

## EDITORIAL

Esta edição chega a casa dos nossos leitores após o período de verão, das férias, da procura de renovar as forças para mais um ano de trabalho, escolar, de lutas e conquistas. Esperamos que esse recomeço seja repleto de energia positiva. Como poderão verificar, este meio de comunicação privilegiado com as nossas populações não acompanhará a campanha às eleições autárquicas. Por decisão da equipa do Informativo, deixamos esses importantes temas para outros palcos. Mas recordamos a importância de escolher os nossos representantes no poder local. O direito ao voto é também um dever. Escolham. Com consciência. Voltamos a encontrar-nos em Dezembro. Um bem-haja a todos.

*A Equipa do Informativo*

## Ficha técnica

### O BOLETIM INFORMATIVO DE SÃO BERNARDO

É uma publicação Trimestral, projeto da Aplausos sem Reticências - Associação

**Contactos:** Rua Cónego Maio, 133 • 3810-089 São Bernardo

**Tel:** 234 341 709 **Fax:** 234 342 367 **TLM:** 969 380 257

**E-mail:** saobernardoinformativo@gmail.com

**FB:** Informativo de São Bernardo

**Tiragem:** 2250 Exemplares

**Impressão:** Tipografia Minerva Central, Lda.

**Redação:** Daniela Sousa Pinto (dsousapinto@gmail.com)

**Paginação:** Daniela Sousa Pinto, Tipografia Minerva Central, Lda.

**Colaboradores:** Lúcia Felício; Joana Paixão; Carlos Marques; João Pericão; Ulisses Pereira; André Sousa; Nuno Leite; Maria Manuela Teixeira; João Carvalho.

## Abertas as inscrições para AULAS DE FITNESS

**Junta de Freguesia de São Bernardo**  
3° e 5° Feiras das 19:15h - 20:00h

Convidamos a comunidade a participar nos treinos, no auditório da Junta de Freguesia de São Bernardo, às terças e quintas - feiras, pelas 19h15, realizados pela Personal Trainer Lia. São treinos adequados para qualquer idade, com o intuito de melhorar a forma física e a saúde de todos. O sedentarismo é hoje um grande contributo para a doença ou dores no corpo. Com estas aulas, pretendemos apoiar e assegurar a melhoria da sua qualidade de vida.

O nosso sucesso, depende, da sua participação.

**Faça o seu primeiro treino grátis!**

## Recordar é Viver

Rua Cónego Maio



Antiga Junta de Freguesia e finalização da nova sede, na Rua Cónego Maio.

**traquinas kids**  
moda infantil

**Loja 1 - Rua Cónego Maio, 103**  
São Bernardo - Aveiro

**tlm: 965 293 173**

**Loja 2 - Rua Viana do Castelo,**  
16 - Aveiro

**FB: Traquinaskids**

  
**BRASAPÃO**

Churrascaria - Padaria - Pastelaria - Take-Away

- ▶ Fabrico próprio  
Padaria/Pastelaria
- ▶ Especialidades em churrasco
- ▶ Serviço Take-Away

**Rua Cónego Maio, 103-D**  
São Bernardo (junto à CGD)

**Telefone: 234 342 333**

**B.A.B.A.**  
CONSULTORIA, CONTABILIDADE E GESTÃO

**Consultoria**  
**Contabilidade**  
**Gestão**

**Rua Cónego Maio, 115 R/C C**  
São Bernardo  
**3810 - 089 AVEIRO**

**T/F (+351) 234 348 530**  
**E-mail: b.aba@b-aba.org**

**Site: www.b-aba.org**

**Foi Notícia**

## **PASSEIO ANUAL DA TERCEIRA IDADE BRAGA FOI O DESTINO DE 2017**

Na sua vigésima sexta edição, o tradicional Passeio Anual da Terceira Idade teve como destino a cidade de Braga. Com um total de 150 participantes, distribuídos por três autocarros, a viagem decorreu com a habitual boa disposição e alegria. Com esta iniciativa a Junta de Freguesia de São Bernardo

procura oferecer aos seus munícipes mais crescidos um dia diferente em que a partilha, o convívio e a possibilidade de conhecerem outros locais históricos são alguns dos objetivos.

No próximo ano, novo destino e a animação de sempre!



farmácia.  
**peixinho**

# **Aberta**

**Das 8 horas às 20 horas  
De segunda a sábado**

**12 horas ao seu serviço**

Rua Cónego Maio 76/78  
3810-089 São Bernardo- Aveiro  
Telefone: 234 343 224

Facebook: [www.facebook.com/farmaciaepeixinho](http://www.facebook.com/farmaciaepeixinho)

## Informações Junta

# INAUGURAÇÃO DO PARQUE DA CAMPONESA

**Inaugurado, dia 21 de julho, com a presença do Presidente da Câmara Municipal de Aveiro, Engenheiro Ribau Esteves, do Pároco da Freguesia de São Bernardo Padre Luís Barbosa e de Henrique da Rocha Vieira, presidente da Junta de Freguesia de São Bernardo, o momento contou com a satisfação de munícipes e diversas forças vivas da Freguesia e com a alegria dos principais interessados no espaço: as crianças.**

Num momento descontraído e acompanhado pela alegria e agitação da pequenada, foi inaugurado, ontem, o Parque da Praceta da Camponesa, em São Bernardo. Uma obra desejada e que foi possível, porque «este executivo com as verbas atribuídas pela Câmara ao abrigo das delegações de competências, pôde, realizar esta obra e programar até a realização de outra. As crianças, as famílias, todos nós temos que promover a brincadeira ao ar livre, o convívio e a partilha, eternos dinamizadores de aprendizagens», diz Henrique da Rocha Vieira que agradeceu a presença de todos e em especial dos munícipes de palmo e meio. Ribau Esteves quis também deixar uma palavra mostrando o interesse do executivo em promover a criação destes espaços “essências à vida uma comunidade. Delegamos nas nossas parceiras juntas de freguesia a sua construção e mais importante: a sua manutenção. Não queremos espaços degradados, estragados, onde as crianças corram riscos. Isso acabou!».

