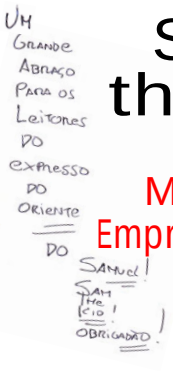
Expresso do Oriente

OUTUBRO de 2011 - ano VI - n.º 68 - *mensal* - *Distribuição gratuita* - Director: Acácio Soares



Sam the Kid no Marvila Empreendedora

P_9

Alunos de excelência

P_3

80 toneladas por uma cadeira

P_7

PRODAC Norte recebe escrituras

P_7

Crónica Masculina

Raúl Amado
raulamado@gmail.com

A minha sorte é ganhar mal...

Meia hora é o tempo da minha sagrada pausa para o café precisamente meia hora depois de entrar ao serviço. Meia hora é também o tempo que gasto na minha hora preferida da parte da tarde, quando saio do serviço e paro na cervejaria mais próxima, é a chamada "happy hour", não só por a imperial àquela hora ser mais barata e ainda oferecerem amendoins em vez de tremoços mas também por se tratar de um momento de felicidade para a maioria dos seres masculinos que, como eu, têm de assumir o part-time familiar, ou seja, a colaboração na divisória da casa de onde mais gostam de fugir... a cozinha.

Ontem, estava eu a preparar as perninhas de frango já pré-temperadas e que se cozinham dentro de um saco de plástico (como é que chegámos a este ponto?), quando ouvi o senhor primeiro-ministro a anunciar as novas medidas de austeridade. Meio confundido, saltou-me ao ouvido a tal meia hora de trabalho. No início até julguei que ele nos estava a oferecer qualquer coisa, visto que está a contar com o nosso subsídio de Natal era o mais justo, mas depois fiquei atento e percebi que ele tinha dito "trabalho acrescido" e não "diminuído" e vi logo que quem tem aqui alguma coisa para oferecer... sou eu.

Pobrezinho mas poderoso, vou dar meia hora por dia, duas horas e meia por semana, dez horas por mês, cento e vinte horas por ano e p'ra quê? P'ra quê?

Já se deu conta o primeiro-ministro de que os portugueses perante as obrigações arranjam logo maneira de contornar o assunto? É tão verdade o que digo que quando confrontados com o corte nos incentivos hospitalares, até os dadores de órgãos se recusaram a aparecer... é uma espécie de corte no "incentivo ao abate"...(esta vai-me custar o subsídio de almoço).

Por isso, senhor primeiro-ministro, não estranhe as cervejarias passem a ter uma "happy hour" entre as 16:00 e as 17:30H e que os portugueses passem a fazer uma pausa para o lanchinho... agora até saem mais tarde!

Vai-se a ver e depois da "mine" até a produtividade aumenta.

Bem vistas as coisas, para mim esta nova regra não é má de todo porque sempre é melhor estar meia hora a mais no local de trabalho do que ter de lavar a salada para o jantar, e não gozem porque eu sei de muitos que também vão ficar mais meia hora à espera que o relógio marque a hora para picar o ponto e que além de ficarem sem o subsídio de Natal, também vão doar o de férias.

A minha sorte é ganhar mal...

Moralidade

Opinião

Rute Sofia Lima

"As crianças vêm ao mundo sem nenhuma compreensão visível da diferença entre o bem e o mal ou do certo e do errado, mas um pouco destas noções lhes são passadas assim que aprendem a diferença entre a escuridão e a luz, o quente e frio, o doce e o azedo. É certo que as crianças não parecem formular um conceito de mal per se e, obviamente, não sabem nada sobre aquela abstracção metafísica que a humanidade chama de pecado.

O cachorro persegue e, se é capaz, castiga o outro cachorro que roubou o seu osso, assim como o macaco tenta matar qualquer intruso solteiro que tome algumas liberdades com suas fêmeas.

Muitos dos arranca-rabos entre pardais e estorninhos são causados por conflitos sobre direitos de propriedade de uma simples minhoca e toda a gente já viu dois peixinhos dourados num aquário, lutando por um pedaço de comida que um deles tenta engolir, enquanto o outro busca arrancá-lo e fugir."

Se olhamos para estes exemplos com alguma flexibilidade de pensamento, podemos até encontrar alguma graça, porque a criança é criança, porque o cachorro é cachorro, porque o macaco é macaco e porque o peixinho é peixinho e, afinal, as suas acções não têm repercussões directas na vida da sociedade. Lanço o desafio de todos nós ampliarmos estas atitudes e comportamentos a uma escala diferente, a nossa escala.

Isto é, se pensarmos que comportamentos semelhantes podem ser protagonizados por quem tem nas suas mãos o poder de gerir os destinos de uma nação, os destinos das famílias portuguesas, os destinos das empresas portuguesas e os destinos das nossas vidas?

Provavelmente não iremos ser tão compreensivos e nem tão pouco achar tanta graça! Estes nossos Governantes são o quê afinal? Crianças que não sabem distinguir o bem do mal? Cachorros irracionais que lutam apenas pelo "seu osso"? Ou peixinhos dourados, que vivem contentes no seu lindo aquário, quando tudo cá fora está a ruir?

Não quero ser sarcástica, mas não consigo evitar: Não são crianças, nem cachorros nem peixes dourados, são autênticos abutres que a troco das suas metas partidárias não se coíbem de arrastar para a precariedade social os cidadãos portugueses, privando-os de forma gritante dos seus direitos há muito conquistados.

Eu digo NÃO a este Governo, NÃO às medidas impostas no orçamento de Estado para 2012 que vão para além do memorando assinado com a Troika, NÃO ao capitalismo (onde as camadas mais ricas e abastadas prevalecem sobre as camadas mais desfavorecidas), NÃO ao desmoronamento do Estado Social, que é nosso por direito! Quero MORALIDADE!

Ajudar os mais desfavorecidos

Mais de mil pessoas participaram na 4.ª edição do Festival Esperança que se realizou no Parque Vale do Silêncio, nos Olivais, um evento que visa apoiar as famílias mais carenciadas da zona Oriental de Lisboa.

A Associação Famílias Diferentes foi criada com o objectivo de desenvolver actividades de solidariedade social direccionadas à população mais carenciada da zona Oriental de Lisboa, mas também de Moscavide, no concelho de Loures.

Entrar em contacto com famílias desfavorecidas e dar a conhecer a instituição e os serviços que presta é o principal objectivo deste festival, tal como referem Pedro Gonçalves e Lídia Ferreira, os responsáveis pela organização. "Aqui qualquer cidadão pode mimar-se um pouco com aquilo que no dia-a-dia não tem acesso".A cada dois anos, a Associação Famílias Diferentes promove este evento repleto de actividades que vão desde concertos de música, a rastreios de saúde, cuidados de enfermagem, passando por serviços de apoio psicológico e jurídico e ainda de orientação profissional. Houve também uma área dedicada à distribuição de bens de primeira necessidade, como comida e roupa.

Gralhas: rectificação

Na edição do mês de Setembro, e por lamentável desatenção da nossa parte, no anúncio para ajudar o jovem Mário, a "gralha picou" no número de telemóvel de contacto da mãe Carla Morais, que saiu errado. Do facto apresentamos as nossa desculpas ao Mário e à sua mãe e aproveitamos para referir que o número correcto é o: **965119457**.
Lamentamos também o transtorno causado a todos os leitores que, em vão, tentaram contactar o número publicado.

Início do ano lectivo

Alguns leitores, em expecial encarregados de educação, questionaram porque é que algumas escolas não foram mencionadas na notícia "Início do ano lectivo em grande", *publicada na edição passada do* **EXPRESSO do Oriente.** *Tal facto deveu-se à falta de resposta aos contactos que formulámos às Escolas Secundárias Luísa Gusmão e António Damásio (ex- Professor Herculano de Carvalho) e dos agrupamentos das Piscinas - Olivais, Luís António Verney e Eça de Queirós.*

Até ao fecho da presente edição não obtivemos qualquer resposta às informações que solicitámos aos referidos estabelecimentos de ensino.

EXPRESSO do Oriente Ano_VI_n.º_68_Outubro_de 2011 Mensário Regional de Grande Informação DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
Director: Acácio Soares_acaciosoares111@gmail.com;
Publicidade: Telf:_21 920 60 85_965 864 235_publicidade.expressodooriente@gmail.com
Telf: 21 192 95 98_e-mail: geralexpressodooriente@gmail.com_Site: www.expressodooriente.com
Propriedade, sede e redacção e edição: 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_euros_Título Registado no ERC. n.º 124910_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.*

Alguns dos alunos premiados

A Escola Secundária António Damásio (ex-Professor Herculano de Carvalho) premiou os melhores alunos do ano lectivo 2010/2011 com galardões de mérito escolar. Uma cerimónia que visa motivar os formandos para o sucesso escolar e profissional.

Alunos de excelência

Para assinalar o início do ano lectivo foram entregues os Prémios de Mérito do Ministério da Educação, no entanto a instituição optou por atribuir ainda os Prémios da Escola, nomeadamente, ao melhor aluno, ao melhor companheiro, aos vencedores dos concursos de fotografia e do logótipo para os cursos profissionais. Os cerca de 150 alunos que concluíram com aproveitamento o 12.º em 2011 foram igualmente reconhecidos com um diploma realçando as qualidades humanas científicas e profissionais dos finalistas.

António Cruz, director da Escola Secundária António Damásio, apelou aos jovens para que "procurem ser competentes, solidários e justos porque o nosso futuro e o do país depende de vocês. Trabalhem pelo vosso futuro e para um futuro melhor para Portugal".

O Rotary Club Lisboa-Olivais também esteve presente nesta cerimónia para atribuir bolsas de estudo patrocinadas a alguns estudantes desta escola bem como a alunos das Escolas Secundárias Eça de Queirós e Fernando Pessoa. A ideia é "criar o líder de hoje e de amanhã para que o mundo seja melhor", afirma Domingos Rosário, representante dos rotários olivalenses.

