

LOUSADA

REVISTA MENSAL GRATUITA CÂMARA MUNICIPAL DE LOUSADA OUT'19



INFO MAIL

Mês dedicado aos seniores



FICHA TÉCNICA

Revista Municipal

Câmara Municipal de Lousada

N.º 185 Ano n.º 20 – 4.ª série

Data: outubro 2019

Propriedade e edição: Câmara Municipal de Lousada

Direção: Presidente da Câmara Municipal de Lousada

Textos: Divisão de Comunicação

Créditos fotográficos: diabetes em movimento, freepik.com.

Impressão: Invulgar - Artes Gráficas, SA

Tiragem: 17000

Depósito Legal: 49113/91

ISSN: 1647-1881

Esta revista foi impressa com tintas de base vegetal, livres de solventes e biodegradáveis.

REVISTA MUNICIPAL

- 5 Projeto "Diabetes em Movimento" começa este mês
- 7 Mais de 400 famílias na Estratégia Local de Habitação
- 9 Poupanças Devolvidas em prémios a escolas mais sustentáveis
- 12 Feira Social e Desportiva

AGENDA CULTURAL

- 17 Lousada Júnior Cup - Ténis
- 19 Vaivém Oceanário
- 22 BioLousada: Eurobirdwatch 2019
- 23 Casa das Videiras - 50 anos de Apollo 11

25 SUPLEMENTO

CRÓNICAS DO MEU JARDIM:

O Senhor dos Ratinhos. A Irmandade das Sementes

30 BOLETIM MUNICIPAL



ELEIÇÃO DA MISS E MISTER SÉNIOR 2019

Em outubro o Município celebra o Mês do Idoso com um conjunto de iniciativas pensadas para os seniores onde se inclui a eleição da Miss e do Mister Sénior, no dia 20.

O Salão Paroquial de Sousela é o local escolhido para a realização do concurso que vai ainda eleger a Miss e Mister Simpatia e Fotogenia. Os candidatos, dos vários Movimentos Seniores do concelho, vão desfilar com roupas e estilos diferentes, nomeadamente casual, desportivo e elegante.

“Sacas, Saquinhas e Saquetas” – este é o nome do novo ateliê que vai arrancar este mês nos Movimentos Seniores. Trata-se de um trabalho de parceria entre os seniores, as empresas têxteis do concelho e o Modatex cuja finalidade é criar sacos de tecido que depois vão ser distribuídos no comércio local, substituindo os de plásticos. As saquinhas vão ter como destinatários os mais novos e as saquetas as mulheres.

De acordo com a Vereadora da Ação Social, Dra. Cristina Moreira, *“este projeto é duplamente interessante ao permitir o aproveitamento de tecidos sobrantes das empresas e o envolvimento ativo dos seniores que, desta forma, vão ter a oportunidade de ver os seus trabalhos reconhecidos e usados pela comunidade”*.

A prática da modalidade desportiva Boccia continua a ter muitos praticantes e adeptos nos Movimentos Seniores.

Assim, prosseguem as aulas de atividade física e de Boccia, uma vez por semana.

O Campeonato Municipal de Boccia decorre durante este mês e tem como finalidade selecionar os 50 melhores jogadores que durante a época vão participar nas diferentes competições, representando o concelho.

Uma grande parte do tempo dos seniores é dedicado à Liga Boccia Sénior cuja 4.ª edição começa em novembro e termina em junho, nos vários pavilhões desportivos do concelho.

MOVIMENTOS SENIORES NA ORDEM E S. MIGUEL

Este projeto tem como finalidade a promoção do envelhecimento ativo através da oferta de um conjunto de atividades de educação e formação que estimulem um estilo de vida ativo, promovam o bem-estar e o convívio intergeracional.

Atualmente existem 13 Movimentos Seniores em funcionamento estando prevista a abertura de novos nas freguesias da Ordem e de S. Miguel. Assim, mais de 300 seniores frequentam os Movimentos de Avelada, Boim, Caíde, Cristelos, Lustosa, Macieira, Meinedo, Nespereira, Nogueira, Silvares, Sousela, Pias e Vilar do Torno e Alentém. Os Movimentos funcionam, em média, dois ou três dias por semana e estão sediados nas Juntas de Freguesia ou associações locais.