## AGENDA

**VENDAS DE GARAGEM** - Uma iniciativa que tem vindo a ter cada vez mais adeptos, a Venda de Garagem de São Bernardo tem como datas previstas os dias 7 de outubro, 4 de novembro e 2 de dezembro. Se as condições climáticas não estiverem favoráveis, fica cada uma das edições adiada para o sábado seguinte.

**FEIRA DA SAÚDE** - Agendada para sábado, dia 25 de novembro, na sede da Junta de Freguesia de São Bernardo, das 9.30 às 17 horas. Ainda sem programa definido, a Feira terá, como habitualmente, rastreios gratuitos e mostras de terapias e produtos.

Numa breve oração em nome de todos e por todos os que estavam presentes e que venham a usufruir do espaço o Padre Luís Barbosa salientou «a importância destes espaços na relação entre as famílias. É bom ter espaços onde as crianças brinquem e onde os pais, os avós, os vizinhos convivam. Esta permuta, este ser família, é o mais importante e a grande missão destes espaços».

Este equipamento infantil está situado na Praceta da Camponesa, em São Bernardo.



Padaria | Pastelaria | Pizzaria | Churrascaria | Take-Away

**Mansão do João**

Especialidades em:  
 Pão d'Avó  
 Bolos de Aniversário  
 Pizzas  
 Stromboli  
 Frango de Churrasco  
 Menus Vários

Rua Cega, n.º 110  
 São Bernardo  
 3810-232 Aveiro  
 tel. 234 482 202

**Teresa's Dream**



teresalameiro@gmail.com  
 Tel: 966 637 614  
 Rua Cónego Maio, 133  
 3810-089 São Bernardo - Aveiro

**SOCIAL**

**COMÉRCIO LOCAL SAI À RUA**

Em São Bernardo, O COMÉRCIO SAI À RUA todos os primeiros sábados de cada mês. Em julho com o tema O VERÃO CHEGOU! e em agosto sob o mote: AS FÉRIAS, a iniciativa contou com a participação de várias lojas e garantiu a possibilidade de se realizarem compras com descontos significativos. É assim será nos próximos meses, sempre no primeiro sábado de cada mês com temas e dinâmicas novos numa tentativa de animar o comércio local e trazer mais gente à Freguesia.

«O importante é criar dinâmicas que movimentem a nossa Freguesia e que tragam mais pessoas para conhecer o que de bom o nosso comércio tem para oferecer. Esta é mais uma oportunidade para os nossos clientes - e novos que venham conhecer a iniciativa - fazerem umas comprinhas e poupar algum dinheiro em artigos que podem ser ainda úteis para este verão, para casa ou até para tomar um cafezito mais em conta!», dizem os comerciantes organizados informalmente e que organizam com o apoio da Junta de Freguesia esta e outras iniciativas.

«A Junta de Freguesia está sempre disponível para ajudar a dinamizar a Freguesia. Os nossos comerciantes investiram em São Bernardo; acreditaram nesta Freguesia e cabe ao executivo ajudar no que for possível para que os seus projetos se concretizem», diz Henrique da Rocha Vieira que acrescenta que «não

podemos deixar que São Bernardo perca as suas gentes lutadoras e empreendedoras e que têm ajudado a dar vida a esta terra. Naturalmente, todos têm que ajudar a tornar este evento um verdadeiro êxito. Porque se esta iniciativa é para todos, tem que contar com o apoio e empenho de todos!», salienta Henrique da Rocha Vieira.

As edições serão anunciadas atempadamente. Todos os comerciantes podem participar, respeitando o tema de cada edição e fazendo descontos ou oferecendo vales de desconto. «Cada um fará a gestão do seu negócio como entender e fizer mais sentido. O importante é participar e criar o hábito de nos visitarem todos os primeiros sábados de cada mês. E quem procura os descontos também espregueia os outros artigos, conhece os nossos produtos, deixa-nos sugestões. É uma permuta muito importante», acrescenta a organização.




**Prestigelar**

Praceta do Forno - Apartado 4  
 São Bernardo 3811-601 Aveiro  
 (+351) 234 345 212 | (+351) 961 294 224  
 geral@prestigelar.pt | www.prestigelar.pt

**Craveiro & Goncalves** *lda*

SEDE  
 Rua Cega | Apartado 5 | S. Bernardo  
 3811-601 Aveiro  
 Tel. 234 340 700 | Fax 234 340 709

SUCURSAL  
 Av. António Santos Leite, 301  
 4470-142 Maia  
 Tel. 229 432 800 | Fax 229 432 809

 Apoio ao cliente  
 808 234 700

Email: geral@craveirogoncalves.pt  
 www.kirby.com/pt-pt/distributor/craveiro-goncalves-lda

**KIRBY®**

## Foi Notícia

### Preparar a Parentalidade Porquê?

Foi o tema de uma sessão de esclarecimento, realizada na sede da Junta de Freguesia de São Bernardo no passado mês de junho e que teve como facilitadoras as promotoras do projeto A MATERNINHA VAI SER MÃE, Claudia Pinheiro e Vera Freitas. A sessão abordou a profunda mudança que acontece na vida dos pais sempre que uma criança nasce. «Ter filhos é algo natural da vida, no entanto vivemos numa época de crise em relação à parentalidade. É tarefa de toda a comunidade oferecer uma presença atenta e cúmplice, que apoia os pais e os ajuda a enfrentar essas mudanças, para bem das futuras gerações e para que criar uma criança seja uma tarefa prazerosa e gratificante», esclarecem.



