

O!

BOLETIM INFORMATIVO . OLIVEIRA DO BAIRRO
SETEMBRO . 2013 } N. 72
Distribuição Gratuita

DM



TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 534206





PÁG. **11**



PÁG. **12**



PÁG. **31**

FICHA TÉCNICA

2013. SETEMBRO | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

PROPRIEDADE Município de Oliveira do Bairro

COORDENAÇÃO GERAL Vereadora Laura Sofia Pires

COORDENAÇÃO TÉCNICA Divisão de Biblioteca e Museus

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO Divisão de Biblioteca e Museus, Divisão de Desporto e Juventude, Divisão de Gestão Urbanística e Obras Municipais, Divisão de Manutenção e Serviços Urbanos, Divisão Administrativa e Jurídica, Divisão de Gestão Económica, Financeira e Patrimonial e Unidade de 3º Grau - Conhecimento e Coesão Social

AGRADECIMENTOS Comendador Almeida Roque, Helena Sofia Tribuna, Marcos Martins, Matilde Micaelo, Sónia Ferreira

TIRAGEM 1.000 exemplares

IMPRESSÃO Procer, Edições e Comunicação S.A.

DEPÓSITO LEGAL 264172/07

PERIODICIDADE Mensal

CONTACTOS

Município de Oliveira do Bairro
Praça do Município
3770-851 Oliveira do Bairro
T. 234 732 100
F. 234 732 112
E. cmolb@cm-olb.pt

OI comunicacao@cm-olb.pt

Folheie o boletim online: www.cm-olb.pt

ÍNDICE.

PÁG. **03** NOTA DE ABERTURA

PÁG. **04** RECANTOS DA MEMÓRIA
Exposição de pintura na Câmara Municipal

65 EM FESTA
Autarquia leva séniores à Quinta da Malafaia

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO
No Museu de Etnomúsica da Bairrada

PÁG. **05** AUTÁRQUICAS 2013
Eleições a 29 de setembro

ATIVIDADES DESPORTIVAS 2013/2014
Início em setembro

PÁG. **06** ASSOCIA
Associação de Pais e Encarregados de Educação das Escolas da Freguesia do Troviscal

PÁG. **07** ENTRE NÓS
A Bolseira

PÁG. **08** PERFIL
Jacinto dos Louros

PÁG. **11** GENTE COMUM

PÁG. **12** À CONVERSA COM
Comendador Almeida Roque

PÁG. **18** EM FOCO
Oferta Formativa disponível no concelho

PÁG. **20** FOI ASSIM

PÁG. **24** OBRAS & PROJETOS

PÁG. **27** LUGARES
Parque Ribeirinho do Carreiro Velho

PÁG. **28** DELIBERAÇÕES

PÁG. **31** GULA



“
*Com mais formação e melhor educação,
 contribuimos para um concelho melhor!*

NOTA DE ABERTURA.

Setembro é um mês marcado pelo reinício, após um maior ou menor interregno em que a maioria dos munícipes pára e relaxa das obrigações inerentes aos estudos e trabalho desenvolvidos ao longo do restante ano.

Mais até do que o ano civil, o ano escolar marca as rotinas de muitas famílias e este reinício é esperado com expectativa e até alguma ansiedade, constituindo uma oportunidade para fazer mais e melhor que no período anterior.

No âmbito da Educação, prioridade deste Executivo, o ano letivo 2013-2014 traz consigo a abertura de dois novos Centros Escolares, situados na maior freguesia do concelho – Oiã, permitindo dar uma melhor resposta às necessidades locais pela afetação de estruturas físicas mais completas e modernas e, conseqüentemente, favorecendo as condições de trabalho de todos quantos aí exercerão a sua atividade.

Mesmo para aqueles que não estão sujeitos a estas mudanças, há sempre um folego novo após o Verão, uma vontade e uma esperança de novas oportunidades, seja nos estudos, no trabalho, em todas as áreas da vida de muitos dos nossos munícipes.

E esses são os nossos votos:

Com mais formação e melhor educação, contribuimos para um concelho melhor! }



Presidente
 (Mário João Oliveira)



DESTAQUES.

EXPOSIÇÃO

RECANTOS DA MEMÓRIA

Exposição de pintura na Câmara Municipal



De 14 a 30 de setembro, estará patente na Câmara Municipal a exposição “Recantos da Memória”, da pintora Maria do Céu Relvas. Nas palavras da autora, esta exposição apresenta-se como “retalhos de paisagens, homens e mulheres do nosso quotidiano, animais e objetos. São criações idealizadas em diversas leituras, são frutos da nossa terra, são composições abstratas, tudo guardado bem no fundo da memória. Alguns, há muito tempo, outros nem tanto, à espera do momento e disposição para serem plasmados em tela.”

De tudo isto se fizeram vinte e cinco quadros coloridos e alegres porque, nas palavras de Van Gogh, “a cor que há num quadro é o entusiasmo na vida, uma coisa fantástica se conseguirmos capturá-lo”.

+ info | Unidade de 2º Grau - Biblioteca e Museus / 234 740 330

SÉNIOR

65 EM FESTA

Autarquia leva séniores à Quinta da Malafaia

65 EM FESTA

À semelhança do que tem acontecido nos últimos anos, a Câmara Municipal, com o apoio das Juntas de Freguesia do concelho, vai levar à Quinta da Malafaia (Esposende) os seus munícipes com mais de 65 anos, para um dia de festa com muita alegria e animação.

A iniciativa 65 em Festa, que terá lugar a 20 de setembro, tem como objetivo reconhecer todos os que já trabalharam e contribuíram para o crescimento do concelho de Oliveira do Bairro, na maioria dos casos com muito esforço, dedicação e sacrifício.

Este dia tão especial, que a autarquia proporciona anualmente, tem sido marcado por enorme convívio e diversão, em todas as edições desta iniciativa. As inscrições podem ser efetuadas nas Juntas de Freguesia até ao dia 13 de setembro.

+ info | Unidade de 3º Grau - Conhecimento e Coesão Social / 234 732 106

MUSEU

JORNADAS EUROPEIAS DO PATRIMÓNIO

No Museu de Etnomúsica da Bairrada



Nos dias 20, 21 e 22 de setembro realizam-se as Jornadas Europeias do Património, uma iniciativa anual do Conselho da Europa e da União Europeia, coordenada em Portugal pelo IGESPAR, à qual a Câmara Municipal de Oliveira do Bairro volta a associar-se através do Museu de Etnomúsica da Bairrada, com uma programação específica para esta iniciativa, que tem como objetivo sensibilizar os cidadãos para a importância da salvaguarda do património.

No âmbito destas jornadas, e sob o lema “Património/Lugares”, o Museu de Etnomúsica da Bairrada vai oferecer uma programação que engloba a exposição “Detalhes de uma Tradição” e a realização de visitas temáticas especialmente preparadas para esta ocasião.

