrário não ia. As restantes semanas serão passadas em casa de familiares, no Norte, para também ficar em conta, pois não se pode estar com muitas despesas.

Se não fosse por falta de dinheiro já tinha um destino: Itália, fazer um daqueles circuitos pelas maravilhosas cidades de Veneza, Florença, Roma e outras mais.

Marco Mestre, motorista

Vou ao Algarve

Ainda não sei bem quando será, mas vou tirar férias durante quinze dias. O destino é o mesmo que nos anos anteriores - Algarve - pois os meus sogros têm casa lá e há que aproveitar. Ir para o estrangeiro está muito complicado, com dois filhos, casa, colégio para pagar não dá para grandes aventuras. Ao longo do ano vou pondo algum dinheiro de parte, já que nem eu nem a minha mulher temos vícios, como fumar, beber ou sair à noite, aproveitamos e tiramos umas férias.

EXPRESSO do Oriente
Para anunciar basta ligar
96 586 42 35

Manuais escolares para o ensino básico estão mais caros

As famílias portuguesas vão ter de pagar mais para comprar os novos manuais escolares para o ensino básico, com um aumento em média de 1,13 por cento. Por sua vez, o preço dos livros para o secundário mantém-se inalterado.

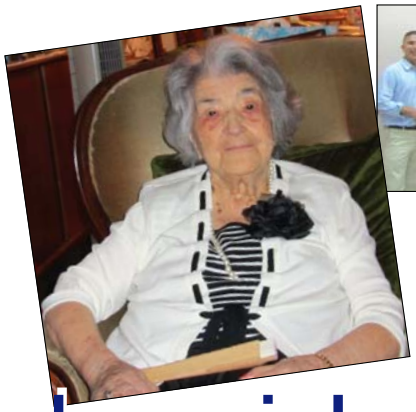
A Associação Portuguesa de Editores e Livreiros (APEL) recorda, no entanto, que o aumento dos preços dos livros está abaixo da inflação, estimada em 2,94 por cento, no passado mês de Junho.

A maioria dos manuais escolares já se encontra à venda nas livrarias, bem como nas principais cadeias de supermercados que tentam atrair os consumidores com descontos e possibilidade de compra a crédito.

Os encarregados de educação poderão ainda optar por comprar os livros em segunda mão, pela internet. No entanto, é preciso ter atenção pois alguns manuais do primeiro ciclo do ensino Básico já vêm com o novo acordo ortográfico, como é o caso dos livros de Matemática (4.º ano) e todos os do 5.º ano, à excepção de Educação Física, Educação Musical e Educação Visual e Tecnológica.

Os alunos do sexto ano têm, igualmente, grande parte dos livros adaptados ao novo acordo ortográfico, menos os de Língua Portuguesa, Educação Física, Educação Musical e Educação Visual e Tecnológica.

No 7.º e no 8.º ano os livros que passam a utilizar a nova forma de escrever são os de Português e Matemática, respectivamente.



A família e os amigos festejaram o aniversário da Julinha e os mais novinhos ajudaram a apagar as velas

101 anos de vida exemplar

Logo pela manhã do dia 12 deste mês, na casa de Júlia Belchior a azáfama era visível. Telefonemas, amigos e familiares foram uma constante desde bem cedo até ao início do dia seguinte. O caso não era para menos, a Julinha, como é carinhosamente tratada pelos que com ela têm vivido, completou 101 anos. A sua vida conta já com mais de um século de história. Nasceu em 1910 em Portalegre e vive no Bairro da Encarnação há 66 anos, tantos quantos o bairro tem, é portanto, a "mais crescida" da freguesia de Santa Maria dos Olivais.

Como é seu hábito, quis comemorar o seu aniversário com todos os que ama e mais uma vez organizou um jantar onde estiveram familiares, os mais e menos jovens, e também amigos de longa data.

O restaurante "O Barco" em Alverca, recebeu-a de braços abertos através do seu proprietário, Pedro Salgado, e serviu a festa que se prolongou até à uma da manhã, animada pela música do maestro Coelho. No início do jantar a aniversariante colocou em cima da mesa o mealheiro onde os convidados depositaram o correspondente à sua prenda. É sempre este o ritual porque, tal como afirma Júlia Belchior, não precisa de mais nada para viver feliz e por isso todo o valor que os convidados gastariam em presentes, ela prefere dirigir para os Bombeiros Voluntários de Portalegre porque além de ajudarem a comunidade, têm passado por algumas dificuldades. É assim que a conhecem desde sempre, generosa e amiga dos seus amigos, sempre disposta a ajudar quem precisa.

Os discursos não faltaram e Julinha agradeceu a todos a presença brindando os convidados com algumas histórias vividas ao longo de mais de cem anos.

A ausência dos amigos Antónia e Zeca foi realçada por Júlia Belchior para enviar ao casal as maiores felicidades pois naquele dia festejavam 50 anos de um casamento com uma duração já rara nos tempos que correm, as bodas de ouro.

Julinha continua a sua vida feliz e rodeada de amor, amizade, ternura e carinho, pela sua família e amigos. Para o ano são 102, com certeza.

Herbário
Reabertura
Após remodelação do espaço
Gerência de Joann Perfeito

Ervanária
Tratamentos
Massagens
Endermologia
Hidrolinfa
Depilação
Manicura
Pedicura
Unhas de Gel

Praça das Casas Novas - 4 B
Bairro da Encarnação - OLIVAIS - 1800-053
Contacto: 21 851 04 05 - 96 795 51 18

CLÍNICA DE CHELAS
Dental Chelas
Opções de Adesão (Pagamento Anual)
Individual • 20 € | Familiar • 30 €
Cartão de Saúde Dental para toda a família, a preços muito acessíveis!
Descontos nas especialidades médicas!
• Análises Clínicas
• Ecografia Geral (Obstétrica, Mamária, Morfológica, Endovaginal, Cardiológica, Prostática e outras)
• Mamografia digital
• Ortopantomografia digital
• Especialidades Médicas
• Medicina Dentária (Próteses Fixas e Removíveis, Ortodontia, Implantologia, Odontopediatria)
Av. Dr. Augusto Castro, Lt. 107, Lj. A e B • 1900-663 Lisboa
Tel.: 218 593 040 / 218 373 040 Fax: 218 374 606 • www.clinicadechelas.com • ccm@netcabo.pt

CENTRO MÉDICO D. DINIS
• Medicina Física e de Reabilitação
• Consultas de Reabilitação com controlo ecográfico, electromiográfico com apoio de tratamento de mesoterapia, musculo-tendinosa e ortopedia médica (injecções de tecidos moles e intra-articulares)
• Apoio Domiciliário
Via Principal de Peões, Lt. 107, Lj. B – 1900-680 Lisboa
Tel.: 218 595 875 • www.ddinisfisio.com | d.dinis.fisio@netcabo.pt

ACORDOS: ARS, ADSE, ADMG, ADVANCECARE, RTP, RDP, MEDIS ACIDENTE, ANTRAL, MONTEPIO GERAL E OUTROS

Corredor da morte a um passo do fim

O antigo "Corredor da Morte", situado no Bairro do Condado, em Marvila vai dar lugar a jardins, passeios e zonas de parqueamento público. As obras de requalificação estão a decorrer a bom ritmo e, em breve, a freguesia irá ter mais uma zona de lazer.

O chamado "**Corredor da Morte**" era o espaço público comum a um conjunto de oito prédios devolutos na antiga Zona J de Chelas, projectados por Tomás Taveira na década de 80, e que, até há pouco tempo dava guarida à toxicodependência, à prostituição e a jovens problemáticos, tendo sido palco de vários crimes.

