

Presidente do CAC ameaça:
43.ª edição do Torneio Internacional de
Futebol Infantil pode ser a última



as melhores marcas



numa marca reconhecida



Fornecimento
Instalação
Manutenção
Assistência



www.areficiente.pt | Rede fixa Nacional 210 987 338
geral@areficiente.pt

NÃO CONFINE OS SEUS TEXTOS À GAVETA
DEIXE-OS CHEGAR A QUEM DELES VAI GOSTAR

conte connosco para:



Revisão
Paginação
Capa

Impressão e acabamento
Sessões de lançamento e
Apresentação
Divulgação na comunicação social
Cartazes
Convites

Centro Comercial da Arroja | loja 57
216 022 318 | 962 646 230
editora@if-pt.com



IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS

Artes Gráficas | Impressão Digital

Publicidade | Centro de Cópias

Centro Comercial da Arroja | Loja 57 - 1º andar

ARTES GRÁFICAS

Folhetos e Flyers | Papel Timbrado | Envelopes
Cartões de Visita | Autocolantes papel e vinil
Etiquetas cartolina e autoadesivas
Blocos de Notas | Cartazes | Postais
Pastas | Flyers e todos os trabalhos gráficos

PUBLICIDADE

Impressão em Têxteis
Decoração de Lojas e Viaturas
E-mail Marketing | Criação de Anúncios Gráficos
Criação de Press Release | Colocação de Anúncios
Distribuição de Flyers | Reclamos Luminosos
Placas Publicitárias | Bandeiras
Criação e manutenção de Sites e Páginas nas Redes Sociais

SERVIÇOS

Bilhetes para Espetáculos, Rede Expressos e Flixbus
Agente Nickel – Abertura de contas, Depósitos e levantamentos
Pagamentos por entidade e referência
Carregamentos de Telemóveis
Apoio da utilização da Internet

**Deixamos sempre...
... Boa impressão**

Contacte-nos

clientes @if-pt.com

962 646 230 | 216 022 318

Cultura



A iniciativa municipal o Mês do Teatro continua no próximo fim de semana, dias 21 e 22 de março, depois de no passado terem sido representadas quatro peças: “Última Estação” da Associação Cultural Anzol Castiço. M/12, no sábado à tarde no Espaço Multicultural e Artístico de Caneças, e à noite na Sociedade Musical e Desportiva de Caneças, a peça “Atores Mal Empregados”, pelo Companhia de Teatro “Os Estarolas”.

As próximas, e últimas peças do Mês do Teatro

Nó próximo fim de semana a Mês do Teatro continua com a apresentação das três últimas peças do evento.

“A Casa das Bonecas” no Polivalente de Odivelas

O Teatro da Memória & Don Dmitry apresentam A Casa das Bonecas



produção | **E A** Esquerda Alta

Na noite de sábado o teatro continua em Odivelas, desta vez no Pavilhão Polivalente, onde o Teatro da Memória, da Associação

FICHA TÉCNICA

Diário de Odivelas - Compacto

Republicação em PDF das notícias publicadas na semana anterior na edição online

Diretor e Proprietário: Henrique Ribeiro | **Diretor Adjunto:** David Braga | **Registo na ERC:** 127863 | **Redação e Administração:** Centro Comercial da Arroja – Loja 57 – Rua Professor Dr. João Santos 6 | 2675-556 – Odivelas | **Rede Fixa Nacional:** 216 022 318 | **Telemóvel (Rede Móvel Nacional), WhatsApp e Telegram:** 962 646 230 | **Correio Eletrónico:** geral@diariodeodivelas.com | **Cronistas:** Carlos Braga, Carlos Jesus, Miguel Ferreira, José Duarte, Fernando Tudela, David Braga, Médicos Medicina Interna ACES Loures – Odivelas, Arlindo Costa, Maria Ricardina de Marmelo e Sá, D. Filmário da Cena Triste e Cunha, Tito Lívio, António Cruz e Ana Fialho | **Colaboradores:** Isabel Valentino, Carlos Braga, António Mota | **Técnico de Audiovisuais:** Paulo Almeida

As publicações assinadas são da responsabilidade dos seus autores e podem não refletir a opinião da direção do Diário de Odivelas. Permitida a reprodução de textos e fotografias produzidas pelo Diário de Odivelas desde que mencionada a fonte.

[Estatuto Editorial do Diário de Odivelas](#)

Esquerda Alta, apresenta, às 21h30, a peça “A Casa das Bonesas”. M/14.

Sinopse:

Uma passarela vermelha onde desfilam, frente aos espectadores, mulheres usurpadas de algo seu, das suas artes e descobertas e mesmo das suas vidas, por homens que lhes são próximos, é o cenário deste palco da vida real.

Neste peculiar desfile, a criatividade de um estilista prepotente - Don Dmitry coloca personagens históricas femininas a desfilarem vestindo trajes masculinos, num plano tirano de tentativa de subversão e exploração das suas narrativas, com a missão de apagar as suas vozes e as suas contribuições autênticas.

Estas mulheres, que retratam diferentes épocas e contextos culturais, representam um percurso de luta e resistência: Joana d'Arc sacrifica a sua vida pela fé; Artemísia Gentileschi revive o trauma da violência e a provação de ser reconhecida como artista; Soror Mariana Alcoforado manifesta a perda de sua liberdade emocional; Nettie Stevens expõe a sua descoberta genética apossada e Azucena Villaflor de Vicenti luta pela justiça dos desaparecidos durante a ditadura argentina.

No desfile que avança, as personagens resistem, despem os trajes masculinos e voltam a vestir os seus próprios fatos, símbolos das suas verdadeiras identidades. Num mundo que frequentemente tenta silenciar as vozes femininas, desafia-se o público a refletir as muitas maneiras pelas quais as histórias das mulheres são moldadas, apagadas e distorcidas.

Desafiando-se sobretudo a celebração da resistência contínua das mulheres em afirmar as suas verdadeiras identidades.

“As Manhas da Raposa Zurrinha”

na Junta da Pontinha



Na manhã de domingo, 22 de março, às 11h00, o teatro chega à freguesia da Pontinha, com a Associação Cultural Anzol Castiço a apresentar a peça infantil “A Manhas da Raposa Zurrinha” no Salão Nobre da União das Freguesias de Pontinha e Famões. M/3

Sinopse

A aventura da Zurrinha ensina que ser esperto é bom... mas abusar das manhas pode dar asneira da grossa! A raposinha descobre que, quando tentamos enganar toda a gente, acabamos nós próprios a cair em buracos, armadilhas e sarilhos que nem imaginámos.

Ela aprende também que a floresta fica muito mais divertida quando usamos a cabeça e o coração: pensar antes de agir, ajudar quem precisa e saber quando é hora de parar com os truques. Porque, no fim, a melhor manha de todas é ser amigo, responsável e ter coragem para fa-

zer o que é certo — mesmo que isso não dê tanta fama como uma boa partida!

“Camões TELL ALL” na Secundária de Odivelas

22 de Março 2026
17 horas
Auditório da Escola Secundária de Odivelas

CAMÕES TELL ALL

Convidada Especial
Historiadora e escritora
Dr.ª Valentina Vaz

Entrevista ao poeta

CONVIDADOS

J. Francisco de Noronha
Dona Violante de Andrade
Don Juan Ramon
Dona Amélia
Doutor Gonçalo Borges
Doutor Diogo do Couto
Dona Ana de Sá Almeida

entre outros

No domingo à noite o Teatro volta a Odivelas, com o Teatro Experimental de Odivelas da We4, a apresentar, às 17h00 a peça “Camões TELL ALL” no Auditório da Escola

Secundária de Odivelas. M/12.

Sinopse

Entrevista ao poeta com convidados contemporâneos do mesmo; alguns acusatórios que dão ao personagem a oportunidade de se defender, mas também muitos admiradores que enfatizam o lado humano, jocoso e sedutor do homem por detrás do mito. Pretende-se humanizar Camões e não o ver como um preso.

No Diário de Odivelas
a cultura também é notícia

Postais Personalizados

tamanho 10X15

envie as fotos
Nós fazemos a montagem e a impressão

1 = 0,70€
2 = 1,30€
3 = 1,75€
5 = 3,00€

IDEIA FIXE
CENTRO COMERCIAL DA ARROJA
LOJA 57
Rede Móvel Nacional | WhatsApp
Telegram 962 646 230 |
E-mail: clientes@if-pt.com

Vai Casar?

TEMOS:

- Convites Personalizados impressos e digitais
- Envelopes personalizados
- Lembranças
- Identificadores das mesas
- Placas de Entrada
- Impressão de Fotografias
- Montagens e Impressão de Álbuns Fotográficos
- Criação de vídeos de a partir de fotografias

IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS
CENTRO COMERCIAL DA ARROJA - LOJA 57
962 646 230
clientes@if-pt.com

Livros Para Colorir personalizados

Vários Temas

4 €

IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS
Centro Comercial da Arroja loja 57
clientes@if-pt.com
962 646 230

POSTER PERSONALIZADO A3 - 42X29,7cms

envie os seus ficheiros
WhatsApp: 962 646 230
clientes@if-pt.com

4€

CENTRO COMERCIAL DA ARROJA LOJA 57

IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS

Cultura

Mês do Teatro | Três representações em dois dias

No fim de semana de 14 e 15 de março três palcos do concelho de Odivelas receberam três representações apresentadas por grupos de teatro, nas freguesias de Caneças e de Odivelas, no âmbito da iniciativa municipal “Mês do Teatro”



No sábado à tarde o Espaço Multicultural e Artístico de Caneças recebeu “A Última Estação” pelo Grupo de Teatro Anzol Castiço.



No sábado à noite o Teatro chegou à Sociedade Musical e Desportiva de Caneças com a “Atores Mal-Empregados” pelo Companhia “Os Estarolas”, desta centenária coletividade.





Na tarde de domingo o Mês do Teatro viajou para Odivelas onde o Grupo de Teatro da Sociedade Musical Odivelense apresentou, na sua sede, “Luz de Todas as Cores.



PROTEÇÃO CIVIL

PJ detém homem que abusou sexualmente de menino de 10 anos

A Polícia Judiciária deteve um cidadão estrangeiro, com 48 anos, fortemente indiciado do crime de abuso sexual de crianças agravado, sendo vítima um menor de 10 anos, também ele estrangeiro, revelou, em comunicado emitido esta quarta-feira, por esta força policial.

Imagem: PJ



Os abusos ocorreram num estabelecimento co-

mercial localizado em Odivelas, entre agosto e setembro de 2025, onde o suspeito, pessoa conhecida da vítima e respetiva família, trabalhava, segundo denúncia do pai da criança, depois de ter conhecimento dos abusos, apresentada na PSP, que, pela natureza do crime passou a ocorrência para a Polícia Judiciária.

