

**PATAIAS**

**Sola de Alparcata caminha 'Na rota das Igrejas e Conventos'**

'Na rota das Igrejas e Conventos da cidade do Liz' é o tema da 49.ª Caminhada Sola de Alparcata. A iniciativa decorre no próximo sábado. A saída está agendada para as 9 horas, do Largo do Coreto de Pataias.

**BURINHOSA**

**Comissão de Festas promove 'Almoço magusto' no sábado**

A Comissão de Festas de Nossa Senhora do Rosário promove um 'Almoço magusto'. A iniciativa decorre no próximo sábado, às 13 horas, no recinto da capela. Além do almoço, decorrerá, durante a tarde, várias atividades culturais. Pode fazer a sua inscrição através do número de telemóvel 915 130 050.

**PATAIAS**

**Universidade Sénior tem inscritos 80 alunos nas diversas disciplinas**

São já quatro dezenas de alunos e 20 professores voluntários que frequentam a Universidade Sénior de Pataias (USP), que arrancou o ano letivo no passado mês. Se quer fazer parte desta família, inscreva-se na USP.

**ALCOBAÇA** ■ NO PASSADO SÁBADO

**"Ginásio no Coração" reuniu antigos atletas**

A Associação de Veteranos do Ginásio Clube de Alcobça (AVGCA) promoveu, no próximo sábado, o "Ginásio no Coração", um convívio que juntou antigos atletas, dirigentes e sócios deste clube.

Este encontro contou uma conversa que teve como protagonistas António Rola, ex-árbitro de futebol, Carlos Pereira, coordenador técnico da Academia do Sporting Clube de Portugal, e João Almeida, ex-guarda-redes do Sporting Clube de Portugal.

Parte da iniciativa fez também um jantar de convívio e uma "after-party", que teve lugar no Café Portugal.

"Ginásio no Coração" contou com o apoio da Câmara de Alcobça e da União das Juntas de Freguesia de Alcobça e Vestiaria.



**PATAIAS** ■ CAMPANHA DE NATAL JÁ INICIOU NA ÁREA DE ATUAÇÃO

**Bombeiros precisam de nova ambulância**

Todos os meses, são dádivas para ajudar o próximo. O Natal poderá dizer-se que é a época do ano por excelência. "Porque acreditamos que a solidariedade também é um investimento", os Bombeiros Voluntários de Pataias já iniciaram o tradicional pedidório na sua área de atuação. Desta vez, o pedido tem um objetivo maior, a angariação de fundos para a aquisição de uma nova ambulância de socorro.

Se os soldados da paz lhe baterem à porta, não negue a sua ajuda, dado que todos

os centimos são bem-vindos e contabilizados. A ação, que iniciou na passada segunda-feira, decorre até ao próximo dia 19, repetindo-se entre os dias 1 e 12 do próximo mês. "Tem sido assim ao longo dos tempos, e este ano não vai ser exceção, porque as tradições são para se manter!", refere Nélio Gomes, comandante dos Bombeiros Voluntários de Pataias.

Assim que a ambulância for adquirida irá reforçar a frota de socorro, permitindo, como explica Nélio Gomes, "manter o padrão de qualidade e dispo-

nibilidade dos equipamentos operacionais para o socorro e apoio às população".

"Venho solicitar a ajuda e o empenhamento neste nosso objetivo, que se deve traduzir num objetivo de todos, pois será um novo meio de socorro disponível para socorrer as dez mil pessoas que habitam na nossa área de atuação, bem como, para aquelas que cruzam as nossas estradas ou trabalham nas nossas empresas", apela assim à solidariedade o comandante dos Bombeiros.

texto LUCI PAIS



PEDITÓRIO DE NATAL JÁ COMEÇOU NO PASSADA SEGUNDA-FEIRA PELA ÁREA DE ATUAÇÃO

**ALCOBAÇA** ■ DIA MUNDIAL DA DIABETES ASSINALA-SE DIA 14

**Hospital tem inscrições abertas para ação da diabetes**

No Dia Mundial da Diabetes, no próximo dia 14, o Hospital de Alcobça vai desenvolver ações que visam difundir métodos para melhorar o conhecimento da diabetes. A iniciativa decorre a partir das 14 horas, no edifício das Consultas Externas.

As ações convidam os participantes, através de ferramentas

interativas, a trocar experiências de vida com supervisão dos profissionais de saúde treinados, para corrigir conceitos errados e consolidar conhecimentos. Se é diabético, e quer compreender a doença e prevenir complicações, inscreva-se através dos números de telefone 262 590 409 ou 262 590 400.

"Os participantes ficam informados sobre a importância de uma alimentação equilibrada, fazendo as escolhas mais saudáveis, a prática de exercício físico adequado ao seu estado de saúde e a boa adesão do tratamento que se irá repercutir em ganhos de Saúde", pode ler-se numa nota enviada pelo Hospital.

**PATAIAS** ■ INTERESSADAS DEVEM EFETUAR MARCAÇÃO

**Unidade de Saúde Familiar promove 'Semana da mulher'**

A partir de segunda-feira, e durante quatro dias, a Unidade de Saúde Familiar (USF) Pinhal Rei, em Pataias, apresenta a 'Semana da mulher'.

Serão realizados rastreios de prevenção e combate ao cancro do cólo do útero. A iniciativa

dirige-se a todas as mulheres com idade compreendida entre os 18 e os 59 anos.

As interessadas em fazer o rastreio deverão proceder à respectiva marcação na secretaria da USF ou pelos números 244 585 090 e 244 585 093.

Hemorragia vaginal anormal, aumento do corrimento vaginal, dor pélvica e dor durante as relações sexuais são alguns dos sintomas a que deve estar atenta. Se tem alguns destes sintomas, deve consultar o seu médico.

**40.ª MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ**  
 INTERNATIONAL HALF MARATHON  
 SEMI-MARATHON INTERNATIONAL  
 INTERNATIONALER HALBMARATHON  
**9 NOVEMBRO, 2014 | 11.00H**

**8 NOVEMBRO | 15.00H**  
**14.ª MEIA DO FUTURO BENJAMINS A JUVENIS**

**9 NOVEMBRO | 11.00H**  
**19.ª VOLTA À NAZARÉ**  
**9.ª CAMINHADA**

www.meiamaratonadanazare.com

ORGANIZAÇÃO: [Logos] APOIO INSTITUCIONAL: [Logos] MEDIA: [Logos] PATROCINIOS: [Logos]