

MONTE REDONDO & CARREIRA



ÓRGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA

Com o apoio de: Câmara Municipal de Leiria
www.cm-leira.pt

REPORTAGEM



MARCHAS POPULARES ATRAÍRAM DEZENAS DE PESSOAS AO MOTORFEST

//Pág. 10



REPORTAGEM

DIA MUNDIAL DA CRIANÇA //Pág. 7

CULTURA

GRUPO DE TEATRO "OS MAGNÍFICOS"

//Pág. 5

PUBLICIDADE

NOVOS VENTOS - 9ª EDIÇÃO FESTIVAL DE TEATRO COMUNITÁRIO - MONTE REDONDO

//Pág. 12

EDUCAR PARA PRESERVAR O AMBIENTE

A educação ambiental é fundamental para que as crianças aprendam desde cedo a importância de cuidar e preservar o ambiente.

Uma forma de a promover é integrando-a nos programas escolares, consciencializando de forma pedagógica para temas como a reciclagem ou a extinção da flora, com o objetivo de suscitar nas crianças o interesse em proteger o ambiente.

Foi a pensar nisso, e aproveitando a comemoração do Dia Mundial do Ambiente a 5 de junho, que recebemos na Casa da Criança Maria Rita do Patrocínio Costa, alguns utentes do Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Piedade para um jogo e par-



tilha de conhecimentos sobre a reciclagem. Partindo do que colocamos em cada ecoponto, abordámos a importância da separação do lixo e do seu reaproveitamento, de modo a ajudar a reduzir a necessidade de extrair novas matérias-primas do meio ambiente, diminuindo assim os

danos causados à natureza.

No âmbito da temática ambiental, desenvolvemos igualmente uma ação de sensibilização de recolha de lixo no pinhal que se situa nas traseiras da nossa escola, em que participaram as crianças e alguns familiares. O lixo recolhido foi colocado nos respetivos ecopontos.

Nesse seguimento, e para conhecermos mais profundamente a natureza que nos envolve e que devemos preservar, organizámos, em parceria com o Centro de Interpretação Ambiental de Leiria, a exposição «Árvores Nativas de Portugal». Esta exposição consiste em quadros que descrevem 20 espécies de árvores nativas e

algumas características da flora portuguesa. As espécies selecionadas mostram a riqueza da nossa vegetação e a sua importância do ponto de vista biológico e ecológico, histórico e cultural e ainda do ponto de vista económico.

Como forma de partilhar este conhecimento, para além das famílias das nossas crianças, convidámos também o Centro Escolar de Monte Redondo e o Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Piedade a visitarem a exposição e assim alargar à comunidade a importância destas espécies, da valorização do território e da sua preservação.

**Casa da Criança
Maria Rita Patrocínio**

PROGRAMA DE DIVULGAÇÃO DAS FORÇAS ARMADAS "ALISTA-TE POR UM DIA!"

No âmbito das Comemorações do Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, que este ano se celebrou nos concelhos de Castanheira de Pera, Figueiró dos Vinhos e Pedrógão Grande, a CIMRL (Comunidade Intermunicipal da Região de Leiria), associou-se a esta iniciativa através de uma série de atividades, uma das quais, o Programa de Divulgação das Forças Armadas – “Alista-te por um dia”, de cariz nacional, destinado a crianças do 4.º ano, do 1.º Ciclo do Ensino Básico, com o objetivo



de dar a conhecer o dia a dia dos militares, trabalhar a cooperação e o respeito entre os jovens, e consolidar os conhecimentos sobre os símbolos nacionais.

Neste contexto, e no âmbito da Educação para a Cidadania do

projeto PIPSE – Plano Intermunicipal de Promoção do Sucesso Escolar, 2023/2026, as turmas do 4.º ano, do Centro Escolar de Monte Redondo efetuaram uma visita de estudo à exposição de meios e capacidades das Forças Armadas

Portuguesas, em Figueiró dos Vinhos, no passado dia 3 de junho.

Os alunos realizaram diversas atividades de cariz militar e participaram no Hastear da Bandeira Nacional. Demonstraram-se bastante envolvidos em todas as atividades e efetuaram-nas de forma ativa e dinâmica.

Foi um dia diferente, onde todos puderam experienciar algumas das tarefas do dia a dia da vida militar.