Os distinguidos

Prémios de Mérito do Ministério da Educação
Francisco Branco Caetano - Curso Ciências e Tecnologia
Mafalda Machado Botelho - Curso Profissional

Prémios da Escola
Melhor aluno do CEF: Tânia Marina Henriques
Concurso de fotografia "A nova escola": Sara Cristina Melo
Concurso de fotografia "Escola Acolhedora": Rita Catarina Nascimento
Concurso de logótipo para os cursos profissionais: Jorge Henrique Santos

Prémios Rotary Club Lisboa-Olivais - Bolsas de Estudo
Ana Letícia Almeida Ferreira - Esc. Sec. Eça de Queirós
Prieche Raquecha Samgi - Esc. Sec. Fernando Pessoa
Inês Amélia Nóbrega Tavares - Escola Sec. António Damásio
Linita Mohanlal Ramgi - Esc. Sec. Eça de Queirós

Prémios Mérito Escolar
Iris David Paz - Esc. Sec. Fernando Pessoa
Cátia Sofia Andrães Almeida - Esc. Sec. Fernando Pessoa
Diogo Alexandre Sousa Fernandes - Esc. Sec. Eça de Queirós
Maria Ramatulai Soares Cassamá - Esc. Sec. Eça de Queirós

Escola Segura dá apoio aos estudantes

O grande evento de Abertura do Ano Lectivo 2011/2012 da Escola Segura reuniu, no Centro Desportivo Nacional do Jamor, cerca de 2000 mil crianças, entre os 9 e 12 anos, da área metropolitana de Lisboa num dia repleto de actividades e onde não faltou a boa disposição.

O programa Escola Segura tem como finalidade proporcionar condições de segurança para as crianças no caminho para a escola, no seu interior, nas suas imediações e onde quer que se encontrem, para que se sintam apoiadas e protegidas.

Estimular valores como cidadania, solidariedade, defesa ambiental e sensibilizar e prevenir as crianças através da prática desportiva foi o principal objectivo desta iniciativa, desenvolvida pelo Comando Metropolitano de Lisboa da Polícia de Segurança Pública.

De acordo com o comandante Constantino Ramos "todas as crianças têm direito a crescer em segurança, num clima de tranquilidade, sem medos nem receios" e cabe às autoridades "tornar esse direito uma realidade".

Seguindo a política de proximidade que a Escola Segura tem levado a cabo junto da comunidade educativa, as crianças puderam conviver, durante algumas horas, com vários elementos policiais e praticar Rugby, Hóquei em Campo, Tiro ao Arco, Corfebol (jogo semelhante ao basquetebol), Judo, entre outras.

Paralelamente, foi desenvolvido o projecto "Dá Tampa ao Azulinho", que tem como objectivo a recolha de tampinhas de plástico que posteriormente serão revertidas em dinheiro e oferecido a uma instituição de solidariedade social.

As crianças divertiram-se entre jogos e brincadeiras mas sempre a aprender.

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

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
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

Para anunciar basta ligar 96 586 42 35

Diga de sua justiça!

Primeiro vieram os cortes: no subsídio de Natal, na Saúde, na Educação e na Segurança Social. Depois foram os aumentos nos transportes públicos e agora o IVA na conta do gás e da electricidade passou a ser de 23 por cento. Muitas outras medidas restritivas irão, no Orçamento de Estado, obrigar grande parte da população a apertar ainda mais o cinto. Ficou célebre a frase proferida pelo 1.º ministro inglês, Winston Churchill, nos difíceis anos da 2.ª Guerra Mundial: "vão-se os anéis, fiquem os dedos". Nós por cá, ainda estamos para ver se nos vão deixar ficar alguma coisa... Muitas famílias já foram obrigadas, até nos bens essenciais necessários para a sobrevivência do dia-a-dia, a estender a mão à caridade. Quisemos saber o que os nossos leitores pensam sobre tudo isto..

E o povo pá?

Maria Rita Pereira, 67 anos, reformada

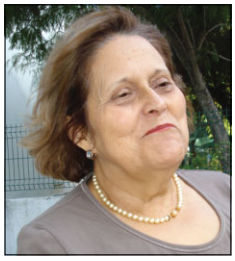
Trabalhei durante muitos anos mas a minha reforma é pequena e mal dá para as despesas, agora com o aumento da electricidade e do gás vai ficar muito complicado. Não sei o que eles estão a pensar, só sei é que se isto continua assim muita gente vai começar a passar forme e vão aumentar os sem-abrigo. Há coisas que realmente nunca deveriam aumentar como é o caso dos bens essenciais. A luz ainda dá para aproveitar a que o sol nos fornece, gratuitamente, mas como é que vamos fazer a nossa vida sem puder utilizar o gás, não se come? Ou então fazemos como antigamente e vai tudo a carvão.

Orlando Monteiro, 62 anos, reformado

Acho que isto tudo não passa de um roubo para pagar a Madeira e toda a treta que usurparam. Custa muito ter que estar a pagar aquilo que os outros comeram. Esta medida vai afectar muita gente pois estão a ir ao bolso dos portugueses. Eu como reformado vou ter que descontar no Natal, a minha mulher está sem emprego e agora isto. Vai ser mais do que complicado. Como é que vou poupar? Na comida? Isto não dá a cara com a careta, tem que haver alguém que venha pôr ordem nisto, que está cada vez mais a ir de mal a pior.

Pedro Henriques, 43 anos, vigilante,

Tenho a sorte de viver numa casa com bastante iluminação e por isso quase não preciso de ligar as luzes. Agora com o aumento da conta de electricidade tenho recorrido mais a velas para iluminar de noite, embora até tenha lâmpadas economizadoras. Os únicos electrodomésticos que consomem mais energia lá em casa são o frigorífico e a arca, às vezes utilizo o computador e a televisão raramente ligo. Tenho a vantagem de não estar muito tempo em casa, devido à minha profissão e mesmo assim a minha conta da luz é de 49 euros cada dois meses. As despesas são muitas, tenho pensão de alimentos a pagar à minha ex-mulher, tenho a renda da casa entre outras que não dão para evitar e ganho pouco mais de 600 euros. Só me safo de pagar o aumento no gás porque ainda utilizo o gás de botija porque senão ficava ainda mais complicado.



Ermelinda Silva, 68 anos, reformada

Acho que apesar de ser necessário que se reduzam alguns custos não me parece que a solução passe por aumentar o gás e a luz. Deveriam rever esta estratégia e ver se não seria possível incidir estes aumentos noutros campos que não estes, que são bens tão essenciais e que vai afectar quem tem muito pouco dinheiro.

Sou uma das poucas pessoas a quem este aumento não fará muita diferença no orçamento familiar, no entanto, não deixo de ter alguns cuidados no sentido de evitar gastos desnecessários, por exemplo, evitar deixar as luzes acesas quando estas não estão a ser usadas. Agora a pergunta é até que ponto as pessoas vão conseguir poupar? Como é que se vai cozinhar sem gastar gás, tudo bem que podem aproveitar mais a comida, evitando desperdícios, mas será o suficiente?

José Moutela, 71 anos, reformado

Não acho bem que estejam a aumentar as facturas de electricidade e do gás. Preparado não estou mas o que se pode fazer? Ouvi falar numa solução para as pessoas mais desfavorecidas, mas não sei como vai funcionar. De qualquer das formas tento sempre poupar, utilizo lâmpadas economizadoras e quase não as ligamos, só quando vão lá as minhas netas. No Inverno é que fica mais complicado, os aquecedores só se utilizam quando está mesmo muito frio. Para cozinhar tenho optado pelo micro-ondas, até mesmo para aquecer o leite porque é muito mais rápido do que no fogão e não consome tanto. Só espero que não façam o mesmo com os bens alimentares, pois o cenário agrava-se quando se tem crianças. Mas, uma coisa é certa, não adianta fazer tumultos como os de lá de fora, na Grécia, porque isso só ia piorar tudo.

Helena Espartalha, 50 anos, professora

Discordo em absoluto com o aumento do IVA para 23 por cento no gás e na electricidade porque acho que não somos nós que temos que pagar a má governação de um país.

Há imensa gente com rendimentos mínimos, como os idosos, que mal têm dinheiro para comer e medicamentos e ainda vão ter que pagar esta inflação.

Sempre procurei poupar dentro das possibilidades, porque é essa a minha política de vida e agora vou ter de controlar os gastos ainda mais. A nível da energia evito deixar a luz acesa quando esta não está a ser utilizada, só o estritamente necessário e no que diz respeito ao cozinhar tenho sempre o cuidado de colocar tampas nas panelas, para confeccionar a comida mais rápido e evitar desperdício de calor e assim minimizar os custos.

Anabela Sani, 36 anos, ajudante familiar

Estes aumentos só dão prejuízos às pessoas. Já mal conseguimos viver com tantas despesas para pagar e ao invés de baixarem as coisas aumentaram e olhe que vai fazer muita diferença nos orçamentos familiares. Já não temos mais onde poupar e ainda aumentam mais o preço das coisas de primeira necessidade.

Mesmo que queira arranjar outro emprego para ajudar a fazer face às despesas não se consegue, pois não há trabalho. Não me admira nada que em breve a criminalidade aumente, fruto do desespero das pessoas.

Ioque Abreu, 36 anos, fiscal da EMEL

Não concordo de todo com este aumento que o Governo impôs. Há pouco tempo mudei a electricidade para bi-horário para tentar poupar e a verdade é que só notei a diferença no primeiro mês, pois o mês passado voltei a pagar o que pagava antes. Já reclamei com a EDP mas a verdade é que não há outra solução porque não existe concorrência. Com a água é o mesmo. Fiquei incrédulo quando recebi a última factura e reparei que me cobraram cinco euros numa nova despesa, o saneamento. Em relação ao gás, o melhor, se calhar, é optar pela bilha.

