

GRELHADOS SOBRE CARVÃO

**BRASILEIRO**



8261 BOUL. ST-LAURENT  
Prop.: Elvis Soares 514-389-0606

# A VOZ DE PORTUGAL

Le plus ancien journal de langue portugaise au Canada

Paulo F. Gonçalves  
B.A., A.V.C.

**Doenças graves  
Seguro para  
se tratar!**

Informe-se hoje  
Consulte-me sem compromisso  
514 884.0522



## Falta a sobremesa...

A mesa esteve posta durante vários dias para se acertarem os condimentos que dariam receita aceitável na Lei das Finanças Regionais, tão largamente descritas em toda a imprensa nacional.

O problema principal, para que os menos ao corrente destas andanças possam compreender os cordelinhos em jogo, roda à volta dos créditos autorizados para despesas nas regiões autónomas dos Açores e Madeira.

Em 2007, o governo socialista, impôs as suas vontades para colaborar e conceder a Carlos César o que este muito bem entendeu de pedir, facilidades que sobressaltou o colorido João Jardim, na Madeira, por entender serem desproporcionadas e injustas para com a sua Região. Recordemos a arrogância de Sócrates e César nos comentários que então fizeram, nada elogiosos ou respeitadores para com o presidente regional madeirense.

João Jardim, social-democrata declarado e verticalmente assumido, prometeu voltar à carga aquando a aceitação do orçamento deste ano. E se bem o prometeu, melhor o fez. O menos que se poderá dizer é que a sopa esteve quente, com os partidos de oposição a apoiarem a proposta da Madeira e o PS a opor-se. Choveram chantagens e ameaças de demissão do governo num momento, dizem, crucial para o país, que tem absoluta necessidade de reparar os erros cometidos ao longo dos longos anos de governação, que puseram o país no caos em que se encontra. É que na União Europeia, acompanhamos a Espanha e a Grécia, na lista

*Continuação na página 2*

## Montreal em Evidência



Foi sob a governa desse grande homem público que se chama Pierre Bourque, que o Festival patrocinado pela Air France – Montreal em Evidência, veio à luz. Sob o título precursor de “Montreal en lumière” tem iluminado a cidade com as cores e sabores gastronómicos das melhores cozinhas internacionais, tendo este ano Portugal como país convidado de Honra, ladeado pela capital do Estado da Louisiana, Nova-Orleans e os carismáticos Cantões de Leste quebequenses. Inicia-se

dentro de dias a 11ª edição deste evento cultural de largos horizontes, composto de espectáculos e outras manifestações artísticas, que na parte gastronómica se apresenta como: “Os prazeres da mesa, SAQ”. Considerando a qualidade dos 21 chefes restauradores presentes a convite da organização, deveríamos dizer: os prazeres da boa mesa.

Com efeito, a lista e os currículos dos mestres convidados é impressionante. Proprietários ou directores da gastrono-

mia de alguns dos melhores restaurantes portugueses, todos assumem funções de elevadas responsabilidades junto duma clientela exigente e conhecedora do que de melhor se faz na moderna cozinha portuguesa, onde a tradição é respeitada, sem no entanto cair num tradicionalismo apressador. Antes, aprimorar a utilização de novas tecnologias na criação e confecção de novidades gastronómicas, numa preocupação de originalidade, que combine

*Continuação na página 2*

## S como safado ou o “Sócragate”

Será a expressão mais atenuada para classificar o PM Sócrates. No caixão do esquema montado por ele e seus comparsas a fim de reduzir ao silêncio as vozes das verdades (um tipo de tentativas em que os portugueses se tornaram mestres...e transportam nas suas bagagens para onde quer que seja...por vezes, sob a forma de silêncios comprometedores...) foi agora pregado o último prego, com a descoberta no computador

de Rui Pedro Soares, chefe dos negociadores a soldo de Sócrates, do contrato de compra da TVI-Média Capital pela PT, cuja existência sempre foi desmentida pelo governo. Desmascaram-se assim as acções da Face Oculta indiciando graves implicações do chefe do governo que legalmente, o inabilitam de ocupar o posto que detém. Qualquer indivíduo normal, com um mínimo de dignidade, ter-se-ia demitido de imediato, face às provas

acumuladas. Todos os magistrados contactados pelo Correio da Manhã—diário que despoletou este delicado processo— se dizem humilhados, revoltados pela evidência da acumulação das provas recolhidas pela investigação e apenas o PGR Pinto Monteiro, e o Presidente do Supremo Tribunal, Noronha Nascimento, continuam a declarar nada encontrarem de condenável nas tralfulhices e tentati-

*Continuação na página 11*

**THERMOCONFORT** Desde 1993

**CHAUFFAGE - CLIMATISATION**

PROP.: JOÃO BARBOSA LICENÇA RBQ: 8111-1577-16

Especializado em sistemas de aquecimento e sua conversão de petróleo à electricidade. Instalação de sistemas de ar condicionado e “thermopompe” central

Contacte-nos  
514-237-3582

**Serviço de análise do seu vinho**

**GRAPOL D'ORO**  
\$39 cada  
20 LITROS

Vendem-se barris novos, importados de Portugal, em carvalho e castanho, de 5 a 250 litros.

**ATENÇÃO: SE NÃO TEM SELO DA MOSTI MONDIALE É PORQUE NÃO É MOSTI MONDIALE**

Para mais informações, contactar MARCO  
5187 Jean-Talon E., St-Leonard - Tel.: 514.728.6831

**Marché Sã Et Fils Inc.** Desde 1975  
4701 RUA ST-URBAIN  
T. 514.842.3373

**ESPECIAIS DA SEMANA**

**Bacalhau** Canadiano med **219.00** caixa de 50

**Dobrada** **1.99lb**

**BOM PETISCO** LIGHT MEAT SOLID TUNA **69¢** 99gr

## AGENDA COMUNITÁRIA

## FESTA DOS NAMORADOS

A Filarmónica Portuguesa de Montreal organiza a festa dos namorados no sábado 13 de Fevereiro pelas 19h00 na sua sede com uma ementa especial. Para mais informações ou reservas 514-982-0688.

## ANA MOURA EM MONTREAL

Ana Moura estará em Montreal no dia 27 de Fevereiro, às 20h00, no Centre Pierre-Péladeau, para o espectáculo de encerramento do Festival Montréal en Lumière.

Para informações e bilhetes: Réseau Admission 514-790-1245

## DANÇAS E BAILINHOS

Danças e Bailinhos de Carnaval da Ilha Terceira da Sociedade Recreativa do Raminho, nos dias 13, 14, 15 e 16 de Fevereiro. A Junta de Freguesia do Raminho pretende levar até vós a nossa cultura, divertimento e informação que acontecerá nestes dias nesta Ilha. Por isso, gostaríamos de poder contar de novo convosco na nossa companhia nestes dias em [www.raminho.org](http://www.raminho.org). Pedimos também que mandem as vossas mensagens para o nosso email: [jframinho@gmail.com](mailto:jframinho@gmail.com) e assim divulgaremos às pessoas presentes as vossas felicitações.

## SÃO VALENTIM

O Centro de Acção Sócio-Comunitária de Montreal informa que as actividades para a 3ª idade recomencem dia 11 de Fevereiro pelas 14h15 com a celebração do "S. Valentim". Haverá um lanche durante a tarde para o qual solicitamos a vossa contribuição. Se tem mais de 55 anos venha conviver com este simpático grupo de jovens da terceira idade. Para mais informações contactar: 514-842-8045

## ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DO CANADÁ

Jantar e Baile de Carnaval, dia 13 de Fevereiro, pelas 19h. Dança e Marchas Carnavalescas, grupo surpresa vindo de fora, desfile de travestis e muito mais. Animação musical José Sousa. Para Reservas: Virgílio Santos: 514-928-3681 ou APC: 514-844-2269

## ELEIÇÕES DOS NOVOS CORPOS GERENTES

O Clube Oriental Português de Montreal informa que sexta-feira dia 19 de Fevereiro pelas 19h00 haverá jantar, feijoada à Oriental e depois haverá eleições dos novos corpos gerentes pelas 20h30. Faça sua reserva.

## CONVOCATÓRIA: GRÉMIO LITERÁRIO DE LÍNGUA PORTUGUESA DO CANADÁ

Convocam-se os dirigentes e membros do Senado deste Grémio para a próxima reunião da Direcção, que se vai realizar na quinta-feira, 18 do corrente, pelas 18h15, na sala de reuniões do Canaccord Wealth Management, 161 Bay Street, 29º Andar, TD Canada Trust Tower, Toronto. Agradece-se a quem quiser adicionar tópicos a agendar ou apresentar relatórios, que o façam no dia em que a reunião se vai realizar. Para mais informações, ligar para o 1.647.302.4607.

## NOITE DE CARNAVAL

O Clube Oriental organiza no sábado 13 de Fevereiro uma noite de Carnaval pelas 19h30. Haverá prémios para os melhores mascarados e será animado pelo conjunto Contact. Para mais informações: 514-342-4373

## PENSAMENTO DA SEMANA

"Numa época de ignorância, não temos nenhuma dúvida, mesmo quando se cometem os piores males; numa época de conhecimento, trememos mesmo quando os maiores bens são praticados". Charles de Montesquieu (1698-1755), filósofo, escritor e político francês.

## EFEMÉRIDES - 03 DE FEVEREIRO

- 1502 - Vasco da Gama parte de Lisboa para a segunda viagem ao Oriente, quatro anos após a primeira viagem.
- 1755 - Morre Charles de Montesquieu, filósofo, escritor e político francês, defensor da teoria da separação de poderes, na base da estrutura democrática do Estado, posterior à Revolução Francesa.
- 1763 - Adesão de Portugal ao Tratado de Paris, entre Espanha e França, que põe termo à Guerra dos Sete Anos e estabelece a cedência à Inglaterra dos territórios do Canadá.
- 1774 - É abolida a Inquisição de Goa.
- 1792 - O príncipe João, futuro D. João VI, assume a regência do Reino, pela deterioração do estado de D. Maria I.
- 1828 - Simão Bolívar assume a presidência da Colômbia.
- 1842 - A Carta Constitucional é restabelecida, depois de ter sido substituída pela Constituição de 1822, revista em 1838, após a Revolução de Setembro.
- 1942 - O primeiro disco de ouro da indústria discográfica é atribuído ao chefe de orquestra Glenn Miller.
- 1965 - Morrem 30 pessoas, no incêndio de um comboio espanhol, perto de Saragoça.
- 1969 - Os EUA, o Reino Unido e a França rejeitam as restrições alemãs sobre a entrada em Berlim Ocidental.
- 1976 - É lançado o semanário português O Diabo.
- 1979 - Morre Edward Kardelj, ideólogo do sistema político jugoslavo e um dos fundadores da liga comunista do país.
- 1981 - Juan Carlos de Espanha nomeia o antigo industrial Leopoldo Calvo Sotelo primeiro-ministro, em substituição de Adolfo Suárez.
- 1983 - A União Geral de Trabalhadores, UGT, passa a membro de pleno direito na Confederação Europeia de Sindicatos.
- 1984 - Morre o presidente soviético Yuri Andropov, 69 anos.
- 1985 - Nelson Mandela, dirigente do ANC, rejeita a oferta de libertação condicional apresentada pelo Governo branco da África do Sul.
- 1986 - Começa em Palermo, na Sicília, o julgamento de 474 pessoas da Cosa Nostra, culminando a luta da justiça italiana contra a organização mafiosa.
- 1987 - É denunciada a situação de fome e sede de palestinos cercados pela milícia xiita Amal, num campo de refugiados, em Beirute.
- 1992 - O escritor português Miguel Torga recebe o Prémio Vida Literária, da Associação Portuguesa de Escritores. Na mesma data, a APE oficializa a candidatura do poeta ao Nobel da Literatura.
- 1993 - Em resposta a acusações de corrupção, Bettino Craxi demite-se de secretário-geral do Partido Socialista Italiano, que ocupava há 16 anos.
- 1995 - O Banco de Portugal autoriza a compra do Banco Português do Atlântico pelo Banco Comercial Português e a seguradora Império.

## Montreal em Evidência

Continuação da página 1

sabores tradicionais e os resultados de novas pesquisas no campo culinário, segundo a opinião do Presidente de Honra deste festival, o chefe Fausto Airolti, português nascido em Moçambique, de mãe portuguesa e pai italiano, em funções no chique Spot São Luís, no Chiado, em Lisboa.



Falar de boa cozinha implica necessariamente citar a boa adegas. E ela não fica a dever nada à qualidade dos mestres da culinária. Na caravana, vêm nada mais, nada menos, que 18 representantes das mais conceituadas quintas vinícolas portuguesas, orgulhosos e desejosos de

## Falta a sobremesa...

negra dos investidores e somos uma dor de cabeça para o Comissário europeu dos Assuntos Económicos. Este considera que Portugal perdeu competitividade que faz aumentar os receios dos mercados internacionais e que como tal, torna-se crucial resolver o problema de endividamento porque os investidores não acreditam que Portugal possa pagar a quem deve. Trata-se assim de um sério risco de bancarrota, com um governo a continuar as suas ideias de grandeza e construir TGVs...

O índice bolsista nacional afundou-se de quase 3%. A Espanha e a Grécia acompanham-nos de perto. O preço das obrigações do Tesouro nestes países tem tido subidas astronómicas. A produção e as exportações quase nulas. O país não produz. Só gasta.

O que não tem.

No meio dos trabalhos da comissão económica e das finanças foram feitas várias votações ao mesmo tempo que o ministro responsável, o PM e vários outros—tendo recuado nas ameaças de eleições antecipadas—apelaram para a não aceitação das transformações propostas na Lei das Finanças Regionais, alegando graves implicações nas contas públicas e na imagem que se dará no exterior. Os partidos da oposição afirmam no entanto que o fantasma evocado pelo ministro das Finanças não tem razão de existir e sugeriram alternativas para a situação.

E aprovaram o diploma.

fazerem conhecer os produtos das suas terras, enriquecendo o paladar dos inúmeros apreciadores que certamente se apresentarão, nos diversos locais indicados no programa acessível ao público. A curiosidade deste certame que necessitou de uma organização bem estruturada e que é apoiada por uma gama de comanditários de alto calibre, é o facto de todos os convidados vindos de Portugal, serem recebidos e acompanhados pelos proprietários de tantos outros restaurantes montrealenses, onde se executarão na apresentação de refeições segundo as suas próprias ementas. Estão neste caso os restaurantes Ferreira Café e Portus Calle, que acolhem dois reputados chefes, que saberão deliciar os bons apreciadores em datas já marcadas no calendário oficial. No aspecto geral do Festival, os preços não serão todos muito acessíveis. Incluindo vinhos, variam entre 60 a 300 dólares por pessoa, antes das taxas de serviço e governamentais, consoante o restaurante. Para além das festividades lúdicas e artísticas que são parte integrante do Festival, haverão paralelamente actividades agro-alimentares no Mercado Jean-Talon, prova de vinhos e queijos da Estrie no Complexo Desjardins, sem esquecer as variedades culinárias da Nova-Orleans, a apaixonada dos peixes e mariscos, com influências crioulas, cajuns e francesas.

Os Midis du Festival, onde participa o nosso Restaurante Douro, servem pratos de diversas nacionalidades a preço económico e fixo.

O público é portanto convidado a informar-se do diversificado calendário do Festival com todas as indicações horárias e de locais, para poder beneficiar das atracções enriquecedoras do seu conteúdo e ao mesmo tempo, apreciar os tesouros agro-alimentares portugueses, a qualidade excepcional dos seus chefes de cozinha, bem como a complexidade dos perfumes e sabores da vinicultura nacional, produtos de elevada reputação mundial.

Na próxima edição, divulgaremos parte do programa geral deste Festival que Air France patrocina e que este ano coloca Portugal em evidência.

Raul Mesquita

Continuação da página 1

Que falta agora para o banquete final?

A sobremesa.

O Presidente da República, que já afirmou que a estabilidade do país não vai ser afectada por aquilo que ele considera "debates complementares", terá a possibilidade de vetar o diploma e acarretar com o descontentamento da Madeira e dos partidos da oposição, o que certamente não será muito feliz para a sua recandidatura à Presidência que surgirá muito em breve.

Por outro lado, o braço de ferro que se aponta no horizonte com a afirmação de Teixeira dos Santos, a garantir que utilizará todos os meios ao seu alcance para bloquear a Lei impedindo a transferência de fundos, sobretudo para a Madeira, recebeu o apoio previsível dos socialistas dos Açores, tendo Carlos César dado uma achega com um pedido de esclarecimento constitucional (que não foi pedido em 2007 quando os Açores foram privilegiados), não augurando nada de bom para finalizar a sobremesa, seja ela Pão-de-ló, Pão-de-rala ou Palha de Abrantes

O acender das velas será feito portanto num ambiente lúgubre. De pesadas consequências, seja qual for a direcção tomada.