+ info | Museu de Etnomúsica da Bairrada / 234 757 005 / memb@cm-olb.pt

CENTRO DE RECOLHA - PONTO DE ENCONTRO DE ANIMAIS PERDIDOS

Caso tenha perdido o seu animal de estimação ou então encontrado algum, poderá obter ajuda através do site <http://findmypet.omv.pt>, um projeto da Ordem dos Médicos Veterinários que potencia e permite que animais que tenham sido perdidos ou encontrados possam voltar à casa dos seus donos.

+ info | Médico Veterinário Municipal: 234 732 175 / 939 951 074

**CIDADANIA**

AUTÁRQUICAS 2013

Eleições a 29 de setembro



No próximo dia 29 de setembro realizam-se Eleições Autárquicas. Porque o seu voto é importante, verifique se a sua situação no recenseamento eleitoral (nº e freguesia de inscrição) sofreu alterações com as recentes mudanças na organização administrativa das freguesias. Para o fazer, poderá seguir uma das seguintes formas: enviar uma mensagem escrita (gratuita) para o número 3838, escrevendo RE (espaço) Nº de identificação civil constante no Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão (espaço) data de nascimento (no formato AAAAMDD); consultar o site www.recenseamento.mai.gov.pt; telefonar para o 808206206 ou dirigir-se à sua Junta de Freguesia. Para saber o lugar onde votar, informe-se a partir de 14 de setembro na Junta de Freguesia ou Câmara Municipal, através dos editais afixados nos locais habituais. Na grande maioria dos casos, os locais serão os mesmos das anteriores eleições.

+ info | www.cm-olb.pt

DESPORTO

ATIVIDADES DESPORTIVAS 2013/2014

Início em setembro



Têm início este mês as atividades desportivas da época (2013/2014), para a Escola Municipal de Ténis, Escola Municipal de Natação e atividades desportivas regulares. Consulte as datas de inscrição ou reinscrição para o seu caso específico, seja já utente ou pretenda iniciar a sua atividade desportiva através dos nossos equipamentos e serviços. A Escola Municipal de Ténis e as atividades desportivas regulares iniciam-se a 2 de setembro, enquanto a Escola Municipal de Natação reabre a sua atividade a 16 de setembro. Venha praticar desporto conosco. Aguardamos a sua visita.

+ info | Unidade de 2º Grau - Deporto e Juventude / 234 746 668

SOCIEDADE

DIA 15 É DIA DE FEIRA

Feirinha sem Regras



Dia 15 de setembro regressa a Oliveira do Bairro, como sempre no terceiro domingo de cada mês, a Feirinha sem Regras. Para quem ainda não conhece, esta iniciativa desenrola-se na Praça do Município, na zona adjacente ao edifício dos Paços do Concelho. Os interessados podem aparecer a partir das 9h, com o seu artesanato, produtos hortícolas, velharias ou peças e artigos em segunda mão. Esta iniciativa, que teve a sua estreia em janeiro deste ano e que tem tido bastante sucesso, surgiu de uma organização informal de vendedoras que costumam frequentar este tipo de eventos noutras localidades e que entenderam que havia espaço e vontade de organizar algo semelhante no nosso concelho.

+ info | Unidade de 2º Grau - Deporto e Juventude / 234 746 668

ASSOCIA.

CELEBRAM ANIVERSÁRIO ESTE MÊS... Associação de Melhoramentos de Águas Boas » 14º aniversário, dia 10 de setembro // Associação dos Amigos da Silveira » 33º aniversário, dia 26 de setembro
Se quer **partilhar no OI o aniversário da sua Associação** informe-nos: gaas@cm-olb.pt

ASSOCIAÇÃO DE PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO DAS ESCOLAS DA FREGUESIA DO TROVISCAL

A Associação de Pais e Encarregados de Educação das Escolas do Troviscal é uma organização representativa de todos os responsáveis pelas crianças da freguesia, em idade escolar e pré-escolar e com frequência no Polo do Troviscal.

Ao longo dos últimos dois anos, a Direção, presidida pelo Enf. Milton Coelho e os demais elementos constantes dos órgãos sociais da Associação, contaram com o apoio incondicional dos vários intervenientes do meio escolar, corpo docente e discente, órgãos autárquicos de índole municipal e de freguesia, agrupamento de escolas de Oliveira do Bairro, órgãos de comunicação social e outras “forças vivas” da região.

Só com esta “rede de proteção” foi possível levar a cabo um grande leque de atividades vocacionadas sobretudo para as crianças. Adicionalmente, a cada ação foi dada uma forte vertente social tendo em conta as dificuldades económicas em muitas famílias da região. Este apoio comunitário culminou com a atribuição de cabazes alimentares a lares sinalizados.

O presente mandato foi marcado pela estreia da “casa nova”, com o novo Polo Escolar do Troviscal, daí advindo a nova sede da Associação, graciosamente cedida pela Câmara Municipal.

O objetivo primordial desta Direção foi plenamente alcançado. De braço dado com os intervenientes supra citados, foi possível oferecer a toda a comunidade momentos plenos de alegria, boa



Representantes da Associação na Feira Medieval.

disposição e companheirismo, sempre conjugados com a vertente pedagógica.

Dos pontos altos deste último biénio, destacam-se a participação nos eventos promovidos pela Câmara Municipal, nomeadamente o Desfile de Carnaval, Viva as Associações e Feira Medieval, bem como as atividades “dentro de portas”, Festas de S. Martinho, Natal, Carnaval e Fim de Ano escolar. São também, de salientar, as parcerias com várias Instituições da freguesia e Concelho, destacando os Bombeiros Voluntários, GNR, Centro Ambiente para Todos, várias empresas e casas comerciais.

NOTA: texto e foto cedidos pela associação

Presidente da Direção: Milton Coelho
Vice-Presidente: Emanuel Graça

Rua do Polo Escolar
3770-410 Troviscal

E. ass.pais.troviscal@gmail.com }

ENTRE NÓS.



A BOLSEIRA

A “A Bolseira” nasceu da ambição de três irmãos criarem o seu próprio negócio e foi constituída, em abril de 1997, pelos mesmos que continuam a ser os únicos sócios. Cada um assume a responsabilidade de um departamento: Produção, Comercial e Financeiro. Em termos de conduta, todos partilham valores como a confiança e compromisso, respeito e integridade e liderança, que são também os valores que regem a atuação da empresa.

A principal missão é o fabrico de embalagens de papel de baixa gramagem, mais concretamente, sacos de papel kraft para embalar no ponto de venda (padarias, charcutarias, farmácias, etc.). Na conceção dos seus produtos, A Bolseira recorre ao uso de tecnologia moderna e tem em consideração as necessidades específicas de cada cliente (formatos, impressões, prazos de entrega,...). A política de vendas privilegia a venda a armazéns de média/grande dimensão.

