Notícias
MONTE REDONDO E CARREIRA
ORGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA

INFOMAIL
MENSÁRIO LOCAL
ANO 10 // Nº 97
JANEIRO 2019
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

8.º CONVÍVIO AMIGOS DO MONTE TT

P.6e7

Flash

Maus-tratos a animais é crime!

P.2

Desporto

Notícias e atividades do Motor Clube

Ju-Jitsu do G.D.R. Casal Novo/GAU arrecada títulos

P.8

Comunicado

DELIBERAÇÃO DA REUNIÃO DA JUNTA DE FREGUESIA DE 15 DE JANEIRO DE 2019

Sondagem de Prospeção e Pesquisa e potencial exploração de Hidrocarbonetos na Área de Concessão de "Pombal", em Bajouca, concelho de Leiria

P.10e11

Maus-tratos a animais é crime!

A legislação para a proteção aos animais é um campo em constante desenvolvimento. Graças ao trabalho de associações de defesa animal e outros intervenientes que os maus-tratos sobre animais são considerados crime, desde outubro de 2015.

Tal como refere o artigo 387º do Código Penal "quem, sem motivo legítimo, infligir dor, sofrimento ou quaisquer outros maus-tratos físicos a um animal de companhia é punido com pena de prisão até um ano ou com pena de multa até 120 dias", sendo que a mesma lei indica igual que os atos que resultem na morte do animal ou na "privação de importante órgão ou membro ou afetação grave e permanente da sua capacidade de locomoção", será "punido com pena de prisão até dois anos ou com pena de multa até 240 dias".

No caso de abandono, a lei demarca que, "quem, tendo o dever de guardar, vigiar ou assistir animal de companhia, o abandonar, pondo desse modo em perigo a sua alimentação e a prestação de cuidados que lhe são devidos, é punido com pena de prisão até seis meses ou com pena de multa até 60 dias".

O que fazer se conhecer ou presenciar maus-tratos a animais?

Caso tenha conhecimento de algum caso em que se verifique atos de violência para com um animal deverá denunciar o mesmo às autoridade competentes, nomeadamente o SEPNA (Serviço de Proteção da Natureza e do Ambiente (SEPNA) da Guarda Nacional Republicana (GNR), através do contacto 808 200 520.

Todos os cidadãos conhecedores de situações de prática de maus-tratos a animais deverão denunciar as mesmas, contribuindo assim para a proteção e prevenção de situações de violência e/ou abandono de animais.

Tendo a Junta de Freguesia conhecimento da existência de prática de maus-tratos a animais na sua área geográfica, havendo a informação de casos recorrentes em alguns lugares, solicitamos a colaboração de todos para a identificação de quem pratica estes atos para que possa ser devidamente punido, uma vez que cabe a todos os cidadãos o reforço do cumprimento da legislação.

Fonte: www.lpda.pt

Ficha Técnica

Diretora: Céline Gaspar;
Diretores Adjuntos: Carlos Alberto Santos e Lina António
Chefe de Redação: Marta Rodrigues

Redação/Publicidade/Assinaturas e Serviços Administrativos
Rua Albano Alves Pereira nº3 - 2425-617 Monte Redondo LRA;

Colaboradores:
Ana Carla Gomes
Carla Pinhal - Psicóloga
Casa da Criança Maria Rita do Patrocínio Costa
Grupo de Jiu-Jitsu GDR Casal Novo/GAU
Isabel Tudela - DECO
Mónica Ferreira - Coach
Motor Clube

Telefones:
Tel. 244 685 328 - Fax. 244 684 747
noticiasmonteredondo@gmail.com;

Composição e Impressão:
FIG, S. A. - www.fig.pt

Depósito Legal: 362298/13

Tiragem: 2330 exemplares

CONSUMIDORES DA NOWO SEM ACESSO À SPORTV

A internet facilita a gestão da conta bancária, os investimentos e as compras online, mas pode apresentar riscos que devemos evitar.

TA DECO tem recebido várias reclamações por parte de consumidores clientes da operadora NOWO, pela indisponibilidade do canal Sportv, sem que, tenham recebido qualquer aviso prévio. Para muitos, o acesso ao referido canal foi considerado essencial no momento da adesão ao contrato.

Ao contactarem a empresa, os consumidores foram informados que caso rescindissem o contrato poderiam vir a ser penalizados pelo incumprimento do período de fidelização. A operadora tem sugerido aos consumidores, como forma de compensação, aderirem a novos serviços, nomeadamente, outros canais, sem qualquer custo adicional.