Havendo uma relação de vizinhança e amizade com o suspeito, a vítima, de 10 anos e um seu irmão de 7 anos, tinham por hábito frequentar o local de trabalho daquele, com autorização dos progenitores, que nele confiavam, vindo alguns dos abusos a ocorrer na presença do irmão mais novo.

Cumpridas as respetivas diligências de investigação, através da Diretoria de Lisboa e Vale do Tejo da PJ, o suspeito veio a ser detido no dia 18, e, presente a primeiro interrogatório judicial ficou sujeito às seguintes medidas de coação: apresentações diárias, obrigatoriedade de entrega de passaporte e proibição de contactos com crianças.

o seu anúncio ficava aqui tão bem
comercial@diariodeodivelas.com

Março



MÊS DA FLAUTA TRANSVERSAL E FLAUTIM

Venha conhecer estes admiráveis instrumentos.

Reserve já a sua aula experimental gratuita na secretaria da SMO



Rua Maria Gomes da Silva Santos, 7 | 2675-282 Odivelas
219 310 231 | 918 882 409 | smodivelense@hotmail.com | www.smodivelense.com

FLASH

Ação de Sensibilização sobre o bem-estar animal



A 14 de março, a Câmara Municipal de Odivelas promoveu mais uma ação de sensibilização dedicada ao bem-estar animal, promovendo simultaneamente a adoção de animais de companhia, desta vez na Casa de Saúde e Repouso Solar de Caneças.

O Vereador responsável pelo Serviço de Veterinária Municipal, Nuno Gaudêncio, marcou presença, lembrando que “*somos todos agentes de bem-estar animal*”. No final da sessão, animada por Marie e Lima, cadelas resgatadas, foram oferecidos bens alimentares e uma casota ao Centro Oficial de Recolha Animal do Concelho de Odivelas, vulgarmente conhecido por Parque dos Bichos.



Iniciativas do Plano Municipal para a Igualdade e Não Discriminação



O Dia Internacional da Mulher foi o mote para a realização de várias iniciativas promovidas, no dia 13 de março, pela Câmara Municipal de Odivelas, que reuniram crianças, jovens e seniores do concelho.

Na Escola Básica Moinhos da Arroja foi apresentada a peça participativa «Dia da Mulher: A história que ainda se escreve» pelo Grupo de Teatro Sénior de Odivelas, que convidou alunos do 3.º ciclo e utentes seniores de várias instituições do concelho a refletir sobre a evolução do papel das mulheres na sociedade, permitindo ao público presente, incluindo a Vereadora da Ação Social, Susana Santos, participar ativamente no desenrolar da história.

Já durante a tarde, a Escola Básica Vasco Santana recebeu um workshop intergeracional de Yoga, que juntou alunos do 2.º ciclo e munícipes seniores num momento dedicado ao bem-estar físico e mental.

As iniciativas foram promovidas no âmbito do Plano Municipal para a Igualdade e Não Discriminação, convidando à reflexão e ao convívio entre gerações.



FLASH

POVARTE celebrou 24 anos de existência



A POVARTE - Associação de Artes e Artesanato Póvoa de Santo Adrião celebrou o seu 24.º Aniversário no dia 14 de março, na sua sede, reunindo associados e amigos numa tarde de confraternização onde estiveram também presentes os vereadores, da Câmara Municipal de Odivelas, Ana Isabel Gomes, Nuno Gaudêncio e Rogério Breia, bem como a Presidente da Junta a União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, Cristina da Fonte Mendes.



PSAAC celebrou 24º aniversário



O Póvoa de Santo Adrião Atlético Clube, assinalou o seu 24.º aniversário com o seu, já tradicional jantar comemorativo, que decorreu nas instalações do clube, com a participação de dezenas de atletas, dirigentes, treinadores e familiares.

Os Vereadores da Câmara Municipal de Odivelas, Francisco Baptista e Rogério Breia, bem como a Presidente da Junta a União das Freguesias da Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto, Cristina da Fonte Mendes e Fábio Lourenço, da Associação de Futebol de Lisboa, também estiveram presentes.



SABIA QUE.....

Odivelas tem mais informação?

AQUI O SEU CONCELHO

é notícia

24 HORAS POR DIA

**Ajude ao crescimento de uma
informação local, rigorosa,
plural e independente.**

**Seja um correspondente
voluntário.**

**Envie vídeos, fotografias,
informações...**

correspondentes@diariodeodivelas.com

WhatsApp: 962 646 230



XLIII TORNEIO INTERNACIONAL DE FUTEBOL INFANTIL
COMPLEXO DESPORTIVO MUNICIPAL DO ALTO DO LUMIAR

2 ABRIL
5 ABRIL



PATRONO OFICIAL
Roberto Martinez



ÁRBITRO HOMENAGEADO
André Narciso

ORGANIZAÇÃO: CLUBE ATLÉTICO E CULTURAL



EVENTO SUBITO A REALIZAÇÃO, INSCRIÇÃO E DIVULGAÇÃO NOS DEPENDER DO SUPORTE DE COMUNICAÇÃO DO CLUBE ATLÉTICO E CULTURAL E DA CÂMARA MUNICIPAL DE ODIVELAS

Desporto

Presidente do CAC ameaça: 43.^a edição do Torneio Internacional de Futebol Infantil pode ser a última



Esta quinta-feira o Centro Cultural de Carnide recebeu a conferência de imprensa de apresentação da 43.^a edição do Torneio Internacional de Futebol Infantil evento anual organizado pelo Clube Atlético e Cultural, que ficou marcada por uma ameaça lançada por António Roque, Presidente do clube nascido na Pontinha há meio século: **Por causa do incumprimento das promessas da Câmara Municipal de Lisboa esta pode vir a ser a última edição deste torneio por onde passaram grandes nomes do futebol internacional.**

Em declarações, feitas na ocasião, António Roque afirmou: *“Este pode ser o último torneio. O meu é de certeza. O meu ciclo acabou. Foram muitas horas e dias sem respostas. A Câmara de Lisboa é a responsável por isto tudo. Não temos qualquer hipótese de continuar com o clube se não tivermos os apoios e o Complexo Desportivo”*.

Como noticiámos na altura do acontecimento, e referido muitas vezes o longo dos anos, o CAC foi retirado do complexo que ocupava no Bairro Padre Cruz, em Carnide, que foi destruído para que os terrenos fossem integrados no projeto de

uma Feira Popular, previsto pelo anterior executivo lisboeta, de Fernando Medina, mas que o atual executivo camarário, de Carlos Moedas abandonou.

Na altura da destruição do complexo do Bairro Padre Cruz a Câmara Municipal de Lisboa comprometeu-se a construir o Complexo Desportivo Municipal de Carnide, onde o CAC poderia desenvolver a sua atividade, o que até agora não aconteceu.

Continuando o seu desabafo, motivado pelo cansaço desta situação, o Presidente do clube disse: *“Sinto um abandono completo e muita mentira. Já apanhei sete vereadores e dois presidentes de Câmara, e as coisas são adiadas. Quando há eleições, há sempre uma tentativa de levar o Complexo Desportivo a concurso público, mas há formas de não ser feito na mesma, basta meter o valor abaixo do valor real e ninguém vai pegar naquilo. Agora, que não há eleições e as coisas ficarão assim”*.

Continuando, o dirigente do CAC afirmou: *“Para mim chega. Se querem acabar com o clube, que acabem rapidamente e que digam às pessoas, pois*



não vale a pena andarem aqui enganadas, com promessas ano após ano que não se realizam”, expressou, acrescentando: “Já é muito difícil arranjar uma direção para o clube. Eles levam-nos sempre a acreditar que há uma coisa nova, mas quando chega à realidade, não existe. Isto é um problema político entre duas Câmaras Municipais e duas Juntas de Freguesia. Vão ter de o resolver”.

Nesta edição, que tal como tem acontecido, nos últimos anos, vai decorrer no Complexo Desportivo do Alto do Lumiar, de 02 a 05 de abril e conta com a participação dos seguintes clubes;

Grupo A:

Clube Atlético e Cultural, Futebol Clube do Porto, Real Clube Deportivo da Coruña e Clube de Futebol Os Belenenses.



Grupo B:

Clube Desportivo de Santa Clara, U. S Grinny; Sport Lisboa e Benfica e Sporting Clube de Portugal.

O patrono desta edição é Roberto Martinez e o arbitro homenageado, que arbitra a final, é André Narciso



Desporto

Academia We Rock Martial Arts estreia-se em competições com bons resultados

Imagem: AWRMA



A Academia We Rock Martial Arts (AWRMA), sediada em Odivelas, estreou-se recentemente em competições de Taekwondo W.T., alcançando resultados de grande destaque tanto no Campeonato Regional como no Campeonato Nacional da modalidade.

No **Campeonato Regional** de Taekwondo, realizado no Catujal, em Loures, “a academia demonstrou a qualidade do trabalho desenvolvido, alcançando um resultado de excelência: os seis atletas presentes conquistaram o título de Campeões Regionais”, refere a AWRMA em nota de imprensa enviada ao Diário de Odivelas.

Os títulos foram conquistados por Sara Henriques, em Cadetes Feminino -59 kg, atleta que já conta com resultados nacionais e internacionais em Taekwondo Songham; Liliana Rocha, em Sénior Feminino -57 kg, chefe de escola da We Rock Martial Arts e também com resultados nacionais e internacionais em Taekwondo Songham; Patrícia Santos, em Sénior Feminino -73 kg; Sílvia Almeida, em Master B Feminino -57 kg, atleta com um percurso competitivo nacional e internacional em Kickboxing; Pedro Sousa, em Master A Masculino +80 kg, multi campeão mundial em Taekwondo Songham; e Daniel Dias, em Master B Masculino +80 kg, Sabonim e treinador certificado da We Rock Martial Arts.

A Academia ficou ainda em 3.º lugar no ranking de escolas no campeonato regional e a nível coletivo, a equipa alcançou ainda o 3.º lugar por equipas no escalão Sénior Feminino.

Já no Campeonato Nacional de Taekwondo W.T., realizado em Vila d’Este, em Vila Nova de Gaia, a academia esteve representada por quatro atletas, tendo três deles alcançado o lugar mais alto do pódio e sagrando-se Campeões Nacionais nos respetivos escalões. Sílvia Almeida conquistou o título em Master B Feminino -57 kg, Pedro Sousa venceu em Master A Masculino +80 kg, e Daniel Dias sagrou-se campeão em Master B Masculino +80 kg.

Entre os atletas em prova esteve também Patrícia Santos, que competiu em Sénior Feminino -63 kg. A atleta, com um histórico de resultados nacionais e internacionais em Taekwondo W.T., terminou a competição nos quartos de final, após um combate disputado frente à atleta que viria a conquistar o título nacional.