Que fará então o Presidente?

Quem puder responder ficará isento de pagar a factura...

Raul Mesquita

A VOZ DE PORTUGAL

Le plus ancien journal de langue portugaise au Canada

La Voix du Portugal - The Voice of Portugal  
4231-B, Boul. St-Laurent, Mtl, Qc., Canada H2W 1Z4  
Tél.: (514) 284-1813 Fax: (514) 284-6150  
ESCRITÓRIO ABERTO - SEGUNDA A QUINTA-FEIRA  
Site web: [www.avozdeportugal.com](http://www.avozdeportugal.com)  
Courriel: [jornal@avozdeportugal.com](mailto:jornal@avozdeportugal.com)

EDITRICE: Nancy Martins  
DIRECTEUR: António Vallacorba  
DIRECTRICE-ADJOINTE: Sandy Martins  
ADMINISTRATION ET RÉDACTION: Kevin Martins  
RÉDACTEUR EN CHEF ET INFOGRAPHISTE: Sylvio Martins  
COLLABORATEURS:  
Antero Branco, Elisa Rodrigues, Diamantino de Sousa,  
Dinora de Sousa, Helder Dias, J.J. Marques da Silva,  
João Mesquita, José de Sousa, Manuel Carvalho, Victor Hugo,  
Miguel Félix, Natércia Rodrigues, Tiago Múrias, Raul Mesquita

CORRESPONDANTS: Portugal: António A. Archer,  
Augusto Machado, Joel Neto, Lagoas da Silva,  
Manuel Rodrigues, Maria Helena Martins,  
Ricardo Araújo Pereira, Hélio Bernardo Lopes  
PHOTOGRAPHES:  
José Rodrigues, Anthony Nunes  
DISTRIBUTION:  
Nelson Couto, Victor Medina  
PUBLICITÉ:  
Québec: Kevin Martins, RPM,  
IMTV Ethnic Comm.  
Ethnic Média.  
Portugal: PortMundo Ld.

Tous droits réservés. Toute reproduction totale ou partielle est strictement interdite sans notre autorisation écrite.

Courrier de deuxième classe; Numéro de contrat: 1001787. Dépôts legaux à la Bibliothèque nationale du Québec et à la Bibliothèque nationale du Canada

Os textos, fotos e ilustrações publicados nesta edição são da inteira responsabilidade dos seus autores, não vinculando, directa ou indirectamente, o cariz editorial e informativo deste jornal.

ISSN: 0049-6790

Hebdomadaire fondé le 25 avril 1961

## BREVES

EM 6º LUGAR A  
PRODUZIR ENERGIA

Portugal ocupa o sexto lugar no ranking europeu e o nono no mundial de potência instalada de energia eólica, com 3.535 megawatts. Os dados foram divulgados ontem pela Associação Europeia da Energia Eólica.

IRÃO MANDA  
ENRIQUECER O URÂNIO

O presidente do Irão, Mahmud Ahmadinejad, ordenou ao chefe da Organização de Energia Atómica iraniana, Ali Akbar Salehi, para "produzir urânio enriquecido a 20%". "Eu já tinha dito: vamos dar [às grandes potências] dois a três meses para a conclusão de um acordo de troca de urânio, mas se não houver consenso começaremos nós a fazer isso".

GRANDE NEVÃO  
PARALISA COSTA ESTE

O mau tempo atingiu a Costa Este dos EUA entre Nova Iorque e a Carolina do Norte, tendo vários governadores decretado o estado de emergência. A capital, Washington, acordou sob um manto de neve de 50cm, o que encerrou a maioria dos serviços públicos e privadas.

POTÊNCIAS  
MANTÊM ESTÍMULOS

Os ministros das Finanças das 7 potências mundiais reafirmaram o objectivo de encontrar fórmulas para ajudar a frágil recuperação da economia mundial com o compromisso de manter os estímulos. O G7 propôs-se ainda a perdoar "toda a dívida do Haiti", devastado pelo terramoto de 12 de Janeiro.

## Evitar o cancro é possível

Quase cinco milhões das 12 milhões de pessoas que todos os anos são diagnosticadas com cancro podiam evitar a doença. Bastava que se protegessem contra infecções e mudassem o estilo de vida.

A conclusão é de um relatório da União Internacional contra o Cancro (UICC) e foi divulgada a propósito do Dia Mundial da Luta Contra o Cancro, que hoje se assinala. A associação lançou ainda a campanha "Protecção contra infecções que causam cancro". Segundo o presidente da UICC, David Hill, "cerca de 20% [dos cancros] podem ser atribuídos a infecções virais e bacterianas".

Também no dia mundial contra a doença, a Liga Portuguesa contra o Can-

cro lembrou que a Linha Cancro (808 255 255), criada em 2007, ajudou no ano passado cerca de 3.000 pessoas. Destas, 73,2% foram mulheres e o cancro da mama foi a doença que suscitou mais questões.

## Vencer a doença

★País €24,8milhões seguem para rastreios do cancro da mama e do colo do útero.

★Abrantes O céu enche-se de balões a lembrar quem lutou e luta contra a doença.

★Linha Dos contactos para a Linha Cancro, 56,6% foram feitos pelo doente.

## Trabalho barato vai acabar

Daqui a dez anos a Europa e a América do Norte vão lutar pelos imigrantes dispostos a trabalhos com piores salários. Para um Mundo onde o trabalho é a forma de sair de uma longa recessão, um défice no mercado de trabalho parece uma ideia absurda. Mas, de acordo com um estudo recente, em 2020 os países industrializados vão lutar pelos imigrantes. "O Japão vai ser o que mais vai sofrer, porque é um país que não tem um acesso fácil para imigrantes", diz ao Metro George Friedman, CEO da empresa de sondagens Stratfor. "E a Europa Ocidental e a Rússia vão procurar desesperadamente trabalhadores, o que vai causar tensões étnicas, porque a Europa não tem tradição em imigração massiva." Friedman é o autor do novo livro "Os

próximos 100 anos".  
"Países como a Turquia e o México vão tornar-se em breve importadores de trabalhadores imigrantes, com o



México a importar pessoas da América do Sul ao mesmo tempo que os seus próprios trabalhadores partem para os EUA", nota o autor.

## Idosa asfiziada até morrer por recusar vender casa

Era professora reformada e ex-freira. Tinha 66 anos, era rica, queria passar o resto da vida num lar em Fátima. Mas, antes disso, pretendia vender a sua casa, em Sandim, Gaia. Acabou morta por asfiziada, pelo vizinho, por ter recusado negócio. O suspeito vai ser julgado. O cadáver de Maria Conceição Pessoa foi encontrado no fundo de um poço, na freguesia de Olival, Gaia, a 18 de Dezembro de 2008, por indicação do próprio presumível homicida, um operário fabril, desempregado e hoje detido em Custóias, de 41 anos. A acusação do Ministério Público imputa-lhe crimes de homicídio qualificado, roubo agravado, profanação de cadáver e dano qualificado. O móbil do crime de homicídio terá sido o facto de a vítima ter negado vender a casa nas condições exigidas pelo agressor. O indivíduo foi descoberto pela circunstância de, no momento em que tirou a vida à vizinha, lhe ter roubado cartões bancários e tentado levantar dinheiro. A idosa tinha em três contas poupanças no montante de 186,5 mil euros. O vizinho deixou passar dez dias e acabou por tentar levantar dinheiro na Caixa Geral de Depósitos. Mas o código de multibanco, afinal, estava errado... Depois disso, volvidos mais dez dias, ainda telefonou para o banco, imitando uma voz com sotaque brasileiro, para questionar se existiria saldo na conta. Acabou traído por excesso de confiança, porque a Polícia Judiciária já o tinha colocado sob escuta e acompanhou-o em todos os passos. Vários dias antes de ser detido, a 18 de Dezembro de 2008, o operário fabril ainda foi ouvido enquanto testemunha nas instalações da Polícia Judiciária do Porto, ao lado de outros vizinhos da vítima. Nessa altura, comentou que andaria um assassino à solta. Maria Pessoa viva sozinha em Sandim, Gaia. Reformada da docência, sem familiares nem ninguém a seu cargo, ia todos os dias à missa. Um ano antes de morrer, tinha um objectivo: vender a casa, uma vivenda com quase mil metros quadrados de logradouro, e ir viver para junto de uma amiga, em Fátima. Pôs o imóvel à venda por 200 mil euros, mas não arranjou comprador imediato. Esperou, foi baixando o preço, até aparecer aquele vizinho.

**RESTAURANTE**  
**ESTRELA DO OCEANO**  
101 RACHEL E., MTL, H2W 1C8

**DIA DOS NAMORADOS**  
**13 E 14 DE FEVEREIRO**

VENHAM SABOREAR UMA  
EMENTA ESPECIAL PARA OS  
NAMORADOS COM MÚSICA E VOZ  
DE ANTÓNIO MONIZ E LUÍS DUARTE

**MATANÇA DO PORCO À MODA DOS AÇORES**  
**FESTA DE SARRABULHO À MODA DO MINHO**

**MATINÉE TRADICIONAL**  
28 DE FEVEREIRO PELAS 13H00

**HAVERÁ MÚSICA, CONCERTINAS**  
**E MUITO MAIS...**

**ADULTOS: 25\$ CRIANÇAS: 13\$**  
ATÉ 12 ANOS

**PARA RESERVAS E INFORMAÇÕES CONTACTAR**  
**TEL.: 514.844.4588**




**Fairmont**  
LE CHÂTEAU MONTEBELLO  
QUÉBEC

Come to the country for Sunday brunch.

Gather friends and family members in our magnificent surroundings and enjoy an exquisite brunch prepared by our Executive Chef Serge Jost. We invite you to also take the time to sample our wide selection of activities, available à la carte, including our luxurious state-of-the-art Spa.

Sunday Brunch, \$42\* per adult, seatings at 11:30 am and 1:30 pm

RESERVATIONS 819 423 6341

392, rue Notre Dame, Montebello QC www.fairmont.com

\* Parking included. Taxes and gratuity not included.

## A CAM deixa de ser aceite no metro Longueuil

Milhares de utentes dos transportes colectivos deverão pagar quase 60% mais caro para tomar o metro da linha de Longueuil, a partir do 1 de Julho de 2010, na sequência de uma decisão da Sociedade de transporte de Montreal (STM), agora tornada pública. No 1 de Julho, a carta mensal CAM da STM, que custa 70\$ e que era utilizada por numerosos residentes de Longueuil que utilizam o metro todos os dias, não será aceite na única estação da margem sul. Unicamen-

te os títulos individuais e o título mensal TRAM 3, que custa 111\$, serão aceites. De 3000 à 4000 utentes, que representam cerca de 15% da clientela diária do metro de Longueuil, de acordo com os dados disponíveis, sofrerão assim um aumento de 41\$ por mês, ou seja quase 60% em relação à situação actual. A STM tomou a decisão de banir a CAM da estação de metro de Longueuil a fim de responder às exigências do presidente da Câmara Municipal de Laval.

## Diminuição de suicídio no Quebeque

A taxa de suicídio do Quebeque nunca não foi tão baixa em quase 30 anos, sinal que a prevenção dá os seus frutos. Estes dados são particularmente perceptíveis nos menos de 20 anos. De acordo com o Instituto da estatística do Quebeque, 1103 pessoas se suicidaram na província em 2008, ou seja, o equivalente de três pessoas por dia. Contudo, a taxa de suicídio diminuiu em média de 4% desde há 10 anos, para se situar em 14 falecimentos por 100.000 pessoas em 2008. Outro dado portador de esperança: nota-se uma diminuição de 12% da taxa de suicídio nos menos de 20 anos. "A prevenção sobretudo orientou os

jovens nos últimos anos. Um mito persiste segundo o qual os jovens são mais a risco, mas não é mais o caso", menciona Brian Mishara, director do Centro de investigação e de intervenção sobre o suicídio e a eutanásia da UQAM. Os menos de 20 anos têm agora a taxa de suicídio mais baixa por grupo de idade, com oito suicídios para 100.000 pessoas. Ao oposto, os homens de 35 a 49 anos destacam-se com maior risco, com uma taxa de 33 suicídios por 100.000 pessoas. Apesar dos progressos, o Quebeque ocupa sempre à cimeira do quadro canadiano na matéria.

## Layton sofre de um cancro da próstata

O chefe do partido neo-democrata do Canadá, Jack Layton, anunciou sexta-feira que sofre de um cancro da próstata. O chefe do NPD indicou que o seu pai, Robert Layton, sofreu do mesmo tipo de cancro e que combateu a doença com sucesso. Jack Layton entende enfrentá-la com "a mesma determinação e o mesmo optimismo" que ele. A sua mulher, Olivia

Chow, também venceu um cancro, em 2005. "Ganhou a sua batalha, fê-lo-ei também", prometeu Jack Layton. "Venho de começar os meus tratamentos e tudo vai bem, sinto-me bem", precisou. Acrescentou com um sorriso que os seus tratamentos irão permitir-lhe acompanhar os Jogos olímpicos.

## Homenagem à Roméo LeBlanc

Postos Canadá presta homenagem à Roméo LeBlanc para sublinhar a carreira do antigo Governador-geral ao serviço do público. Um selo comemorativo com a sua efígie foi posto em circulação. A apresentação do selo teve lugar em Ottawa na presença da Governadora-geral Michaëlle Jean e o filho do defunto, o deputado liberal Dominic LeBlanc.

O selo apresenta um retrato de Roméo LeBlanc pintado pelo artista Christian Nicholson. A obra original ocupa um muro de Rideau Hall. O primeiro acadiano a ocupar a função de Gover-

nador-geral, Roméo LeBlanc morreu em Junho de 2009 com a idade de 81 anos. Uma cerimónia para sublinhar a emissão deste selo terá lugar amanhã na Universidade de Moncton, ao Novo Brunswick.

Roméo LeBlanc foi o chanceler desta universidade no início dos anos 2000. Nativo do Novo Brunswick, LeBlanc foi ministro das Pescas no governo liberal de Pierre Elliot Trudeau. Em 1984, é nomeado ao Senado e foi daí que saiu para ocupar as funções de governador-geral, a partir de 1995.

Retirou-se quatro anos mais tarde.

## O avanço dos conservadores derreteu

As esperanças dos conservadores de ganhar uma maioria dos 308 lugares na Câmara dos comuns nas próximas eleições parece esfumarem-se. Stephen Harper terá apenas que queixar-se de si próprio face a esta inversão de situação espectacular, de acordo com uma sondagem exclusiva Nanos realizada para a Imprensa. Enquanto que o Partido conservador detinha quase 10 pontos de percentagem de avanço sobre o Partido liberal a meio de Dezembro, os dois partidos quase estão agora à igualdade nas intenções de voto.

Se as eleições gerais tivessem lugar hoje, os conservadores de Stephen Harper obteriam 35,6% das vozes enquanto os liberais de Michael Ignatieff colheriam 33,9%. O NPD chegaria bom terceiro com 16,4% e o Partido verde deveria satisfazer-se de um magro 5,6%.

Para o presidente da firma Nanos, Nik

Nanos, os conservadores parecem predispostos a cometer erros de percurso que lhes fazem perder plumas logo que se aproximam de uma maioria nas intenções de voto. Em geral, um partido que obtém 40% dos sufrágios ou mais ao país pode esperar formar um governo maioritário. A queda dos apoios ao Partido conservador explica-se em grande parte pela decisão do primeiro-ministro Stephen Harper de anunciar a prorrogação do Parlamento, a 30 de Dezembro.

Os três partidos da oposição souberam tirar vantagens desta decisão, acusando os conservadores de quererem fugir às suas responsabilidades e de não dar contas ao Parlamento sobre uma multidão de assuntos, entre eles, informarem sobre o tratamento reservado aos prisioneiros afegãos pelas autoridades locais, após terem sido transferidos pelos soldados canadianos.