Em 2009, António Costa deu início à demolição destes edifícios e à requalificação dos prédios vizinhos e, após dois anos, são agora visíveis os resultados destas obras levadas a cabo pela Gebalis.

Os becos e vielas mal iluminados e sujos de outrora deram lugar a um amplo espaço com zonas ajardinadas, onde será construído um parque de estacionamento público. Belarmino Silva, presidente da Junta de Freguesia de Marvila referiu ainda a possibilidade dos estabelecimentos comerciais locais poderem "abrir uma esplanada nesta zona, para tal basta pedirem autorização à Junta de Freguesia ou Câmara Municipal".

O próximo passo será a "recuperação dos prédios vizinhos", tal como ficou acordado entre a Câmara de Lisboa e o Instituto de Habitação e Reabilitação Urbana (IHRU) em Fevereiro de 2009.

No Verão é tudo diferente

Como é habitual, a Junta de Freguesia de Marvila organizou e pôs em prática dois meses de actividades lúdicas e desportivas de forma a proporcionar umas férias de verão diferentes aos seus habitantes. Uma iniciativa que contou com a participação de centenas de crianças e seniores.

A Junta de Freguesia teve como principal preocupação promover uma ocupação de tempos livres saudável em que o convívio, a troca de experiências e que o fomento da prática desportiva adaptada a estas faixas etárias estivesse sempre presente.

Os pequenos marvilenses, através da acção Praia Campo 2011, ocuparam os seus tempos livres com visitas a museus e outros edifícios históricos, passeios repletos de animação e mergulhos nas praias de Santo Amaro e da Costa da Caparica e na Piscina no Casal Vistoso, entre outras actividades.

Por sua vez, as "Manhãs Activas" levaram cerca de meia centena de idosos da freguesia a passear com destinos diversos, onde também não faltaram as idas à praia. A pensar nos jovens, dos 11 aos 18, a Junta de Freguesia preparou um programa especial, o "Férias no Bairro" que incluiu visitas ao quartel dos Bombeiros do Vale Fundão, à Cinemateca e ao Museu do Design e da Moda. Mas a animação não se ficou por aqui, foram ainda ao Museu das Telecomunicações, ao Castelo de S. Jorge e ao Espaço a Brincar da Câmara Municipal de Lisboa. Esta iniciativa foi criada em 2006, no âmbito da acção "Marvila é uma Responsabilidade de Todos", e que visa promover acções pedagógicas e de lazer numa perspectiva de descontracção e convívio com as camadas mais novas.

Quem não se dá a conhecer é como se não existisse
ANUNCIE no seu EXPRESSO do Oriente - 96 586 42 35

As obras para a construção da Loja do Cidadão de Marvila estão a decorrer a bom ritmo. A unidade, localizada no empreendimento do Pingo Doce da Bela Vista, deverá entrar em funcionamento em finais de Setembro, início de Outubro.

Loja do Cidadão vai abrir em Marvila

A Loja do Cidadão situa-se nas instalações do centro comercial Pingo Doce

Em 2009 foi decidida a criação de uma Loja do Cidadão de Segunda Geração em Marvila, não só para servir a população local e a dos Olivais, Parque das Nações, Beato, São João, Penha de França, mas também, entre outras a do Alto do Pina.

A intenção do Governo em concluir este projecto, que já conta com dois anos de existência, voltou a ganhar força com a necessidade de reestruturação e/ou transferência das Lojas do Cidadão existentes, o que implica a extinção da actual Loja dos Restauradores.

Belarmino Silva, presidente da Junta de Freguesia de Marvila, em entrevista ao EXPRESSO do Oriente, mostrou-se satisfeito com o facto de estar para breve a abertura desta nova unidade. "A Junta de Freguesia lutou, ao longo de dois anos, para que esta loja viesse para a nossa área", acrescentando que "vai ser uma mais-valia para toda esta zona Oriental de Lisboa e ainda para mais está muito bem localizada, tem o Metro e outros transportes públicos por perto."

A criação desta Loja do Cidadão vem contribuir para revitalizar a freguesia marvilense e para, consequentemente, aumentar a qualidade de vida da população local e vizinha.

À semelhança do que já sucede nas restantes unidades, entre os serviços disponibilizados o utente pode contar com o Balcão Multiserviços (BMS), que permite a ligação de serviços de diversas entidades num posto único de atendimento, colocando à disposição do cidadão entidades como a ADSE, o Instituto da Mobilidade e dos Transportes Terrestres (IMTT), a Caixa Geral de Aposentações (CGA), a Direcção-Geral do Consumidor (DGC) e a Administração Regional de Saúde (ARS), entre outros.

António Costa no acto da assinatura do contrato para a instalação da Loja do Cidadão

Na Comunidade Vida e Paz (CVPAZ) encontramos histórias de vida repletas de sofrimento, de luta e de angústia. Pessoas que, em algum momento sua da vida perderam o rumo e acabaram por ir parar à rua. Recuperá-los e inseri-los na sociedade são os principais objectivos desta Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS). O **EXPRESSO *do* Oriente** revela-lhe aqui o caso de sucesso de Rui Machado.

Comunidade Vida e Paz

Vidas recuperadas

Por vezes pensamos que os nossos problemas são os piores do mundo, mas esquecemo-nos de que, por muito grande que seja o problema, há sempre alguém com um ainda maior.

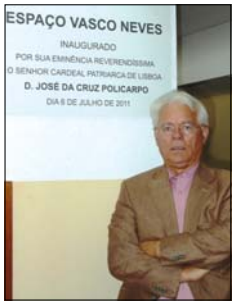
Toxicodependência e alcoolismo são os principais factores que levam as pessoas a ir viver para as ruas, na base dos problemas está a desestruturação familiar. "Ninguém está livre disto, tudo depende das vicissitudes da vida e das escolhas que se faz", explica Jorge dos Santos, presidente da CVPAZ.

A história de Rui Machado, 46 anos, é apenas uma das muitas que contam as ruas da amargura. Começou com drogas leves aos 13 anos, haxixe e erva, depois até às drogas mais pesadas, como heroína e cocaína, foi um passo.

Viver para a droga

Mas voltemos à origem do problema. "Há uma série de causas que nos levam a este ponto, na minha situação foi a pobreza extrema que me fez começar a consumir. Vivíamos numa casa como ocupas, éramos seis ou sete numa sala e só não nos expulsaram porque a lei não permitia, visto que a minha mãe era de idade. Quando ela morreu deram-me logo ordem de despejo, à qual não obedeci".

A partir daí, "comecei a perder a vontade de ir à escola, deixei de acreditar



Jorge dos Santos, presidente da CVP

nos meus sonhos, passei a achar que não valia a pena lutar porque as portas estavam todas fechadas. Acreditava que para vivermos cá fora tínhamos que ter aquilo que chamamos de "cunha" para nos safarmos e eu não tinha".

Por volta dos 25 anos o dia-a-dia era um ciclo vicioso, Rui acordava por volta da uma da tarde a ressacar e a pensar no que iria fazer para arranjar dinheiro para mais uma dose que lhe tirasse as dores e o deixasse mais calmo. "Passei a viver em função das drogas. Arrumava carros ou fazia uma trafulhice qualquer e depois ia até ao Bairro da Curraleira comprar as drogas e se se proporcionasse estava lá o dia todo".

Nada acontece por acaso

Rui Machado já perdeu as contas à quantidade de vezes que foi enganado e roubado nas ruas pelos *dealers*. "Começamos a achar que afinal não faz sentido continuar neste mundo". Certo dia, ao ver um jovem que conheceu em criança, apercebeu-se de que aquele rapaz tinha casado, conduzia um bom carro e tinha uma boa vida... Durante um ano tomou metadona para se tentar livrar da maleita que o consumia de tal forma que ele se tornara irreconhecível às outras pessoas. "Estava imundo, cabelo comprido e com piolhos, barba por fazer e muito magro, talvez pesasse uns 50 quilos", tinha chegado ao fundo do poço.