**Centro Escolar
de Monte Redondo**

DIRETORA:

Céline Gaspar

DIRETORES ADJUNTOS:

Carlos Alberto Santos
e Lina António

CHEFE DE REDAÇÃO:

Patrícia Marques

REDAÇÃO/PUBLICIDADE/ ASSINATURAS E SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS:

Rua Albano Alves Pereira nº3
2425-617 Monte Redondo LRA

COLABORADORES:

- Ana Carla Gomes
- Casa da Criança Maria Rita
Patrocínio Costa
- Centro Escolar de Monte Redondo

- Centro Social Paroquial
Nossa Sr.ª da Piedade
- Colégio Dr. Luís Pereira da Costa
- Menisco Saúde - Joana Marto
- Filarmónica Nossa Sr.ª da Piedade
- Agrupamento Escolas Rainha
Santa Isabel

FICHA TÉCNICA

TELEFONES:

Tel. 244 685 328

Fax. 244 684 747

noticiasmonteredondo@gmail.com

COMPOSIÇÃO E IMPRESSÃO:

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

DEPÓSITO LEGAL: 362298/13

TIRAGEM: 2350 exemplares



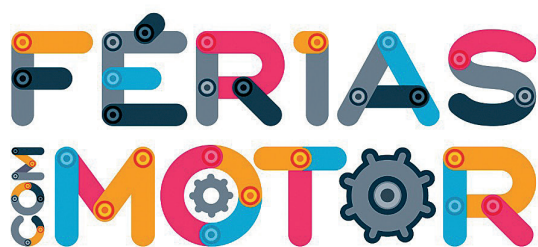
CDLPC FÉRIAS COM MOTOR

O Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, em parceria com o Motor Clube, irá proporcionar duas

semanas de atividades a crianças e adolescentes entre os 9 e os 13 anos, nas duas primeiras

semanas de julho. O programa e condições de participação encontram-se nas imagens abaixo.

Ana Carla Gomes



1-5 JULHO E 8-12 JULHO 2024
MONTE REDONDO
Para crianças entre os 9 e os 13 anos

Taxa de inscrição 170€/semana
(Inclui lanches, almoço e despesas relativas às atividades)

INSCRIÇÕES

As crianças residentes na área pedagógica do Colégio têm prioridade.

As inscrições devem ser realizadas nos serviços administrativos do Colégio através dos seguintes meios:
244 689 040 / 917 569 087 / geral@cdlpc.pt

*Em cada semana o Campo deve funcionar com um mínimo de 20 crianças e um máximo previsto de 25 crianças

PROGRAMA - SEMANA 1-5 JULHO*

	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
MANHÃ	CDLPC - RECEÇÃO Visita a Monte Redondo	Praia do Pedregão	Atividade de Ciências	Aquaparque da Vieira	Atividade de Pintura
TARDE	Motor Clube Jogos de água		Jogos de Pavilhão		Caminhada ao Cabeço

PROGRAMA - SEMANA 8-12 JULHO*

	DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
MANHÃ	CDLPC - RECEÇÃO Visita a Monte Redondo	Praia do Cabedelo	Atividade de Ciências	Aquaparque de Pombal	Atividade de Pintura
TARDE	Motor Clube Jogos de equipa		Jogos de Pavilhão		Cinema no CDLPC

*Em cada semana o Campo deve funcionar com um mínimo de 20 crianças e um máximo previsto de 25 crianças



Fabricante Exclusivo de Resguardos de Duche
- Acrílico e Vidro Temperado -

244 616 330
926 718 826
geral@euroduches.com
www.euroduches.com

Rua dos Pinhais, nº 524 - Ruivaqueira
Zona Industrial da Ortigosa - LEIRIA

Funerária Seco
— UMA FAMÍLIA A APOIAR A SUA —

LEIRIA e MONTE REDONDO
Telef.: 244 834 826 (24H)

www.funerariaseco.com
funeraria.seco@sapo.pt
Funerária Seco

35 ANOS
1985-2020
de Experiência

EXPOSIÇÃO "TRILHOS DA BIOLOGIA", NA EB/S RAINHA SANTA ISABEL

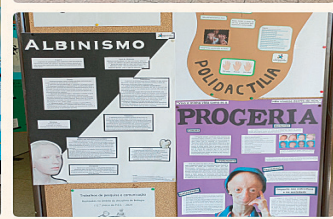
Na Escola Básica e Secundária Rainha Santa Isabel, decorreu a exposição "Trilhos da Biologia".