MÊS DE PREVENÇÃO DO CANCRO DA MAMA

O Município de Lousada associa-se, mais uma vez, à Campanha Comunitária de Prevenção do Cancro da Mama que decorre durante este mês. Assim, quem adquirir material promocional da Campanha está a contribuir com uma parte para a Liga Portuguesa Contra o Cancro.

A Noite Ser Mulher está marcada para sábado, dia 19, e pretende sensibilizar para a prevenção do Cancro da Mama, ao mesmo tempo, que vai homenagear todas as mulheres, em especial as que passam ou passaram por problemas oncológicos.

A atividade promovida pela Dra. Lídia Soares, com a colaboração da autarquia, é composta por uma exposição e apresentação de um livro, que vai decorrer a partir das 21h00, no Salão Nobre da Câmara.

Para dia 31 de outubro o convite é lançado a toda a população para participar no Jantar Onda Rosa, cujo valor da inscrição reverte em parte para a Liga. As inscrições podem ser efetuadas através do email asocial@cm-lousada.pt.

Assim, no encerramento do Mês da Prevenção vai ser entregue oficialmente, ao representante da Liga Portuguesa Contra o Cancro, o valor angariado nas diversas ações desenvolvidas durante este mês.



LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO



DIABETES® EM MOVIMENTO

PROJETO COMEÇA ESTE MÊS

A Câmara Municipal de Lousada e o ACES Tâmega III - Vale do Sousa Norte vão implementar, a partir deste mês, uma atividade dirigida às pessoas com Diabetes Tipo 2.

"Diabetes em Movimento" é um programa comunitário de exercício físico para pessoas com diabetes tipo 2, promovido pela Direção Geral de Saúde, através do Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física.

A diabetes Tipo 2 é mais comum em pessoas com mais de 40 anos, acima do peso, sedentárias e sem hábitos saudáveis de alimentação. De forma a promover a qualidade de vida destes doentes até junho do próximo ano as pessoas com diabetes tipo 2 podem realizar gratuitamente sessões de 90 minutos de exercício, três vezes por semana orientados por técnicos de exercício físico e acompanhados por profissionais de enfermagem.

O local é o Pavilhão Polidesportivo do Complexo e as atividades estão agendadas para as segundas, quartas e sextas-feiras, das 16H00 às 17H30.

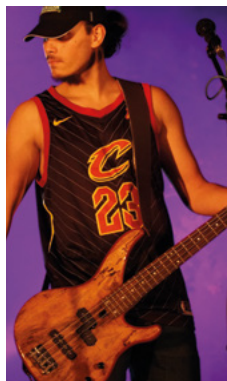
Para informações adicionais deve ser contactado o médico ou enfermeiro de família na Unidade de Saúde Familiar.



CELEBRATIONS OF INTERNATIONAL YOUTH DAY

The Municipality marked International Youth Day, August 12, with the performance of the band Lousadense MUDHA, recently created, and the dance group Mitos Urbanos, who animated Avenida Senhor dos Aflitos.

A Vereadora da Juventude, Dra. Cristina Moreira, destaca que "Lousada é o concelho mais jovem de Portugal continental e, por isso, existe um orgulho imenso nos mais novos. A juventude de Lousada tem ao seu dispor uma educação formal e não formal que conta com o envolvimento da Câmara Municipal e de outras entidades, mas também com uma excelente rede de parceiros e da comunidade. Só com práticas destas são possíveis resultados positivos para que continuemos a ser um concelho jovem e com futuro".



MAIS DE 400 FAMÍLIAS NA ESTRATÉGIA DE HABITAÇÃO

A proposta da Estratégia Local de Habitação de Lousada (ELHL) foi apresentada no dia 30 de agosto, tendo sido posteriormente submetida ao Executivo e à Assembleia Municipal. A ELHL, no âmbito da Nova Geração de Políticas de Habitação, visa o apoio ao acesso à habitação digna para todos, mesmo os que não dispõem de capacidade financeira para tal, através do Programa Nacional 1.º Direito.

O Município tem um papel fundamental em todo o processo sendo a entidade que, em primeira instância, avalia os pedidos de apoio das famílias no quadro da Estratégia Local de Habitação e submete a candidatura ao Instituto da Habitação e da Reabilitação Social. Neste processo, foi de extrema importância o envolvimento das Juntas de Freguesia, das instituições particulares de solidariedade social e outras entidades locais na identificação das situações.