**RESTAURANT**  
**Quinta**  
Grelhados sobre carvão  
1851 Ontario Este - Tel. 514.563.1211

**VENHAM FESTEJAR O  
DIA DOS NAMORADOS  
13 DE FEVEREIRO PELAS 19H  
JANTAR DANÇANTE COM O DJ VINAGRE**



**RESERVEM OS SEUS LUGARES**

*Banda Nossa Senhora dos Milagres*  
**SÁBADO 27 DE FEVEREIRO ÀS 19H**  
**IGREJA SAINTE-GÉCILE**  
**225 RUA DE CASTELNEAU**

**Matança do Porco**

Animação a cargo de **JEFF GOUVEIA**

**Ementa da noite**  
Entrada: Sopa caseira  
Prato principal: Torresmos, Chouriço, Morcela com inhames e batata doce  
Sobremesa: café

Adultos: 25 matanças  
Crianças de 5 aos 10 anos: 12 matanças

**Para mais informações contactar:**  
José Cordeiro Tel.: 514-270-2116 ou José Lima Tel.: 514-276-5237  
Francisco Fonseca Tel.: 450-629-3009 ou José Dias Tel.: 514-217-9512

Épicerie

**Benfeito et Fils inc.**

DEPUIS 1966

Livraison à domicile

4800, Saint-Dominique, Montréal Qc H2T 1T8  
Tél.: (514) 844-1813 Fax: (514) 847-1923

# ESPECIAIS EM VIGOR ATÉ 17 DE FEVEREIRO

**SUMOL**  
VINHAS, LARANJA, MARACUJÁ  
**9.99 + tx**  
1.5L

**QUEJO VALFORMOSO**  
**9.90 lb**  
21.90 kg

**AZEITE SALOIO**  
100% OLIVA  
**3/15\$**

**"STRIP LOIN" DE VACA**  
**5.99 lb**

**SUMOS OASIS**  
**99¢**  
960ml

**NEWPORT PESCADA**  
**5.49**

**OASIS**  
100% natural  
Laranja, Wildberry, Jus de laranja, Apple

**Seafood Mix**  
MIXAGE DE PRODUITS DE LA MER

**FAMBRE FUMADO SCHNEIDER**  
**3.99lb**  
8.79kg

**MISTURA DE MARISCO**  
**1.50**  
200gr

**BELFARM**  
Feijão Vermelho, Feijão Branco, Feijão Branco, Feijão Branco

**ANANAS**  
**1.99**

**BROCOLI**  
**99¢**

**FEIJOÃO BELFARM**  
**79¢**  
540ml

**OASIS**  
OASIS Premium  
Orange Manteiga  
**2.99**  
1.75lb

**4800 ST-DOMINIQUE TEL.: 514-844-1813**



**CARNEIRO (21 de Março - 19 de Abril)**  
**Carta Dominante:** 10 de Paus, que significa Sucessos Temporários, Ilusão. **Amor:** Avizinham-se momentos muito felizes com o seu par. Não espere que o amor vá ter consigo, dê o primeiro passo. **Saúde:** Proteja-se do frio e da chuva. As constipações andam a rondá-lo.

**Dinheiro:** Tenha cuidado com a forma como trata os seus subordinados ou os seus colegas. Lembre-se que eles merecem todo o seu respeito.

**Número da Sorte:** 32 **Números da Semana:** 02, 03, 05, 08, 19, 20

**TOURO (20 de Abril - 20 de Maio)**  
**Carta Dominante:** 7 de Ouros, que significa Trabalho. **Amor:** Antes de acusar o seu par, pense bem e verifique se não está a ser exagerado ou injusto para com ele. **Saúde:** Período marcado pela instabilidade emocional. Procure manter o equilíbrio através da prática de meditação.

**Dinheiro:** Planeie bem o seu trabalho antes de iniciar um novo projecto.

**Número da Sorte:** 71 **Números da Semana:** 01, 06, 09, 41, 42, 49

**GÉMEOS (21 de Maio - 20 de Junho)**  
**Carta Dominante:** 3 de Espadas, que significa Amizade, Equilíbrio. **Amor:** Esteja consciente dos seus erros e não mantenha discussões com os seus amigos. Aprenda a perdoar. **Saúde:** Cuidado com os acidentes domésticos. Tendência para pequenas queimaduras.

**Dinheiro:** Seja mais comedido e organize um plano que lhe permita controlar o seu orçamento doméstico.

**Número da Sorte:** 53 **Números da Semana:** 08, 10, 36, 39, 41, 47

**CARANGUEJO (21 Junho - 22 de Julho)**  
**Carta Dominante:** 10 de Ouros, que significa Prosperidade, Riqueza e Segurança. **Amor:** Um relacionamento antigo pode chegar ao fim. Prepare o seu coração pois esperam-se períodos de alguma tristeza, mas eles são necessários para as alegrias que também hão-de vir.

**Saúde:** Não se prevêm grandes problemas neste sector.

**Dinheiro:** É possível que receba algum dinheiro inesperado.

**Número da Sorte:** 74 **Números da Semana:** 05, 06, 07, 10, 18, 22

**LEÃO (23 de Julho - 22 de Agosto)**  
**Carta Dominante:** Ás de Ouros, que significa Harmonia e Prosperidade. **Amor:** Esteja atento pois pode sofrer uma desilusão com alguém da sua família. Mantenha a serenidade em qualquer situação. **Saúde:** Tendência para infecções oculares. Vá ao médico se não se sentir bem.

**Dinheiro:** Faça uma análise à sua vida profissional e verifique se vale a pena manter um emprego que pode prejudicar a sua estabilidade emocional.

**Número da Sorte:** 65 **Números da Semana:** 08, 09, 10, 17, 19, 25

**VIRGEM (23 de Agosto - 22 de Setembro)**  
**Carta Dominante:** A Papisa, que significa Estabilidade, Estudo e Mistério. **Amor:** Poderá sentir-se tentado a ajudar pessoas mais carenciadas. Aproveite e dê a mão a quem precisa. **Saúde:** Cuidado com as correntes de ar. É possível que apanhe uma pontada e se constipe.

**Dinheiro:** Esteja consciente das suas capacidades e aposte na melhoria das suas condições de trabalho.

**Número da Sorte:** 2 **Números da Semana:** 15, 26, 31, 39, 45, 48

**BALANÇA (23 de Setembro - 22 de Outubro)**  
**Carta Dominante:** 8 de Paus, que significa Rapidez. **Amor:** É possível que conheça uma pessoa que, em pouco tempo, conquistará o seu coração de forma arrebatadora. **Saúde:** Consulte o seu médico e faça um check-up geral à sua saúde. **Dinheiro:** Momento propício para proceder a uma mudança radical no seu panorama profissional. Não tenha medo e ouse!

**Número da Sorte:** 30 **Números da Semana:** 06, 11, 25, 32, 49, 58

**ESCORPIÃO (23 de Outubro - 21 de Novembro)**  
**Carta Dominante:** Valete de Paus, que significa Amigo, Notícias Inesperadas. **Amor:** Surpreenda o seu par e invista no poder de sedução. O seu poder de atracção está em alta. **Saúde:** Esteja atento a todos os sinais que o seu organismo lhe envia. **Dinheiro:** Procure pensar mais nas necessidades dos outros e seja um pouco mais generoso.

**Número da Sorte:** 33 **Números da Semana:** 08, 10, 23, 26, 29, 33

**SAGITÁRIO (22 de Novembro - 21 de Dezembro)**  
**Carta Dominante:** A Torre, que significa Convicções Erradas, Colapso. **Amor:** Evite discussões com familiares, já sabe que não levam a lugar nenhum. **Saúde:** Tendência para as insónias. Beba um chá de camomila antes de dormir. **Dinheiro:** Período favorável para colocar todos os seus projectos em prática. Aproveite e planeje as suas actividades.

**Número da Sorte:** 16 **Números da Semana:** 03, 09, 17, 28, 39, 45

**CAPRICÓRNIO (22 Dezembro - 20 de Janeiro)**  
**Carta Dominante:** Rainha de Ouros, que significa Ambição, Poder. **Amor:** Entregue-se de corpo e alma à sua relação amorosa. Não tenha receio de demonstrar aquilo que sente. **Saúde:** Período sem grandes problemas ao nível da saúde. **Dinheiro:** Esforce-se por estar à altura das expectativas dos seus superiores hierárquicos. Eles exigirão o máximo de si.

**Número da Sorte:** 77 **Números da Semana:** 04, 08, 11, 19, 23, 27

**PEIXES (19 de Fevereiro - 20 de Março)**  
**Carta Dominante:** Ás de Espadas, que significa Sucesso. **Amor:** Irá manifestar-se em si uma grande energia sensual. Liberte-a e viva a paixão com intensidade. **Saúde:** Consulte o seu médico, provável falta de vitalidade. Pode tomar um suplemento vitamínico, ajudá-lo-á a enfrentar os desafios quotidianos. **Dinheiro:** Resolverá os seus problemas facilmente. Não se preocupe pois está numa fase favorável.

**Número da Sorte:** 51 **Números da Semana:** 01, 08, 10, 36, 39, 42

**AQUÁRIO (21 de Janeiro - 18 de Fevereiro)**  
**Carta Dominante:** 10 de Espadas, que significa Dor, Depressão, Escuridão. **Amor:** Mudanças bruscas de humor poderão causar conflitos com familiares e/ou com a pessoa amada. Modere o comportamento intempestivo. **Saúde:** Atravessa um período extremamente agitado. Vigie o aparelho digestivo. Faça uma dieta. **Dinheiro:** Pare com despesas desnecessárias e não planeadas.

**Número da Sorte:** 60 **Números da Semana:** 25, 33, 39, 41, 42, 48

## MUITO BONS SOMOS NÓS Boi sentado

Horrorizamo-nos: “Credo, que coisa tão portuguesa...” – e com isso nunca queremos dizer mais nada senão: “De um terceiro-mundismo atroz!” Nada a fazer: trazemos connosco isto de que ser português é ser mesquinho, pobre de espírito, egoísta – e, quando se trata de falar dos “portugueses em geral”, nunca somos um deles. Curiosidade: o hábito não é especialmente lusitano. A snobeira, já se sabe, é coisa de pobre – e não há país novo-rico onde não se suspire: “Ah, como o meu povo é mesquinho...”

Os brasileiros fazem-no. Os angolanos fazem-no. Os eslovacos fazem-no. Os franceses não o fazem, mas porque são ricos há muito tempo – e, de resto, nunca lhes faltou a vaidade colectiva. Muitos americanos não o fazem, mas por etnocentrismo – e, em todo o caso, há sempre alguém, entre a classe “pensante” da costa Leste, disposto a fazê-lo.

Portanto, isto não é um lamento sobre a portugalidade: é um desabafo sobre a espécie. Diz um daqueles emails que circulam pela web, chegando-me à caixa de correio a cada três semanas, que “Ser português é: levar arroz de frango para a praia;

guardar as cuecas velhas para polir o carro; tirar a cera dos ouvidos com a chave do carro; gastar uma fortuna no telemóvel, mas pensar duas vezes antes de ir ao dentista; viver em casa dos pais até aos 30; falar mal do Governo e esquecer que se votou nele (...). Ora, eu conheço uma dúzia de países onde também se leva arroz para a praia. Já estive noutra dúzia onde se guardam as cuecas velhas para polir o carro. Sei de pelo menos outra dúzia ainda onde se vive até aos 30 anos em casa do papá. E nunca ouvi falar de um só país, já agora, onde não houvesse a tradição de guardar lugar.

E, porém, é uma das mais irritantes características do ser humano quando confrontado com o tormento da espera: guardar lugar para um amigo, para a mulher, para o vizinho que se atrasou, que foi virar o carro

ou que fez um desvio para comprar os chupa-chupas. Uma pessoa chega à cafetaria, leva com uma fila de vinte minutos para resgatar uma sopa e depois passa outros vinte às voltas pela sala, com o tabuleiro na mão e a mochila às costas e a sopa a pingar, à procura de um sítio para comer. Há cadeiras vazias? Claro que há. Por exemplo: naquela mesa à esquerda, onde uma senhora gorda espera sozinha, tamborilando os dedos e ajustando os botões do camiseiro. Naquela mesa ao meio, onde um grandalhão aguarda em silêncio, feito boi sentado, de olhar disperso. Naquela mesa ao canto, onde uma rapariga fala alto ao telemóvel, combinando a noitada de sábado. E o que é que cada um deles nos responde se nos aproximamos com o tabuleiro, ousando sequer olhar para uma das cadeiras vazias? “Está ocupado.”

Apetece virar a mesa. Apetece bater-lhes. Apetece fazer um chinfrim e chamar-lhes egoístas, anormais, filhos de uma grandíssima mãe – e era precisamente isso que faríamos, não fosse insurgir-se o receio de o grandalhão efectivamente ser tão grandalhão como parece, de a senhora

rebeitar de repente num pranto ou de a rapariga reconsiderar quanto a incluir-nos na sua tão promissora noitada. E, no entanto, nem uma hesitação: dizem-nos “Está ocupado”, como se fosse tão óbvio os lugares estarem ocupados como o céu ser azul e as nuvens branquinhas – e, no fim, ainda franzem a testa, esticam o pescoço e sugam o ar pelo canto da boca, num estalido, como quem diz: “Azarito...”

Depois precisamos de ir às Finanças, andamos uma hora às voltas para estacionar, avistamos um lugar milagroso entre dois Fiat Puntos – e lá está de novo a senhora gorda, agora em pé, acenando e franzindo a testa porque o marido foi dar a volta ao carro e, portanto, o lugar já está ocupado. À noite vamos a um concerto no Coliseu, chegamos um bocado em cima da hora, a maior parte dos lugares livres ficam por detrás dos pilaretes – e lá está a rapariga do telemóvel, com sete belas cadeiras vazias à volta, mas todas elas “ocupadas” por um dos pullovers velhos que ela traz numa mochila que tem especialmente para o efeito. No dia seguinte vamos ao supermercado e lá está o grandalhão a ocupar uma caixa, com ar absolutamente respeitável, enquanto a mulher foi dar uma última volta pelo corredor dos frescos, porque afinal tinha faltado o Häagen-Dazs.

Está mal. Está mal e, quando se trata de um Inverno tão longo como este, uma pessoa já só tem vontade de fazer como o Frank no seu sonho mais selvagem, regando tudo, acendendo um fósforo e estacionando do outro lado da rua, a rir e a ver arder. Eu nunca consegui tolerar estes bois – e, em semanas assim, é sempre o Frank que me vale. *Joel Neto*

Está mal. Está mal e, quando se trata de um Inverno tão longo como este, uma pessoa já só tem vontade de fazer como o Frank no seu sonho mais selvagem, regando tudo, acendendo um fósforo e estacionando do outro lado da rua, a rir e a ver arder. Eu nunca consegui tolerar estes bois – e, em semanas assim, é sempre o Frank que me vale. *Joel Neto*

Está mal. Está mal e, quando se trata de um Inverno tão longo como este, uma pessoa já só tem vontade de fazer como o Frank no seu sonho mais selvagem, regando tudo, acendendo um fósforo e estacionando do outro lado da rua, a rir e a ver arder. Eu nunca consegui tolerar estes bois – e, em semanas assim, é sempre o Frank que me vale. *Joel Neto*

**CENTRO DO ACORDEÃO**  
 CENTRE DE L'ACCORDÉON

Reparações de todos os géneros  
 Estimação gratuita  
 Vendas de acordeões usados  
 Cursos privados

Tel.: 514.725.9224  
 Contactar Sr. Adélio depois das 15h00

Pastelaria, Padaria, café

**Bela Vista**

WWW.PASTELDENATA.CA  
 6409 Ave. Papineau  
 (Beaubien) 514.227.1777

A Pastelaria Bela Vista, na Papineau, informa que abrirá aos domingos a partir de 14 de Fevereiro, dia de S. Valentim, para servir os pequenos almoços e almoços. E haverá uma ementa muito amorosa para este dia muito especial.

Para informação e reservas: 514.227.1777



## L'aide dont vous avez besoin

Si vous avez récemment perdu votre emploi ou craignez de le perdre, le Plan d'action économique du Canada peut vous aider.

- Jusqu'à cinq semaines de prestations d'assurance-emploi régulières supplémentaires
- Prolongation de la période de prestations d'assurance-emploi dans les régions les plus touchées
- Traitement accéléré des demandes de prestations d'assurance-emploi
- Prestations additionnelles et formation professionnelle pour les travailleuses et travailleurs qui ont participé pendant des années aux programmes du gouvernement et ont aujourd'hui besoin d'aide

Appelez ou visitez le site Web pour en savoir plus.

**[plandaction.gc.ca](http://plandaction.gc.ca)**

1 800 O-Canada

## Here to support you

If you've recently lost your job, or are afraid you might, Canada's Economic Action Plan can help.

- Five extra weeks of Employment Insurance (EI) regular benefits
- Increasing the duration of EI benefits in regions of high unemployment
- Faster EI claims processing
- Extended benefits and skills training for workers who have paid into government programs for all those years and now need assistance

Call or visit to learn more.

**[actionplan.gc.ca](http://actionplan.gc.ca)**

1 800 O-Canada

**PLAN D'ACTION**  
ÉCONOMIQUE DU CANADA

CANADA'S ECONOMIC  
**ACTION PLAN**

**Canada**



# Solmar

111 Rua Saint-Paul Este

T.: 514.861.4562 F.: 514.878.4764

www.solmar-montreal.com

info@solmar-montreal.com



## 38º Aniversário do restaurante Solmar

Calendário e ementas das festividades aniversariantes

No programa o apreciado cantor Toy, vindo expressamente de Lisboa para estas festividades

O chefe convidado Miguel Martins em conjunto com o nosso chefe João Vieira, preparará uma ementa especial de 4 serviços para o Dia de S. Valentim, que se manterá até o final do mês de Fevereiro para prazer dos nossos clientes. Nos dias 12, 13, 14 e 15, a animação musical estará a cargo dos habituais e conceituados artistas do Fado, José João, Luís Costa e João Medeiros. Teremos também a presença sempre apreciada de Jordelina Benfeito.