Gualdina Lima, 58 anos, doméstica

O mundo está a ficar muito complicado, temos que orar a Jesus para baixar os preços. Não está correcto porque há pessoas que não ganham nem para pagar uma renda e que têm de batalhar muito para poderem comer qualquer coisa. Estou sem água em casa, não ligo a televisão, não tenho rádio e o fogão está avariado há cerca de seis meses.

José Longa, 70 anos, reformado

Acho um roubo, não se admite ter de pagar as coisas tão caras. Temos que aguentar enquanto se puder pagar, quando não se puder não sei como vai ser. Acho que vamos voltar aos tempos antigos em que não tínhamos luz e gás em casa. Não sei como fazer para poupar mais porque já economizamos o máximo que podemos. Até a luz evitamos ligar. Mais vale estar quieto.

Henrique Ferreira, 61 anos, reformado

Os bens de primeira necessidade deveriam aumentar o menos possível. Poupo todos os dias. Evito de deixar as luzes acesas, o gás gasto mais quando tomo banho e mesmo assim só o mínimo indispensável, tomo banhos de cinco minutos e chega muito bem. Até para cozinhar evito usar o gás, opto por comprar comida já confeccionada nos supermercados.

A OPINIÃO dos mais jovens

Muitas crianças passam a maior parte do dia na escola, muitos mais de 10 horas, desde que entram, de manhã cedo até à hora da saída, entre as aulas, as actividades extra curriculares e alguma brincadeira.
O **EXPRESSO *do* Oriente** esteve com os mais novos para conhecer o que é que eles pensam sobre as actividades realizadas nos seus tempos livres.

Matilde Caldeira, 5 anos

Eu tenho ginástica e informática depois da escola e estou a gostar. O meu papá disse que devo aprender ballet ou judo, se eu gostar. O que mais gosto de fazer depois das aulas é mesmo brincar ao jogo dos arcos, em que todos os meninos andam à volta da sala e quando a professora fala temos que correr para os arcos, quem não tiver um perde e fica de fora.

Gabriel Pereira, 8 anos

Este ano infelizmente não tenho ATL na escola só tenho AEC's mas nem sempre vou porque não gosto dos professores, não se aprende quase nada, especialmente em Inglês. O professor grita muito connosco e não gosto disso. Já ginástica é mais divertido, jogamos futebol, ao mata e corremos à volta da escola.

Margarida Silva, 12 anos

Na escola, depois das aulas pratico voleibol mas para além disso pratico natação noutra instituição. Foram os meus pais que me incentivaram a praticar algum tipo de desporto e sugeriram estas modalidades, porém até gosto porque enquanto estou nestas actividades penso noutras coisas e não na escola. Acaba por ser divertido e conheço pessoas novas.

Mateus Teodoro, 7 anos

Não gosto do Inglês porque as palavras são muito difíceis apesar da professora até ser bacana. O ATL pedi à minha mãe para desistir porque era muito aborrecido, prefiro ficar à espera no portão do que estar enfiado na sala de aula. O meu monitor só sabe gritar e até houve um dia que partiu uma janela a jogar à bola. Este ano só fico no ATL nas férias porque é mais divertido, é altura dos passeios e dos mergulhos na piscina.

Leonor Figueiredo, 12 anos

Por agora não estou a praticar nada fora de aulas, mas estou a pensar entrar numa actividade desportiva, só não decidi qual. Já andei na ginástica e na natação, por isso agora quero fazer algo diferente. Gosto de estar ocupada e é sempre bom fazer desporto porque faz bem ao corpo e é divertido. Apesar da escola ter muitas actividades para os tempos livres não tem as que quero fazer, por isso ando à procura noutros lados.

Daniel Ribeiro, 8 anos

Só estou na Componente de Apoio à Famílias nas férias, porque a minha mãe pode ficar comigo depois das aulas terminarem. Mas do tempo que passo com as monitoras o que mais gosto de fazer é ajudar os mais pequenos. Houve anos em que ía para as Férias Desportivas mas prefiro ficar na CAF, as actividades são bem mais divertidas.

João Pedro Mendes, 5 anos

O que mais gosto de fazer no ATL da escola é brincar com os carros e com os meus colegas de turma. Há dias em que passo o tempo toda a desenhar bonecos e a escrever. Também gosto de cantar e às vezes fazemos umas peças de teatro engraçadas.

Tatiana Teixeira, 10 anos

Adoro as aulas de ginástica, de jogar ao arco por exemplo, mas tudo o que for muito cansativo já não tem muita piada para mim. Música até gosto, agora o Inglês acho muito difícil de falar, é uma língua complicada e ainda por cima não gosto nada de ter que puxar pela cabeça.

Hugo Fernandes, 9 anos

Já tinha no ano passado e gostei e este ano não é diferente. Adoro quase todas as actividades que faço depois das aulas e não acho cansativo até são divertidas, tenho ginástica, música e inglês. As que menos gosto de participar são as aulas expressão dramática, que é muito chato.

Mariana Baptista, 12 anos

Pratiquei ginástica e natação durante algum tempo e agora estou a estudar inglês. Foram os meus pais que me deram a ideia e eu concordei. Fazer desporto faz muito bem porque ajuda a manter a forma física e o Inglês é fundamental para o futuro, para ser mais fácil comunicar com pessoas estrangeiras. Não acho cansativo se uma pessoa gostar e como eu gosto do que faço... Aliás, até quero fazer mais actividades este ano.

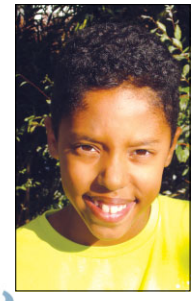
Diogo Dores, 9 anos

Gosto muito das aulas de ginástica, porque adoro fazer exercício físico. Também gosto de desenhar, dos jogos que as monitoras fazem connosco e de brincar na rua.

Às vezes brincamos à apanhada no parque de recreio e é giro. A única coisa que é chata para mim é estar parado e não fazer nada, ah!... e ter que fazer os trabalhos de casa.

Que grande gralha

O Daniel Veiga enterneceu-nos tanto quando nos afirmou estar ansioso para regressar às aulas que nem reparámos na troca da sua imagem com a do Duarte Santos. Desculpa lá ó Daniel. Conta sempre connosco que nós prometemos não voltar fazer... P'ra já aqui ficam as nossas desculpas, para ti e para o Duarte.



Daniel Veiga, 10 anos

A boa informação não tem preço

Com o apoio do EXPRESSO do Oriente

OUTUBRO na Quinta
Programa FAMÍLIA

Quinta Pedagógica dos Olivais

sábado 22 Oficina de cerâmica - 11h00

sábado 29 Pão por Deus - 11h00
Pão por Deus - 15h00

domingo 31 Só para bebés - A importância do toque
Massagem para bebés
- dos 0 aos 12 meses - 10h40/11h20
- dos 12 aos 18 meses - 11h30/12h10

NOVEMBRO
Programa FAMÍLIA

Quinta Pedagógica dos Olivais
Câmara Municipal de Lisboa

sábado 5 Oficina de cerâmica - 11h00

sábado 12 O ciclo do pão -11h00
Aromas e sabores - 15h00

sábado 19 Oficina de cerâmica - 11h00

sábado 26 A vida na Quinta - 10h30
Uma viagem pelas danças na Quinta - 11h00 (a)
Farmácia rural - 15h00

domingo 27 Só para bebés - Ateliê dos Sentidos (b)
- Primeiras Descobertas (06 aos 12 m)- 10h30 - 11h15
- O Desenvolvimento Sensorial - (13 aos 24 m) - 11h30 - 12h15

(a) Dinamização pela formadora em dançaterapia e dança etnica, Monica Sava; (b) Dinamização pela Associação Árvore da Montanha.

INSCRIÇÕES: a partir das 09h00 da 2ª feira anterior às actividades - telefone (218550930), e-mail (quinta.pedagogica@cm-lisboa.pt), http://quintapedagogica.cm-lisboa.pt, ou na Secretaria da Quinta. Todas as actividades são gratuitas. Actividades para crianças a partir dos 3 anos. Todas as excepções são assinaladas. Sobre a hora de início das actividades, há uma tolerância de 15 minutos, após os quais não será possível participar. Esta programação pode ser sujeita a alterações, sem aviso prévio.

Câmara Municipal Lisboa

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

"Nova" escola em Moscavide

A E.B.1 Dr. Catela Gomes, em Moscavide, entrou em funcionamento após trabalhos de requalificação que permitem que a escola possa agora servir as crianças da freguesia com mais qualidade.

A comunidade escolar de Moscavide está em festa com a inauguração da requalificação da Catela Gomes, escola que passou a ter um refeitório com capacidade para servir cerca de 140 refeições e também, para alimentar o conhecimento, uma biblioteca. Para além dos novos equipamentos, a intervenção na escola incidiu ainda na reorganização funcional do espaço existente, através da remodelação total do logradouro e do tratamento acústico e térmico das seis salas de aula.

Na cerimónia estiveram presentes Carlos Teixeira, presidente da Câmara Municipal de Loures, Daniel Lima, presidente da Junta de Freguesia de Moscavide e Marina Simão, directora do Agrupamento de Escolas da Portela e Moscavide.

Espaço Ideias

BEATO - LISBOA

A Junta de Freguesia do Beato vai reabilitar a antiga sede da Associação de Moradores do Alto dos Toucinheiros, na Rua Alves Paiva Fragoso e transformá-la no "Espaço Ideias", um lugar que promoverá diversas iniciativas desportivas e culturais e que acolherá a Comissão Social de Freguesia e os projectos "Intervir", e "Viva Beato".

A Junta de Freguesia encontra assim uma solução para a antiga sede da Associação de Moradores do Alto dos Toucinheiros que se encontra encerrada e abandonada, há mais de dois anos, tendo sido diversas vezes vandalizada. O edifício vai servir a Comissão Social de Freguesia, e os projectos "Intervir" e "Viva Beato" que passam a ter um local próprio para desenvolver as suas actividades.

O "Espaço Ideias" será igualmente palco para outras iniciativas de índole cultural e desportiva promovidas pela Junta de Freguesia do Beato, nomeadamente as aulas de Guitarra Clássica.

