ACTION-PAGE
WWW.ACTION-PAGE.COM
Mont-Royal
1042-A, Mont-Royal Est
514-303-9304
Centre Du Domaine
3235, ave de Granby
514-999-0555
Pacote Canadá ilimitado
Détaillant exclusif fido
*Termos e condições no interior do jornal

GRELHADOS SOBRE CARVÃO
BRASEIRO
8261 BOUL. ST-LAURENT
Prop.: Elvis Soares 514-389-0606

50 anos ao serviço da comunidade
A VOZ DE PORTUGAL
Le plus ancien journal de langue portugaise au Canada

Churrasqueira Piri Piri
415 Mont-Royal E.
Montréal, Québec
H2J 1W2
Tel: 514-504-6464
info@piri-piri.ca
www.piri-piri.ca

DEZ PORTUGUESES VOLTAM PARA PORTUGAL P.3

ANO 51 | 4 DE JANEIRO DE 2012 | Nº 35

FIM DO ANO ATRAVÉS DA COMUNIDADE P.8-9

Casa de Câmbio
GLOBEX 2000
Porque dinheiro é aceite em qualquer lugar
Moeda de Todos os Países • Transferências Internacionais
Ville St-Laurent – Laval – Westmount – Longueuil
514.933.2555
www.globex2000.ca

Mosti Mondiale 2000
42 VARIEDADES DE MOSTO À SUA ESCOLHA
Serviço de análise do seu vinho
MOSTO CLÁSSICO 34.99$ 20 LITROS
ESPECIAL MOSTO CLÁSSICO 20 LITROS
TINTO • Merlot • Cabernet Sauvignon
BRANCO • Sauvignon Blanc • Chardonnay
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 Sá Et Fils Inc.
Desde 1975
ESPECIAIS DA SEMANA
Especiais em vigor até 10 de Janeiro 2012
Azeite "Ferma" Extra virgem 2.99 750ml
Bacalhau à Brás Tacho Pronto 4.99 300g
Sumos Oasis 1.75L 2.99 1.75L cada
4701 RUA ST-URBAIN | Tel.: 514.842.3373

AGENDA COMUNITÁRIA

Clube Oriental Português de Montreal

O Clube Oriental Português de Montreal organiza sábado, 14 de Janeiro 2012 pelas 19h30, a festa da amizade com jantar/dancante animado por DJ Entre Nós. Ementa: Entrada, sopa, salada, café, sobremesa prato principal Bife à Oriental. Informamos que está a decorrer o campeonato da sueca com 10 equipas as sextas-feiras e no dia 27 de Janeiro eleições para a nova direcção do Clube.
Para mais informações 514-342-4373.

Filarmónica Portuguesa de Montreal

A Filarmónica Portuguesa de Montreal organiza a sua festa tradicional do Chicharro no dia 21 de Janeiro de 2012 pelas 19h00. Haverá boa música com o DJ da casa e uma ementa saborosa. Podem reservar o seu lugar no 438-876-4220 ou no 514-982-0688.

BEBÉ DO ANO 2011 E 2012

Continuamos a incentivar os nossos "leitores do presente" um serviço gratuito, para que nos enviem as fotografias dos seus bebés nascidos no ano 2011 e 2012, acompanhadas dos respectivos nomes, datas de nascimento, nomes dos pais para:

Concurso Bebé,
A Voz de Portugal
4231 boul. St-Laurent,
Mtl, Qc, H2W 1Z4
ou por E-Mail: red@avozdeportugal.com

ASSOCIAÇÃO DOS PAIS
JANTAR NA SEXTA-FEIRA
FELIZ ANO NOVO
ABERTO TODOS OS DIAS, CARTAS, DÓMINÓ
FUTEBOL PORTUGUÊS EM DIRECTO
RESERVEM O SEU LUGAR
333 de Castelnau | 514.495.3284

CORDONNERIE Marie 1980
Há 30 anos a servir a Comunidade Portuguesa
O MELHOR SERVIÇO DE LIMPEZA A SECO
Especiais: 1 par de calças por $3.00
1 fato $10.00 • 1 camisa $2.00
• Fazemos alterações e todo o serviço de sapateiro
• Especializado na reparação de forros de casacos de couro e camurça
Temos bons preços
Peter: 20, St-Cuthbert
(esquina St-Laurent, entre des Napoléon e Roy)
Desde 1980

Portugalíssimo
CFMB 1280AM
Radio Montréal
Produtora: Rosa Velosa
Linha aberta: 514.483.2362
Contacto publicitário: 514.366.2888
Domingo das 15h às 17h
35 York, Westmount, H3Z 2Z5
rosac@sympatico.ca

A Idade e o Tempo

José da Conceição

À medida que avanço na idade, tento dar tempo ao tempo, e digo para comigo, será que a idade tem tempo, ou é o tempo que não tem idade? Talvez seja uma maneira abstracta de ver as coisas. Mas se figurarmos bem, ainda há pouco tempo, o tempo não existia. Ainda me lembro, e não sou tão velho como isso, que certos lugares em Portugal cresceram transformaram-se em aldeias, e mais tarde em cidades, em que a electricidade ainda não existia, levantávamo-nos ao nascer do Sol, e deitávamo-nos com o Sol posto os electrodomésticos todavia não tinham sido inventados, hoje até na própria electricidade se calcula a velocidade da luz. E não é preciso voltarmos à pré-história para sabermos que a caça e a pesca era um meio de vida. Hoje trata-se de um passa-tempo, um desporto. Mas o tempo hoje, está de tal maneira incutido no nosso espírito que já nada fazemos sem tempo, somos tempo e pensamos tempo, desde que inventaram os relógios para cronometrar tudo, vivemos num mundo de produção, mas pouco importa, creio que de uma certa maneira, nós somos vitimas das nossas próprias invenções. A partir do instante, em que determinámos que o tempo é dinheiro, o povo nunca mais teve sossego. E daí proviera m as corridas contra relógio, o stress, palpitações cardíacas, o câncer, causado pelas emoções fortes, e por certas comidas assassinas, devido ás hormonas metidas na alimentação de certos animais, para que se desenvolvessem mais rapidamente, para serem apresentados nos pratos dos consumidores apressados de voltarem às linhas de produção, geradas pelo factor tempo. Tempo esse que só existe na nossa imaginação. Voltando a uma maneira diferente de ver as coisas, nós nascemos vivemos e morremos, assim como todos os animais, assim como todas as árvores plantas e flores, nascem vivem e morrem, mas nós, como somos dotados duma certa inteligência, pretendemos ser diferentes, e mudámos o curso da vida do seu ritmo normal para que a vida se adapta-se a nós, e não nós à vida. Ao inventarmos o factor tempo, o tempo mudou-nos, passámos a ser um fragmento do tempo. Mas, continuamos a viver na idade em que o tempo não tem idade, porque o tempo é, apenas uma dimensão impalpável que o homem tenta controlar. Todas as invenções do homem, nunca chegarão a mudar, em absolutamente nada no que diz respeito à "Galáxia Universal"em que vivemos. Só o Artesão da vida e do universo, pode pôr e dispôr, em tudo o que diz respeito à sua criação. O importante é estarmos conscientes que somos nós, os próprios causadores de tudo aquilo que nos acontece e nos aflige.

O drama da solidão dos idosos

Texto de Augusto Machado

À medida que a esperança média de vida vai aumentando, os idosos perdem lugar na família. Muitos são esquecidos e, na correria do dia-a-dia, remetidos para um segundo plano. Como trazê-los de volta ao seio familiar é a questão que se coloca. Nos últimos sessenta anos temos vindo a empurrar os idosos para fora da sociedade. O seu lugar no mercado de trabalho e na própria família foi ocupado ou simplesmente desapareceu.

Falta o elo, a ligação entre gerações. Senão vejamos: António, com oito anos, tinha sido internado de urgência devido a uma apendicite. A mãe, levantava-se ocasionalmente para responder às chamadas de telemóvel. Os pais de António não viviam juntos e ao terceiro dia de internamento o rapaz recebeu a visita do pai. Este cumprimentou-o com um aperto de mão numa atitude um tanto fria e distante. Percebia-se que não sabia nem tinha confiança para fazer melhor. O pequeno António estava radiante e ia relatando a sua aventura no hospital acrescentando aqui e ali mais um ponto tentando captar a atenção genuína do pai. Não conseguiu. Dez minutos depois a mãe do António voltou e o pai saiu. António virou-se para o lado e chorou.

No mesmo hospital, nuns corredores perto da enfermaria de António acumulam-se macas com doentes por quem todos passam sem sequer dedicar um olhar mais atento. A maioria é composta por idosos: avós e pais de alguém. Muitos deles estão ali há dias sem visitas. Ali está descrito o possível futuro do pai de António, que nunca poderá esperar um beijo ou um abraço do filho, se algum dia se vir deitado numa daquelas macas. Por enquanto, a única vantagem entre ele, os idosos da enfermaria ou o seu filho é a independência e a autonomia. Mas isso também tem o seu tempo limitado... Naquele pequeno hospital está uma amostra de como funciona a nossa sociedade. E naquela família, um retrato da maioria das nossas famílias. O lugar dos mais velhos desapareceu e, no entanto, como todos sabemos, existem cada vez mais idosos no nosso mundo ocidental. Por distância, egoísmo, ou apenas solidão, a função e o papel que sempre desempenharam deixou de lhes ser entregue. E o seu lugar à cabeceira da família desapareceu. Hoje, este problema, é encarado como um dos mais sérios da nossa sociedade, é um dos principais temas da sociologia actual. O desafio, esse, dizem os sociólogos, é devolver os idosos à família, à sociedade e, sempre que possível, ao mercado de trabalho para que eles se sintam úteis no seio da família e da sociedade.

Historiadores e sociólogos explicam que a viragem ocorreu depois da II Guerra Mundial. Até então, os mais velhos, ocupavam um lugar dentro da família, na sociedade e mesmo no mercado do trabalho. Importante ou não, com mais ou menos relevo, ocupavam um lugar. O momento da viragem deu-se com o início da paz: a economia, o mercado e os meios produtivos aceleraram e alteraram-se, a esperança de vida aumentou, a mentalidade economicista e materialista passou a dominar o mundo ocidental, a produtividade cresceu e a taxa de natalidade entrou em declínio. O lugar dos mais velhos, dos idosos, foi progressivamente deixando de ser o que era. Ao longo dos tempos a sociedade esforçou-se para não olhar para trás. O passado deixou de ser uma referência. O idoso perdeu assim o seu papel de transmissor do saber entre gerações e passou a ser considerado pouco produtivo. É pena, porque arranjar um lugar para o Pai ou para a Mãe dentro da nossa casa, das nossas vidas, é a solução para a qual os sociólogos apontam no sentido de resolver o drama da solidão da terceira idade. Tenham todos um FELIZ NATAL...

CLÍNICA DE OPTOMETRIA LUSO
Alain Côté O.D.
Optometrista
Exames da vista - Óculos - Lentes de contacto
Tel.: 514 849-9966
4242, Boul. St-Laurent, suite 204
Montréal, Qué., H2W 1Z3

A VOZ DE PORTUGAL
A Voz de Portugal - Hebdomadaire fondé le 25 avril 1961 | 4231-B, Bl. St-Laurent, Québec, Canada H2W 1Z4 - Tél.: 514.284.1813 | Fax: 514.284.6150 | jornal@avozdeportugal.com | www.avozdeportugal.com | Distribution gratuite | Dépôts legaux à la Bibliothèque nationale du Québec et à la Bibliothèque nationale du Canada. Tous droits réservés. Toute reproduction totale ou partielle est strictement interdite sans notre autorisation écrite. Les auteurs d'articles, photos et illustrations prennent la responsabilité de leurs écrits.

Éditrice: Eduino Martins | **Directeur:** Tony Saragoça | **Directrice-adjointe:** Manuel de Sequeira Rodrigues | **Administration:** Elisa Rodrigues | **Rédacteurs en chefs:** Mário Carvalho et Antero Branco | **Collaborateurs:** Antero Branco, Diamantino de Sousa, Dinora de Sousa, Helder Dias, J.J. Marques da Silva, João Arruda, Jorge De Pina, José de Sousa, Manuel Carvalho, Miguel Félix, Natércia Rodrigues | **Correspondants:** Augusto Machado, Joel Neto, Manuel Rodrigues, Maria Helena Martins, Ricardo Araújo Pereira, Hélio Bernardo Lopes | **Photographes:** José Rodrigues, Anthony Nunes | **Design graphique:** Sylvio Martins | **Distribution:** Nelson Couto, Victor Medina | **Publicité:** RPM, IMTV Ethnic Comm. Ethnique Média. Portugal: PortMundo Ldª.
Membro oficial Lusa

Dez portugueses voltam para Portugal

Governo pede acto de clemência ao Canadá por família que vai ser repatriada.

O Governo português enviou duas cartas às autoridades canadianas pedindo um "acto de clemência" para a família de dez pessoas que recebeu ordem de deportação para os Açores, disse nesta quarta-feira o secretário de Estado das Comunidades. A família vai voltar para Rabo de Peixe, em São Miguel

José Cesário informou que duas cartas foram dirigidas ao ministro da Cidadania e Imigração e ao ministro da Segurança Pública (administração interna) do Canadá, nas quais o Governo português pede um "acto de clemência", uma vez que todas as possibilidades de recurso legal se encontram esgotadas.

O secretário de Estado não quis revelar o texto das missivas, mas explicou que são recordadas as "excelentes relações" entre os dois países e "a tradição de tolerância e de integração de estrangeiros na sociedade canadiana".

O período de quadra natalícia e a dimensão do agregado familiar também justificam o "acto de clemência" pedido pelo Governo português, que ainda não recebeu resposta de nenhum dos ministros canadianos.

Os Serviços de Estrangeiros e Fronteiras do Canadá (CBSA) escusaram-se a fornecer dados sobre o processo de deportação da família portuguesa de dez pessoas, referindo apenas que é sempre acautelado o "melhor interesse" das crianças nascidas no país.