Os alunos do 8.º D desenvolveram um trabalho interdisciplinar que envolveu as disciplinas de Ciências Naturais, Português e Educação Visual, onde trabalharam os subsistemas terrestres, o texto poético e a ilustração, partindo da temática "Flashes com vida"

No âmbito da Comemoração do Dia Internacional da Biodiver-

sidade - 22 de maio, também na disciplina de Ciências Naturais, a turma elaborou cartazes sobre a biodiversidade existente na região de Leiria, as suas principais ameaças e formas de minimizar os impactes ambientais.

Os alunos do ensino secundário das disciplinas de Biologia e Geologia, do 11.º ano, e de Biologia do 12.º ano, contribuíram com cartazes elaborados no âmbito das temáticas destas disciplinas e do P.E.S. relativos a zoonoses



e doenças/anomalias genéticas. Ficamos orgulhosos de ver os nossos jovens capazes de contribuir para a construção de uma

sociedade mais sustentável e ecologicamente equilibrada.

Helena Felizardo

CONCURSO NACIONAL "DESAFIOS D'ARTE: 1º LUGAR PARA A EB/S RAINHA SANTA ISABEL

Leonor Júnior Jordão Fernandes, aluna do 6º ano da Escola Básica e Secundária Rainha Santa Isabel, obteve o 1º LUGAR do escalão do 2º ciclo do Concurso Desafios D'Arte, com a sua obra "Leiria num só Olhar"!

Este concurso promovido em parceria pelas APEVT, a FABER-CASTELL PORTUGAL, a IBEREX e o MUSEU da CARRIS, tem como finalidade levar os alunos dos 1º, 2º e 3º ciclo, a basearem-se num estilo de



um pintor famoso ou movimento artístico acrescido de uma abor-

dagem pessoal para "UM OLHAR SOBRE O LUGAR: Eu, o ambiente, a comunidade, o património".

O trabalho/obra de arte da Leonor, "Leiria num só olhar", foi baseado no movimento artístico "POPARTE" e no pintor e grafiteiro americano, Jean Basquiat. Nesta obra podem contemplar em destaque, o belo castelo da cidade de Leiria e o seu guardião, El Rei D. Dinis, uma panóplia de cantos, recantos, ruelas, esculturas e sim-

bológicas (corvo) que fazem parte do Património Leiriense.

A Leonor, acompanhada pela professora Clotilde Chambel Fernandes, que a orientou, recebeu o prémio na Gala Final, no passado dia 25 de maio, no Museu de Carriis, em Lisboa.

Muitos parabéns a ambas, por esta grande vitória, que nos enche de orgulho!

Helena Felizardo

A POLÍTICA VEIO À ESCOLA EB/S RAINHA SANTA ISABEL

No dia 15 de maio, na EB/S Rainha Santa Isabel, decorreu uma sessão/debate, para os alunos dos 11º e 12º anos, no âmbito do projeto Levar a Política à escola, promovido pelo Município de Leiria em parceria com as escolas.

O debate / conversa com as juventudes partidárias, foi moderado pelo aluno André Chaíça e nela par-

ticiparam Ricardo Abreu (PS), Francisco Malheiro (Iniciativa Liberal), Francisco Constantino (CDS-PP) e Samuel Sancheira (Chega) e os alunos dos 11.º e 12.º anos.

Este projeto proporcionou uma troca de pontos de vista entre os nossos jovens sobre alguns dos temas e desafios importantes da atualidade, tais como a habitação



para as novas gerações, os transportes públicos, a participação política dos jovens, a emigração/imigração e o serviço militar.

Esta é uma iniciativa muito bem vinda, pois contribui para a literacia política dos nossos jovens, mobilizando-os e alertando-os para a importância do seu voto e da sua participação na sociedade. Assim, de uma forma informal, mas eficaz, os alunos puderam compreender melhor como funciona o sistema político em Portugal para que sejam cidadãos mais informados e conscientes.

Helena Felizardo

GRUPO DE TEATRO «OS MAGNÍFICOS»

A associação Os Magníficos celebra este ano os seus 40 anos. Reza a história que esta associação teve origem num grupo de teatro composto por alguns jovens da terra, que se havia organizado um ou dois anos antes e que sentiu a necessidade de um espaço seu para ensaios e afins.

Este grupo de teatro durou alguns anos, vindo mais tarde a diluir-se dada a dispersão que a vida destes jovens tomou. Ao longo destes 40 anos, pensa-se que esta é a terceira ou quarta tentativa de reerguer este teatro, ou seja, houve três tentativas, porque desta vez gostaríamos e estamos a fazer esforços para que não seja apenas mais uma.