Para além dos resultados individuais, a Academia We Rock Martial Arts alcançou também destaque nas classificações coletivas, ao sagrar-se Campeã Nacional por equipas no escalão Master Feminino e Vice-Campeã Nacional por equipas no escalão Master Masculino.

“Com estes resultados, a Academia We Rock Martial Arts afirma-se como uma referência nas artes marciais em Portugal, refletindo o trabalho desenvolvido na formação de atletas e na preparação para as principais competições nacionais da modalidade”, conclui a nota de imprensa.

9 anos de história do concelho de Odivelas



ARQUIVO HISTÓRICO DO ODIVELAS NOTÍCIAS

Setembro de 2013/Julho de 2022

Para consultar qualquer edição

www.odivelasnoticias.pt

Para consultar qualquer edição clique nesta imagem

Desporto

Atletas da AGV com boa Prestação em duas provas

O evento é uma iniciativa da Câmara Municipal de Sintra com provas de atletismo entre março e junho de 2026. O circuito, que incentiva o atletismo popular, inclui este ano novos escalões de veteranos (F65/M75).



Na edição do passado domingo, 15 de março, do Troféu Sintra a Correr 2026 as duas atletas da Associação Vale Grande tiveram uma boa prestação obtendo os seguintes resultados:

- 1.º - Emi Silva |
- 4.º - Carla Gomes



No mesmo dia outros atletas da AVG participaram na 32ª edição da Maratona Cidade de Badajoz, evento organizado pela Fundación Municipal de Deportes de Badajoz, a prova mantém a tradição iniciada nos anos 90 e continua a ser um ponto de encontro para a comunidade desportiva regional. A edição deste ano destacou-se pela boa organização, pelo percurso rápido e pela forte adesão de atletas nacionais e estrangeiros.

Também nesta prova os atletas do Vale Grande conquistaram excelentes resultados, por escalão:

Maratona

- André Silva - 31º
- Pedro Couto - 21º
- Carla Henriques - 2º

Meia Maratona

- Gonçalo Rodrigues - 110º
- Luís Ribeiro - 391º

Fogografias: AVG

Vai Acontecer



No dia 21 de março, às 10h00, realiza-se uma visita guiada do Posto de Comando do MFA, localizado nas instalações do Quartel da Pontinha.

Neste Monumento Nacional estiveram reunidos, de 24 a 26 de abril de 1974, os oficiais que comandaram todas as operações da Revolução do 25 de Abril, permitindo que o nosso país passasse de uma ditadura para uma democracia.

Este marco importante da nossa história contemporânea é o ponto de partida para as visitas orientadas ao Posto de Comando do MFA, procurando-se não apenas a valorização do local, mas também abordar a forma como se vivia antes da Revolução e a importância que este local histórico teve para a concretização da Revolução dos Cravos.

Ponto de encontro: Porta de Armas do Quartel da Pontinha. Necessária inscrição prévia.



Decorrem até **31 de março** as candidaturas para a segunda edição do concurso *New Music Talent* um projeto da Câmara Municipal de Odivelas direcionado a jovens bandas ou artistas a solo com idades compreendidas entre os 12 e os 35 anos, residentes, estudantes e/ou trabalhadores no concelho.

Reunião Pública da CMO



No dia 25 de março às 09h30 realiza-se uma reunião Pública da Câmara Municipal de Odivelas.

Nestas reuniões os munícipes podem intervir mediante inscrição prévia através do Setor de Apoio aos Órgãos Municipais – 219 320 000.

A reunião é transmitida através do Canal da Câmara Municipal no YouTube.

No dia 12 de março o Pavilhão Multiusos de Odivelas recebe o jogo de Andebol EHF Champions League onde se defrontam o Sporting Clube de Portugal X Dínamo de Bucareste.

(Quase)Amento Na Malaposta

Dia 22 de março às 21h00 na Sala Café-Teatro do



Centro Cultural Malaposta vai acontecer o espetáculo de comédia de improviso (Quase) Amento.

15,00€ (Descontos de 20% para: Munícipes de Odivelas, maiores de 65 anos, pessoas com condições específicas.

60 minutos, sem intervalo | M/16

Mário Bomba e Telmo Ramalho levam a palco um espetáculo de Comédia de Improviso.

(Quase)Amento é “futurológia” sem cartas e sem búzios. Da entrevista a dois espectadores que não se conhecem, construímos a estória de uma possível relação. O primeiro encontro, o dia do casamento, a compra da casa, os filhos, os amigos, as discussões, as pazes... Se resultará, o público é quem decide. Contamos o que podem ser baseados no que são agora.

Ficha artística

Uma produção Yellow Star Company

Atores: Telmo Ramalho e Mário Bomba

Voz Off: Rui Unas

Luz e som: Pedro Miguel Silva

Design: Filipa Garrido

Produção: Alta Cultura

Vai Acontecer

Corridinha da Primavera



No dia 21 de março a Câmara Municipal de Odivelas vai realizar a Corridinha da Primavera que vai acontecer no Pinhal da Paiã, com início às 09h30.

Será um corta-mato interescolar das Escolas Básicas do 1º ciclo de Odivelas, no dia que começa a Primavera.

Workshop “Transforma Tu!”



No sábado, 21 de março, às 10h00 vai acontecer na Casa da Juventude de Odivelas o Workshop “Transforma Tu!” no âmbito do ReciclARTE

Odivelas! um projeto ambiental e comunitário inovador.

Através da disponibilização de um conjunto de máquinas e ferramentas específicas para a reciclagem de plásticos, este projeto pretende reaproveitar os resíduos transformando-os em recursos de valor, enquanto desenvolve competências técnicas e estimula práticas sustentáveis junto da comunidade.

Informações: 219 320 480 juventude@cm-odivelas.pt.

Exposição de escultura Alma Nua na Casa da Juventude



A Casa da Juventude de Odivelas recebe, de 30 de março a 11 de abril, a exposição de escultura Alma Nua, da autoria das artistas odivelenses Leonor Jardim Moreira e Catarina Jardim Moreira.

Integrada no projeto municipal «ExpressAr-te - Expor Arte na Casa» e promovida no âmbito das comemorações do Dia Nacional da Juventude, a mostra pode ser visitada de segunda a

sexta-feira, das 9h30 às 12h30 e das 14h às 17h30.

A 11 de abril, as autoras dinamizam, no mesmo local, um Workshop de Olaria, cujas inscrições decorrem até 9 de abril em www.cm-odivelas.pt/workshop-de-olaria-11-de-abril.

Jogos do CDJA este fim de semana



Ajude-nos a informar mais
Envie informações dos seus eventos
redação@diariodeodivelas.com

Vai Acontecer

“Madagáscar – uma aventura Musical” volta à Malaposta



A até 26 de abril, na Sala Ruy de Carvalho do Centro Cultural Malaposta, aos sábados das 15h900 às 17h00 e aos domingos das 11h30 às 17h30. 15€ | 60 minutos, sem intervalo | M/6

Descontos: Municipais de Odivelas – 20% | Maiores de 65 anos - 20% | Pessoas com condições específicas - 20% | Estímulo Jovem ao Teatro (jovens até aos 23 anos) - 15,00€

Junta-te a Alex, o Leão, a Marty, a Zebra, a Melman, a Girafa, a Glória, a hipopótama e, claro, àqueles hilariantes conspiradores, os Pinguins!

Baseado no filme de animação da DreamWorks, “Madagáscar, uma Aventura Musical”, conta a história de um grupo de amigos inseparáveis, que escapam da sua casa no Jardim Zoológico de Central Parque, em Nova Iorque, e deparam-se com uma viagem inesperada ao mundo extravagante e louco de Madagáscar.

Alex, o leão, é o rei da selva urbana, a principal atração do zoológico, do Central Park, em Nova Iorque.

Ele e os seus melhores amigos – Marty, Melman e Glória, passaram a vida inteira em cativeiro, felizes, diante de um público que os admira e com refeições regulares. Não contente com a vida que tinha, Marty deixa a sua curiosidade levar a melhor e planeia toda uma fuga – com a ajuda de alguns pinguins prodigiosos – para explorar o mundo.

Repleto de personagens divertidas e aventureiras, Madagáscar deixa o público sem escolha a não ser “MOVE IT, MOVE IT”!

Ficha artística

A Yellow Star Company apresenta uma produção DreamWorks

Encenação: Paulo Sousa Costa

Assistência de encenação: Luís Pacheco

Produção: Carlota González e Pedro Campelo

Cenografia e Figurinos: Ana Paula Rocha

Texto: Kevin Del Aguila

Música e Letras Originais: George Noriega & Joel Someillan

Coordenação Guarda Roupas: Sofia Lima

Costureira: Ana Cristina Santos

Técnico de Guarda Roupas: Afonso Judicibus, Beatriz Ferreira e Carolina Almeida

Elenco: Andreia Barros (Zelda, Kowalski, Candy, Bife, Lémure, Fossa), Cláudia Rosa (Capitão, Lémure, Bife), Daniel Cerca Santos (Alex), Diogo Velez (Marty), José Valente (Rei Juliano, Polícia, Rico), Mafalda Rodrigues (Glória), Mara Prates (Zeca, Rico, Maurício, Idosa), Maria Portugal (Soldado, Mort, Bife) e Vera Branco Claro (Melman)

**AQUI A CULTURA
TAMBÉM É NOTÍCIA!**

Vai Acontecer

“Jantar de Idiotas” continua na Malaposta



A té 29 de março a comédia “Jantar de Idiotas continua em cena na Sala Ruy de Carvalho, do Centro Cultural Malaposta.

Para ver de quinta a sábado, das 21h00 às 23h00 e aos domingos das 16h00 às 18h00.

Preço: 23,00€ – 20% de desconto para munícipes de Odivelas. Maiores de 65 anos Pessoas com condições específicas. Estímulo Jovem ao Teatro (jovens até aos 23 anos) – 15,00€

120 minutos, com intervalo | M/12

Pedro Boto, um editor de sucesso, tem por hábito organizar, com um grupo de amigos, o que denominam “JANTARES de IDIOTAS”. O organizador do JANTAR convida, para além do seu grupo de amigos, um IDIOTA, sem que ele saiba que está a ser convidado, por ser um verdadeiro IDIOTA. Durante o jantar todos fazem “gato sapato” da inocente vítima. É cruel? Sim. É divertido? Bastante! Pelo menos este grupo de amigos diverte-se muito... com o IDIOTA de

serviço.

Mas será que chega a haver o tal JANTAR?

O IDIOTA, como será ele?

A Mulher do editor que pensa deste JANTAR? E a amante? E o que fará um amigo enganado em casa do Editor? E um rígido inspetor das finanças sem ter jantado?