Um dia, por acaso, encontrou um outro amigo que já não via há algum tempo. "Costumava andar comigo a vender coisas na feira da ladra, fazíamos trinta por uma linha". O rapaz que conhecera um dia estava transformado. "Vejo-o bem vestido, gordinho e surpreendi-me. Fui disparado ter com ele ver o que se passou e ele olha para mim com uma cara estranha. Nós não temos a noção da nossa aparência. Ele diz que está a trabalhar e peço-lhe que me arranje um trabalho, mas ele responde que tenho de pôr as ideias no lugar antes de trabalhar". Aquelas palavras soaram-lhe a desculpas de alguém que não estava interessado em ajudar, no entanto "deu-me um cartão com a morada da Comunidade Vida e Paz, onde tinha que me apresentar e lá fui ver no que dava". Foi a partir daqui que a sua vida mudou radicalmente. "Tive a felicidade de conhecer a

Rui Machado deixou a droga há mais de cinco anos

irmã Maria Gonçalves, fundadora da nossa instituição e dela me dizer que eu estava na minha casa, que aquela era a minha família e quando temos uma pessoa como ela a dizer-nos isto percebemos que não há falsidade".

Está fora das drogas há mais de 1825 dias, ou seja, cerca de cinco anos e só tem a agradecer a todos aqueles que o ajudaram neste processo. "Se não fosse a CVP tenho a impressão que não iria durar muito tempo". A família não quis ter que lidar com este problema. "Senti que se não tivesse esta porta aberta tinha morrido ou feito uma estupidez maior. Mas o tratamento ajudou-me a ver as coisas de outra forma".

Trabalho

Sonhos tem poucos. "O meu ordenado não permite muito, repare que ainda vivo na Comunidade". Constituir família está, por isso, fora de questão, "talvez tirar um curso universitário na área da Teologia". O objectivo é aprofundar conhecimentos para depois "poder abrir portas a pessoas como eu, porque o melhor conselheiro para um toxicodependente é um ex-toxicodependente, pois há uma identificação e conhecimento de causa".

Rui Machado gostava de poder arranjar um trabalho que lhe desse condições financeiras para conseguir progredir na vida, no entanto, acredita que a sociedade ainda não está preparada para receber pessoas com um passado como o seu. "As pessoas ainda desconfiam muito de nós. O empregador, se não souber que tenho este problema, dá-me as mesmas oportunidades que dá a qualquer pessoa, se souber exige muito mais de nós. Estou a necessitar que me dêem uma oportunidade justa, não que venham apontar os mínimos erros. É exigir que nos transformemos numa máquina sem falhas nenhumas e isso não acontece".

Contactos:

Sede: Rua Domingos Bomtempo, n.7, Alvalade
1700-142 Lisboa
Site: www.cvidaepaz.pt
Tel: 21 846 01 65
Tlm: 91 234 02 22
E-mail: geral@alvalade.cvidaepaz.pt
Espaço Aberto ao Diálogo
Rua Rui de Sousa, lote 68, Chelas, Marvila
(atrás da Escola Secundária D. Dinis)

Uma esperança para os Sem Abrigo

A Comunidade Vida e Paz é uma Instituição Particular de Solidariedade Social tutelada pelo Patriarcado de Lisboa. Conta com mais de 600 voluntários que todas as noites percorrem Lisboa em quatro circuitos diferentes parando em 96 pontos da cidade, "para escutar e motivar as pessoas sem-abrigo para a mudança de vida, usando como meio de aproximação a distribuição de alimentos e agasalhos", explica Jorge dos Santos, presidente da CVP. Juntou-se a esta causa porque pretendia ajudar aqueles que "não tiveram a sorte que tive ou que não souberam aproveitá-la".

São várias as histórias de vida que lhe marcam a memória. "Temos o caso de uma pessoa que esteve 30 anos nas malhas das drogas e outros tantos a viver na rua. É complicado recuperá-los, é um processo primeiro físico, depois psicológico e só mais tarde social". Pois, "uma segunda recaída é mais difícil recuperar e temos alguns casos assim", mas, o mais importante é "assumir que erraram e voltarem a procurar apoio". Depois existem os casos de enorme sucesso "como o Pedro, um sem-abrigo que foi apanhado com droga e álcool pelas equipas da noite que o incentivaram à sua recuperação. Um jovem muito inteligente e que está neste momento a tirar um curso na universidade de Bath, em Londres. É um excelente técnico da CVPAZ porque esteve do outro lado e consegue compreender melhor a realidade destas pessoas".

O Espaço Aberto ao Diálogo, em Chelas, é a primeira fase do processo, onde os sem-abrigo se dirigem para pedir ajuda. Diariamente, atendem uma média de 35 a 40 pessoas, dão o pequeno-almoço, o almoço e o lanche. Depois de avaliados pelos técnicos são encaminhados para centros de recuperação que ficam estrategicamente fora da cidade, "é muito importante mantê-los longe da realidade a que estavam habituados".

Ao fim de 8 meses, começa o processo de reinserção na sociedade "ajudamo-los a construir um projecto de vida, temos que lhes dar perspectivas". A Comunidade proporciona aos seus utentes uma experiência de vida em comunidade, um programa terapêutico e formação técnico-profissional, visando a integração no mercado de trabalho.

Organiza anualmente uma Festa de Natal, na cantina da Cidade Universitária, onde, durante três dias, mil voluntários colaboram para tornar a vida destas pessoas um pouco melhor.

Dá ainda apoio a famílias carenciadas, neste momento a 16 famílias, e dispõe do Projecto Escolas interagindo com professores e alunos sensibilizando-os para a questão da exclusão, dependências, solidariedade e partilha. "Em 2010 interagimos com 72 escolas".

Neste momento estão internados em tratamento terapêutico ou em fase de inserção 245 sem-abrigo. Anualmente, a CVPAZ integra na sociedade entre 80 a 90 pessoas já recuperadas, sendo que, ao todo, já recuperaram mais de 1.700 pessoas.

Madalena Cabeleireiros
INSTITUTO DE BELEZA
ESTÉTICA • DEPILAÇÕES • MANICURA • PEDICURE
DOIS ESPAÇOS PARA BEM SERVIR
E COM ALTA QUALIDADE — VISITE-NOS
RUA D. ALEIXO CÔRTE REAL, 5 A
OLIVAIS SUL — TEL. 218 536 970
FRENTE AO OLIVAIS SHOPPING
AV. CIDADE DE LUANDA, 3 C
OLIVAIS SUL — TEL. 218 522 294
FRENTE À PASTELARIA CHAFARIZ

As férias nos Olivais são sempre a abrir

A Junta de Freguesia de Santa Maria dos Olivais organizou mais um emocionante programa de férias repleto de experiências únicas e enriquecedoras, que proporcionaram grandes momentos de convívio aos seus habitantes, dos 6 aos 80 anos.

A alegria e boa disposição contagiou os veraneantes de todas as idades que elegeram a praia como local de convivio preferido

Para a autarquia esta é uma iniciativa que tem como objectivo explorar riquezas culturais e sociais, através de actividades que oferecem momentos de amizade, alegria e aprendizagem. É também uma boa forma de contrariar a tendência para, numa época com muito tempo livre, dedicar os dias ao computador, aos videojogos ou à televisão, no caso dos mais novos e, no caso dos menos jovens, acabar com o isolamento social.

