

MONTE REDONDO & CARREIRA



ORGÃO INFORMATIVO DE MONTE REDONDO E CARREIRA

Mensário Local | Ano 15 | Nº 157 | setembro 2024



**Parque
Empresarial
de Monte Redondo:
novo Centro de Inovação
e Crescimento para Leiria** Pag 8

7ª EDIÇÃO

FESMONTE



FEIRA DE GASTRONOMIA E ATIVIDADES ECONÓMICAS | MONTE REDONDO LEIRIA 2024

Talento:

**Tatiana Francisco
"num ciclo sem fim"**

pag. 10

Educação:

**Alunos da Escola da
Carreira vencem Prémio
Mário Soares** pag. 16

Efeméride:

**Evocação do 20.º
Aniversário da Vila
de Monte Redondo** pag. 20

PUBLICIDADE



Percursos Pedestres de Leiria



Percorso: Monte Redondo

Data: 15 de Setembro

A partir de dia 2,
inscreve-te em:

www.leiriadesporto.pt

Motor Clube festeja 50 anos de história



No dia 1 de dezembro de 2024, O MOTOR CLUBE celebra 50 anos de história, contando com um percurso ascendente na promoção e no desenvolvimento desportivo de Monte Redondo. Tendo começado pelo desporto motorizado, veio a destacar-se no futebol. Como datas marcantes, contam-se a construção do primeiro campo de futebol, em 1957, na Rua do Campo da Bola, e a formação da claque «Motor Boys», em 2016, cujo apoio tem sido fundamental para a motivação dos atletas. Em 2005, teve início a Academia de Formação de Jovens, com programas estruturados para as várias faixas etárias e no dia 2 de dezembro de 2019, o clube mudou as instalações para o Complexo Desportivo D. Marquinhos, que tem um campo de futebol 11 e outro de futebol 5. Para além do futebol, o clube dinamiza atividades como as Marchas Populares, o MotorFest e a participação no Festival da Sardinha do Pedrógão.

Na época 2024-2025, o plantel da equipa sénior será constituído por cerca de 25 jogadores e será treinado pelo Mister Vítor Duarte, cujo principal objetivo será manter a equipa na Divisão de Honra. A restante equipa técnica é constituída por Nuno Barbosa (treinador-adjunto - treinador guarda-redes) e Tiago Filipe (treinador-adjunto - analista).

O grupo apresentou-se ao trabalho a 19 de agosto para preparar a participação no Campeonato Distrital LIZSPORT - Divisão de Honra, onde alinham 16 equipas.

O plantel para a próxima época será composto pelos guarda-redes: Tiago Gordalina (ex-Marrazes); Tomás Sousa (ex-GAU) e Pedro Viana. Como defesas, alinham Ivan Sousa; Joaquim Pedro; Tiago Letra; Luís Pedro; Filipe Almeida (ex-Portomossense); Nelson Marques; Manuel Deus; Pedro Alexandre (ex-Marinhense); Leonardo Santos. Como médios, o treinador terá à disposição Serginho; Igor Sousa; Edmilson Varela; Marco Azeinha; Nuno Diniz (ex-Valeo) e Simão Carvalho (ex-Marinhense). Por fim, como avançados, vão alinhar Simão Silva (ex-Marrazes); Matheus (ex-GD Ilha); Ney Santos; Nascimento; Dinis Silva (ex-UD Leiria) e João Vitor (ex-Nogueirense). Para além do futebol



sénior, o clube tem os escalões Benjamins, Iniciados, Juvenis e Juniores, visto que, «desde a sua fundação que o MOTOR CLUBE se tem destacado não só pela excelência desportiva, mas também pelo compromisso com o desenvolvimento dos jovens atletas da região. São 50 anos de história, de sucessos, de campeonatos, de vitórias e derrotas, mas, acima de tudo, são 50 anos de grande espírito comunitário e união em torno do desporto e de um Clube.» afirma João Paulo Santos, presidente do Motor Clube.

ANA CARLA GOMES



FICHA TÉCNICA

Edição: Jorlis - Edições e Publicações, Lda . Coordenação: Céline Gaspar . Redação: Ana Carla Gomes, Elisabete Ferreira, Jorge Carvalho Arroitea, Marta Sofia Rodrigues, Sofia Cabeço Sousa
Paginação: Isilda Trindade, Rita Carlos . Impressão: Empresa Gráfica Funchalense . Tiragem: 15.000 . N.º de Registo 109980 . Distribuição: Jornal de Leiria, Edição n.º 2095 de 5 de Setembro de 2024



DÊ UMA BICADA NAS NOSSAS VAGAS DE TRABALHO



VEM FAZER PARTE DA EQUIPA
CANDIDATURAS



Aroeira, Monte Redondo, 2425-601 Leiria
Tel.: (+351) 244 689 020 Email: geral@racentro.pt
www.racentro.pt



Editorial



CÉLINE GASPAR,
PRESIDENTE DA UNIÃO
DAS FREGUESIAS DE
MONTE REDONDO E CARREIRA

Fesmonte – Feira de Gastronomia e Atividades Económicas 15 Anos. 7 Edições.

Ao longo dos últimos 15 anos tivemos a oportunidade de criar uma verdadeira marca na região: a Fesmonte. Um evento, realizado de dois em dois anos, que não só permite às organizações evidenciarem-se na nossa exposição, mas também oferece oportunidade às associações locais de angariarem fundos ou demonstrarem um pouco mais da sua dinâmica. A Fesmonte é a prova viva do envolvimento de uma comunidade em torno de um objetivo maior: levar Monte Redondo e Carreira mais além. Este envolvimento é comprovado, por um lado, pelo número de voluntários que participa, por outro, pelo acolhimento extraordinário por parte dos parceiros que frontalmente apoiam a sua concretização. Na 7ª edição, contamos com a presença

de doze associações nas tasquinhas e uma na exposição, ou seja, mais de 60% do associativismo da freguesia participa. Teremos uma centena de voluntários. A feira contará com cerca de sete dezenas de expositores. Uma edição com o apoio de duas dezenas de parceiros. Esta será a última edição realizada sob a minha coordenação e não posso, de forma alguma, deixar de manifestar a gratidão que sinto por cada cidadão, cada associação e cada empresa que esteve ao lado da minha equipa para tornar possível a materialização deste desafio. Este ano, confesso que senti, particularmente, o apoio de muitas pessoas e organizações. Amigos, empresários e organizações deram-nos um abraço de confiança para mais uma edição. E aqui estamos todos a trabalhar para devolver

o melhor resultado possível. Essa é a nossa missão. Permitir que todos voltem a ser felizes na Fesmonte. Neste espaço, é, também, com enorme honra que promovemos a construção do Parque Empresarial de Monte Redondo. A obra está em execução, sendo o verdadeiro pontapé de saída para um autêntico desenvolvimento económico do nosso território. Juntos, temos de fazer a vida acontecer neste território e manteremos o foco neste valor até ao fim. O momento é, de facto, de agradecer. Chego até aqui com a certeza de que trilhei com espírito de missão este desafiante caminho na Junta de Freguesia. Conto convosco para voltarmos a ser felizes onde a vida acontece de 12 a 15 de setembro no Largo da Feira em Monte Redondo.

PUBLICIDADE

7ª EDIÇÃO
FESMONTE Lusitães
FEIRA DE GASTRONOMIA E ATIVIDADES ECONÓMICAS | MONTE REDONDO E CARREIRA | LEIRIA 2024

Gin Oficial
12 a 15 de Setembro
Monte Redondo - Leiria

SEJA RESPONSÁVEL. SE BEBER, NÃO CONDUZA.

OPENVIAS
ENGENHARIA SA

- Construção e obras publicas
- Infra-estruturas
- Redes de abastecimento
- Requalificação urbana
- Arranjos exteriores
- Movimentação de terras

gmail: geral@openvias.pt
telf: 244 213 373

AZINHEIRO
Engenharia, S.A.

RUA DR. LUÍS PEREIRA
DA COSTA, Nº72

2425-617 MONTE REDONDO

TEL.: 244 212 209
E-MAIL:
geral.azinheiro@gmail.com

WWW.GRUPOAZINHEIRO.COM

PREGOS BAIXOS PARA UM
PROGRESSO ÀS AULAS EM GRANDE

Papelaria JUVENIL

LIVRARIA • MATERIAL DE ESCRITÓRIO
DECORAÇÃO • PERFUMES
BRINQUEDOS • JORNAIS E REVISTAS

RUA DA ESCOLA, LOTE 1, R/C ESQUERDO
2425 - 617 MONTE REDONDO, LEIRIA

☎ 244 685 174
967 755 993

✉ papjuvenil@gmail.com

📱 @papelaria.juvenil.3

SERVIÇO

CONSTRUÇÃO E RESTAURO

ergsilva

ISO 9001
SISTEMA DE GESTÃO DE QUALIDADE

ALVARÁ N.º 62771

ERGUAMOS O FUTURO

Estrada de Fonte Cova, 1155 - Paul
2425-609 Monte Redondo

t. 244 686 326
e. geral@ergsilva.com
w. www.ergsilva.com

Serviços
CONSTRUÇÃO CIVIL
OBRAS PÚBLICAS
REABILITAÇÃO DE EDIFÍCIOS

MERCEARIA TAKE-AWAY

TALHO RIBEIRO

T. 244 685 380

TALHO CHARCUTARIA

“Férias Divertidas” os tempos livres de verão em Monte Redondo e na Carreira

O programa “Férias Divertidas” procura dar uma resposta criativa e cheia de surpresas a crianças dos 3 aos 10 anos, durante os meses de julho, agosto e setembro, potenciando um conjunto de atividades que permitem estimular os mais novos.