Quer saber? Sabe o que fazer, não seja idiota e venha ver este “JANTAR de IDIOTAS”!!!!

P.S. Pelo sim pelo não, jante antes deste JANTAR!

Ficha artística:

Uma produção Yellow Star Company

Encenação: Paulo Sousa Costa

Texto: Francis Veber

Tradução e adaptação: João Didelet

Assistência de encenação: Diogo de Carvalho e Luís Pacheco

Elenco: Ângelo Rodrigues, Daniel Cerca Santos, Inês Gutierrez, João Didelet, Luís Pacheco, Rui Porto Nunes e Sara Cecília.
Understudies: Diogo de Carvalho e Guilherme de Bastos Lima

Cenografia e Figurinos: Fred Klaus

Construção de Cenografia: Catarina Sousa, Rui Batista, Bruno Bogarim e José

TelesConstrução de Figurinos: Mafalda Estácio

Produção: Carlota González

2ª EDIÇÃO 2026

ROTEIRO DO FADO

Pontinha e Famões

2

21 DE MARÇO 2026 | 20h
Associação Vale Grande
 Sede: R. São Domingos 205
 1875-253 Pontinha

Fadistas	Guitarra
Rita Esteves	Luís Manuel
Maria Inês	
Dionísio Camacho	Viola
José António	Fernando Heleno
Convidado Surpresa	

Reservas
961 867 177

Organização: Associação Vale Grande
 Apoio: Pontinha Famões

SK STAR KOMBAT

SÁBADO MARÇO 21

PAVILHÃO MULTIUSOS DE ODIVELAS
 EVENTO SUJEITO A RECOLHA DE IMAGENS E DIVULGAÇÕES DIVERSOS SUportes DE COMUNICAÇÃO DE STAR KOMBAT E DA CÂMARA MUNICIPAL DE ODIVELAS

Partners: Odivelas, Federação Portuguesa de Kickboxing e Muay Thai, LX Start Automotive, Combat Sports, VS Brothers Real Estate.

PASSEIO CULTURAL SÉNIOR

VISITA // ALMOÇO

Inscrições: 30 e 31 março
 A partir das 14h

Caneças
 14 abril e 19 maio

Ramada
 21 abril e 27 maio

Partida - 8h00
 Ramada - Parque 25 de Abril
 Caneças - Largo Vieira Caldas (Junto à Igreja)
 Visita a Tomar e ao Convento de Cristo

+Info | Secretarias da Ramada e Caneças
 Recenseados na União das Freguesias
 Idade igual ou superior a 65 anos
 Inscrição válida numa das datas
 Limite a 50 vagas em cada dia
 Máximo de 2 inscrições por pessoa
 Valor - 10€ por pessoa

União das Freguesias de RAMADA E CANEÇAS

Aqui há Gato...

estórias no escuro!

QUÃO MÁGICO PODE SER ENTRAR NUMA BIBLIOTECA À NOITE?

20 MARÇO | 24 ABRIL - 20H45

CRIANÇAS DOS 3 ANOS 10 ANOS
 INSCRIÇÃO PRÉVIA (1 ADULTO POR CRIANÇA)
 (MÁXIMO 25 CRIANÇAS)

BIBLIOTECA MUNICIPAL D. DINIS

Odivelas
 Câmara Municipal

Biblioteca Municipal D. Dinis
 Rua Guilherme Gomes Fernandes (Fim) - 2675-625 Odivelas
 Tel.: 219 320 770 | E-mail: bmd@cm-odivelas.pt | www.cm-odivelas.pt

— Abril —
Mês da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância
 Vamos unir-nos pela proteção, amor e cuidado das nossas crianças!

Todos juntos na luta contra os maus-tratos infantis.

Proteja. Denuncie. Eduque.

CPCJ
Odivelas

✉ cpcj.odivelas@cnpdpcj.pt ☎ 21 932 0330
 📞 Telemóvel: 967 453 160

Sociedade Musical Odivelense

Sentir... Ser Poesia

A beleza das coisas está no nosso olhar.
 A beleza da poesia está dentro de nós.

Paula Nunes

21 de março dia mundial da poesia

Venha fazer-nos companhia! **15h30**

ENTRADA LIVRE

Rua Maria Gomes da Silva Santos - 7 (junto à Igreja Matriz) 9 2675-282 ODIVELAS

Tlm 918 882 409 0 Tlf 219 310 253 ***smodivelense@hotmail.com**

2026

PUB

FOTOCÓPIAS E IMPRESSÃO DIGITAL

Tamanho A4

envie os seus trabalhos e agende o levantamento
 Telemóvel | WhatsApp | Telegram

A PRETO DESDE 0,03€

962 646 230

E-mail clientes@if-pt.com

A CORES DESDE 0,10€

IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS

CENTRO COMERCIAL DA ARROJA LOJA 57



Sociedade Musical Odivelense, fundada em 29 de Junho de 1863
Instituição de Utilidade Pública

Medalhas de Ouro da Instrução, Arte e Mérito Associativo de F.P.C.C.R | Medalha de Ouro com Palma da Câmara Municipal de Loures | Medalha de Ouro com 3 Estrelas dos B.V. de Odivelas | Medalha de Honra da Câmara Municipal de Loures | Medalha de Honra da Câmara Municipal de Odivelas

CONVOCATÓRIA

MESA DA ASSEMBLEIA-GERAL

Assembleia – Geral Ordinária

Maria Fernanda Patrocínio Moroso, Presidente da Mesa da Assembleia-Geral da Sociedade Musical Odivelense, convoca todos os associados, nos termos previstos das alíneas a) e c) do nº 2 do art.º 39º do Regulamento Interno, a participarem na Assembleia-Geral desta Sociedade, que se realiza no próximo dia 27 de março de 2026, pelas 21h00, na Sede, Rua Maria Gomes da Silva Santos, 7 – 2675-282 Odivelas, com a seguinte Ordem de trabalhos:

1. Apresentação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano 2026.
2. Apresentação, discussão e votação do Relatório de Atividades e Contas do ano 2025.

Se à hora marcada, não houver número de sócios necessários para a sua realização, a mesma terá início trinta minutos depois, com o número de sócios presentes.

O Presidente da Mesa da Assembleia-Geral

Maria Fernanda Patrocínio Moroso

(Maria Fernanda Patrocínio Moroso)

Odivelas, 27 de fevereiro de 2026

Há mais na PAGAQUI do que imaginas.

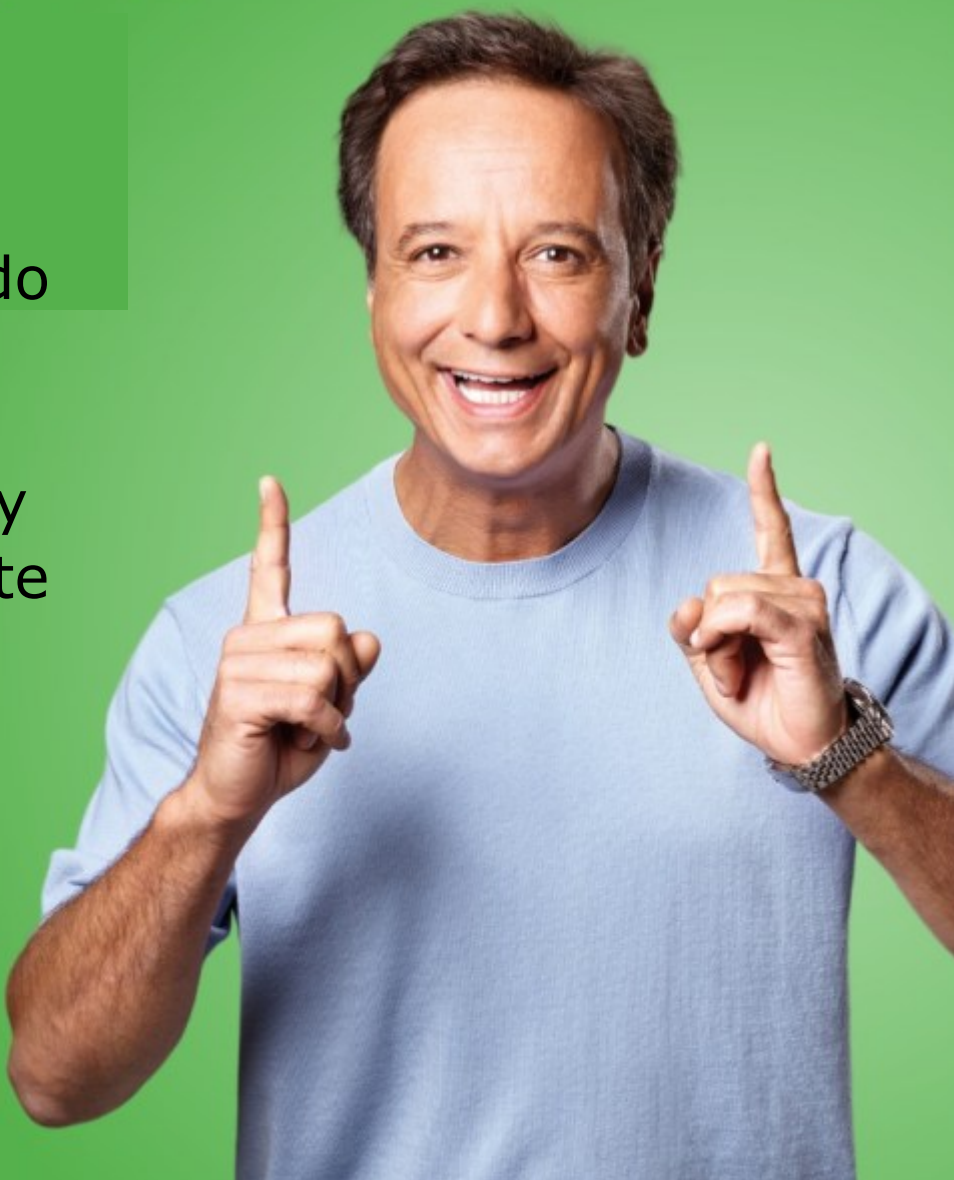
Não vá mais longe
PAGUE NA
Loja 57 do
Centro
Comercial da
Arroja

Pagamentos de faturas, nacionais e estrangeiras,
por identidade e referencia
Carregamento de telemóveis
Bilhetes para Espetáculos
Bilhetes para REDE EXPRESSO E FLIXBUS

VAUCHERS

Amazon
Google Pay
Flighgift | Nintendo
Pay Safe Card
Prénatal
Primark | Spotify
Roblox | Valorante
Xbox Game
XBOX ESU
Netflix | DAZN
Setem | Uber

PAGAQUI



俳句

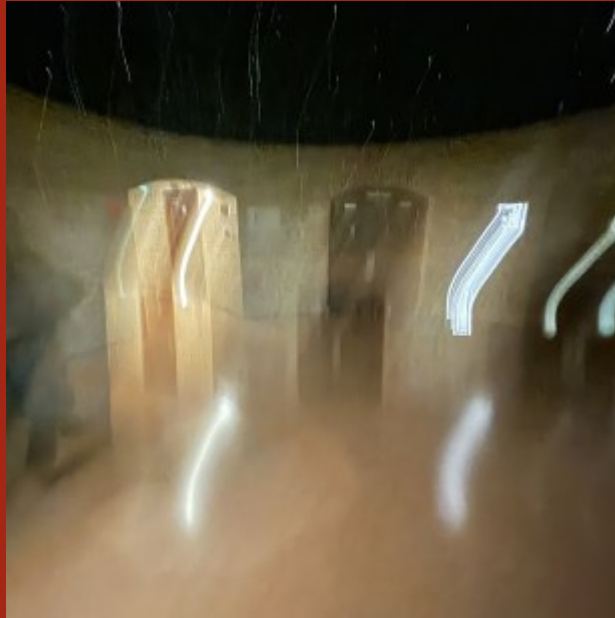
Haiku

25

*Carlos
Patrício
Braga*

Haikus

INDECISÕES



entre impulsos
e caminhos diversos
vários rumos

Foto: Carlos Braga, 2024

NOTA – O que é um Haiku?