Independentemente das caretas do tempo ao longo do mês de Agosto, centenas de crianças rumaram todas as manhãs à Praia de Carcavelos, no âmbito da acção Praia Campo Infantil. As tardes foram preenchidas com visitas a museus, jogos tradicionais, passeios pelos parques da cidade, entre outros.

Para os adeptos de actividade física, a Junta de Freguesia dos Olivais organizou ainda as "Férias Desportivas" que foram igualmente sinónimo de muita animação e diversão. Divididos por turnos, centenas de crianças ocuparam os seus tempos livres de uma forma saudável.

Dando seguimento a uma política de apoio social efectiva e procurando dar resposta às necessidades das famílias residentes, a Componente de Apoio à Família proporcionou às suas crianças momentos de grande e saudável convívio que permitiram, igualmente, o seu enriquecimento cultural. As actividades foram variadas desde visitas ao Oceanário, aulas de hip-hop, expressão dramática e culinária até mergulhos no Parque Aquático de Santarém.

Por sua vez, os seniores foram a banhos até à Praia de Tamariz, no Estoril. Durante este período de férias foram esquecidos os problemas e apenas houve lugar para muita animação. No final, a opinião era unânime: "foram uns bons dias de praia, muito melhor do que estar em casa sem fazer nada".

Fernando C. P. Perfeito

VENDAS A PRESTAÇÕES

Sempre à disposição dos seus clientes com uma vasta gama de Material de Som, Televisão e Electrodomésticos de consagradas marcas

NESPRESSO
Café com corpo e alma

AGENTE ROBBIALAC

Concessionário e distribuidor REPSOL na Zona Oriental de Lisboa

Drogaria e Perfumaria Aeroporto

Produtos químicos e material de limpeza
Venda por grosso e a retalho

Rua das Escolas, 18-B, 20-B e C 1800-197 Lisboa
Telfs: 21 852 01 57 - 21 851 11 85 Fax: 21 851 15 93

Os estabelecimentos mais antigos do Bairro da Encarnação

Hélder & São
Premiados Internacionais

CABELEIREIROS
Desde 1970

Rua Cidade de Lobito, Lote 268 - loja - Olivais
Tel: 21 851 59 98 e 21 851 22 40
(Junto à Quinta Pedagógica)

Este é o momento para criar movimento e volume com madeixas e ondulações

Promover o convívio com Torneio de Futsal

Projecto de Desenvolvimento Comunitário da Malha Urbana

Um grupo de jovens do Bairro Marquês de Abrantes, em Marvila, organizou um Torneio de Futsal no Pavilhão dos Lóios com o principal objectivo de promover iniciativas geradoras de convívio entre os jovens da freguesia abrangidos pelo Projecto de Desenvolvimento Comunitário da Malha Urbana 1 da Zona Oriental de Lisboa.

Isabel Fraga, vogal da Acção Social da Junta de Freguesia de Marvila com as equipas do F. C. R. do Rossão e A. M. Marquês de Abrantes

O torneio surge no âmbito do Projecto Mais (Projecto de Desenvolvimento Comunitário da Malha Urbana 1 da Zona Oriental de Lisboa), que será desenvolvido na freguesia, ao longo de três anos, com o apoio de várias entidades públicas e privadas: Câmara Municipal, Junta de Freguesia de Marvila, Fundação Benfica, Gebalis, Fundação EDP, Grupo de Parceiros 4 Crescente e Agrupamento de Escolas Marvila. Este projecto tem como objectivo diminuir as taxas de desemprego e apoiar as crianças e jovens em risco, de modo a combater uma das maiores taxas de abandono escolar em Lisboa, fomentar a inclusão social activa e melhorar as suas condições de vida. Desse modo, são contemplados três eixos de intervenção prioritária: crianças e jovens em risco; empreendedorismo e empregabilidade; desenvolvimento e capacitação comunitários.

De acordo com Paula Aguiar, técnica do Projecto Mais, esta acção serve sobretudo para promover o convívio social entre os vários bairros marvilenses, nomeadamente, o dos Alfinetes, o Marquês de Abrantes, a Quinta do Chalé e a Quinta das Salgadas, referindo que: "acima de tudo pretende unir mais a população dos quatro bairros, para combater as rivalidades existentes".

A ideia de criar este torneio partiu de jovens que na sua maioria tem apenas o sexto ano de escolaridade e que fazem parte de um dos grupos de estudo do projecto "Mais". "A maioria não tem perspectivas de vida e o nosso objectivo é fazê-los ganhar responsabilidades e ter vontade de desenvolver algo".

Os mentores desta iniciativa foram Diogo Martins, Mário Fernandes, Jorge Crespo, Nuno Cruz e Rúben Crespo e justificam-se com o facto de não terem nada para fazer no bairro. "Como até gostamos de futebol, falámos com as técnicas para saber se era possível criar este torneio. Elas aceitaram e em pouco tempo organizamos este evento".

O executivo da Junta de Freguesia marvilense esteve presente para apoiar este primeiro encontro que contou com a participação das equipas, A. M. Marquês de Abrantes e Futebol Clube Recreativo do Rossão, no escalão juniores. Por sua vez, do escalão de juvenis/seniores participaram "Os Anónimos"; Família F. C.; Equipa 10; F. C. R. do Rossão; Passarinhos e FireFighter.

Embora na sua maioria as equipas fossem constituídas por amadores, a competição foi renhida, tendo a Família F.C. conquistado o primeiro lugar. Em segundo ficaram os Passarinhos, que apesar de terem ficado empatados com o F. C. R. Rossão, obtiveram o maior número de golos marcados.

Os autarcas Vítor Simões, Belarmino Silva, Jorge Máximo, Isabel Fraga, António Alves e Júlio Reis estiveram a assistir ao Torneio de Futsal.

A ideia de criar o torneio partiu de jovens que na sua maioria tem apenas o sexto ano de escolaridade e que fazem parte de um dos grupos de estudo do projecto "Mais"

Classificação

Equipas:	Vitórias	Pontos
1.º - Família FC	5	15
2.º - Passarinhos	3	12
3.º -F.C.R. Rossão	3	12
4.º -Os Anónimos	1	3
5.º - FireFighter	0	2
6.º - Equipa 10	0	1

Sem-abrigo geram controvérsia

O aumento do número dos sem-abrigo nas ruas da Freguesia do Beato tem gerado contestação por parte dos moradores. A maioria queixa-se da sujidade no espaço público, do excesso de consumo de álcool e de hábitos de higiene impróprios.

A Junta de Freguesia tem vindo a receber, por parte da população, queixas por causa dos sem-abrigo que deambulam nas ruas, essencialmente, na zona circundante à Estrada de Chelas e Xabregas.

O aumento do número de pessoas sem meios e recursos e em situação altamente desfavorecida levou a autarquia a reunir com algumas associações que actuam junto desta comunidade, no sentido de resolver esta situação para que ninguém saia prejudicado. Neste encontro estiveram presentes as instituições competentes para dar uma melhor resposta a esta questão, tendo em conta o trabalho de campo que habitualmente desenvolvem, nomeadamente, o CAT de Xabregas, a Associação VITAE, a Comunidade Vida e Paz e o Exército de Salvação.

A Junta de Freguesia recorda ainda que a origem destes problemas advém da decisão, na década de 90 e inícios de 2000, de colocar tantos centros e o CAT num raio de 50 metros.

A trabalhar para um novo Beato

A autarquia do Beato tem vindo a efectuar algumas obras de recuperação/ requalificação no espaço público em alguns pontos da freguesia, entre os quais a Vila Amélia Gomes, o Beco da Amorosa, a Quinta do Ourives e a Mata da Madre de Deus.

A Junta de Freguesia do Beato tem vindo a trabalhar, um pouco por todo o lado, para melhorar a imagem do bairro tornando-o num espaço mais agradável para os seus habitantes e para os visitantes.