Entende a DECO que esta situação coloca em causa os direitos e legítimos interesses dos consumidores, uma vez que a contratação do referido canal, enquanto serviço adicional, se revelava essencial no interesse em contratar com a operadora, pelo que não pode o consumidor ser prejudicado se a sua opção for a de cancelar o contrato.

A mais recente alteração legislativa à Lei das Comunicações Eletrónicas obriga a que qualquer alteração ao contrato seja comunicada ao consumidor, sendo que, caso este não aceite, poderá resolver o contrato, sem que lhe seja aplicável qualquer penalização.

A DECO pede a todos os consumidores que lhe façam chegar as suas reclamações. Para garantir a sua resolução e proteger os consumidores irá alertar a ANACOM para esta situação e contactar a operadora com vista a obtenção de soluções.

Isa Tudela - DECO

CDLPC – COLÉGIO SOLIDÁRIO

O Colégio Dr. Luís Pereira da Costa tem, ao longo dos tempos, demonstrado ser uma escola verdadeiramente solidária. Essa solidariedade é visível dentro e fora da instituição de ensino, uma vez que o colégio está, de forma expressiva, em comunhão com a sua comunidade educativa. Assim, esteve envolvido, com professores e alunos, no Banco Alimentar. Faz-se notar que os Bancos Alimentares recolhem e distribuem várias dezenas de milhares de toneladas de produtos e apoiam, ao longo de todo o ano, a ação de instituições em Portugal. Por sua vez, estas distribuem refeições confecionadas e cabazes de alimentos a pessoas comprovadamente carenciadas, abrangendo já, a distribuição total, mais de 390.000 pessoas.

O Colégio fez, também, os seus próprios cabazes, em coordenação com os encarregados de educação e os diretores de turma, que distribuiu às famílias dos alunos mais carenciados, no sentido de estes, na Noite de Natal, poderem desfrutar um pouco mais e, consequentemente, estarem mais felizes.

No dia da festa de Natal entregou 500 euros, valor monetário conseguido através da venda de rifas, no âmbito da disciplina de EMRC, ao Centro Social da Bajouca.

O seu projeto educativo assenta no mote "Somos Comunidade!" e, efetivamente, esta escola tem manifestado ser uma escola aberta, solidária, que incute valores fundamentais como a entreajuda e o amor ao próximo.

● **Mónica Gama**

REPORTAGEM FOTOGRÁFICA: CDLPC APRESENTA ESCOLA NATAL

"Uma imagem vale por mil palavras" é uma expressão popular da autoria do filósofo chinês Confúcio, que visa transmitir a ideia do poder da comunicação através das imagens. De facto, o espetáculo ESCOLA NATAL poderia ser, de alguma forma, descrito, com mais ou menos adjetivos qualificativos, mas as fotografias, que gravaram momentos inolvidáveis, "falam" por si.

Apenas duas palavras: uma de agradecimento aos encarregados de educação, alunos e professores que tornaram possível esta noite tão mágica; outra, dirigida às nossas entidades locais que marcam sempre a sua presença, atitude que reflete o quão importantes são os laços que nos unem. A todos, OBRIGADO!

● Mónica Gama

CORTA-MATO ESCOLAR CDLPC

Classificação dos três primeiros alunos por escalão e género:

Infantis A Masculinos
1.º José Carreira – 5A
2.º Ivo Cabecinhas – 5A
3.º Tomás Carreira – 5A

Infantis A Feminino
1.º Filipa Gonçalves – 5A
2.º Carolina Gil – 5A
3.º Joana Carvalho – 5B

Infantis B Masculinos
1.º Dinis Rolo – 6A
2.º Gustavo Fernandes – 6C
3.º Dinis Pereira – 7B

Infantis B Feminino
1.º Sofia Santos – 7B
2.º Maria Gonçalves – 7A
3.º Mónica Santos – 6C

Iniciados Masculinos
1.º Bruno Batista – 8B
2.º Ricardo Santos – 9B
3.º Rodrigo Marques – 9B

Iniciados Feminino
1.º Lara Assunção – 8A
2.º Maria Cabecinhas – 9A
3.º Ângela Alberto – 8A

Juvenis Masculinos
1.º Tiago Gonçalves – 11A
2.º Tiago Brites – 10C
3.º Samuel Duarte – 11B

Juvenis Femininos
1.º Andreia Marcelino – 10C
2.º Laura Carreira – 10A
3.º Carolina Pedrosa – 11A