O nosso grupo é composto por 16 elementos com idades que vão dos 9 aos 70 anos. Movidos por um lema: «Ser feliz/



fazer feliz com pouco», tivemos a nossa primeira atuação em 8 dezembro de 2022 na nossa sede, com uma peça de Natal da nossa total autoria. Desde aí, nunca mais parámos, tendo já atuado em vários locais na zona e várias vezes na nossa sede. Todas as peças são originais, da nossa autoria, e, em menos de dois anos, já contamos com quatro peças encenadas e representadas.

Numa tentativa de caracterização, diria que é um teatro divertido, cómico com uma grande dose de crítica à mistura, tendo também um carácter “terapêutico” para quem está a representar, pois nos ensaios reina a boa disposição e o convívio após um dia de trabalho.

A última peça, apresentada no dia 02/06 na nossa sede, intitulada «O Mal vem de casa»,

era representada por dois atos, uma aula e uma reunião de pais, ambas bastante animadas. Nesta peça, foi representada a dificuldade que é ser professor atualmente. Esta representação, conta com uma turma bastante empenhada em dificultar o trabalho da professora, e também um grupo de encarregados de educação com o mesmo objetivo.

Estamos disponíveis para animar uma festa, proporcionar momentos de reflexão ou, simplesmente, trazer alegria com as nossas representações. Queremos continuar a crescer e deixar uma marca positiva na nossa comunidade, mostrando que, com dedicação e paixão, é possível transformar vidas através do teatro.

Lara Capela

O NOSSO MÊS DE MAIO

CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL NOSSA SENHORA DA PIEDADE

O convívio social é importante na saúde e bem-estar dos nossos idosos. Pode ajudar a prevenir problemas de saúde mental e física, exercitar a mente, aumentar a autoestima, reforçar/facilitar os laços familiares e ainda promover um sentimento de pertença à comunidade.

Desta forma, durante o mês de maio procuramos proporcionar diversos momentos de lazer aos nossos idosos.

Em virtude da comemoração do Dia do Bombeiro, pessoas tão importantes e imprescindíveis na nossa vida, fomos fazer uma visita ao Quartel dos Bombeiros Voluntários de Leiria – 5ª Companhia de Monte Redondo. Fomos muito bem recebidos e



onde nos foram apresentadas todas as diferentes viaturas que tinham (ambulâncias e carros de bombeiros) e para que servia cada uma. Ainda nos mostraram as roupas que vestem em cada situação, inclusive houve idosos a terem a oportunidade de experimentarem os uniformes. Foi muito divertido.

Dando continuidade à rela-

ção com a comunidade, tornou-se urgente sensibilizar toda a população para a realização da reciclagem, inclusive no mundo da terceira idade, portanto no Dia Internacional da Reciclagem visitámos as instalações da Valorlis, o que se demonstrou bastante importante e impactante, pois para além das explicações sobre o que devemos fazer, fomos confron-

tados com a realidade de como é feita a triagem dos materiais e da imensidão do aterro sanitário.

E para continuar a sensibilização para a proteção da Natureza no Dia da Abelha os idosos realizaram um espantalho apicultor para colocar na horta das crianças do Centro Escolar de Monte Redondo, dando continuidade ao projeto conjunto Eco-Escolas. No Dia Europeu dos Parques Naturais plantaram alfices para consumo da instituição e ainda fomos passear até à Lagoa da Ervideira e ao Parque de Merendas da Carreira.

E porque o que é preciso nesta vida é animar a malta, passamos uma bela tarde musical na Feira de Maio a comer umas deliciosas faturas, convívio organizado pela Câmara Municipal de Leiria.

Marta Azinheiro

DIVICARPIN - 5.º ANIVERSÁRIO

No passado dia 29 de abril, a Divicarpin celebrou o seu 5.º aniversário. Embora esteja sediada nas Várzeas, desde fevereiro deste ano, teve o seu início em Monte Redondo, quando Joel Batista, residente no Paço, decidiu começar o seu próprio negócio, em casa. Atualmente, a empresa conta com sete colaboradores e está associada ao ramo da remodelação, sendo que o fator chave está na integração de todas as fases de projeto e conceção da obra.