### Preço especial dos fins-de-semana \$42,95

Jantar de Gala do Aniversário - Segunda-feira 15 de Fevereiro às 19 horas

Confeccionado pelo nosso grande chefe João Vieira assistido pelo chefe convidado Miguel Martins, uma ementa de 6 serviços acompanhado da nossa carta de vinhos, "alguns produtos únicos" da Casa Ferreira, vinhos reserva da nossa cave de vinhos.

#### Ementa

Porto branco Ferreira incluído  
+  
Peito de pato com figos  
OU  
Grão de bacalhau  
OU  
Salmão fumado com queijo de cabra  
+  
Refresco de licor de amêndoa  
+  
Arroz de mariscos  
OU  
peixe assado no sal  
OU  
Tornado de bison à Solmar  
+  
Prato de queijos variados  
+  
Crepes à Solmar ou Torta de amêndoa algarvia  
+  
Café flamejado à Solmar

**\$100,00**

#### Lista de vinhos

	copo	garrafa
Porto branco Ferreira	\$6,00	
Vinho verde	\$8,00	\$30,00
Vinha grande Ferreira	\$10,00	\$40,00
Casa Ferreirinha - 1990	\$15,00	\$120,00
Reserva especial Ferreirinha 1984	\$30,00	\$380,00
Barca Velha - 1995	\$25,00	\$250,00
Barca Velha - 1985	\$40,00	\$600,00
Barca Velha - 1983	\$45,00	\$660,00
Cave Solar das Francesas - 1968	\$30,00	\$600,00
Vintage 1985 Ferreira Porto	\$40,00	\$300,00
Vintage 1982 Ferreira Porto	\$45,00	\$320,00
D. Antónia Ferreira	\$10,00	
Tawny Ferreira 10 anos	\$20,00	
Tawny Ferreira 20 anos	\$50,00	
Colheita de 1910 Anderson	\$100,00	
Aguardente Velha Ferreirinha	\$15,00	

e muitos outros Vinhos, Portos Velhos e Aguardentes Velhas

O Solmar orgulha-se de receber na sexta-feira 19 de Fevereiro, pela segunda vez, a grande atriz Maria Medeiros que esteve em actuação no Teatro Espace Go em Montreal e actuará na Place des Arts a 20 e 21 deste mês

Fernando de Almeida, conceituado internacional da canção, animará de terça a domingo, as noites do 38º Festival de Abril em Portugal no Solmar, a partir do 1 de Abril até o 10 de Junho deste ano, após o estrondoso sucesso alcançado no ano passado no nosso Restaurante. Este apreciado cantor e músico encontra-se presentemente a actuar no famoso Hotel Lindner na Suíça até finais de Março, depois dos êxitos alcançados no famoso Hotel Reids Palace da Ilha da Madeira. No rés-do-chão, o Restaurante La Sauvagine continua a oferecer os especiais da melhor cozinha francesa e as saborosas carnes do "gibier québécois", oferecendo igualmente uma "Table d'hôte" a partir de \$15,00 e uma ementa de 4 serviços a \$42,95, preparada pelo nosso chefe francês.



**Artista  
convidado  
Toy**



## FESTA DE NOSSA SENHORA DA ESTRELA

## Em noite bem estrelada

Nossa Senhora da Estrela foi condignamente festejada no sábado passado na Missão Portuguesa Santa Cruz, com celebração eucarística, jantar e baile, numa iniciativa muito bem sucedida do Convívio dos Naturais e Amigos da Ribeira Grande.

A Filarmónica do D. Espírito Santo de Laval (FDESL) e o Grupo Coral do Senhor S. Cristo dos Milagres (GCSSCM), sob a direção de Filomena Amorim, anteciparam a mui nobre missa com a renição simultânea do Hino da Senhora festejada. O padre António Araújo e o padre Clifford de Souza concelebraram a cerimónia religiosa, com o templo repleto de fiés.

No subsolo da igreja, mais tarde, algumas quinhentas pessoas participaram no exuberante serão festivo, com jantar muito apreciado, confeccionado pelo Restaurante Estrela do Oceano e servido pelo grupo de



Jovens em Ação, ligado a esta Missão.

O serão foi aberto pela Filarmónica de Laval, que executou o Hino de Nossa Senhora da Estrela e uma marcha, entre outros números, tendo decorrido a apresentação do espetáculo sob a responsabilidade do nosso comum amigo, Luís Tavares Bello, cujo talento de mestre de cerimónias enobreceu sobremaneira toda a acividade festiva da noite, filmada, tal como a



missa, pelo Alberto Feio, do Montreal Magazine.

“Nossa Senhora da Estrela/ Cheia de graça e de luz/ É a rainha mais bela/ Por ser a mãe de Jesus”.

Recordemos que Nossa Senhora da Estrela é orago (único em Portugal) da Igreja Matriz da Ribeira Grande, S. Miguel, Açores, cujo dia se celebra a 1 de Fevereiro. (Nas demais regiões de Portugal, é conhecida por Senhora das Candeias e Senhora da Luz). É bastante característico desse evento na cidade da Ribeira Grande o cantar às estrelas, que encerra as festividades da quadra natalícia. Constituiu, por outro lado, uma vivência natural das gentes do concelho e, cada vez mais, tem-se generalizado por outros con-

celhos micalenses e por comunidades de imigrantes do Canadá e Estados Unidos.

Registe-se, entretanto, e a concluir, a boa qualidade do entretenimento, do “*melhor que tem passado por aqui*”, tal como referiu o Tavares Bello (e nós concordamos!). Actuaram Jordelina Benfeito, o artista convidado, vindo de Portugal, Luís Filipe Reis, Sílvia Sabash, argentina e uma descoberta de Joe Puga; Eddy Sousa e José C. Froias, no som, que preencheram uma noite plena de música popular, fados e



alegria e que o público muito apreciou, saudando-os frequentemente com os seus calorosos aplausos.

Para o cronista, foi um prazer voltar a ouvir a Jordelina Benfeito, para quem o passar dos anos tem sido assaz generoso, não lhe afectando de maneira alguma o timbre da sua encantadora voz; constituindo uma surpresa muito agradável também as actuações da Sílvia Sabash e do Luís Reis, para uma inolvidável noite de música popular e de dança, a que não foi estranho o contributo do Eddy e dos técnicos do som.

Curiosamente, o primeiro disco do Luís Reis, que tem estado a celebrar o 25<sup>a</sup> aniversário da sua carreira artística e se identifica exemplarmente com a nossa emigração, foi gravado no Canadá.

Saudamos os nossos conterrâneos ribeiragrandenses nas pessoas do industrial Ildeberto Silva e demais dirigentes deste Convívio, pelo brilhantismo desta popular e elegante festa.

António Vallacorba



Falamos Francês,  
Inglês e Italiano

Um conceito único,  
à moda europeia  
em St-Léonard



Viver nos Jardins de Itália é escolher um estilo de vida que alia conforto e vitalidade num meio-ambiente protegido. Um hábito de vida são e activo, onde poderá usufruir de uma vasta gama de serviços e actividades, mantendo a preservação da sua intimidade.



### Serviços: “Tudo incluído”

Vigilância 24 horas \* Recepção aberta 7 dias por semana\*  
Consultório de consultação medical\* Enfermeira auxiliar \*  
Complexo medical Sélection\* Capela \* Actividades planificadas  
\* Área para fabricação de vinho \* Jardins comunitários \* Sala de cinema \* Gastronomia tradicional italiana \* Terreno de “bocce” exterior \* Cantina e cozinha comunitária \* Bar desportivo

1 ½ – 2 ½ – 3 ½ – 4 ½  
Escritório para arrendamentos,  
aberto todos os dias

Les Jardins d'Italie  
Giardini d'Italia

Residência para pessoas reformadas autónomas

5650, rue du Hautbois, Saint-Léonard  
Esquina Lacordaire e Jean-Talon

514.253.5650

www.lesjardinsditalie.ca

MEMBRO DO

RÉSEAU SÉLECTION



**Santander Totta**  
 4245 BOUL. ST-LAURENT TEL.: 514.281.0702  
**CÂMBIO DO DÓLAR CANADIANO**  
**9 de Fevereiro de 2010**  
**1 Euro = CAD 1.476860**

**SERVIÇOS CONSULARES**  
 Consulado Geral do Brasil  
 1 Westmount Sq., #1700 514-499-0968  
 Embaixada de Portugal  
 645 Island, Ottawa 1 (613) 729-0883  
 Consulado Geral de Portugal Mtl  
 2020 Université, 24º andar 514-499-0359

**URGENCIAS E SERVIÇOS PÚBLICOS**  
 Polícia, Fogo, Ambulância 9-1-1  
 Cidade de Montreal 3-1-1  
 Acidentes de trabalho 514.903.3000  
 Ajudas jurídicas 514.842.2233  
 Ajuda social 514.872.4922  
 Assurance automobile 514.873.7620  
 Assurance-emploi 514.644.4545  
 Assurance Maladie 514.864.3411  
 Auberge Transition 514.481.0495  
 Casamentos civis 514.393.2113  
 Cidadania Canadiana 1-888-242-2100  
 Emigração Canadá 514.496.1010  
 Emigração Quebec 514.873.2445  
 Hospital Hôtel-Dieu 514.890.8000  
 Hospital Royal Victoria 514.842.1231  
 Multi-Ecoute 514.737.3604  
 Normas do trabalho 514.873.7061  
 Pension securité vieillesse Canada 1.800.277.9915  
 Protecção ao consumidor 1.800.387.1194  
 Protecção da juventude 514.896.3100  
 Regie ass. automobile 514.873.7620  
 Revenu Canada 1.800.959.7383  
 Revenu Québec 514.864.6299

**ASSOCIAÇÕES E CLUBES**  
 Ass. dos Pais 514.495.3284  
 Ass. N. Sra. de Fátima 450.681.0612  
 Ass. Port. do Canadá 514.844.2269  
 Ass. Port. do Espírito Santo 514.254.4647  
 Ass. Port. de Lasalle 514.366.6305  
 Ass. Port. de Ste-Thérèse 514.435.0301  
 Ass. Port. do West Island 514.684.0857  
 Casa dos Açores do Qc 514.388.4129  
 Casa do Ribatejo 514.729.9822  
 Centro de Ajuda à Família 514.982.0804  
 Centro Acção Sócio-Com 514.842.8045  
 Centro do Esp. Santo 514.353.1550  
 Clube Oriental de Mtl 514.342.4373  
 Clube Portugal de Mtl 514.844.1406  
 Com. Angolana de Mtl 514.544.7392  
 Filar. de Laval 514.844.2269  
 Filar. Portuguesa de Mtl. 514.982.0688  
 F. Campinos do Ribatejo 514.353.3577  
 RF. Verde Minho 514.768.7634  
 Sporting Clube de Mtl 514.499.9420  
 Sport Montreale Benfica 514.273.4389

**ENSINO**  
 Portuguesa Brossard 450.659.4356  
 Portuguesa de Laval 450.681.7420  
 Portuguesa Santa Cruz 514.844.1011  
 Portugueses do Atlântico 514.387.1551  
 Lusitana de Montreal 514.353.2827

**IGREJAS**  
 Igreja Baptista Portuguesa 514.484.3795  
 Missão Santa Cruz 514.844.1011  
 Missão N.ª S.ª de Fátima 450.687.4035

**AGÊNCIAS DE VIAGENS**  
**ALGARVE**  
 681 Jarry Est 514.273.9638  
**CONFORT**  
 4057 Boul. St-Laurent 514.987.7666  
**LATINO**  
 177 Mont-Royal Est 514.849.1153  
**LISBOA**  
 355 Rachel Est 514.844.3054

**A VOZ DE PORTUGAL**  
**COLABORE COM O NOSSO JORNAL**

**José Raposo**  
 Faleceu em Montréal no dia 5 de Fevereiro de 2010, com 79 anos de idade, José Raposo, natural de Angra do Heroísmo, Terceira, Açores, esposo de Teresa Pinheiro Raposo.  
 Deixa na dor as suas filhas Lilianna (Manuel Pires), Dina (Manuel Fialho) e Lucia, seus netos(as) Richard (Christine), Danny, Karina, Kevin, Marco Paulo (Laura), Melinda (Mike), Candace e Ashley, a sua bisneta Jessica, restantes familiares e amigos.  
 Os serviços fúnebres estiveram a cargo de **MAGNUS POIRIER Inc**  
 6825, Sherbrooke Est, Montréal  
 514-727-2847 [www.magnuspoirier.com](http://www.magnuspoirier.com)  
**António Rodrigues**  
 O velório teve lugar no domingo dia 7 de Fevereiro de 2010, das 14h às 17h e das 19h às 22h, e na segunda-feira 8 de Fevereiro a partir das 8 horas.  
 Seguiu-se o serviço fúnebre na Igreja Notre-Dame d'Anjou. Foi sepultado em cripta no cemitério Le Repós de Saint-François d'Assise.  
 A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que, de qualquer forma, se lhes associaram neste momento de dor. A todos o nosso obrigado pelo vosso conforto. Bem Hajam

**Traduções Sandy Martins**  
 Traduções de documentos em Português, Inglês e Francês.  
 Traduções urgentes nas mais diversas áreas  
**Contacte 514-943-7907**

**Silva, Langelier & Pereira inc.**  
 Seguros gerais  
**www.jassure.ca**  
 seguros online  
 75 Napoléon | Montréal  
 slp@jassure.ca | 514 282-9976

**ASTRÓLOGO - CURANDEIRO PROF. MESTRE AIDARA**  
 Não há sofrimento sem solução... Por esta razão chegou ao nosso País o grandioso astrólogo, curandeiro africano, conhecido mundialmente Mestre Aidara, com 20 anos de experiência do seu trabalho. Ajuda a resolver qualquer que seja o seu caso, mesmo à distância com rapidez, eficácia e garantia: Amor, dinheiro, má sorte, tristezas, angústias, invejas, assombrações, maus-olhados; afastar amantes e inimigos; impotência sexual, mau vício, etc. Seja qual for o problema, eu resolvo com resultados positivos, com honestidade e sigilo absoluto. Não deixe agravar o seu caso, desabafe comigo.  
**514-374-2395**  
 Falo Português

**Francisco Agnel Bento Martins**  
 1958-2010  
 Faleceu em Toronto, no dia 6 de Fevereiro de 2010, com 51 anos de idade, Francisco Agnel Bento Martins, natural das Quatro Ribeiras, Terceira, Açores, filho do já falecido Francisco de Sousa Martins e de Maria Ode-te Bento Martins.  
 Deixa na dor a sua mãe, seu irmão Acílio Adélio (Evangeline Legacy), sua filha Jaynie, sua neta Maja, seus tios (as), assim como restantes familiares e amigos.  
 O funeral decorreu terça-feira, 9 de Fevereiro de 2010, após missa de corpo presente, pelas 10 horas, na Igreja Salvador do Mundo, Mississauga, Ontário. Foi a sepultar, em cripta, no Mausoléu Nossa Senhora de Fátima, no Cemitério Assumption, em Mississauga.  
 A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram tomar parte nas cerimónias fúnebres ou que, de qualquer forma, se lhes associaram na dor.  
 A todos Obrigado e Bem-hajam.

**Adeus querido sobrinho**  
 Vim da cidade de Montreal, Viajei este longo caminho, Para dizer um Adeus final Ao meu querido sobrinho.  
 Lutaste tanto contra a morte Provaste que eras valente; Mostraste que eras forte Ate ao último momento.  
 Era pesada a tua cruz, Deus destinou assim. Esta vida é como a luz, Apaga-se e chega ao fim  
 Estás junto com teus irmãos, Teu Pai e teus avós também. Ao Céu levanto as mãos E peço força para tua Mãe.  
 Essa força, também Para teu irmão vou pedir, Que ajude sempre tua Mãe Nos dias tristes que vão seguir.  
 As tuas dores eram tais, Era tanto o teu sofrer. Adeus, até jamais, É o que me resta dizer. Subir ao Céu agora vais, Descanso e paz no Céu vais ter.  
**Carlos Martins**

**José de Sousa**  
 1936 - 2010  
 Faleceu em montreal, Sr. José De Sousa, com 74 anos de idade. Natural de Gorriana, Sao Miguel, Açores.  
 Deixa na dor sua esposa Sra Dolira Costa de Sousa, suas filhas, Maria de Graça. (Domínico) e Fernanda, sua neta Michelle e a sua irma Ines de Sousa, sobrinhos(as), Tias, conhadros(as) assim como outros familiares e amigos.  
 Os serviços fúnebres estiveram a cargo de: **Alfred Dallaire | Memoria**  
 1120, Jean-Talon E., Montreal  
 514-277-7778 [www.memoria.ca](http://www.memoria.ca)  
**Eduino Martins**  
 O velório teve lugar ontem, Terça-feira 9 Fevereiro de 2010 das 14h às 17h e 19h às 22h. O funeral será quarta-feira às 10h30 horas na igreja Saint-Ambroise, 1215 Beaubien Este. Irá a sepultura no cemiterio Repos St-François d'Assise.  
 A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que se dignaram tomar parte nas cerimónias fúnebres ou que, de qualquer forma, se lhes associaram na dor. A todos Obrigado e Bem-hajam.