A Lusa colocou uma série de questões à Canadian Border Services Agency (CBSA) sobre o processo de deportação da família Sebastião, mas Antonella Di-Girolamo, porta-voz desta agência na área da Grande Toronto, invocou a legislação federal que protege a privacidade para se escusar a abordar o caso específico desta família originária da ilha de S. Miguel, nos Açores.

Hoje, véspera da partida com destino aos Açores, a família Sebastião vive momentos de grande nervosismo, enquanto prepara as malas.

Os pais (Paulo e Maria Irene de 46 e 44 anos respectivamente), os quatro filhos (Marília, 27, Vanessa, 23, Paulo Júnior, 19, e Beatriz, 13) e os quatro netos desejam que aconteça um milagre que lhes permita ficar no Canadá e o seu processo de imigração seja reapreciado. Sobre o repatriamento dos quatro menores e nascidos no Canadá, a responsável limitou-se a dar uma resposta genérica, indicando que se existirem crianças menores nascidas no Canadá de progenitores em fase de repatriamento, a decisão é sempre tomada no "seu melhor interesse", isto é, procura-se manter a família junta, declarou. "A decisão de repatriar alguém do Canadá não é tomada ao de leve. A Lei da Imigração e Protecção aos Refugiados determina que as ordens de repatriamento devem ser aplicadas no mais curto período possível", referiu aquela responsável. A recusa do pedido de imigração por parte das autoridades canadianas merece críticas do advogado da família, Tony Dutra, nomeadamente pelo facto de os quatro netos incluídos no grupo deportado serem todos nascidos no Canadá e com menos de quatro anos, dois deles filhos de Marília e os outros dois filhos de Vanessa. No Canadá desde 2001, a família Sebastião foi detectada pelas autoridades canadianas em 2007 por estar em situação ilegal no país. A família fez então um pedido de imigração para obter estatuto de refugiado e posteriormente fez um pedido de autorização de residência no Canadá por razões humanitárias, os quais foram indeferidos pelas autoridades canadianas. Paulo Sebastião disse na segunda-feira à Lusa ter já os dez bilhetes de avião para Ponta Delgada, nos Açores, com vista a regressar à localidade de Rabo de Peixe, de onde é natural e onde a família "não tem nada".

Entretanto, o Governo regional dos Açores anunciou ter já arrendado moradias em Rabo de Peixe para acolher a família, garantindo igualmente que logo à chegada a Ponta Delgada terá o acompanhamento de uma equipa técnica do Instituto para o Desenvolvimento Social dos Açores.

Mensagem de Ano Novo do Presidente da República

A todos os Portugueses desejo um Bom Ano Novo, feito de paz e de esperança.

O ano que terminou ficou marcado pelo acordo de assistência financeira celebrado com a União Europeia e o Fundo Monetário Internacional, acordo tornado inevitável pela necessidade urgente de assegurar o financiamento do Estado e da nossa economia.

No plano social, o ano de 2011 marcou profundamente a vida de muitos Portugueses e deixou, um pouco por todo o lado, a marca dolorosa do desemprego, das dificuldades económicas e da angústia perante o futuro. No ano que agora começa, as dificuldades não irão ser menores. Esta é uma realidade que não pode ser iludida.

As previsões oficiais apontam para uma queda acentuada da produção nacional e para o aumento do desemprego. É crescente a convicção de que neste ano de 2012 se irão exigir grandes sacrifícios ao comum dos Portugueses e que as dificuldades se farão sentir de forma mais acentuada no dia-a-dia das nossas famílias. Penso em particular nos desempregados, nos mais idosos e nos reformados, nos pequenos empresários que não resistem à crise, nas crianças cujos pais sofrem uma redução brusca dos seus rendimentos. Conheço a ansiedade de milhares de jovens para quem tardam os caminhos com que sonharam, muitos dos quais procuram a sua sorte longe da família e do seu País, quando tanto precisamos deles.

Em 2012, o Presidente da República estará onde deve estar: ao lado daqueles que necessitam de apoio, levando-lhes uma palavra de solidariedade e de esperança. Portugal não pode deixar de cumprir os objectivos fixados no Programa de Assistência Financeira que subscreveu com as instituições internacionais que nos emprestaram os fundos de que necessitávamos com urgência.

Temos que reduzir o desequilíbrio das contas públicas, controlar o endividamento externo e realizar as reformas necessárias à melhoria da competitividade da nossa economia.

Além de cumprir as obrigações internacionais que assumimos, temos todos de empenhar o melhor do nosso esforço para que a coesão nacional seja preservada e para garantir um futuro em que os Portugueses reconheçam que os sacrifícios valeram a pena. Este é o desafio crucial com que estamos confrontados.

Recentemente, a Comissão Europeia reconheceu que não era possível construir uma união económica só na base da disciplina orçamental e das sanções; era necessário também crescimento económico e criação de emprego. No mesmo sentido, podemos dizer que a resolução dos desafios que Portugal enfrenta exige, além do rigor orçamental, uma agenda orientada para o crescimento da economia e para o emprego.

Sem isso, a situação social poderá tornar-se insustentável e não será possível recuperar a confiança e a credibilidade externa do País. Temos de mobilizar empresários e trabalhadores para o aproveitamento das oportunidades de investimento e para o aumento da produção de bens e serviços que concorrem com a produção estrangeira, a principal alavanca do crescimento de que o País dispõe neste momento.

Temos de saber tirar partido do dinamismo e do talento das comunidades portuguesas dispersas pelo mundo, a quem dirijo uma saudação muito especial.

A coesão social é da maior importância para o crescimento económico, para a contenção do desemprego e para atenuar os custos da resolução dos graves desequilíbrios que se verificam na economia portuguesa. Daí a insistência com que tenho sublinhado a importância da repartição equitativa dos sacrifícios exigidos aos Portugueses, do combate às desigualdades, do apoio aos mais carenciados e desprotegidos, do diálogo construtivo entre o Governo e a oposição e do aprofundamento da concertação social.

Um diálogo frutuoso com os parceiros sociais, sobre as medidas dirigidas à melhoria da competitividade das empresas, será certamente um contributo positivo para reduzir a conflitualidade e as tensões e criar um clima social mais favorável ao aumento da riqueza nacional, ao investimento e ao combate ao desemprego. De todos os participantes no processo de concertação social espera-se uma abertura genuína ao compromisso, de modo a alcançarem os consensos de que o País tanto necessita para mitigar a dureza dos tempos que correm. A coesão constrói-se também a partir da solidariedade. Estou certo de que, neste ano de 2012, iremos manter e aprofundar o espírito de solidariedade que nos caracteriza como povo. Sou testemunha do trabalho notável desenvolvido pelas inúmeras instituições de solidariedade social, civis e religiosas, e por milhares de voluntários que, pelo País fora, se dedicam a ajudar os que pouco ou nada têm. A todos eles dirijo uma saudação calorosa. A União Europeia vive um tempo de grande incerteza que afecta negativamente a nossa economia. Não devemos esperar que seja a Europa a resolver problemas cuja solução é da nossa responsabilidade.

Mas a situação difícil em que o País se encontra não nos deve impedir de ter uma voz activa na defesa de uma resposta à crise da zona euro que inclua uma estratégia europeia de promoção do crescimento económico e do emprego, visando em particular os jovens desempregados. A crise que Portugal atravessa é uma oportunidade para nos repensarmos como País. Orgulhamo-nos da nossa história e queremos continuar a viver de cabeça erguida.

Durante muito tempo vivemos a ilusão do consumo fácil, o Estado gastou e desperdiçou demasiados recursos, endividámo-nos muito para lá do que era razoável e chegámos a uma "situação explosiva", como lhe chamei há precisamente dois anos, quando adverti os Portugueses para os riscos que estávamos a correr.

Agora temos de seguir um rumo diferente, temos de mudar de vida e construir uma economia saudável.

Somos todos responsáveis. Esta é a hora em que todos os portugueses são chamados a dar o seu melhor para ajudar Portugal a vencer as dificuldades. Trabalhando mais e apostando na qualidade, combatendo os desperdícios, preferindo os produtos nacionais. Deixando de lado os egoísmos, a ideia do lucro fácil e o desrespeito pelos outros.

Nenhum Português está dispensado deste combate pelo futuro do seu País.

Este é um tempo de união de esforços. De nada adianta dividirmo-nos em lutas e conflitos sem sentido. Não devemos desviar as energias daquilo que é essencial para enfrentar os desafios do presente.

Não é combatendo-nos uns aos outros que conseguiremos combater a crise.

Realizaram-se eleições há pouco tempo, o Governo dispõe de apoio parlamentar maioritário, a oposição exerce legitimamente a acção que lhe cabe numa democracia consolidada.

Aos agentes políticos exige-se que expliquem aos Portugueses o fundamento da suas decisões e que sejam os primeiros a acarinhar as sementes de uma nova esperança, agindo com justiça, com ponderação e com sensibilidade social.

2012 será um ano de sacrifícios para muitos Portugueses. Mas será igualmente um ano em que a fibra do nosso povo virá ao de cima.

Não nos resignamos. Somos um povo que se agiganta quando as adversidades são maiores e mais difíceis de superar.

É nestas alturas que os Portugueses conseguem ultrapassar-se a si próprios e surpreender tudo e todos.

Eu acredito nos Portugueses. O civismo, a coragem e a serenidade com que têm enfrentado estes tempos difíceis são dignos de todo o respeito e de enorme admiração.

Portugal é maior do que a crise que vivemos.

Espero, do fundo do coração, que o ano de 2012 possa trazer a todas as famílias e a todos os Portugueses, onde quer que se encontrem, sinais de esperança de um futuro melhor.

A todos renovo os meus votos de um Ano Novo de Paz, Saúde e Felicidade.

Boa noite.

Palácio de Belém
1 de Janeiro de 2012

Commission scolaire English-Montréal
English Montreal School Board

HIGH SCHOOL OF MONTREAL ADULT CENTRE

Centro para adultos da Escola Secundária de Montreal

3711 de Bullion, Montreal, QC, H2X 3A2

Tel. 514-788-5937

INGLÊS BÁSICO

INFORMAÇÕES PARA INSCRIÇÕES 2012

Inglês básico - manhã	Inglês básico - tarde
Datas: 9, 10, 11, 12 de Janeiro 16, 17, 18,19 de Janeiro	Datas: 9, 10, 11, 12 de Janeiro 16, 17, 18,19 de Janeiro
Hora: 9h00 às 11h00	Hora: 17h00 às 19h00

UM DOS SEGUINTES DOCUMENTOS (ORIGINAL UNICAMENTE) É EXIGIDO:

- Documentos de Imigração Canadá / Quebeque
- Cartão de residência
- Cartão de cidadania canadiana

UM DOS SEGUINTES PROVAS DE RESIDÊNCIA NO (ORIGINAL UNICAMENTE) É EXIGIDO:

- Cartão de assugurança medical
- Carta de condução
- Outras provas (informar-se com os empregados)

HORÁRIOS DAS AULAS DE INGLÊS DE BASE DE MANHÃ E DE TARDE

Manhã: Do 9 de Janeiro até 30 de Março de 2012
De Segunda a sexta: 8h30 às 12h30

Tarde: Do 9 de Janeiro até ao 29 de Março de 2012
De Segunda a quinta: 17h30 às 21h30

Custo: 120,00 $ pagamento completo *(dinheiro unicamente)*
Inclui os livros necessários para os cursos de manhã ou de tarde

Transportes: Metro Sherbrooke, autocarro 144 Oeste
Metro St-Laurent, autocarro 55 Norte

Sítio web: www.hsmontreal.ca

Os aumentos que nos esperam em 2012

À inflação, juntam-se a subida do IVA de vários bens e produtos e outros aumentos. Confira a lista de algumas das coisas que nos vão sair mais caras no próximo ano.

Saúde: Uma ida às urgências dos centros de saúde passa de 3,80 para 10 euros, enquanto, no hospital, pagará entre 15 a 20 euros para ser atendido numa urgência.

Alimentação: Conservas de fruta, compotas, marmeladas e afins e frutos secos passam a pagar 23% de IVA. As refeições congeladas, incluindo batatas britas pré-cozinhadas, também serão abrangidas pela taxa normal do imposto, o mesmo acontecendo com os refrgerantes e as sobremesas lácteas.

Eletricidade: Uma fatura média de 50 euros vai sofrer um agravamento de 1,75 euros, que se somam à atualização do IVA de 6 para 23%, em vigor desde outubro.

Restauração: A decisão é polémica, mas está tomada: o IVA da restauração passa de 13 para 23%

Telecomunicações: Os tarifários das três operadoras móveis vão acompanhar a inflação e sofrer uma subida média de 3,1%

Renda: As rendas das casas antigas vão ser actualizadas até 4,79% para os arrendamentos até 1967 e até 3,19% para os posteriores

2011: o ano do pedido de resgate financeiro

Quase 30 anos depois, FMI volta a aterrar na Portela.

O ano de 2011 ficará para sempre marcado pelo pedido de ajuda externa. Quase 30 anos depois, o Fundo Monetário Internacional, acompanhado pela Comissão Europeia e pelo Banco Central Europeu aterraram na Portela.

Em Portugal, já «lixo» para as agências de notação, respira-se crise e austeridade nesta recta final do ano, altura para o balanço das medidas que já começámos a sentir na pele e para uma antevisão de outras que foram aprovadas, mas que só têm efeitos a partir do ano que vem.

Vimos um governo cair, depois de quatro PEC's que foram despejados aos soluços e geraram falta de consenso interpartidário. O Executivo de José Sócrates não pôde contar com o PSD no PEC 4, o Governo caiu e o país foi arrastado para eleições. E isto com a crise já instalada - profunda - e um pedido de ajuda financeira pelo meio.

De um plano que inicialmente deixava intocados os subsídios, passou a cortar metade do subsídio de Natal deste ano e o fim dos subsídios de Natal e de férias dos funcionários públicos e pensionistas em 2012 e 2013. O resgate obrigou ainda ao Orçamento do Estado mais duro da democracia.

Quase tudo o que não foi crise, acabou por ser ofuscado por ela, e pelo pedido de resgate financeiro. Passe o ano em revista, por pior que sejam as memórias.