O haiku é um tipo de poema, de inspiração japonesa, constituído por 3 versos, tendo, na versão clássica, 5 sílabas o 1º e o 3º versos e 7 sílabas o 2º. Pode ser acompanhado de uma imagem que o ilustre ou que interaja com o texto, completando-o.

Pretende, de uma forma sintética, transmitir um sentimento, uma situação, uma visão, um pensamento, uma intuição, um duplo sentido, um enigma, deixando ao leitor um vasto campo de imaginação.



Associação We4 - Associação Recreativa, Cultural, Desportiva, Ambiental e Social
Praça da Ordem de Cristo, nº 2 R/C Dtº, 2675-597, Odivelas
NIPC: 516641042

CONVOCATÓRIA

Assembleia Geral Ordinária

De acordo com os preceitos estatutários da Associação We4 – Associação Recreativa, Cultural, Desportiva, Ambiental e Social e, em conformidade com as disposições legais aplicáveis, convocam-se todos os sócios para a Assembleia Geral, a realizar no próximo dia 25 de março de 2026, pelas 21H00, na Rua 4 de Outubro, n.º 12, 2620-206 Ramada.

A Assembleia reunirá com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto 1: Apresentação, discussão e votação do Relatório de Atividades e Relatório de Contas, relativo ao exercício do ano de 2025.

Ponto 2: Apresentação, discussão e votação do Plano Anual de Atividades para o ano de 2026.

Ponto 3: Eleição dos Órgãos Sociais para o biénio 2026 – 2028.

Ponto 4: Outros assuntos de interesse geral.

Se à hora marcada não estiver reunido o quórum legalmente exigido, a Assembleia reunirá meia hora mais tarde, independentemente do número de sócios presentes.

Ramada, 04 de março de 2026

A Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Assinado por: **ALEXANDRA MANUELA MEDEIROS AFONSO**
Num. de Identificação: 08467600
Data: 2026.03.04 20:43:37+00'00'



Alexandra Manuela Medeiros Afonso



Celebrado anualmente na sexta-feira que antecede o equinócio da primavera (em 2026, 13 de março) o Dia Mundial do Sono é uma iniciativa global que visa sensibilizar a sociedade para a importância de uma boa noite de descanso. Sob o lema de que o sono é essencial para a saúde, esta data destaca como o descanso de qualidade impacta diretamente o nosso bem-estar físico, mental e social.

Por que o sono importa?

Dormir bem não serve apenas para "recarregar baterias". Durante o sono, o nosso corpo realiza funções críticas:

- **Consolidação da memória:** O cérebro processa informações e fixa a aprendizagem.
- **Regulação hormonal:** Controla o apetite, o crescimento e o stress.
- **Fortalecimento imunitário:** Um corpo descansado defende-se melhor de doenças.

Saúde Cardiovascular: O sono profundo ajuda a regular a pressão arterial e a saúde do coração.

Os Desafios Modernos

Num mundo hiperconectado, enfrentamos uma verdadeira "epidemia de privação de sono". O uso excessivo de ecrãs antes de deitar, o stress profissional e as rotinas irregulares têm degradado a qualidade do nosso repouso, contribuindo para o aumento de casos de ansiedade, obesidade e doenças crónicas.

Sabia que? Cerca de um terço da nossa vida é passada a dormir. Tratar este tempo com a devida importância é o primeiro passo para uma vi-

da longa e produtiva.

Dicas para uma Higiene do Sono Eficaz

1. **Mantenha a regularidade:** Tente deitar-se e levantar-se sempre à mesma hora.
2. **Crie um santuário:** O quarto deve ser escuro, fresco e silencioso.
3. **Desligue-se:** Evite telemóveis e luz azul pelo menos 30 a 60 minutos antes de dormir.

Atenção à dieta: Evite cafeína e refeições pesadas ao final do dia.

CELEBRANDO

Imagem gerada pelo Copilot da Microsoft

15 de Março: Mais do que Compras,
um Dia de Consciência

O Dia Mundial dos Direitos do Consumidor foi inspirado pela histórica mensagem do presidente John F. Kennedy ao Congresso dos EUA em 1962, onde ele afirmou: *"Consumidores somos todos nós"*. Desde então, a data tornou-se um marco global para promover os direitos fundamentais de quem faz a economia girar.

Os Pilares da Proteção

Celebrar este dia é reafirmar que todo consumidor tem direito a:

- **Informação:** Dados claros e honestos sobre o que está a comprar.
- **Segurança:** Produtos que não coloquem em risco a saúde ou a vida.
- **Escolha:** Um mercado competitivo que ofereça opções e qualidade.

Voz: O direito de ser ouvido e de reclamar quando as expectativas não são cumpridas.

O Consumidor do Futuro

Em 2026, ser um consumidor consciente vai além de procurar o menor preço. Trata-se de escolher empresas que respeitam a **sustentabilidade**, protegem os nossos **dados digitais** e utilizam a **Inteligência Artificial** de forma éti-

ca e transparente.

"Um consumidor bem informado é o melhor fiscal do mercado."

Dicas Rápidas para o dia a dia:

1. **Pesquise antes de clicar:** Compare preços e verifique a reputação da loja.
2. **Leia as 'letras pequenas':** Especialmente em contratos de serviços digitais.

Exija a fatura: É a sua principal prova de compra e garantia de direitos.

Direitos Fundamentais do Consumidor

Proteção da Vida e Saúde: Antes de comprar um produto ou contratar um serviço, você tem o direito de saber sobre possíveis riscos que eles possam oferecer à sua saúde ou segurança.

Educação e Informação: Você deve receber todas as informações de forma clara, precisa e em português (sobre preço, composição, garantia e prazos). Nada de letras miúdas escondidas!

Proteção contra Publicidade Enganosa: É proibida qualquer comunicação que induza o consumidor ao erro. Se o anúncio prometeu "X" por um preço "Y", a empresa é obrigada a cumprir.

Direito de Arrependimento: Para compras feitas fora do estabelecimento comercial (internet ou telefone), você tem até 7 dias para desistir da compra, receber seu dinheiro de volta e não precisa nem justificar o motivo.

Facilitação da Defesa (Inversão do Ônus da Prova): Se houver um processo judicial e o consumidor for a parte mais fraca (ou se a alegação for plausível), o juiz pode determinar que a empresa prove que não está errada, em vez de você ter que provar o erro dela.

Se o produto apresentar defeito, o fornecedor tem até 30 dias para resolver o problema. Se não resolver nesse prazo, você pode escolher entre a substituição do produto, a restituição do valor pago ou o abatimento proporcional do preço.

CELEBRANDO

19 de março: Dia do Pai



Em Portugal o Dia do Pai celebra-se a 19 de março. Para também celebrar este dia o Diário de Odivelas apresenta algumas informações sobre esta celebração e os seus porquês.

As Origens: Do Sagrado ao Afeto

Começemos com as origens.

A celebração da figura paterna tem duas grandes vertentes:

- **A Tradição Religiosa:** Nos países de matriz católica (como Portugal, Espanha e Itália), a data está ligada a **São José**, o pai adotivo de Jesus. A Igreja celebra-o a **19 de março** desde o século XV, vendo nele o modelo ideal de proteção, trabalho e dedicação à família.

- **A Tradição Moderna:** Nos EUA, a ideia surgiu em 1909, quando Sonora Smart Dodd quis homenagear o seu pai, um veterano da Guerra Civil que criou seis filhos sozinho. Esta versão "civil" acabou por se espalhar pelo mundo, mas é celebrada no terceiro domingo de junho.

Porquê 19 de março e São José?

A escolha desta data em Portugal não é arbitrária. São José é considerado o "**Padroeiro das Famílias**" e o exemplo máximo de paternidade. No contexto bíblico, ele não era o pai biológico de Jesus, o que reforça uma mensagem muito bonita: **ser pai é uma questão de amor, cuidado e presença**, independentemente dos laços de sangue.

Celebrações em Portugal e no Mundo

Em Portugal

Por cá, o dia é vivido com proximidade. É tradição:

- **Presentes feitos à mão:** Nas escolas, as crianças dedicam semanas a criar trabalhos manuais (as famosas gravatas de cartão ou molduras de massa de sal).

- **Almoços de família:** Reunir a família à volta da mesa é o ponto alto.

O "**Pai**": O foco mudou de uma figura de autoridade rígida para uma de companheirismo.

Pelo Mundo

Nem todos celebram hoje. O calendário varia muito: Portugal, Espanha, Itália, 19 de março,

uma ligação direta a São José. No Brasil é no segundo domingo de agosto, em honra de São Joaquim (pai de Maria). Nos EUA, Reino Unido e França é celebrado no 3.º domingo de Junho, com origem no movimento de Sonora Dodd. Na Alemanha, celebra-se no Dia da Ascensão. É tradição os homens saírem à rua com carrinhos de mão cheios de comida e bebida.

Em Portugal, o 19 de março foi feriado nacional durante muitos anos. Hoje, embora não seja feriado oficial, continua a ser um dos dias mais celebrados no calendário afetivo dos portugueses.

São José Padroeiro de Causas Universais

Falemos agora de São José, uma das figuras mais fascinantes da tradição cristã, precisamente por ser o "homem do silêncio". Curiosamente, não existe uma única palavra dita por ele registada nos Evangelhos. Tudo o que sabemos vem das suas ações e da tradição que se seguiu.