Do diagnóstico apresentado foram identificadas cerca de 400 famílias, com condições para integrar o Programa em causa. Destes 150 vivem isolados e 65 destes agregados são compostos por pessoas com mais de 65 anos.

A construção da ELHL obedece a quatro etapas. Em primeiro lugar foi necessário conhecer as necessidades habitacionais para, posteriormente, projetar as medidas e ações. Segue-se o planeamento e monitorização da intervenção pública e também comunicação com os cidadãos.

A Vereadora da Ação Social, Dra. Cristina Moreira, destaca que *“Lousada é dos poucos concelhos do país a ter uma proposta de Estratégia Local de Habitação. O principal objetivo é que a população tenha uma habitação digna, com tolerância zero às barracas, casas insalubres e pessoas sem abrigo”*.



IDENTIFICAÇÃO DE PROBLEMAS E SOLUÇÕES

Nas reuniões de trabalho desenvolvidas desde 17 de julho, foram identificados problemas e apontadas possíveis soluções. A falta de conforto e de condições, casas clandestinas, isolamento da população, mobilidade condicionada, rendas altas, falta de habitações para arrendamento, sobrelotação e casas devolutas são os principais problemas identificados. As soluções previstas na ELHL passam pelo arrendamento, reabilitação, construção e aquisição.

Na proposta apresentada foram elencados alguns pressupostos a ter em linha de conta com a implementação deste programa, nomeadamente, favorecer o bem-estar residencial e a dinâmica social, salvaguardar o equilíbrio financeiro global do parque habitacional, rendas justas, eventual venda de fogos, bem como investimento em melhoramento e manutenção das casas. São condições essenciais também a gestão de proximidade e promoção de uma relação clara e de confiança com os arrendatários.



JOVENS PARTICIPAM EM VOLUNTARIADO AMBIENTAL

Entre os meses de maio a setembro, o Município em colaboração com a Associação BioLiving e o Instituto Português do Desporto e Juventude, organizou um programa de voluntariado ambiental para jovens, tendo contado com cerca de 100 jovens da região.

Os jovens participaram em trabalhos de vigilância florestal, apoio no horto municipal, recolha de lixo, limpeza de matos, vegetação invasora e infestante, e limpeza e restauro ecológico de rios e ribeiras.

Os rios e o projeto Lousada Guarda-Rios foram também o contexto ideal para a dinamização de um campo de voluntariado internacional, que contou com a participação de cerca de 25 jovens oriundos de 11 países diferentes: República Checa, Alemanha, Turquia, México, Argélia, Estónia, Bélgica, Itália, França, Brasil e Portugal.

Este campo, intitulado 'EcoRivers', decorreu de 2 a 13 de setembro, e foi organizado pelas associações ambientalistas APRISOF e BioLiving, com apoio do Município de Lousada e do Instituto Português do Desporto e Juventude. As principais tarefas estiveram relacionadas com a limpeza e salvaguarda do Rio Sousa, em terrenos municipais, tendo sido também uma excelente oportunidade para a promoção da cultura, gastronomia e tradições locais.



POUPANÇAS DEVOLVIDAS EM PRÉMIOS A ESCOLAS

O ano letivo passado (2018-2019), as escolas do 1º ciclo foram convidadas a participar no Desafio BioEscola 360º. O desafio consistiu em promover boas práticas ambientais na comunidade escolar, designadamente a poupança de água, eletricidade e gás nas escolas, e a separação de resíduos recicláveis. Como forma de incentivo, os valores de poupança associados (ou os resíduos separados) seriam ressarcidos na totalidade a cada escola participante no final do ano.

Cada escola habilitou-se ainda a um prémio no valor de 2000€, 1500€ ou 1000€, consoante ficasse classificada em 1º, 2º e 3º lugar no ranking de escolas mais sustentáveis. Para este ranking, a participação em oficinas BioEscola, em ações de voluntariado ou de cidadania, em eventos científicos, entre outros, foi também valorizada.

No dia 10 de setembro foram apuradas as contas das poupanças face à média dos três anos letivos anteriores e, no total, foram devolvidas às escolas cerca de 25 mil euros.