A maior intervenção realizou-se nos balneários da Quinta do Ourives. Após grande pressão da autarquia para com a Câmara Municipal, foi substituído o telhado dos balneários e as paredes foram pintadas, para além de ter sido mudada a instalação eléctrica e de terem realizado pequenos arranjos na zona dos duches.

Na Vila Amélia Gomes procedeu-se à pavimentação com betão de um terreno baldio onde proliferava lixo e detritos. Foi igualmente colocada uma vedação que visa impedir o acesso a terrenos adjacentes em que a autarquia não pôde intervir, visto não estar dentro das suas competências. No entanto, a Junta de Freguesia fez questão de enviar uma participação do caso à Polícia Municipal para intimar os proprietários a que estes procedam à limpeza dos respectivos terrenos.

Para agrado da população local, o Beco da Amorosa foi também intervencionado de forma a tornar um espaço cheio de lixo e cheiros desagradáveis, num local mais limpo e aprazível, para tal betonaram uma zona térrea existente.

As casas de banho da Mata da Madre de Deus foram igualmente melhoradas, tornando este espaço verde de lazer, único na freguesia, num sítio mais apelativo para as famílias. As obras incidiram maioritariamente na substituição do sistema de esgotos, que lançavam cheiros nauseabundos por estarem constantemente entupidos. Mudaram também o telhado, pintaram e revestiram a azulejo as casas de banho e colocaram novos sanitários.

Férias *para todas as idades*

A Junta de Freguesia do Beato promove as mais diversas actividades culturais e de lazer junto da sua população e neste Verão não podia ser diferente. Desde mergulhos no mar, espectáculos musicais, passando por passeios a cavalo a animação foi uma constante para mais de três centenas de miúdos e graúdos.

As actividades de Verão foram criadas com o objectivo de contribuir para o desenvolvimento psicossocial e motor das crianças e idosos, e proporcionar-lhes uma alternativa saudável de saírem dos seus bairros. Para celebrar o encerramento do ano lectivo e das actividades de tempos livres na freguesia do Beato, a autarquia, em parceria com o Ateneu da Madre de Deus, promoveu um espectáculo, realizado nas instalações da Manutenção Militar e que contou com a brilhante actuação da classe de ballet "Pezinhos de Dança" e da Escola de Violinos. Este evento serviu ainda para homenagear os professores responsáveis pelo sucesso destas actividades.

No âmbito do Programa Praia Campo Infantil, cerca de 150 crianças da freguesia puderam desfrutar de umas férias divertidas onde as manhãs foram preenchidas de sol, e de mar, e as tardes de diversas actividades e aventuras inesquecíveis.

Este ano, a Junta de Freguesia fez os possíveis para melhorar alguns pormenores em relação a anos anteriores. Um deles foi a alimentação das crianças, com melhores refeições para o agrado de todos. Os monitores tiveram uma formação especial de forma a que as actividades fossem também mais divertidas e dinâmicas.

Para terminar este Praia/Campo realizou-se uma festa que contou com a presença das crianças e dos respectivos encarregados de educação, onde, no final, cada um levou um vídeo que traduz os dez dias de praia, campo e muita animação.

Os menos jovens também puderam participar na acção. O programa prometia desde o início e não deixou a meia centena de idosos decepcionada. À semelhança do que aconteceu com os mais pequenos as manhãs foram passadas na praia e as tardes a visitar os vários recantos da capital. Os mais velhos também adoraram e prometem repetir.

Clínica Paris
Estomatologia e Medicina Dentária
Director Clínico: Dr. Silva Firmino

Convenções e Acordos
RTP, ISFA (ADM), Multicare, ECOSALVA, Médis, CIMPOR, SAMS, ADM, SAMS Quadros, Cartão Jovem, Ministério Justiça, Cartão Idoso SAMS, C.G.D., MAXICARE, ADSE (R. Livre), PT-MARCONI, RDP, SPLIU, AMI, SDPG, GAN, ACP

Especialidades Dentárias
Periodontologia, Odontopediatria, Endodontia, Higiene Oral, Cirurgia Oral, Implantologia
Dentisteria Geral e Estética
Ortodontia (fixa e removível)
Próteses (fixas e removíveis)

Telefone: 218 536 908
Rua Cidade de Nampula, Lt. 534 - 1º Esq.
1800-105 Lisboa – www.clinicaparis.pt
email: geral@clinicaparis.pt
Autocarros: 759-79-21-31
EDIFÍCIO PARIS (Prédio da C.G.D.)
Horário: 2ª a 6ª Feira das 9h ás 13h e das 14h30 ás 19h

anos

CAPITAL - Agência Funerária, Lda. (Antiga Funerária do B.º da Encarnação)

Serviço Funerário:
* Privacidade e conforto no atendimento
* Emergência Funerária 24 HORAS
* Serviço Funerário Nacional e Internacional

* Oferta de uma Peça de Flores * Oferta de recordatórios com atenção à religião

Serviços Gratuitos:
* Tratamos gratuitamente de todos os processos para obtenção de subsídios e reembolsos

Serviços Complementares
* Serviço de florista
* Publicação de Anúncios
* Flexibilidade de Pagamento

Loja 1: Rua Circular Sul, 3 - A - B.º da Encarnação – **Telf: 21 853 56 90**
TLMS: 96 292 48 05 / 96 788 80 06

Loja 2: Rua Correia Teles, 8 - A - Reboleira – **Telf: 21 499 01 52**
e- mail: capitalfuneraria@hotmail.com

Crematório dos Olivais

Estrada de São Cornélio
1800-328 Lisboa
Telefone: 21 855 09 90/21 855 09 96
Fax: 21 817 13 71
e-mail: cemiterio.olivais@cm-lisboa.pt

Gerência de Adelino Matias e Fátima Peixoto

Bela Vista ®
AGÊNCIA FUNERÁRIA

Funerária dos Olivais

Loja:
Praça Cidade do Luso, 198, loja Drt.ª
1800-100 Lisboa (Largo do Ferrador)
Telf.: **218 521 505**

Loja Olaias
Avenida François Mitterrand, 39-A
1950-341 Lisboa
(Junto ao Feira Nova Belavista)
Telf.: **218 598 043**

Loja Marvila / Chelas
Rua Actriz Palmira Bastos, 8 Loja 10
1950-004 Lisboa
(Junto à Carris)
Telf.: **218 598 043**

SERVIÇO 24 HORAS
919 273 180 - 919 108 698

800 207 672
Número Gratuíto

Empresa Certificada
Associado nº 267 da ANEL
Registo nº 2127 da DGCC

www.funerariabelavista.com

AGÊNCIA FUNERÁRIA de SANTA MARIA DOS OLIVAIS

Gerência de: Ivone Matias e Mara Pereira

Funerais
Trasladações
Flores

Segurança Social Gratuita

SERVIÇO PERMANENTE
Telefs. 21 851 24 29 TM: 91 990 65 33
TM: 91 439 29 46
Rua Circular Norte, Bairro da Encarnação
N.º 12 B - 1800-134 Lisboa

AGÊNCIA FUNERÁRIA MATIAS

A F M

Gerência de António Matias

Funerais • Cremações • Trasladações

MOSCAVIDE * OLIVAIS * PORTELA

Nos momentos mais difíceis conte com a nossa ajuda
www.funerariamatias.web.pt

CONTACTOS 24 HORAS
Loja de Moscavide: Rua Gonçalo Braga, 24 A 219 444 677
Loja de Odivelas: Rua Dr. Sidónio Pais, 62 B 219 340 724
Tlms. 917 648 982 - 916 144 835

João Ferreira
Sócio Gerente

A M & F F

Alvalade Marvila Olivais

Agência Funerária Matias & Ferreira, Lda.