### São Bernardo é Solidário

Na altura do flagelo de Pedrogão Grande, a Junta de Freguesia fez um apelo e São Bernardo respondeu com muita roupa de adulto, de criança, atalhados e outros bens que foram entregues por duas vezes aos moradores de Pedrogão Grande. Nesta entrega a Junta de Freguesia contou com o apoio da empresa Supracar e da Fundação Padre Félix que não pouparam esforços para entregar os bens aos seus destinatários.



### Workshop Empreendedorismo

Aberta a todos os interessados, a iniciativa permitiu, ainda, encontrar uma oportunidade de emprego. A iniciativa foi da responsabilidade da Century21- Salinas e teve como palco a sede da Junta de freguesia de São Bernardo. Ficou o interesse de repetir a iniciativa.




**M**  
**minipreço**  
**São Bernardo**



**Macedo & Maia, Lda.** 10<sup>th</sup> ANIVERSÁRIO 2009-2019

**INSTALAÇÕES: ELÉCTRICAS, CANALIZAÇÕES, AQUECIMENTO E ASPIRAÇÃO CENTRAL E SOLAR**

Telems. **963 073 372 / 962 497 365 / 910 915 935**  
E-Mail: **macedo\_maia@sapo.pt**

Rua Conselheiro Arnaldo Vidal n.º 126 • Oliveirinha • 3810-861 AVEIRO

**SOCIAL**

# O QUE NOS LIGA? PARTICIPAÇÃO SUPERA EXPETATIVAS

Uma iniciativa do Grupo de Voluntariado Comunitário de Aveiro, do Núcleo Regional do Centro da Liga Portuguesa Contra o Cancro e que contou com o apoio da Junta de Freguesia de São Bernardo superou em muito as expectativas. Mais de 150 inscrições, muitas pessoas presentes na caminhada que calcorream a passo a freguesia num total de cerca de seis quilómetros. Numa primeira edição ficou já demonstrada a vontade de realizar nova caminhada no próximo ano. Visivelmente satisfeitos os voluntários referiam que «esta tinha sido uma Caminhada muito participada, muito bem divulgada e que contou com a participação de uma comunidade muito ativa e solidária».



Já Henrique da Rocha Vieira, presidente da Junta de Freguesia afirmava que «estamos muito satisfeitos com esta participação e com o número de inscrições obtidas, mas não nos surpreende, porque esta é uma comunidade muito solidária. Estamos aqui para dar as mãos uns aos outros e para colaborar através do apoio a causas que nos unem a todos».



## CLÍNICA BAO

MEDICINA CHINESA

ACUPUNCTURA  
FITOTERAPIA  
MASSAGEM TUINA  
DIETÉTICA  
TAICHI  
CHIKUNG

Rua Cónego Maio nº129, 3810-966, S. Bernardo - AVEIRO | antigos CTT de S. Bernardo  
MARCAÇÃO DE CONSULTAS E TRATAMENTOS: 968 609 126

## ENTREVISTA

COMPANHIA DE COMERCIANTES E EMPRESÁRIOS DE SÃO BERNARDO

# NÃO «BAIXAMOS OS BRAÇOS»!



**A Companhia de Comerciantes e Empresários de São Bernardo, criada informalmente em 2015 tem apostado na dinamização do comércio e empreendedorismo locais. O Informativo falou com alguns dos seus elementos para perceber quais são os objetivos e propostas deste grupo de pessoas que não se imagina a desistir daqueles que têm sido os seus projetos de vida.**

**INFORMATIVO DE SÃO BERNARDO (ISB): Como surge este movimento?**

**Companhia de Comerciantes e Empresários (CCE):** Alguns comerciantes da Freguesia entenderam que seria mais fácil a promoção de algumas das atividades que se tornaram regulares, se realizadas de forma mais organizada e com o maior envolvimento possível. Este grupo está organizado de forma informal, mas sempre que necessário organiza-se de forma a colocar as ideias a funcionar. Naturalmente, que muito do que vamos

fazendo conta com o apoio do executivo da Junta de Freguesia que se envolve em tudo o que propomos e nos ajuda em várias questões: promoção dos eventos, logística, divulgação...

**ISB: Não sentem necessidade de formar este grupo com personalidade própria?**

**CCE:** Por enquanto, tem funcionado bem. Estamos todos do mesmo lado e todos queremos melhorar a atividade comercial e empresarial da Freguesia. Foi em São Bernardo que decidimos abrir os nossos negócios. Apostámos nesta Freguesia e não queremos que esta conjuntura económica que vai sendo, ainda, desfavorável, nos impeça de prosseguir com os nossos projetos de vida.

**ISB: De que forma atuam para salvaguardar a vida económica da Freguesia?**

**CCE:** Com animação e diversas iniciativas como têm sido exemplo os Encontros no Parque, os Stock Off e com a mais recente iniciativa «O comércio Local Sai à Rua» em que através de temas que dão mote a cada um dos eventos, no primeiro sábado de cada mês, colocamos os nossos produtos em «montras» na rua, aproveitando o verão. Mas há mais iniciativas previstas para os próximos meses e entre elas está animações de rua, montras vivas e outras ideias que ainda estamos a ver se são viáveis.

## ENTREVISTA

### ISB: E os resultados têm sido os esperados?

**CCE:** Sim. Temos que compreender que as iniciativas demoram o seu tempo a dar resultados. O que fazemos não tem custos financeiros, mas temos que nos empenhar em fazer o melhor e o mais bonito para que as pessoas sintam vontade em participar. A título de exemplo, nestas edições do «comércio local sai à rua» temos tido bastante adesão e muitas pessoas já perguntam pelo evento. Temos que continuar a apostar na divulgação. Estamos a criar uma imagem de marca para esta iniciativa e vamos continuar, todos os meses, a brindar os nossos clientes com descontos fantásticos.