“Férias Divertidas”, promovido pela União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, com o apoio do Município de Leiria, envolveu, este verão, 120 crianças em dois polos distintos, a Escola Básica da Carreira e o Centro Escolar de Monte Redondo. O serviço envolveu 16 monitoras, uma coordenadora, uma estagiária e um jovem voluntário.

O programa conta com várias atividades de cariz lúdico-pedagógico, de promoção social e intergeracional e atividades desportivas. Esta iniciativa fomenta a amizade, a interajuda, a criatividade, a responsabilidade e o respeito.

Na edição deste ano, além das atividades desenvolvidas com o enorme empenho e dedicação das monitoras que incluíram a música, as artes plásticas, os jogos tradicionais, o cinema, a culinária, os jogos com água, o plogging e “a mini Color Run”, a Junta de Freguesia concretizou parcerias com agentes locais para favorecer o empreendedorismo social e a conexão entre as organizações. Neste âmbito, promoveu o desporto e a saúde com aulas de Jiu-Jitsu, com a instrutora Lúcia Neves e atividades de psicomotricidade com o projeto Jiga Joga. Em parceria com a Filarmónica Nossa Senhora da Piedade, com a oleira da Bajouca, Céu Pedrosa, e com a MR-Creations, o programa reforçou a importância das artes e da cultura para o desenvolvimento comunitário.

O ambiente e a sustentabilidade,



aliados à intergeracionalidade e à solidariedade, foram, igualmente, temas fundamentais, nomeadamente com um workshop com os apicultores do projeto “Hive”, os passeios pela natureza e o reaproveitamento de materiais naturais e reciclados para criação de novos objetos. Salientamos, aqui, o workshop “Eunices e Kikas”, do “Reino Mágico Mães do Mundo”, que contou com a participação de utentes da Residencial Bem-estar da Carreira e do Centro Social Nossa Senhora da

Piedade de Monte Redondo (CSNSP). De referir, ainda, a comemoração do Dia dos Avós que juntou miúdos e graúdos da Censocar e do CSNSP num dia super feliz com um piquenique.

Este ano, o “Bob o Construtor” foi à Escola e mostrou como se constrói um muro. Nele será pintado um mural que eternizará as emoções que viveram juntos durante estas férias.

A piscina dos Bombeiros Voluntários de Leiria – 5ª Companhia de Monte Redondo é elemento fundamental

deste programa. O acolhimento da associação é extraordinário, nunca faltando o Dia do Bombeiro que oferece a todos a oportunidade de experimentar algumas das funções destes heróis.

As crianças tiveram, ainda, a oportunidade de realizar vários passeios, nomeadamente a parques aquáticos, parques temáticos, visitas culturais e idas a diversas praias da região. No total o programa deste ano incluiu oito passeios a vários pontos do país.

Tem-se verificado um aumento do número de crianças no programa, muitos deles, provindos de outros países. Esta multiculturalidade envolve crianças portuguesas, brasileiras, holandesas, africanas e francesas. O programa tem acolhido não só crianças residentes na freguesia, mas também de outras freguesias e, até, de outros concelhos.

**ANA CARLA GOMES E
MARTA SOFIA RODRIGUES**

PUBLICIDADE



Funerária Seco
UMA FAMÍLIA A APOIAR A SUA

LEIRIA e MONTE REDONDO

Telef.: 244 834 826 (24H) | Telm.: 969 847 356

Funerária Seco

www.funerariaseco.com | funeraria.seco@sapo.pt

39 ANOS
1985-2020
de Experiência



cultiflor
VIVEIROS

Plantas Decorativas
Árvores de Fruto
Decoração
Adubos
Substratos

Horário:
Todos os dias: 9h00 às 19h00
Encerrado aos feriados

Contactos:
+351 233 959 785 | Whatsapp +351 912 693 651
lojaonline@viveiros.cultiflor.pt | geral@viveiros.cultiflor.pt

Estrada Nacional 109 - Vieirinhos
3105-069 CARRIÇO

PUBLICIDADE

NOVA IMAGEM, A MESMA ESSÊNCIA

MEDICIS

DENTAL

BAJOUCA - 244 684 600 | 962 079 618
Largo da Feira dos 13, N.º20
2425-166 Bajouca

STª CATARINA DA SERRA - 244 745 905 | 962 079 632
Largo da Bemposta, N.º17 e N.º19
2595-186 Santa Catarina da Serra

medicis.pt | clinicamedicis.dental@gmail.com

CLÍNICAS DENTÁRIAS EXCELENÇA

PME líder 22

PME

excelência 21

Parque Empresarial de Monte Redondo: novo Centro de Inovação e Crescimento para Leiria



investir
trabalhar
viver

Dados revelantes

- 2 fases de empreitada:
 - o 594.000 m² de área total;
 - o 1^a fase: 22 lotes;
 - o 2^a fase: 24 lotes.
- Lotes industriais entre 3.500 m² e 12.000 m².
- Zona verde com 68.000 m².
- Excelentes acessibilidades às principais vias de comunicação rodoviárias: A1 (20 min), A8 (15 min), A17 (5 min) e A19 (15 min) e ferroviárias: Linha do Oeste (20 min), Linha do Norte (25 min).
- Localização próxima de portos marítimos: Figueira da Foz (25 min) e Aveiro (1 hora) e acessos aéreos: Aeroporto de Lisboa (1h 30 min) e Aeroporto do Porto (1h e 45 min).



A construção do Parque Empresarial de Monte Redondo (PEMR) já está em andamento, marcando o início de uma nova era de desenvolvimento económico para Leiria.

Com uma área total de 59 hectares, este parque industrial foi projetado para acolher 46 lotes empresariais, variando entre 3.500 m² e 12.000 m², destinados à instalação de empresas inovadoras e tecnológicas.

Este projeto visa impulsionar a economia local, elevar o tecido empresarial da região e proporcionar novas oportunidades de crescimento e desenvolvimento.

O PEMR é uma realização há muito desejada pelo Município de Leiria, que agora se concretiza com a construção das infraestruturas de apoio e das vias de acesso que, num futuro

próximo, servirão as empresas que escolherem Monte Redondo como o seu local de instalação.

A primeira fase da empreitada, prevista para ser concluída em abril de 2025, disponibilizará 22 lotes, com a segunda fase a completar o parque com mais 24 lotes.

LOCALIZAÇÃO ESTRATÉGICA

O Parque Empresarial de Monte Redondo beneficia de uma localização privilegiada no contexto nacional, caracterizando-se por excelentes acessibilidades rodoviárias e ferroviárias.

A proximidade às principais vias de comunicação – como a A1, A8, A17 e A19 – e às linhas ferroviárias do Oeste e do Norte, bem como a futura ligação à Linha de Alta Velocidade, torna

este parque altamente atrativo para empresas que procuram expandir-se no mercado nacional e internacional.

A ligação aos portos marítimos da Figueira da Foz e de Aveiro, assim como o fácil acesso aos aeroportos de Lisboa e Porto, acrescenta ainda mais valor estratégico ao PEMR, tornando-o muito atrativo, competitivo e com um enorme potencial, nacional e internacionalmente.

Devido às suas mais-valias, o Parque Empresarial de Monte Redondo encontra-se posicionado como a escolha mais adequada para empresas de alta tecnologia, oferecendo condições excecionais para a sua instalação, desenvolvimento e crescimento.

É de destacar, também, as várias valências que proporcionarão às pessoas boa qualidade de vida, numa

altura em que a retenção de talento e a atração de mão-de-obra qualificada são fortes desafios para o tecido empresarial.

Nesta medida, o Concelho de Leiria apresenta elevados índices de segurança e dispõe de oferta educativa, social, cultural e desportiva de qualidade, dotada com vários espaços verdes e de lazer, oferecendo um vasto leque de serviços que garantem o bem-estar da população.

É na concretização deste binómio emprego qualificado-qualidade de vida que surge este projeto e que estão a ser criadas as condições essenciais para que as empresas a instalar sejam bem-sucedidas, aliando-se à qualidade de vida proporcionada no Concelho de Leiria.

Este é o desígnio do PEMR que

quer ser uma marca forte ao nível regional, consolidando o seu posicionamento como importante hub empresarial.

No futuro próximo, o PEMR representará um elevado valor acrescentado para o Concelho de Leiria, disponibilizando zona verde, serviços de segurança, restaurante, auditório e estrutura de apoio aos serviços empresariais.

Os lotes do Parque Empresarial de Monte Redondo serão colocados no mercado através do recurso a venda por hasta pública, que se prevê que tenha lugar até meados do próximo mês de outubro, dando tempo aos interessados para preparar os respetivos projetos e licenciamentos, aproveitando o período final da empreitada.

Nova direção do Grupo Desportivo Carreirense entrou em campo

O Grupo Desportivo Carreirense surgiu, formalmente, em janeiro de 1977 e centrou a sua atividade no futebol. Durante vários anos, manteve uma equipa de futebol masculina e nos últimos anos, em que o futebol foi a atividade principal, teve uma equipa feminina. Assim, foram muitos os que passaram pelo GDC (Grupo Desportivo Carreirense), quer como jogadores, dirigentes, sócios e amigos, pelo que há uma notória ligação da comunidade à associação, carinhosamente chamada de "O Carreirense". Contudo, a extinção do futebol ditou o abrandamento da atividade da associação, culminando com a inativação do campo de jogos. O edifício sede manteve atividades pontuais, eventos e o bar, este último cedido para exploração privada.

A nova direção do GDC surge, precisamente, da ligação dos carreirenses ao Clube e da necessidade de honrar toda a dedicação e trabalho dos que por lá passaram. Entendemos esta nova direção como uma equipa, que contempla várias idades, nomeadamente jovens, diferentes profissões e, acima de tudo, diferentes experiências e sensibilidades que, ao serviço do GDC, serão uma mais-valia. Destaca-se também a integração, nesta equipa, de pessoas que escolheram a Carreira para viver e criar os seus filhos.