No sentido de servir sempre melhor, clientes exigentes e atentos a aspetos de natureza ambiental, tem apostado na certificação

da qualidade do produto e do sistema de gestão. Assim, tem certificação ISO 9001:2000 que reconhece o esforço da empresa em assegurar a conformidade dos seus produtos e/ou serviços, a satisfação dos clientes e a melhoria contínua.

De acordo com esta visão para a gestão, a empresa tem ainda o Certificado de Embalador Sociedade Ponto Verde (obtido em 2001), Certificado FESA da Sociedade Ponto Verde (2001), Sistema HACCP (2010) e a Certificação FSC (2012).

É neste sentido, e em consonância com o caminho que tem vindo a traçar, que ambiciona continuar a evoluir. Tem como objetivo ser líder no mercado nacional e, em termos de mercados externos, aumentar a quota de exportações (atualmente representam cerca de 70% do volume de vendas), tanto em mercados em que já atua, como conquistando novos mercados. Sempre com a preocupação de crescer de forma sustentada e sustentável, e em proporcionar a máxima satisfação dos stakeholders (colaboradores, fornecedores, clientes, Estado, bancos). }

NOTA: texto cedido pela A Bolseira



PERFIL.

{ JACINTO DOS LOUROS

Jacinto Simões dos Louros nasceu a 14 de setembro de 1878, no lugar da Picada, freguesia de Mamarrosa. Filho de Sebastião Simões dos Louros e de Maria da Cruz, que faleceu no parto aquando do seu nascimento. Dois anos depois, o seu pai decide emigrar para o Brasil, onde viria a falecer, deixando-o com a sua irmã Rosa, que era solteira.

Jacinto dos Louros começou por ser comerciante de ovos, indo para Lisboa onde se estabeleceu com o seu primo Manuel, este arranja fortuna, mas Jacinto decide regressar à sua terra natal. Com a criação da primeira escola feminina em Bustos, chega a

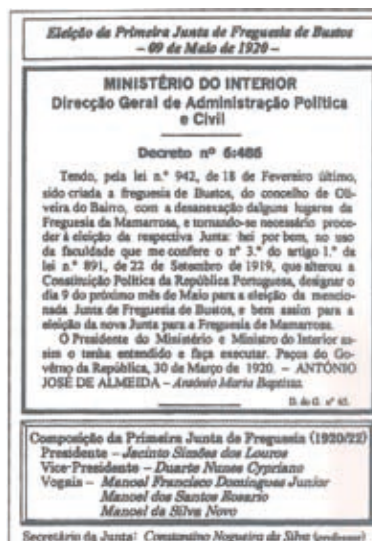
esta terra uma professora de seu nome Maria da Conceição Guerra, natural de Ílhavo, com quem Jacinto dos Louros casa a 14 de julho de 1906, na Igreja de Mamarrosa. Jacinto viria a enviudar de sua mulher que morre a 19 de outubro de 1938.

Jacinto dos Louros foi um republicano convicto, liderou um grupo de conterrâneos bairristas, defensores do regime republicano, opondo-se ao monárquico Visconde de Bustos e aos seus acérrimos seguidores. O Visconde era dos homens mais representativos de Bustos e ninguém ousava enfrentá-lo, mesmo não concordando com as suas atitudes, o que valeu a Jacinto dos Louros grandes dissabores, nomeadamente parte da sua casa incendiada e um inquérito contra a sua mulher com vista à sua erradicação da escola de Bustos, não obtendo sucesso. Implantada a República, Jacinto dos Louros começou a ser

mais respeitado por ter o poder nas mãos, apesar de não ser amado pela maioria do povo.

Foi vereador da Câmara Municipal de Oliveira do Bairro no início da República, no mandato de 1910 a 1913, cujo presidente da Comissão Administrativa era Manuel dos Santos Ferreira e vice-presidente em 1914 aquando da presidência de Abílio de Oliveira Rocha. Começou a trabalhar em prol de Bustos, pois Bustos pertencia então à freguesia de Mamarrosa, tendo conseguido a sua desanexação pela Lei nº 942/1920 de 18 de Fevereiro, por proposta do deputado de Aveiro, António Costa Ferreira, residente em Oliveira do Bairro. Foi o primeiro presidente de Junta de Freguesia de Bustos entre 1920 e 1922. Decide ir viver para Ílhavo, onde a sua mulher tinha sido colocada e onde poderia dar uma melhor educação aos seus cinco filhos.

Faleceu no dia 13 de janeiro de 1963, com 84 anos no Hospital da Misericórdia de Ílhavo. A sua memória ficou perpetuada numa rua de Bustos, Rua Jacinto dos Louros, onde se situa o edifício da Junta de Freguesia. }



1ª Freguesia de Bustos

Nota: Jacinto Simões dos Louros foi o nome escolhido pelos alunos do Polo Escolar de Bustos para patrono desse estabelecimento de ensino, no âmbito da edição de 2013 da iniciativa Vereadores de Palmo e Meio.

MOTA, Arsénio - *Historial de Bustos*. [S.l.]: [ed. aut.], 2010.

ARRAIS, Aristides C. - *Maré alta: o tempo e a memória* [Em linha]. [Consult. 2013-08-14]. Disponível em WWW:-URL:<http://noticiasdebustos.blogspot.pt/2012/08/mare-alta-o-tempo-e-memoria-aristides-c.html#1/2012/08/mare-alta-o-tempo-e-memoria-aristides-c.html>.

Notícias de Bustos - *Jacinto dos Louros: bustuense, republicano e laico* [Em linha]. [Consult. 2013-08-14]. Disponível em WWW:-URL:<http://noticiasdebustos.blogspot.pt/2005/09/jacinto-dos-louros-bustuense.html>.

promotor:



Oliveira do Bairro câmara municipal



banco local de **voluntariado**
oliveira do bairro



• Sê voluntário! Faz a diferença

VOLUNTÁRIOS. PRECISAM-SE!

Inscreva-se como Voluntário e divulgue este Projeto!

+ info. www.cm-olb.pt / blv@cm-olb.pt

Instituição de Solidariedade Social necessita a partir do mês de setembro de voluntário(s) para dinamizar atividades de exercício físico direcionadas a crianças e população idosa.

Perfil:

- Com formação/experiência na área de desporto
- Com disponibilidade para 1h a 2h semanais

GENTE COMUM.

A Matilde tem 7 anos e vai frequentar, a partir de setembro, o 3º ano. Ainda não sabe bem o que quer ser quando for “grande”, mas poderá ser cabeleireira, professora ou então enfermeira. Fomos falar com a Matilde porque ela mudou de escola a meio do ano letivo passado, transferindo-se da antiga Escola Primária para a nova Escola Básica de Bustos, inaugurada em fevereiro deste ano. Quisemos perceber quais as principais diferenças entre a escola antiga e a nova. Aqui ficam as suas respostas!