Perfil Bíblico: O Homem Justo

Nos Evangelhos de Mateus e Lucas, José é descrito como um "homem justo" (*tzadik*, em hebraico). No contexto da época, isto não significava apenas que era "bonzinho", mas que era alguém que cumpria a Lei de Deus com total integridade, mas sempre com misericórdia.

- **A Linhagem Real:** José era da casa de David. É através dele que Jesus recebe a herança legal e messiânica de "Filho de David".

O Sonhador: Tal como o José do Antigo Testamento (o do Egito), São José comunica com Deus através de sonhos. Ele recebe quatro avisos angélicos cruciais: para aceitar Maria, para fugir para o Egito, para regressar a Israel e para se desviar para a Galileia.

2. A Profissão: O "Tekton"

Tradicionalmente chamamos-lhe "carpinteiro", mas a palavra grega original é "Tekton".

- Este termo era mais amplo: designava um artesão ou mestre de obras que trabalhava com madeira, mas também com pedra ou ferro.

Em Nazaré, uma aldeia pequena e pobre, ele seria o homem que construía desde ferramentas agrícolas a estruturas de casas. Jesus não foi apenas seu filho; foi seu aprendiz, herdando a dignidade do trabalho manual.

Jovem ou Idoso?

Existem duas formas principais de o representar na arte e na teologia:

A Tradição Apócrifa (Idoso): Textos antigos não oficiais (como o *Protoevangelho de Tiago*) descrevem José como um viúvo idoso com filhos de um primeiro casamento. Esta visão servia para reforçar a virgindade de Maria.

A Visão Moderna (Jovem): Muitos teólogos modernos (e o Papa Francisco) preferem imaginá-lo como um jovem forte e corajoso. Afinal, seria necessária muita energia física para caminhar centenas de quilómetros a pé até ao Egito para proteger a família.

Simbolismos na Iconografia

Quando olhar para uma imagem de São José, repare nestes detalhes:

- **O Lírio:** Representa a sua pureza e a escolha divina (diz a lenda que o seu cajado floresceu com lírios quando foi escolhido para esposo de Maria).
- **O Menino ao Colo:** Ao contrário de outras figuras, José segura Jesus não como um adereço, mas com proteção. Frequentemente, ele olha para baixo, simbolizando a sua missão terrena de guarda.

As Ferramentas: Esquadro ou serrote, simbolizando o trabalho que santifica o quotidiano.

Padroeiro de Causas Universais

Pela sua história, ele acumulou "títulos" importantes:

- **Padroeiro da Igreja Universal:** Declarado em 1870 pelo Papa Pio IX.
- **Padroeiro dos Trabalhadores:** Celebrado também a **1 de maio** (S. José Operário).

Padroeiro da "Boa Morte": A tradição diz que José morreu antes de Jesus iniciar a vida públi-

ca, nos braços de Jesus e Maria. Por isso, é a quem se recorre para pedir uma passagem serena desta vida.

Em 2021, o Papa Francisco escreveu a carta *Patris Corde* ("Coração de Pai"), onde descreve José como um "pai na sombra", aquele que não quer ser o protagonista, mas que é essencial para que a vida do filho floresça.

Em Portugal, a devoção a São José está profundamente enraizada na cultura popular e na arquitetura religiosa.

1. Orações Tradicionais a São José

Existem orações para diferentes momentos, desde a proteção da família até à procura de trabalho.

A Oração da Família

Esta é talvez a mais rezada no dia 19 de março:

"Lembraí-vos, ó puríssimo esposo da Virgem Maria, meu doce protetor São José, que jamais se ouviu dizer que alguém tivesse invocado a vossa proteção e solicitado o vosso auxílio sem ter sido por vós consolado. Com esta confiança, venho à vossa presença e a vós fervorosamente me recomendo. Olhai pela minha família, protegei os nossos passos e ensinai-nos a cuidar uns dos outros com o mesmo amor com que cuidastes de Jesus e Maria. Amém."

Oração ao "Operário" (para o Trabalho)

Muitos fiéis recorrem a ele quando atravessam dificuldades profissionais:

"Glorioso São José, modelo de todos os que se dedicam ao trabalho, obtende-me a graça de trabalhar com consciência, pondo o cumprimento do dever acima das minhas inclinações; de trabalhar com gratidão e alegria, considerando honra o utilizar os dons recebidos de Deus. Amém."

2. Igrejas e Lugares de Culto em Portugal

São José dá nome a inúmeras paróquias, mas alguns locais destacam-se pela sua história ou beleza:

- **Igreja de São José dos Carpinteiros (Lisboa):** Situada perto da Rua de São José, é a sede de uma das mais antigas confrarias da ci-

dade. O seu interior é uma joia do barroco, com azulejos que narram passagens da vida do Santo.

- **Igreja de São José (Coimbra):** Uma igreja imponente que é o coração da celebração do Dia do Pai na cidade dos estudantes.

- **Santuário de São José de Ribamar (Póvoa de Varzim):** Localizado junto ao mar, este santuário é um ponto de peregrinação muito forte no norte de Portugal, especialmente para quem pede proteção nas tempestades (tanto do mar como da vida).

Capela de São José (Santarém): Integrada no complexo do antigo Convento de São Francisco, mostra como a devoção atravessa os séculos na arquitetura gótica e manuelina.

3. Curiosidades Populares Portuguesas

- **O "Pau de São José":** Em algumas zonas rurais, existia a tradição de plantar um ramo de flor (geralmente uma fava ou um lírio) neste dia. Se florescesse cedo, dizia-se que o ano seria de boas colheitas.

Gastronomia: Embora não haja um prato único nacional, em muitas regiões de Trás-os-Montes e Beiras, o almoço de São José é tradicionalmente acompanhado por **arroz de cabidela** ou **assados de cordeiro**, celebrando o fim do inverno.

S. José na pintura portuguesa?

A representação de São José na pintura portuguesa é um espelho da própria evolução da nossa história e da forma como vemos a família. Durante séculos, ele foi "secundário", mas com o tempo ganhou um protagonismo fascinante.

1. O "Pai Galã" vs. O "Velhinho"

Nas pinturas mais antigas (Idade Média e início do Renascimento), José aparecia quase sempre como um homem muito idoso, calvo e a dormir num canto da cena do Nascimento de Jesus.

- **O objetivo:** Mostrar que ele era apenas o "guardião" e não o pai biológico.

A Mudança: A partir do século XVII, influenciados pela Contrarreforma, os pintores portu-

gueses começaram a pintá-lo como um **homem jovem, vigoroso e de barba escura**. Ele passa a ser o protetor ativo, capaz de carregar o Menino e fugir para o Egito.

2. A Escola de Viseu e Grão Vasco

Um dos maiores tesouros da pintura portuguesa está no **Museu Nacional Grão Vasco**, em Viseu.

- Na obra *Adoração dos Magos*, de Vasco Fernandes (Grão Vasco), São José é representado com um realismo incrível. Ele aparece com traços marcadamente portugueses, segurando uma bengala e observando a cena com uma mistura de humildade e espanto.

Repare no detalhe: ele é muitas vezes pintado com **roupas de cores terra ou amarelas**, simbolizando a sua ligação à humildade e ao trabalho no mundo material.

3. O "Menino pela Mão" (A Caminhada)

Uma imagem muito comum no barroco português (séculos XVII e XVIII) é a de São José a levar o **Menino Jesus pela mão**.

- Esta representação é muito terna e rompe com a ideia do Menino apenas no colo de Maria.

Em muitas igrejas portuguesas, encontra-se pinturas onde José ensina Jesus a caminhar ou a segurar uma ferramenta, reforçando o seu papel de **educador**.

4. Josefa de Óbidos: A Doçura Barroca

A famosíssima pintora **Josefa de Óbidos** deu a São José um toque muito especial. Nas suas telas:

- As faces são rosadas, o olhar é doce e há uma grande proximidade física entre o Santo e o Menino.

Ela gostava de pintar naturezas-mortas ao redor, como cestos com flores ou frutas, humanizando a Sagrada Família e aproximando-a do quotidiano das casas portuguesas da época.

5. O Lírio "Prodígio"

Na pintura portuguesa, é raro ver São José sem o seu **cajado florido com lírios brancos**.

- **A lenda:** Segundo a tradição, quando se procurava um noivo para Maria, o cajado de José floresceu milagrosamente no templo, indicando que ele era o escolhido de Deus.

Na arte, o lírio não é apenas uma flor; é o símbolo da sua **castidade e eleição divina**.

Onde ver estas obras ao vivo?

Se tiver oportunidade, estes são os melhores locais em Portugal para apreciar a arte dedicada a São José:

1. **Museu Nacional de Arte Antiga (Lisboa):** Com painéis maravilhosos do século XVI.
2. **Museu Nacional Grão Vasco (Viseu):** Para ver o José "humanizado" do Renascimento.

Igrejas Barrocas do Norte (Braga e Porto):

Onde a talha dourada molda pinturas de um José triunfante e protetor.

Aqui estão algumas das representações mais marcantes de São José na arte portuguesa.

Nesta obra-prima do **Grão Vasco** (Museu Nacional Grão Vasco, Viseu), pode-se observar o São José do Renascimento português. Repare na expressão de serenidade e no realismo das mãos e do rosto. Ele não é apenas uma figura de fundo; é o guardião atento da cena, com um aspeto muito humano e digno.

Aqui vemos o estilo inconfundível de **Josefa de Óbidos**. Note a doçura e a proximidade entre José e o Menino Jesus. No Barroco, São José ganha esta aura de "pai carinhoso" e educador, muitas vezes levando o Menino pela mão ou partilhando um momento de ternura, longe daquela imagem do "velhinho distante" da Idade Média.

Esta imagem foca-se no **São José Operário**, na sua oficina. É uma representação muito comum em Portugal, que valoriza a santidade do trabalho quotidiano. O uso das ferramentas (serrote, esquadro) e a luz que incide sobre o seu trabalho simbolizam a dedicação e o sustento da família.

Texto elaborado com ajuda, na pesquisa, do Gemini da Google.

Imagem gerada pelo Copilot da Microsoft

CELEBRANDO

20 de Março: O Despertar da Vida
no Equinócio de Primavera

O dia 20 de março marca um momento mágico na nossa jornada ao redor do Sol: o Equinócio de Primavera. É o instante exato em que a Terra, em sua órbita perfeitamente equilibrada, se posiciona de forma que a luz solar incide com a mesma intensidade em ambos os hemisférios, Norte e Sul. A palavra "equinócio", de origem latina (*aequinoctium*), significa "noite igual", lembrando-nos que, neste dia singular, o dia e a noite têm, aproximadamente, a mesma duração.