A empresa faz todo o tipo de remodelações, em edifícios



com diferentes funções, desde o restauro à construção de raiz. Funciona com o denominado «Projeto Chave-na-Mão», tendo parceiros que trabalham diariamente com a empresa, desde o arquiteto, ao electricista e ao canalizador, entre muitos outros, até à decoradora. Assim, o cliente não tem de se preocupar em encontrar várias empresas especializadas, visto estar tudo incluído no mesmo projeto e trabalha para qualquer região do país.

Ana Carla Gomes



Cervejaria Imperial – Monte Redondo

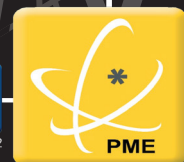


 dental medicis®

CLÍNICAS
DENTÁRIAS
EXCELÊNCIA®



PME líder 22



PME
excelência 21

BAJOUCA - 244 684 600

Largo da Feira dos 13, N.º 20
2425-166 Bajouca

ST.ª CATARINA DA SERRA - 244 745 905

Largo da Bemposta, N.º 17 e N.º 19
2495-186 Santa Catarina da Serra

medicis.pt | info@medicis.pt

DIA MUNDIAL DA CRIANÇA

1 DE JUNHO 2024

“As crianças são mestres na arte de encontrar a felicidade nas coisas mais simples.”

O Dia da Criança foi estabelecido oficialmente em 1950 na sequência do congresso da Federação Democrática Internacional das Mulheres, realizado em 1949, em Paris. Portugal, à semelhança de vários países, adotou o dia 1 de junho para celebrar o Dia da Criança com o objetivo de sensibilizar para os direitos das crianças e para a necessidade de promover uma melhoria das condições de vida, tendo em vista o seu pleno desenvolvimento.

Na União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, a Junta de Freguesia proporcionou nesta data atividades diversas às crianças dos jardins-de-infância e 1º ciclo dos estabelecimentos de ensino do seu território: Casa da Criança, Centro Escolar de Monte Redondo e EB1 Carreira.

O palco para uma manhã cheia de brincadeiras foi o Pavilhão Desportivo Municipal da Carreira e que contou com a presença de várias entidades que se aliaram à Junta de Freguesia para proporcionar uma manhã feliz aos meninos e meninas dos 3 aos 10 anos que frequentam os nossos estabelecimentos de ensino.

Sofia Cravo, artista plástica, Lúcia Neves, Instrutora de Jiu Jitsu, os Insufláveis Prá Pequeneda foram alguns dos parceiros desta iniciativa que abrilhantaram a manhã dos mais pequenos.

E depois de muitas brincadeiras, o Dia da Criança teve o seu auge com o espetáculo do Recreio da Anita que encantou as meninas e os meninos com a sua música e as suas cores. Todos sorriram, cantaram e pularam.

Este ano, a comemoração do Dia Mundial da Criança na nossa



freguesia teve, ainda, associada uma iniciativa de angariação de bens para a Casa Esperanza da Marinha Grande. Quisemos, portanto, sensibilizar para a importância que as associações de proteção dos animais têm para a nossa comunidade. Situada na Marinha Grande, a Casa Esperanza é uma Associação de Animais sem fins lucrativos que visa ajudar animais vítimas de maus tratos e/ou de abandono e reencaminhá-los para adoção.

Céline Gaspar



152º ANIVERSÁRIO

Filarmónica de Monte Redondo

13 E 14 DE JULHO

sábado, 13

16h00 **Color March**
 21h00 Atuação da escola de dança **Fil Beat**
 21h30 Atuação da escola de dança **Staccato**
 22h30 Concerto da Filarmónica de Monte Redondo c/
INÉS SOUSA, CAROLINA SANTOS &
"MANUEL COELHO AND FRIENDS"



AMY WINEHOUSE
QUEEN
 ABBA CARLOS PAIÃO

00h00 **BOTA CALOR DJ'S**

domingo, 14

10h00 Homenagem no Cemitério de Monte Redondo
 13h00 Almoço
 15h00 Receção à **Sociedade Musical Capricho Setubalense**
 15h30 Concerto da Sociedade Musical Capricho Setubalense

MAIS INFORMAÇÕES EM BREVE

Durante o evento haverá petiscos e bebidas

DORES OU ESPORÕES NOS CALCANHARES, TEM?

menisco saúde
CLÍNICA DE SAÚDE E BEM-ESTAR



Olá, o meu nome é Joana Marto, sou fisioterapeuta na clínica Menisco Saúde e hoje vou falar-vos um pouco sobre as dores que nos surgem no calcanhar.