Matilde Micaelo // 7 anos » Bustos

O que gostas mais na escola nova? Gosto dos jardins interiores, do recreio... e gosto das salas de aula que são maiores do que na escola antiga. A escola nova é grande e tem muitas salas de aula. Tem dez. A antiga só tinha quatro. É uma escola divertida. Gosto dela!

O que fazes nesta escola que não fazias na antiga? A escola antiga não tinha, por exemplo, um quadro interativo e a nova já tem. Eu e os meus colegas gostamos muito de escrever nesse quadro. É muito divertido.

Qual é a tua atividade preferida das AECs? É o Inglês, que já sei falar um pouco, e Ginástica: Inglês porque gosto de aprender línguas estrangeiras e porque gosto da professora, que já me tinha dado aulas quando eu tinha 4 e 5 anos; Ginástica porque há jogos que são muito engraçados e porque aprendemos sempre a fazer exercícios novos.

O que é que gostavas de ter nesta escola que não tens?

Tenho tudo o que preciso para aprender. Que eu saiba, não há nada que falte. }



À CONVERSA COM { COMENDADOR ALMEIDA ROQUE

Pioneiro da Indústria da Bairrada

António Soares de Almeida Roque é uma figura incontornável da sociedade portuguesa, um homem que conquistou a vida a pulso, que dinamizou a indústria e economia local e nacional, com uma energia e vitalidade que são ainda hoje, aos 94 anos, dos seus principais traços de personalidade. O “Comendador do Povo”, como lhe chamam pelos seus inúmeros apoios prestados a inúmeras e variadas instituições de solidariedade social, mas também recreativas e culturais, é um homem de convicções fortes, suportadas pela experiência que acumulou mas também pela sua capacidade de antecipar o futuro, de ver mais além.

Condecorado pelo Município de Oliveira do Bairro com duas medalhas de Mérito, Grau Ouro, o Comendador Almeida Roque não desiste de moldar o presente e preparar o futuro, ao impulsionar a criação do Instituto Profissional da Bairrada, através da fundação com o seu nome.

Quisemos conhecer um pouco melhor alguém que, como bem disse, tem dedicado “a maior parte da sua vida às pessoas”. Aqui ficam as suas palavras, as suas lições, os seus conselhos.

“

A criança é semelhante ao diamante encontrado em bruto. Este dependerá do brilho dos seus lapidadores e, à imagem do diamante, também a criança tem de ser lapidada para ser útil à sociedade. (...)

O Sr. Comendador Almeida Roque é a alma e o coração do futuro Instituto Profissional da Bairrada (IPB). Qual é a importância que dá ao ensino?

A criança é semelhante ao diamante encontrado em bruto. Este dependerá do brilho dos seus lapidadores e, à imagem do diamante, também a criança tem de ser lapidada para ser útil à sociedade. Essa difícil missão de a lapidar cumpre à própria sociedade e, em particular, à família e às escolas. Na família, a sua lapidação deve começar na hora do nascimento e tem de

ser encarada como a mais difícil mas também como a mais nobre tarefa dada pela natureza (Deus) ao homem ou mulher (ótimo seria que fossem os pais, situação que vai rareando assustadoramente). Depois, pertence à escola complementar e aperfeiçoar com dados novos, mais ou menos científicos, a sua valorização e, aqui, a sorte ou azar é encontrar bons ou maus professores.

Qual a razão da sua aposta no ensino profissional?

A minha experiência de sete dezenas de anos de comando industrial demonstrou-me que a escassez de bons profissionais é a grande culpada da falta de competitividade, em quantidade, preço e qualidade, da nossa produção industrial. Esta lacuna só poderá ser ultrapassada com a instituição de um verdadeiro ensino profissional técnico/prático, pois com bons técnicos será possível melhorar a qualidade e aumentar a produtividade.

Sendo um ilustre aguedense, nascido em Barrô, porque decidiu implantar o IPB no concelho de Oliveira do Bairro?

Embora, como é normal, exista uma ligação à terra onde nascemos, felizmente para mim dou mais importância às pessoas, a quem tenho dedicado a maior parte da minha vida. De acordo com estes princípios, acrescidos da responsabilidade de cidadania (sendo cidadão honorário de Oliveira do Bairro) e tendo em atenção as carências próprias do seu desenvolvimento industrial, concluí que seria neste concelho que deveria apostar neste projeto, até porque Águeda já tem fortes raízes técnicas.

Tendo passado por várias experiências e por diversos países, considera que este seu lado mais aventureiro concorreu para o sucesso profissional que obteve?

Tive a felicidade de ser dos primeiros industriais a percorrer o mundo com a finalidade de aprender. O meu objetivo era ver o que “os outros” faziam, para poder comparar com o que nós sabíamos fazer. Estes sacrifícios, até porque naquele tempo não era fácil viajar, foram os mais frutuosos da minha vida industrial.





Quais são as principais características que um empreendedor deve ter?

Primeiro, como em tudo, é preciso ter vocação para o que se pretende fazer e depois a qualidade mais importante para alcançar o sucesso é ter, como diz o povo, o “condão” de saber antecipar o tempo, uma vez que a inovação é a grande arma dos nossos dias e quem não acompanhar os avanços e a evolução da sua área ficará irremediavelmente perdido.

Que conselho quer deixar aos jovens que vão entrar agora para o ensino secundário?

Largas centenas de vezes terei dito que quem tem a responsabilidade de governar tinha a obrigação de se ter lembrado de lançar uma instituição constituída por representantes do governo e das atividades mais representativas. Esta entidade serviria para fazer uma avaliação das futuras possibilidades de emprego; dar notícia pública dessas perspetivas e, em altura conveniente e de acordo com elas, definir as vagas nas escolas superiores, públicas ou privadas, que, pela ganância do lucro, criaram cursos que praticamente não têm qualquer saída válida. Desta forma, evitavam-se enormes despesas com os estudos de alunos que ficam desempregados e com as concomitan-



Tive a felicidade de ser dos primeiros industriais a percorrer o mundo com a finalidade de aprender. O meu objetivo era ver o que “os outros” faziam, para poder comparar com o que nós sabíamos fazer. (...)

tes frustrações e encargos para as organizações sociais. Nesta perspetiva, o conselho que dou aos jovens é matriculem-se em cursos técnicos/práticos – conforme já tive oportunidade de defender numa preleção que fiz na Universidade de Aveiro em 24 de maio de 1997 – e que são aqueles que o Instituto Profissional da Bairrada quer lecionar, pois será sempre mais fácil haver trabalho para aqueles que individualmente forem capazes de satisfazer as múltiplas necessidades da vida em sociedade e, melhor ainda, de aperfeiçoar os produtos que já existem ou inventar outros melhorados.