**A VOZ DE PORTUGAL**  
**PUBLICADO TODAS AS QUARTAS-FEIRAS**  
**LEIA E DIVULGE**

QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA
01:30 BOM DIA PORTUGAL 05:00 PRAÇA DA ALEGRIA 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 09:45 AMANHECER (TELENOVELA) 11:00 PORTUGAL NO CORAÇÃO 13:00 PORTUGAL EM DIRECTO 14:00 O PREÇO CERTO 15:00 TELEJORNAL 16:00 LINHA DA FRENTE 16:30 ARGENTINA CONTACTO 17:00 BIOSFERA (R) 17:45 CONTRA INFORMAÇÃO 18:00 JOGO DUPLO 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 20:45 TELEJORNAL MADEIRA 21:15 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE ARGENTINA CONTACTO 22:15 DOCUMENTÁRIO América, América... Chegamos todos bem 22:45 PAI À FORÇA 23:30 NUNO DA CÂMARA PEREIRA, 25 ANOS DE CARREIRA 00:30 GRANDE REPORTAGEM-SIC 01:00 JOGO DUPLO(R)	02:00 BOM DIA PORTUGAL 05:00 PRAÇA DA ALEGRIA 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 10:00 AMANHECER (TELENOVELA) 11:00 PORTUGAL NO CORAÇÃO 13:00 PORTUGAL EM DIRECTO 14:00 O PREÇO CERTO 15:00 TELEJORNAL 16:00 GRANDE ENTREVISTA 16:30 MAGAZINE AUSTRÁLIA CONTACTO 17:00 MILHO 18:00 JOGO DUPLO 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 20:45 TELEJORNAL MADEIRA 21:15 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE AUSTRÁLIA CONTACTO(R) 22:15 PONTAPE DE SAÍDA 23:15 CONTA-ME COMO FOI 00:00 CORREDOR DO PODER 01:00 JOGO DUPLO	02:00 BOM DIA PORTUGAL 05:00 PRAÇA DA ALEGRIA 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 10:00 AMANHECER (TELENOVELA) 11:00 PORTUGAL NO CORAÇÃO 13:00 PORTUGAL EM DIRECTO 14:00 O PREÇO CERTO 15:00 TELEJORNAL 15:30 ANTES PELO CONTRÁRIO 16:15 MAGAZINE VENEZUELA CONTACTO 16:45 A ALMA E A GENTE 17:15 O QUE SE PASSOU FOI ISTO 17:45 DOCUMENTÁRIO América, América... Chegamos todos bem 18:15 TRIO ODEMIRA - 45 ANOS 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 20:45 TELEJORNAL MADEIRA 21:15 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE VENEZUELA CONTACTO(R) 22:15 FAMÍLIA, FAMÍLIA 00:30 GRANDE ENTREVISTA 01:00 QUARTO CRESCENTE	02:00 ÁFRICA 7 DIAS 02:30 DA TERRA AO MAR 03:00 BOM DIA PORTUGAL 04:00 ZIG ZAG 05:00 NOTÍCIAS DE PORTUGAL 05:30 A ALMA E A GENTE (R) 06:00 PORTUGAL SEM FRONTEIRAS 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 10:00 FUTSAL - Fundão vs Benfica 11:45 SURFTOTAL 12:00 ATLÂNTIDA (AÇORES) 13:30 MAGAZINE EUA CONTACTO - CALIFORNIA 14:00 NOTÍCIAS DE PORTUGAL 14:30 CONTRA INFORMAÇÃO 15:00 TELEJORNAL 16:00 A VOZ DO CIDADÃO 16:15 FUTEBOL - LIGA SAGRES Leixões vs Porto 18:15 PAI À FORÇA(R) 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O QUE SE PASSOU FOI ISTO 20:30 TELEJORNAL 21:30 FUTEBOL - LIGA SAGRES Benfica vs Belenenses 23:15 EUA CONTACTO - CALIFORNIA 23:45 ILHAS MÍTICAS	00:30 FERNANDO PEREIRA - AS GRANDES VOZES DE PORTUGAL EM 70 ANOS DE CANÇÕES 02:00 AFRIQ@GLOBAL 02:30 CONSIGO 03:00 BOM DIA PORTUGAL 04:00 ZIG ZAG 05:15 EUCARISTIA DOMINICAL 06:30 ESPECIAL CARNAVAL 2010 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 10:00 SÓ VISTO! 10:45 ESPECIAL CARNAVAL 2010 12:30 PROGRAMA DAS FESTAS 15:00 TELEJORNAL 16:00 AS ESCOLHAS DE MARCELO 16:30 CONCELHOS DE PORTUGAL 17:00 FAMÍLIA, FAMÍLIA 19:00 NOTÍCIAS 20:00 A ALMA E A GENTE (R) 20:30 TELEJORNAL MADEIRA 21:00 TELEJORNAL - AÇORES 21:30 NUM PAÍS CHAMADO SIMONE 23:30 CONTRA INFORMAÇÃO(R) 00:00 30 MINUTOS(R) 00:30 FRANÇO CONTACTO(R) 01:00 Programa a designar 01:30 COUTO & COUTADAS	01:00 MILHO 02:00 BOM DIA PORTUGAL 05:00 PRAÇA DA ALEGRIA 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 09:16 ZIG ZAG 10:00 AMANHECER (TELENOVELA) 11:00 PORTUGAL NO CORAÇÃO 13:00 PORTUGAL EM DIRECTO 14:00 O PREÇO CERTO 15:00 TELEJORNAL 16:00 30 MINUTOS 16:30 MAGAZINE MACAÛ CONTACTO 17:00 GRANDE REPORTAGEM-SIC 17:30 A HORA DE BACO 18:00 JOGO DUPLO 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 21:04 TELEJORNAL MADEIRA 21:41 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE MACAÛ CONTACTO - N. INGLAT CONTACTO - N. INGLAT 17:15 SÓ VISTO(R) 18:00 JOGO DUPLO 19:10 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 21:04 TELEJORNAL MADEIRA 21:15 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE MACAÛ CONTACTO 22:15 TRIO D'ATAQUE 23:30 SERVIÇO DE SAÚDE 01:00 JOGO DUPLO(R)	02:00 BOM DIA PORTUGAL 05:00 PRAÇA DA ALEGRIA 08:00 JORNAL DA TARDE 09:00 ZIG ZAG 10:00 AMANHECER (TELENOVELA) 11:00 PORTUGAL NO CORAÇÃO 13:00 PORTUGAL EM DIRECTO 14:00 O PREÇO CERTO 15:00 TELEJORNAL 16:00 30 MINUTOS 16:30 MAGAZINE MACAÛ CONTACTO 17:00 GRANDE REPORTAGEM-SIC 17:30 A HORA DE BACO 18:00 JOGO DUPLO 19:00 NOTÍCIAS 20:00 O OLHAR DA SERPENTE 21:04 TELEJORNAL MADEIRA 21:15 TELEJORNAL - AÇORES 21:45 MAGAZINE MACAÛ CONTACTO 22:15 TRIO D'ATAQUE 23:30 SERVIÇO DE SAÚDE 01:00 JOGO DUPLO(R)

# ANÚNCIOS A PARTIR DE \$9.00\*

\*A partir de \$9.00 por semana. Taxas não incluídas. Aplicável a novos anúncios unicamente.  
 TODOS OS ANÚNCIOS DEVEM SER PAGOS COM ANTECEDÊNCIA, Visa ou Mastercard - dinheiro, passar na redacção.

## EMPREGOS

**Operários, mínimo de 5 anos exp. em "pavé-uni" e muros de apoio. Bom salário. Tempo inteiro. 514-820-5247**

**Les Entrepreneurs Bucaro Inc.**  
 Procura 1 instalador de "pavé-uni", 1 pessoa para trabalho geral e 1 equipa (pavé-uni) com mín. 3 anos de exp. Salário conforme experiência. **Contactar Jos 514-325-7729**

Costureira com experiência para loja de casamentos, em West Island. Ter carro. **Tony 514-694-6382**

Ajudante de mesa (busboy) a tempo inteiro para trabalhar num restaurante português. **514-240-3912**

Porteiro (concierge), casal maduro, experiência, para 52 apartamentos, em Montreal, pequenas reparações. Tempo inteiro, bom salário e apartamento incluído. **514-485-5764**

Empregados com experiência, para corrimãos e revestimento em alumínio. Bom salário. **514-608-1866**

Agente de viagens com 2 anos de experiência, que fale Francês, Inglês, Português. **514-849-1153**

Precisa-se de condutor de classe 1 com um mínimo de 1 ano de experiência entre o Canadá e Estados-Unidos. **514-250-4341**

Precisa-se de jovem a trabalhar a tempo parcial depois da escola e no fim-de-semana. **514-844-1813**

Senhora responsável para limpeza, dinâmica e com experiência. Em Boisbriand. **450-430-0114**

## EMPREGOS

Homem com experiência de construção em sistemas interiores de metal, gesso, teto, etc. para pequenos trabalhos comerciais. Para companhia de gestão imobiliária. Salário anual. **514-355-1233**

procura-se pessoa com experiência para limpeza e deve falar inglês telefonar depois das 13h. **514-277-2220 ou 514-274-1407**

## VENDE-SE

4 pneus de Inverno com jantes de 13po, usados. **514-571-1924**

## RENOVAÇÕES

Faço todo o género de renovações. **Senhor Lopes 514-946-2760**

Faço juntas de gesso (gyproc) e instalo gesso; pintura e renovações gerais.

**Contacte Alexandre Carneiro 514-402-1620**

## VIDENTE

Linhas da mão e cartas. Vidente com dons naturais. Resolve os seus problemas sem voodoo. **Rosa 514 278.3956**

## ARRENDAMENTO

Quartos, apartamentos e lofts comerciais. **Manuel Picado: 514-296-7274 ou 514-843-6036**

Em Outremont, 6 1/2, próximo do Metro, estacionamento privado. Livre 1º de Julho. \$850 / mês. **514-274-4843**

## PROCURA-SE

Procuo trabalho de limpeza, tenho experiência e referência para edifícios comerciais. **514-656-1687**

**Joseph Oliveira** 514-236-6998  
**Olivia Palva** 514-707-8977  
**PERFORMANCE**  
 www.oliviapalva.com

**AHUNTSIC RUA REIMS**  
 Duplex com cave terminada e garagem **IMPECAVEL**

**LAVAL-DES-RAPIDES**  
 Rua Viau perto de Jarry Duplex+ semi-dedicado **BOA CASA**

**MERCIER**  
**VENDIDO**  
 5PLEX 11X7 1/2 4X4 2SSOL **IMPECAVEL**

**AHUNTSIC -BERRI**  
 Triplex com Cave terminada **POR SOMENTE 429 000\$**

**RE/MAX** REMAX AMBIANCE INC. Courtier imm. agréé  
**CLEMENTINA SILVA**  
 514-891-1633 514-382-5000  
 Avaliação grátis sem compromisso  
 Vencedora do Hall of Fame Club 100% OR

**VILLERAY**  
 6-plex muito bem cuidado, telhado 2003, balcões e escadas 2006 vende 37 499\$ em junho preço 575,000\$ No MLS 8290253

**BUVERNAY**  
 Bungalow 1/2 bem cuidado, 3 qtos, terraço, grande terraço, garagem, sítio procurado em Laval - a 3 min. de Montreal \$273,000

**AHUNTSIC**  
 Grande duplex com 3 quartos fechados, bachelor e garagem. toiture 2009, RDC libre, perto do metro Sauvé \$449,000 No MLS 8287306

**ROSEMONT**  
 5-plex destacado 1x6 1/2, 4x4 1/2, 3 lugares de estacionamento, Rende \$42,000 no centro do "Vieux Rosemont", próx. do parque Molson e todas as comodidades. **\$550,000**

**RETTEPATRIE**  
 Apartamentos 5, NO CENTRO de perto parke 2 minutos do metro 4 quartos, 1 estacionamento, 1 balco. 349,000\$ No MLS 8272587

**ROSEMONT**  
 Triplex com garagem, cozinha e casa de banho renovadas, grandes quartos, vende 533,000. **\$479,900**

## Companhia portuguesa

Precisa-se de homens para trabalhar em Pavé-Uni e muros com ou sem experiência na Rive-Norte de Montreal. Transportes incluídos salário conforme a experiência

Tel.: 514-692-5792 ou 514-692-5905

**Drain Discount**  
 Serviço 24H 514-929-INFO(4636)

A partir de **55\$ hora**  
 \*condições aplicáveis

- Serviço de canalização
- Desentupimos e mantemos: duche, sanita, lavatório, esgoto, etc.
- Descongelção de canalização
- Inspeção com câmara
- Localização de condutos
- Limpeza a alta pressão
- Limpeza de raiz

15% de desconto para estudantes e pessoas da 3ª idade

**RE/MAX Alliance Inc.** Courtier Agréé  
 Informação gratuita - casas, hipoteca...  
**CARLOS AGOSTINHO** Agent Agréé  
 EXPERIENCE Hall of Fame Club 100% OR  
 514.374.4000  
 514.351.2998  
 514.996.9012

**MERCIER - Des Ormeaux/Sherbrooke.** Metro Honoré-Beaugrand. 8plex em bom estado. Bons rendimentos. \$59,000\$

**GOUIN ESTE - Condo de luxo** em prédio de prestígio. Venda rápida. Sucesso.

**VILLERAY**  
 DUPLEX DESTACADO. ESQUINA DE RUA 2x5 1/2, COM CAVE DE 5 1/2 EM BOAS CONDIÇÕES. PREÇO PARA VENDA RÁPIDA

**VILLERAY**  
 DUPLEX COM CONDIÇÕES DE VILA CENTRAL IDEAL PARA "GARDERIE", ESCRITÓRIO 1750\$'S EM ANDAIR. ÚNICO NO MERCADO

**VILLERAY**  
 2x5 1/2 e 2x5 1/2 E UM COMÉRCIO COM CAVE 1x5 1/2 LIVRE AO COMPRADOR AO LADO DO METRO E MERCADO JEAN-TALON

**ST-MICHEL - Excelente duplex** c/ subsolo de luxo. Garagem. Preço negociável.

**PLATEAU - Excelente triplex** grande e bem situado. \$69,000\$ negociável

**ARLINDO VELOSA** RE/MAX DU CARTIER-VILLERAY  
 7170, boul. St-Laurent  
 Escr.: (514) 272-2432  
 Telem.: (514) 770-6200  
 Resid.: (514) 272-2431  
 Avaliação gratuita

**VILLERAY**  
 \$389,000 **VENDIDO**

**VILLERAY**  
 \$389,000 **VENDIDO**

**VILLERAY**  
 \$549,000

**MERCIER**  
 \$354,000 **VENDIDO**

**ST-MICHEL**  
 \$359,000

## S como safado ou o "Sócragate"

Cont. da página 1

vas de controlo da comunicação social, querendo deste modo justificar o arquivamento que determinaram das escutas apreendidas e que juntamente com as provas agora apresentadas, pelos procuradores Marques Vidal e Costa Gomes, incriminam José Sócrates no mais alto escalão. Devendo os seus postos ao mesmo governo, podemos ver nessa atitude, a do cão que não morde a mão que lhe dá de comer porém, incarna de modo repulsivo, a inoperância da Justiça em Portugal.