### ISB: São Bernardo é uma boa freguesia para criar um negócio?

**CCE:** São Bernardo é uma Freguesia muito acolhedora, de gentes muito simpáticas e interessadas em que a freguesia se desenvolva e com condições físicas muito atraentes. Depois, o executivo, justiça seja feita, é muito empenhado e está sempre disposto a colaborar com as nossas iniciativas e vezes sem conta são o motor de muitas delas.

### ISB: O envolvimento dos comerciantes e empresários acompanha este empenho?

**CCE:** Ainda não! Acreditamos que cada vez vão ser mais as empresas envolvidas nestas iniciativas. É fundamental que todos participem, que partilhem ideias e projetos para que todos possamos ajudar e realizar atividades que a todos, num ou noutro momento, interessem. Faltam muitos comerciantes aderir. Faltam aparecer muitos nas reuniões que dão o mote às várias decisões. As reuniões são marcadas e informados através de circular todas as empresas. Também temos um Grupo fechado no facebook em que vamos sendo informados das iniciativas vamos partilhando as nossas ideias.

### ISB: Estão confiantes quanto ao futuro das vossas empresas?

**CCE:** Cremos que estamos todos um pouco apreensivos, mas a esperança não nos deixa desistir. Acreditamos que ninguém desiste com facilidade do seu projeto de vida e não vamos baixar os braços. Mas o encerramento de alguns serviços preocupa-nos bastante. Certo é que não

vamos baixar os braços! São Bernardo é uma freguesia muito agradável. Não pode perder a vida que criou nos últimos anos.

## ELEIÇÕES AUTÁRQUICAS

**As eleições para os órgãos autárquicos: Assembleia Municipal, Câmara Municipal e Assembleias de Freguesia realizam-se no próximo dia 1 de outubro. Em São Bernardo, as mesas de voto encontrar-se-ão na sede da Junta de Freguesia e funcionarão, como habitualmente, das 8 às 19 horas.**



**minerva**  
tipografia minerva central®

geral@  
tipografiaminervacentral.pt  
www.  
tipografiaminervacentral.pt

Rua São Sebastião, 91  
3810-187 AVEIRO  
tel.: 234 423 374

desde 1964

offset tipografia impressão digital papelaria carimbos encadernação



**XTEMAS**  
ELECTRICOS

**LOJA - Rua Cónego Maio,  
162 - 3810-089  
São Bernardo - AVEIRO  
T. 234 028 691  
loja@xtmaselectricos.pt**

**ARMAZÉM - Rua Aires, 47  
3810-205 São Bernardo AVEIRO  
M. 912 566 497 | 917 577 474  
geral@xtmeaselectricos.pt**

ELÉTRICIDADE ILUMINAÇÃO  
SEGURANÇA COMUNICAÇÕES

www.xtemaselectricos.pt



**natur.ria, lda**  
PRODUTOS NATURAIS | CENTRO DIETÉTICO

**São Bernardo** - Rua Cónego Maio, 113 B - 3810 S. Bernardo  
Tel: 234 371 069 - Telem: 963 987 837

**Aveiro** - Lg Cons. Queirós, 31 A/B - (Largo Banda Amizade - Alboi)  
Tel: 234 182 473 - Telem: 926 906 912

**Oliv. Bairro** - Rua Conde Ferreira, 8 - 3770-211 Oliv. Bairro  
Tel: 231 405 991

natur.ria@hotmail.com



**escola de condução**

**sinalvertical**

**NOVA GERÊNCIA**

Travessa Cónego Maio, Bloco 2 - 8 • São Bernardo - 3810-089 Aveiro  
Tel: 234 341 765 • Email: sinalvertical@gmail.com



## OPINIÃO

### MARIA MANUEL TEIXEIRA Psicóloga Clínica

#### **O negócio dos incêndios em Portugal: quem beneficia...**

Os fogos florestais são uma evidência: cada vez ocorrem mais em Portugal, porque interessa a alguém e porque alguém beneficia com isso. Oficialmente, alimenta-se sobretudo a versão de que os incêndios resultam de negligência ou, de outra forma, de mão criminosa, perpetrados por pessoas mentalmente diminuídas e/ou com problemas psicológicos. Ora, estes parecem ser os argumentos mais fáceis de usar para desviar as atenções do verdadeiro negócio que alimenta os incêndios florestais. Na realidade, este flagelo não acontece por acaso. Senão vejamos algumas evidências: desde sempre existiram florestas; desde sempre houve calor e outros fenómenos meteorológicos propiciadores a fogos; desde sempre houve pessoas pirómanas e pessoas desequilibradas. Cada vez mais a informação está ao alcance da população; o grau de educação tem aumentado exponencialmente; os meios tecnológicos à disposição são cada vez mais e melhores; etc.

Então, por que é que hoje em dia os incêndios florestais são a eito, não cessam de aumentar? Quem beneficia com esta tragédia?