As escolas que se sagraram campeãs deste desafio ambiental foram: 1º lugar - EB do Carmo (Sto. Estêvão); 2º lugar - EB de Igreja (Figueiras) e 3º lugar - EB de Sousela.

Face ao sucesso do ano piloto, a iniciativa repete-se neste ano letivo, 2019-2020.



REGISTOS DE NINHOS VALEM ABRIGOS PARA AVES



O projeto Casa-Ninho, que iniciou em fevereiro, pretende dar a conhecer as aves que vivem nas nossas casas. Existem várias espécies de aves selvagens que preferem fazer o ninho nos beirais, chaminés, e até mesmo nos sótãos. Terminada a época de nidificação, solicita-se a colaboração de todos para reportarem os ninhos que tenham observado em casas, através do registo em www.cm-lousada.pt/pt/casaninho

Cada registo dá direito a uma caixa-ninho para aves, que pode ser pendurada no jardim ou quintal.

Até ao momento foi recebida perto de uma centena de registos, tendo estes cidadãos-naturalistas contribuído para o conhecimento e proteção das nossas aves selvagens.

PAISAGEM PROTEGIDA INTEGRA PARQUE MOLINOLÓGICO

Recentemente, o Município adquiriu sete hectares de terreno nas margens do Rio Sousa, freguesia de Pias. Esta área, agora pública, integra um conjunto de moinhos de água devolutos, uma serração hidráulica igualmente em ruínas, nas margens esquerda e direita do Sousa, bem como um extenso bosque de folhosas com matos de elevado valor de conservação. Iniciados os trabalhos de restauro ecológico do rio, estabilização das margens e recuperação de levadas, segue-se a intervenção paisagística – num contexto de preparação para as alterações climáticas, e a candidatura a fundos que permitam requalificar e musealizar os moinhos.

A futura Paisagem Protegida do Sousa Superior contará, assim, com mais um elemento de interesse ecológico, cultural e pedagógico: o Parque Molinológico de Pias.



JORNADAS DA EDUCAÇÃO ABREM NOVO ANO LETIVO

A abertura do ano letivo 2019-2020 foi assinalada com as Jornadas da Educação que se realizaram nos dias 5 e 6 de setembro com a presença de centenas de docentes. Sob o mote “Uma Escola tecnologicamente centrada nas pessoas”, os participantes debateram temáticas variadas como “Brincar do natural ao tecnológico”, pelo Prof. Doutor Carlos Neto, da Universidade de Lisboa, e “Desafios de mudança e inovação”. Na tarde do primeiro dia decorreram diversas Oficinas Temáticas que abordaram o “Rope Skipping: Jump 4 Fun”, “Educação para a cidadania: projeto Lousada Guarda-Rios”, Workshop “Matemática & Magia”, “Arqueologia da memória na literatura contemporânea” e ainda uma visita guiada ao Centro de Interpretação do Românico. Na sexta-feira, dia 6, as novas tecnologias da informação estiveram em evidência com uma conferência sobre “Ciclo de decisão sobre utilização de tecnologias digitais”, pelo Dr. José Moura Carvalho, e a terminar um painel onde se analisou a “Seguranet” e a “Cibersegurança/proteção de dados”.



JORNADAS PEDAGÓGICAS PND "AJUDAR A EDUCAR"

Teve lugar no dia 18 de julho, as VI Jornadas Pedagógicas PND “Ajudar a Educar”, no auditório da Escola Secundária de Lousada, numa organização conjunta da Câmara Municipal e o Centro de Formação de Associação de Escolas Sousa Nascente (CFAE), com a presença de aproximadamente 200 assistentes operacionais.

Estas Jornadas, que se destinaram ao pessoal não docente, tiveram como objetivo a aquisição de conceitos e promoção de relações que ajudem a construir uma imagem de qualidade da escola, tendo em conta o papel relevante do pessoal não docente. Nesta edição estiveram em destaque temas como “Comunicação e Gestão de Conflitos”, “Escola Inclusiva: o Papel do Assistente Operacional” e “Técnicas de Atendimento”. O tema da parte da tarde foi “Alimentação Saudável: Ganhos em Saúde” e um workshop sobre “Boas Práticas Alimentares em Contexto Educativo”, dinamizado pela nutricionista Daniela Duarte, do ACeS Tâmega e Sousa III Vale do Sousa Norte. As VI Jornadas Pedagógicas estão acreditadas pela Direção-Geral de Administração Escolar.