ANEL Empresa Associada Sócio 138

800 207 753 Serviço 24 horas 218 592 870
TM: 91 457 92 96 — 91 705 69 06
www. funerariamatiaseferreira.com
e-mail: geral@funerariamatiaseferreira.com

Rua Luís Cristino da Silva, 59 - A
1950-171 LISBOA (Junto ao Colégio Valsassina) Fax: 21 859 28 71

Escola Básica 2,3 de Nuno Gonçalves na Freguesia da Penha de França

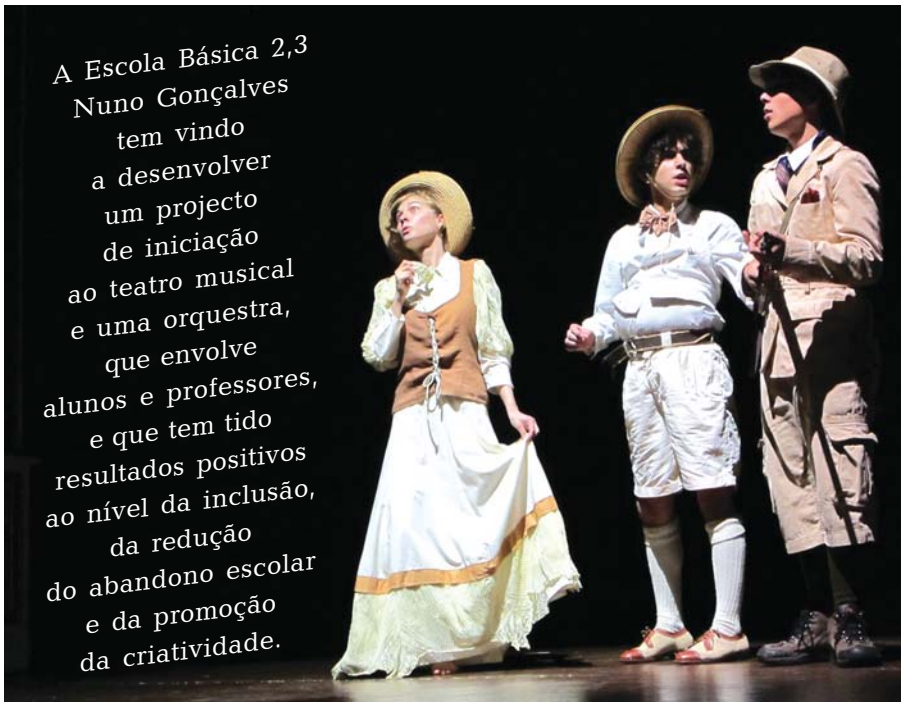
Espectáculos para todos

Músicas&Musicais surgiu em 2005 com o objectivo de desenvolver a criatividade e a comunicação através de diferentes linguagens: música, teatro, dança, cinema. Desenvolvendo-se em duas vertentes: teatro musical e orquestra de escola.

Este projecto envolve professores de Música mas também de Inglês, Educação Física e Educação Visual e Tecnológica que apesar de não terem formação teatral tentam dar "o nosso melhor para transmitir conhecimentos e, volta e meia, é convidado um artista para ajudar na encenação das peças que produzimos", conta Rosário Lucena, uma das responsáveis.

O Grupo conta com cerca de 130 alunos do 1.º, 2.º e 3.º Ciclo, que colaboram no processo de criação de uma peça, fazem a roupa com os tecidos oferecidos, tratam dos cenários que por vezes também são oferecidos. "Aqui até os 'nerds' têm direito ao seu papel e é tão importante como o de quem está no *staff*, pois o trabalho de cada um contribuiu para um todo".

Do rol de peças que já produziram constam A Magia do Natal, adaptação do "Conto de Natal" de Charles Dickens; Annie; Tarzan; Fantasma da Ópera, Cats; Música no Coração; West Side Story e a mais recente, "O Pai Tirano", que esteve em cena no Teatro São Luíz.



A Escola Básica 2,3 Nuno Gonçalves tem vindo a desenvolver um projecto de iniciação ao teatro musical e uma orquestra, que envolve alunos e professores, e que tem tido resultados positivos ao nível da inclusão, da redução do abandono escolar e da promoção da criatividade.

A Orquestra

Em 2008, resultante do projecto "Musicas&Musicais" surge a Orquestra Nuno Gonçalves que visa a introdução da prática musical colectiva através da orquestra e do coro.

O objectivo é "desenvolver competências musicais e através da aprendizagem artística pessoal, desenvolvidos enquanto cidadãos e alunos". Uma das grandes características deste projecto é que integra meninos e meninas de idades, turmas e escolas diferentes (desde que tenham estudado na Escola Nuno Gonçalves). "É inclusivo visto que abrange alunos estrangeiros, com problemas comportamentais, em risco de abandono escolar, entre outros".

A Junta de Freguesia da Penha de França tem sido fundamental ao apoiar na logística e no transporte das crianças e material dos espectáculos. No entanto, não teria sido possível levar avante este projecto sem o apoio da Fundação Oriente e da Gebalis para a aquisição de material e instrumentos.

A orquestra é formada por cerca de 60 alunos, do 1.º, 2.º e 3.º Ciclo, que integram os naipes de cordas (violinos) sopros (flautas, soprano, contralto e tenor), secção electrónica (guitarra eléctrica, baixo) secção rítmica (bateria, timbales, bombo, caixa, pandeiretas, tamborins, maracas) e teclado. O professor Ricardo Fernandes é o maestro responsável e revela que "não se trata simplesmente de formar mais sim sensibilizar e alargar horizontes para diferentes áreas", conta.

Os alunos

Este é o primeiro ano de Rita Marques, de 11 anos, na Orquestra e no Teatro. Desde pequena que toca piano e quando soube que o professor de música andava à procura de novos elementos para o grupo decidiu inscrever-se e recorda-se muito bem do espectáculo que mais a marcou. "Foi na abertura da Sessão Solene, porque apesar de ser um concerto para a escola tinha pessoas da minha família na plateia". No teatro gosta mais de fazer os papéis de empregada, "não sei explicar porquê", de tal forma que na última peça em que participou, "O Pai Tirano", fez de empregada da pensão da Dona Emília.

Apesar de já não pertencer a esta escola, Joana Antunes, agora com 16 anos, continua ligada ao projecto, "gostei da experiência e decidi continuar e agora não quero outra coisa". Para Joana o mais importante é o "espírito de união e as amizades que se criam", sendo uma mais-valia o facto de "ajudar a descontrair e esquecer a escola e as chatices".

O mesmo acontece com Ricardo Tavares que, aos 17 anos e apesar de ter mudado de escola, continua a participar nos espectáculos, já lá vão quatro anos. Considera-se muito tímido e acredita que esta iniciativa serviu para desenvolver capacidades que estavam escondidas, "solta um pouco a personalidade de uma pessoa". Os pais acharam uma boa ideia e nunca puseram entraves, por sua vez, os colegas "só perguntam quando vou participar em mais peças".

Inês Martinho tem 12 anos e sempre teve uma veia artística, "desde pequena que gosto de representar e cantar e, por isso, mal soube desta iniciativa inscrevi-me". Recorda com carinho o momento que mais a marcou em palco, "foi quando fiz o primeiro espectáculo "Annie" e tive que utilizar uma peruca enquanto contracenava com a cadela Luna. A certa altura a cadela entrou e começou a fazer pinotes provocando gargalhadas em todas as crianças que estavam no público". No geral, acredita que esta experiência tem-se revelado única.