“

(...) é preciso ter vocação para o que se pretende fazer e depois a qualidade mais importante para alcançar o sucesso é ter, como diz o povo, o “condão” de saber antecipar o tempo, uma vez que a inovação é a grande arma (...)

Que mensagem quer deixar aos nossos jovens em termos de futuro. Acredita em Portugal?

Que meditem nestas minhas afirmações como forma de se valorizarem, pois o futuro, como o presente, será daqueles que estiverem em melhores condições de melhor servirem as necessidades da sociedade. Quanto a acreditar em Portugal: para que isso seja possível é indispensável que os que aprisionaram o poder sejam substituídos por pessoas com a noção do verdadeiro significado da palavra “servir”.

Qual é o legado que quer deixar para a posteridade?

Que a grande maioria dos Homens que exercem a política e que foram, são e serão indispensáveis ao Governo do Mundo, entendam as suas responsabilidades e que troquem os seus maus exemplos quotidianos por lições de Sacrifício, Dignidade, Amor e Justiça. O resto virá por acréscimo. }



Sobre o COMENDADOR ALMEIDA ROQUE

António Soares de Almeida Roque nasceu a 15 de janeiro em Barrô, no concelho de Águeda. Com apenas 16 anos abriu uma pequena mercearia, que viria a ter grande sucesso, no centro da aldeia que o viu nascer, começando bem cedo a sua carreira de empreendedor e mostrando desde logo uma forte vocação para “o mundo dos negócios”. Nas décadas de 80 e 90, do séc. XX, chegou a ser um dos maiores industriais de cerâmica em Portugal, se não mesmo o maior, constituindo-se como o principal empregador no concelho de Águeda. A 25 de março de 2002 este “pioneiro da indústria aguedense”, conforme se define, foi agraciado pelo Presidente da República com a Comenda de Mérito Agrícola, Comercial e Industrial, depois de já ter recebido, em 1985, a Medalha de Mérito Cultural. A 26 de outubro de 2007, é anunciada a doação, por parte do Comendador Almeida Roque à Câmara Municipal de Oliveira do Bairro, do terreno e da verba para a construção do Instituto Profissional da Bairrada, um sonho antigo de todos os oliveirenses. Para assegurar a consolidação desse projeto, foi constituída em 2009 a Fundação Comendador Almeida Roque, com a missão de promover, patrocinar e desenvolver atividades no âmbito da educação e formação, bem como a inserção de cidadãos na vida ativa e a promoção do desenvolvimento cultural, social e económico do concelho de Oliveira do Bairro e da região da Bairrada. Em junho de 2011, ao ser homenageado pela ABARCA (Associação Barroense Recreio, Cultura e Assistência) - que atribuiu o seu nome ao Complexo Social pelo seu inesgotável e importante apoio não só a esta associação mas também a inúmeras outras espalhadas por toda a região - Almeida Roque afirma: “A cada dia que passa estou mais rico, porque me dão muito mais do que aquilo que eu mereço.”



INSTITUTO PROFISSIONAL DA BAIRRADA

DATA DE ABERTURA: Anúncio de procedimento n.º 1222/2013, publicado no Diário da República, II série, de 13/03/2013, com o n.º 51, tendo o mesmo sido disponibilizado na Plataforma Eletrónica govpt.vortal.biz;

NÚMERO DE CONCORRENTES: 31;

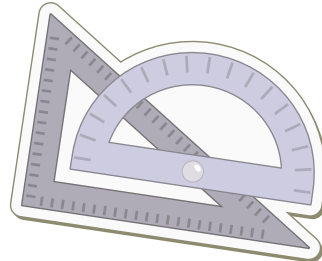
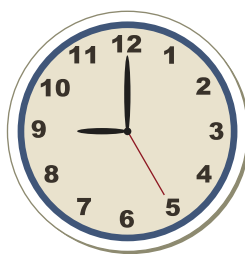
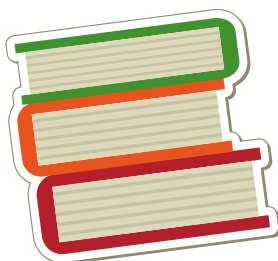
ADJUDICADA À FIRMA: Construções Marvoense, Lda;

VALOR ADJUDICAÇÃO: € 1.448.055,00;

PRAZO EXECUÇÃO: 12 meses.



EM FOCO.



OFERTA FORMATIVA DISPONÍVEL NO CONCELHO

Nem todos os caminhos vão, necessariamente, dar à Universidade, até porque há cada vez mais procura de técnicos intermédios, por parte dos empregadores, e há cada vez mais ofertas em matéria de cursos profissionais. E acima de tudo porque aprender é hoje uma constante da vida e das condições do mercado de trabalho.

Se há coisas que, felizmente, mudam muito pouco como é o caso do tradicional regresso à escola em setembro, há outras que têm mudado bastante ao longo dos últimos anos no concelho, como é o caso das ofertas formativas disponíveis. Há cada vez mais opções, para lá dos percursos de educação vocacionados para o prosseguimento de estudos de nível superior. Propostas de educação e formação qualificantes, para todas as idades, vários gostos e até novas necessidades que foram surgindo no mercado de trabalho. Hoje, multiplicam-se as possibilidades para adquirir competências no sentido de obter mais habilitações escolares e qualificações profissionais.


Quer através do Agrupamento de Escolas de Oliveira do Bairro, do Instituto de Promoção Social da Bairrada, do Instituto de Educação e Cidadania da Mamarrosa, da Escola de Artes da Bairrada ou de entidades acreditadas como formadoras como a Associação Comercial da Bairrada (ACIB) e a À Medida, Associação para a Formação Profissional. Será sempre uma vantagem saber o que existe para poder fazer as melhores escolhas, agora ou no futuro. Para si ou para os seus.

No **Agrupamento de Escolas de Oliveira do Bairro**, que engloba cerca de 15 estabelecimentos de ensino, tem uma população escolar a rondar os 2500 alunos/formandos desde a educação Pré-Escolar, passando pelo Ensino Básico até ao Ensino Secundário, são várias as propostas formativas. No ensino secundário, além dos cursos científico-humanísticos, em Ciências, Tecnologias, Línguas e Humanidades, o Agrupamento dispõe este ano letivo como oferta formativa o Curso de Educação e Formação (CEF) em Pintura e Decoração Cerâmica e os cursos profissionais de Análises Laboratoriais, Restauração: variante Cozinha/Pastelaria, Manutenção Industrial: variante Eletromecânica, Marketing: variante Relações Públicas e Publicidade.

Em todos os Cursos Profissionais e CEF está garantida uma Bolsa de Estágio que inclui: subsídio de transporte, subsídio de alimentação e bolsa de material de estudo.