O Rancho Folclórico da Associação Sócio Cultural e de Melhoramentos de Faifa já foi convidado a participar.

O "Espaço Ideias" deverá estar completamente operacional em 2012, estando já previstas diversas actividades para esse ano, entre elas inúmeras exposições.

80 toneladas por uma cadeira

A solidariedade tem vindo a ganhar uma maior dimensão com o fenómeno das "tampinhas", que tem levado centenas de pessoas a contribuir para ajudar alguém que, na maioria dos casos, nem conhecem. O Mário Esmoriz é um dos jovens que necessita dessa solidariedade para poder adquirir uma cadeira de rodas eléctrica. Com a divulgação do pedido de ajuda no **EXPRESSO *do* Oriente** a iniciativa ganhou força.

A escola

A esta campanha associou-se a E.B. 1 Paulino Montez, onde o jovem Mário estuda. "Nós tivemos conhecimento que a mãe do Mário estava a tentar comprar uma cadeira eléctrica através da recolha de tampas de plástico e decidimos apoiar solicitando aos alunos e respectivos pais que contribuam com o material. A escola recebe as tampinhas e depois entrega à mãe", conta Gisele Freitas, directora da escola.

Carla Morais, a mãe do Mário, recebe as tão desejadas "tampinhas" das mãos de Gabriela Garcia e de Clara Barbosa.

Através de um gesto simples: a recolha de tampas de plástico, seja de garrafas de água, de óleo, de iogurtes líquidos, de garrafões, de detergentes ou de champô, pode ajudar o jovem Mário Esmoriz a concretizar um sonho: andar livremente por todo o lado. Esta é uma luta que Carla Morais trava há alguns anos para conseguir ver o seu filho ainda mais feliz. "Ele percebe tudo o que que dizemos e fala connosco. A cadeira serviria para ele ter um pouco de independência porque ele vê os colegas de turma a andar de um lado para o outro e sente-se revoltado por não os poder acompanhar".

Até ao momento foram angariadas pouco mais de oito toneladas que estão a ser depositadas na Associação Cultural Luís de Camões, nos Olivais, que cedeu o espaço para o efeito. Posteriormente, as tampas serão enviadas para uma fábrica que fará a conversão para dinheiro. "Cada tonelada equivale a 100 euros, por isso precisamos de 80 toneladas para pagar os oito mil euros pela cadeira".

Gabriela Garcia e Clara Barbosa, moradors na Penha de França, viram o apelo publicado no EXPRESSO do Oriente e decidiram contribuir para a causa. Sendo membros da Associação de Pais da E.B.1 n.º 143 solicitaram aos encarregados de educação que apoiassem a campanha, falaram ainda com amigos e familiares e conseguiram reunir mais de 100 quilos de tampas. "Desde que tive cancro da mama e fui mastectomizada comecei a encarar a vida de outra forma, a dar-lhe mais valor. Como estou reformada por invalidez posso dedicar-me a ajudar os outros através de voluntariado e ao ler este pedido no EXPRESSO do Oriente decidi abraçar mais esta causa", revela Gabriela Garcia. Ao longo dos meses de recolha o cabeleireiro C.C. de Cristina Barros cedeu o espaço para guardar as milhares de tampas que acabaram por ser oferecidas ao Mário. "Foi complicado conseguir guardar tanta tampa e até precisamos de três carros para fazer o transporte para entregar à mãe".

O Mário Esmoriz tem 11 anos e sofreu uma paralisia cerebral. É um menino como tantos outros, a única diferença é que não consegue andar sem o auxílio de uma cadeira de rodas. Contagia tudo e todos com o seu sorriso e com as suas graças. Adora a sua escola onde é já um veterano na unidade de apoio à multideficiência, aqui aprende português, matemática, faz desenhos, pinta e muito mais. O que gosta mesmo é de "fazer colagens... a matemática é muito chata" e gosta, quando está com o resto da turma, de aprender Estudo do Meio, e também quando os colegas se reúnem na sua sala para contar histórias ou a terem aulas de culinária.

Diz-nos, com imensa alegria, que todos os seus amigos e professores lhe dão "muitos mimos, por isso se sente feliz.

Tal como os meninos da sua idade tem muitos sonhos e aquele pelo qual mais anseia é poder andar livremente "é muito importante para mim conseguir passear sozinho". Está muito animado com o apoio que lhe têm dado e não deixa de agradecer a quem o tem ajudado com a doação de tampas.

Se quiser ajudar o Mário na difícil tarefa de conseguir reunir 80 toneladas de tampinhas, contacte a mãe, Carla Morais, através do telefone 96 511 94 57, ou José Ricardo, através do 96 341 72 54. Também poderá contribuir monetariamente através do: NIB - 0018-003-27140417020-65

Do sonho à realidade

Ao fim de mais de 40 anos, os moradores do Bairro da PRODAC Norte, no Vale do Fundão, em Marvila, receberam, finalmente, a escritura dos seus terrenos. A cerimónia contou com a presença de António Costa, presidente da Câmara Municipal de Lisboa, dos veradores Helena Roseta e Graça Fonseca, e de Belarmino Silva, presidente da Junta de Freguesia de Marvila.

Os presidentes da CML e da Junta de Freguesia durante a cerimónia de entrega das escrituras dos terrenos

Foi com grande alegria e muitas emoções à mistura que as cerca de três dezenas de moradores receberam das mãos de António Costa, as certidões de escritura que lhes garantem a propriedade dos terrenos. Com a presença de Helena Roseta, Graça Fonseca, Belarmino Silva, e do presidente da Associação de Moradores, Miguel Ferreira, este dia marcou o culminar de um processo que dura há mais de 40 anos, com origem em 1971 quando a Câmara Municipal cedeu à Associação de Produtividade na Auto-Construção (PRODAC) terrenos, a título precário, destinados à auto-construção e nos termos da legislação então em vigor, os terrenos necessários à edificação de habitações para os seus sócios e respectivos agregados familiares.

Após diversas vicissitudes foi reconhecido o direito dos moradores aos seus terrenos, "foi precisa a boa vontade de muita gente para se conseguir chegar ao dia de hoje e a Associação de Moradores desempenhou um papel importantíssimo", conta Helena Roseta. Mas para que todo este processo fique devidamente concluído, é necessário que os proprietários façam "um requerimento a pedir a licença de utilização das casas. A Câmara Municipal vai simplificar o processo ao máximo e após esta licença e depois de averbar a casa nas Finanças fica tudo resolvido e passam a ser donos do terreno e da casa. Não têm que pagar mais nada".

Aos que ainda estão à espera do certificado pede que tenham calma porque "estamos a tentar resolver tudo da melhor maneira, com muita justiça para que tudo seja feito com os mesmos critérios".

De acordo com Belarmino Silva, ao longo dos cerca de 20 anos que representa esta autarquia local, "o Bairro da PRODAC Norte sempre teve promessas que nunca passaram do papel". Durante todo este tempo garante que a Junta de Freguesia esteve sempre presente fazendo a ponte entre a Câmara Municipal e os moradores, "a Associação de Moradores nunca desistiu de lutar, nós estivemos sempre ao lado deles e conseguimos demonstrar que estes têm razão. Ainda bem que apareceu um presidente de Câmara que levou em diante o prometido".

Para António Costa foi "graças ao esforço de muitas famílias, há 40 anos atrás, que foi possível resolver a falta de habitações na cidade. Este não é só um dia feliz para o presidente da Câmara mas para todos nós porque finalmente se solucionaram os problemas de uma forma justa". Anunciou ainda que "há mais uma boa notícia. Chegou agora ao fim o processo de loteamento do Bairro da PRODAC Sul, o que significa que brevemente estaremos lá a fazer o que hoje fazemos na PRODAC Norte".

Os moradores

No bairro da PRODAC Norte "vive-se um verdadeiro espírito de vizinhança e inter-ajuda, que infelizmente em muitas cidades não existe", declara Helena Roseta.

Bastante emocionado, Miguel Ferreira, representante da Associação de Moradores, aproveitou para agradecer a todos os que se envolveram neste processo, "pelo empenho na resolução de todas as questões pendentes e sobretudo no respeito pelos moradores e seus bens. Não esquecendo a Junta de Freguesia cujo apoio foi determinante".

Maria Pereira Esteves, de 79 anos, viu finalmente realizado um sonho que acalenta há quatro décadas. Foi uma das primeiras moradoras a vir viver para este bairro e nunca pensou que fosse chegar a ter em mãos a escritura do seu terreno. Agora, após todos estes contratempos, diz-se "muito feliz por finalmente ter o meu cantinho".

Para Delfim Pereira "foi uma sorte ter vindo morar para aqui". Há 40 anos atrás, quando aqui cheguei, não havia nada e com muito esforço e sacrifício construí a minha residência, porém não tinha nada a comprovar que era meu". Mostrando orgulhosamente a sua escritura afirma: "nunca tive nada na vida e estou muito contente por finalmente poder dizer que tenho algo, tenho uma casa".

Ao fim de 39 anos Maria de Fátima Dias conseguiu ter oficialmente a sua habitação. Recorda-se do tempo em que ajudou o marido a construir o seu lar. "Eles (funcionários da Câmara) só puseram as paredes, nós é que fizemos tudo".

Em tom de desabafo, só lamenta que o seu marido não esteja presente para receber esta boa notícia, " já faleceu. Agora tenho algo para deixar aos nossos filhos".

Cidadania empresarial

Jorge Máximo durante a apresentação do Fórum Empresarial de Marvila

A Junta de Freguesia de Marvila inaugurou recentemente a primeira delegação do Fórum Empresarial de Marvila, na Associação de Moradores do Bairro das Amendoeiras. A cerimónia contou com a presença do presidente da Junta, Belarmino Silva e dos vogais Jorge Máximo, Isabel Fraga, Vítor Simões, António Alves e Vítor Morais. Presente esteve também Manuel Saraiva, presidente da AMBA.