Inês Terra, de 18 anos, é um claro exemplo de inclusão social. Ingressou no projecto através do Serviço de Psicologia por considerarem determinante dar-lhe este tipo de oportunidade. Apesar de na sua maioria ter um papel mais figurativo nas peças, devido às suas dificuldades sociais, confessa-se feliz com o seu desempenho e com os colegas.

Com o apoio do EXPRESSO do Oriente

Carneiro: 21/03 a 20/04
As tuas capacidades vocais vão destacar-se este mês. Vão chover convites para vocalista das bandas de Guitar Hero e Rock Band O problema é que, às vezes, gostas de aparecer mais do que os outros podem suportar.

Touro: 21/04 a 21/05
Os tourinos são dados ao mistério e, por isso, são mais introspectivos e discretos. Preferem relacionamentos pela internet a encontrarem uma companhia no "mundo real", o problema é que passam dias sem ver a luz do dia e o pessoal já anda preocupado.

Gémeos: 21/05 a 20/06
Vives em busca da perfeição e por isso tens tendência a gastar alguns euros extra em roupa e cremes. O problema é que se não te moderas o teu cartão de crédito vai pedir insolvência.

Caranguejo: 21/06 a 22/07
Ainda não decidiste o teu destino para as férias e nem escolheste aquela prenda de aniversário que tinhas que oferecer em Maio? Estás à espera de quê? Que o Marcelo te venha aconselhar pessoalmente?

Leão: 23/07 a 22/08
Acabei de analisar o teu horóscopo para o próximo mês e vê só o que te espera: SAÚDE, os astros sorriem para ti. DINHEIRO, os astros sorriem para ti. SEXO, os astros matam-se a rir.

Virgem: 23/08 a 22/09
Tens a tendência de andar carregado de amuletos da sorte e nunca te pode faltar uma ferradura nas portas de casa e no carro. Mas já pensaste que se as ferraduras dessem sorte, os burros não puxavam carroças.

Balança 23/09 a 22/ 10
Este será um bom mês para actividades artísticas. É a altura ideal para comprar aquele móvel que tanto cobiçaste no IKEA vais ver que montas tudo à primeira e nem uma anilha vai sobrar.

Escorpião: 23/10 a 21/11
Os regentes deste signo têm a tendência de achar que estão mais à frente do seu tempo, o facto é que o resto do pessoal não parece concordar com tanta excentricidade. Convenhamos que precisas de encontrar um meio-termo, nem tanto à terra nem tanto ao mar.

Sagitário: 22/11 a 21/12
Este mês a coisa está preta...Cada vez sobra mais mês ao fim do ordenado e nem o subsídio de férias te safou. Vê no garda-jóias, olha que a compra de ouro usado está em alta pode ser que te arranjes...

Capricórnio: 22/12 a 19/01
Este mês vais estar tão irritante como aqueles *pop-ups* de um site. A falta de sorte não está a ajudar de facto, mas mesmo assim parece-me que muito do que fazes é inconveniente.

Aquário: 20/01 a 18/02
Neste mês vais ter de prestar mais atenção à tua saúde, por isso convém cortares com os excessos alimentares. Os únicos excessos permitidos são os de gargalhadas. Olha, come atum, é rico em Ómega3.

Peixes: 19/02 a 20/03
É possível que surja uma excelente oportunidade de trabalho, o problema é que vais ter de cancelar as tuas férias naquele lugar paradisíaco que tanto querias conhecer. Mas de certo que sabes o que será melhor para ti, tal como Passos Coelho sabe o que é melhor para o país.

"O tempo em (re)construção"

O Museu Nacional do Azulejo, em Xabregas, tem patente a exposição "O tempo em (re)construção", que reúne peças da colecção de Cerâmica do CAM - Fundação Calouste Gulbenkian.

A colecção de cerâmica, datada do século XX,do espólio do Centro de Arte Moderna (CAM) da Fundação Calouste Gulbenkian está exposta no Museu Nacional do Azulejo

Pela primeira vez o público tem a oportunidade de conhecer uma diversificada colecção de cerâmica, datada do século XX, que faz parte do espólio do Centro de Arte Moderna (CAM) da Fundação Calouste Gulbenkian.

Isabel Carlos, directora do CAM, visitou a exposição com João Brigola, director do Instituto dos Museus e da Conservação, e saiu com a certeza de que "este é o lugar certo para este espólio".

Estas obras deixaram a escuridão das reservas, onde se estavam a deteriorar, e instalaram-se no Museu do Azulejo para toda a gente apreciar, ilustrando bem a riqueza e versatilidade do acervo do CAM. "Há muito tempo que não eram vistas, estavam quase que abandonadas e decidimos mudar isso ao trazê-las para aqui", explica Isabel Carlos. "É notável o trabalho desenvolvido pelos profissionais deste espaço museológico na recuperação de algumas obras e também na identificação dos seus autores", que por se tratarem de peças antigas, muitas delas doadas, o CAM não tinha conseguido determinar os autores por detrás dos magníficos trabalhos em exposição.

A mostra reúne obras de artistas portugueses e estrangeiros, como Jorge Barradas, Francisco Franco, Simões de Almeida, Hein Semke, Robert Delford Brown, Jorge Vieira, entre outros.

Personagens "anime" no MdO

O Museu do Oriente acolhe, até 18 de Setembro, a exposição "Japão: O Paraíso das mascotes", que reúne as personagens animadas criadas no Japão desde os anos 1950, como o Ultraman, Rei Ayanami, o Doraemon, a Hello Kitty ou o Pokémon.

A popularidade da subcultura japonesa da manga (banda desenhada) ou do anime (desenhos animados) expandiu-se a todo o mundo nos últimos anos criando uma legião de personagens que ganharam o estatuto de mascotes.

O MdO, em parceria com a Fundação Japão, decidiu levantar algumas questões através desta mostra: Como surgem as mascotes? Qual a razão da sua popularidade? Que tipo de sociedade reflectem?

Para responder a estas e outras questões irá realizar-se uma conferência subordinada ao tema "A cultura de animação japonesa através do Pokémon", proferida pela professora japonesa Kei Suyama, especialista em anime.

Casino anima noites de Verão

Até 4 de Setembro, as noites de Verão vão ser muito animadas no Arena Lounge do Casino de Lisboa. Fernando Pereira, Francisco Menezes e Aldo Lima vão protagonizar momentos inesquecíveis em palco.

Todos os dias, para além da habitual animação musical ao vivo, poderá assistir à performance de dança Dream Bodies e à actuação de novo circo dos Perez Brothers, num número de forças combinadas de cortar a respiração.

Com uma boa dose de irreverência, todas as 5.ª, 6.ª e Sábados o humor e a música tomam conta do palco com as actuações de Fernando Pereira, Francisco Menezes e Aldo Lima. Três grandes talentos nacionais que vão protagonizar momentos inenarráveis de puro entretenimento.

Ilustração: Gonçalo Figueiredo

Preocupado com o bem-estar, divertimento e lazer dos seus leitores durante o período de férias, o EXPRESSO *do* Oriente publica este mês uma página dedicada às peripécias próprias dos meses de Verão.

Um cão vai de férias para o Algarve. Quando lá chega encontra um gato e, dirigindo-se a ele faz: - "Ãao!!!" O gato responde: - "Ãaao!!!". Pergunta o cão: - "Ãaao"?! Mas tu não devias fazer "Miau"?! Responde o gato: Aqui no Algarve, quem não sabe mais que uma língua está lixado!...

Carlinhos, quais são os meses mais curtos do ano?
- Os meses das férias, senhor professor.

Um candidato num comício eleitoral em pleno período de férias no Alentejo:
- Se eu for eleito, garanto que só se trabalhará um dia por mês!
Ouve-se ao fundo:
- Então e férias, nã há?