Um Renascimento Vibrante

Mas muito além de um evento astronómico, o Equinócio de Primavera é uma celebração universal do renascimento e da renovação da vida. Após o longo e introspetivo período de inverno, a natureza desperta com uma força vibrante e contagiante. É como se a Terra respirasse fundo e se preparasse para florescer em toda a sua plenitude.

A Explosão de Cores e Aromas

As árvores, que pareciam adormecidas, voltam a cobrir-se de verde e de flores exuberantes. Os campos se transformam em verdadeiros tapetes de cores vibrantes – amarelos intensos, vermelhos apaixonantes, roxos delicados – pintados por uma infinidade de flores silvestres. O ar se enche de aromas doces e frescos, um convite irresistível para nos conectarmos com o mundo

natural.

A Energia da Renovação em Odivelas

Ao observarmos a imagem que criamos, podemos imaginar essa energia vibrante preenchendo as colinas de Odivelas e de toda a região de Lisboa. O Sol dourado do amanhecer banha a paisagem, trazendo uma sensação de paz e de esperança. A

figura solitária que caminha pelo caminho ladeado de flores personifica a harmonia que podemos encontrar ao nos sintonizarmos com os ciclos da natureza.

Um Convite à Reflexão e à Ação

O Equinócio de Primavera nos convida a refletir sobre os nossos próprios processos de renovação. Que "sementes" de novos projetos e intenções queremos plantar em nossas vidas? Que "flores" de novos aprendizados e experiências queremos ver desabrochar? É o momento ideal para nos livrarmos do "velho" – de velhos hábitos, pensamentos e mágoas – e abrirmos espaço para o "novo" – para novas perspectivas, oportunidades e conexões.

Celebrando a Primavera

Neste Equinócio de Primavera, que tal tirarmos um momento para celebrar a vida e a natureza? Podemos dar um passeio em um parque, plantar uma flor, ou simplesmente admirar a beleza que nos rodeia. Que esta estação de renovação nos inspire a sermos mais conscientes, gratos e conectados com a Terra e com todos os seres que nela habitam. Que a energia vibrante da Primavera desperte em nós a alegria de viver e a esperança de um futuro mais verde e harmonioso.

Imagem gerada pelo Gemini da Goole.



Vestir uma criança que vive como o Mogli é, acima de tudo, uma aventura épica — daquelas que deviam ter banda sonora, mas que em vez disso têm o som persistente de uma camisola a ser puxada na diagonal e um miúdo a dizer “quero isto, quero aquilo, e

quero isto também, caso contrário não vou vestir mais nada”. Porque o Mogli, esse rebelde da moda infantil, tem um código próprio, um manifesto cromático que beira o surrealismo.

Esquece a lógica, a estética e o bom senso — o Mogli é um revolucionário do armário. Ele pode muito bem querer calças laranja-fluorescente, camisola às riscas verdes e amarelas, que não combinam com nada, e um casaco que parece ter sido roubado ao guarda-roupa de um pirata em férias no Caribe. E tu, o infeliz que só queria vestir o filho sem parecer que saiu de um duelo com um tigre, tens de aceitar que aquele conjunto é a tradução literal da sua personalidade: caótico, imprevisível, e com uma pitada de “vê se aceitas ou vais ter birra até às 10 da noite”.

E eis que começa o ritual sagrado: negociar a colocação da camisola que, misteriosamente, já é pequena demais para o Mogli — apesar de ter sido comprada há duas semanas atrás. A verdade? As crianças crescem com uma velocidade absurda,

como se estivessem numa corrida contra o tempo, e a roupa que ontem parecia perfeita hoje já é um espartilho apertado para o teu pequeno Houdini. Ontem as mangas alcançavam as pontas dos dedos; hoje mal chegam ao cotovelo, e tu já te imaginas a encomendar mangas de ganga extralongas no eBay.

Mas a maior diversão — ou desespero — é quando o Mogli decide que hoje é dia de fazer uma declaração política: “Eu visto isto porque quero ser eu”. E assim, sai de casa com um conjunto de meias diferentes, ou com um conjunto

que ignora solenemente a estação do ano em que se encontram.

Vestir uma criança assim é aprender a olhar para além do que cabe no armário, para além do que faz sentido para os olhos de adultos fatigados, e aceitar que ali está um pequeno explorador do mundo, a querer ser visto e respeitado nas suas escolhas — por mais incompreensíveis que possam parecer. É perceber que aquela desordem de cores e formas é, afinal, um mapa das suas vontades e descobertas. Tens de manter a calma para explicar que aquela camisola de super-herói não vai com as calças de vilão, mas aceitar, no fundo, que para o Mogli isso é irrelevante — é ele que manda, e ponto final.

No fim, quando o Mogli sai de casa naquela “combinação explosiva” — e tu já torces para que não provoque um incidente diplomático no recreio — percebes que, afinal, todas as outras crianças também andam a desfilar os seus próprios desfiles de moda surrealista. E tu, que durante meia hora tentaste evitar que aquilo se transformasse numa exposição artística de caos cromático, só podes rir, chorar e amar cada instante desta loucura colorida que é a infância em estado puro.

Mas há uma lição ainda maior por trás desta batalha diária: a liberdade radical de viver sem precisar agradar a terceiros — a ousadia de ser dono das próprias escolhas, mesmo que isso envolva um guarda-roupa de cores berrantes e combinações que fariam um estilista aplaudir de susto.

Foi então que comecei a pedir às minhas filhas que escolhessem o que eu devia vestir. E lá estava eu, no supermercado, de calções curtos e meias até ao joelho, trajando um outfit que jamais teria sido escolhido por mim mesmo, mas que agora uso com uma confiança tranquila, reforçada pelo seu aval.

Foram elas que escolheram. Quem sou eu para sobrepor a minha opinião às delas sobre o que me assenta bem? Afinal, a quem quero eu agradar, senão às minhas filhas?



Dia 1

Como sempre, os nossos dias começam bem cedo. A Ilha de Santorini, apesar de pequena, tem bastantes pontos de interesse que pretendemos visitar.



Iniciámos por visitar Oia, talvez um dos locais mais fotografados da Grécia, e sempre apinhado de muitos e muitos visitantes, que freneticamente, procuram os melhores ângulos, para as Insta fotos. Mas, de inverno, espantem-se, e fiquem com inveja, Oia estava deserta e absorvida de uma luz fantástica! Livrementemente e sem qualquer tipo de confusão, pudemos visitar calmamente a vila, apreciando devidamente a sua bela arquitetura e as suas belas vistas para o Mar Egeu.

Oia tem uma arquitetura característica, de casas-caverna, escavadas na rocha da caldeira do vul-

cão, sobre o qual já falaremos mais adiante. As fachadas das habitações, são maioritariamente brancas, para refletir o mais possível, os quentes raios do sol de verão. Portas e janelas azuis, que parecem repetir a beleza do mar, cúpulas redondas e escadarias que sobem e descem sem lógica aparente, compõem todo este cenário idílico, quase parecendo que as casas falam com a paisagem, e que nos dão uma sensação de suspensão, parecendo estarmos sempre à beira do abismo. De antigas e humildes casas de pescadores pobres, passaram a turismo de luxo, com deliciosos e apetecíveis jacuzzis na varanda, com vistas incríveis.



Os gatos são uma constante sempre agradável, e se possível, levem uns snacks que eles agradecem.

Com o avançar da manhã, alguns turistas, poucos, essencialmente asiáticos e indianos, foram sur-

gindo na paisagem. Ainda falámos com um jovem casal, sul coreano, possivelmente em lua de mel, que nos pediram para lhes tirarmos fotos. As lojas, sem turismo, encerradas quase na totalidade. O vento, que até então, era apenas uma brisa, começou a subir de intensidade, e decidimos ir almoçar.



Voltámos à padaria, bem perto do nosso hotel, que mesmo de inverno está aberta 24 horas, para uma refeição rápida. Os pastéis folhados são uma perdição! Estávamos na fila para pagar, e um senhor agarra as nossas bebidas, que tínhamos colocado no balcão, e informa a senhora da caixa que é para colocar na conta dele. Deseja-nos Feliz Natal, nós pagamos o resto, e começa alguma agitação entre ele e a funcionária, mas, em grego, não entendemos nada. Uns segundos depois percebemos que ele tinha dito à empregada para colocar toda a nossa conta para ele e não apenas as bebidas. Mas esta irritação ligeira, rapidamente foi ultrapassada pelos dois e tivemos um almoço bem interessante com o senhor, de nome que nunca conseguimos entender. Albanês, a viver e a trabalhar há muitos anos na Grécia, como cozinheiro. Muito orgulhoso da sua filha, falante de 5 línguas, e também a viver e a trabalhar em Santorini. Fez até questão de falámos com ela por vídeo chamada. A parte da tarde foi dedicada a visitar a antiga cidade de Akrotiri, soterrada por uma grande



erupção vulcânica por volta do ano 1600 a.C. A Ilha de Santorini foi formada por atividade vulcânica durante milhares e milhares de anos, sendo que o vulcão que a formou ainda está ativo, com uma erupção algo recente, em 1950.

Voltando à grande erupção, que soterrou a cidade de Akrotiri, as cinzas vulcânicas provenientes desse evento, soterraram e preservaram a cidade durante mais de três mil anos. Muitas vezes esta cidade é considerada a Pompeia do Egeu. A explosão desta grande erupção foi tão violenta, que o centro da ilha colapsou, formando a enorme cratera circular, a que se chama Caldeira. É nessa caldeira inundada, que se encontram nas suas falésias as vilas de Oia e Fira. Antes da erupção a ilha tinha uma forma circular e depois da erupção passou a ter uma forma de lua crescente.



Ao contrário de Pompeia, nesta cidade não foram encontrados corpos, pelo que os seus habitantes tiveram tempo de fugir, de uma forma apressada, pelo que deixaram muitas coisas pa-

ra trás, mas com a intenção de conseguirem regressar. Uma enorme pedra, encontrada à entrada da cidade, julga-se ter sido colocada para “fechar” a cidade, até ao regresso dos seus habitantes.

O local está preservado por uma cobertura, e a visita é feita por passadiços superiores, que percorrem uma grande parte da cidade, e de onde podemos imaginar como seria a vida nesses tempos recuados.