Euro desvaloriza para mínimos do início do ano

O euro está a cair a pique face ao dólar, perdendo quase 1 cêntimo em pouco mais de dez minutos, e caiu abaixo da barreira dos 1,30 dólares/euro, atingindo mínimos do início do ano.

A depreciação do euro face ao dólar norte-americano surge num dia em que as noticias dão conta de mais um recorde no valor depositado pelos bancos junto do Banco Central Europeu na facilidade de depósitos overnight (de muito curto prazo) mas também de um leilão de dívida bem-sucedido da parte da Itália, cujos juros caíram para menos de metade pela dívida colocada a seis meses.

A moeda única tem vindo a desvalorizar desde Maio últimoo, altura em que atingiu um máximo do ano, com 1 euro a valer 1,48 dólares.

Nesta altura, o euro está abaixo da barreira psicológica dos 1,30 dólares, em 1,2987 (às 15h01, segundo dados loomberg), perto dos valores registados no início de Janeiro deste ano.

RECEITA DA SEMANA

Broinhas de Azeite

INGREDIENTES:
450 g de farinha
150 g de açúcar amarelo
100 ml de azeite
2 ovos
2 colheres (sopa) de limoncello
1 colher (sopa) mal cheia de raspa de limão
1 colher (café) de canela
1 colher (café) de fermento
1 gema batida

PREPARAÇÃO:
Ligue o forno a 200ºC. Cubra com papel vegetal um tabuleiro do forno. Coloque o açúcar, os ovos, o azeite e a raspa do limão numa tigela e bata bem com a batedeira. Adicione a canela, o limoncello e o fermento. Bata mais um pouco. Junte a farinha as pouco e deixe de bater com a batedeira, assim que a massa se começar a descolar das paredes da tigela. Molde bolinhas mais ou menos do mesmo tamanho e vá colocando, separadamente, no tabuleiro. Por fim, pincele com a gema e leve a cozer durante cerca de 17 minutos (recomendavam 20 minutos, mas 15 minutos decorridos fui vigiando e aos 17 já me pareciam coradinhas, por isso retirei do forno).

ANEDOTAS

O "Zé Povinho", deprimido com a situação financeira do País, foi a uma astróloga.
Depois de deitar as cartas, disse-lhe a cartomante:
- Isto vai ser assim até 2013!
- E depois, muda? - perguntou o "Zé Povinho
- "Depois, habitua-se..."

Hoje estava eu a tomar um café, no Bar do Alfredo, quando, desesperadamente, precisei de dar um traque.
A música estava bem alta. Então calculei soltar o gasoso em sincronia com o ritmo. Assim o pensei, assim o fiz.
Lá se foram os gases da fermentação da feijoada, molho de repolho e ovos cozidos, sendo libertados ao ritmo da música.
Fiquei orgulhoso pelo peidão fragmentado, ritmado, em sincronismo perfeito com a música...
Comecei a sentir-me melhor e mais aliviado...
Terminei meu café tranquilamente... só então notei que toda a gente estava a olhar para mim.
Então lembrei-me que estava a ouvir música do meu iPod...
Nunca mais tomo café ali.

Uma loira com muita pressa, chega à bilheteira duma estação de caminho-de-ferro:
- Um bilhete de ida e volta, se faz favor.
- Para onde? - pergunta o empregado.
- Para aqui outra vez, para onde havia de ser?

SUDOKU

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

Armenia Teixeira
Advogada
O'HANLON SANDERS TEIXEIRA
3187, rue Saint-Jacques, bur. 101
Montreal, Qc, H4C 1G7
a.teixeira@ostavocats.ca
Tel: 514.985.0965 p. 228 Fax: 514.985.0005
4999, boul. Saint Charles, bur. 102
Pierrefonds, Qc, H9H 3M8
Fax: (514) 624-8632

O Retorno da História

Texto de Hélio Bernardo Lopes

Há muito poucos dias tive a oportunidade de escrever um texto intitulado, A HISTÓRIA REPETE-SE. E é realmente assim, embora em condições sempre novas, mas com uma força inercial sempre a montante. É o que neste texto designo pelo RETORNO DA HISTÓRIA. Um retorno que se manifesta pelo surgimento de réplicas, por vezes meramente isomórficas, operadas em lugares os mais diversos.

Ora, um dos domínios em que este retorno mais está presente é o que se prende com a necessidade de criar condições para se dar início a uma guerra, ou para se operar uma agressão militar. Não há muitos anos, e aí tivemos as famigeradas armas de destruição maciça, que, como pôde depois constatar-se, nunca haviam existido. Havia, porém, que montar o cenário para a Guerra do Iraque, que materializava uma obsessão longínqua, crescente e doentia de George W. Bush e da generalidade dos americanos, sempre muito gostosos da porradaria militar.

Simplesmente, não se tratou de uma qualquer novidade absoluta, porque a História da Humanidade, por via de leis naturais, está repleta de casos deste tipo, para o que basta fazer um apelo à cultura, mesmo que só televisiva, desde que assente em documentários de qualidade.

Um dos casos mais célebres deste fenómeno foi o Incêndio do Reichstag, que teve lugar na noite de 01 de Fevereiro de 1933, e que permitiu a tremenda repressão que se fez abater sobre alguns dos mais odiados pela estrutura criminosa nazi. Mas claro que, como hoje se sabe bem, o incêndio foi posto, precisamente, pelos nazis, para assim criarem a essencial justificação para a posterior repressão sobre os inventados autores.

Um outro caso, foi a suposta agressão polaca à Alemanha, que teria tido lugar em 01 de Setembro de 1939, servindo, pois, de justificação para a invasão da Polónia pela Alemanha. Uma farsa que deu início à Segunda Guerra Mundial.

Um terceiro caso, e ligado a Portugal, foi a fantástica mentira posta a correr antes de 25 de Abril de 1974, sobre que Mário Soares, numa manifestação frontal ao edifício da Embaixada de Portugal em Londres, havia pisado a bandeira de Portugal. Uma manifestação que teve lugar durante a visita oficial de Marcelo Caetano ao Reino Unido.

Hoje, sabe-se que tal ato nunca teve lugar, sendo de destacar a explicação de Franco Nogueira na sua obra monumental sobre Salazar. Mas a verdade é que tal historieta fez o seu caminho, acabando até por criar problemas a uma jovem que explicou no tribunal ter sido de tal informada por gente muito mais velha do que ela e em cujo conteúdo da respetiva conversa acreditou.

Vem tudo isto a propósito da luta interna que deverá estar a ter lugar ao nível da classe política norte-americana, face a uma possível iniciativa militar contra o projeto nuclear iraniano. Compreende-se que seja esta a realidade, uma vez que, sendo Hillary Clinton a Secretária de Estado, é pouco lógico que o seu marido, antigo presidente, ande por aí a indicar a Barack Obama que a opção militar contra o Irão não deve ser posta de lado. Haverá de compreender-se que há nesta intervenção de Bill o seu quê de ridículo.

Pois, num destes dias, eis que surgiu um juiz norte-americano de Nova Iorque que deu por provado o seguinte: os atentados de 11 de Setembro tiveram por detrás os talibãs, a Al-Qaeda e … o Irão. Isso mesmo: o Irão! Com um pouco de esforço e em face da posição dos nossos Tribunais em torno do nosso concidadão Jorge dos Santos, e lá poderá surgir o tal juiz a dar por provado que por detrás do 11 de Setembro também esteve … Portugal. Claro que é pouco provável, mas, se for necessário, bom, esse juiz de pronto surgirá.

Mas mais: o tal juiz diz mesmo que o Irão tem continuado a fornecer material diverso à Al-Qaeda. Portanto, tal como naqueles exemplos históricos atrás citados, os Estados Unidos começam a dispor de razões aparentes para operarem uma intervenção militar, mormente aérea, sobre o Irão… Só não vê quem não quer.

Se a isto juntarmos as declarações de Matt Damon, de que Barack Obama não tem liderança para as exigências do cargo que desempenha, bom, percebe-se que o atual presidente deverá estar um pouco relutante em meter-se em mais guerras, para lá de certamente perceber, ou mesmo saber, que as tais armas nucleares do Irão podem mesmo ter uma existência semelhante às de destruição maciça do Iraque.

Um dado é certo: quem mente uma vez, mente sempre.

Sucesso

Texto de Soeli de Oliveira

Ser bem-sucedido é a aspiração de todos os seres humanos. Lutamos por valor e relevância. Queremos que a nossa vida faça alguma diferença. Temos a própria ideia do que significa ser relevante, e nos esforçamos para alcançar nossos objetivos.Também, queremos ter filhos, cônjuges e amigos de sucesso. Porém, o que é sucesso?

O marketing e a mídia repetem todos os dias que sucesso é comprar um jeans novo, um apartamento em um condomínio chique, um carrão em suaves prestações,atécom o dinheiro que não temos.Os publicitários descobriram e usam para vender produtos e serviços a verdade que 'de tanto repetir, até uma mentira passa ser aceita como verdade'.

Vivemos numa sociedade materialista onde somos induzidos a acreditar que sucesso é consumir.Em que o 'ser', foi colocado no final da fila das virtudes. Esta inversão de valores tem gerado um grande vazio de alma, que anseia por ser preenchido, levando milhões a afundar-se no consumismo, no stress, no álcool, nas drogas, nos jogos e na prostituição.

Quem você considera ser ou ter sidoum sucesso: Hitler, Madonna,Michael Jackson,Mahatma Gandhi, Madre Tereza de Calcutá, Jesus Cristo? Somos uma benção ou uma maldição para a sociedade em que vivemos dependendo dos modelos que admiramos e seguimos.

Há quem defina sucesso como 'alcançar o que você quer' e felicidade como 'querer o que você conseguiu'. Tal definição seria perfeita se não deixasse de fora os conceitos de certo e de errado, de legal e de ilegal, de moral e de imoral e os reflexos para o indivíduo e para sociedade amédio e a longo prazo.

A palavra sucesso deriva do latim sucessus. É o resultado de qualquer atividade ou negócio. Quando um resultadoé bom ou feliz, denominamosdeêxito; ou, quando mau ou desastroso, torna-se conhecidocomo fracasso.

Entretanto o que se entende por sucesso ou êxito varia de indivíduo para indivíduo.Riquezas, glória, honra, tranquilidade e beleza são algumas das metas visadas. Ao alcançá-las, porém, o homem descobre que só os valores perenes tornam uma vida digna de ser vivida. Um dos mais graves defeitos de formação é a busca de sucesso fácil ou a qualquer preço como ideal de vida, e não de um valor sólido, ainda que obscuro.

Sonar

Texto de Rosana Brasil

Os seres humanos movem pela vida com um sistema de radar. Emitimos vibrações sucessivas, como ondas de um sonar, recebemos e emitimos vibrações positivas, negativas ou neutras que aumentam o nosso entendimento do nosso lugar em sociedade.

Vejamos pôr exemplo, Paulo. Ele olha em volta e recebe um sinal positivo, "Eu gosto do meu apartamento, e amplo e bem localizado". Ele olha para o seu corpo e recebe um sinal negativo, "Eu devo fazer exercício com mais freqüência". Paulo olha no espelho e recebe um sinal neutro, "Pele suave e bem tratada".

Passamos todo o dia emitindo sinais positivos, negativos e neutros em seqüência continua, produzindo ansiedade, duvida, felicidade ou autoconfiança. O sonar no entanto não é um ato consciente, na maioria das vezes, é simplesmente um ato hedônico da existência humana.

Durante o curso de uma existência, procuramos incessantemente aumentar ao máximo o numero de impulsos positivos e minimizar o numero de impulsos negativos. Assim, a vida requer uma serie de ajustes, a medida que buscamos aumentar o fluxo de sinais positivos recebidos e emitidos.

O problema e que nem sempre o nosso sonar esta funcionando bem necessitando ser calibrado. Para algumas individuos o sonar esta funcionando exageradamente. Estes individuos, inflacionam, tentando mostrar mais do que realmente são, para impressionar os outros, e ficam perplexos quando são rejeitados ou não recebem o sinal positivo esperado.

Outros reduzem ao mínimo seu potencial. Estes individuos, evitam associação com outros individuos pois assumem erroneamente que serão rejeitados.

As pessoas que obtém algum sucesso são aqueles que buscam aumentar os sinais positivos gerando autoconfiança, e consequentemente, descartando os sinais negativos que somente geram incerteza e a indecisão.

Como a maioria das pessoas apaixonadas, Paulo passa a maior parte do tempo pensando em sua amada Isabel. Paulo, procura emitir o maior numero de sinais positivos, com a esperança de receber sinais positivos. Paulo não esta apenas encantado pôr Isabel, ele esta estimulado pela idéia da possibilidade de um relacionamento perfeito, idealizado nos mínimos detalhes como um filme de Federico Fellini.

Paulo não passa mais do que 5 minutes sem checar o telefone para verificar se recebeu uma mensagem de Isabel. Paulo, não presta atenção aos amigos nem no trabalho. As coisas que o aborreciam, já não tem mais importância, todos os seus pensamentos estão voltados para Isabel. Pode-se concluir que o sonar de Paulo esta calibrado para Isabel.

De acordo com pesquisa efetuada pôr Faby Gagne e John Lyndon, 95% das pessoas apaixonadas acreditam que seu amado (a) e acima da media em termos de beleza, inteligência, senso de humor, simpatia, ternura, e entusiasmo. Ao contrario do seu ultimo parceiro(a), qual descrevem em termos negativos tais como: "emocionalmente instável, cabeça dura, inflexível, instável, mau humorado, antipático, anti-social, desagradável, etc."

Paulo não é diferente, ele segue o mesmo caminho quando idealiza seu relacionamento com Isabel como sendo perfeito em todos os sentidos: "Ela me escuta, ela me entende tão bem, ela tem muita paciência, passamos horas conversando, etc." Paulo esta vivendo que o escritor Francês Stendhal chamou de "Cristalização".