Dinamizar uma cultura de empreendedorismo, promover uma relação de proximidade com as organizações empresariais com interesses na freguesia, de forma a fomentar a economia local e a respectiva aproximação à comunidade, bem como estimular a construção de uma cultura de cidadania empresarial, são os principais objectivos do Fórum Empresarial de Marvila.

"Como montar uma empresa? Como criar um plano de negócios? O que existe em Portugal que me possa ajudar? São algumas das perguntas que os nossos técnicos serão capazes de responder a quem vier a este espaço", revela Jorge Máximo. Adianta ainda que "este projecto-piloto será posteriormente alargado a outros bairros da freguesia".

Para Manuel Saraiva "as associações devem estar ao serviço da comunidade e nós sempre estivemos disponíveis para trabalhar com a Junta de Freguesia, como é o caso, ou com outra instituição que nos solicite apoio". Segue dizendo que "os tempos não estão fáceis, mas estamos com expectativas positivas em relação a este projecto e temos a certeza de que poderemos contribuir para que algumas pessoas possam ter um futuro melhor".

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

Marvila emprendedora

O músico Sam the Kid no uso da palavra

A Escola Secundária D. Dinis, em Marvila, recebeu a primeira sessão do ciclo de conferências "Marvila Empreendedora", a decorrer até Fevereiro de 2012, com a finalidade de impulsionar uma cultura de inovação e empreendedorismo na freguesia. O músico Sam the Kid, o engenheiro Eduardo Nunes e o pasteleiro António Silva foram alguns dos convidados.

A Junta de Freguesia de Marvila, em parceria com o Instituto Superior de Engenharia de Lisboa e com a Escola Secundária D. Dinis convidou a população a conhecer alguns casos de sucesso de empreendedorismo na freguesia, a debater, reflectir e a questionar os factores de sucesso.

Ao longo da conferência foi recordado que "Marvila é uma responsabilidade de todos nós. Há muitos projectos que podem nascer na freguesia com o objectivo de melhorar o desenvolvimento da comunidade", afirma Jorge Máximo, secretário da autarquia local. Belarmino Silva, presidente da Junta de Freguesia de Marvila pede mesmo que apresentem "as vossas ideias para a partir daí sermos uma freguesia mais solidária. Vamos proporcionar meios para podermos sair da crise".

Os projectos Espiral e Remix deram a conhecer o trabalho que têm vindo a desenvolver junto da comunidade. Vanda Neves, representante do "Espiral", explica que o campo de trabalho é o empreendedorismo social, ou seja, tentar dar resposta às necessidades locais. Dirige-se aos desempregados, aos empregadores e à comunidade em geral. "Criamos uma bolsa de emprego e orientamos os desempregados na integração do mercado de trabalho. Nós vemos a pessoa como um todo, cuidamos da imagem, trabalhamos a auto-estima porque são factores que vão influenciar no momento de procurar emprego. Também apoiamos as pequenas empresas locais".

Por sua vez, Ângelo Campota, responsável pelo "Remix - intervir e recriar" revela que este projecto surgiu "no seguimento do relatório BIP/ZIP que sinalizava o Bairro do Armador por haver um sentimento de insegurança pelo tráfico de drogas, pela falta de higiene urbana e pela fraca manutenção do edificado". Em resposta a estes problemas apresentados este programa visa capacitar os moradores com várias competências. Divide-se em três vertentes: as Eco-brigadas, onde cinco jovens moradores ficam responsáveis pela manutenção dos espaços públicos; o Eco-teatro, que envolve jovens dos 8 aos 18 anos, onde são abordados teatralmente os temas da ecologia; e o Eco-design, que conta com cinco colaboradores que criam várias peças ecológicas com o apoio de alguns designers. A ideia é que se auto-organizem para mais tarde criarem o seu próprio emprego.

Os casos de sucesso apresentados demonstraram que motivação, amor pelo que se faz e capacidade de trabalho para vencer as dificuldades e atingir os objectivos são alguns dos ingredientes necessários para se atingir o êxito profissional.

António Silva, proprietário da pastelaria GolfStar, é um exemplo de luta para se singrar num bairro com uma fama pouco abonatória. "Ao início foi complicado arranjar quem quisesse trabalhar aqui, mas agora muitos dos meus funcionários até se mudaram para esta zona e outros são habitantes locais". O segredo no seu caso foi "gostar de trabalhar com artigos de qualidade e o ser criativo".

Para Sam the Kid, o famoso músico de Chelas, o segredo está no orgulho "porque nos motiva e dá força no trabalho. Porém sem paixão não se consegue nada." Não tem um espaço físico, mas "levo o meu bairro a toda a parte do país e do mundo". Ao contrário dos restantes músicos "interessa-me que as minhas letras sejam especiais para algumas pessoas e não vagas para que todos me entendam".

Por sua vez, o engenheiro Eduardo Nunes é um exemplo de determinação e força de vontade para continuar a lutar pelo seu trabalho, acções que foram decisivas para o seu futuro. Encontrou várias barreiras pelo caminho mas "sozinho comprei uma empresa e fui fazendo o meu negócio na área de consultoria técnica".

Manuel Saraiva, presidente da Associação de Moradores do Bairro das Amendoeiras, fez questão de salientar que "antes de mais é necessário fazer um plano de negócios, conhecer os meios e instrumentos e definir capitais. Só depois se pode partir para a criação de uma empresa". Afirma ainda que as pessoas "têm de perceber que o bairro é mais seguro quanto mais vida comercial tiver".

Próximas iniciativas:

2.ª sessão:
Como dinamizar o meu negócio
Dia 14 de Novembro, das 18 às 20 horas, no Salão de Festas do Vale do Fundão.

3.ª sessão:
Ser empreendedor na economia social
Dia 19 de Dezembro, das 18 às 20 horas, no auditório do Espaço Municipal da Flamenga.

Congresso: Marvila e Beato, freguesias empreendedoras
Dia 11 de Fevereiro entre as 9 e as 20 horas, no auditório do ISEL.

Hélder & São
Premiados Internacionais
Nova Tecnologia
CABELEIREIROS Desde 1970
Eu ♥ os Reflexos do meu Cabelo sem alterar a minha cor natural
Rua Cidade de Lobito, Lote 268 - loja - Olivais
Tel: 21 851 59 98
e 21 851 22 40
(Junto à Quinta Pedagógica)

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
Campanha Whirlpool
WBE3112A+W
352,50 €
Combinados
Máquinas Lavar Roupa
Máquinas Secar Roupa
Máquinas Lavar Loiça
Classe Energética A+
Medidas: 177x59,5x64cm
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

O Expresso do Oriente Dá forma ao seu pensamento

E os vencedores do Orçamento Participativo são...

Os vencedores posam para a posteridade acompanhados pelos responsáveis da autarquia lisboeta

Os cinco projectos vencedores da IV edição do Orçamento Participativo de Lisboa foram anunciados no Salão Nobre da CML. Como prioridade para 2012, os lisboetas elegeram o bairro histórico da Mouraria.

As cinco propostas mais votadas, das 228 a concurso, irão integrar o orçamento camarário de 2012 e terão um prazo de execução de 24 meses. Os projectos vencedores foram anunciados pelos vereadores Graça Fonseca, Manuel Brito, Catarina Vaz Pinto e José Sá Fernandes, numa cerimónia decorrida no Salão Nobre da Câmara Municipal de Lisboa.

"Há Vida na Mouraria" ficou em primeiro lugar com 1779 votos e contempla a valorização daquele bairro promovendo o bem-estar e a coesão social; na segunda posição ficou a requalificação dos espaços verdes na Alameda da Cidade Universitária, com 1672 votos.

No projecto para o parque de estacionamento na freguesia de Benfica votaram 1568 lisboetas. A 4.ª fase do Parque Urbano do Rio Seco, inserido na área envolvente do Pólo Universitário da Ajuda, obteve 1539 votos e o Parque Urbano do Vale da Ameixoeira ficou em 5.º lugar, sendo a escolha de 1053 cidadãos.

Esta edição do Orçamento Participativo, que dá aos eleitores de Lisboa a oportunidade de escolher o que quer ver melhorado na sua área de residência, teve menos propostas submetidas a votação mas contou com mais votantes, 17.887.

Para futuras oportunidades ficam as propostas das freguesias de Marvila, que por ficar em 6.º lugar vai ver adiada a requalificação envolvente à Quinta doAlemão; Olivais, que concorreu para a 1.ª fase do Parque Urbano da freguesia mas ficou na 20.ª posição; Beato, que obteve o 26.º lugar para o projecto de ATL/Centro de Dia Espaço Gerações; A Penha de França, que ficou em 62.º com a proposta de reabilitação da Avenida Coronel Eduardo Galhardo e a freguesia de São João que, ao ficar no 68.º lugar não chegou perto da possibilidade de ver recuperado o Forte de Santa Apolónia.

Nuno Brás nomeado bispo auxiliar de Lisboa

O Papa Bento XVI nomeou o sacerdote Nuno Brás da Silva Martins, actual reitor do seminário maior de Cristo Rei, nos Olivais, bispo auxiliar de Lisboa e bispo de Elvas. A ordenação episcopal realiza-se a 20 de Novembro, Domingo da Solenidade de Cristo Rei, às 16 horas, numa celebração presidida pelo Cardeal-Patriarca de Lisboa, D. José Policarpo, no Mosteiro dos Jerónimos.

Sacerdote desde 1987, Nuno Brás, de 48 anos, é doutorado em Teologia Fundamental pela Universidade Pontifícia Gregoriana (em Roma), tendo desempenhado vários cargos: foi director do semanário diocesano "Voz da Verdade" e docente na Faculdade de Teologia da Universidade Católica Portuguesa, tendo publicado a tese "Cristo, o comunicador perfeito: Delineamento de uma Teologia da comunicação à luz da Instrução Pastoral Communio et Progressio".

Desde 2005 que assume o cargo de reitor do seminário maior de Cristo Rei, nos Olivais e, em 2010, acumulou o cargo de director do departamento de comunicação do Patriarcado de Lisboa.