Heis algumas considerações reflexivas:

- 1) Porque é que o combate a incêndios é totalmente concessionado a empresas privadas, contrariamente ao que acontece no resto da Europa?
- 2) Porque é que o Estado dispõe de 700 milhões de euros para comprar dois submarinos e não dispõe de metade dessa verba para comprar uma dúzia de aviões Cannadair?
- 3) Porque é que há pilotos das Forças Armadas formados para combater incêndios e passam o verão desocupados nos quartéis?
- 4) Porque é que as Forças Armadas encomendaram novos helicópteros sem estarem adaptados ao combate a incêndios?
- 5) Caso não saibam, o negócio das celulosas para produzir pasta de papel continua a ser sustentável com madeira queimada: é mais barata, e os madeireiros pagam um terço do valor aos produtores florestais. Quem beneficia com isto?
- 6) Porque se aponta o dedo aos proprietários privados pela falta de limpeza e falta de ordenação da mata florestal, quando o Estado é o maior proprietário?
- 7) Onde estão e a fazer o quê os guardas florestais, esses profissionais que verdadeiramente conheciam as matas, apoiando no controle, no planeamento e na fiscalização que reduzia cabalmente o número de incêndios e minimizavam os seus efeitos?
- 8) Porque se continua a alimentar a especulação imobiliária, permitindo-se a compra e venda de propriedades queimadas, sem respeitar os anos que estão definidos na lei?
- 9) O negócio das indústrias relacionadas com o combate a incêndios, viaturas, extintores, compostos químicos, equipamentos diversos, etc. que não pára de crescer... Ora, urge, pois, fazer leis que ponham mão nestas situações de "negócios de incêndios", obrigando o Estado a assumir as suas responsabilidades:
  - assumir o combate aéreo aos incêndios com meios próprios das Forças Armadas, cessando os contratos com empresas privadas;
  - aumentar o apoio às corporações de bombeiros;

- reforçar a vigilância das florestas durante o verão com forças militares;
- obrigar à limpeza das matas e abertura de aceiros;
- proibir o negócio de "terra queimada", impedindo qualquer tipo de construção em área ardida durante "x" anos;
- aumentar as penas aos criminosos de fogo posto, condenando-os severamente a penas máximas;
- atribuição de meios e prioridades no combate a incêndios;
- Atribuição de responsabilidades de comando de forma clara e organizada na Proteção Civil, e demais estruturas competentes; etc.

Os incêndios são, a todos os níveis, uma calamidade nacional, que se repetem numa cadência previsível. Não são obra do acaso, resultam da incompetência e da falta de vontade política que os sucessivos sistemas políticos têm demonstrado face a este flagelo. "Parece estar instalado um sistema político e uma sociedade que convive com todos os problemas e tolera todos os vícios. E não resolve nenhum".

### CARLOS MARQUES Consultor Financeiro

#### **Recebimentos/pagamentos em dinheiro vivo acima de 3.000,00 euros, são proibidos e puníveis com coima de 180,00 a 4.500,00 euros**

Desde o dia, 23 de agosto 2017, é proibido fazer pagamentos em numerário acima de 3.000 euros, mesmo que os bens ou serviços tenham sido contratados em data anterior.

A Lei 92/2017, incluída num pacote de medidas de combate ao branqueamento de capitais, foi publicada dia 22 de Agosto 2017 em "Diário da República", entrando em vigor no dia seguinte ao da sua publicação.

A lei, promulgada a 14 de agosto pelo Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, estipula que "é proibido pagar ou receber em numerário em transações de qualquer natureza que envolvam montantes iguais ou superiores a 3.000 euros, ou o seu equivalente em moeda estrangeira".

O limite sobe para 10.000 euros no caso de cidadãos não residentes em Portugal, desde que não atuem como empresários ou comerciantes.

Estes limites consideram todos os pagamentos relativos a um mesmo bem ou serviço, mesmo que eles sejam feitos de forma fracionada e cada parcela fique aquém dos 3.000 euros (ou 10.000 euros para não residentes). O texto é ainda mais estrito no que respeita a pagamento de impostos: o cumprimento das obrigações fiscais em dinheiro vivo só será aceite até 500 euros.

O disposto neste artigo não é aplicável nas operações com entidades financeiras cujo objeto legal compreenda a receção de depósitos, a prestação de serviços de pagamento, a emissão de moeda eletrónica ou a realização de operações de câmbio manual, nos pagamentos decorrentes de decisões ou ordens judiciais. A realização de transações em numerário acima dos limites legalmente previstos é punível com coima de 180 euros a 4500 euros.

Para quaisquer esclarecimentos sobre este artigo, ou algum tema (Fiscal ou de Gestão) que gostariam de ver

## OPINIÃO / EMPRESA

## CAFÉ O LAVRADOR

### A cultivar a amizade desde 1982

aqui tratado ficamos a vossa inteira disposição através do Informativo São Bernardo ou do email carlos@cmarques.org da secção de consultoria e contabilidade da B.ABA dos Números, Lda.

## JOSÉ CARLOS RODRIGUES

### Dirigente Associativo

#### Ser Veterano de Andebol

A prática de desporto por lazer, prazer ou até mesmo por saúde, tem crescido bastante. Os ginásios estão sempre bem compostos e oferecem variadíssimas formas de se gastar algumas calorias e fazendo com que as pessoas se sintam bem melhores. Seja em grupo ou individual, verdadeiras etapas são feitas de bicicleta com muitos quilómetros percorridos a pedalar. Corrida e caminhadas ao ar livre, são também formas de se praticar desporto em idade "sénior", essencialmente a partir dos 35 anos. É precisamente a partir dessa idade que se "ganha" o estatuto de veterano no desporto. No Centro Desportivo São Bernardo, criaram-se, recentemente, as equipas de veteranos masculinos e femininos e tem sido muito gratificante ver o prazer de quem o é e daqueles que assistem. Pensando que a maioria dos veteranos são Pais e Mães, é super gratificante ter o apoio dos filhos e sentir que eles sentem bastante orgulho nos seus progenitores, por eles praticarem desporto e no caso do S. Bernardo a maioria dos filhos são também eles jovens praticantes no Clube. Fazendo eu parte desse grupo, sei que uma pergunta toda a gente quer logo fazer: Temos capacidade física e motora para praticarmos a modalidade? Claro que sim! Fisicamente todos se sentem bem, e sentem-se melhores do que quando começaram e mais importante do que tudo é o prazer e gozo que isso dá: indescritível! Como tudo na vida, temos de ser competitivos, lutar pelo melhor e no desporto isso é a chave e no escalão de veteranos, temos ainda a vantagem de ter a capacidade de saber os limites, até onde podemos ir. A camaradagem é enorme, a diversão é dominante e a cumplicidade melhor que em qualquer outra situação. No fundo, falamos de amizade pura, pois nos momentos dos treinos, torneios, jogos e deslocações para os mesmos, os problemas esquecem-se. Os sorrisos fazem parte das nossas expressões faciais, ansiedade e adrenalina estão sempre presentes em nós. Sim, faço todas estas descrições com aquele brilho nos olhos e é claramente com emoção que estou a escrever este texto.