A dor plantar no calcanhar afeta predominantemente indivíduos sedentários de meia-idade e mais velhos, estimando-se que 4 a 7% da população em geral reporte este sintoma. A dor plantar no calcanhar tende a surgir com os primeiros passos do dia

e durante atividades que impliquem o suporte do peso do nosso corpo, particularmente após períodos de repouso.

Duas das principais condições associadas a este sintoma são a fascite plantar e o esporão do calcâneo.

A fásia plantar é um tecido conectivo expansivo localizado na parte inferior do pé que ajuda na sua estabilidade e controlo. Atividades que envolvem extensão do dedo grande do pé, a imposição de carga no tendão de aquiles e o suporte do peso do corpo no geral, como ficar de pé, andar ou correr aumentam a tensão na fásia plantar. Quando esta carga é superior à capacidade que este tecido tem de suportar, a dor surge, dando origem à fascite plantar.

Por outro lado, acredita-se

que a presença do esporão do calcâneo também contribui para a dor e sensibilidade na superfície inferior do calcanhar que piora ao longo de vários meses. O esporão consiste num crescimento anormal do osso na região onde a fásia plantar se insere no osso do calcanhar. É provocado pela imposição a longo prazo de stress na fásia plantar e nos músculos do pé, especialmente em pessoas com excesso de peso e em corredores. No entanto, a relação entre a presença de um esporão e os sintomas apresentados deve ser interpretada com algumas reservas. O esporão no calcanhar pode não ser a causa da dor, mesmo quando aparece num raio-X, visto que 10% da população em geral apresenta esporões nos calcanhares e a maioria dessas pessoas não apresenta sintomas.

Grande parte das causas para a dor plantar no calcanhar estão relacionadas com a imposição de stress anormal no pé. Desta forma, os princípios básicos envolvidos na gestão desta dor serão a redução da sobrecarga na área envolvida.

Muitas vezes, a dor surge quando a intensidade, frequência e volume das atividades que impõem carga na fásia plantar, como andar ou correr, excedem a nossa capacidade de recuperar e de nos adaptarmos de forma adequada. Por exemplo, em situações em que há um aumento simultâneo do ritmo da corrida e da distância percorrida, o que representa um pico de carga. Para os indivíduos menos ativos, pode estar relacionado com um declínio geral dos níveis de atividade física, o que representa uma diminuição da sua capacidade.

Uma das principais recomendações passa pela modificação de atividades que agravam

a dor de forma a reduzir a carga excessiva. No caso de um atleta corredor, devem ser manipuladas uma das seguintes componentes de treino: frequência, distância ou velocidade. Da mesma forma, se não tolerar muito tempo a andar ou de pé, deve tentar reduzir o tempo, fasear as suas atividades ou ir mudando de posição com frequência. Para manter ou aumentar a sua capacidade, pode ajudar nadar, fazer bicicleta ou alguns exercícios específicos de mobilidade e força sugeridos por um fisioterapeuta. Calçado e ortóteses podem ser considerados com o objetivo de reduzir a quantidade de tensão experienciada pela fásia da planta de pé.

Desta forma, o objetivo do processo de reabilitação é encontrar o equilíbrio de forma que a nossa capacidade seja superior ou igual às exigências que experienciamos no nosso quotidiano. Também é importante ter em consideração que outros aspetos do estilo de vida, como o sono, o stress e a alimentação podem influenciar este equilíbrio.

É importante a avaliação da situação por um profissional de saúde (médico ou fisioterapeuta) para o ajudar a implementar o plano de tratamento mais adequado à sua condição e, assim, tratar a sua dor da forma mais rápida possível.

Após avaliação e início do tratamento mais adequado a cada pessoa, pode demorar cerca de 6 a 8 semanas até que a dor comece a diminuir. O alívio total da dor pode demorar vários meses, dependendo sempre da especificidade de cada caso, mas há solução.

Estamos aqui para ajudar, contem connosco, até breve!

Joana Marto



FUNERÁRIA DOMINGUES

Souto da Carpalhosa

Tlm 967 033 542 | 963 261 485

Fax 244 613 315

Leiria

São Romão

Tlm 962 900 546 | 913 663 119

Loja de Artigos Religiosos

Tel /Fax 244 825 847

www.funeraria-domingues.com

funerariadomingues@gmail.com

MARCHAS POPULARES ATRAÍRAM DEZENAS DE PESSOAS AO MOTORFEST



Monte Redondo saiu à rua na noite de domingo, 16 de junho, para mais uma edição das Marchas Populares no MotorFest, evento que reuniu dezenas de pessoas no Complexo Desportivo Dona Marquinhas em Monte Redondo.