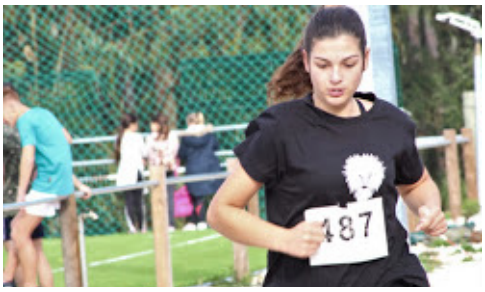
Juniores Masculinos
1.º Tiago Reis – 12C
2.º Marcelo Pedrosa – 10B
3.º Nelson Gaspar – 10A

Juniores Femininos
1.º Ângela Sousa – 9C
2.º Beatriz Dias – 12B
3.º Julienne Costa – 12ª

Numa parceria entre o Grupo Alegre e Unido da Bajouca e o Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, e com o apoio do Jornal de Leiria, foi realizado o Corta-Mato Escolar, no dia 12 de dezembro, no espaço envolvente do Campo das Pedras da Bajouca, contando com a participação de 559 alunos.

A atividade consistiu na realização de dez provas distintas, por escalões e género, e de uma caminhada saudável. Teve ainda como principal objetivo a promoção de um estilo de vida saudável, que inclua hábitos de atividade física regular, na comunidade educativa, sendo a participação, nesta atividade, fortemente valorizada na avaliação da disciplina de Educação Física.

Cada aluno realizou uma prova de meio-fundo na qual a distância foi adaptada ao seu escalão etário/sexo. Os alunos classificados em primeiro, segundo e terceiro lugares foram premiados com uma medalha elaborada pela professora de Educação Visual, Patrícia Gonçalves, e inspirada numa matéria-prima pertencente ao local onde se realizou a prova, o barro.



A CASA DA CRIANÇA DESEJA A TODOS UM BOM ANO NOVO

No passado dia 7 de janeiro as crianças foram cantar as "Janeiras" aos utentes e colaboradores do Centro de Dia Nossa Srª da Piedade, usando as vistosas coroas de Reis que elaboraram.

Tiveram, igualmente, a oportunidade de partilhar cânticos das "Janeiras" com os alunos e professores do agrupamento de escolas de Monte Redondo, que simpaticamente nos agraciaram com a sua visita.

As "Janeiras" são uma tradição em que as pessoas se juntam para cantar de porta em porta canções que desejam um bom ano novo. Ocorrem em janeiro, e daí o nome, começando no dia 1 e estendendo-se até dia 6, Dia de Reis. Tradicionalmente, finda a canção, os donos da casa ofereciam aos cantores algumas iguarias.

Esta iniciativa permitiu que as crianças conhecessem e experienciassem as nossas tradições, o que promove e valoriza a sua identidade cultural e reforça a interação e os laços com a comunidade.

● Casa da Criança Maria Rita Patrocínio Costa

Psicologia

ESTRATÉGIAS PARA AJUDAR AS CRIANÇAS OU ADOLESCENTES A PASSAREM MENOS TEMPO EM FRENTE A UM ECRÃ.

Educar: a coisa mais fácil de se ter uma opinião mas a mais difícil de fazer.
Matt Walsh

Neste momento, após termos falado sobre os riscos para as crianças e os adolescentes sobre o tempo passado em frente aos ecrãs, vamos falar sobre estratégias para que esse tempo diminua e que seja trocado por tempo com qualidade junto da família.

Não é tarefa fácil mas temos que nos basear no que, para mim, são os pilares na gestão do comportamento dos filhos (como já foi referido em artigos anteriores). É importante ter em conta três princípios que vai ter que "enfrentar" para colocar as estratégias em prática: tempo, coerência e persistência.