No **Instituto de Promoção Social de Bustos**, para o ano letivo 2013/2014 a oferta de serviços vai desde a creche, Jardim de Infância, Centro de Atividades e Tempos Livres (CATL) até ao Ensino Secundário. Tal como no ensino público, o IPSB dispõe





de alternativas para as famílias, relativamente à ocupação das crianças e jovens desde as 7h30 até às 19h, durante todo o ano. Nos estudos científico-humanísticos para prosseguimento de estudos é possível frequentar as áreas de Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas e Línguas e Humanidades. Nos Cursos Profissionais (10º, 11º, e 12º anos) podem escolher a formação em: Técnico de Informática de Gestão, Técnico de Energias Renováveis ou Técnico de Apoio à Gestão Desportiva.

Do Plano de Formação Profissional 2013 (Formação Modular Certificada) da **Associação Comercial e Industrial da Bairrada (ACIB)** chegam várias propostas. No âmbito da formação contínua de ativos, as formações modulares dão a possibilidade aos adultos de adquirir competências no sentido de obter mais habilitações escolares e qualificações profissionais. As formações destinam-se aos trabalhadores das empresas e a pessoas a título individual com idade igual ou superior a 18 anos e têm por base unidades de formação de curta duração (25 ou 50h), constantes do CNQ. A ACIB dispõe de uma vasta oferta de Formação Modular Certificada nas áreas de Informática, Comércio, Contabilidade/Fiscalidade, Secretariado, Gestão e Administração, Segurança e Higiene no Trabalho, Hotelaria e Restauração, Serviço de Apoio a Crianças e Trabalho Social de Orientação.

No **Instituto de Educação e Cidadania da Mamarrosa** é vasto o leque de cursos e de formações para crianças, jovens e adultos. Pela diversidade, sugerimos que consultem o site ou se desloquem pessoalmente ao IEC para conhecerem o espaço, o tipo de cursos que promovem e os vários programas e cursos de formação que ao longo do ano se vão desenrolando naquela instituição. }

+ info |

Agrupamento de Escolas de Oliveira do Bairro: www.aeob.edu.pt

Associação Comercial e Industrial da Bairrada: www.acib.pt

Associação Profissional À Medida: www.amedida.pt

Escola de Artes da Bairrada: <http://escolartres.com/wp>

Instituto de Educação e Cidadania da Mamarrosa: www.educacao-e-cidadania.pt

IPSB: www.ipsb.info



DE REGRESSO ÀS ESCOLAS

Duas novas escolas em Oiã aumentam cobertura de serviços da autarquia em matéria de CAF

No Ensino Básico e Pré-Escolar, o ano letivo 2013/2014 arrancou com duas novas escolas de portas abertas - Oiã Nascente e Oiã Poente - e 1107 crianças inscritas na rede pública: 817 no 1º ciclo do Ensino Básico e cerca de 290 crianças na educação Pré-Escolar. Destas, cerca de 800 crianças farão as refeições nas respetivas escolas e perto de 500 requereram, aquando da inscrição, apoio através da Ação Social Escolar.

Do total de alunos das 39 turmas do Ensino Básico, 668 estão inscritos nas atividades de enriquecimento curricular (AEC's), propostas lúdicas e pedagógicas que fora do horário letivo e de forma completamente gratuita, divertem e ensinam de forma descontraída e divertida. Estas atividades, que incluem Inglês, Educação Musical, Atividades Lúdicas e Expressivas e Atividade Física e Desportiva, são promovidas diretamente pela autarquia, com o apoio do Ministério da Educação, e em estreita colaboração com o Agrupamento de Escolas.

Ao longo de todo o ano letivo, a Câmara Municipal disponibiliza através da Componente de Apoio à Família (CAF) serviços de apoio às famílias e encarregados de educação. A CAF inclui o serviço de acolhimento, refeição, prolongamento de horário e interrupções letivas das crianças em Pré-Escolar. O serviço é pago pelos pais, de acordo com o rendimento de cada agregado. O transporte escolar é outro dos serviços prestados através da Câmara, que este ano se traduziu em 855 pedidos de transporte escolar de estudantes, do 2º e 3º ciclo do Ensino Básico e Secundário. }

FOI ASSIM...

VOLTA A PORTUGAL EM BICICLETA

» 12 e 13 de agosto de 2013 » Oliveira do Bairro

Foram milhares de pessoas que assistiram aos dois dias de festa que a Volta a Portugal em Bicicleta trouxe ao concelho de Oliveira do Bairro. No dia 12, segunda-feira, a cidade recebeu em apoteose a chegada da 5ª etapa da prova, ganha pelo ciclista português Manuel Cardoso. Mas a festa teve o seu início muito antes do pelotão cortar a meta. A tarde começou logo com a emissão em direto do programa da RTP “Há Volta”, apresentado por Jorge Gabriel e Isabel Figueira, que levaram belas imagens do nosso concelho a todas as televisões do país. O projeto Crassh e o Grupo Cantares do Silveiro abrilhantaram musicalmente o programa da RTP, destacando-se também as entrevistas com Mário João Oliveira, Presidente da Câmara Municipal de Oliveira do Bairro, Mário Braga, Presidente da Direção da ADREP, e António Mota e Ricardo Esteves, respetivamente Presidente da Direção e treinador da ADERCUS.

Referência ainda para as intervenções de Sandra Rodrigues (Kiwicoop) juntamente com a nutricionista Liliana Granja, que falaram sobre a importância do kiwi, de António Sousa Vela, construtor das clássicas bicicletas “pasteleiras”, e finalmente de Marco Maia, Comandante dos Bombeiros Voluntários de Oliveira do Bairro. Foram estes os nossos “embaixadores” que apresentaram e representaram de forma magnífica o concelho de Oliveira do Bairro.

O dia terminou em beleza com um magnífico concerto de João Pedro Pais, que voltou a chamar às ruas, junto aos Paços do Concelho, uma multidão imensa que não se cansou de cantar e aplaudir o músico português.