Toda a equipa está consciente das dificuldades que se avizinham e que são próprias deste tipo de instituições, tendo sido a pensar nisso que assumiu o mandato por dois anos. Os objetivos gerais para estes dois anos são só dois: envolver os Carreirenses no rejuvenescimento do seu Clube e dar

vida ao GDC. Para atingir estes objetivos já estão delineadas e em curso algumas ações, nomeadamente o desenvolvimento de atividades regulares nas instalações do GDC, como dança (hip-hop), zumba, ginástica (+55) e xadrez, este último apadrinhado pelos "Corvos do Lis". Todas estas atividades estão em fase de inscrições, com sessões experimentais já marcadas e divulgadas. Para além destas atividades regulares, estão já agendados os seguintes eventos: 13 de outubro - Festa GDC (no campo de jogos); 15 de dezembro - comemoração do Natal; e 19 de janeiro - comemoração do aniversário do GDC. Constatam, ainda, do Plano de Atividades palestras sobre saúde, caminhada com observação da fauna e flora, evento gastronómico, abertura do salão para jogos de tabuleiro e ping-pong, participação no Festival da Sardinha 2025 e outros que possam ser do interesse do clube e da população. O Plano de Atividades é aberto, em construção, e sempre a contar com novas ideias e contributos. A nova direção é composta por Isabel Silva (Presidente), Elisabete Ferreira (secretária da direção), Mariana Amado (tesoureira), David Ferreira e Cândida Francisco (vogais). Na Assembleia, estão Rui Alves Pedrosa, Elisa Carvalho, Isabelle Carvalho e Júlio Ferreira; e no conselho fiscal, Vitor Boiça e Micael Maldonado.

Em jeito de conclusão e usando linguagem futebolística, poderemos dizer que entrou em campo, no dia 03/07, o novo onze do GDC para a época 2024/2026. Prevê-se uma época bastante trabalhosa, mas com possibilidade de muitos golos, para isso conta-se com todos os treinadores e adeptos carreirenses, não esquecendo que a arbitragem é da comunidade.

ELISABETE FERREIRA



Juntos reciclamos mais

 **Valorlis**
Valorizamos o ambiente



www.valorlis.pt   

Tatiana Francisco

Lançamento do single "Ciclo sem fim"

Tatiana Francisco tem 16 anos e a música faz parte da sua vida desde pequena. Nasceu no dia 16 de janeiro de 2008 e é natural da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, onde reside.



Quando foi a primeira vez que pisaste um palco?

A primeira vez que pisei um palco tinha dez anos, foi em 2018, na final do concurso "Crianças ao Palco", que decorreu em Leiria. Durante as férias de verão, cantei num palco ainda maior, no Festival da Sardinha da Praia do Pedrogão, com a banda Apartitudo. Lembro-me de estar muito nervosa antes de entrar em palco, porque havia uma grande multidão a assistir ao concerto, mas, quando comecei a cantar, senti-me muito feliz e comecei a saltar-me, a pedir palmas e a dançar. Nem eu sabia que ia fazer aquilo, saiu tudo no momento, nem os meus pais estavam à espera e foi aí que eu percebi que era o que eu realmente gostava de fazer, que era cantar para as pessoas e estar nos palcos!

A partir daí, nunca mais deixaste de cantar em público. Como decorreu este processo?

Os Apartitudo continuaram a convidar-me para cantar em várias festas e bares, bem como outros artistas de Leiria: Elsa Gomes, Nuno Mendes, Rui Lucas, Sara Ribeiro, Fred, entre outros... Atualmente, tenho cantado mais no bar "Ama" da praia do Pedrogão, com a Elsa Gomes.

Quando tinha 11 anos, fui a um programa de Leiria chamado "Dream tv" e conheci lá o David Antunes que me convidou para cantar a música "Shallow", em dueto, com ele, na festa em Matos da Ranha e, no ano passado, também nas festas de Carvide!

Em 2023, também participei no programa The Voice Kids, no qual interpretei a música "Wicked Game" e virei as 4 cadeiras! Lembro-me de que, assim que a Bárbara Tinoco carregou no botão, foi uma sensação incrível, fiquei muito feliz, pois isso significava que já tinha entrado no programa. Lembro-me também de que estava muito nervosa antes de ir cantar, mas, quando entrei no palco, os nervos acalmaram, porque estava a realizar o meu sonho!

O Fernando Daniel tentou conquistar-me para a sua equipa e disse: "Por ti vou calçar os sapatos altos delas e vou cantar essa música contigo". Foi um momento único e uma grande honra ter cantado com ele, pois é uma das minhas maiores inspirações! Por fim, acabei por escolher o Carlão e segui para as Batalhas, onde cantei com o Gustavo Carvalho e com o Costa Bernardo e o Carlão escolheu-me.



Fui para as galas em direto e cantei a música "Still Loving you", com a qual acabei a minha participação no The Voice. Apesar de ter saído do programa, o Carlão não se esqueceu de mim e convidou-me para cantar com ele no verão, em agosto, nas festas da Batalha. Em maio, cantei também na Feira de Leiria, no Palco Município, a convite da Junta de Freguesia da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira, acompanhada pelo Nuno Henriques ao piano. Em setembro, tive o meu primeiro e grande concerto nas tasquinhas do Nicho, acompanhada

pela banda Alibufalos! Em novembro, dei um concerto também na Fnac de Leiria e levei alguns convidados como o Nuno Henriques, o Gustavo Carvalho e a Soraia Morais.

No dia 28 de junho, lanças-te o teu primeiro single, «Ciclo sem fim». O que sentiste?

O lançamento do meu primeiro single, "Ciclo sem fim", que está disponível em todas as plataformas digitais (Youtube, Spotify, Facebook, Instagram...), foi outro sonho tornado realidade, pois, desde os meus 13 anos que componho músicas originais. Há uns dias, fui gravar uma entrevista



que passou na rádio de Pombal, «Onda Certa» e passaram também a minha música "Ciclo sem fim". Tenho recebido muitas mensagens a dizer que adoraram ou se relacionam com a minha música e vídeos, com um feedback muito bom, o que me deixa muito feliz, porque o meu objetivo é, para além de fazer o que eu gosto, que as pessoas gostem de ouvir a minha música e que sintam o sentimento que lhes tento passar e que também gostem de a cantar!

Quais são os teus próximos objetivos no mundo da música?
 O meu sonho agora é ganhar ainda

mais reconhecimento e conseguir um dia cantar no Altice Arena e no Rock in Rio... com as minhas músicas originais! Quero também dizer a quem tem os mesmos sonhos que eu para nunca desistir deles, porque, com trabalho e dedicação, conseguimos lá chegar, só temos de acreditar em nós próprios, e eu sou a prova de que os sonhos se concretizam! Mais recentemente, fui uma das mais novas escolhidas mundialmente para o Rockin 1000 e também estarei presente na Fesmonte, no dia 15 de setembro.

ANA CARLA GOMES

Grazimac

Go2System

www.grazimac.pt

Sorgila

50 ANOS
1969-2019

Já reparou que tudo o que usamos no dia a dia, vem da natureza?
Por isso a respeitamos!!!

AREIAS PARA CONSTRUÇÃO CIVIL E OBRAS PÚBLICAS
BRITAS E SEIXOS ROLADOS
AREIAS PARA PICADEIROS E INSTALAÇÕES DESPORTIVAS
AREIA PARA VIDRO
ARGILAS E CAULINOS

CENTROS PRODUÇÃO AREIAS					
ÁGUEDA	ANADIA	CANTANHEDE	LEIRIA	LEIRIA	ALCOBAÇA
Recardães	Aguada	Enxofães	M. Redondo	Crasto	Maiorga

Recardães
 Aguada
 Enxofães
 Monte Redondo
 Crasto
 Maiorga

geral@sorgila.pt
 244 720 285
 www.sorgila.com
 @sorgila



A Fesmonte tem água da torneira no horizonte!



#AGUADATORNEIRACOMTODOGOSTO



MONTE REDONDO
E CARREIRA

Horta Pedagógica, Projeto Intergeracional



A agricultura biológica e o cuidado das galinhas existentes na capoeira do Centro Escolar de Monte Redondo foram o mote para o desenvolvimento do Projeto Intergeracional, com os utentes do Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Piedade e os alunos do Centro Escolar de Monte Redondo.

As competências que se desenvolveram entre crianças e idosos foram para além dos saberes ancestrais de plantação de legumes e respectivos cuidados, transpuseram as expectativas de todos os envolvidos e trouxeram uma aproximação entre o saber fazer - saber estar - saber ouvir - saber sorrir e saber partilhar.

Uma horta, que foi a alegria dos mais velhos, que quinzenalmente visitavam a Escola, e a magia para os mais novos que aprenderam e conviveram com os "avós", não importa se seus ou de outros, pois a cumplicidade estabelecida foi tal que os abraços acabaram por acontecer.

Foi um ano de crescimento de legumes (alfaces, feijões, chuchus, nabças, tomates, pimentos, courgetes,

...) paralelamente ao crescimento de amor, reconhecimento, cumplicidade e muitos sorrisos. Foi a construção do Espantalho Apicultor, foi o aparecimento de abelhas recicladas ou de muros pintalgados, foi a plantação de legumes e a participação em vários concursos, sempre com o envolvimento de todos os alunos do Centro Escolar e dos utentes do Centro de Dia.

Este projeto surgiu da vontade das Coordenadoras do Eco-escolas, Sofia Sousa e Catarina Lino, e da colaboração da Educadora Social Marta Azinheiro. Para além de todo o trabalho de planeamento, de organização e gestão de materiais e recursos humanos, esta equipa procurou que a Horta fosse um local de aprendizagem, de aulas ao ar livre, de partilha de experiências e principalmente de um encontro entre gerações. Um projeto reconhecido pela comunidade local, com provas dadas da sua importância para o desenvolvimento pessoal e social dos alunos, com a aquisição de competências na área da cidadania que os transformam em cidadãos com pensamento crítico e mais próximos do ambiente e da humanidade.