No verão de 1818 Stendhall fez uma viagem às minas de sal de Hallein perto de Salzburg com Madame Gherardi, aonde eles descobriram o fenômeno da "cristalização" de sal e o usou como uma metáfora para relacionamentos humanos.

"Nas minas de sal, ao fim da estação de inverno, os mineiros jogarão um galho desfolhado dentro de uma das minas abandonadas. Dois ou três meses mais tarde, ao retornarem os mineiros encontraram os galhos cobertos pôr brilhantes de cristais, formados pelo efeitos das águas saturadas com sal que encharcam o galho, quando a água evapora o que fica são os minúsculos cristais. Os pequenos ramos são incrustadas com uma infinidade de cristais cintilantes que deslumbram os espectadores. O galho original não é mais reconhecível; tornou-se o objeto de admiração.

Stendhal chamou "cristalização" o "processo mental que aproveita todos os momentos para afirmação indubitável da perfeição do ser amado". Podemos dizer ser o processo de idealização do ser amado.

Helena Fisher escreveu em seu livro "Porque Amamos", que buscamos a recompensa do que antecipamos ser em nosso beneficio. Miguel Falabela, na novela Brasileira da TV Globo "Aquele Beijo" diz que amamos como o amor nos faz sentir e temos muita dificuldades em distinguir se amamos a pessoa do outro o a situação em que estamos vivenciando. Ou seja, amor não é separado de outras atividades do dia-a-dia. Amor é parte da família de desejos. De acordo com Arthur Aron, amar e um estado de antecipação que tem o potencial de nos direcionar a euforia ou a miséria. A pessoa apaixonada tem a ambição e o desejo de amar, consequentemente, associada e este desejo, antecipa o beneficio de ser amada e de viver em harmonia. Destarte, o processo de amar e de viver em harmonia, exige um processo continuo de observação do outro, adaptação, observação e adaptação que nos guia em direção a expansão da disposição do nosso modelo de viver e de relacionar.

O nosso desejo de harmonia, não acontece automaticamente, requer ajuste constante. Assim, nos buscamos incessantemente sermos aceitos de acordo com o nosso modelo de ver e de viver. Tentamos dividir a nossa visão, ou modelo de vida com a pessoa amada, pois buscamos a segurança do conhecido ou do familiar e evitamos a ansiedade do desconhecido.

Rosana Brasil é terapeuta de Matrimonio e Família. www.wix.com/rmpbrasil/Rosana-Brasil

BELEZA DA SEMANA

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

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

Astrològo curandeiro
PROF. MORO
Medium / Vindente
Descendente de grandes curandeiros e sábios com fortes poderes ancestrais ocultos
NAO FIQUE NA SOMBRA. APENAS UMA CONSULTA PODE MUDAR SUA VIDA.
Especialista dos casos amorosos, resoluçao em uma semana dos casos mais desesperados, tais como: Amarraçao, Afastamento, Problemas profissionais e familiares, Negòcios, Sorte, Justiça, Doenças estranhas e cronicas e Impotência Sexual. Deslocaçao possível.
Tel. 514-518-3802

Montreal Magazine TVPM
O PROGRAMA QUE DIVULGA OS ACONTECIMENTOS DA COMUNIDADE PORTUGUESA DE MONTREAL
5 DE JANEIRO
FESTA DO FIM DO ANO NO HOTEL MIRAGE
7 DE JANEIRO
FESTAS DE NATAL DO GRUPO REVIVER E DO VERDE MINHO
HORÁRIO
QUINTA-FEIRA ÀS 20H00
SEXTA-FEIRA ÀS 1H00 EM REPETIÇÃO
SÁBADO ÀS 9H00
DOMINGO ÀS 1H00 EM REPETIÇÃO
514-993-9047

FIM DO ANO ATRAVÉS DA

Fim de ano com a familia e os amigos...

Texto de Natércia Rodrigues
Fotos de José Rodrigues

Acabamos de abrir um livro. As páginas estão em branco. Vamos escrever nele, preenchê-lo com muitas frases, com muitas ideias, muitos

sonhos, muitos, muitos e muitos de tudo! Vamos chamar esse livro "Oportunidade" e o primeiro capítulo vai ser sobre a Passagem do Ano de 2011 para 2012. No meu livro, vou começar com a Passagem de Ano que vivi pela primeira vez, na Casa dos Açores do Quebeque. Todos se prepararam para passarem a passagem de

ano em grande e realmente foi uma noite que prometia ser TOPPPP e foi! Não tínhamos casa cheia o que foi pena, mas como dizia o nosso já falecido António Vallacorba, antes poucos e bons. Até tivemos um DJ novo que muito bem se organizou para tocar as melhores musicas e todos se divertiram. Os cozinheiros preparam uns pratos muito convidativos e colossais que muitos não conseguiram acabar tudo. Houve balões, chapéus, cornetas e champanhe. Trocas de Boas Festas, de um BOM ANO 2012 com saúde, paz e amor eram as palavras que se ouviam. Alias a tarefa das pessoas organizadoras foi grande. Preparar os pratos da ceia, decorar a sala... a lista de tarefas para o final de ano é sempre enorme e faz ferver a cabeça de qualquer um, mas quando o resultado é bom, vale a pena. A Casa dos Açores está de parabéns!

É certo que cada ano terá a sua evolução, e nunca igual aos outros. Devemos desejar que, pelo menos, não se apresente com epidemias e outros motivos de perigo que são sempre indesejáveis em muitas áreas, nomeadamente sismos, inundações, fome, etc., também muito vulgares em certas épocas do ano e desde longa data, infelizmente. Acredito que muitos dos nossos desejos tenham boa confirmação, para agradecermos ao novo ano a sua presença. "Ano Novo vida nova diz o Povo!"… temos que conseguir afastar a "fotocópia do que é mau", quando se analisar com meditação o caminho dos dias, dos meses, etc. porque a DIVINA-PROVIDENCIA não deixará de nos ajudar, para termos, também, alguns sonhos felizes! Que seja esta a boa esperança no Ano 2012 são os meus melhores desejos, a minha melhor profecia. Tenho a certeza que os astrólogos têm passado horas a pensar como será este novo ANO. Certamente não faltarão conjecturas das mais variadas condições e tentativas para nos apresentarem, em marcados e inéditos trabalhos, as mais bizarras ideias, consoante os ensaios realizados para estes fins. As pesquisas deles continuam em marcha…mas como eu nada sei da futurologia, apenas peço que nos traga PAZ!

Santa Cruz

Sport Montreal e Benfica

Associação Portuguesa do Canadá

Clube Portugal de Montreal

Estrela do Oceano

Centro do congresso Renaissance

COMUNIDADE

Clube Oriental

West Island

Chateau Princess

O reveillon em Laval

Texto de Sylvio Martins

Qual é a melhor passagem de ano? Quem faz mais para o menos? Qual será a ementa e qual é o conjunto ou DJ? Isto é uma das noites mais importante do ano. Associações fazem-o, restaurantes também, salas de recepções, claro que sim, será em português, italiano, francês ou inglês.

É difícil escolher, nestes três últimos anos decidi de ir a Laval, MAIS UMA VEZ. Porquê? Acho que é um dever de ver o que é bom e apreciar o fruto de um grupo associativo tal como a associação de Laval a fazer esta festa, em grande. Durante 6 anos tive a honra de ir ver todas as festas através da comunidade e ao final fiquei cansado de ir a tantas festas. Neste últimos três anos tive ajuda de vários amigos que apanharam mais ao menos o que acontecia nas festas. Este ano, também é a mesmo tradição. Apresentando um pouco da comunidade através de Montreal. Os lugares que não tem fotografia deve desculpara-me para não poder ter a tempo as fotos para publicar e espero que para o próximo ano todos juntarem-se e fazer o maior álbum de fotos das passagens de ano através da comunidade.

O ano passado, em Laval foi bastante negativo mas este ano fizeram o impossível, possível. Fecharam a porta principal para não entrar tanto frio para a sala e para acomodar os fumadores, eles abriram uma porta bastante longe para não afectar a festa. PARABÉNS a pessoa que teve esta óptima ideia. Depois entrando na sala foi realmente espectacular, foro nas cadeiras, a loiça, a apresentação o estilo e também o serviço a mesa foi espectacular. Nunca visto numa festa desta altura. A comida para mim foi mesmo uma delicia do inicio ao fim. O conjunto Tropical fizeram um excellente trabalho para animar e fazer bater o pézinho. Para finalizar deve dar os parabéns a todos para fazer desta festa um grande sucesso.

HORÓSCOPO

CARNEIRO: As pessoas nascidas sobre o Zodíaco Carneiro podem enfrentar alguns desafios na sua carreira durante o primeiro semestre do ano. Algumas dessas dificuldades não serão superadas. Em relação a vida familiar não há nada a apontar, terão uma vida familiar maravilhosa. As pessoas que se encontrem em relacionamentos podem optar pelo ano 2012 para casar, pois é um ano ideal para este signo. Financeiramente estarão seguros, sem qualquer problema.

TOURO: Touro terá um ano maravilhoso ao longo do ano, alguns na sua vida profissional terão promoções inesperadas. Podem contar com uma vida familiar harmoniosa e com o apoio dos amigos durante todo o ano. Os problemas financeiros, se houver vontade, serão resolvidos no final do ano. Em relação a saúde, alguns problemas de saúde podem surgir durante o segundo semestre do ano. Por isso tenha cuidado com a sua saúde.

GÉMEOS: Este será um ano intermédio para as pessoas que nasceram sobre o Zodíaco Carneiro. Não terá nenhum desenvolvimento na sua carreira profissional. Financeiramente, será assegurado, mas dificilmente você conseguira alguma poupança extra por causa dos gastos extra que terá. No meio do ano pode sofre de alguns problemas de saúde, por isso tenha cuidado com a sua saúde e entre em contacto com o seu medico de família.

LEÕES: 2012 será um ano bom para este signo. Manterá uma vida familiar saudável durante todo o ano, caso esteja em algum relacionamento o ano de 2012 é um excelente ano para casar. Financeiramente estará assegurado, na vida profissional pode ter alguma promoção inesperada. O meio do ano será maravilhoso.

VIRGEM: Este será um ano médio para o zodiacal Virgem, no entanto nas questões financeiras você estará seguro. A vida familiar permanecera boa e saudável, embora um pequeno problema de saúde possa surgir no inicio do ano. Na sua carreira profissional não terá nenhum acontecimento importante, também não conseguirá nenhum lucro extra nos negócios.

BALANÇA: A caminhada de 2012 será uma caminhada maravilhosa para as pessoas que nasceram sobre o Zodíaco Balança. Você pode manter um relacionamento saudável com os seus familiares e amigos, caso pretenda. No seu local de trabalho terá o apoio dos seus colegas e dos seus superiores. Terá oportunidade de fazer curtas viagens com os seus familiares ou amigos. Em relação a questão financeira no meio dos meses podem acontecer crises, devido a algumas despesas enormes.

ESCORPIÃO: Este novo ano não se avizinha um ano muito positivo para escorpião. No inicio do ano podem ocorrer alguns problemas de saúde de fácil resolução, também podem ocorrer durante o ano alguns problemas de família. Tente sempre ao máximo ser sincero com o seu parceiro para evitar equívocos que possam surgir, caso contrario. Financeiramente terá um ano tranquilo durante todo o ano.

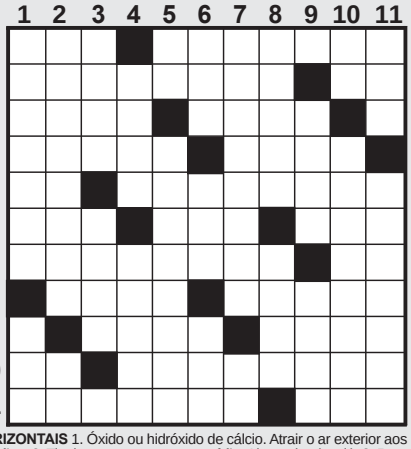
SAGITÁRIO: 2012 será um bom ano para as pessoas do signo Sagitário. Alguns mesmo acabarão por dar o nó e casar. Em termos amorosos será um ano muito bom, já no que toca as questões financeiras alguns problemas podem surgir. Alguns podem ter avanços na carreira profissional. Podem também contar com viagens.

CAPRICÓRNIO: Este novo ano não será um ano muito positivo para Capricórnio, enfrentarão alguns problemas familiares e desafios no dia a dia. Deve ter paciência, caso contrario as situações serão pioradas. Embora financeiramente terá um ano tranquilo, na sua carreira não haverá avanços. Em contra partida terá um ano saudável.

AQUÁRIO: Aquário terá uma vida fantástica durante todo o ano. Alguns conseguirão uma promoção na sua carreira profissional. Vida familiar saudável durante todo o ano e os amigos serão leais durante todo o ano. Os problemas financeiros serão solucionados sem grande problemas. No entanto, algum problema relacionado com a saúde pode surgir a meio do ano.

Peixes: Este novo ano que se avizinha será um ano maravilhoso para peixe. Caso pretenda pode manter uma vida familiar saudável durante todo o ano. no entanto, uma problema financeiro pode surgir no inicio do ano. Se estiver a ter um relacionamento este será um bom ano para dar o nó e casar. Pode também ocorrer uma promoção na sua vida profissional. O fim do ano será maravilhoso.

PALAVRAS CRUZADAS



HORIZONTAIS 1. Óxido ou hidróxido de cálcio. Atrair o ar exterior aos pulmões. 2. Tingir ou temperar com açafrão. Alternativa (conj.). 3. Rasgado. Empunhar. 4. Narrativa ou acontecimento terrível e comovente. Pano de algodão com que os guerreiros de Timor cobriam o corpo, da cintura ao joelho. 5. Designa dor, admiração, repugnância (interj.). Meter em forma. 6. Que exprime malvadez. Ter a natureza de. Parte inferior ou pendente de certas peças de vestuário. 7. Criar raízes. Ósmio (s.q.). 8. Burra. Papagaio. 9. Tenebroso. Rebanho de gado miúdo. 10. Aquelas. Limitar a quantidade de. 11. Reaver. Altar cristão.