Voltar a poder competir com antigos colegas e amigos, alguns deles que há muitos anos não via, competir com ex atletas meus, atletas que criei, eduquei e ajudei a serem o que são hoje. Um enorme orgulho. Ter gente a praticar andebol pela primeira vez, depois dos 40 anos de idade e jogarem com aquela vontade dos atletas dos escalões mais novos, é de uma beleza indescritível.

Sim, há o reverso da medalha, pois no fim de cada treino, de cada jogo e principalmente depois de cada torneio, vêm as mazelas, os músculos doridos e as articulações desarticuladas. Mas acreditem, tudo vale a pena, pois todos os momentos são sempre recordados com aquela paixão por aquilo que se faz parte.

Fica o testemunho de alguém que tem um enorme prazer em fazer parte destes projetos, como Atleta e como treinador da equipa masculina e da feminina. E, se calhar fica também o convite para virem experimentar também.



Há lugares onde as histórias brotam, naturalmente, quer pelos detalhes, pelo ambiente ou pelas gentes, e que nos conquistam e arrebatam no preciso momento em que aí entramos.

O café Lavrador é um destes casos. Um espaço de reunião de gerações, que está plantado no trilho que conduz ao Parque de Feiras e é o ponto de encontro obrigatório para as gentes locais e áreas circundantes, serve as freguesias da Glória, Santa Joana e São Bernardo.

Foi fundado em 1982, em Vilar, por um elemento ilustre da localidade, e que era ao fim ao cabo aquele amigo que todos temos na respetiva terra, e que gostava de reunir os amigos na sua adega, juntando-os à mesa, com boa comida, conversas e risadas bem regadas. Estavam criadas todas as condições para a génese do que viria a ser um espaço comercial carismático e tipicamente Português.

Por nascer numa zona periférica à cidade, onde era forte o setor agrícola, foi batizado de "O Lavrador". Desde que surgiu, foi crescendo e mudando ao longo dos tempos, passando por várias gerências, acompanhando as épocas e as vontades, sendo sempre cenário para as mais diversas aventuras e peripécias.

Juliana Verdú, funcionária do espaço desde 2012 e com vasta experiência no ramo, ia-se deixando encantar pela alma do espaço e alguns anos depois surgiu o momento certo para a Juliana, juntamente com o Miguel adquirirem o espaço. Com um local carregado de tanto simbolismo para gerir, o casal comprometeu-se a modernizar, e foi construindo um espaço com as vantagens da centralidade e a tranquilidade da periferia, mais económico e com menos confusão, nunca deixando cair em desprimor um serviço próximo, dinâmico e envolvente, próprio de uma casa que preza para que os clientes se sintam aí mesmo; em casa.

Miguel e Juliana foram criadores de uma profunda revolução do negócio, transformando-o num autêntico must-visit, esculpindo um conceito de sucesso à imagem de quem o lidera.

É por tudo isto um local apetecível com esplanada, sala de jogos e salão para degustar os mais variados petiscos tradicionais, enchidos e queijos, ideais para serem acompanhados por uma vasta gama de vinhos ou cervejas internacionais com a recomendação da insígnia Mundo da Cerveja. Sem dúvida um espaço a conhecer e a disfrutar."

A nova gerência celebrou a 14 de julho um ano à frente deste espaço.

## ASSOCIATIVISMO

### ASSOCIAÇÃO MUSICAL E CULTURAL SÃO BERNARDO AGRADECIMENTO

Com a lindíssima imagem das "Borboletas", que manifestam a alegria constante que tão bem caracteriza a comunidade de São Bernardo, a edição deste ano do São Bernardo Florido mostrou a essência e beleza naturais das flores e das borboletas numa fantástica conceção artística e cultural.

No dia do nosso Padroeiro São Bernardo de Claraval, que merece toda esta nossa entrega e dedicação à sua tão nobre obra de louvor ao criador, não seria de esperar outra atitude de todos quanto colaboraram ou participaram na elaboração do "Tapete florido", só possível pela destreza e pela notável disponibilidade dos envolvidos. Sabemos que toda esta envolvência humana reproduz um bem-estar individual e coletivo, garantindo a tão desejável partilha e sociabilidade, uma das razões fundamentais do São Bernardo Florido' 2017.

A excelência desta maravilhosa manifestação cultural, exalta a originalidade das suas distintas tradições!... Saibamos honrar todos os nossos antepassados, criando e desenvolvendo a mestria deste povo tão prestigiado pela sua génese, em convergência com a origem de São Bernardo de Claraval.

Parafraseando, as palavras sábias "O Homem Sonha, O Homem Cria e depois manifesta-se pela sua criatividade, através deste magnífico e agradável trabalho artístico". Motivados por esta enorme emoção e paixão à causa comunitária, que jamais podereis esquecer, a história constrói-se cada dia caminhando, deixando narrado o prestígio dos tempos vividos. Ó terra da minha vida envolta em tradições, viverás eternamente na minha mente, enquanto terra da minha essência.

### ESCOLA DE MÚSICA ABERTAS INSCRIÇÕES



Encontram-se abertas as inscrições para a Escola de Música São Bernardo da AMCSB' Associação Musical e Cultural São Bernardo, para alunos a partir dos seis anos, incluindo todas as idades.