SOFIA CABEÇO DE SOUSA



Bifrangas

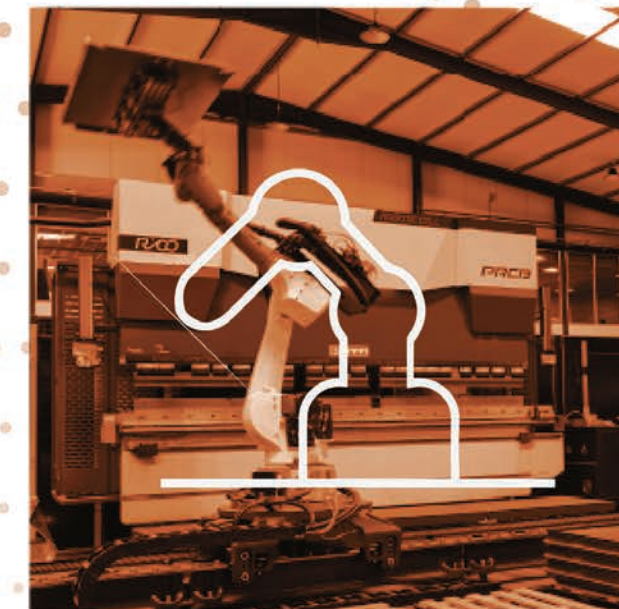
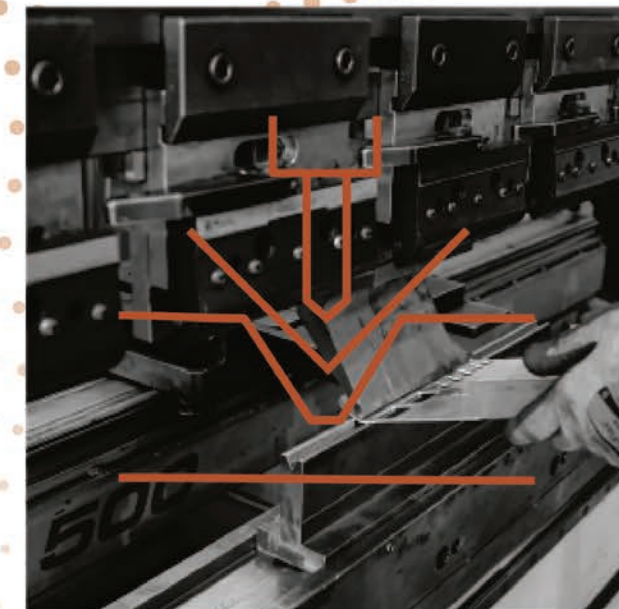
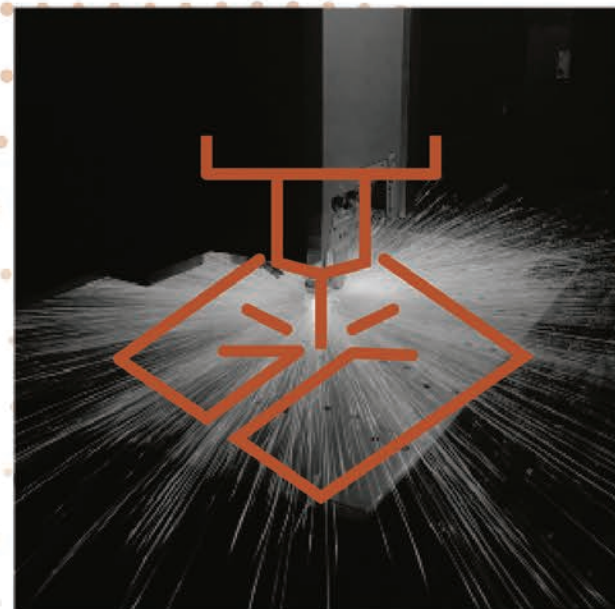
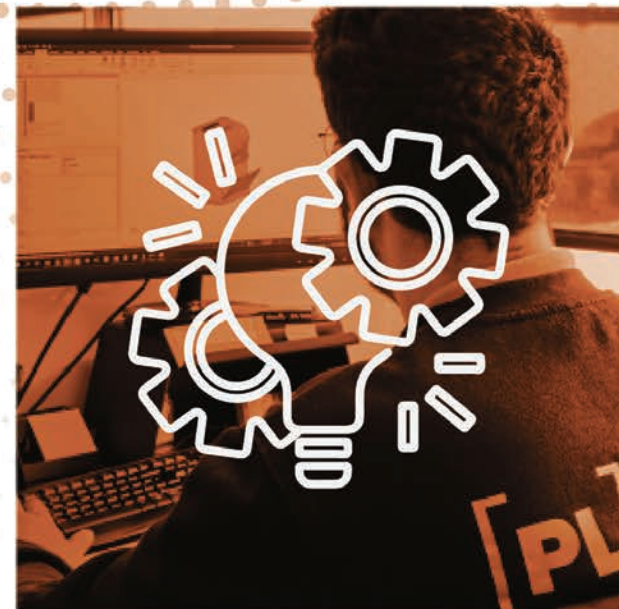


lusiaves
Frangamente Bom

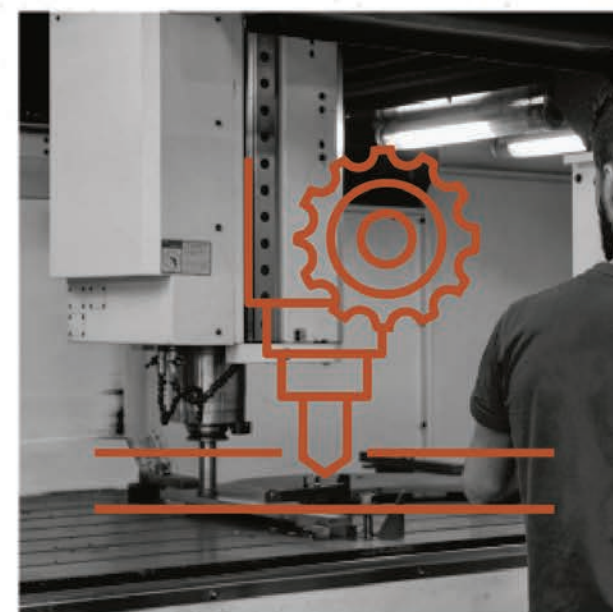
As famosas Bifrangas vão aterrar em Monte Redondo! Aproveita para te deliciares, de **12 a 15 de setembro** nas tasquinhas da Feira de Gastronomia e Atividades Económicas mais frangástica do país! Visita-nos na **FESMONTE**.

Vai ser tão frangamente boa que até perdes o piu!





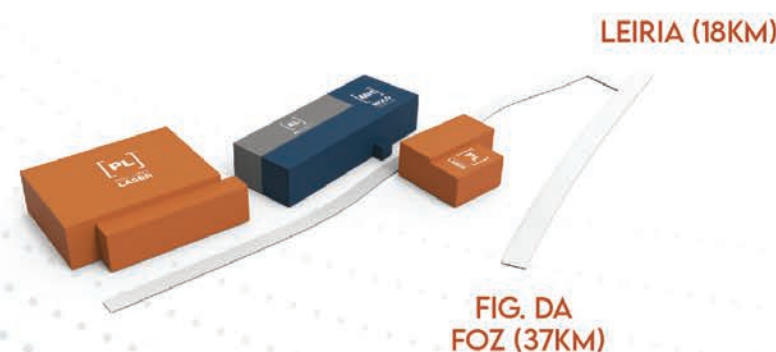
PRECISÃO
LASER



[PL] PRECISÃO LASER

A **Precisão Laser** oferece, desde 2008, soluções para os segmentos mais exigentes das Indústrias automóvel e metalomecânica, bem como dos setores do mobiliário metálico, indústria decorativa e arquitetura..

Numa parceria com as empresas **Moldhercus** e **Alcorsal**, a **Precisão Laser** está focada em satisfazer os clientes, mobilizando meios de produção de elevada qualidade e equipas altamente especializadas - num total de 90 pessoas - utilizando tecnologia state-of-art, operando numa área coberta de 6500 metros.



- _PROJETO 2D/3D
- _MAQUINAÇÃO
- _LASER CHAPA/TUBO
- _SOLDADURA
- _QUINAGEM
- _SOLDADURA ROBOTIZADA
- _QUINAGEM ROBOTIZADA
- _LACAGEM



PRECISAOLASER.COM
INFO@PRECISAOLASER.COM
T.+351 244 684 947

RUA DR. LUÍS PEREIRA DA COSTA, 88
2425 – 617 MONTE REDONDO



Alunos da Escola da Carreira vencem Prémio Mário Soares

Com o projeto "27 países. 1 Europa. Uma Europa unida na diversidade", os alunos da Escola Básica e Secundária Rainha Santa Isabel, Carreira, venceram o segundo lugar do Prémio Mário Soares 2023/2024 na categoria 3º ciclo.

O Prémio Mário Soares, instituído pela Delegação Socialista Portuguesa no Parlamento Europeu, Grupo S&D - Associação de Deputados, é atribuído anualmente e destina-se a galardoar os estudantes do 3º Ciclo do Ensino Básico e do Ensino Secundário pelos trabalhos realizados no âmbito da valorização da dimensão europeia da cidadania.

O prémio da edição 2024 foi entregue à Escola Secundária de São Lourenço (Portalegre), à Escola Básica e Secundária Rainha Santa Isabel (Leiria), à Escola Secundária Carlos Amarante (Braga), Escola Secundária Camões (Lisboa), à Escola Secundária Dr. Jorge Augusto Correia (Tavira), Escola Secundária de Palmela e Escola EB Eng.º Dionísio Augusto Cunha (Canas de Senhorim).