O esquema montado em que Sócrates esteve desde o início comprometido, previa a compra da Media Capital proprietária da TVI pela PT para controlar a informação e afastar jornalistas que considerava entraves à vitória socialista, estando igualmente previstas com os mesmos fins, as aquisições pelo Estado de outras empresas da comunicação social, entre elas o Público e o Grupo Cofina que detém o Correio da Manhã. No desenvolvimento deste largo e vergonhoso contencioso o Correio da Manhã diz assim: *José Sócrates sabia do negócio desde o início, e o seu desejo ia mais longe. Queria que aquele se fizesse com a aparente capa de legalidade. "Face à gravidade das suspeitas existe a obrigação de investigar"* - despacho do procurador João Marques Vidal, 23 de Junho de 2009. *"Nas intercepções telefónicas autorizadas e validadas neste inquérito, em diversas conversações surgiram indícios da prática de outros crimes para além dos directamente em investigação nos autos, tendo sido decidido genericamente que se aguardaria pelo desenvolvimento da investigação com vista a garantir o máximo de sigilo e eficácia, excepto se as situações decorrentes destes conhecimentos, pela sua gravidade e circunstâncias, exigissem o desenvolvimento de diligências de investigação autónomas que impusessem a imediata extracção de certidão. Face ao disposto nos artigos 2º e 38º nº 4 da Constituição da República Portuguesa, artigo 10º da Convenção Europeia dos Direitos do Homem e artigos 4º e 6º da lei da Televisão (Lei 27/2007 de 30 de Julho), que a seguir se transcrevem, o envolvimento de decisores políticos do mais alto nível neste 'esquema' (expressão empregue por Armando Vara em 21-06-2009) de interferência na orientação editorial de órgãos de comunicação social considerados adversos, visando claramente a obtenção de benefícios eleitorais, atinge o cerne do Estado de Direito Democrático e indica a prática do crime de atentado contra o Estado de Direito, previsto e punido no artigo 9º da Lei 34/87 de 16 de Julho - Crimes da Responsabilidade dos Titulares de Cargos Políticos. (...)*

*Como resulta da Constituição da República, da Convenção Europeia dos Direitos do Homem e da lei não é possível construir um Estado de Direito democrático sem meios de comunicação social livres das interferências e dos poderes políticos e económicos."* E no despacho do procurador António Joaquim Costa Gomes de 29 de Junho passado lê-se, entre outros considerandos, o seguinte: *(...) Resultam ainda fortes indícios de que as pessoas envolvidas no plano tentaram condicionar a actuação do senhor presidente da República, procurando evitar que o mesmo fizesse uma apreciação crítica do negócio. Estes factos poderão, em abstracto, integrar a comissão do crime de atentado contra o Estado de direito, previsto e punido pelo artigo 9º da Lei nº 34/87 de 16 de Julho, conjugado com o disposto nos artigos 2º e 38º da Constituição da República Portuguesa e 10º da Convenção Europeia dos Direitos do Homem.*

Isto que transcrevemos são resumos do processo da investigação porém, face ao apresentado e às provas acumuladas, haverá ainda alguém indiferente a tanta tráfaluha e monopolização da opinião pública, como nunca foi feito mesmo no tempo do tão acusado salazarismo?

O Presidente da República, que se diz Presidente de todos os Portugueses, tem o dever de agir em consequência e no interesse mais alto da Nação, destituindo o primeiro-ministro das suas funções e se necessário, propor o estabelecimento de um governo de salvação nacional até às próximas eleições. Portugal deve ser limpo das nódoas do servilismo e da vigarice institucionalizada custe a quem custar. Em último caso, as Forças Armadas deverão agir. Pela Pátria. Por Portugal.

**Raul Mesquita**

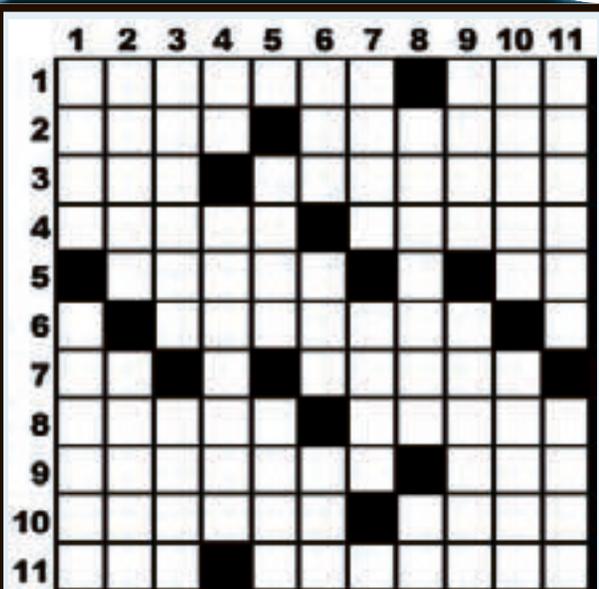
## ANEDOTAS

Sabem porque é que as árvores de Natal têm um anjinho em cima? É uma longa história... Na véspera de um destes Natais, o Pai Natal estava muito aflito porque ainda não tinha embrulhado as prendas todas, tinha uma rena coxa e outra constipada. Desesperado foi beber um copo, chega à adega e não havia nada. Voltou à cozinha para comer alguma coisa e os ratos tinham comido tudo. Para alegrar-lhe a vida, a mulher avisou-o que a sogra ia passar o Natal com eles. No meio do desespero, tocam-lhe à porta. Com a pressa de abrir a porta, tropeça e amassa a cara toda, começando a sangrar. Abre a porta neste lindo estado e aparece-lhe um anjinho dizendo com uma voz angelical: - Olá Pai Natal! Boas Festas! Venho visitar-te nesta quadra tão feliz, cheia de paz e amor. Trago-te aqui esta árvore de natal. Onde é que queres que a meta?

O homem foi fazer um safari em África e todos os dias quando voltava da caçada o gerente do hotel perguntava-lhe: - E então Manel? O que apanhaste hoje? No primeiro dia ele respondeu: - Hoje apanhei uma zebra, dois leões e quatro minonplis. No segundo dia: - Hoje apanhei um rinoceronte, cinco veados e 12 minonplis. O gerente achava estranho mas não perguntava nada para não parecer ignorante. Até que um dia, de tanto ouvir o homem dizer que apanhou um monte de minonplis ele decidiu esclarecer o assunto: - Desculpe Sr. Manel a minha ignorância mas eu não conheço esse bicho chamado minonplis. - Não? Há muitos por aqui. E são fáceis de apanhar... São uns bichinhos baixinhos, pretinhos e que quando lhes apontamos a arma eles começam a abanar os bracinhos e gritar "Mi nom, plis!"

Má notícia: Um dos nossos ministros apanhou a febre afetosa Boa notícia: Vai ser preciso abater toda a manada!

## PALAVRAS CRUZADAS



**Horizontais** 1. Acampamento mourisco formado de aduareis dispostos geralmente em círculo. Possuir. 2. Jurássico inferior. Que tem pequenos dentes como os da serra. 3. Ácido desoxirribonucleico. Lombriga. 4. Perspicaz. Pessoa doida. 5. Capital de Marrocos. Astato (s.q.). 6. Tecido fino de algodão ou lã. 7. Antiga cidade da Mesopotâmia. Privação de coisa que se possuía. 8. Licor que se extrai dos coqueiros. Sapato ou cinelo grande, mal feito (prov.). 9. Doente. Aqui está. 10. Fome (pop.). Fractura. 11. Sufixo de abundância. Pôr tacões.

**Verticais** 1. Fileiras. Instrumento cortante semicircular. 2. Labutar. Nome dado aos caracteres dos mais antigos alfabetos germânicos e escandinavos. 3. Cidade do leste da China, na zona deltaica do rio lansequião. Africano. 4. Aquelas. Cingi com os braços. 5. Casta de uva branca cultivada no Norte de Portugal. Baú. 6. Senão. Transportes Aéreos Portugueses. Matemática (abrev.). 7. Instrumento que serve para atirar setas. Ligação. 8. Director. Actínio (s.q.). 9. Invólucro de um produto. Casualidade (prov.). 10. Publica. Em grau mais elevado. 11. Rosa pequena. Guarnecer de asas.

## BOCA DO INFERNO

## Uma pandemia da China

Aquele "A" da gripe A é aparentado com aquele que os espectadores de jogos de futebol soltam quando a bola bate no poste: ah! Pensei que era golo... Com a gripe sucedeu o mesmo. Gripe ah!, já me foram ao bolso.

Divisas provenientes de todo o mundo entraram nas contas bancárias das farmacêuticas por causa da gripe A. O dinheiro, sabemos-lo bem, é contagioso. Sobretudo quando é muito, multiplica-se depressa. Significa isto que, embora de um modo ligeiramente inesperado, cumpriram-se as previsões da Organização Mundial de Saúde: acabou por haver pandemia, mas de moedas e notas. E infectaram, sobretudo, os bolsos das farmacêuticas. Haja quem tenha a caridade de nos livrar deste tipo de infecção.

Mas quem diria. Milhares de páginas de jornal a alertar para os perigos da gripe, horas de debates sobre a dimensão da pandemia, panfletos da Direcção-Geral de Saúde a ensinar os portugueses a lavarem as mãos e, segundo se diz agora (designadamente, em milhares de páginas de jornal), a pandemia foi o maior escândalo médico do século. Nada disto teria sido possível sem as reportagens e os debates. Mesmo as instruções sobre lavagem de mãos foram essenciais neste processo, para que o nosso dinheiro passasse para as mãos das farmacêuticas irrepreensivelmente limpo. Se as notas continuassem a ser manuseadas pelas nossas mãos

suas, talvez as farmacêuticas não as quissem.

Do ponto de vista médico, a gripe A foi uma digna sucessora de outras pandemias que, sendo muito perigosas nos jornais, foram inofensivas, ou quase, na vida real. Depois da doença das vacas loucas e da gripe das aves, a gripe suína também cumpriu o seu destino: como pandemia foi fraca, mas como negócio foi um achado. Aquele "A" da gripe A é aparentado com aquele que os espectadores de jogos de futebol soltam quando a bola bate no poste: ah! Pensei que era golo... Com a gripe sucedeu o mesmo. Gripe ah! Pensei que era mais perigosa. Por outro lado, também se parece com o ah! dos burlados. Gripe ah!, já me foram ao bolso. Eu conheço pessoalmente mais sócios do Sporting do que gente infectada pelo vírus da gripe A, o que demonstra bem o falhanço da disseminação da doença. Se um grupo tão reduzido consegue, ainda assim, ser mais numeroso, dificilmente poderemos chamar pandemia àquilo que aconteceu. Ainda assim, esperemos que as pandemias continuem a fazer-nos pior ao bolso do que à saúde. Antes na farmácia que no cangalheiro, como diz o José Mário Branco na célebre canção chamada OMS. Ou FMI. É mais ou menos a mesma coisa. Se se fala num ou noutro, o melhor é guardar a carteira.

Ricardo Araújo Pereira



## A DEVIDA COMÉDIA

## O jornalismo e o poder

O jornalismo sempre teve duas opções: ou se aguenta, incansável e indomável, ou morre de véspera.

Saí d' O Independente no dia em que Sousa Franco foi manchete por causa das cobras e lagartos que disse do Governo socialista, alto e bom som, num jantar privado. Saí por causa disso? Não, nem por sombras. Mas ao olhar a capa da altura, baseada em conversas ouvidas numa mesa ao lado, mais convencido fiquei da decisão que havia tomado.

Não sou virgem pudica, esclareça-se.

Nem tenho das redacções a visão da Imaculada Conceição.

Uma coisa talvez saiba: o jornalismo tem sobrevivido aos seus piores simpatizantes. Vejam eles terroristas da CIA por todo o lado ou o fim da liberdade de expressão pelo buraco do umbigo.

Digo já ao que venho e junto declaração de interesses: Mário Cresso, que não conheço, é um dos meus pivots preferidos de televisão. Não me grita as

notícias, faz todas as perguntas incómodas como se conversasse em família e não me deixa aterrado no sofá com medo do mundo em que vivo ou do vizinho do lado. O que nos dias que correm, é muito.

Cresso, entretanto, foi notícia nos últimos dias pelas razões que todos conhecem. E voltamos a ouvir falar do Sócrates intolerável com a Comunicação Social e os jornalistas. E a mania da perseguição.

Ora, como alguns já esqueceram, o jornalismo não acabou com Manuela Moura Guedes. Nem vai acabar com Mário Cresso, esclareço já. Não há, de resto, jornalistas incómodos. Há - ou deveria haver, isso sim - jornalismo praticado sem obediências a senhores, conveniências ou pressões. Se alguém lhe chama incómodo, é apenas um ponto de vista. Respeitável como tantos outros. Até ao dia em que isso der azo a atitudes e comportamentos que as leis e a saúde da democracia não toleram.

Cresso é experiente: saberá que é mais útil ao jornalismo todos os dias, às nove de noite, e não como caso de jornal ou vedeta útil de partido popular. E Sócrates não devia ser notícia porque fala alto num restaurante ou diz coisas intimidantes ouvidas no almoço do vizinho. De propósito, ignoro os figurantes sabujos de cargo e posto, especialistas em homilias e liturgia de paróquia.

O jornalismo e a política transformados em susceptibilidades almoçadeiras, bufaria indignada ou irritações de corredor são um péssimo serviço ao jornalismo e à política. Desde que o deixem comer em paz, dormir com quem lhe apetecer e fazer uns disparates para desopilar, tenho por certo que, mais cedo do que tarde, o País condenará os actos e os factos das convivências estranhas do jornalismo com o poder, a escrita de conveniência e as tentações de quem manda. Acções de governantes com pé para além do chinelo não são de hoje. Vieram dos sítios mais insuspeitos e até de founding fathers da democracia. Nesses casos, o jornalismo sempre teve duas opções: ou se aguenta, incansável e indomável, ou morre de véspera. O resto é tinta.

Miguel Carvalho



**CASA DE CÂMBIO**  
3960 Boul. St-Laurent  
514.845.5115

Agora aberto, com local renovado!

Nenhuma taxa de serviço  
Preços competitivos aos dos bancos  
Troca excelente de euros e dólares US

Horário:  
Segunda à quarta: 10h às 16h  
Quinta e sexta: 10h às 18h  
Sábado: 10h às 16h

Falamos Português

Tel.: 514 381.5200  
1530, Fleury este, Montreal  
eliteplus.teresa@videotron.ca  
licença do Québec

VOYAGES ELITE PLUS

ESPECIAL DA SEMANA  
Partida 18 de julho regresso 30 de agosto  
Lisboa/Porto 1319.00\$  
Açores a 843.00\$

O Papa em Fátima partida garantida  
8 de maio regresso 23 de maio.

Compare os nossos preços de Verão  
Ao seu serviço: Paula Daniela Azevedo  
Teresa Gaipo  
Para o Sul clique

WWW.HOLAVOYAGES.COM

# Maus hábitos que arruinam a sua dieta!

**D**e nada adianta meter-se em dietas se não controlar alguns maus hábitos e pulsões que atentam contra a sua linha.

## 1. "Acordo a meio da noite (ou antes de dormir) e tenho de ir comer qualquer coisinha"

Muitas de nós conhecem estes terríveis ataques ao frigorífico, que deitam por terra todas as boas intenções que cumprimos durante o dia. Como controlar estes 'desatinos'? De acordo com a nutricionista Vanda Gomes, "deve comer pelo menos três boas refeições durante o dia e duas mais leves: se salta essas refeições, chega à noite sem as calorias necessárias."

Um truque simples é, antes de se entregar a este desejo nocturno, beber três copos de água ou um chá de ervas (sem teína, para não lhe roubar o sonho). Desta forma, reduz naturalmente o apetite. "Também não deve ter junk food em casa, nem doces ou chocolates: se tiver comida saudável no frigorífico, os danos são minora-dos." Por fim, mantenha-se ocupada, evitando ver televisão, um hábito que convida ao consumo de alimentos pouco saudáveis. Ocupe a mente noutras actividades e verá como se esquece de comer.

## 2. "Não tenho fome de manhã"

O pequeno-almoço é a mais importante refeição do dia. Se não sente fome de manhã, pode muito bem ter a ver com o hábito de assaltar o frigorífico durante a noite. Controlando esse hábito, o apetite matutino regressa naturalmente. Se mesmo assim tal não lhe acontecer, beba um copo de leite magro antes de sair de casa e leve o pequeno-almoço para o trabalho. É que daqui a uma hora estará cheia de fome e qual é a tendência? Entrar numa pastelaria e comer o mais calórico dos bolos.

## 3. "Não resisto ao chocolate"

A explicação é simples: este alimento exerce um efeito muito especial: aumenta a produção de serotonina no cérebro, um neurotransmissor responsável pela nossa sensação de bem-estar e pela redução dos níveis de stresse e de ansiedade. "Sem que as pessoas se apercebam, o chocolate modifica o nosso estado de espírito e isso pode revelar-se, em certa medida, aditivo", recorda a nutricionista.

"O ideal seria que se adaptassem estilos de vida mais calmos, que ajudam a reduzir o consumo de alimentos com elevada quantidade açúcar, que contribui para o momento de peso, mas isso é utópico nos dias que correm." A verdade é que, em termos de satisfação, nada substitui realmente o chocolate. "Pode é reduzir e controlar o seu consumo: em vez de tabletes grandes, escolha uma pequena barra; coma o chocolate logo depois da refeição, dado que há maior possibilidade de comer menos porções, e não tenha chocolates em casa. Mas

o melhor é ver quais as insatisfações emocionais se encontram por detrás desse consumo."