Para além dos bispos auxiliares Carlos Azevedo e Joaquim Mendes, o cardeal-patriarca, D. José Policarpo, conta agora com Nuno Brás.

CTT aberto 24 horas por dia

Os CTT inauguraram, no Parque das Nações, uma nova loja que funciona 24 horas por dia, 365 dias por ano. Painéis, ecrãs e terminais permitem ao cliente levantar encomendas e correio registado, enviar objectos postais e comprar bilhetes para espectáculos, entre outros serviços.

A "Estação de Correios do Futuro", situada na Avenida, D. João II, no edifício CTT, foi criada para "colmatar a procura crescente de serviços postais no Parque nas Nações, uma das zonas de maior crescimento urbano" e graças às novas tecnologias vai poder estar aberta 24 horas por dia.

Neste novo posto o cliente vai poder fazer o levantamento de encomendas e correio registado através da leitura de um código de barras, mas também o envio de objectos postais, a compra de bilhetes para espectáculos, o pagamento de facturas e impostos, a aquisição de cartões Phone-ix, envelopes e embalagens pré-franqueados.

Esta estação foi criada a pensar na natureza, uma vez que todos os materiais usados na sua construção são amigos do ambiente e também nas pessoas com dificuldades motoras através da criação de acessibilidades adequadas.

Em breve estes novos serviços postais poderão vir a ser instalados noutros locais como Estações de Correio ou espaços comerciais.

Esta inauguração surge após os CTT terem encerrado meia centena de estações, sendo que está previsto fecharam mais até ao final do ano, transferindo os serviços para postos de atendimento.

Preços baixos no Parque das Nações

A crise não escolhe portas quando chega e por isso o Pavilhão Atlântico, no Parque das Nações acolheu, pela primeira vez, uma feira Low Cost (preços baixos) onde foi possível comprar vários produtos de marca, de vestuário, hotelaria, relojoaria, perfumaria, telemóveis, a preços mais em conta.

A falta de poder de compra dos portugueses tem deixado marcas nos diversos tipos de comércio que se vêem confrontados com os baixos índices de venda. No entanto, ainda há quem tente combater este cenário criando alternativas, como é o caso da Feira Low Cost.

A pensar nos portugueses e na vontade de poupar cada vez mais a organização reuniu 32 expositores, com cerca de 200 marcas, onde foi possível encontrar soluções para os mais variados gostos e a preços reduzidos.

Estacionar no Beato

A falta de estacionamento na Freguesia do Beato é uma realidade que pode ser alterada caso a Câmara Municipal de Lisboa assim o entenda. O alerta é dado pela Junta de Freguesia num relatório onde constam cerca de 10 terrenos abandonados que poderiam servir para parqueamentos das viaturas dos moradores.

De acordo com a autarquia local, existem terrenos à espera de serem alcatroados há mais de dois anos, tendo os prazos de execução destas obras sido ultrapassados. Estão ao abandono e a maioria tem sido usada como depósito de lixo, representando um perigo para os moradores.

A Junta de Freguesia propõe que estas áreas sejam recuperadas para que seja possível criar bolsas de estacionamento onde seja possível arrumar quatro a seis viaturas ajudando assim a colmatar uma das grandes carências da freguesia. Os terrenos abandonados, na maioria da sequência da demolição de prédios degradados, situam-se na Travessa da Ilha do Grilo; na Vila Rogélia à Travessa do Fragoso; no Largo Marquês de Nisa e na ligação da Rua J à Picheleira.

O relatório chama ainda a atenção para um muro bastante degradado na Rua Alves Paiva Fragoso, que representa um perigo para os transeuntes e para aqueles que utilizam o local como zona de estacionamento. Tendo em conta que o espaço está desaproveitado e serve igualmente de depósito de entulho e lixo, a Junta de Freguesia solicita à Câmara Municipal de Lisboa que seja feita a reparação do muro e que seja analisada a possibilidade da criação de mais um espaço para arrumar as viaturas da população residente.

O relatório alerta para o facto da zona de Xabregas carecer também de urgente solução, desse modo, é sugerida a criação de um parque de estacionamento na Rua de Manutenção, cujo projecto já foi elaborado pelos serviços camarários.

A concretização destas obras viria não só beneficiar a população, como iria reduzir as despesas com a manutenção dos espaços, sobretudo, no que diz respeito à higienização. Após a intervenção da Câmara Municipal de Lisboa, a Junta de Freguesia do Beato compromete-se a proceder à marcação dos lugares, bem como aos arranjos das calçadas adjacentes.

Criada a Associação de Moradores das Cooperativas Ex-SAAL

A Associação de Moradores das Cooperativas Ex-SAAL é já uma realidade. Estão agora reunidas as condições para, em conjunto com a Junta de Freguesia do Beato, se poder reivindicar e debater na Câmara Municipal de Lisboa os tão desejados melhoramentos nos bairros há muito edificados.

A Junta de Freguesia do Beato acredita que agora estão reunidas as condições para que os moradores possam pôr um ponto final no problema das Ex-SAAL.

Recorde-se que a grande questão se prende com o facto de todas estas cooperativas terem entrado num processo de falência há vários anos. Por esse motivo, todos os contratos dos moradores deixaram de ser considerados válidos.

Os habitantes destes bairros têm-se esforçado para fazer diversos melhoramentos nas habitações e a Junta de Freguesia tem apoiado dentro das suas limitações fazendo algumas obras não só nas casas como no espaço público, como é o caso do Bairro Carlos Botelho, que agora tem iluminação pública, no entanto ainda falta muito para que as pessoas tenham as condições de que realmente carecem.

Plano Casal do Pinto em fase final

Em breve será colocado em discussão pública o Plano do Casal do Pinto, um documento que a Junta de Freguesia do Beato considera determinante para o futuro de toda a Picheleira.

A autarquia local também tem estado empenhada, junto do departamento do Desporto da Câmara Municipal de Lisboa, para que se tornem realidade as obras de colocação do campo sintético nas instalações do Vitória Clube de Lisboa.

Quem não se dá a conhecer é como se não existisse
ANUNCIE
O EXPRESSO do Oriente é lido por mais de 100.000 pessoas Telf: 21 920 60 85

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

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

CORRIDA SÃO JOÃO/ACCL
30 de Outubro de 2011
9h30 - Praça Paiva Couceiro
Inscrições para todos os escalões na Junta de Freguesia de São João Rua Morais Soares, nº32/32A por fax: 218163299 ou para o email: corrida-sao-joao-accl@hotmail.com
Apoios

João Ferreira
Sócio Gerente

Ag M & F F

Agência Funerária Matias & Ferreira, Lda.

800 207 753 Serviço 24 horas 218 592 870

TM: 91 457 92 96 — 91 705 69 06

Alvalade
Marvila
Olivais

www.funerariamatiaseferreira.com

e-mail: geral@funerariamatiaseferreira.com

ANEL Empresa Recomendada Sócio 138

inpi instituto nacional da propriedade industrial N.º de Registo 18856

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

Esta firma é constituída por **dois sócios-gerentes: João Carlos Ramalho Ferreira** e **Maria da Luz Matias, com a Responsabilidade Técnica a cargo de ambos.**

A larga experiência nas actividades ligadas ao ramo funerário, desde a **década de 80,** conferiu-nos a capacidade de oferecer aos nossos clientes um elevado padrão de qualidade privilegiando sempre a **humanização,** garantida em todos os momentos, e que, constitui a nossa **imagem de marca,** reconhecida pela credibilidade que apresenta.

Hoje, podemos dizer que somos uma empresa moderna, constituída por uma **equipa jovem, profissional e dinâmica,** que procura imprimir o maior **respeito e dignidade** em todos os serviços decorrentes da nossa actividade. Mantemos a tradição e o **lema de tratar cada família como se da nossa própria se tratasse,** dedicando-lhes toda a atenção e compreensão, pois conhecemos com clareza que a perda de um ente querido é dos momentos mais difíceis da vida.

Decorrida mais de uma década, somos hoje uma empresa reconhecida não só na área de Lisboa, como também em todo o país, atrevendo-nos a acreditar que também já a nível **internacional,** com centenas de serviços prestados.
Agradecemos a todos os nossos clientes a confiança em nós depositada.

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

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

AGÊNCIA FUNERÁRIA MATIAS

AMF

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

Com o apoio do EXPRESSO do Oriente

horizonte fm 92.8

www.horizontefm.pt | Emissão Online

O Dia Mundial do Idoso foi celebrado em grande na Praça Paiva Couceiro, numa iniciativa que envolveu as Juntas de Freguesia de São João e Penha de França e a 11.ª Esquadra da PSP. Dezenas de idosos puderam desfrutar de um dia diferente, recheado de diversas actividades e de muito convívio.

Mimar os idosos

Capitolina Marques, vogal de Acção Social da Junta de Freguesia de São João com um dos elementos da 11.ª esquadra da PSP

Para celebrar a terceira idade, a idade das experiências vividas e da sabedoria, a Freguesia de São João e a da Penha de França decidiram presentear a população sénior com um dia recheado de muitas actividades, nomeadamente, massagens, tai chi, shiatsu, ioga, ginástica de manutenção e, para as senhoras, houve ainda tratamentos de estética que as deixaram ainda mais belas.

"Basta olhar para a cara deles para perceber que estão muito felizes com tudo o que estamos a promover", conta Elisa Madureira, presidente da Junta de Freguesia da Penha de França. A maioria ansiava pela chegada deste dia "porque aqui sentem-se mimados, podem fazer massagens, ginástica e conviver ao mesmo tempo. Muitos aproveitam ainda para se dirigir aos membros das autarquias e expor os seus problemas directamente".