Depois da cerimónia de entrega do prémio, e durante dois dias, os 21 alunos das referidas escolas deslocaram-se a Bruxelas para visitarem o Parlamento Europeu, conhecerem os eurodeputados socialistas da Delegação Portuguesa e compreenderem melhor as instituições europeias.



Assim, nos dias 1 a 3 de julho, as alunas Carolina dos Santos, Elisa Ferreira, Matilde Gonçalves e Matilde Reis, do 7º A da Escola sede do Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel, tiveram uma experiência inesquecível em Bruxelas.

Depois de receberem o prestigioso prémio, na presença dos seus orgulhosos pais, as alunas, acompanhadas pela professora responsável Elisete Ca-

ção, do grupo de Geografia, viajaram até Bruxelas e, após um breve jantar, prepararam-se para um dia especial, com a oportunidade de conhecer as instituições europeias.

Visitaram o Parlamentarium, onde exploraram exposições interativas sobre a história e o funcionamento da União Europeia. A Casa da História Europeia proporcionou uma viagem no tempo, revelando os eventos que

moldaram o continente.

O ponto alto da viagem foi a visita ao Parlamento Europeu. Os alunos vencedores e os seus professores assistiram à projeção dos seus trabalhos e dirigiram umas breves palavras e questões aos eurodeputados do Partido Socialista português. "Sentiram também a essência única deste lugar onde importantes decisões são tomadas."

Para terminar o dia, o grupo des-

frutou de um jantar num restaurante típico, saboreando iguarias locais. Depois, tiveram tempo livre para explorar a cidade e visitar o icónico Atomium.

"Uma experiência única, educativa e inspiradora que certamente deixará uma marca duradoura nestas jovens cidadãs europeias."

FONTES: [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/AERSI](https://www.facebook.com/aersi) E [HTTPS://WWW.PREMIOMARIOSOARES.EU/](https://www.premiomariosoares.eu/)

Ensino profissional: Colégio Dr. Luís Pereira da Costa

O Colégio Dr. Luís Pereira da Costa conta com um longo percurso no âmbito da preparação de alunos no Ensino Profissional. Atualmente, esta instituição oferece os Cursos Profissionais de Informática – Sistemas, Desporto e Apoio Psicossocial. Estes cursos preparam os alunos para trabalhar na área escolhida e abrem-lhes a possibilidade de emprego nas empresas onde estagiam, bem como de estagiar no estrangeiro, no âmbito do Programa Erasmus. O Ensino é gratuito, incluindo o transporte e a alimentação. Todos os cursos têm formadores de referência nas várias áreas e os alunos do 3.º ano têm apoio para a elaboração dos seus Projetos de Aptidão Profissional (PAP) ao longo do ano, sendo acompanhados nos estágios pelos coordenadores de curso.

Como não pretendam entrar imediatamente no mercado de trabalho, os alunos podem prosseguir estudos para



o ensino superior.

O Curso de Informática-Sistemas forma profissionais qualificados ao ser-

viço da tecnologia do futuro, capazes de efetuar a instalação, configuração, manutenção e administração de redes,

ferramentas, equipamentos e sistemas informáticos e tem como parceiro a empresa «Arentia».

O Curso de Desporto prepara os alunos para participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais ou coletivas, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer, tendo como parceiros o Motor Clube de Monte Redondo, a Associação Portuguesa de Deficientes – Delegação Distrital de Leiria, o Grupo Desportivo da Ilha, a União Desportiva de Leiria, o Grupo Alegre e Unido da Bajouca e o Racket Sports Clube de Leiria.

O Curso de Apoio Psicossocial forma profissionais aptos a promover, autonomamente ou integrados em equipas multidisciplinares, o desenvolvimento psicossocial de grupos e comunidades no domínio dos cuidados sociais e de saúde e da intervenção social e comunitária e tem como empresas parceiras o Centro Social Paroquial Nossa Sra. da Piedade, a Fundação Bissaya Barreto e o Centro Educativo de Leiria «Tentativa».

ANA CARLA GOMES

ROTA DOS MOINHOS

CONSTRUA O SEU FUTURO

WWW.ROTAMOINHOS.PT

Visite o nosso stand na Fesmonte 2024!

☎ 244 685 166 CFMOTO

✉ www.acdomingues.com

📍 Estrada Nacional 109 Monte Redondo Husqvarna

VEÍCULO COM SEGURANÇA É UM VEÍCULO DE CONFIANÇA

MARQUE JÁ EM: WWW.ITVL.PT OU ATRAVÉS DO: 244 249 029

Inspeções Periódicas e Facultativas

Inspeções para Atribuição de Nova Matricula

Inspeções Extraordinárias

Travessa da Feira n.º99
2425 - 617
Monte Redondo - Leiria

244 249 029
geral@itvl.pt
www.itvl.pt
www.facebook.com/ITVLeiria

Segunda a Sexta-feira
09:00h / 19:00h
Sábado
09:00h / 13:00h

16 Notícias MONTE REDONDO E CARREIRA Setembro 2024

Notícias MONTE REDONDO E CARREIRA Setembro 2024 17



SOMOS PORTUGUESES.



Pioneiros na produção exclusiva de alimentos completos para cães e gatos.



Contamos com **mais de 25 anos de experiência** na área do pet food.



Temos 2 unidades de produção em Monte Redondo, Leiria e Caldas da Rainha.



Somos certificados **IFS FOOD.**



Criamos marcas, desenhamos fórmulas, produzimos e distribuimos!



As nossas principais marcas:

Fluffy Avenal spike

+351 244 249 740 www.avenal.pt Avenal Petfood [avenalpetfood](https://www.instagram.com/avenalpetfood)



Notícias
MONTE REDONDO
em CARREIRA

Filarmónica de Monte Redondo 152 anos de resiliência

Quem é que sentenciou que se formem músicos tais quando o vento passa rente? Pegadas de um povo que ali vai chegando para que se formem músicos e constituam uma Banda... quinze décadas de passadas acertadas ao som do bombo!

Uma filarmónica jovem, empenhada, resiliente e focada é o que caracteriza a Filarmónica mais antiga de Leiria, situada em Monte Redondo, num local privilegiado a Norte do Concelho, a Filarmónica Senhora da Piedade (FSP).

Uma Filarmónica que reúne as condições necessárias para o desenvolvimento cultural da região, com provas dadas da sua persistência e com um envolvimento, cada vez maior, dos jovens das localidades limítrofes à Freguesia de Monte Redondo e Carreira, à qual pertence.

Uma Filarmónica que trilha o seu caminho de cultura, de música, de união, de regras, de valores, de disciplina e de voluntariado. Muitas vezes diferente e diferenciado daquilo que os seus antepassados se propuseram, contudo, e, tão somente, um grupo que desenvolve Projetos em, e para, a Comunidade.

A FSP consagra nas suas instalações a Academia d'Artes, constituída pelo ensino de música e dança, a Escola de Música, na qual se aprendem a tocar instrumentos, a Escola de Dança Staccato, com ballet, dança criativa e contemporânea, e a Escola de Dança Filbeat, com hip-hop.

Na Escola de Música, tem havido um acréscimo de alunos a realizar a sua formação musical, orientados por jovens professores mestres, em ensino de Música. O Maestro da Filarmónica, Gualdino Branco, mantém claro o principal propósito da Escola de Música, preparar as crianças e jovens para ingressar na Banda. Claramente, o poder e interesse das famílias constitui o fator primordial e essencial para que

valorizem a formação musical e o desenvolvimento de competências dos seus educandos. A Orquestra Juvenil, sob a liderança do Professor Rodrigo Sousa, permite o desenvolvimento de responsabilidade, autonomia, espírito crítico e cívico dos alunos, valores necessários para a integração na Banda Filarmónica.

Na Escola de Música, os projetos "Música para Bebés" e "Despertar Sentidos" têm por objetivo despertar o interesse para a aprendizagem musical através da criatividade, diversão e desenvolvimento de pequenos truques como a entoação de sílabas neutras variadas e aleatórias na melodia de uma música.

No sentido de compreender de que forma é que a Banda Filarmónica é "vista da banda de fora", o Professor Jorge Arroitea, autor da Monografia editada em 2022, escreve: "Da nossa parte, como fregueses e amantes desta arte e das suas manifestações congêneres cabe: manifestar a nossa solidariedade para com todos os que a ela dedicam o seu tempo, formação, sacrifício e saber; testemunhar o respeito pela atual e antigas gerações que a souberam edificar e hoje continuam a alargar as bases para a cooperação e vida de uma talentosa, respeitada e digna família de músicos que vai crescendo e solidificando a sua união e interesses com a Direção."

Segundo o músico Paulo Gomes, que toca na Banda consecutivamente há cerca de 34 anos, a FSP, nos últimos anos, conseguiu mostrar que consegue fazer grandes espetáculos e cativar todo o género de público, deixando uma marca a nível artístico com as atuações que realiza, sendo um grande motivo de orgulho para todos.

A destacar, o Concerto que irá fazer no dia 12 de setembro, na Fesmonte, com a cantora Rita Guerra. Um concerto que envolve muito trabalho e empenho de todos os músicos, maestro e diretores, pois será na noite de abertura deste grandioso evento.

SOFIA CABEÇO DE SOUSA



Intermarché
SUPER

MARCA
A NOSSA
PORSi

LTA LitoAreias
Exploração de Areias de Monte Redondo, S.A.