VERTICAIS 1. Bando de peixes. Face inferior do pão. 2. Mulher natural dos Açores. A si mesmo. 3. Recipiente cilíndrico que acondiciona alimentos ou refrigerantes. Fêmea do urso. 4. Grande apetite de comer. Caverna profunda. 5. O espaço aéreo. Desejaram ardentemente. 6. Ecoa. Barrete mourisco. Vazia. 7. Relativo a pastor. Caminhar. 8. Irisar. Súplica. 9. Concordância dos sons finais de dois ou mais versos. Caixa em que se recolhem os votos nas eleições. 10. Contr. da prep. a com o artigo ou pronome o. Degustar lentamente. 11. Bebida alcoólica, proveniente da destilação do melaço. Tudo o que nivela.

Édipo e Teresa Guilherme: um estudo

Crónica da Boca do Inferno
Texto de Ricardo Araújo Pereira

Como o idiota-filho desejava ficar preso durante três meses numa casa, tentou fazer com que o idiota-pai ficasse preso durante 30 anos noutra. Édipo matou o pai por causa de uma querela no trânsito; o idiota-filho denunciou o idiota-pai por causa de um programa de televisão. São ambas histórias trágicas, mas a denúncia talvez seja mais cruel uma vez que, não sendo o idiota-pai titular de um cargo público, a confirmar-se a culpa teria mesmo de cumprir pena de prisão.

Ao que dizem todos os jornais menos um, o alegado estripador de Lisboa é, afinal, apenas um alegado idiota. Na escala de abominações, a idiotia aparece muito abaixo da estripação, e por isso o país desinteressou-se rapidamente do caso: os portugueses têm raras oportunidades de conhecer pessoalmente um estripador, mas todos os dias contactam com idiotas.

Mais uma vez constato que sou indigno de pertencer a este povo, uma vez que é precisamente agora que o episódio começa a entusiasmar-me. Não tenho muito interesse em estripadores, mas os idiotas exercem sobre mim um fascínio inevitável.

Ainda não podemos dizer ao certo quantos idiotas existem no caso do alegado estripador, mas há dois que emergem imediatamente, e são pai e filho.

Feliz coincidência ou hereditariedade?

Não sabemos. Mas a concentração de idiotia deve ser celebrada, tanto por razões humorísticas como higiénicas: quanto mais circunscrita a uma mesma casa, maior a intensidade (donde, mais humorismo) e menor o risco de contágio (donde, mais higiene).

Antes de tudo, há que admitir que, se é verdade que a justiça em Portugal é fraca, não é menos verdadeiro que os tribunais têm azar. Ou lhes aparece um criminoso que, por muito que as provas o desmintam, nega responsabilidades no crime, ou aparece um palerma que, por muito que as provas o desmintam, reivindica responsabilidades no crime. No fim, em princípio, ficam ambos em liberdade. Pergunto-me sempre como é possível que haja sobrelotação das cadeias num país em que é tão difícil ser preso.

De acordo com a imprensa, o idiota-filho denunciou o pai para poder entrar num reality show. Noutros tempos, os filhos denunciavam os pais à PIDE; hoje, denunciam à TVI. Todo o mundo é composto de mudança, mas os bufos são sempre bufos.

Como o idiota-filho desejava ficar preso durante três meses numa casa, tentou fazer com que o idiota-pai ficasse preso durante 30 anos noutra. Édipo matou o pai por causa de uma querela no trânsito; o idiota-filho denunciou o idiota-pai por causa de um programa de televisão. São ambas histórias trágicas, mas a denúncia talvez seja mais cruel uma vez que, não sendo o idiota-pai titular de um cargo público, a confirmar-se a culpa teria mesmo de cumprir pena de prisão.

É interessante referir que, para serem admitidos no programa, os concorrentes têm de revelar à produção alguns segredos. "O meu pai é o estripador de Lisboa" era o segundo segredo da lista do idiota-filho. Os jornais não revelam qual era o primeiro, mas tudo o que fique aquém de "A minha mãe é um senhor de bigode que invadiu a Polónia em 1939" não merece ultrapassar o segundo classificado.

Emigração e hipocrisia

Texto de Filipe Luís

1- O publicitário Edson Athaíde costuma citar o seu tio Olavo como um "frasista" inspirador. Hoje, apetece-me imitá-lo e citar o meu tio Chico. Que me dizia, pleno de sabedoria popular, há cerca de um ano, muito antes de os governantes desatarem a fazer apelos à emigração: "O nosso futuro é emigrar. E daí? Não foi o que fizemos sempre?..."

Conformismo? Emigrar é sempre um ato de inconformismo. A diáspora não é um fado - é uma das nossas riquezas. Os emigrantes são, sempre, os melhores de nós: os que têm mais coragem para a mudança, os que revelam mais iniciativa, os que mais querem trabalhar. Desde o século XVI que os portugueses emigram. Não se percebe qual é a novidade, agora. O País não está mais rico do que antes. Não descobrimos poços de petróleo. Não trabalhamos muito mais. E temos dirigentes medíocres. O curto período de vacas gordas foi, como já se percebeu, um tempo artificial. Ora, os conhecimentos e o mundo adquiridos, quando saímos, fazem da nossa uma cultura mais presente e mais rica. Portugal já ultrapassou uma bancarrota, no início do século XX, graças às divisas dos "brasileiros". Mesmo a fuga de cérebros não pode ser um papão: não é a economia que tem de servir a inteligência, ou as universidades, mas sim o contrário. Exemplo: se o País tem menos alunos, não pode empregar mais professores. Se tem menos emprego, deve formar mais empreendedores.

Atenção: já critiquei, nas páginas da VISÃO, os sucessivos "convites" feitos por alguns governantes aos portugueses para emigrarem. Porque compete ao Governo de um país tudo fazer para que a vida nesse país seja possível. Mas pior é o clamor hipócrita que se levantou.

2 - A venda da EDP à empresa estatal chinesa Three Gorges levanta, além dos aspetos económicos - que justificam, plenamente, a opção tomada - , reflexões afetivas, políticas e estratégicas. Começo pela última: devemos sempre temer a entrega de um setor de que depende uma parte da nossa soberania - o principal recurso energético nacional - a um privado, sobretudo estrangeiro. Sobretudo, não europeu. E, sobretudo, concorrente do Ocidente e hipotético inimigo, num quadro de conflito global. Afetivamente, preferiríamos os brasileiros. Politicamente, porém, era importante dar um sinal de independência relativamente a esta "União Europeia alemã" que nos asfixia e nos chantageia. Ao preterir o concorrente alemão, apesar de todas as pressões, provámos que temos alternativas. A troika mandou-nos privatizar, mas não escolhemos quem a troika desejava! Não é pequena coisa...

3 - Da mensagem de Natal de Passos Coelho retenho uma afirmação enigmática: a da "democratização da economia".

E temo que não signifique o que deveria significar: o fim dos privilégios e da promiscuidade de certos privados com o Estado. Das telecomunicações à energia, das construtoras ao setor financeiro, das parcerias público-privadas à indústria farmacêutica. Que quem vive e medra protegido da concorrência terá de reciclar-se. Se a venda da EDP fosse o primeiro passo nesse sentido, não se teria perdido tudo. Mas a futura conta da eletricidade, em nossas casas e nas nossas empresas, não augura, infelizmente, essa "democratização".

A Lenda da Noite de S.Silvestre, Ilha da Madeira

Esta lenda assegura que há muitos, muitos anos existia no oceano Atlântico uma ilha fabulosa, a Atlântida, e nela vivia a civilização mais maravilhosa de sempre.

Os seus habitantes, que Platão dizia descenderem dos amores do deus Poseidon com a mortal Clito, tornaram-se tão arrogantes que tiveram um dia a pretensão de conquistar todo o mundo, ousando mesmo o seu rei desafiar os céus.

Foi então que ouviu a voz do Deus verdadeiro dizer-lhe que nada poderia contra o poder divino. Mas o teimoso rei voltou a desafiá-lo e decidiu conquistar Atenas, mas, durante a batalha o rei da Atlântida ouviu a voz de Deus dizer-lhe que a vitória seria de Atenas para castigar a sua arrogância e ingratidão. À derrota seguíram-se terríveis tempestades, terramotos e inundações que engoliram a bela Atlântida para todo o sempre.

Passaram-se muitas centenas de anos até que um dia a Virgem Maria se debruçava dos céus sobre o oceano, sentada numa nuvem quando São Silvestre lhe veio falar.

Aquela era a última noite do ano e São Silvestre achava que deveria significar algo de diferente para os homens, ou seja, marcar uma fronteira entre o passado e o futuro, dando-lhes a possibilidade de se arrependerem dos seus erros e de terem esperança numa vida melhor.

Nossa Senhora achou muito boa ideia e então confiou-lhe qual a razão porque estava a observar o mar com uma certa tristeza: lembrava-se da bela Atlântida que tinha sido afundada por Deus por causa dos erros e pecados dos seus habitantes.

Enquanto falava, Nossa Senhora deixava cair lágrimas de tristeza e misericórdia porque a humanidade, apesar do castigo, não se tinha emendado.

Emocionado, São Silvestre reparou que não eram apenas lágrimas que caíam dos olhos da Senhora, eram também pérolas autênticas que caiam dos Seus olhos. Foi então que uma dessas lágrimas foi cair no local onde a extraordinária Atlântida tinha existido, nascendo a ilha da Madeira que ficou conhecida como a Pérola do Atlântico.

Dizem os antigos que durante muito tempo, na noite de S. Silvestre quando batiam as doze badaladas surgia nos céus uma visão de luz e cores fantásticas que deixava nos ares um perfume estonteante.

Com o passar dos anos essa visão desapareceu, mas o povo manteve-a nas famosas festas de fim de ano com um maravilhoso fogo de artifício a celebrar a Noite de S. Silvestre.

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

CASAIS DA SEMANA

Casa Minhota
A verdadeira cozinha típica portuguesa
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

Hipertensão: como prevenir

Nos primeiros tempos não dá sintomas mas é um dos maiores perigos da saúde cardiovascular. Saiba a quantas anda a sua tensão e porque é tão importante ter mão no seu estilo de vida para a controlar.

O coração é a bomba do nosso corpo. Quando contrai, o sangue é empurrado para as paredes das artérias fazendo com que elas se expandam. A força dessa impulsão é conhecida como pressão arterial sistólica, ou máxima. Depois, ele relaxa e os vasos sanguíneos retraem: temos assim a tensão arterial mínima ou diastólica. É a estas

variações que chamamos tensão arterial. Considera-se que os seus valores são normais quando estão abaixo dos 14 de tensão máxima e os 9 de mínima. "Numa pessoa não hipertensa, consideram-se óptimos valores abaixo dos 11/7 e normais os que estão entre os 11 e os 13 de máxima e os 7 e os 8,5 de mínima", explica o cardiologista António Cecílio Gouveia. "As excepções são os diabéticos e os doentes renais, com quem temos de ser mais exigentes nestes valores." Mas a tensão varia ao longo do dia. É mais alta de manhã e essa é a razão pela qual muitos enfartes e AVC (acidentes vasculares cerebrais) se dêem nesta altura. Emoções fortes, esforço físico intenso, frio e alterações de temperatura, a reacção nervosa, que acontece quando os médicos a medem (a chamada hipertensão de bata branca) são factores que podem fazer subir a sua pressão. Mas, se em várias medições espaçadas no tempo eles superam os 14/9, estamos face a um hipertenso.

Jovens sob tensão

Quando não controlada e, sobretudo quando combinada com outros factores de risco, a hipertensão pode desencadear acidentes vasculares incapacitantes ou mesmo mortais. E deixou de ser um problema de quem passou dos 40 ou 50 anos. Há adolescentes e jovens já começam a apresentar níveis de tensão preocupantes "devido à inactividade física dos adolescentes, que passam mais tempo em frente à televisão e dos computadores, e devido ao tipo de alimentação que se pratica em casa e nas escolas – abandonámos a dieta mediterrânica", diz António Cecílio Gouveia, cardiologista da Fundação Portuguesa de Cardiologia e do Instituto de Cardiologia Preventiva de Almada.

Apenas 10% das situações de hipertensão têm uma origem conhecida, geralmente genética. Chama-lhe hipertensão secundária e pode dever-se a alterações hormonais a problemas renais ou vasculares congénitos. Mas a maior parte dos casos deve-se a um estilo de vida desadequado.

Aposte numa alimentação saudável:

O grande inimigo da tensão arterial é mesmo o sal… e os portugueses consomem-no demasiado! Mas há outros alimentos com os quais deve ter cuidado:

– Reduza a quantidade de sal para metade, ou menos… ou mesmo nenhum! Experimente outros temperos e substitua por ervas aromáticas e limão.

– Evite enlatados: tem muito mais sal na sua composição do que alimentos frescos, que deve preferir sempre. Leia atentamente os rótulos das embalagens.

– Modere o consumo de enchidos (bacon, chouriço, fiambre), pickles, mostarda e alguns tipos de queijo.

– Reduza o consumo de alimentos ricos em colesterol: carnes vermelhas, manteiga, queijo ou leite inteiros, miudezas de animais (fígado, rins) e gema de ovo.

– Por alguma razão a dieta mediterrânica é considerada a melhor do mundo. Com poucas carnes na sua composição, muito peixe, vegetais, cerais e rica em azeite, a gordura mais saudável.

Repense o seu estilo de vida

– Combata o stresse: ele desencadeia produção de cortisol e adrenalina, que aumentam a tensão arterial. Exercícios de relaxamento, meditação, ioga ou Pilates podem ajudar a moderar o stress.

– Deixe de fumar. Se pensa que já é tarde saiba que, após ou ano de corajosa abstinência, um ex-fumador reduz para 50% os riscos de ataque cardíaco. Se não conseguir deixar totalmente reduza para menos de metade a quantidade que já consome habitualmente. Não é o ideal, mas pelo menos já ajuda…

– Mexa-se: "Um hipertenso controlado deve fazer exercícios dinâmicos, em que os músculos nunca ficam presos, contraem e distendem", aconselha António Gouveia. Estamos a falar de corrida, marcha, caminhada, andar de bicicleta, nadar. "Os exercícios estáticos, como a musculação ou exercícios com pesos, aumentam-na e devem ser evitados ou feitos com muita moderação por hipertenso."