Entre amigas:
- Então, e as férias, foste à praia?
- Não, mas é como se tivesse ido. A alcatifa é verde-mar, os miúdos são uns autênticos mexilhões, a minha sogra todos os dias arma barraca porque não a deixamos fazer ondas...
- E o teu marido... o que faz ?
- Nada.

Enquanto passava umas férias nos EUA, um desses xeiques do petróleo e a esposa decidiram enviar presentes aos seus amigos. Entraram numa galeria de arte onde compraram um Van Gogh, um Rembrandt e dois Picassos.
- São 1,6 milhões de dólares. - Disse o vendedor.
O xeique pagou em dinheiro e virou-se para a mulher:
- Pronto agora que já escolhemos os postais, vamos comprar as prendas?

Dois padres vão passar férias para o Algarve e para não serem reconhecidos, vão a uma loja de surfistas e compram roupas radicais.
Mais tarde estão na praia a beber as suas caipirinhas quando passa um loira em topless, muito vistosa, com uma tatuagem de um anjinho na nádega esquerda, e diz:
- Bom dia senhores padres!
Os padres ficaram pasmados! Tinham sido reconhecidos! Por isso foram outra vez à loja e compraram roupas ainda mais radicais. Estão na praia descontraídos e passa a mesma loira, senta-se ao lado deles de uma forma sexy e diz:
- Boa Tarde senhores padres!
Um dos padres não resiste e pergunta:
- Nós realmente somos padres! Mas como é que nos reconheceu?
- Senhor Padre, não me reconhece? Sou eu! A irmã Ângela!

Dois gajos do Porto discutem sobre férias, e diz o primeiro:
- Este ano num bou seguir os teus cunseilhos!
- Atão e porquê?
- Atão, em nobenta e oito sugeriste-me o Habay. Eu fui e a Maria engrabidoue! Em nobenta e nóbe, sugeriste-me a Republica Dóminicana. Eu fui e a Maria engrabidoue! Em dois mil mandaste-me pró Brasil. Eu fui e a Maria engrabidoue! Arre porra, não confio mais em ti, carago!
- Deixa-te de tretas! Este ano bai mas é às Ilhas Seixales, mas tens que tomar cuidado!
- Cuidado, cuidado cum o quei!?
- Desta bez leba a Maria cuntigo, carago!!!

Dicionário rápido
para férias no estrangeiro

RUSSO
Conjunto de árvores: Boshke
Insecto: Moshka
Político: Caganopovo
Defunto: Sefoy Prakova
Sogra: Sostorva

ALEMÃO
Abrir a porta: Destranken
Não me interessa: Queselich
Bombardeio: Bombascaen
Chuva: Gotascaen
Sogra: Ajjj

ÁRABE
Metralhadora: Allavai abalabalabalabalabalabalabalabala.....
Elevador: Alicima Vai
Necessito de um banho: Molhamed
Sogra: Alvíborah

CHINÊS
Cabelo sujo: Chin-Champu
Descalço: Chin Chinela
Top-less: Chin-Chut-Yiã
Náufrago: Chin-Chu-Lancha
Nudista: Chin-Calcao
Pobre: Chen Luz, Chen Agua, Chen Gaz
Veneno: Bai Gon
Estudante: Xu-Lo-Pai
Ladrão: Fin-To-Xui
Politico: Chin-Pan-Ze
Sogra: Bru-Xa-Feia

INGLÊS
Banheira giratória: Tina Turner
Indivíduo de bom autocontrole: Auto Stop
Copie bem: Copyright
Talco para caminhar: Walkie Talkie

JAPONÊS
Adivinhador: Komosabe
Bêbado: Yochi Tomo Whiski
Café amargo: Takaro Azukar
Top Less: Sakare Ateta
Diarreia: Kagasoagua
Carro: Kenon Hémoto
Compre: Adkira
Terror: Aikimedu
Fraco: Yono Komo
Roubaram-me a moto: Yononvejo M'yamaha
Meia volta: Kasigiro
Bilhar: Takada Nabola
Bar: Boti Kin
Político: Roba Kasitudo
Se foi: Non-ta
Acabou a gasolina: Yaminhamoto Nonanda
Vice-campeão: Kuasi-Ganho
Ainda tenho sede: Kiro Maisagwa
WC: Akisicaga
Fim: Saka-bo

Kamasutra 2011

E Deus fez a mulher...

Houve harmonia no paraíso.
O diabo vendo isso resolveu complicar...
Deus deu à mulher cabelos sedosos e esvoaçantes.
O diabo deu pontas duplas e ressequidas.
Deus deu à mulher seios firmes e bonitos.
O diabo fê-los crescer e cair.
Deus deu à mulher um corpo esbelto e provocante.
O diabo inventou a celulite e as estrias.
Deus deu à mulher músculos perfeitos.
E o diabo cobriu-os com lipogliceridos.
Deus deu à mulher uma voz suave, doce e melodiosa.
O diabo fê-la falar demais.
Deus deu à mulher um andar elegante.
O diabo investiu no sapato de salto alto.
Então Deus deu à mulher infinita beleza interior.
E o diabo fez o homem perceber só o lado de fora.
Deus fez a mulher ficar maravilhosa aos 30, vibrante e gostosa aos 45.
O diabo deu de presente a menopausa aos 50...
Só pode haver uma explicação para tudo isso:
O sacana do diabo é gay!!! *(sem ofensa!!!!)*

Cerca de 550 avós e netos passaram uma tarde em festa na Quinta Pedagógica dos Olivais, para assinalar o Dia dos Avós. Uma iniciativa do Spacio Shopping que de há alguns anos a esta parte vem chamando a atenção da sociedade para a necessidade de valorizar os pais dos nossos pais, retribuindo-lhes um pouco do amor que nos oferecem.

Este dia serve não só para promover o convívio intergeracional mas também para homenagear os avós, em especial aqueles que, além do papel habitual, fazem de tudo para ajudar os filhos a criar os netos.

De acordo com Carolina Mesquita, do Spacio Shopping, celebrar este dia faz todo o sentido, visto que "o Spacio é uma empresa familiar e não há nenhum dia que não se identifique com o Spacio como o dos avós, não fossem eles nossos clientes e também devido ao local onde estamos inseridos". Segue dizendo que "esta iniciativa é já uma tradição olivalense, há aqui pessoas que já vieram em anos anteriores".

Emília Vila Chá veio acompanhada pelos seus dois netinhos. Dinis Sargento, de dois anos, confessa que "a avó Mimi é muito minha amiga, dá-me muitos beijinhos, fazemos muitos desenhos e pinturas", já a irmã Mafalda, de sete anos, gosta quando a avó a leva a passear na Quinta pois "tem mais espaço para brincar".

Também Graciete Duarte é uma segunda mãe para os seus netos, dedicando-lhes toda a atenção e carinho, "mas mais na altura das férias da escola que é quando estão comigo". A pequena Sofia e o Miguel Duarte, de sete e quatro anos, adoram passear pelo Vale do Silêncio e fazer tropelias com a avó Graciete, também adoram "passar uma tarde a brincar às bonecas" ou a visitar os animais da Quinta Pedagógica.

A tarde foi preenchida com diversas actividades para todas as idades como futebol aranha, siga o mestre, jogos em grupo, pintura facial e no final um grande mural pintado pelos participantes.

Para quem não consegue acompanhar o ritmo dos mais novos houve ateliês de borracha eva. Regina Santana, uma das animadoras, considera importantíssimo que se desenvolvam este tipo de actividades, especialmente as criativas porque é uma terapia ocupacional que ajuda na coordenação motora e "melhora a auto-estima das pessoas. Acabam por descobrir que conseguem fazer coisas maravilhosas como estes ímanes que estamos a criar, por exemplo".