CE CERTIFICADO
Nº 1328 - CPR-004

SEDE: FONTE COVA - MONTE REDONDO, LEIRIA
FILIAL: GANDARA DOS OLIVAIS, LEIRIA
TLF.: 244 685 362
TLM.: 963 970 966
910 542 289
GERAL@LITOAREIAS.PT

CERVEJARIA IMPERIAL

FC MOTORS
REPARAÇÃO E COMÉRCIO DE AUTOMÓVEIS BMW E MINI



244 095 636 www.fcmotors.pt
912 979 620 [@fcmotors_bmwservice](https://www.instagram.com/fcmotors_bmwservice)
geralfcmotors@gmail.com [@fcmotorsbmwservice](https://www.facebook.com/fcmotorsbmwservice)

Rua Luís Pereira da Costa 75, 2425-617 Monte Redondo, LRA

Evocação do 20º aniversário da Vila de Monte Redondo

Recordar as duas décadas da elevação da sede da Freguesia de Monte Redondo a vila obriga-nos a recuar no tempo, à Monarquia e Estado Novo, à centralização do poder administrativo e à concessão de títulos honoríficos e privilégios a pessoas e povoações em função da vassalagem, tributos e laços de dependência para com o governo do Reino e da Nação. Recordam-se as "Cartas de Vila" subscritas pelo Rei, apartando os limites de aldeias e povoações e criando novas jurisdições com juizes de direito, justiça e oficiais responsáveis pela administração. A sua criação, pedida pelos homens-bons, notáveis e chefes de família, cingia-se a lugares animados pelas atividades económicas, podendo ou não incluir os limites de um termo mais vasto com lugares da mesma vila ou concelho.



Na sua evolução temporal as atribuições destas unidades administrativas foram alteradas pela Revolução Liberal, cabendo à Constituição de 1822 e à Carta Constitucional de 1826 a separação dos "poderes legislativo, executivo e judicial" (Art. 30º) e à administração municipal da "Câmara"

exercer, "na conformidade das leis" (Art. 219º) o "governo económico e municipal dos concelhos" (Art. 218º). Depois da implantação da República o Código Administrativo de 1936 definiu as bases da organização administrativa do Estado assente em concelhos

(urbanos e rurais), províncias e freguesias, estas tuteladas pelas juntas de freguesia. Na sua evolução próxima a legislação promulgada pelo Regime Democrático - Lei nº 11/82 estabeleceu (Art. 12º) os critérios a reunir por uma povoação para ser elevada a vila - caso da povoação de Monte Redondo - condições que a Lei nº 24/2024 veio a alterar para essas localidades.



Estas referências ajudam a compreender a situação presente e o regime jurídico de atribuição da categoria de vila ou cidade, no reconhecimento de uma mudança social constante e dinamismo local que atinge algumas áreas do nosso território. Faz por isso sentido repensar a ideia de reorganização administrativa do território estabelecida na Lei nº 24-A/2022 - regime jurídico das autarquias locais, áreas metropolitanas e comunidades intermunicipais - depois das alterações sucessivas definidas anteriormente em 2015, 2016, 2018 e 2020 sobre o mesmo assunto. Quanto às freguesias importa dar seguimento à legislação que obriga a repensar a Lei nº 11-A/2013 - Reorganização administrativa do território das freguesias - com base na unidade do território nacional, universalidade e igualdade de direitos, subsidiariedade, solidariedade e qualidade de vida dos habitantes.

Garantindo a Constituição da República Portuguesa (Art. 2º) que a organização política democrática visa a "realização da democracia económica, social e cultural" e a descentralização administrativa do Poder Local, registouse que o alargamento da rede nacional de vilas acompanha-se de uma cobertura mais ampla de equipamentos sociais, culturais e económicos, associados a investimentos públicos e privados promotores do bem-estar e desenvolvimento humano dos habitantes. É de esperar que algumas dessas povoações sobrelevem, através de dinâmicas próprias, funções e centralidade, a área de influência do mercado e serviços que atualmente oferecem.

A elevação de Monte Redondo a vila e a evolução que tem vindo a prosseguir antevê o fortalecimento de uma estrutura inovadora capaz de aglutinar as comunidades do norte do antigo distrito de Leiria numa configuração administrativa distinta da "lei Relvas" e o seu contributo na construção de um projeto coerente, partilhado, integrador e promissor do desenvolvimento social e humano das suas gentes. Assim o esperamos desejando que tal venha fortalecer a "polis" de hoje e garantir a sua concretização num desígnio coletivo assente na esperança dos fregueses e vindouros, confirmando a máxima de Luís de Camões: "Quanto mais pode a fé que a força humana".

JORGE CARVALHO ARROTEIA



menisco saúde
CLÍNICA DE SAÚDE E BEM-ESTAR

Fisioterapia

Fisioterapia Pélvica

Osteopatia

Terapia da Fala

Psicologia

Exercício Clínico

Drenagem Linfática

Podologia

Pilates

Nutrição

Enfermagem

Fisioterapia Pediátrica

Fisioterapia Respiratória

Articulação Temporomandibular

WWW.MENICOSAUDE.PT

TRAV. DA FEIRA Nº10 - LOJA F. D. E 2425-617 MONTE REDONDO, LEIRIA

A NOSSA MISSÃO É MELHORAR A SUA QUALIDADE DE VIDA!

CONTACTOS

918 917 175

@menicosauade

Menisco Saúde

7ª EDIÇÃO

FESMONTE

FEIRA DE GASTRONOMIA E ATIVIDADES ECONÓMICAS | MONTE REDONDO | LEIRIA 2024

lusitaves

EMBARQUE COM A RODOVIÁRIA DO LIS NOS DIAS 13 — 14 DE SETEMBRO

QUER VIR À FESMONTE? VENHA DE AUTOCARRO GRATUITAMENTE!

PERCURSO:

20H00 LEIRIA - TEATRO JOSÉ LÚCIO DA SILVA
 20H15 MARRAZES - JUNTO À PSP
 20H30 ORTIGOSA - JUNTO AO CRUZAMENTO CONQUEIROS
 20H50 CARREIRA - LARGO ESCOLA RAINHA SANTA ISABE
 21H00 MONTE REDONDO - QUARTEL DOS BOMBEIROS
 21H10 AROEIRA - JUNTO AO CRUZAMENTO DA LEZÍRIA
 21H20 FESMONTE

O REGRESSO SERÁ EFETUADO PELA ORDEM INVERSA DO PERCURSO ÀS 01H45 E 04H30.

ORGANIZAÇÃO

MONTE REDONDO CARREIRA

RODOVIÁRIA DO LIS

COVIRAN PLUS

SUPERMERCADO

MONTE REDONDO LEIRIA

Estrada nº 109 - nº31

DESDE 2005

CONFIANÇA

QUALIDADE

SERVIÇO

PROXIMIDADE

Apoio ao cliente 244 686 115

Custo de uma chamada para a rede fixa nacional

Regresso às aulas

0,82€

1,39€

0,66€

13,50€

11,79€

COVIRAN PLUS

Monte Fresco - Supermercados

FESMONTE

FEIRA DE GASTRONOMIA E ATIVIDADES ECONÓMICAS | MONTE REDONDO | LEIRIA 2024

CLUBE FAMÍLIA APOIA FESMONTE

PROJETO ECONOMIA LOCAL

Exclusivo

HABILITA-TE A

GANHAR UMA AVENTURA MARVEL NA DISNEYLAND® PARIS

E MUITOS PRÉMIOS ÉPICOS!

30% +BARATO

3,35€

M&M'S

30% +BARATO

3,35€

SKIP

Unidade Local de Proteção Civil Monte Redondo e Carreira

A Unidade Local de Proteção Civil de Monte Redondo e Carreira foi formada no dia 25 de junho de 2022. Atualmente, é composta por 16 elementos, estando mais quatro inscritos para fazer formação, sendo coordenada por Paulo Gaspar, e presidida por Céline Gaspar, presidente da União das Freguesias de Monte Redondo e Carreira.

Ao longo destes dois anos, para além da Formação Inicial, os membros da Unidade frequentaram várias formações no âmbito da Proteção Civil, em articulação com o Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC) do Município de Leiria, nomeadamente sobre Suporte Básico de Vida - Desfibrilhador Automático Externo; "Os Novos Desafios da Proteção Civil" - com o Senhor Vereador da Proteção Civil do Município de Leiria, Luís Lopes; "Kit de 1ª Intervenção"; Rádios, «Mass training em suporte básico de vida» e «Operação Floresta Segura». Também realizaram um workshop técnico sobre "Planeamento de Emergência" e assistiram à Conferência «Prevenção e a Gestão Florestal», inserido na "Semana da Proteção Civil 2024", entre várias outras.

Em 2022, a Unidade participou num simulacro de sismo no centro de Leiria e, em fevereiro de 2023, num simulacro de incêndio nas localidades de



Segodim, Fontainhas, Lage, Graveto e Bajouca de Baixo, no âmbito do programa "Aldeia Segura, Pessoas Seguras". Nas quatro freguesias do norte do concelho, estiveram os vários agentes de proteção civil, responsáveis da organização e cidadãos escolhidos como "Oficiais de Segurança Locais" para orientar e sensibilizar a população sobre o que fazer em caso de catástrofe.

Ao longo dos últimos dois anos, os elementos da Unidade realizaram várias ações de sensibilização em toda a freguesia sobre os cuidados a ter e como agir em caso de catástrofe, a obrigatoriedade da proteção dos poços, a limpeza dos terrenos e das

linhas de água, ou a importância da criação de um Kit de Emergência.

No dia 29 de junho, na Feira dos 29, a Unidade explicou como agir e que tipo de materiais devem ter preparados para o caso de se registar uma evacuação. Neste sentido, os elementos distribuíram um saco personalizado e um apito e desafiaram todos a completar o Kit de Emergência. Em setembro, na Fesmonte, todos aqueles que apresentarem o Kit completo terão direito a mais um elemento importante para este conjunto de bens de primeira necessidade.