Quando e como medir a tensão

Mesmo um jovem adulto completamente saudável, de 20 ou 30 anos, deve medir a sua tensão arterial pelo menos uma vez por ano. Faça-o no mesmo braço e à mesma hora, de preferência. O meio-dia é uma boa hora para o fazer. Se preferir ter um medidor de tensão em casa, opte por um modelo de braçadeira. "Os de pulso não são tão fidedignos", explica o cardiologista.

Factores de risco

– Tabaco: provoca batimentos cardíacos mais acelerados e o estreitamento dos vasos sanguíneos, dificultando o bombear do sangue.

– Colesterol e triglicéridos elevados: colam-se às paredes das artérias, deteriorando-as e dificultando a circulação.

– Excesso de peso: representa um esforço extra para o seu coração bombear sangue. Mais uma razão para o manter controlado.

– Stress: desencadeia a produção de adrenalina, que aumenta os batimentos

cardíacos e põe o corpo em alerta total, aumento também a tensão sem que se aperceba.

– Misturar a pílula com o cigarro: Uma mistura perigosa, segundo o cardiologista, e que pode desencadear hipertensão porque um factor potencia os efeitos do outro. Por si só os contraceptivos orais não acarretam tanto risco.

– Diabetes

– Falta de exercício

– Abuso de bebidas alcoólicas

– Idade: "A tensão arterial tem sempre tendência a aumentar com a idade, sobretudo depois dos 40 anos", avisa o cardiologista.

– Sexo: os homens tem um risco de hipertensão maior e mais cedo do que nós. Mas, sobretudo depois da menopausa, o nosso risco de hipertensão também aumenta.

– A gravidez: a eclâmpsia ou pré-eclâmpsia aparece durante a gestação e pode acarretar consequências graves para mãe e bebé quando não seguida e medicada.

BUREAU REPRÉSENTATION À MONTRÉAL
Santander Totta
4245 BOUL. ST-LAURENT TEL.: 514.281.0702
CÂMBIO DO DÓLAR CANADIANO
FELIZ ANO NOVO

SERVIÇOS CONSULARES

Embaixada de Portugal
645 Island, Ottawa 1 (613) 729-0883
Consulado Geral de Portugal Mtl
2020 Université, 24º andar 514-499-0359

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
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
Filar. de Laval	514.844.2269
Filar. Portuguesa de Mtl.	514.982.0688
Sp. Montreal e Benfica	514.273.4389

ENSINO

Portuguesa Brossard	450.659.4356
Portuguesa de Laval	450.681.7420
Portuguesa Santa Cruz	514.844.1011
Português do Atlântico	514.387.1551
Lusitana de Montreal	514.353.2827

IGREJAS

Igreja Baptista Portuguesa	514.577.5150
Missão Santa Cruz	514.844.1011
Missão Nª Sª 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

BANCOS

CAIXA PORTUGUESA
4244 St. Laurent 514.842.8077

CANALIZADORES

PLOMBERIE & CHAUFFAGE LEAL
4267 Av. Coloniale 450.672.4687

CLÍNICAS

CLÍNICA MÉDICA LUSO
1 Mont-Royal Este 514.849.2391

CONTABILISTAS

ANÍBAL AFONSO, C.G.A.
anibal.afonso@sympatico.ca
514.817.2451

DENTISTAS

DR. THUY TRAN
4270 St-Laurent 514.499.1624 #209-

ELECTRICIDADE

ELECTRO-LUSO
225 Gounod 514.385.1484
514.385.3541

FARMÁCIAS

FARMÁCIA RITA NACCACHE
4289 Boul. St-Laurent
entrega ao domicílio 514.844.6212

FUNERAIS

ALFRED DALLAIRE\|MEMORIA
514.277.7778
Eduino Martins Cel.: 514.862.2319
Pedro Alves Cel.: 514.898.1152

GARAGENS

ALBERT STATION SERVICE
4209 De Bullion 514.845.5804

MERCEARIA

MONUMENTOS

GRANITE LACROIX INC.
Construção de monumentos
www.granitelacroix.com
1735 des Laurentides 450.669.7467

NOTÁRIOS

Me. LUCIEN BERNARDO
4242 St-Laurent,#203 514.843.5626
Me. EDUARDO DIAS
4270 St-Laurent #200 514.985.2411

OURIVESARIAS

ROSAS DE PORTUGAL
3953 Boul. St-Laurent 514.843.8727

RESTAURANTES

SOLMAR
111 St-Paul E. 514.861.4562

SEGUROS

MATEUS JORGE DE PINA
514.770.9974

TRANSPORTES

TRANSPORTES BENTO COSTA
514.946.1988

Guia do consomidor

EMPREGOS

Homem dinâmico para trabalho geral de edifícios comerciais, para pequenos trabalhos arranjar e manutenção geral para companhia imobiliária a tempo inteiro no distrito de ANJOU. **514-355-1233**
INFO@PLEXON.CA

SERVIÇO

Portuguesa em Laval oferece um serviço, num salão, de manucura e pedicura. **Ana: 514-718-8486**

VIDENTE

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

VENDE-SE

Casa a venda em Notre-Dame Oeste, rés-de-chão com subsolo acabado. Grande 7 1/2 com terreno e garagem e tem direito a um comércio. Perto do novo (Mega) hospital Glen. 319 000$. 514-932-6375

Mercedez Benz-Diesel Turbo em bom estado com 118000km. Nunca saiu no Inverno.
João Colasso
514-281-1012

Descobertas pérolas em ostras algarvias

Investigadores do IPIMAR e da Universidade do Algarve (UALG) acabam de descobrir várias pérolas na espécie mais comum existente em Portugal, fenómeno considerado muito raro e que nunca tinha acontecido em 10 anos de investigações, anunciou hoje aquela universidade.

Fonte ligada à investigação disse à Lusa que aquelas pérolas não deverão ter um valor monetário próximo das pérolas mais valiosas, retiradas de outras espécies, mas assegurou que a possibilidade de aproveitamento comercial será estudada.

As pérolas foram encontradas em dois exemplares da espécie Crassostrea, considerada a pérola autóctone de Portugal, um dos quais tinha quatro pérolas com um diâmetro inferior a 2 milímetros (mm) e outro tinha uma pérola com cerca de 5 mm de diâmetro e 190 miligramas de peso.

Restauração "absorve" parte da subida dos custos para evitar fuga de clientes

"Estou convencido de que na maioria dos casos não vai haver repercussão nos preços na totalidade, porque, na realidade neste momento, o poder de compra dos portugueses é muito baixo", afirmou o dirigente da Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal (AHRESP), Mário Pereira Gonçalves.

Para além da subida do Imposto sobre o Valor Acrescentado (IVA) na restauração da taxa intermédia de 13% para a taxa normal de 23%, em vigor desde ontem, os restaurantes vão também ter que procurar assimilar aumentos nos custos de contexto como a eletricidade, a água e o gás, bem como nos mantimentos.

$9.00*
TEL.: 514-284-1813
*TAXAS NÃO INCLUÍDAS.
APLICÁVEL A NOVOS ANÚNCIOS UNICAMENTE. TODOS OS ANÚNCIOS DEVEM SER PAGOS COM ANTECEDÊNCIA.

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

REMAX Alliance Inc.
Agence immobilière
Informação gratuita - casas, hipoteca...
CARLOS AGOSTINHO
Courtier Immobilier Agréé
EXPERIENCE
Hall of Fame
Club 100% OR
514.374.4000
514.351.2998
514.996.9012

† Maria Luisa Couto Grilo

1926-2011

Faleceu em Montreal, quarta-feira, dia 21 de Dezembro 2011, com 85 anos de idade, a Senhora Maria Luisa Couto Grilo, natural de Ribeira Seca, Ribeira Grande, São Miguel, Açores, esposa do já falecido Deodato Grilo.
Deixa na dor, seus filhos e filhas, José Manuel, Gorette, Américo Conceição, Deodato, António, Helena, Luís e Aurélio, suas noras, genros e netos.

Os serviços fúnebres estiveram a cargo de:
Alfred Dallaire | MEMORIA
1120, Jean-Talon, Montreal
514. 277.7778 www.memoria.ca
Eduino Martins

Missa de Corpo presente foi celebrada na terça-feira, dia 27 de Dezembro de 2011, às 10h00 na Igreja de Nossa senhora de Fátima e foi sepultada em cripta no Mausoléu St-Martin.
Uma missa em nome da senhora Maria Luisa Couto Grilo será celebrada no domingo dia 8 de Janeiro de 2012 na Igreja Nossa Senhora de Fátima em Laval.
A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que, de qualquer forma, se lhes associam neste momento de dor. A todos o nosso obrigado pelo vosso conforto. Bem Hajam.

† Rosa Branco

Faleceu em Montreal, sábado, dia 31 de Dezembro 2011, com 79 anos de idade, a Senhora Rosa Branco, natural de Água Retorta, São Miguel, Açores.
Deixa na dor o seu esposo Manuel André, suas irmãs, sobrinhos(as), assim como restantes familiares e amigos.

Os serviços fúnebres estiveram a cargo de:
Alfred Dallaire | MEMORIA
1111, Laurier O., Montreal
514. 277.7778 www.memoria.ca
Eduino Martins

Missa de corpo presente, hoje, quarta-feira dia 4 de Janeiro de 2012 às 10h00 na Igreja Santa Cruz. Vai ser sepultada em cripta no Mausoléu St-Martin.
Missa do sétimo dia, sexta-feira dia 6 de Janeiro de 2012 as 18h30 na Igreja Santa Cruz.
A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que, de qualquer forma, se lhes associam neste momento de dor. A todos o nosso obrigado pelo vosso conforto. Bem Hajam.

† José Carlos Pimentel

Faleceu em Montreal, terça-feira, dia 3 de Janeiro 2012, com 72 anos de idade, o Senhor José Carlos Pimentel, natural de Água de Pau, São Miguel, Açores. Esposo da senhora Maria da Conceição Pires.

Deixa na dor sua esposa, seus filhos José Carlos, Julieta(João Baptista) Nélia, Natalia(Stéphane Quirion) e João. Seus netos Elizabeth, Jessica Baptista, Maxime, Megane Quirion. Seu irmãos Manuel, sua irmã Maria de Lurdes, cunhados(as), sobrinhos(as), assim como restantes familiares e amigos.

Os serviços fúnebres estiveram a cargo de:
Alfred Dallaire | MEMORIA
1120, Jean Talon E., Montreal
514. 277.7778 www.memoria.ca
Eduino Martins

O velório terá lugar, amanhã, quinta-feira, 5 de Janeiro de 2012 das 14h à 17 e das 17h à 22h e sexta-feira a partir de 8h30. O funeral terá lugar às 10h na Igreja St-Ambroise situado no 1215 Beaubien. Vai ser sepultado em cripta no repos St-Francois d'Assisse.
A família vem por este meio agradecer a todas as pessoas que, de qualquer forma, se lhes associam neste momento de dor. A todos o nosso obrigado pelo vosso conforto. Bem Hajam.

MEMORANDUM

1º aniversário
Maria Nunes

Faz um ano que partistes, mas a tua memoria e o teu sorriso continuam cada vez mais presentes nos nossos corações. Sentimos imenso a tua falta.

teu marido, filha, filho, nora e netas.

$9.00*
TEL.: 514-284-1813
*TAXAS NÃO INCLUÍDAS.
APLICÁVEL A NOVOS ANÚNCIOS UNICAMENTE. TODOS OS ANÚNCIOS DEVEM SER PAGOS COM ANTECEDÊNCIA.

LIGA ZONE SAGRES

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Benfica	33	13	10	3	0	30	11
2-FC Porto	33	13	10	3	0	32	8
3-Sporting	27	13	8	3	2	26	12
4-SC Braga	25	13	7	4	2	24	12
5-Marítimo	22	13	6	4	3	18	16
6-Académica	17	13	5	2	6	17	17
7-Beira-Mar	16	13	4	4	5	11	8
8-Gil Vicente	15	13	3	6	4	13	20
9-Feirense	14	13	3	5	5	11	19
10-Olhanense	14	13	3	5	5	14	17
11-V. Guimarães	14	13	4	2	7	18	16
12-V. Setúbal	13	13	3	4	6	9	19
13-U. Leiria	12	13	4	0	9	14	23
14-Nacional	12	13	3	3	7	9	24
15-Rio Ave	11	13	3	2	8	12	19
16-P. Ferreira	8	13	2	2	9	13	30

LIGA ORANGINA

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Estoril Praia	25	13	7	4	2	13	7
2-Atlético CP	22	13	6	4	3	15	12
3-Leixões	22	13	7	1	5	20	16
4-Moreirense	21	13	6	3	4	21	16
5-Desp. Aves	20	13	5	5	3	17	13
6-UD Oliveirense	19	13	5	4	4	18	16
7-Naval	19	13	5	4	4	14	14
8-Sp. Covilhã	18	13	5	3	5	8	10
9-Santa Clara	18	13	5	3	5	15	15
10-Penafiel	16	13	4	4	5	16	17
11-Arouca	16	13	3	7	3	14	13
12-Freamunde	15	13	3	6	4	16	16
13-Trofense	13	13	3	4	6	11	19
14-Belenenses	13	13	3	4	6	13	17
15-Portimonense	12	13	3	3	7	13	17
16-U. Madeira	12	13	3	3	7	12	18

TAÇA DE PORTUGAL

Académica 3-2 Desp. Aves
UD Oliveirense 2-1 Olhanense
Sporting 3-0 Marítimo
Moreirense 2-2 (5-6)g.p. Nacional

BWIN CUP - 2ª FASE DE GRUPOS

Grupo A

Equipa	J	V	E	D	P
1-Gil Vicente	1	1	0	0	3
2-Sporting	1	0	1	0	1
3-Rio Ave	1	0	1	0	1
4-Moreirense	1	0	0	1	0