- Dedique tempo – pelo menos 15 minutos diários de atenção exclusiva ao seu filho. Sem tv, computador, telemóvel. Poderá brincar com os mais pequenos ou conversar se for um adolescente. Não é tarefa fácil mas com persistência conseguirá mais do que alguns monossílabos como resposta (não desista à primeira, nem à segunda...). No fim desse tempo saliente o quanto foi importante para si aquele tempo só vosso.
- Se elogiar mais, vai ralhar menos – fique atento aos bons comportamentos da criança ou adolescente e elogie de forma sincera e sem exageros, assim reforça um comportamento que quer ver repetido.
- Dê ordens de forma clara – dar uma ordem de cada vez em vez de enumerar um monte de tarefas que serão esquecidas em pouco tempo (por ex: arruma a mochila; traz a lancheira, vai-te vestir...). As ordens devem ser adequadas à idade e à capacidade da criança ou adolescente de as concretizar. Devemos dar ordens afirmativas, por exemplo, se dissermos "vamos para a cama?" podemos ouvir um não como resposta e depois o que fazemos? Dar ordens pela positiva, este exercício não é fácil mas compensa, por exemplo dizer: "fecha a porta devagar" em vez de "não batas com a porta". A forma como falamos é "visualizada" pela criança e é mais fácil de obter um bom comportamento.
- Não ceda em público – não ceda perante uma birra só porque as pessoas estão a ver e a comentar, não se refugie no ecrã. Prepare a criança para as situações mais problemáticas, deve transmitir qual o comportamento adequado a ter dependendo do local onde estão (poderá correr no parque mas não dentro de uma loja, por exemplo). Se mesmo assim o comportamento da criança não for o mais correto não desista já e não lhe entregue o seu telemóvel na primeira contrariedade só para descansar um pouco.

Estas são só algumas dicas que ajudam na gestão de comportamentos no dia a dia. Não é a solução para todos os problemas ou para todas as crianças ou adolescentes, mas serve para dar aos pais algumas ferramentas para que possam ir, gradualmente, largando os ecrãs e implementando mudanças que trarão qualidade ao vosso tempo em família.

Carla Pinhal
Psicóloga

Coaching

"O PRIMEIRO AMOR NA VIDA É O PRÓPRIO"

Somos bombardeados desde cedo por histórias, livros e novelas que nos criam uma ideia romancista e pouco realista do que é o amor. Pior levam-nos acreditar que o valor, princi-palmente das mulheres, só se concretiza com o encontro desse príncipe encantado. Como se a felicidade e realização das mulheres dependesse única e exclusivamente de outrem. Feliz-mente e cada vez mais esta tendência vem a ser contrariada e a valorização da pessoa, prin-cipalmente da mulher, começa a integrar outros feitos e outras realidades, a cada um valer por aquilo que é, por si!

A frase "O primeiro amor na vida é o próprio" é da autoria da Professora Doutora Maria Au-gusta Branco, uma especialista em Inteligência Emocional e diz, bem, que o primeiro amor deve ser aquele que temos por nós próprios. Como conseguiremos nós amar verdadeira-mente ou conseguir receber verdadeiramente amor, se não vivermos com amor próprio? Como conseguiremos ser felizes se não cuidarmos de nós? Se não conseguirmos gostar de quem somos?

Acredito e sei que um dos pilares fundamentais na vida de qualquer ser humano é conse-guirmos amar-nos verdadeiramente pelo que somos, independentemente dos defeitos, das qualidades, do feitio, do corpo que tenhamos. E aqui está o verdadeiro desafio. Somos seres em constante evolução, queremos mais e melhor, queremos fazer diferente e isso torna-nos exigentes e pouco tolerantes connosco próprios.

A boa notícia é que **tudo é possível ser melhorado, trabalhado e estamos a tempo de em qualquer altura, qualquer idade e em qualquer lugar começarmos este caminho de gostarmos mais de nós próprios.**

Um dos pontos essenciais e eu diria que o primeiro é a **auto-aceitação.** Aceitarmos quem somos verdadeiramente com o bom e o menos bom. Deixarmos de lado a perfeição, arru-marmos numa gaveta pensamentos menos bons que tenhamos acerca de nós próprios e nos condicionam, nos colocam tristes e nos fazem sentir mal. Muitas vezes são pensamentos, frases, que não são nossas, mas que tomamos como nossas e acreditamos naquilo, vivendo limitados e com uma visão enviesada sobre quem somos e o que merecemos verdadeira-mente. **Aceitem-se com tudo isso** que trazem convosco, **o vosso passado, o que viveram, sentiram, experienciaram.** O que fizeram de bem e de menos bem. Olhem para o presente, sejam tolerantes e bondosos convosco próprios e pensem: o que posso fazer neste momento para melhorar algo mim? O que é para mim importante? Aceitando tudo o que está para trás. Olhando e reconhecendo tudo o que têm de bom **e aceitando a vossa verdadeira essência.**

Um segundo ponto é a **auto-confiança.** Auto-confiança é a capacidade de temos em acredi-tar em nós próprios, acreditarmos que somos capazes. A capacidade de dizemos que mere-cemos o melhor, de nos valorizarmos pelo que somos sem medos. Isto consegue-se passo a passo. Eliminar do nosso vocabulário coisas como "não consigo", "não sou capaz" é uma pequena alteração, mas pode fazer uma diferença tão grande na forma como enfrentamos os nossos dias.