Por sua vez, Capitolina Marques, vogal de Acção Social da Junta de Freguesia de São João, acrescenta que "foi tudo programado em prol dos idosos, para poderem conviver e acabar um pouco com a solidão. Fomos buscar alguns idosos ao Centro de Dia da União de Misericórdias para que tenham um dia diferente e prazenteiro". No fundo tudo isto é "a continuação do trabalho que temos vindo a desenvolver junto da população sénior". Para Paula Abreu este dia é muito "gratificante para a população desta faixa etária e é bom saber que nunca se esquecem de nós, que valorizam os idosos. Estes eventos ajudam a promover a auto-estima, pois muitas vezes os idosos são esquecidos pela sociedade".

É preciso manter o corpo...

Marguerite Silva partilha da mesma opinião, "pelo menos não se esqueceram dos idosos. Há mais de três meses que não tenho alguém a cuidar de mim como hoje, é bom ter este tipo de atenção".

Já Maria Suzete Almeida gostava que voltassem a repetir este evento. "Fiz uma massagem aos joelhos e foi muito bom porque tenho um problema nessa zona. Se não fosse isto não sei como fazia este tipo de terapias que na minha idade são fundamentais".

Uma depilação aqui, uma massagem ali e Augusta Amaral sai como nova. "As pessoas de idade são muito vaidosas e como não tenho possibilidade de fazer estes tratamentos decidi vir até à Praça Paiva Couceiro e aproveitar estes momentos".

Claudina Valadas elogia a iniciativa dizendo que "fui muito bem tratada e foi muito bom para conviver um pouco. Acho muito bonito que criem estas iniciativas a pensar em nós, só gostava era que fizessem mais vezes".

... e o espírito em forma

Freguesia em festa

A presidente da Junta de Freguesia da Penha de França, com o Grupo de Teatro local

Durante uma manhã os moradores da Penha de França puderam conhecer e experimentar algumas das actividades socioculturais e desportivas desenvolvidas pela Junta de Freguesia numa iniciativa que decorreu na Praça Paiva Couceiro com a presença da presidente da autarquia, Elisa Madureira.

O dia começou com humor graças aos actores do grupo de Teatro da Junta de Freguesia da Penha de França que protagonizaram um dos momentos mais animados do dia com a peça "As Criadas, que não são do Genet".

De seguida a praça encheu-se de moradores que quiseram aproveitar as aulas de Tai-chi, de ioga, de karaté e de pilates. Para os mais recatados houve ateliers de cerâmica e de tapetes de arraiolos e para os que precisavam de relaxar houve até sessões de fisioterapia.

As danças orientais e a aeróbica que deixaram toda a gente a mexer e mais energética para o resto do dia.

De acordo com Elisa Madureira, é importante que as pessoas saibam o que a Junta de Freguesia da Penha de França tem para oferecer, "daí termos realizado este evento aberto à comunidade em geral. A ideia é pôr a população a mexer com estas iniciativas, que saíam à rua e que convivam".

Este tipo de actividades são uma mais-valia para a população porque, conforme nos explica a presidente, "para além de aprenderem uma nova arte podem ainda ocupar o seu tempo de uma forma diferente. Temos o exemplo do atelier de cerâmica adulto e infantil que tem desenvolvido excelentes trabalhos, acabaram de construir um belíssimo logótipo em azulejo que estamos a pensar colocá-lo em exposição em espaço público, no âmbito do aniversário da freguesia no próximo ano".

Para Maria José Duarte, de 70 anos, "devem criar mais iniciativas deste género na praça, sobretudo para as crianças poderem estar entretidas".

Por sua vez, Fátima Peralta, de 55 anos, diz estar a gostar muito, "é uma boa iniciativa e deviam continuar porque é pena que ao longo do ano não se aproveite o espaço deste parque para outras actividades. Tudo o que promoverem aqui será sempre bem-vindo sem dúvida nenhuma."

Rogério Pereira, de 56 anos, é um dos alunos do atelier de arraiolos e só vê benefícios nestas actividades que a Junta de Freguesia promove para a sua população. "Como sou reformado, sempre ajuda a ocupar o meu tempo livre, sempre estou entretido". Para além desta arte diz estar a aprender viola, mas não se fica por aqui, a sua sede de saber fá-lo querer ir mais além e "a seguir quero ver se vou aprender pintura".

Deitada numa marquesa, mas por uma boa causa, encontramos Albina Tavares, de 64 anos. "A massagem veio mesmo a calhar. Como tenho hérnias sempre ajuda a acalmar as dores". Em relação ao eventoapela a que o façam "mais vezes. As pessoas gostam deste tipo de iniciativas por isso só espero que as continuem a promover."

A peça "As criadas, que não são do Genet", intrerpretada pelo Grupo de Teatro da Junta de Freguesia da Penha de França irá ser novamente apresentada à população no início de Novembro, na Escola Nuno Gonçalves e terá entrada gratuita.

Uma revigorante massagem

As diversas actividades lúdicas foram muito apreciadas

Os signos e as mulheres

Carneiro: 21/03 a 20/04

A mulher deste signo é uma eterna apaixonada e adora galanteios. Acredita que fazer as coisas por si mesma é a maneira mais rápida, não quer dizer que queira mandar em tudo mas até gosta de ter a última palavra.

Touro: 21/04 a 21/05

As taurinas são tranquilas, terra a terra e pouco dadas a demonstrações de emotividade e por isso são poucas as vezes que as conseguem tirar do sério. Gostam de procurar a lógica em tudo e acreditam mais no que vêem do que no que está para vir.

Gémeos: 21/05 a 20/06

As gémeas são difíceis de definir, porque variam conforme o estado de espírito, adoram mudar, experimentar e ir mais além. A coisa que mais odeiam é monotonia. São muito directas, não gostam de rodeios e as chatices não duram muito tempo.

Caranguejo: 21/06 a 22/07

Mulher romântica e apaixonada, porém ciumenta e possessiva. Adora guardar segredos e para tirá-la do sério basta invadir a sua privacidade. Tem tendência para imaginar sempre o pior. A sua maior virtude é a paciência.

Leão: 23/07 a 22/08

As leoninas detestam ser controladas e adoram subjugar o sexo oposto. Adoram elogios mas detestam frases feitas. Muito vaidosas, adoram ser o centro das atenções, gostam de esbanjar dinheiro em roupas e sapatos, sobretudo caros.

Virgem: 23/08 a 22/09

Determinada é a palavra que melhor define uma nativa deste signo, especialmente quando se trata de encontrar a felicidade. Mesmo assim gosta de analisar bem as situações antes de se atirar de cabeça. Muito realista e prática, não se deixa levar por sonhos.

Balança 23/09 a 22/ 10

A mulher deste signo adora falar sobre vários temas e não sabe a hora de parar. É caracterizada pela sua teimosia, indecisão e amizade. Não gosta de confusão e detesta ferir os ferimentos dos outros.

Escorpião: 23/10 a 21/11

Vaidosa por natureza adora pavonear-se e mostrar a sua beleza. Não conhece um meio-termo: ou ama ou odeia. Muito ciumenta e possessiva, adora o poder e não gosta de ser controlada. É muito fiel às amizades.

Sagitário: 22/11 a 21/12

As mulheres deste signo vêem o mundo tal como ele é, são muito independentes e não gostam de mentiras. Quanto mais nervosas mais sarcásticas e cínicas ficam, contudo não são de fazer escândalos mas quando os fazem vai tudo pela frente.

Capricórnio: 22/12 a 19/01

Trabalhadora, gosta de planear o futuro com bastante antecedência e é determinada para conseguir atingir os seus objectivos. Temperamento instável, pode mudar da água para o vinho em poucos minutos e por motivos banais.

Aquário: 20/01 a 18/02

Mulher lógica e ponderada, não se deixa impressionar com facilidade. Adora desafiar a opinião pública e deliciase a chocar as mentes mais convencionais. Não julga uma pessoa sem ter um bom conhecimento de causa.

Peixes: 19/02 a 20/03

A nativa deste signo é sonhadora e extremamente carinhosa. Quando está apaixonada entrega-se de corpo e alma. Adora os prazeres da vida e não é de ficar acordada a pensar no que vai fazer na reforma, apenas vive o presente.

Egoísta com "Juízo"

A última edição da revista Egoísta, da Estoril Sol, é subordinada ao tema "Juízo", em grande destaque. Tal como vem sendo habitual, esta publicação surge em formato de bolso.

"Ora, como avaliar o bom ou mau juízo?" é uma das questões colocadas nesta edição da revista Egoísta que reflecte sobre o significado de o ter ou não.

Sendo 2011 o ano do coelho no calendário Chinês, a revista preparou ainda uma pequena surpresa para o leitor, "terá de ajuizar sobre a pertinência das escolhas da equipa da Egoísta e aguardar, no fim do ano, outras surpresas, outras viagens".

Clara Montes no Casino Lisboa

O som andaluz vai estar no Casino Lisboa pela voz de Clara Montes num concerto inédito que terá lugar dia 24 de Outubro, pelas 21h30. A cantora vem trazer ao público uma viagem calorosa pelos mais importantes êxitos da música popular espanhola, flamenco e copla. As sonoridades vibrantes e intimistas das guitarras clássica e flamenca, às quais se junta o piano, bem como os sons mais contemporâneos da percussão e baixo, vão encantar o público.

Concerto arrebatador

No âmbito do Festival Rota das Artes, o Museu Nacional do Azulejo, na Freguesia de São João, recebeu um concerto de música clássica e de jazz surpreendente, interpretado pelo grupo internacional "Swingle Singers".

O Festival Rota das Artes visa divulgar a Música e arte, na região da Grande Lisboa, com uma programação de concertos, óperas e recitais, de especial incidência na música clássica. Num concerto que reuniu dezenas de aficionados da música clássica, o público pôde desfrutar de um espectáculo com uma cambiante musical muito variada que vai de Bach à obra dos Beatles. Este concerto contou ainda com a particularidade de ter sido especialmente concebido e coreografado para o espaço da Madre de Deus e dos Claustros do Museu Nacional do Azulejo.

Braço de Prata em festa

A Fábrica Braço de Prata, em Marvila recebeu recentemente o espectáculo inédito dos "Flama", uma banda de indie rock cantado em português oriunda dos arredores de Lisboa.