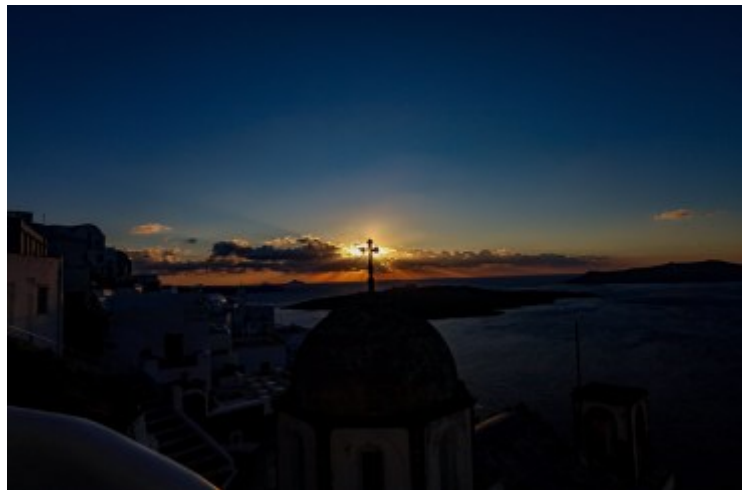
Fomos visitar a Red Beach, que fica perto de Akrotiri. O seu nome tem origem no vermelho ferrugem das escarpas que a ladeiam. Todo o conjunto desta praia, tem algo de uma bela pintura, com o vermelho, o negro da pedra vulcânica e o lindo azul do mar Egeu. Aqui percebe-se perfeitamente a brutalidade do nascimento desta ilha, de todo o fogo que a envolveu, parecendo ainda que a erupção foi ontem, num cenário algo marciano.



Fomos terminar a dia a Fira, uma vila muito semelhante a Oia. O sol ainda não se pôs, mas muitos visitantes já aguardam por ele. Igualmente suspensa sobre o abismo da cratera, as suas casas brancas descem pela encosta, procurando o mar, em baixo. Há varandas que parecem flutuar, e algumas cúpulas azuis interrompem o imaculado branco das casas.



O Museu Arqueológico encerrado, pelo período do ano, não permitiu a visita, que parece ser bastante interessante, uma vez que guarda os lindos frescos encontrados em Akrotiri. O branco foi passando lentamente a um dourado cada vez mais intenso, e chegou o tão aguardado pôr-do-sol, que sem nuvens no horizonte, não foi tão espetacular como seria de esperar, não deixando de ser lindo.



Santorini dia 2

Último dia na ilha, e mais uma vez começamos

cedo o nosso percurso. Na padaria onde costumamos ir, provámos hoje umas filhoses natalícias, bem-parecidas com as que temos em Portugal, quer em formato quer em paladar.



Visitámos algumas pequenas vilas que fomos atravessando, tentando descobrir algumas particularidades que pudessem ser pormenores ainda desconhecidos. Acabámos por descobrir belos recantos, em locais muito pouco visitados por turistas certamente.



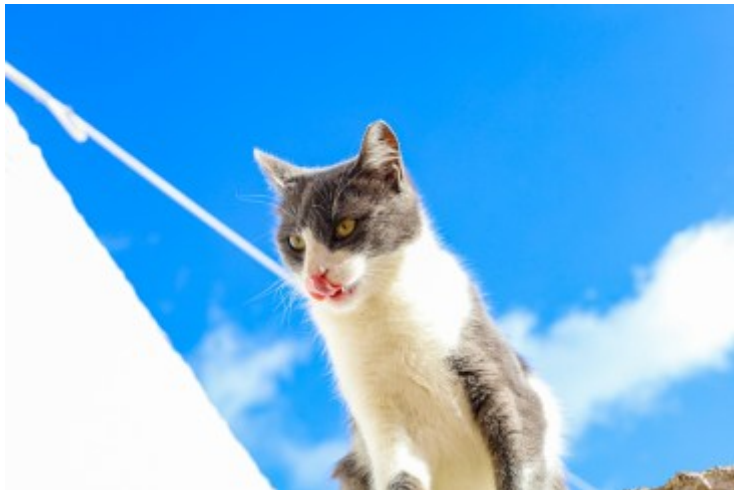
Tentámos visitar, no ponto mais alto da ilha, a 567 metros de altitude, o Mosteiro de Prophet Elias. Infelizmente, as visitas são às 05H30. Começamos o dia cedo, mas não tão cedo! Mas as vistas são fabulosas, com uma visão quase a 360° da ilha: a caldeira, as vilas e aldeias onde o branco predomina, as vinhas geometricamente plantadas. Sim, sim, vinhas! Apesar da aridez

do solo, é essa pobreza que dá um carácter muito particular às uvas. A vinha aprende a sobreviver com pouca água e com vento constante. Diferentes das nossas vinhas, aqui as videiras são podadas de modo que fiquem enroladas em forma de ninho, junto ao chão. Esta técnica, já muito antiga, protege as uvas do vento forte e do sol intenso, além de aproveitar assim toda a humidade noturna, que se deposita no solo.



A casta mais cultivada é a Assyrtiko, que produz vinhos brancos, secos e minerais como a paisagem da ilha. Muitas das vinhas têm mais de 100 anos, porque a ilha está imune a pragas, o que permite uma grande longevidade das videiras.

Segunda passagem pela vila de Oia, porque a luz da tarde é muito diferente da luz da manhã. Quem gosta de fotografia, está atento a estes detalhes. E na realidade, apesar do mesmo local, a vila parece totalmente diferente. Hoje também mais povoada, com a chegada pela manhã de um navio de cruzeiro. Até as lojas reabriram, provavelmente apenas por este dia. Os gatos continuam a fazer as delícias desta ilha, quer em Oia quer em Fira. Aliás, em qualquer lugar que se visite, os gatos são uma constante, e quase todos muito simpáticos e afetuosos.



No regresso ao hotel, ao princípio da noite, o prometido era para cumprir, e os donos do hotel tinham um presente de Natal para nós. Uma garrafa de vinho local, na sua versão doce, feito com uvas secas ao sol, antes da fermentação e envelhecido. Mas, impossível de transportar na mochila, com muita pena nossa, pelo que agradecemos imenso a amabilidade, mas não o po-

deríamos transportar. Foi o presente substituído por uns bolinhos bem deliciosos. Pedem-nos também que façamos uma review na Booking. O negócio baixou muito após a grande atividade sísmica do ano anterior.



Amanhã, dia de mais dois voos, para o nosso próximo destino, a Ilha de Rhodes.

Uma conversa com... DIV

Encenador e atrizes de "A Casa das Bonecas"

TEATRO DA MEMÓRIA

www.diariodeodivelas.com

Para ver o vídeo clique nesta imagem

Representação sábado, 21 de março, 21h30

Pavilhão Polivalente de Odivelas

CRONISTAS

Diz...correndo Na linha | Episódio 60



Meus Muito Queridos Leitores de Saudades Infinitas, só a memória de vós me faz sair do conforto do sofá para vir falar convosco.

Neste tempo de ressaca dos ventos, chuva e depressões, chamo a mim as sábias palavras do poeta popular António Aleixo, quando disse:

***“Quem corta a água que corre,
É por si próprio enganado;
O ribeirinho não morre,
Vai correr p’ra outro lado.”***

Assim foi, por exemplo, com as águas do Mondego.

Recordo com tristeza as pessoas que são as vítimas da tragédia, porque foram afoitas e descuidadas, porque estavam no local em horas erradas ou por grande infelicidade, como aquele casal que, por uma semana, esteve desaparecido.

A imprensa chamou-lhes “idosos”, o que me agasta.

Deviam ter-lhes chamado “sexagenários”, porque eu tenho mais dez anos que eles, e estou longe de me considerar idoso.

Lembro, comovido, todos aqueles que abdicaram do seu conforto para prestarem ajuda a quem preci-

sasse, ao mesmo tempo que repudio os outros que se aproveitaram da desgraça alheia para roubarem.

“Cá se fazem, cá se pagam.”

Oxalá.

Reverendo as imagens do estado em que ficou o Pinhal de Leiria, imagino El-Rei Dom Diniz, no seu túmulo de Odivelas, a rebolar-se de angústia.

Só espero que não dê origem a um sismo, que o convento já é velho.

Calma aí, Majestade, que as sementes lá caídas irão germinar.

Só temos de esperar setenta ou cem anos, até que as árvores tenham a mesma presença.

Eu, até nem me importava de esperar, já agora.

Nascido em Lisboa, tenho origens no Distrito de Coimbra, Concelhos da Lousã e de Arganil, onde foi construída a casa de família, em 1896, já com muitas alterações, atualmente.

As férias escolares de verão eram lá passadas e as viagens, até chegarmos, nas viaturas que o meu pai comprava, “em quinta mão”, percorrendo as precárias estradas que havia, eram um martírio.

A travessia do Mondego, para quem vinha de Lisboa, obrigava a passar ao lado do Portugal dos Pequenitos e do Jardim dos Amores, an-

Imagem gerada pelo Copilot da Microsoft



tes de se pisar a Ponte Velha.

Já do outro lado, bordejávamos Coimbra por poente, subindo até se encontrar a mítica Estrada da Beira, que nos levava a casa.

Uma vez lá chegados, era a liberdade total, e até os trabalhos agrícolas eram divertidos, a que se juntava o andar no carro de bois do meu Avô João.

Que saudades.

Nos dias de hoje, com a profusão de pontes e de viadutos que sobrevoam o Mondego, qual “drones” estáticos, já se pode aceder à Estrada da Beira sem “esventrar” Coimbra.

Foi de um desses viadutos que eu, com água nos olhos e mágoa no coração, ouvindo na minha cabeça a toada de uma canção coimbrã, cantei:

Ó Mondego

*Ó Mondego, ó Mondego,
Tuas águas deslizando,
Vais mantê-las em sossego,
No teu leito, velho e brando.*

*Adeus dizes à cidade,
Que te vê sempre a passar;*

*Não mudes essa verdade,
Se agora a vais inundar.
Ó Mondego, tuas águas,
Que vejo a deslizar,
Nelas afogo as mágoas,
Nelas me vou afogar.*

*O encanto na despedida,
Perde-se agora, ó Mondego,
Se tu me tiras a vida,
Se não ficas em sossego.*

*Ó Mondego, ó Mondego,
De mim não levas saudade;
Ao me afogares te renego,
Por tua grande maldade.*

*Teu jardim dos mil amores,
Inspirava a poesia;
Só tem água, não tem flores,
Quando muda, este dia?*

O conselho da semana é:” Pelo sim, pelo não, o melhor é aprendermos a nadar”.

Diplomas Personalizados PUB

para o Pai para a Mãe para os filhos



Para os Tios, Primos,
Amigos, Cão, Gato,
Papagaio, Vizinho, ou para
quem lhe apeteça
”passar Diploma”

Centro Comercial da Arroja - Loja 57
Rede móvel nacional: 962 646 230
Rede fixa nacional 216 022 318
WhstsApp/Telegram: 962646230

IDEIAFIXE
SOLUÇÕES PERFEITAS

Tem opinião?

Os nossos leitores gostariam de a conhecer...

**redacao
@diariode
odivelas.com**