Um terceiro ponto é a auto-imagem. A auto-imagem é a imagem que temos acerca de nós próprios e muitas vezes é deturpada e não corresponde à realidade. Muito fruto dos padrões de perfeição que nos vão sendo exigidos conseguimos apontar mais facilmente defeitos seja no corpo, na forma de pensar ou no feitio, ao invés de qualidades. A sugestão é **parar com comparações,** que cada um se foque em si, nas suas qualidades, que tenha a coragem de aceitar quem é, sem colocar os padrões dos outros como bitola para se medir. **Somos todos diferentes** e devemos aceitar cada um como é, começando por nós e seremos com certeza mais felizes e pessoas que cultivam o seu amor próprio. Isto é cuidar de si e como dizia o anúncio: "se eu não **cuidar de mim,** quem cuidará?"

Mónica Duarte Ferreira - Coach

DELIBERAÇÃO DA REUNIÃO DA JUNTA DE FREGUESIA DE 15 DE JANEIRO DE 2019

Epígrafe | Sondagem de Prospeção e Pesquisa e potencial exploração de Hidrocarbonetos na Área de Concessão de "Pombal", em Bajouca, concelho de Leiria

Deliberação | Relativamente ao assunto mencionado em epígrafe, a Junta de Freguesia da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira após uma análise profunda sobre várias vertentes e pareceres considera que:

- Após o acompanhamento próximo do desenvolvimento do processo, nomeadamente no que respeita à análise particular da Proposta de Definição de Âmbito do Estudo de Impacto Ambiental e parecer posterior da Agência Portuguesa do Ambiente, existem inúmeras questões que constituem franca preocupação;
- A incerteza que envolve o projeto, designadamente relativamente aos métodos a utilizar em todas as fases, quer no contexto de pesquisa, quer no contexto de potencial exploração, leva a que existam enormes reservas quanto aos potenciais impactos ambientais, sociais e económicos do projeto mencionado;
- A distância de habitações ao local a intervencionar é ínfima e trará, sempre, consequências negativas de relevo para a população no que se refere à sua qualidade de vida;
- A Australis - Oil & Gas Portugal, Sociedade Unipessoal Lda. não expressou esclarecimento proativo e imediato junto da população assim que tornou pública a sua intenção de prospeção e potencial exploração no norte do Concelho de Leiria junto das entidades locais (nomeadamente das Câmaras Municipais da Região e da Junta de Freguesia da Bajouca), a Junta de Freguesia, de forma ponderada, analisou todas as questões e deve manifestar total apoio aos cidadãos que tem vindo a expor as suas legítimas preocupações ao longo dos últimos meses;
- A Junta de Freguesia promoveu uma sessão de esclarecimento com a participação de Professores do Instituto Politécnico de Leiria, onde manifestamente compreendemos que as dúvidas quanto aos impactos só não existem quanto à sondagem por métodos convencionais restando no executivo enormes dúvidas quanto aos métodos a utilizar em fase de potencial exploração;
- Tecnicamente e de acordo com a biografia científica temática analisada por técnicos do Município de Leiria as formações geológicas da nossa zona geográfica têm pouca permeabilidade pelo que a potencial exploração poderá obrigar à utilização do método de fraturação hidráulica, conhecido internacionalmente por "fracking", processo muito agressivo e já proibido em vários países da europa e do mundo pelo impacto ambiental que significa, sobretudo no que respeita à qualidade do ar, à qualidade dos aquíferos superficiais e subterrâneos;
- Não existem quaisquer garantias de que este projeto seja inócuo para o ambiente e para a população, a Junta de Freguesia considera, em definitivo, que nada indemnizará a Freguesia quanto aos riscos que se podem correr em particular na ocorrência de potenciais acidentes avassaladores e que podem comprometer as gerações futuras;
- As entidades governamentais, apesar de contactadas pela Junta de Freguesia, nomeadamente Laboratório Nacional de Energia e Geologia, não manifestaram disponibilidade para colaborar na dissipação de dúvidas acerca desta questão.
- Cabe, também, às entidades locais desenvolver todos os esforços para que a transição energética para usos mais limpos e amigos do ambiente se concretize.