## 4. "Adoro junk food"

Todos sabemos que o sabor desta comida pode ser aditiva, mas lembre-se que transborda de açúcar e em gorduras, sendo responsável pelos graves problemas de obesidade com que os Estados Unidos se deparam. Se não resiste, use a cabeça: faça apenas uma refeição semanal num destes estabelecimentos e minimize os danos, pedindo doses mais pequenas, optando por comer o seu hambúrguer e as suas batatas sem molhos, pedindo um sumo em vez de um refrigerante e acompanhando a refeição por uma salada.

## 5. "Tenho de experimentar tudo!"

Não resiste a comer entrada, prato, sobremesa e ainda petiscar dos pratos dos outros? Bem, antes de mais deve



pensar se não está a comer muito depressa. "A comida demora cerca de vinte minutos a 'acomodar-se' ao nosso estômago. Por isso, se comer mais devagar, vai dar tempo a que o processo natural de saciedade ocorra.", recorda a nutricionista. Em casa, antes de cozinhar, pense na quantidade saudável de comida que devia consumir e não exagere na dose.

**6. "No trabalho, tenho de ter sempre alguma coisa na boca."** O que não é necessariamente mau, dependendo do quê. Se forem bolachas, doces, chocolates, batatas fritas, é uma hecatombe de calorias. Opte nesse caso por snacks baixos em calorias, como fruta e iogurtes magros. Comer várias refeições por dia é também uma boa forma de evitar esta tendência. Se sentir que a sua energia está a cair a pique, é melhor consumir uma bebida, na forma de café ou de chá., assim como alimentos com hidratos de carbono complexos.

e bom gosto.

Passamos o resto da semana a visitar as ilhas de Sta. Lúcia, Aruba, St Martin e Ste Croix. Um passeio de encanto. Não esperava gostar tanto. Agora só aceitarei convites se o casamento for no sul (risos).

Muitos parabéns às famílias Gonçalves e Pires. A Voz de Portugal deseja longa vida e muitas felicidades à Sandy e ao Nelson.

*Antero Branco*

# Um casamento bem especial

**Q**uando há alguns meses recebemos o convite de casamento da Sandy Gonçalves e do Nelson Pires, achei que eram loucos. Convidar-nos para um casamento na ilha de Barbados, nas Caraíbas? Casar-se longe de casa ainda por cima numa terça-feira, dia 2 de Fevereiro. Acreditava que não iria praticamente ninguém. Pois enganei-me! Com eles foram setenta e dois outros «loucos» que partilharam aquele momento de alegria. Até convenceram o Padre da freguesia. A Sandy e o Nelson tiveram convidados que se deslocaram da Europa, da América Norte, do Brasil e até mesmo do Uruguai.

Aqueles que conhecem a Sandy sabem bem que ela é uma mulher da «guerra». Antes de enviar os convites, preparou um cruzeiro com o barco « Adventure of the Seas », a um preço acessível, que convenceu parte dos seus amigos e familiares a participarem nessa aventura.

A cerimónia teve lugar na igreja de São Francisco, em Bridgetown, presidida pelo Reverendo Padre José Maria Cardoso. Como na ilha faz muito calor, a assinatura do registo fez-se no jardim da igreja que tem como fundo uma praia.

A Boda realizou-se num restaurante muito simpático que tem como quintal uma magnífica praia. Muitos dos convidados aproveitaram para dar um mergulho. Um casamento exótico, com muita elegância



Felicitações ao nosso amigo Luís Miranda pela vida comum que inicia com Michelle Zammit.

SUDOKU								
	6			8				7
4			1					5
	8	3						
		9		1				
2			4	7				3
				9		6		
						7	3	
5				4				1
9			2					5

LUSOBEAT™	
O "TOP 10" das comunidades lusófonas norte-americanas compilado por LUSOBEAT.com	
<b>01.</b>	<b>SONHOS DE PORTUGAL</b> Sou Português A Toda Hora
<b>02.</b>	<b>PRISCILLA MARIE</b> Tu Aqui Não Petiscas
<b>03.</b>	<b>ALEX CÂMARA</b> Pulsar Dos Tambores
<b>04.</b>	<b>JORGE FERREIRA</b> Ser Português (É Ter As Cores Da Bandeira)
<b>05.</b>	<b>YOUNG FIRE</b> Losing My Way
<b>06.</b>	<b>NICOLE CORDEIRO</b> Magia De Amor
<b>07.</b>	<b>SANDRO G</b> My Baby
<b>08.</b>	<b>ERATOXICA</b> It's Been Real
<b>09.</b>	<b>MAURÍCIO MORAIS</b> Tu E Eu Até Ao Fim
<b>10.</b>	<b>MEXE MEXE</b> Terras De Portugal

SOLUÇÕES												
SOLUÇÃO CRUZADAS:												
1	6	5	9	2	8	3	4	7				
2	5	8	4	6	7	1	9	3				
3	7	1	8	9	5	6	2	4				
4	1	4	6	5	9	7	3	2				
5	8	3	5	2	7	1	9	6				
6	4	9	3	1	2	5	7	8				
7	8	3	5	4	6	2	1	9				
8	9	2	1	7	3	8	6	5				
9	5	2	6	7	3	4	9	8				
10	2	6	7	3	4	9	8	1				
11	5	8	1	4	5	6						
12	6	7	3	4	9	8	1					
13	8	1	4	6	5	9	7	3				
14	3	7	1	8	9	5	6	2				
15	3	7	1	8	9	5	6	2				
16	2	5	8	4	6	7	1	9				
17	2	5	8	4	6	7	1	9				
18	6	4	9	3	1	2	5	7				
19	7	8	3	5	4	6	2	1				
20	6	4	9	3	1	2	5	7				
21	7	8	3	5	4	6	2	1				
22	4	9	2	1	7	3	8	6				
23	4	9	2	1	7	3	8	6				
24	1	6	5	9	2	8	3	4				

## Parece estar...

Passam anos e sistemas políticos. Ditaduras e amstras de democracias. A base resiste. Impregnada, ao que parece, bem no fundo de nós próprios. Nos nossos géneses. O quero, posso e mando, de qualquer governante, por muito fraudulento que seja conhecido. Encontramos esse tipo de atitude em muita outra gente a quem se lhe dá um título, o empréstimo duma função e zás, fazemos mais um ditador. Mais um senhor director, um presidente, enfim, um todo-poderoso. Pelo menos, ele pensa isso. Assinando cheques e distribuindo prendinhas com valores que não lhe pertencem, comprando amizades e apoios cúmplices. Calando vozes. E sente-se bem debaixo dessa capa formada pelos esbirros, que se aproveitam da arrogância e prepotência do chefe, para igualmente organizarem o seu pé-de-meia. Para trás, bastante longe, ficam os compromissos tomados, as palavras vazias,

ocas, com que em cada reunião do executivo ou assembleia pública, vêm tentar camuflar situações e esconder abusos. Para tal necessitam sempre de ter do seu lado a chamada informação social. Aquela que deve servir o público com honestidade e transparência, reservando sempre o direito de uma informação séria e alicerçada, esclarecendo sem alienações partidárias. Sem compadrios.

Teorias raramente aplicadas.

Na prática é diferente.

Em Portugal, a grande maioria dos jornais diários são subsidiados pelo governo. Logo, dele dependentes. E em caso de litígio, arranjam-se justificações que não colam de forma alguma. Na imprensa étnica encontramos também casos destes. Há publicidades que são pagas apenas para que se escreva o que diga, na sua própria glorificação, o patrocinador. Em França, por exemplo, todos os jornais propagam a fé socialista em pagamento das substanciais ajudas recebidas. Se o governo muda para outras cores, o que é que irá acontecer?

O caso da hora, já baptizado como “o caso Mário Crespo” é um exemplo da perversão que rege as nossas instituições no mais alto da escala. Toda a gente conhece no jornalista e pivô da Sic o seu instinto incisivo que emprega em crónicas ou entrevistas televisivas. E apreciam a forma directa, sem rodeios nem receios, de chamar cada coisa pelo seu nome próprio. Um tralfulha é um tralfulha, seja primeiro-ministro, padre ou bispo. E temos muitos. Formam-se até seitas nos bastidores ou debaixo da cruz, o que por exemplo, já fez alguém dizer com excelente lucidez, que a maioria dos alegados cristãos não são necessariamente católicos. São padristas. Agarram-se a um padre por ser da terra ou do seu partido, no caso político, e seguem-no por todo o lado. De paróquia em paróquia, como animais domésticos e domesticados, que esperam o dono à porta do presbitério, tal como aconteceu em S. Valentim de Coiras, lá nos confins transmontanos, atrás do Sol-posto. Felizmente acabando por mais tarde ou mais cedo serem desmascarados. “Quando um cego acompanha outro cego,

acabam os dois por cair na fossa”— Segundo Testamento, S. Mateus-XV-14. Foi o que aconteceu com o PM José Sócrates num almoço (pago pelos contribuintes) no Hotel Tivoli em Lisboa no passado dia 26, ao congeminar com alguns comparsas, a necessidade de dar “solução” (Hitler e Himmler também prepararam a solução final para os judeus...) ao “louco a necessitar de ir para o manicómio, ao profissional impreparado” que nas suas opiniões é Mário Crespo. Ex-professor da Universidade que Sócrates diz ter frequentado, no tempo em que um dos seus amigos e beneficiadores das larguezas do Estado, foi director...

A “solução”, para estes abusadores do poder, é o amordaçar das vozes como Manuela Moura Guedes, José Eduardo Moniz, o Director do Público, mesmo Rebelo de Sousa...enfim, aqueles que se vão da lei da bajulice libertando.. Que são os problemas para o primeiro-ministro e para o seu leal ministro dos Assuntos Parlamentares que tutela a comunicação social, e os faz identificar como “um problema que tem de ser solucionado”. Mas a “resolução” de um problema trás sempre um outro a resolver.

A recusa do subserviente director do JN de publicar uma crónica sobre o assunto, da autoria do “problema” visado, Mário Crespo, fez este desligar-se completamente do Jornal tendo o seu texto sido recuperado pelo Instituto Sá Carneiro, que lhe deu desenvolvida publicação. A condenável— a todos os títulos— censura do Director do JN, talvez lhe tenha causado mais problemas do que resolvido o apreendido. A liberdade de expressão, quando apoiada com testemunhos e factos como neste caso, nunca deverá ser estropiada. E calem-se os habituais camaradas que criticam apenas por criticar, com devaneios incoerentes em que se contradizem nas virtudes que querem propagar. Falar muito e nada dizer é fórmula utilizada por quem procura manipular a informação na forma estaliniana. Tenores de alcova.

Mas isso também, parece fazer parte dos nossos géneses...

Raul Mesquita

**JEAN-YVES MESQUITA T.P.**  
AGENTE TÉCNICO DE ARQUITECTURA



**SERVIÇOS DE ARQUITECTURA**  
RESIDENCIAL • RENOVAÇÕES • COMERCIAL • MULTIPLEX



t 514 972-9985  
@ JEAN-YVESMESQUITA@VIDEOTRON.CA

**Casa Minhota**  
A verdadeira cozinha típica portuguesa

**Feliz S. Valentim**

Neste dia romântico uma ementa especial será servida

Sala privada para recepções

Especialidades da casa:  
**Peixes e mariscos**  
"Table d'Hôte" todas as noites  
Especiais todos os dias

Aberta das 11h30 à meia-noite  
Tel 514-842-2661  
Fax 514-842-7491  
3959 boul. St-Laurent, Montréal (QC) H2W 1Y4





**Casa Minhota** **DFJ VINHOS**

No quadro do “Festival de Montréal en Lumière” a Casa Minhota em colaboração com a Alivin têm a honra de receber o senhor Eng. José Neiva, enólogo e proprietário da DFJ Vinhos.

No dia 21 de Fevereiro a partir das 17h30 para um jantar gastronómico onde não vão faltar os bons vinhos.

Lugares limitados, por favor reservar: (514) 842-2661.



**3959 boul. St-Laurent, Montreal**

**BREVES**

**JOÃO PAULO DIZ QUE ATITUDE DO APEP «FOI PRECIPITADA»**

João Paulo nem queria acreditar, quando viu o presidente do seu clube, o APEP, entrar em campo. O jogador português já tinha sido substituído e por isso estava no banco, quando Panayiotis Neocleous desceu da bancada e deu ordem aos jogadores para recolher ao balneário, ainda antes de soar o apito final do jogo com o Ethnikos. O golo do empate (1-1), sofrido ao sexto minuto de compensação, quando só tinham sido indicados quatro, soltou a ira do dirigente.

**LUISÃO E RAMIRES NA ÚLTIMA LISTA ANTES DO MUNDIAL**

Luisão e Ramires integram a convocatória de Dunga, para o jogo com a República da Irlanda, último ensaio do Brasil antes de ser elaborada a lista para o Mundial 2010. Os dois jogadores do Benfica defrontam a selecção de Trapattoni a 2 de Março, em Londres (Estádio Emirates).

**LEÕES NEGAM PROMESSA A VIEIRA**

A poucas horas do dérbi, Pedro Afra garantiu, em declarações à Lusa, que José Eduardo Bettencourt comprometeu-se apenas a "evitar todos os esforços para, dentro da segurança e do enquadramento, fornecer mais bilhetes do que aqueles que o regulamento determina".

**Dois penalties por converter, as chaves do fim-de-semana**

De Cardozo a Lima, foram dois penalties não convertidos a definir os marcos da 18ª jornada, que permitiu a Sp. Braga e F.C. Porto recuperar dois pontos ao Benfica. Para os encarnados, a antecipação e a vitória no jogo com o U. Leiria, a meio da semana, permitiu atenuar os estragos e manter a condição de líder provisório. Mas nada pode disfarçar o sabor amargo de um fim-de-semana que trouxe uma quebra na velocidade de cruzeiro das últimas semanas.

Claro que é tentador resumir tudo àquele momento em que Cardozo acertou na trave, mas seria injusto resumir a boa resposta de um moralizado V. Setúbal a esse momento de sorte. A verdade é que a equipa de Manuel Fernandes conseguiu o que poucos lograram esta época: abafar a dinâmica do meio-campo do Benfica e controlar o jogo durante largos períodos. Os próximos jogos dirão se foi uma incidência de curta duração ou se a aparente quebra de ritmo encarnada no sábado à noite vai ter mais episódios.

Sp. Braga faz companhia ao dragão. A quebra de ritmo também se estendeu ao Dragão, onde até aos 80 minutos, perante uma Naval muito defensiva, o F.C. Porto sentiu dificuldades para dar sequência às últimas exibições convincentes. Mas a subida de confiança também se mede assim: com números mais categóricos do que a exibição faria supor. E enquanto Varela e Falcao continuarem de pontaria afinada, os problemas vão perdendo dimensão.

Se o F.C. Porto já era um dos vencedores da jornada, foi preciso esperar por esta segunda-feira para colocar o Sp. Braga nesse patamar. E não há como relativizar a importância da vitória no Restelo, sobre um Belenenses cada vez mais afundado na tabela: além das baixas de Vandinho e Mossoró, a equipa teve de gerir a prematura expulsão de Moisés. Foi decisivo o empurrão de Eduardo, ao defender o penalty de Lima, e os golos em momentos cirúrgicos ajudaram a construir um daqueles triunfos que, pelos efeitos no moral, valem bem mais do que três pontos.

**Sorteio de boas memórias...**

Sem qualquer jogo disputado contra a selecção da Islândia, Portugal apenas perdeu duas vezes nos 11 encontros frente à Dinamarca, equipa que venceu por sete vezes e com a qual empatou duas.

Com a Noruega, a supremacia portuguesa é maior. De oito jogos disputados,

Portugal venceu seis e empatou dois. Já sobre o Chipre, o domínio nacional é total: oito partidas, oito triunfos. Para o Europeu a disputar na Polónia e Ucrânia qualificam-se directamente os nove vencedores de cada grupo e o segundo melhor classificado. Os outros oito segundos disputam um play-off.

**FORMULA 1: JÁ CANTAM, OS NOVOS MONOLUGARES!**

**Jacques Villeneuve de volta?**

É verdade caro leitor, cá estamos mais uma vez, a décima sexta época neste vosso jornal, A VOZ de PORTUGAL, para, independente das equipas participantes, levar até si a análise justa e o comentário directo, no momento mais preciso deste excitante da Fórmula 1, neste Campeonato de 2010.

Teremos esta época a oportunidade de poder oferecer-vos, entrevistas exclusivas com pilotos e dirigentes das equipas, engenheiros, mecânicos e todo este mundo maravilhoso que acompanha a par e passo, este circo inconfundível que é a Fórmula 1. A todos, quantos me têm seguido ao longo de todos estes anos e a você que vem de começar, os meus desejos sinceros de uma boa época, e... que o melhor ganhe.