A oferta curricular inclui aulas de conjunto nas disciplinas de Formação Musical e Classe Conjunto, para as valências culturais; (Fanfarras-Harmonia, Grupo de Percussão e Banda de Gaitas) e aulas individuais, nos seguintes instrumentos: Flauta transversal, Trompete, Trombone de Vara, Trompa de Harmonia, Bombardino (Eufónio), Tuba, Clarim Trompete, Clarim Baixo, Gaita-de-foles, Pandeiro, Timbalão e Percussão.

As aulas decorrem dentro de um plano estratégico ainda a definir e são lecionadas por professores qualificados, com experiência musical e pedagógica.

Os interessados podem fazer a sua inscrição preferencialmente na Sede da AMCSB' todos os dias, a partir do dia 01 a 15 de Setembro, entre as 9h e as 21h, sendo que previamente, deve estabelecer contacto através do 964 678 857.

Vem adquirir novos conhecimentos musicais e novos desafios de âmbito associativo!...

Esperamos por ti!... Inscreve-te já!...

Escola de música para todas as idades!...



**4mind junior**

- Sala de Estudo
- Explicações
- Preparação para exames
- Clubes
- Acompanhamento psicológico

**4mind senior**

- Línguas estrangeiras
- Informática
- Escrita criativa
- Expressão musical

**Cursos de Línguas**

**Tradução | Revisão**

Rua Dr. Ernesto Paiva, 6  
(Junto à pastelaria Lusitana e à Escola Básica de S. Bernardo)  
[www.facebook.com/4mind.aveiro](http://www.facebook.com/4mind.aveiro)  
Tel: 925 894 665- 234 422 459  
@ 4mind@sapo.pt

CAFÉ - SNACK BAR

# O LAVRADOR

DESDE 1982

*A Cultivar a Amizade*

Rua Areias de Vilar, nº 27B - Vilar-Aveiro  
Telefone: 234 425 904  
[www.facebook.com/cafeolavrador](http://www.facebook.com/cafeolavrador)

**BRANCO & CA., S.A.**

[www.comag-pt](http://www.comag-pt)

Comércio de Máquinas Agrícolas, Jardim e Construção






## ASSOCIATIVISMO

# CENTRO DESPORTIVO DE SÃO BERNARDO NOVA ÉPOCA, NOVOS DESAFIOS NA ALDEIA DESPORTIVA

Terminada a brilhante época de 2016/17, onde o Centro Desportivo São Bernardo conquistou a subida à 1ª Divisão Nacional, o título de Campeão Nacional da 2ª Divisão em seniores masculinos e chegou à Fase Final em Iniciados Masculinos, conquistando um honroso 5º lugar no campeonato nacional é hora de voltar a calçar as sapatilhas e de pôr resina nas bolas. Os cerca de 150 atletas que vestem a nossa #rosaaopeito estão preparados para mais uma época de grande intensidade.

A equipa sénior que seis épocas depois regressa ao convívio entre os grandes tem também a registar o regresso de uma referência do clube. O João Alves, agora como treinador, será o responsável pela equipa sénior apoiado pelo adjunto João Teixeira. Como Dirigentes, à dupla de sucesso, José Manuel Rocha "Tide" e Luís Neves, junta-se António Ribeiro que irão dar o apoio essencial para que nada falte aos nossos seniores, nesta grande competição que é a 1ª Divisão.

Os nossos juniores, terão como Treinador Principal, Tiago Portas e como Adjunto Renato Areias. Como Dirigentes, a dupla feminina composta por Luciana Esteves, Ana Matos e Fernando Ferrão.

Nos Juvenis continua Francisco Dias que conta com o treinador adjunto Ulisses Ribeiro. Como dirigentes, a continuidade desta dupla, Luís Custódio e Joaquim Silva.

Nos Iniciados, uma aposta num novo treinador mas que também é atleta sénior que é o Jorge Justino (Joca). Como dirigentes, uma dupla feminina que continua neste escalão, Olga Henrique e Ana Ferreira, também com a ajuda de João Ferrão. O objetivo é sempre o mesmo, tentar fazer igual ou melhor que na época passada, ou seja, alcançar os Nacionais e quem sabe chegar à fase final.

No escalão de Infantis Lino Gonçalves que terá a ajuda de Tiago Sousa e como dirigentes este escalão conta

com a ajuda de Catarina Henriques e Célia Mendes.

A Academia Paulo Gonçalves que engloba os escalões de Minis e Bambis tem como Coordenador José Rui Leitão, Tiago Sousa e Jorge Justino (Joca) como treinadores. Como dirigentes, Susana Freire e Tiago Santos para ajudar neste escalão que é bastante exigente e importante para o futuro do clube. Para treinar todos os Guarda Redes do Clube contamos com a preciosa ajuda do atleta sénior Emanuel Ribeiro e de

Lino Gonçalves.

Para desempenhar o cargo de Diretor Desportivo continua José Rodrigues (Litos) que também irá continuar com os escalões mais maduros do Clube, os veteranos masculinos e femininos, participando em diversos Torneios.

Aos elementos da direção, Dirigentes, Treinadores, Atletas aos familiares e sócios deseja-se que seja mais um ano bastantes êxitos desportivos e sociais, para o nosso Clube.

### ESTÁ NAS TUAS MÃO SER UM CAMPEÃO



### Andebol é no S. Bernardo

MINIS / BAMBIS (Ano de nascimento - 2006 a 2011)  
SÁBADOS às 10:30 - QUARTAS e SEXTAS às 17:30

CAPTAÇÕES

2017/2018

234343628 - cdsbernardo@netvisao.pt - Diretor Desp. 965 282 566

## SOCIEDADE MUSICAL SANTA CECÍLIA Matrículas Escola de Música 2017-18

Estão abertas as inscrições para aulas de instrumento e formação musical. Condições especiais para associados e para dois ou mais elementos da mesma família.