As Marchas Populares de Monte Redondo, evento de referência, saíram à rua com a participação de cinco marchas, sendo duas marchas da Freguesia e três de vários pontos da região centro.

O evento, que decorreu no Complexo Desportivo Dona Marquinhas, no âmbito de mais uma edição do MotorFest, organizado pelo Motor Clube, assume-se como uma das principais iniciativas culturais da Freguesia, contou com o envolvimento de inúmeros voluntários, sobretudo dos lugares do Paço e da Aroeira,



num total de mais de uma centena de participantes, entre marchantes, figurantes, músicos e padrinhos.

Ao final da noite de domingo, a presidente da Junta de Freguesia, Céline Gaspar, congratulou-se e manifestou a sua gratidão para com todos aqueles que mantêm a tradição de quase trinta anos e que é uma referência no Concelho de Leiria. Parabenizou to-

dos os envolvidos pela excelente apresentação. “Este é um evento que implica como um trabalho árduo de meses e que merece, sempre, o reconhecimento da autarquia”, referiu.

As marchas de Monte Redondo, no MotorFest, “são um evento de qualidade e de referência no concelho, isso é evidente”, reforçou Céline Gaspar, acrescentando, que em termos de marchas

populares este é o maior evento do Concelho de Leiria e que alimenta outros eventos que decorrem no território do Concelho.

Os temas do desfile foram variados. E neste contexto, importa felicitar a fantástica apresentação da Marcha da Aroeira sobre as vindimas e, também, a excelente apresentação da Marcha do Paço que homenageou no seu traje e desfile o Motor Clube, fazendo referência à comemoração dos 50 anos desta associação de enorme relevo na Freguesia no âmbito desportivo.

Nesta edição, participaram, além das marchas da Freguesia, Paço e Aroeira, a Marcha da Cegonha (Coimbra), a Marcha de Espite (Ourém) e a Marcha de Caldelas (Caranguejeira, Leiria).

Céline Gaspar

DOR COM HUMOR - NA PRIMEIRA PESSOA DE REGINA RUIVO

Dor com Humor é o novo livro de Regina Ruivo, natural de Monte Redondo e residente na Marinha Grande. Após um diagnóstico de cancro da mama, a autora conta, com humor, como foi todo o processo, desde que soube o diagnóstico, passando pelos tratamentos e todas as mudanças que uma doença oncológica traz à vida destas pessoas.

No entanto, fá-lo com uma dose de humor, pois considera que a vida deve levar-se a sorrir. Regina conta-nos a sua perspetiva sobre a doença e a sua forma de lidar com ela, esperando ser uma motivação para todos os que passam por este processo.

Mas, quem melhor para descrever o seu livro que ela própria? Aqui ficam as suas palavras:

«Chamo-me Regina Ruivo, apaixonada pela vida e pelas oportunidades que ela proporciona. De espírito livre e mente aberta, sempre pronta para aprender coisas novas. Determinada e persistente, sem medo de enfrentar desafios e lutar pelos meus objetivos. Como qualquer pessoa, tenho imperfeições. Mas acredito que essas imperfeições são apenas oportunidades de crescimento e aprendizagem.

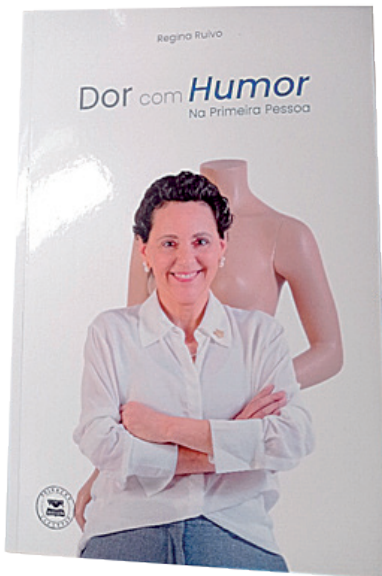
Acredito que é da minha responsabilidade retribuir todo

o amor e apoio que recebi e recebo. Quero ser uma inspiração para as pessoas que me rodeiam, mostrando que é possível superar obstáculos e alcançar os sonhos, assim como eu fiz.