Gil Vicente 2-1 Moreirense
Rio Ave 1-1 Sporting
Sporting 18/01 Moreirense
Rio Ave 18/01 Gil Vicente
Sporting 04/02 Gil Vicente
Moreirense 04/02 Rio Ave

Grupo B

Equipa	J	V	E	D	P
1-Benfica	1	1	0	0	3
2-Marítimo	1	1	0	0	3
3-Santa Clara	1	0	0	1	0
4-V. Guimarães	1	0	0	1	0

Marítimo 2-0 Santa Clara
V. Guimarães 1-4 Benfica
Benfica 18/01 Santa Clara
V. Guimarães 18/01 Marítimo
Benfica 04/02 Marítimo
Santa Clara 04/02 V. Guimarães

Grupo C

Equipa	J	V	E	D	P
1-SC Braga	1	1	0	0	3
2-Penafiel	1	1	0	0	3
3-Nacional	1	0	0	1	0
4-Portimonense	1	0	0	1	0

Portimonense 0-1 Penafiel
Nacional 1-2 SC Braga
SC Braga 18/01 Penafiel
Nacional 18/01 Portimonense
SC Braga 04/02 Portimonense
Penafiel 04/02 Nacional

Grupo D

Equipa	J	V	E	D	P
1-V. Setúbal	1	1	0	0	3
2-FC Porto	1	1	0	0	3
3-P. Ferreira	1	0	0	1	0
4-Estoril Praia	1	0	0	1	0

P. Ferreira 1-2 FC Porto
V. Setúbal 3-1 Estoril Praia
FC Porto 18/01 Estoril Praia
P. Ferreira 18/01 V. Setúbal
FC Porto 04/02 V. Setúbal
Estoril Praia 04/02 P. Ferreira

LIGA DOS CAMPEÕES

	1ª Mão	2ªMão
1-França-APOEL	14/02	07/03
2-Napoli-Chelsea	21/02	14/03
3-Milan-Arsenal	15/02	06/03
4-FC Basel-Bayern München	22/02	13/03
5-Bayer Leverkusen-Barcelona	14/02	07/03
6-CSKA Moskva-Real Madrid	21/02	14/03
7-Zenit- Benfica	15/02	06/03
8-Marseille- Internazionale	22/02	13/03

LIGA UEFA

	1ª Mão	2ªMão
1-FC Porto-Man. City	16/02	22/02
2-Ajax-Man. United	16/02	23/02
3-Lokomotiv- Athletic	16/02	23/02
4-Red Bull Salzburg-Metalist	16/02	23/02
5-Stoke City-Valencia	16/02	23/02
6-Rubin Kazan-Olympiakos	16/02	23/02
7-AZ Alkmaar - Anderlecht	16/02	23/02
8-Lazio-At. Madrid	16/02	23/02
9-Steaua-Twente	16/02	23/02
10-Plzen-FC Schalke 04	16/02	23/02
11-Wisla Kraków-Liège	16/02	23/02
12-SC Braga-Turquia Besiktas	14/02	23/02
13-Udinese-PAOK	16/02	23/02
14-Trabzonspor-PSV	16/02	23/02
15-Hannover 96-Club Brugge	16/02	23/02
16-Legia Warszawa- Sporting	16/02	23/02

Balanço 2011: Os episódios marcantes do futebol português

O ano de 2011 foi marcante para o futebol nacional, especialmente no domínio das seleções e da Federação Portuguesa de Futebol (FPF). Do apuramento ao Euro 2012, ao Mundial de sub-20 na Colômbia, com as eleições federativas a fecharem o ano.

Seleção «A» rumo ao Campeonato da Europa

Começando pelo topo da hierarquia futebolística, 2011 confirmou mais uma presença de Portugal numa fase final de um Campeonato da Europa. Sob o comando de Paulo Bento, a equipa das «quinas» chegou à última jornada da fase de grupos no 1º lugar, mas uma derrota por 2x1 na Dinamarca forçou Portugal ao play-off, novamente frente à Bósnia-Herzegovina.

No dia 11 de novembro, a seleção portuguesa empatava 0x0 em Zenica num «pelado» autorizado pela UEFA, recebendo no Estádio da Luz, quatro dias depois, os Bósnios. O resultado final foi esmagador, com Portugal a carimbar a passagem ao Euro com um 6x2 e um estádio a cantar o hino nacional juntamente com a equipa.

Com lugar assegurado na Ucrânia e na Polónia, Portugal ficou a conhecer os adversários de grupo no dia 2 de dezembro. E a «surpresa» não foi agradável: Alemanha, Holanda e Dinamarca serão os obstáculos lusos no Grupo B da prova.

Também em 2011 houve sorteio da fase de qualificação para o Mundial de 2014 no Brasil. Portugal terá como companheiros de grupo a Rússia, Israel, Irlanda do Norte, Luxemburgo e Azerbaijão.

Menos positivos foram os «casos» Ricardo Carvalho e Bosingwa. O primeiro abandonou a concentração da seleção nacional que preparava o importante jogo com o Chipre, sendo suspenso por um ano pela FPF. Seguiu-se a confusão entre Paulo Bento e Bosingwa, com o primeiro a acusar o lateral do Chelsea de simular uma lesão. Os dois vão falhar o Europeu de 2012.

Heróis da Colômbia ficam a um pequeno passo do título

O verão de 2011 esteve a um pequeno passo de ser mágico para o futebol jovem português. Na Colômbia, uma «desconhecida» seleção de sub-20 construiu uma campanha notável que só terminou na final, a 21 de agosto, num jogo dramático com o Brasil. Portugal perdeu por 3x2 após prolongamento mas deixava um país orgulhoso, 22 e 20 anos depois de Riade e Lisboa.

Fernando Gomes «herda» lugar de Gilberto Madaíl

Mas nem só dentro de campo se fez a história da Federação Portuguesa de Futebol em 2011. A 10 de dezembro Gilberto Madaíl terminava uma ligação de 16 anos à frente do organismo e cedeu o lugar a Fernando Gomes, que venceu as eleições a Carlos Marta com 46 votos contra 36 do seu opositor.

A despedida de Liedson e as mudanças em Alvalade

Se no FC Porto o ano foi de glória e no Benfica, apesar da época sem grandes títulos, pouco mudou, o ano de 2011 foi de profunda alteração no Sporting. Em janeiro, José Eduardo Bettencourt apresentava a demissão, obrigando o clube a eleições antecipadas. Em fevereiro, Liedson despedia-se após sete anos de leão ao peito para rumar ao Corinthians - onde seria campeão no final do ano.

As «convulsões» em Alvalade não terminavam em fevereiro e no mês seguinte Paulo Sérgio deixava o comando técnico da equipa, deixando o lugar para José Couceiro, que passava a acumular as funções de técnico e diretor desportivo. Pouco tempo depois, ainda em março, Godinho Lopes chega à presidência do Sporting após um ato eleitoral atribulado e com um vencedor antecipado - Bruno Carvalho -, que acabou por perder numa recontagem dos votos.

Maio «português» em Dublin

A Europa do futebol falou a uma só voz no dia 18 de maio de 2011, quando em Dublin, FC Porto e SC Braga disputaram a primeira final europeia de sempre entre emblemas portugueses. Ganhou o FC Porto, por 1x0, mas nesse final de tarde na Irlanda ganhou sobretudo o futebol luso.

Balanço 2011: O ano em Inglaterra

O ano de 2011 em Inglaterra foi inteiramente dominado pelos clubes de Manchester. O United foi campeão, o City venceu a Taça e os dois acabam o ano na frente da Premier League. Ao Chelsea chegou Villas-Boas mas a vida não tem sido fácil para o português.

Em 2011, o Manchester United tornou-se o clube inglês com mais títulos da Premier League ao erguer o troféu pela 19ª vez na sua história, superando os 18 que o Liverpool ostenta no palmarés. Mas 2011 foi também o ano de Sir Alex Ferguson, comandante da «armada» red devil há 25 anos, com 31 títulos oficiais conquistados em Old Trafford.

Mas nem só de bons momentos se fez este ano para a equipa do internacional português Nani. Em 2011, o United esteve na final da Liga dos Campeões, mas caiu aos pés do «extraterrestre» FC Barcelona, por 3x1, em pleno Estádio de Wembley. Nesse mesmo palco, um mês antes, os red devils tinham sido afastados nas meias-finais da FA Cup aos pés do rival citadino, o City (1x0). A estes desaires, junta-se uma pesada derrota por 4x0 nos quartos-de-final da Taça da Liga, frente ao West Ham, num ano que valeu pelo título na Premier League.

Já na temporada que corre, a grande desilusão ocorreu na Liga dos Campeões, onde o Manchester United acabou por ser eliminado na fase de grupos. Dois empates com o Benfica e uma derrota em Basileia na última ronda ditaram o adeus à Liga milionária, sobrando agora a Liga Europa.

Para os «milionarios» do Manchester City, 2011 pode, finalmente, ser visto como o ano em que os primeiros sinais de poderio se tornaram evidentes. Após 35 anos de «seca», os citizens conquistaram um troféu, a FA Cup, ao baterem o Stoke City por 1x0 na final de Wembley.

O ano de 2011 foi o da chegada de outro treinador português ao «banco» do Chelsea. André Villas-Boas foi «resgatado» ao FC Porto por 15 milhões de euros para seguir as pisadas do «mestre» José Mourinho no clube de Stamford Bridge, depois do 2º lugar na Premier League de 2010/11 e uma época sem títulos para os blues.

Primeira Liga - Próximos jogos

06/01	V. Setúbal- Académica	[SportTV] 15:15
07/01	Sporting-FC Porto	[SportTV] 15:15
08/01	Marítimo-Olhanense	11:00
08/01	Rio Ave-P. Ferreira	11:00
08/01	Gil Vicente-Nacional	11:00
08/01	U. Leiria-Benfica	[RTP] 13:15
08/01	V. Guimarães-Feirense	[SportTV] 15:15
09/01	Beira-Mar-Sp. Braga	[SportTV] 15:15

II DIVISÃO ZONA NORTE 2011/12

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Varzim	27	13	8	3	2	14	4
2-Ribeira Brava	26	13	8	2	3	16	13
3-Tirsense	22	13	6	4	3	20	11
4-Vizela	20	13	5	5	3	19	14
5-M. de Cavaleiros	20	13	5	5	3	24	22
6-Chaves	19	13	5	4	4	12	13
7-Mirandela	19	13	5	4	4	28	18
8-Limianos	19	13	5	4	4	16	12
9-Fafe	19	13	6	1	6	12	12
10-Camacha	18	13	5	3	5	11	13
11-Ribeirão	18	13	4	6	3	17	13
12-Famalicão	16	13	4	4	5	12	13
13-Marítimo B	15	13	3	6	4	17	17
14-Lousada	15	13	4	3	6	19	24
15-Merelinense	4	13	0	4	9	7	24
16-AD Oliveirense	4	13	0	4	9	6	27

II DIVISÃO ZONA CENTRO 2011/12

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Sp. Espinho	33	13	10	3	0	23	7
2-Boavista	29	13	9	2	2	22	8
3-Tondela	29	13	9	2	2	21	9
4-S. João Ver	22	13	7	1	5	16	19
5-Amarante FC	22	13	6	4	3	20	13
6-Operário	20	13	5	5	3	10	11
7-Gondomar	20	13	6	2	5	11	14
8-Anadia	17	13	4	5	4	21	15
9-Padroense	17	13	4	5	4	22	21
10-Aliados Lordelo	16	13	4	4	5	21	18
11-Coimbrões	14	13	2	8	3	12	15
12-Cinfães	12	13	3	3	7	16	25
13-Angrense	12	13	3	3	7	15	19
14-Madalena	8	13	2	2	9	16	27
15-Paredes	7	13	2	1	10	9	24
16-Oliv. Bairro	7	13	1	4	8	9	19

II DIVISÃO ZONA SUL 2011/12

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Oriental	27	13	8	3	2	26	9
2-Torreense	25	13	7	4	2	23	10
3-Pinhalnovense	25	13	8	1	4	19	13
4-Fátima	24	13	7	3	3	19	12
5-E. Vendas Novas	23	13	7	2	4	22	12
6-Carregado	22	13	6	4	3	21	16
7-Louletano	19	13	5	4	4	11	10
8-Mafra	19	13	4	7	2	14	8
9-Sertanense	18	13	5	3	5	14	14
10-Moura	15	13	4	3	6	14	27
11-1º Dezembro	15	13	4	3	6	9	11
12-Monsanto	12	13	2	6	5	9	16
13-Juventude Évora	11	13	3	2	8	13	21
14-Tourizense	11	13	2	5	6	11	20
15-At. Reguengos	10	13	2	4	7	9	22
16-Caldas	8	13	2	2	9	7	20

III DIVISÃO SÉRIE A 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Vianense	24	12	6	6	0	16	5
2-GD Joane	23	12	7	2	3	18	9
3-Bragança	23	12	7	2	3	15	9
4-Vilaverdense	20	12	6	2	4	15	11
5-Santa Maria	20	12	6	2	4	15	11
6-Esposende	19	12	5	4	3	16	17
7-Melgacense	17	12	5	2	5	14	21
8-Fão	14	12	3	5	4	14	11
9-FC Amares	13	12	3	4	5	10	12
10-Marinhas	9	12	2	3	7	12	18
11-Maria da Fonte	9	12	2	3	7	6	17
12-Cerveira	6	12	1	3	8	10	20

III DIVISÃO SÉRIE B 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Infesta	22	12	7	1	4	19	14
2-Cesarense	21	12	6	3	3	19	17
3-Sousense	20	12	5	5	2	20	12
4-AD Grijó	20	12	6	2	4	16	10
5-Rebordosa	17	12	4	5	3	14	9
6-Leça	17	12	4	5	3	16	14
7-Sp. Mêda	17	12	4	5	3	16	14
8-Vila Real	17	12	5	2	5	13	13
9-Serzedelo	14	12	3	5	4	17	16
10-Vila Meã	13	12	3	4	5	10	15
11-Sp. Lamego	9	12	2	3	7	12	24
12-Alpendorada	8	12	2	2	8	5	19