MILHARES DE PESSOAS PARTICIPARAM

Entre os dias 13 e 15 de setembro a Feira Social e Desportiva animou o Parque Urbano Dr. Mário Fonseca com inúmeras atividades e rastreios gratuitos para toda a população no Hospital Social.

Cerca de 40 instituições e associações sociais, culturais, juvenis e desportivas, parceiras da Rede Social de Lousada, marcaram presença e deram a conhecer a sua atividade. Durante o fim de semana os visitantes da Feira participaram em aulas de motricidade, educação física, torneios de jogos de mesa, jogos tradicionais, jogos de memória e demonstrações de alimentação saudável entre muitas outras atividades que animaram graúdos e miúdos.

As atividades radicais foram escolhidas pelos mais novos com passagem pela parede de escalada, slide e insufláveis.



NA FEIRA SOCIAL E DESPORTIVA

A animação esteve a cargo dos grupos locais como a Banda de Música da ACML, o Grupo de Bombas, o CRAV (Cooperativa de Rock Alternativo da Vila), Grupo de Bombos “Amigas da Terra”, do Centro Cultural e Recreativo de Covas e a encerrar o Grupo de Cavaquinhos da USALOU.

“Passeio da Memória” - foi a designação da caminhada que decorreu no domingo de manhã, numa parceria com a Associação Alzheimer Portugal.



MAIS JOVENS RECEBEM PASSAPORTE LOUSADA

No arranque do ano letivo, o Município oferece à comunidade escolar o “Passaporte Lousada” para pais e alunos do pré-escolar e 1.º ciclo. O Passaporte dá a conhecer as atividades de Ação Social Escolar, como a comparticipação dos livros de fichas e material escolar aos alunos do 1.º ciclo que possuem escalão 1 e 2, de Orientação, como o Programa Dicas, de Enriquecimento Curricular, como as AEC’S ou as atividades que ocorrem no Prolongamento de Horário do Pré-escolar e de Educação Ambiental, como o BioEscola ou Lousada Charcos entre muitos outros.

O Passaporte dispõe ainda de um conjunto de atividades gratuitas mensais como a “Ciência no Parque”, que se realiza nos vários parques de lazer e pretende motivar os mais novos para as ciências. O “Bioulousada”, um programa de sensibilização ambiental, que dispõe de um conjunto diverso e significativo de iniciativas dedicadas à descoberta e divulgação dos valores naturais de Lousada. Os “Megaencontros Desportivos”, que pretende incentivar a prática desportiva e dar a conhecer as diferentes modalidades.

Os alunos são desafiados a participar nas competições desportivas concelhias tendo como objetivo a participação ativa e competitiva. No âmbito das Atividades de Enriquecimento Curricular vão ser comprovadas as competências físicas que os alunos possuem ao terminar o 4.º ano.

Paralelamente, vai realizar-se o Encontro de Pais, com uma sessão trimestral, com a intervenção de especialistas em diversas áreas de interesse na educação das crianças e jovens. No final do ano letivo, os alunos são contemplados com ofertas de participação, de acordo com o número de carimbos que conseguiram colecionar no Passaporte Lousada.

OFERTA ESCOLAR E DESPORTIVA - ATIVIDADES

Para os alunos do 2.º e 3.º ciclo e ensino secundário, o Município oferece um desdobrável com a indicação da oferta de diversas atividades como Orientação, como o Programa Dicas, Sagaz e Universidades Junior; Enriquecimento Curricular, como o Curso de Iniciação do Mandarin, Concurso Literário “Ler Lousada”, Curso Intensivo de Verão (teatro), Escrita Criativa, Lousada Visual Artes, Oficinas de Animação, Oficina de Arte Pública, Oficina de Teatro Escolar, Ateliers de Ilustração, Geração Xadrez e Astronomia vai à Escola, de Educação para a Cultura, com sessões de teatro, Teatro em Inglês; Educação Ambiental, com o Bioulousada, o Lousada Charcos, o Fundo Ambiental e de Investigação Lousada Sustentável e o Vaivém Oceanário.

Para além da oferta escolar, é apresentada a oferta desportiva concelhia, de todos os clubes nas diferentes modalidades, nos escalões de formação.