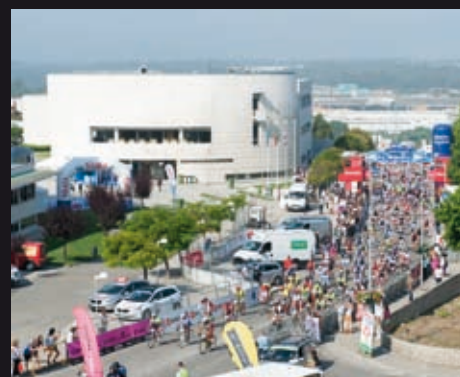


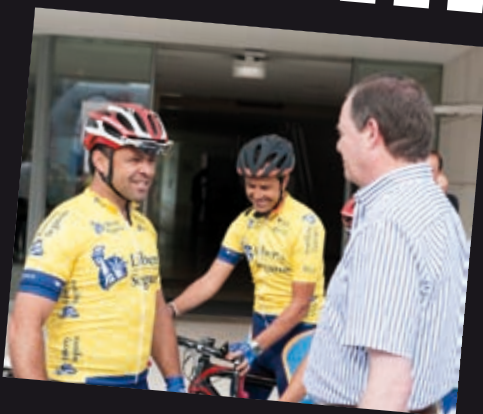


ETAPA DA VOLTA

Na 7ª vez que recebeu a Volta a Portugal em Bicicleta, a festejar este ano as Bodas de Diamante, Oliveira do Bairro foi também palco da Etapa da Volta, que decorreu no dia 13 de agosto (dia de descanso da competição). Foram mais de 700 ciclistas amadores que participaram nesta experiência inesquecível, em tudo semelhante à dos corredores profissionais, que se tem vindo a realizar desde 2007. Foi uma autêntica festa com milhares de pessoas, entre participantes, apoiantes, público e pessoal da organização, que mais uma vez encheram as ruas de Oliveira do Bairro. A corrida, em que também participaram o antigo ciclista profissional Cândido Barbosa e o apresentador da RTP Jorge Gabriel, foi ganha por Luís Machado e Liliana Jesus, que subiram ao pódio para a tradicional entrega de prémios. Para além de representar uma grande jornada de confraternização, a Etapa da Volta é também uma iniciativa de responsabilidade social. Na cerimónia de distribuição de prémios, a Liberty

Seguros, patrocinadora da Volta a Portugal em Bicicleta, entregou à Europacolón (Associação de Luta Contra o Cancro do Intestino) um cheque de 3.000€, valor encontrado a partir do número de inscritos na iniciativa.





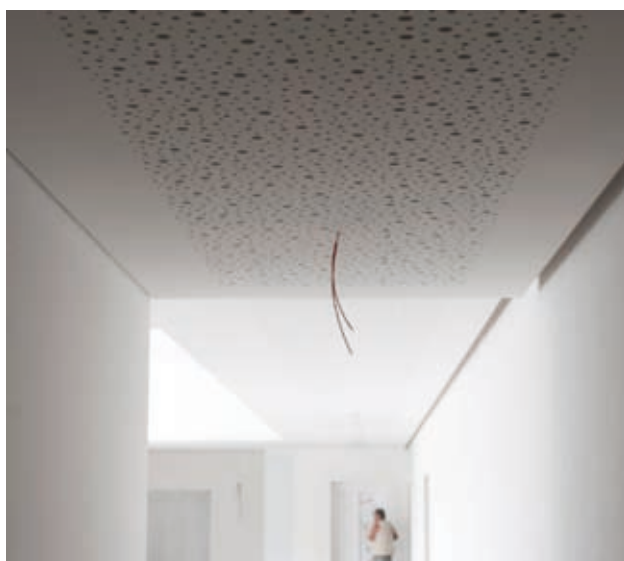
OBRAS&PROJETOS.

LABORATÓRIO DO INSTITUTO DE EDUCAÇÃO E CIDADANIA » FREGUESIA DA MAMARROSA
Apoio de 30.000€ para equipamento de Laboratório.



QUARTEL DAS ARTES » FREGUESIA DE OLIVEIRA DO BAIRRO

Decorrem as obras no auditório, estando o restante edifício em fase de conclusão.



15 EM FESTA

20 DE SETEMBRO' 2013

**VIAGEM À QUINTA DA MALAFAIA
(VIANA DO CASTELO) COM ALMOÇO E ANIMAÇÃO**

**INSCRIÇÕES: JUNTAS DE FREGUESIA
ATÉ AO DIA 13 DE SETEMBRO '2013
(para + de 65 anos)**

LUGARES.

POLO DE LEITURA DA MAMARROSA

O Polo de Leitura da Mamarrosa é um Serviço Público, concebido para proporcionar a todas as crianças e jovens o acesso à Cultura, à Informação, à Educação e ao Lazer. Tem à disposição dos utentes vários serviços, dos quais se destacam o empréstimo domiciliário de publicações, livros, vídeos, CDs ou DVDs, a consulta local dos mesmos, uma reprografia ou o apoio e orientação bibliográfica, entre outros. Com um Fundo Documental de grande valor, o Polo de Leitura da Mamarrosa apresenta também uma bebeteca.

Rede Concelhia de Leitura - Polo da Mamarrosa

Morada: Rua Prof. Jaime Oliveira, nº 6, 3770-033 Mamarrosa

Telefone: 234 757 118

E-mail: bmolb.polomamarrosa@cm-olb.pt

Horário: 2ª feira 14h às 19h / 3ª a 6ª feira 10h às 12h30 - 14h às 19h / Sábado 10h30 às 12h30



CÂMARA.

deliberações

Resumo das principais deliberações das reuniões da Câmara Municipal de Oliveira do Bairro.

| 8 de agosto de 2013

Ratificar o despacho do Vice - Presidente da Câmara, datado de 29 de julho de 2013, em que autorizou a cedência gratuita do Auditório da Biblioteca Municipal, ao CDS/PP para apresentação autárquica, no dia 3 de agosto de 2013.

Aprovar a minuta de protocolo, tendo como objeto o Parque Ribeirinho do Carreiro Velho, a celebrar entre o Município de Oliveira do Bairro, a Freguesia de Oiã e a AMPER, que aqui se dá por integralmente reproduzido para todos os efeitos legais.

Aceitar a cedência da parcela de terreno com a área de 45 m2 para integrar o domínio público municipal, de acordo com o estudo de alinhamentos da Rua de Montelongo da Areia, Processo de Obras nº 80/99 constante da informação técnica prestada pela Drª Teresa Coutinho e fornecer o material constante na informação técnica da Engª Teresa Costa, no valor de 1.560,57€ + IVA.

ATIVIDADES DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR – ANO LETIVO 2013/2014 – AUTORIZAÇÃO PARA ABERTURA DE PROCEDIMENTO CONCURSAL SEM RECURSO A APLICAÇÃO INFORMÁTICA DA DIREÇÃO GERAL DA ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR E APROVAÇÃO DE ACORDO DE COLABORAÇÃO COM O AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE OLIVEIRA DO BAIRRO

Aprovar a informação técnica prestada pelos Serviços de Educação e Recursos Humanos da Câmara Municipal. }

Consulte no site:
www.cm-olb.pt

SOL E PELE

*Sol com moderação...
Com os "sinais" tome atenção...*

O cancro da pele pode ser visível...

O diagnóstico precoce pode permitir a cura...

Faça o seu autoexame...

Para mais informações sobre sinais e manchas cutâneas vá a www.apcancrocutaneo.pt ou www.euromelanoma.org/portugal

Em caso de dúvida, não hesite e consulte o seu dermatologista.