O grupo surgiu em 2008 com a junção de dois guitarristas e um baixista que partilhavam entre si as vocalizações dos temas que compunham. A formação só ficou completa quando se juntou a vocalista, em Abril deste ano.

A Fábrica Braço de Prata tem mais novidades para o mês de Outubro, sendo anfitriã da 12.ª edição do Fest-i-Ball, festival "urbano" de música e dança tradicional que decorre de 28 de Outubro a 1 de Novembro.

A programação vai ser diferente do habitual, com bailes, concertos, DJ's, workshops, contos, documentários e exposições. Sebastião Antunes, Tanira, Sérgio Cobos, Mosca Tosca, No Mazurka Band, Capa Grilos, Monte Lunai e Bert Leemans são alguns dos nomes que vão passar por este certame.

Haverá ainda um espaço aberto para quem quiser dar o seu contributo ao festival com actividades e lazer. Outra novidade nesta edição prende-se com o alargamento do horário até às 4 horas. Para mais informações visite o sítio: www.tradballs.pt

Gala Anual da Cortiça

Cerca de 300 pessoas estiveram presentes na 2.ª edição da Gala Anual da Cortiça, no Convento do Beato.

O evento foi promovido pela Associação Portuguesa da Cortiça (Apcor) e serviu para prestar homenagem a todos os que contribuíram para o desenvolvimento do sector.

No decorrer da gala foram distribuídos seis galardões: o Prémio Inovação foi atribuído ao ETS Laboratories, da Califórnia, que é considerado, a nível mundial, o principal laboratório independente ao serviço da indústria vinícola. Por sua vez, o Instituto del Corcho, la Madera y el Carbón Vegetal (Iprocor) recebeu o Prémio Floresta, uma empresa que se dedica à investigação e promoção de novas tecnologias e aplicações do montado e cortiça. O Prémio Informação foi atribuído à QUERCUS - Associação Nacional de Conservação da Natureza e o Prémio Conhecimento foi entregue ao Instituto das Ciências da Vinha e do Vinho, de Bordéus, França, que, em colaboração com o meio universitário, conta com equipas de pesquisa, formação e transferência de tecnologia no domínio vinícola.

Américo Amorim foi a personalidade distinguida este ano pelo seu contributo para o desenvolvimento do sector.

Para não perder tempo há quem plante as couves à janela de casa para ter com que acompanhar o "fiel amigo" na noite da consoada

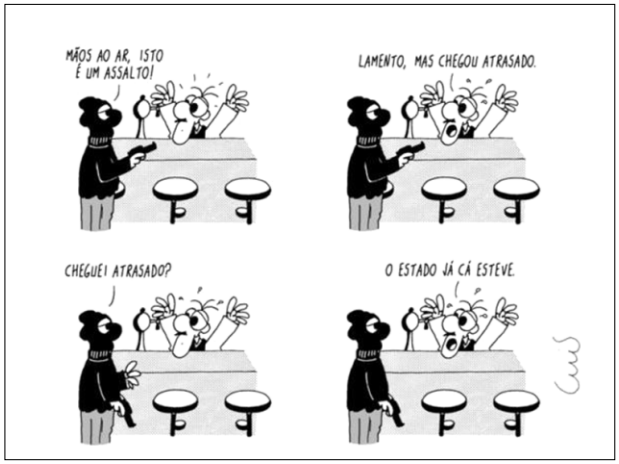
Parque Hortícola de Chelas

A primeira fase da construção do Parque Hortícola de Chelas já está em marcha. Os terrenos estão a ser preparados, os caminhos estão a ser construídos e em 2012 está previsto dar início a segunda fase do projecto, com a criação dos talhões e respectivos abrigos.

De acordo com os elementos do gabinete do vereador dos Espaços Verdes, José Sá Fernandes, os futuros hortelãos já estão a ter formação em horticultura, nomeadamente, na selecção de sementes, no combate às pragas e doenças e na fertilização e compostagem. Assim, logo que forem escolhidos os vencedores dos talhões que ainda vão a concurso podem todos iniciar os seus cultivos com base na prévia aprendizagem que obtiveram.

Cada pessoa terá direito a uma pequena horta com cerca de 165 metros quadrados, com uma renda anual de 55 euros mais os custos para a manutenção da parte comum e dos abrigos para as ferramentas.

Devido às características do terreno e às suas dimensões o projecto está atrasado, no entanto, Sá Fernandes aponta para 2012 a conclusão das obras.



Desde criança eu vejo coisas estranhas na TV!

* O Tarzan andava quase nu...
* A Cinderela chegava a casa à meia noite...
* O Aladim era ladrão...
* O Batman conduzia a 320 km/h...
* O Pinóquio mentia...
* A Bela Adormecida era uma vagabunda...
* O Zé Colméia e Catatau eram cleptomaníacos e roubavam cestas de pic-nic...
* A Branca de Neve morava, numa boa, com sete homens (pequenos, mas não mortos)...
* A Olívia Palito tinha bulimia..
* O Popeye fumava um tabaco suspeito!!!
* O Pac Man corria numa sala escura com musica eletrónica comendo pílulas que o deixavam maluco..
* O Super Homem vestia as cuecas por cima das calças..
* A Margarida namorava o Pato Donald e saía com o Gastão..

Olha os exemplos que eu tive! Agora pedem para eu me comportar?

Tarde demais!

Com a crise, até a gripe precisa de atenção especial...

A diferença entre as palavras VALOR e PREÇO

Quando tu eras bem pequeno...
...eles gastavam horas a ensinar-te a usar os talheres nas refeições...
... ensinaram-te a vestir, a amarrar os cordões dos sapatos, a abotoar a camisa..
...limparam-te quando sujavas as fraldas, ensinaram-te a lavar o rosto e a tomar banho, a pentear os teus cabelos...
...ensinaram-te valores humanos...

Por isso...

...quando eles ficarem velhos um dia...
...quando eles começarem a ficar mais esquecidos e demorarem a responder...
...não te chateies com eles...
...quando eles começarem a esquecer-se de fechar os botões da camisa, de amarrar os cordões dos sapatos...
...quando eles começarem a sujar-se nas refeições...

...quando as mãos deles começarem a tremer enquanto penteiam cabelo...
...por favor, não os apresses... Porque tu estás a crescer aos poucos, e eles estão a envelhecer...
...basta a tua presença... a tua paciência... a tua generosidade... a tua retribuição...
...para que os corações deles fiquem aquecidos...
...se um dia eles não conseguirem equilibrar-se ou caminhar direito...

...segura firmemente as mãos deles e acompanha-os bem devagar respeitando o ritmo deles durante a caminhada... da mesma forma que eles respeitaram o teu ritmo quando te ensinaram a andar...

Fica perto deles...
Assim como...
...eles sempre estiveram presentes na tua vida, sofrendo por ti...
Torcendo por ti...
...e vivendo "POR TI"

"Não eduques
o teu filho para ser rico,
educa-o para ser feliz".

"Assim ele saberá
o **VALOR** das coisas
e não o seu **PREÇO**"

(Max Gehringer)

Há moda no Mercado

O Mercado da Encarnação Norte apresentou, recentemente, o maior desfile de moda alternativa do ano e teve como objectivo mostrar que o comércio tradicional tem "boas pernas para andar". O evento contou com a participação da maioria dos estabelecimentos comerciais existentes naquele espaço e foi um sucesso.

O comércio de rua tem vindo a perder clientela a um ritmo alarmante. Graças à concorrência das grandes superfícies são poucos os que ainda conseguem aguentar as rendas elevadas e os altos impostos. Para garantir o seu cantinho alguns comerciantes do Mercado da Encarnação Norte fazem de tudo para que o sector terciário continue a pulsar, de tal forma que organizaram um desfile de moda alternativa que foi um êxito. O desafio lançado propunha que cada participante construísse um modelo com materiais originais que representasse o tipo de comércio existente no mercado.

Centenas de pessoas reuniram-se no átrio do mercado para assistir a uma passagem de modelos inédita onde não faltou o famoso tapete vermelho, o apresentador Jonas Cardoso, actor e um júri,composto por Fernando Perfeito e Pedro Faria - comerciantes locais - Gonçalo Belo, consultor de imagem, Carlos Areia, actor e Rosa Bela. A imaginação e a criatividade não tiveram limites e na passarelle desfilaram magníficos exemplares, entre outros, um sublime vestido todo ele feito com sacos de café, um fato de noivo cem por cento de plástico e, portanto, reciclável (o fato, não o noivo) e a acompanhar, uma bela noiva com um vestido, também ele reaproveitável já que é concebido com toalhas e guardanapos de papel.

Os acessórios não ficaram esquecidos e, tal como na foto, o chouriço corrente dita a moda do próximo ano, já a tradicional mala de pele é aqui substituída pela de osso de bovino enaltecendo a velha máxima de que o verdadeiro valor de um ser está no seu interior.

O público foi ainda ao rubro com a selecção de músicas que acompanharam os modelos no desfile, desde os Diapasão com "A bela Portuguesa", Beatriz Costa com "Agulha e dedal", Rui Veloso com a "Máquina Zero", até "A Barraca Abana" da Joana.

Ao longo do desfile foram sorteados vários vales para trocar nas lojas aderentes, desde serviços de engomadoria, costura de bainhas, depilação, descontos em champôs, passando por brindes como porta-moedas, salsichas, farinheiras, sacos de café, entre outros.

"Este evento foi um claro exemplo de que com pouco se consegue fazer muito" revela a comerciante Anabela Silva, que arrecadou o primeiro lugar com o exemplar vestido de noiva. Em segundo ficou o cabeleireiro RAMI e os seus variados modelitos e em terceiro ficou o Talho do Zé.

No final ficou uma certeza os comerciantes do Mercado da Encarnação sabem como dar a volta à crise atraindo velhos e novos clientes. Até ao final do ano estão prometidas ainda mais surpresas.

A mesa do júri onde se podem ver os melhores e mais experientes conhecedores de moda da nossa praça