Com o apoio da Avenal Petfood e da Casa Esperança Marinha Grande, os elementos da Proteção Civil mos-



colaborou na limpeza da Ribeira de Porto Longo e organizou a Caminhada de Sensibilização relativamente à Prevenção do Cancro no âmbito do Dia Mundial do Cancro, no dia 4 de fevereiro deste ano. A Unidade também participou na limpeza da margem do coletor da Aroeira no dia Internacional da Limpeza Costeira dinamizada pela Fundação Oceano Azul e no Percurso Pedestre de Monte Redondo, bem como na manutenção das árvores plantadas na Lagoa da Ervideira e no Parque D. Marquinhos. Marcou ainda presença em vários eventos, como a Feira de Leiria, a Fesmonte e a apresentação do livro As aventuras da Raposa 4G de Célia Sousa e Rui Lobo.

Para além disso, a Unidade colabora com o Clube de Proteção Civil do Colégio Dr. Luís Pereira da Costa, o que contribui para a sensibilização dos mais jovens relativamente às questões cívicas e ambientais, entre outras. Com o Clube, já realizou uma atividade de apresentação com a Proteção Civil de Leiria e a vigilância da Prova de Downhill, realizada em julho de 2024.

Os elementos da Unidade têm, também, efetuado ações de vigilância e patrulhamento, como medida de prevenção de incêndios, mas também para verificação dos poços e das linhas de água, bem como ações de sensibilização nas escolas da freguesia.

A Unidade esteve presente em vários eventos desportivos, auxiliando a organização na vigilância e segurança dos participantes, como se verificou nas provas de Downhill em Monte Redondo e no 1.º Trail dos Ceboleiros, na Sismaria, do dia 30 de junho de 2024;

ANA CARLA GOMES

JOAQUIM MARQUES CARREIRA

CONSTRUÇÃO CIVIL

CASAL NOVO
MONTE REDONDO, LEIRIA

914 713 354
EMIDIOJGC@GMAIL.COM

QUALIDADE E PROFISSIONALISMO
SÃO O NOSSO LEMA.

MCA

Manuel Conceição Antunes
CONSTRUÇÕES S.A.

IC2 - Vale Gracioso
2410 - 827 Azoia

Telefone: 244 891 657
Fax: 244 891 460

E-mail:
geral@mca-construcoes.pt

LA

Transportes Lurdes Amado, Lda.

Tel. 244 689 010 / E-mail: geral@tla.com.pt

VD

VIDRARIA DUJOCA
INNOVATIONS IN GLASS

VISITE O NOSSO WEBSITE
www.vidrariadujoca.com

CONTACTE-NOS:

244 618 700
loja@vidrariadujoca.com

ONDE ESTAMOS?

Rua do Barreirão N.º 242
2425-255 Carreira, Leiria

De segunda a sexta feira:
09h às 12h30
14h às 18h

DESDE 1953

CAFE RESTAURANTE S. CRISTOVÃO

Almoços de segunda a sexta
Servimos comida para fora.

JOGOS
SANTACASA
payshop

Rua de Fonte Cova
2425-617 Monte Redondo

244 685 121 / 964 051 114

cafe.cristovao@sapo.pt
Café Restaurante S. Cristovão

[AL]

ALCORSAL
info@alcorsal.com

LACAGEM DE METAIS, CORTE LASER E METALOMECÂNICA

GRUPO

[PL] **[MH]**
PRECISÃO LASER **MOLD HERCUS**

Pilates Individual, em Grandes Equipamentos. O que é?

Olá, o meu nome é Alexandra Lopes, sou Fisioterapeuta na Clínica Menisco Saúde, em Monte Redondo, e hoje estou aqui para vos falar sobre Pilates Individual, em Equipamentos.

Na edição anterior, falámos sobre o Pilates em grupo. Esta é a modalidade de Pilates com mais alunos na nossa Clínica. Podemos dizer que o Pilates nos últimos anos ganhou um grande destaque na recuperação e bem-estar dos nossos utentes.

O conceito Pilates foi desenvolvido no início do século XX por Joseph Pilates. Uma curiosidade interessante sobre o criador deste método foi que ele esteve internado num campo de concentração britânico, local onde começou a desenvolver as técnicas para melhorar o seu condicionamento físico e onde utilizou molas e outros materiais improvisados para desenvol-

ver equipamentos que o ajudavam a recuperar os soldados feridos. Nesse local, nasceram as bases do que mais tarde se tornaria o método Pilates.

Desta forma, o Pilates ganhou popularidade nas décadas seguintes, especialmente entre bailarinos e artistas, que procuravam uma ferramenta para melhorar o seu desempenho e prevenir lesões.

Atualmente, existem duas modalidades de Pilates: em Grupo, com pequenos equipamentos, e Individual, com grandes equipamentos.

Porque deve optar pelo Pilates de equipamentos?

- O Pilates de Equipamentos é realizado de forma individual, ou seja, o cliente é acompanhado, corrigido e orientado sempre pelo Fisioterapeuta durante aproximadamente 60 minutos.

- Os equipamentos usados são específicos para realizar os exercícios desenvolvidos por Joseph Pilates. Esses equipamentos incluem o Reformer,



o Cadillac, a Chair e o Ladder Barrel.

- Os equipamentos oferecem resistência através de molas, permitindo realizar exercícios que podem ser ajustados às capacidades e necessidades de cada pessoa. Isso torna o Pilates de equipamentos acessível a todas as faixas etárias e níveis de força.

- Os equipamentos fornecem suporte durante os exercícios, ajudando as pessoas sem experiência e as que possuem limitações físicas.

- A variedade de equipamentos e configurações permite uma vasta gama de movimentos e exercícios, tornando as aulas mais dinâmicas.

- O uso dos equipamentos ajuda a melhorar a consciência corporal e a postura.

QUAIS OS PRINCÍPIOS DO PILATES?

Ambas as modalidades de Pilates seguem pelos mesmos princípios, nomeadamente, controlo postural, respiração, centralização, concentração e fluidez.

O controlo postural é fundamental e tem por objetivo principal ajudar a aumentar a consciência corporal. Assim, diminui o risco de desenvolver lesões, melhora a coordenação e o alinhamento da coluna.

A respiração ajuda e influencia a

execução dos exercícios. Segundo Joseph Pilates, "Respirar é o primeiro e último ato que realizamos na nossa vida... Acima de tudo, temos que aprender a respirar corretamente."

O centro ou "power house" relaciona-se com os músculos centrais do corpo que sustentam coluna e órgãos internos. Estes assumem um papel essencial na realização dos exercícios de Pilates.

Enquanto fisioterapeuta, considero o Pilates uma excelente ferramenta terapêutica para a recuperação e prevenção de várias lesões. É uma ferramenta muito completa, pois melhora a postura, contribui para o fortalecimento muscular, aumenta a flexibilidade e melhora o equilíbrio e a coordenação.

Se pretende realizar exercício de forma individual e acompanhado por um profissional de saúde qualificado, então convido-o a experimentar uma aula de Pilates connosco!

ALEXANDRA LOPES
(MENISCO SAÚDE)



PUBLICIDADE



JOÃO PONTES

MEDIAÇÃO DE SEGUROS

LOJA FIDELIDADE



VISITE-NOS NA

RUA DA ESCOLA, LOTE 5, R/C ESQUERDO
2425 - 617 MONTE REDONDO, LEIRIA

OU CONTACTE-NOS

965 548 314
244 685 715  jppseguros@gmail.com

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

DIAS ÚTEIS
9H00 - 13H00
14H00 - 19H00

SÁBADO
10H00 - 13H00



@JoaoPontesLojaFidelidade



Prótese Fixa • Implantologia • Ortodontia • Dentisteria • Endodontia • Periodontologia • Cirurgia Oral
Oclusão • Odontopediatria • Higiene Oral • Osteopatia/Fisioterapia • Terapia da Fala e Miofuncional

Conferência São Vicente de Paulo Paróquia de Monte Redondo



A Conferência São Vicente de Paulo ou Conferências Vicentinas é um movimento católico de leigos que se dedica, sob a inspiração da justiça e da caridade, à realização de iniciativas destinadas a aliviar o sofrimento do próximo, em particular dos social e economicamente mais desfavorecidos.

Fundada a 23 de abril de 1833 por Frederico Ozanam, este movimento inspira-se no pensamento e na obra do Santo Vicente de Paulo, procurando aliviar os sofrimentos do próximo através do trabalho coordenado dos

seus membros. Inspirado pelo seu amor a Deus e aos pobres, Vicente de Paulo foi o criador de muitas obras de amor e caridade e a sua vida é uma história de doação aos irmãos pobres e de amor a Deus.

SER VICENTINO é seguir Jesus Cristo, servindo aqueles que precisam e, desta forma, dar testemunho do seu amor libertador, cheio de ternura e compaixão. A ação vicentina procura oferecer qualquer forma de ajuda, por contacto pessoal, no sentido de aliviar o sofrimento e promover a dignidade e a integridade da pessoa humana sem fazer qualquer tipo de distinção, porque todo o homem e mulher é irmão ou irmã de cada vicentino. A Sociedade de São Vicente de Paulo

(SSVP) procura mitigar a miséria, mas também descobrir e remediar as situações que a geram. Por isso, ela esforça-se por atacar os efeitos da pobreza, em primeiro lugar, mas não deixa de estar comprometida com a descoberta das causas da pobreza.

A ação vicentina preocupa-se com a promoção do homem na sociedade através de um sentimento de afeto e respeito pela dignidade de cada pessoa, da oferta de amor, a que todos têm direito, da compreensão e recetividade a uma confiança ou a um desabafo, um conselho com uma palavra amiga, um olhar carinhoso, motivos de fé e de esperança.

A Conferência de São Vicente de Paulo da paróquia de Monte Redondo

renovou a direção no final de 2022, sendo constituída pela Presidente - Gracinda Domingues; vice-presidente - Goreti Pedrosa; Secretária - Sandra Crespo; Tesoureira - Laura Gonçalves; e Diretor Espiritual - Padre Orlando.