Quando comecei a escrever o livro *Dor com humor – Na Primeira Pessoa*, tinha 49 anos. Hoje, tenho 50, repletos de momentos muitos bons e alguns menos bons. Faz parte do nosso caminho e crescimento. Nasci num lindo dia de outono, a 13 de outubro de 1973, numa família simples, mas de coração gigantesco. A minha infância foi igual a tantas outras, numa aldeia – que hoje é vila – que se chama Monte Redondo.

Dor com Humor é muito mais do que um simples livro: é um reflexo de uma caminhada corajosa, positiva e com muito humor, num processo oncológico.

A vontade de partilhar a minha história, é simplesmente dar voz à minha experiência, inspirar outras pessoas, a aceitar e levar todo o processo de forma descontraída e até mesmo divertida, ver sempre o copo meio cheio. Acredito que histórias de superação têm um poder transformador, mesmo nos momentos mais sombrios, há sempre uma luz e uma força dentro de nós que nos impulsiona a seguir



em frente.

O dia 18 maio não foi só o lançamento de um livro, foi todo um projeto: um livro, uma música inspiradora, cheia de esperança, resiliência e determinação, e um blogue: www.dorcomhumor.pt que permite a interação com o público, criando uma rede de apoio mútuo e trocas enriquecedoras. Sou grata de coração por tudo o que a vida já me deu e que me reserva!».

Ana Carla Gomes

CLUBE DE CAÇA E PESCA DE MONTE REDONDO

INFORMAÇÃO

O Clube de caça e pesca de Monte Redondo informa todos os Srs. Caçadores sócios e não sócios que se encontra na sede do Clube nos dias 05 e 12 de Julho 2024 após as 21,30 horas para ajudar a preencher e receber as candidaturas dos caçadores que desejem caçar na ZCM 3831 de Monte Redondo e que queiram entregar as candidaturas pessoalmente.

A Direção



CS Carolina Silva
ESTÚDIO DE FOTOGRAFIA PROFISIONAL

www.carolinasilvafotografia.pt

Rua da Estação Nº7 F.R.A.
2425-617 Monte Redondo
917 163 842

Segue-nos nas redes sociais

Carolina Silva Fotografia



FESTA DE VERÃO

Casal Novo - Monte Redondo

6 E 7 DE JULHO

Sábado 6 de julho

21h DJ Pepe

Domingo 7 de julho

15h Garraiada
Ganadaria
Baixo Mondego

21h Teclista
Bruno Ricardo



Serviço de Restaurante e Bar

A organização não se responsabiliza por qual quer incidente que possa decorrer durante os festejos



GARRAIADA GANADARIA BAIIXO MONDEGO

Casal Novo - Monte Redondo

7 DE JULHO

15 H



Serviço de Restaurante e Bar

A organização não se responsabiliza por qual quer incidente que possa decorrer durante os festejos

PASSEIO DE MOTAS

28

JULHO

2024

11

PRÉMIOS
MAIOR GRUPO
GRUPO MAIS LONGÍNQUO

PASSEIO DE MOTAS E MOTORIZADAS ANTIGAS

8H30 | QUARTEL BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE LEIRIA
5ª COMPANHIA - MONTE REDONDO

INSCRIÇÃO: 18 CAPACETES
INCLUI: PASSEIO, REFORÇO, T-SHIRT E ALMOÇO

INSCRIÇÕES LIMITADAS A 250 PARTICIPANTES

CONTACTOS: 244 685 888
CARLOS MOTA: 914 943 025 BRUNO SANTOS: 925 246 807
E-MAIL: passaemotas.5companhia@gmail.com

9ª Edição - Festival de Teatro Comunitário

NOVOS VENTOS

2024 Monte Redondo

Marrazes
11 a 16 de junho
Aryabal

18 a 23 de junho
Monte Redondo

25 a 30 de junho
Caraquejeira

02 a 07 de julho
Maceira

9 a 14 de julho

Museu do Casal
29 junho
21H30
A CARNE DOS RABOS TRISTES
Bruxa Teatro (Évora)

30 junho
15H00 às 23H00
Exposição "Arte Natureza"
de Hirondino Pedro

15H00 às 16H30
TEATRO COMUNITÁRIO
ACDRC da Sismaria | Museu do Casal de Monte Redondo | Cardinal Surpresa - Carnaval | Censocar Conferência São Vicente Paulo | Filarmónica de Monte Redondo Senhora da Piedade | "Os Magníficos" Colégio Dr. Luís Pereira da Costa

17H00
B.O.B.A.S
Jimena Cavaletti (Espanha)

21H30
KING KONG - QUEM É O MONSTRO?
Alma D'Arame