Tal como noticiamos, a surpresa do ano, foi sem dúvida o regresso de Michael Schumacher às pistas e o Grande Prémio do Canadá no calendário da FIA, depois de um ano de interregno. Quanto a Michael Schumacher, para aqueles que ainda duvidavam, o hepta-Campeão do Mundo, não esteve com rodeios e aceitou a proposta formulada pelo seu grande amigo Ross Brawn e como um bom alemão, formará equipa com o outro alemão vindo da Williams Nico Rosberg. Quanto ao Grande Prémio do Canadá, realizar-se-á, como habitualmente na Ilha Notre-Dame, no circuito Gilles Villeneuve a 11,12 e 13 de Junho. Michael Schumacher, Fernando Alonso, Lewis Hamilton e Jenson Button, são os únicos Campeões do Mundo no activo.

Como pilotos estreados nesta época de 2010, temos: na Williams Nico Hukkemberg, na Campus Meta, Bruno Senna, na Virgin Racing, Luca di Grassi, na Bmw+Sauber, Kamui Kobayashi, nos USA F1, Jose Maria Lopez e na Renault, Vitaly Petrov. Os treinos privados já começaram e ao que tivemos desde já a oportunidade de analisar, em termos de velocidade de ponta,

se levarmos em conta o facto de a nova lei não permitir o reabastecimento durante a corrida, os monolugares serão efectivamente mais lentos de 4 segundos por volta, estando no entanto a Ferrari e o seu novo piloto Fernando Alonso mais rápidos que toda a concorrência.

Na semana passada, Fernando Alonso e Filipe Massa marcaram os melhores tempos em Valência, com uma boa vantagem sobre os seus rivais. O presidente da Ferrari Luca di Montezemolo, quer evitar de se pronunciar a este sujeito, acalmado ao mesmo tempo a euforia na equipa com estes bons resultados. "Estou felicíssimo com estes resultados mas, esta pré-época é como o futebol em Agosto. O único aspecto positivo é que o carro nasceu bem. Uma coisa é certa nós não sabemos ainda o quanto os outros são bons e quanto combustível estão a usar, no entanto os resultados de Alonso e Massa são encorajadores, mas é muito cedo para se fazer uma opinião definitiva" disse o presidente da escuderia Italiana, que adiantou prognosticando, que a Mercedes é a grande rival a ser batida, mas que, deveremos fazer muita atenção com a RBR e a McLaren. Jacques Villeneuve ainda não perdeu a esperança de regressar à F1, mais a mais num ano em que a presença de Michael Schumacher e Pedro de la Rosa faz com que os seus 39 anos não pareçam pesar muito. O canadiano parece ter encontrado apoios importantes aqui no Canada e está em negociações com o Team US F1, para o qual seria uma contratação importante. "Continuo a trabalhar bastante para mostrar aos donos das equipas os motivos pelos quais é uma boa ideia ter-me num dos seus carros, e sinto que a receptividade é cada vez melhor, mas não tenho uma 'bagagem' de milhões de dólares", referiu o canadiano. Mais actualizações no próximo Jornal... siga connosco o Campeonato do Mundo de 2010.

*Hélder Dias*

1ª LIGA - LIGA SAGRES			
1-Benfica	46	9-Rio Ave	23
2-Sp. Braga	45	10-P. Ferreira	22
3-FC Porto	39	11-Académica	19
4-Sporting	27	12-Naval	18
5-U. Leiria	26	13-Olhansen	17
6-Marítimo	25	14-V. Setúbal	15
7-Nacional	24	15-Leixões	14
8-V. Guimarães	23	16-Belenenses	11

RESULTADOS	PRÓXIMA JORNADA
Sábado (06 Fev) Sporting-Académica 1-2 V. Setúbal-Benfica 1-1	Sexta-feira (12 Fev) P. Ferreira-Sporting 15:15
Domingo (07 Fev) Olhansen-Nacional 1-0 Marítimo-U. Leiria 1-0 Rio Ave-Leixões 2-0 V. Guimarães-P. Ferreira 1-2 FC Porto-Naval 3-0	Sábado (13 Fev) Benfica-Belenenses 12:00 Leixões-FC Porto 16:15
Segunda-feira (08 Fev) Belenenses-Sp. Braga 1-3	Domingo (14 Fev) Académica-Olhansen 11:00 Nacional-Rio Ave 11:00 U. Leiria-V. Setúbal 11:00 Sp. Braga-Marítimo 15:15 Segunda-feira (15 Fev) Naval-V. Guimarães 15:15



TAÇA DA LIGA	UEFA EUROPA LEAGUE
10 de Fevereiro às 15h15 FC Porto vs Académica	1/16 de Final Everton - Sporting 18/02 Hertha Berlin - Benfica 18/02
RESULTADO Sporting 1-4 Benfica	

TACA DE PORTUGAL - RESULTADOS
FC Porto 5-2 Sporting Pinhalnense 1-3 Naval Sp. Braga 0-0 (5-6)g.p. Rio Ave P. Ferreira 1-2 Chaves

LIGA DE HONRA - LIGA VITALIS											
	P	J	V	E	D		P	J	V	E	D
1-Beira-Mar	36	18	11	3	4	9-Aves	24	18	5	9	4
2-Portimonense	32	18	9	5	4	10-Fátima	22	18	5	7	6
3-Oliveirense	29	18	8	5	5	11-Estoril	21	18	4	9	5
4-S. Clara	29	18	7	8	3	12-Chaves	21	18	5	6	7
5-Freirense	26	18	7	5	6	13-Penafiel	20	18	4	8	6
6-Trofaense	25	18	7	4	7	14-Varzim	19	18	3	10	5
7-Freamunde	24	18	6	6	6	15-Sp. Covilhã	17	18	4	5	9
8-Gil Vicente	24	18	6	6	6	16-Carregado	13	18	3	4	11

II DIVISÃO PORTUGUESA								
ZONA NORTE			ZONA CENTRO			ZONA SUL		
1-Moreirense	44		1-Pampilhosa	35		1-U. Madeira	45	
2-Gondomar	37		2-Tourizense	32		2-Pinhalnense	35	
3-Vizela	34		3-Tondela	31		3-Atlético	33	
4-Tirsense	31		4-Arouca	29		4-Louletano	32	
5-Sp. Espinho	26		5-Esmoriz	28		5-Atl. Reguengos	29	
6-Paredes	23		6-Praiense	27		6-E. Amadora	28	
7-Padroeiro	23		7-Mafra	26		7-Oriental	25	
8-Ribeirão	22		8-Operário	24		8-Pontassolense	25	
9-Vianense	22		9-Sertanense	23		9-Lagoa	25	
10-Merelinense	21		10-União Serra	22		10-Real Massamá	23	
11-Lordelo	21		11-Marinhense	22		11-Camacha	21	
12-Lousada	21		12-Monsanto	21		12-Aljustrelense	20	
13-Lourosa	20		13-Ac. Viseu	20		13-Marítimo B	17	
14-Vieira	17		14-Elétrico	18		14-Odivelas	17	
15-Boavista	16		15-O.Bairro	17		15-Igreja Nova	16	
16-Valdevez	8		16-V.Pico	10		16-Santana	3	

III DIVISÃO PORTUGUESA								
SÉRIE A			SÉRIE B			SÉRIE C		
1-M. Cavaleiros	38		1-Amarante	32		1-Coimbrões	30	
2-M. Fonte	32		2-Joane	30		2-O. Douro	30	
3-Bragança	30		3-AD Oliveirense	29		3-Avanca	28	
4-Mirandela	29		4-Vila Meã	28		4-Cinfães	27	
5-Montalegre	27		5-Fafe	28		5-Cesarense	25	
6-Valenciano	24		6-Famalicão	25		6-Candal	25	
7-Limianos	24		7-Leça	23		7-Fiães	24	
8-Marinhas	19		8-T. Moncorvo	22		8-S. João Ver	23	
9-Santa Maria	18		9-Infesta	19		9-P. Castelo	22	
10-Fão	17		10-Rebordosa	18		10-Milheiroense	20	
11-Amareis	16		11-Serzedelo	14		11-Méda	15	
12-Morais	10		12-Pedrouços	9		12-Sanjoanense	6	

SÉRIE D			SÉRIE E			SÉRIE F		
1-Pombal	34		1-Torreense	39		1-Juv. Évora	35	
2-Anadia	32		2-Casa Pia	37		2-Pescadores	32	
3-F. Algodres	32		3-Tojal	29		3-Farense	31	
4-Sourense	31		4-1.º Dezembro	29		4-Beira-Mar MG	30	
5-Gândara	29		5-Alcochetense	28		5-C. Piedade	29	
6-BC Branco	25		6-Peniche	24		6-Esp. Lagos	21	
7-Mangualde	24		7-Oeiras	23		7-Quarteirense	20	
8-Tocha	23		8-Caldas	21		8-Fabril	20	
9-V. Mocidade	18		9-Portomosense	17		9-Moura	17	
10-Alcains	12		10-Sintrese	17		10-Castrense	14	
11-Penamareense	10		11-Gavionenses	9		11-Lus. Évora	13	
12-Nelas	6		12-O. Moscavide	7		12-U. Montemor	10	

SÉRIE G - AÇORES			SÉRIE G - MADEIRA		
1-Madalena	40		1-Canical	34	
2-Capelense	33		2-R. Brava	31	
3-Boavista S. Mateus	32		3-Andorinha	29	
4-Santiago	28		4-C. Lobos	29	
5-Lusitânia	28		5-E. Calheta	26	
6-Angrense	23		6-Portosantense	25	
7-Rabo Peixe	19		7-CF União	25	
8-U. Micaelense	17		8-C. Canicense	19	
9-Barreiro	12		9-Machico	18	
10-Flamengos	8		10-1.º Maio	17	
			11-Porto Cruz	12	
			12-Porto Moniz	5	



## Reis de Portugal 31º e 32º Monarca de Portugal Dinastia de Bragança

1853-1889

### D. PEDRO V – O ESPERANÇOSO

Filho primogénito de D. Maria II e de D. Fernando de Saxe-Coburgo-Gota, nasceu em Lisboa em 16 de Setembro de 1837 e aí também morreu em 11 de Novembro de 1861, contando pouco mais de vinte e quatro anos. Trigésimo primeiro rei de Portugal, ficou conhecido pelo cognome de “o Esperançoso”.

Sucedo ao trono de Portugal, pelo falecimento de sua mãe, que morre com apenas 34 anos de idade, em 15 de Novembro de 1853. D. Fernando II governa o reino na qualidade de regente durante a menoridade de D. Pedro V. D. Pedro aproveita os dois anos da regência de seu pai para viajar pela Europa com o seu irmão D. Luís, visitando, entre outros países, a Inglaterra, a Bélgica, a Alemanha e a Áustria. Em 16 de Setembro de 1855, ao completar 18 anos, é aclamado rei e presta juramento perante as Cortes Gerais, dedicando-se desde logo com total devoção aos negócios públicos. Casou em 29 de Abril de 1858 com D. Estefânia de Hohenzollern-Sigmaringen, que viria a morrer em Julho de 1859. Quando D. Pedro inicia o seu reinado, governava ainda o ministério de Saldanha saído da Regeneração de 1851. Sobressai neste ministério Fontes Pereira de Melo, titular da pasta das Obras Públicas, famoso



pelo impulso que deu aos caminhos-de-ferro em Portugal. Apesar de atormentado por constantes dificuldades, quer na vida pública quer na privada (as epidemias de cólera-morbo e de febre amarela, as grandes inundações, a morte da rainha), D. Pedro consegue dar uma certa estabilidade à vida política portuguesa. O monarca viajou pelo país, interessando-se por quaisquer assuntos que visassem o seu desenvolvimento, como sejam a introdução do caminho-de-ferro, o sistema métrico, as estradas, etc. Foi também durante o seu reinado que se sucederam desagradáveis acontecimentos: a questão de “Charles et Georges” e a consequente divergência com a França, diferendos com a Inglaterra pelos domínios em África e com a Santa Sé. À margem da função régia, foi um homem de superior inteligência e de excepcional cultura, fruto também do excelente trabalho de educadora desempenhado por sua mãe. Da sua cultura são testemunhos os seus escritos em dois volumes: Diário (durante as viagens que fez na Europa), e os artigos que escreveu para duas revistas (a Militar e a Contemporânea). Deve-se-lhe, a par de outras iniciativas culturais, a criação do Curso Superior de Letras em 1859 e do Observatório da Ajuda.

### D. LUÍS – O POPULAR

Segundo filho da rainha D. Maria II e de D. Fernando de Saxe-Coburgo-Gota, nasceu em Lisboa em 31 de Outubro de 1838 e morreu em Cascais em 19 de Outubro de 1889.

Assume o trono a 14 de Outubro de 1861, por morte de seu irmão D. Pedro V. No dia seguinte, ratifica o juramento feito perante as cortes e é aclamado a 22 de Dezembro. Casou em 27 de Setembro de 1862 com D. Maria Pia de Sabóia, filha de Vítor Manuel, rei do Piemonte e da Sardenha. Foi um homem de profunda instrução e cultura, sendo disso exemplos as suas traduções de Shakespeare. Personalidade de grande bonomia e tolerância, D. Luís consegue transformar os seus vinte e oito anos de reinado num período de certa acalmia política, não alcançando evitar, no entanto, algumas perturbações. Em 1862 houve em Braga um levantamento de tropas contra o aumento de impostos. Eclodiu, no fim de Janeiro de 1867 e em Janeiro de 1868, o movimento conhecido pela Janeirinha no Norte do reino, que também teve como causa razões de ordem tributária e fez cair o Ministério de Joaquim António de Aguiar. Maior gravidade teve o incidente provocado pelo marechal duque de Saldanha em Maio de 1870, na altura ministro de Portugal em Paris. Em 1869, encontrando-se em Lisboa, o marechal propôs ao rei a sua nomeação para comandante-chefe do exército.

O Ministério recusou e ordenou a Saldanha que ocupasse o seu posto de ministro, determinação a que este não obedeceu, respondendo com uma car-

ta, que publicou e cujo tom vaticinava o pronunciamento que, na noite de 18 para 19 de Maio de 1870, ia fazer junto do rei, a quem impõe a demissão do Governo, em nome das tropas que o apoiavam. D. Luís obedece e Saldanha preside ao novo Ministério.

D. Luís, perante tudo isto, manteve sempre uma posição de moderador sereno. D. Luís enfrentou ainda perturbações de âmbito cultural, com a fecunda polémica da “Questão Coimbrã” em 1865-66 e com a suspensão pelo Governo das Conferências Democráticas do Casino em 1871. Em 1876, pelo pacto da Granja, foi fundado o Partido Progressista, fruto da fusão entre os Partidos Histórico e Reformista, entrando-se numa fase de rotativismo governativo entre aquele partido e o Regenerador. A cena política encontra-se ainda marcada pelo facto de se situar no reinado de D. Luís o período áureo das Obras Públicas do fontismo.

As expedições africanas receberam um forte impulso durante o seu reinado. Em 1877, o major Serpa Pinto foi de Benguela ao Bié. No ano seguinte, atingiu o Zambeze e daí seguiu até à colónia de Natal. Ao mesmo tempo, foi um reinado de forte implantação do republicanismo.

Em 1878 toma assento na Câmara o primeiro deputado republicano, eleito pelo Porto. No fim do seu reinado, o Partido Republicano já não era uma mera tendência mas uma força política que ganhara raízes.

© 2001 Porto Editora, Lda.



EM COLABORAÇÃO COM  
**INTELLIGENCE  
HYPOTHÉCAIRE**

Courtier immobilier agréé

**Tire proveito da baixa das taxas hipotecárias  
para consolidar as suas dívidas**

(cartões de crédito, segunda hipoteca e mesmo a sua primeira hipoteca)

	1 ano	3 anos	4 anos	5 anos	10 anos
Taxas de juros bancários	3.75%	4.45%	5.29%	5.85%	6.95%
As nossas taxas de juros	2.33%	3.25%	3.79%	3.79%	5.35%

\*condições aplicáveis

**Taxa variável  
5 anos\*  
2%**

\* Hélio Pereira CMA  
514 497.3896

\* Fernando Calheiros B.A.A  
514 886.7001

\*Courtage relatif à des prêts garantis par hypothèque immobilière

**Ferma UNIBEL**  
FOOD PRODUCTS COMPANY LTD.

**A VERDADE  
DO CAFÉ**

**Delta**  
CAFÉS

2615, PLACE CHASSE  
MONTREAL, QC, H1Y 2C3

TEL.: 514 845.0164  
FAX: 514 845.5345  
www.ferma.ca

**ÉPICERIE EN GROS - WHOLESALER FOOD PRODUCTS**