A Conferência apoia no momento cerca de vinte agregados familiares, todos os meses, sendo que, no Natal e na Páscoa, a lista de beneficiários aumenta, tendo em conta as situações mais preocupantes da paróquia.

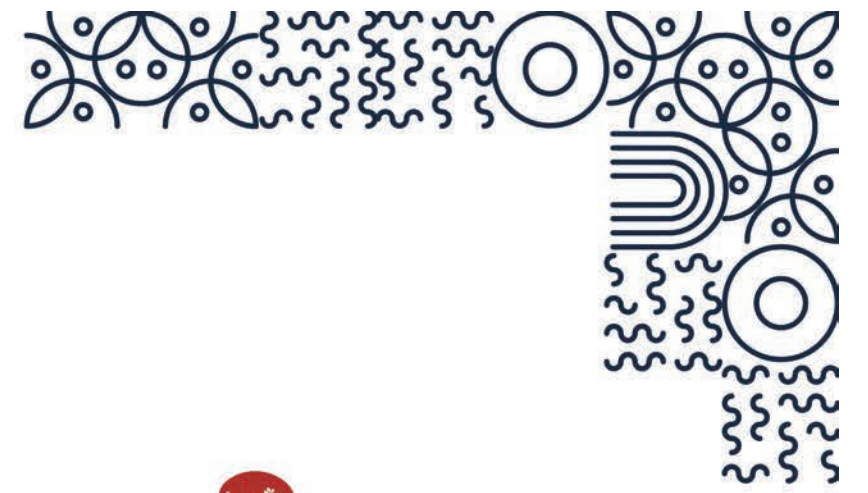
Com união e trabalho de equipa dos vicentinos, de momento, a conferência da nossa paróquia oferece diversos apoios: social, alimentar, vestuário e psicológico.

Em parceria com a União das Freiguesias de Monte Redondo e Carreira,

o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS) do Município de Leiria, o Banco Alimentar e alguns benfeitores, a conferência tem conseguido dar apoio às situações mais vulneráveis da nossa paróquia e excepcionalmente a situações emergentes das paróquias vizinhas.

Às quartas-feiras entre as 14h30 e as 16h30, estão voluntárias na seção da roupa (entrada lateral da igreja), sendo que quem quiser doar bens alimentares ou roupa e calçado se pode dirigir a esse local.

ANA CARLA GOMES



7ª EDIÇÃO **FESMONTE** Lusitaves FEIRA DE GASTRONOMIA E ATIVIDADES ECONÓMICAS | MONTE REDONDO | LEIRIA 2024



- 1 14 MEDICIS
- 2 ACQUAROBOT, A CULLIGAN COMPANY
- 3 DOÇURA DA TARTARUGA
- 4 MERCADINHO D'OURO
- 5 REMAX LEIRIA
- 6 7 ROUTE N109 MOBILIDADE ELÉTRICA
- 8 21 GC DRESSCODE
- 9 AZEITE MORGADO
- 10 CASA ESPERANZA FOCINHOS
- 11 CENSOCAR
- 12 BRCAU
- 13 PNEUREDONDO LDA
- 14 MARTOS PELLETS
- 15 MADEIRAS AFONSO
- 16 PEIRINHA 24H
- 17 DETALHES ATELIER
- 18 CLEMENINA ART
- 19 MR CREATIONS
- 20 23 NEVES & TERLOUW - MED. IMOBILIÁRIA LDA.
- 24 RAINBOW LEIRIA
- 25 FM WORLD | DISTRIBUIDOR INDEPENDENTE
- 26 28 29 40 41 42 43 AC DOMINGUES
- 27 TV LIVRE.DE / LEIRIA CANAL NO YOUTUBE
- 31 44 CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA
- 32 HIVE E TD PLACE
- 33 34 47 BRAYTES BARBEARIA
- 35 COMGARRA / MARINA FIGUEIRINHA HANDMADE
- 36 AGOSTINHO IN/AGBIKES
- 37 RECICLART
- 38 UNIBANCO
- 39 ERA NOVA LEIRIA

- 45 DS - LEIRIA (MOBILIÁRIA)
- 46 AGRUPAMENTO DE ESCOLAS RAINHA SANTA ISABEL
- 47 MODERNO IMÓVEIS, LDA.
- 48 COLÉGIO DR. LUIS PEREIRA DA COSTA
- 49 MUM'S TOGETHERNESS
- 50 MÉDICO DOS DENTES
- 51 52 53 INVERCHAUD LDA, + EFICIÊNCIA
- 54 LUSIAVES
- 55 BVL - 5ª COMPANHIA MONTE REDONDO E UNIDADE LOCAL DE PROTEÇÃO CIVIL
- 56 LOJA DO APLICADOR
- 57 AMCONFARRIA
- 58 STAND VÍTOR GASPAR, LDA.
- 59 GRUPO LUBRIGAZ / VOLKSWAGEN
- 60 GOPECAUTO
- 61 DELTA
- 62 SMAS LEIRIA
- 63 CASA DO LUME
- 64 SWEET THAI
- 65 DOÇARVA ROYAL
- 66 FILIPE JORDÃO AUTOMÓVEIS
- 67 AMA - AUTO MECÂNICA ALVORGENSE
- 68 CAMPERS LIFE GASPAR UNIP. LDA.
- 69 A CASINHA DA RODINHA
- 70 80 HOÉMIA - TREMOCEIRA
- 71 RACENTRO
- 72 MEO
- 73 FC MOTORS
- 74 A CASINHA DA RODINHA
- 75 INSUFLÁVEL | AD GUSTA | MINI TROL
- 76 MEGA EXTRIME
- 77 MOTOR CLUBE
- 78 JORNAL DE LEIRIA

- 81 CARNAVAL DA CARREIRA
- 82 CADEIRA DA MOURA
- 83 CLUBE DE CAÇA E PESCA DE MONTE REDONDO
- 84 ASSOCIAÇÃO ECOLÓGICA "OS DEFENSORES" E MUSEU DO CASAL DE MONTE REDONDO
- 85 MOTOR CLUBE
- 86 CABEÇO BIKE PARK
- 87 G.D.R. DO CASAL NOVO
- 88 G.C.R "OS MAGNÍFICOS"
- 89 FESTAS DE S. JORGE - CARREIRA
- 90 A.C.R.D.C. SISMARIA
- 91 FILARMÓNICA DE MONTE REDONDO "SENHORA DA PIEDADE"
- 92 "TUNING BROTHERS"



PUBLICIDADE

PLACOGESSO
 MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO, LDA.

DISTRIBUIDOR OFICIAL
KNAUF

www.placogesso.pt

Pombal • Leiria • V.N. da Barquinha

S4

SOLUÇÕES CONSTRUTIVAS
 EM BETÃO E BETÃO LEVE

artebel
 ARTEFACTOS DE BETÃO, S.A. T 236 949 180 - M 963 390 000/1

Meirinhas - Pombal

PISOSOL
 pavimentos industriais

ONDE ESTAMOS?

SEDE: Rua da Boavista n° 1 Outeirada 3105-034 Carnide, Pombal

ESCRITÓRIOS: Estrada da Guia, n° 3 Vale da Bajouca 2425-176 Bajouca - Leiria

FALE CONNOSCO

TELEFONE: (+351) 244 686 633 Fax: (+351)244 686 635

E-MAIL: geral@pisosol.pt

VISITE O NOSSO SITE: www.pisosol.pt

7ª EDIÇÃO

FESMONTE *lusiaões*

FEIRA DE GASTRONOMIA E | MONTE REDONDO
ATIVIDADES ECONÓMICAS | LEIRIA 2024

12 — 15 DE SETEMBRO 2024

12—QUINTA 3€

18H00 ABERTURA DO RECINTO
18H30 CERIMÓNIA INAUGURAL COM FARRATUGA
22H00 **FILARMÓNICA DE MONTE REDONDO CONVIDA RITA GUERRA**
23H45 DJ ANDRÉ L.

13—SEXTA 4,50€

18H00 ABERTURA DO RECINTO
22H30 **NUNO RIBEIRO BISPO**
00H20 **DJ OVERULE**
01H45 **DJ ANDRÉ L.**

14—SÁBADO 4,50€

18H00 ABERTURA DO RECINTO
19H00 PILATES DA MENISCO
19H30 MINI CHEF LUSIAVES - APRESENTAÇÃO DOS VENCEDORES DO CONCURSO
22H00 **ELSA GOMES & DR. REX**
23H30 **NININHO VAZ MAIA**
01H00 DJ ANDRÉ L.
02H00 **DJS RFM RICH & MENDES**
03H30 DJ ANDRÉ L.

15—DOMINGO 3€

08H00 ABERTURA DO RECINTO
09H00 PERCURSO PEDESTRE DE LEIRIA EM MONTE REDONDO
ORGANIZAÇÃO MUNICÍPIO LEIRIA
17H30 TATIANA FRANCISCO & NUNO HENRIQUES
18H30 MOSTRA DE TRAJES DO NORTE DE LEIRIA
RANCHO FOLCLÓRICO ROSAS DA ALEGRIA, RANCHO FOLCLÓRICO ROSAS DO LIZ,
RANCHO FOLCLÓRICO GAU BAJOUCA E RANCHO FOLCLÓRICO DO COIMBRÃO
21H00 SORTEIO FESMONTE
21H30 **KATEDRAL MUSIC**
23H30 **SANTAMARIA**
01H00 DJ ANDRÉ L.

PULSEIRA 4 DIAS 12€

BILHETES À VENDA EM **bol.pt** OU NA JUNTA DE FREGUESIA



+infos
FACEBOOK.COM/FESMONTE
INSTAGRAM: @FESMONTE

ORGANIZAÇÃO

MONTE REDONDO
CARREIRA

PARCEIROS