O
C
A
N
C
R
O
D
A
P
E
L
E
P
O
D
E
S
E
R
V
I
S
I
V
E
L
T
E
O
P
E
F
D
Z

PCTZHBLOD

veja-o
pare-o

Saiba como se proteger:



by ept@e477.com

CHÁ

Dançante

MATINÉ SÉNIOR - 2013

—
*entrada
gratuita
maiores
de 65*
—

—
*oferta de chá
e bolinhos*
—

- » 29. *setembro* / 17h » SALÃO DA ANOB . OLIVEIRA DO BAIRRO
» 27. *outubro* / 16h » SEDE DA ACORDE VERDE . OLIVEIRA DO BAIRRO
» 24. *novembro* / 16h » SEDE DA APOFORNO . PÓVOA DO FORNO
» 29. *dezembro* / 16h » SEDE DA ORFEÃO SOL DO TROVISCAL

ORGANIZAÇÃO



Oliveira do Bairro câmara municipal

APOIOS: ACORDE VERDE; ACUREP; ANOB;
APOFORNO; ASSOCIAÇÃO DE MELHORA-
MENTOS DA MAMARROSA; ASSOCIAÇÃO
ORFEÃO SOL DO TROVISCAL E UDCRS.

SUGESTÕES.

BIBLIOTECA MUNICIPAL



GRISHAM, John
“A CONFISSÃO”

Lihoa: Bertrand, 2013

Em 1998, numa pequena cidade do Texas, Travis Boyette raptou, violou e estrangulou uma rapariga. Enterrou o seu corpo para que nunca fosse encontrado e em seguida, assistiu com espanto à prisão e condenação de Donté Drumm, uma estrela local do futebol. O Corredor da Morte foi o seu destino. Agora, nove anos depois, Donté está a quatro dias da sua execução e Travis, pela primeira vez na vida, decide fazer o que está certo e confessar.



“DIÁRIO DE AVEIRO”

Coimbra: Adriano Lucas, Lda., 2013

É um jornal de periodicidade diária, generalista de âmbito regional. É o jornal ideal para quem quer estar atualizado diariamente sobre o que se passa na região de Aveiro.



ABRUNHOSA, Pedro / Bandemónio

“PALCO”

[S.l.]: Universal Music Portugal, cop. 2003

“Desde há dez anos que a minha vida se transformou numa infinita viagem ao interior da música, dos silêncios, dos momentos que vocês me confiaram, deste tempo em que temos enfrentado tantos palcos, tantos desafios em conjunto.

A noite que aqui se reproduz, foi apenas uma entre as muitas que partilhámos.” (Pedro Abrunhosa)



FRANKEL, David, real.

“O DIABO VESTE PRADA”

[S.l.]: Twentieth Century Fox Home Entertainment, cop. 2012

Ela é uma jovem que acabou de sair da faculdade e conseguiu emprego como assistente de uma poderosa editora chamada Miranda Priestly (interpretada por Meryl Streep), da revista “Runaway”. Mas mal sabe a jovem que Priestly é um terror: o seu poder vai além da capacidade de levantar ou principalmente destruir a carreira de muita gente em Nova Iorque.



RODRY, Jr.

“A MINHA ESCOLA DAVA UM FILME”

Sintra: Girassol, D.L. 2010

O meu nome é Guga. Posso parecer um rapaz como os outros, mas às vezes tenho ideias brutais! Este ano, tive a ideia mais fantástica da minha vida: fazer um filme... como aqueles que vemos no cinema. Com super-heróis, cientistas malucos e até vampiros. Já estou a imaginar as cenas e tudo. Vai ser sobre a minha Escola!



LINDGREN, Astrid

“PIPI DAS MEIAS ALTAS”

Amadora: Booksmile, 2013

O Tomás e a Anita estão fascinados pela sua nova vizinha, que vive sozinha, acompanhada apenas do seu cavalo de estimação e de um macaco, o Senhor Nelson. Os dois irmãos rapidamente percebem que ela é uma menina mesmo peculiar: ninguém lhe diz o que deve fazer, está sempre metida em sarilhos e peripécias, faz os seus próprios biscoitos e é mais forte do que qualquer outra pessoa do mundo. Ela é a Pippi das Meias Altas.



“MORANGOS COM AÇÚCAR: FÉRIAS DE VERÃO 3”

Barcarena: Farol Música, cop. 2006

Este disco inclui os temas que acompanharam as personagens desta série. “Verão Azul” é o hino de abertura dos DZRT, que marcou a temporada 3. Neste CD temos a balada “Because of You” de Kelly Clarkson, o sangue novo dos Puzzle e Mundo Secreto, o rock de André Indiana e 4 Taste, o reggae de Damian Marley e dos Mercado Negro, o pop referência de FF e Skye, e os incontornáveis Mind da Gap na vertente hip-hop.



STASSEN, Ben, real.

“AS AVENTURAS DE SAMMY: A PASSAGEM SECRETA”

[S.l.]: Pris Audiovisuais, cop. 2011

Pouco depois de ter nascido, numa praia da Califórnia, Sammy encontra, mas logo perde, o grande amor da sua vida, uma linda tartaruguinha chamada Shelly. Na épica jornada através dos oceanos que todas as tartarugas percorrem antes de regressar à praia onde nasceram, Sammy enfrenta todos os perigos que se lhe apresentam pela frente, na esperança de voltar a encontrar Shelly.

GULA.

No mês de setembro direcionamos a Gula para o regresso às aulas e para as preocupações que os pais têm que ter com a refeição mais importante do dia dos seus filhos: o pequeno-almoço.

Fomos conversar com a nutricionista Lina Roque acerca da primeira refeição do dia, que começou por nos dizer que esta deve ser realizada em família, reforçando que “os pais são o exemplo dos filhos e, por isso, se não tomarem o pequeno-almoço os filhos também não o tomarão.” Para a nutricionista, um pequeno-almoço completo e equilibrado, além de evitar a fraqueza e a quebra de rendimento físico e intelectual no final da manhã, reduz o apetite nas restantes refeições do dia, sobretudo ao almoço, diminuindo o risco de obesidade.

Assim a ementa de pequeno-almoço para crianças dos 6 aos 9 anos, proposta por Lina Roque, deverá obrigatoriamente incluir:

- Um pão (de preferência escuro, de mistura de vários cereais, de-

vido à grande quantidade de fibras insolúveis) simples ou acompanhado com queijo magro ou requeijão ou fiambre ou doce - ou então cereais integrais com pouco sal e açúcar, tipo flocos de milho ou de arroz, sem sabores como o chocolate (ler sempre os rótulos).

- Um copo de leite meio gordo (250ml) ou um iogurte sólido ou líquido ao gosto da criança (rico em minerais e vitaminas);
- Uma peça de fruta (rica em vitaminas e fibra solúvel).

Nota: crianças com idades diferentes terão necessidades diferentes em termos de ementa para o pequeno-almoço, principalmente, no que diz respeito ao pão ou aos cereais. As mais novas precisarão de menor quantidade dos mesmos e as crianças mais velhas precisarão de maior quantidade.

Boas escolhas alimentares e bom regresso às aulas!





www.cm-olb.pt