III DIVISÃO SÉRIE C 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-AD Nogueirense	25	12	7	4	1	23	12
2-Avanca	24	12	7	3	2	27	12
3-Ac. Viseu	23	12	6	5	1	17	7
4-Alba	21	12	6	3	3	17	7
5-Penalva Castelo	20	12	5	5	2	15	15
6-AD Sanjoanense	18	12	5	3	4	16	15
7-Bustelo	17	12	5	2	5	19	18
8-Oliv. Hospital	16	12	5	1	6	15	16
9-Sampedrense	16	12	4	4	4	15	17
10-Oliv. Frades	9	12	2	3	7	12	20
11-Valecambrense	5	12	1	2	9	14	27
12-Canas Senhorim	3	12	0	3	9	8	32

III DIVISÃO SÉRIE D 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Sp. Pombal	21	11	6	3	2	22	12
2-Benf.C.Branco	19	11	5	4	2	20	10
3-Pampilhosa	19	11	6	1	4	19	14
4-Tocha	18	11	5	3	3	15	11
5-Sourense	17	11	4	5	2	16	16
6-Beneditense	16	11	3	7	1	14	10
7-Peniche	14	11	3	5	3	7	8
8-Marinhense	14	11	4	2	5	13	17
9-G. de Alcobaça	11	10	2	5	3	18	11
10-Bombarralense	6	11	0	6	5	7	27
11-At. Riachense	3	11	0	3	8	6	21

III DIVISÃO SÉRIE E 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Sintrense	24	12	7	3	2	18	9
2-Oeiras	24	12	7	3	2	16	7
3-Pêro Pinheiro	18	12	4	6	2	15	12
4-Eléctrico	17	12	4	5	3	10	8
5-Fut. Benfica	17	12	5	2	5	15	15
6-Sacavenense	16	12	4	4	4	17	15
7-Casa Pia	16	12	4	4	4	17	16
8-Alcochetense	14	12	3	5	4	17	20
9-Olímpico Montijo	13	12	3	4	5	16	17
10-SL Cartaxo	13	12	3	4	5	15	22
11-Real	12	12	3	3	6	14	16
12-O Elvas	10	12	3	1	8	14	27

III DIVISÃO SÉRIE F 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Farense	30	12	9	3	0	27	9
2-Esp. Lagos	25	12	8	1	3	25	10
3-Pescadores	20	12	6	2	4	16	13
4-Fabril Barreiro	19	12	6	1	5	21	18
5-Quarteirense	19	12	6	1	5	15	15
6-U. Montemor	18	12	6	0	6	12	11
7-Sesimbra	16	12	4	4	4	15	15
8-Messinense	16	12	5	1	6	14	17
9-Lagoa	15	12	4	3	5	7	11
10-Aljustrelense	14	12	4	2	6	16	19
11-Redondense	13	12	4	1	7	14	17
12-Despertar SC	1	12	0	1	11	5	32

III DIVISÃO SÉRIE MADEIRA 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
[illegible]							
2-Machico	29	12	9	2	1	22	10
3-Pontassolense	26	12	8	2	2	25	8
4-Portosantense	22	12	7	1	4	32	14
5-Câmara de Lobos	18	12	6	0	6	13	16
6-Cruzado Canicense	15	12	5	0	7	12	16
7-Est. Calheta	13	12	3	4	5	10	16
8-AD Porto Cruz	12	12	3	3	6	14	19
9-1º Maio Funchal	12	12	3	3	6	11	19
10-CF Andorinha	11	12	3	2	7	12	25
11-B. da Argentina	11	12	3	2	7	9	25
12-UD Santana	6	12	2	0	10	10	27

III DIVISÃO SÉRIE AÇORES 2011/2012

P Equipa	P	J	V	E	D	GM	GS
1-Lusitânia	24	11	7	3	1	17	9
2-Praiense	22	11	7	1	3	25	6
3-Santiago	21	11	6	3	2	21	8
4-Prainha FC	16	11	4	4	3	18	22
5-Boavista S. Mateus	15	11	3	6	2	7	7
6-Guadalupe	14	11	4	2	5	13	13
7-Sp. Ideal	13	11	2	7	2	19	17
8-U. Micaelense	11	11	2	5	4	13	14
9-Fayal	7	11	1	4	6	11	27
10-Águia CD	3	11	0	3	8	4	25

Francisco Stromp: o grande capitão

Francisco Stromp, foi o primeiro grande capitão e treinador de futebol do Sporting Clube de Portugal, assim como um dos fundadores de várias modalidades do clube leonino.

Nasceu a 21 de Maio de 1892 e esteve ligado aos êxitos que fizeram do Sporting Clube de Portugal um dos grandes emblemas nacionais. O seu pai era o prestigiado doutor Francisco dos Reis Stromp e um dos seus irmãos mais velhos, António, foi seu companheiro de equipa e atleta de eleição, chegando mesmo a participar nos J. O.

O JOGADOR, O CAPITÃO, O SÍMBOLO LEONINO

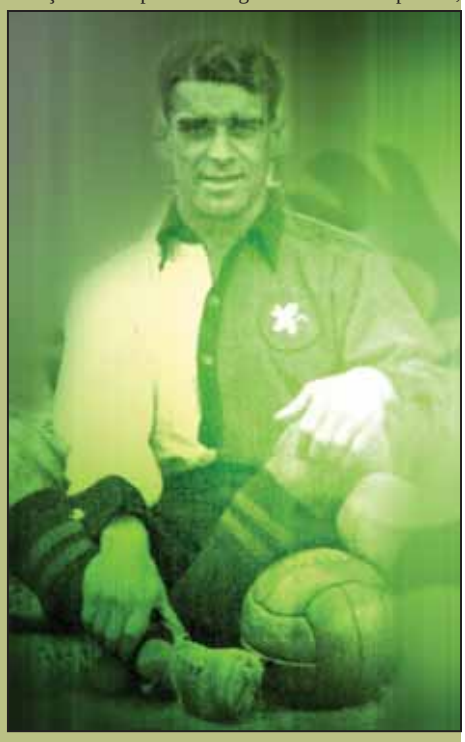
Francisco Stromp era muito respeitado pelo seu futebol e a sua simpatia, cavalheirismo e "fair-play" faziam dele uma pessoa muito respeitada e popular entre companheiros e adversários. Estreou-se na equipa principal do Sporting com apenas 16 anos. Estávamos então em 1908 e o clube lisboeta contava apenas 2 anos de vida. Esteve na 1ª grande conquista dos leões: O Campeonato de Lisboa. Foi na época de 1914/15 e teve o condão de acabar com um período de domínio do clube que se tornaria o eterno rival: O Benfica. Em 1922/23, Francisco Stromp, levou o Sporting ao seu 1º título de âmbito nacional: O Campeonato de Portugal. Com 10 anos de capitão e 107 jogos disputados pela equipa principal do Sporting, Stromp, decidiu pôr fim à sua carreira como futebolista. Perdeu assim o SCP a primeira referência da sua história. Foi no ano de 1924.

UMA CARTA DE PRÍNCIPIOS

Ficou célebre a carta que redigiu pelo seu próprio punho após a grande vitória de 1923 que aqui é transcrita, e pode explicar a importância do grande capitão na vida do clube: "Ganhámos o Campeonato de Lisboa sem contestação dos nossos adversários e, até, com aplausos de todos eles. É isto um dos mais saborosos frutos do nosso trabalho. Ainda não chegámos ao fim. Agora vamos disputar o Campeonato de Portugal. Pretendemos ganhá-lo da mesma forma, sem contestação. A nossa vitória no Campeonato de Lisboa não se deve ao valor individual dos componentes da nossa equipa. Deve-se principalmente à correcção que todos soubemos manter em todos os jogos que fizemos, à assiduidade aos treinos que todos compreenderam serem necessários para vencer e à disciplina que me orgulho de ter sabido manter, não usando outros meios que não fossem a evocação da amizade que por todos tenho e aquela que todos temos pelo Sporting Clube de Portugal. Confio novamente na vontade de todos para poder triunfar. Continuaremos a trabalhar sem um desfalecimento. Precisamos de honrar o nosso título de Campeão de Lisboa, juntando-lhe o de Portugal, precisamos confirmar a contestação da derrota da época passada, precisamos de efectivar a última aspiração da vida desportiva do capitão da primeira equipa: entregar o título de Campeão de Portugal"

O FIM...

Foi em 1930 que faleceu de forma tão trágica como inesperada o que durante 2 décadas foi a grande referência do SCP. Francisco Stromp, contraiu Sífilis, uma doença fatal na época e não aguentando o drama pessoal,



suicidou-se na estação ferroviária de Sete Rios, em Lisboa, metendo-se debaixo de um comboio. Contava apenas 38 anos. Ironicamente, suicidou-se no mesmo dia que o seu clube do coração completava 24 anos de idade. Conta quem com ele conviveu de perto que Stromp "não tinha namoros, nem vida política. A sua amante era o Sporting".

Stromp, um leão para a posteridade

LES COUVREURS AUGUSTO MONIZ

A.M. ROOFING INC.

PROPRIETÁRIOS: ANTERO - DAVID E TERESA MONIZ

Companhia portuguesa estabelecida
para bem servir a comunidade com pessoal
tendo 50 anos de experiência neste ramo e
sendo os primeiros a trabalhar
para a comunidade portuguesa

Especialistas em
coberturas de casa
de cascalho,
"bardeau",
"membrane élastomère"

8580, 8e Avenue
Montréal (QC)
H1Z 2W4

Esc.: 514-376-0862
Fax: 514-376-1175
amroofing@hotmail.com

VERICO
MORTGAGE BROKERS NETWORK
snco

Tire proveito da baixa das taxas hipotecárias
para consolidar as suas dívidas
(cartões de crédito, segunda hipoteca e mesmo a sua primeira hipoteca)

	2 anos	5 anos
Taxas de juros bancários	3.85%	5.29%
As nossas taxas de juros	2.69%	3.29%

*condições aplicáveis

Taxa variável
5 anos*
2.25%

Promoção
50 meses
2.99%

* Hélio Pereira CHA
514 497.3896

* Fernando
Calheiros B.A.A
514 886.7001

*Courtier hypothécaire

CHAMAN BRASILEIRO

CHAMAN, ÍNDIO, GURU...
TODOS OS PROBLEMAS TÊM UMA SOLUÇÃO
TODAS AS DOENÇAS TÊM UMA CURA...

NÃO FAÇO PROMESSAS FALSAS NEM ENGANO,
ESTOU AQUI PARA FAZER O QUE OUTROS NÃO FAZEM
EU SOU CONHECEDOR DE SEGREDOS DA FLORESTA
FAÇO TUDO O QUE É DIFÍCIL E IMPOSSÍVEL

TESTEMUNHOS REAIS:

REGRESSO DA SUA AMADA ATÉ VOCÊ

Eu sou um mestre espiritual, um xamã mental e metafísico de nascença. Tenho poder e capacidade de retirar qualquer tipo de bruxedo, praga, cura espiritual, exorcismo e bruxedo revertido. Limpo a sua casa, carro e negócio.

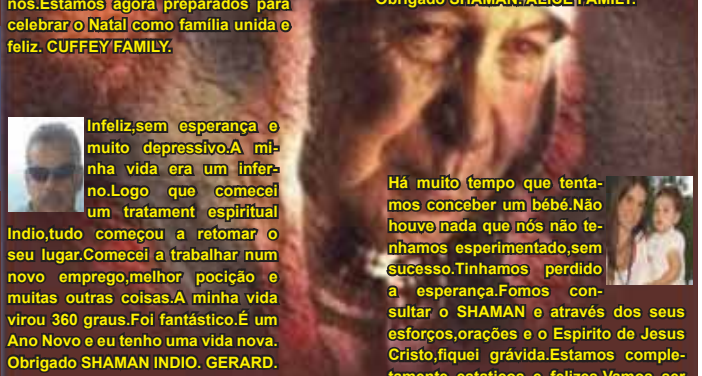
EU DOMINO
ONDE OUTROS FALHAM
COM 33 ANOS
DE EXPERIÊNCIA
MELHORA AGORA
A SUA VIDA
100%
GARANTIDO

A bruxaria destrói olhares, amizades e até a sua própria saúde. As pessoas possuídas por uma bruxaria não acreditam em nada, nem em ninguém, precisamente por estarem amarradas a forças negativas. São

Éramos uma família muito feliz até ao dia em que o nosso filho nos deixou e cortou toda a comunicação connosco.Pensámos que o tinhamos perdidi para sempre.Graças ao SHAMAN INDIO,o nosso filho voltou e a nossa casa ficou limpa desse diabo maldito que o tinha afastado de nós.Estamos agora preparados para celebrar o Natal como família unida e feliz. CUFFEY FAMILY.

Infeliz,sem esperança e muito depressivo.A minha vida era um inferno.Logo que comecei um tratament espiritual Indio,tudo começou a retomar o seu lugar.Comecei a trabalhar num novo emprego,melhor pociçao e muitas outras coisas.A minha vida virou 360 graus.Foi fantástico.É um Ano Novo e eu tenho uma vida nova. Obrigado SHAMAN INDIO. GERARD.

Quando o meu marido me deixou por uma outra mulher,a minha vida ficou destruída. Chorei até não ter mais lágrimas.Consultei o SHAMAN e ele mostrou-me a pessoa que tinha causado toda esta desgraça. Voltámos a estar reunidos,felizes e prontos para celebrar as Festas e entrar no Ano Novo como marido e esposa outra vez. Obrigado SHAMAN. ALICE FAMILY.



Há muito tempo que tentamos conceber um bébé.Não houve nada que nós não tenhamos esperimentado,sem sucesso.Tinhamos perdido a esperança.Fomos consultar o SHAMAN e através dos seus esforços,orações e o Espirito de Jesus Cristo,fiquei grávida.Estamos completamente estaticos e felizes.Vamos ser pais neste Novo Ano . EMMANUELA

O ÍNDIO QUE
SEGURA O TEU AMOR
438-764-9685