A secretária da Escola de Musica, está aberta de segunda a sexta das 15h00 às 19h30 e aos sábados das 16h00 às 19h00.

## CANTE ALENTEJANO E ORQUESTRA Sábado, 14 de outubro

Pela primeira vez, desde que o Cante Alentejano foi considerado pela UNESCO, como Património Imaterial da Humanidade, vamos ter na Região de Aveiro um Concerto com Cante Alentejano. Será no dia 14 de outubro pelas 21h30, no Auditório da S. M. Sta. Cecília, com o Cante Alentejano de Monsaraz, avaliado pelo INATEL como um dos melhores. Também participa a Orquestra da Sociedade Musical Santa Cecília. A NÃO PERDER.



## INFORMAÇÕES ÚTEIS

### EDITAL

#### **Notificação de Aplicação de Medidas Fitossanitárias OBRIGATORIEDADE DE PODA E TRATAMENTO DE CITRINOS INFESTADOS COM A PSILA AFRICANA DOS CITRINOS, *Trioza erytreae* (Del Guercio)**

A Diretora Regional de Agricultura e Pescas do Centro, nos termos do nº 1 do artº 20º do Decreto-Lei nº 154/2005, de 6 de setembro, alterado e republicado pelo Decreto-Lei nº 243/2009, de 17 de setembro, e alterado pelos Decretos-Leis nºs 7/2010, de 25 de janeiro, 32/2010, de 13 de abril, 95/2011, de 8 de agosto, 115/2014, de 5 de agosto, e 170/2014, de 7 de novembro, e atento ainda o disposto na alínea d) do nº 1 do artigo 112º do Código do Procedimento Administrativo, torna público o seguinte:

1. A *Trioza erytreae* (Del Guercio), ou psila africana dos citrinos, é um inseto considerado de quarentena para os citrinos (limoeiro, limeira, laranja doce e azeda, tangerineira, toranjeira e cumquates) e outros hospedeiros pertencentes à família das Rutáceas, provocando estragos muito graves.
2. Este inseto é vetor da bactéria causadora da forma africana da doença conhecida como Citrus Greening (*Candidatus Liberibacter africanus* Jagoueix, Bové & Garnier), uma das doenças mais destrutivas que ocorre em citrinos. As perdas na produção podem variar de 30% a 70% ou mesmo inviabilizar a citricultura, caso não sejam tomadas as medidas de controlo efetivas.
3. A praga encontra-se presente em todas as freguesias do concelho de Ovar; em todas as freguesias do concelho da Murtosa; nas freguesias de Beduído e Veiros, Pardilhó e Avanca no concelho de Estarreja, nas freguesias de S. Jacinto, Glória e Vera Cruz, Aradas, S. Bernardo e Cacia no concelho de Aveiro, nas freguesias de Gafanha da Nazaré e Gafanha da Encarnação do concelho de Ílhavo, na freguesia de Gafanha da Boa Hora no concelho de Vagos e na freguesia de Arcos e Mogofores no concelho de Anadia.
4. Devido à elevada capacidade de dispersão de *T. erytreae*, torna-se necessário o recurso ao presente meio de notificação.
5. Ficam desta forma notificados, ao abrigo do nº1 do artº 20º do Decreto-Lei nº 154/2005, de 6 de Setembro, todos os proprietários, usufrutuários, possuidores,

detentores ou rendeiros de quaisquer parcelas de prédios rústicos ou urbanos, incluindo logradouros, com citrinos (limoeiro, limeira, laranja doce e azeda, tangerineira, toranjeira e cumquates), localizados nas freguesias acima indicadas, para a obrigatoriedade do cumprimento das seguintes medidas de proteção fitossanitária:

- 5.1 Podar todos os ramos com sintomas, destruindo os detritos vegetais pelo fogo ou enterramento no local. Realizar tratamentos suplementares nessas árvores e zonas circundantes com produtos fitofarmacêuticos inseticidas autorizados (substâncias ativas tiametoxame ou imidaclopride).
- 5.2 É proibido o movimento de qualquer vegetal ou parte de vegetal de citrinos – ramos, folhas, pedúnculos (exceto frutos) desse local e zona circundante até a praga ser dada oficialmente como erradicada do local.
- 5.3 Caso sejam observados sintomas em plantas de citrinos deverão contactar imediatamente a Direção Regional de Agricultura e Pescas do Centro.
6. O não cumprimento das medidas de proteção constitui contra-ordenação prevista no artº 26º alínea e) do DL 154/2005 e suas alterações.
7. A leitura do presente edital não dispensa a consulta da lei vigente.
8. Para qualquer esclarecimento adicional relativo a este assunto, os interessados deverão contactar a Divisão de Apoio à Agricultura e Pescas através do endereço de e-mail: [daap@drapc.min-agricultura.pt](mailto:daap@drapc.min-agricultura.pt) ou Rua Amato Lusitano, Lote 3 | Apartado 107 | 6000-150 CASTELO BRANCO | Tel. 272 348 600/73 | Fax. 272 348 625 | [www.drapc.min-agricultura.pt](http://www.drapc.min-agricultura.pt)

### Abertas as inscrições para cursos de Pintura e Informática

**Estão abertas as inscrições para os anos letivos 2017/2018, para os cursos de Pintura a óleo em tela e Informática. Os interessados devem fazer a sua inscrição nos serviços administrativos da Junta de Freguesia de São Bernardo durante o horário normal de expediente. Para mais informações contactar a junta de Freguesia através do número 234 341 709.**



**FUNERÁRIA DE AVEIRO  
EVA & SILVA**

Tel. 234 342 969/234 941 730  
Tlm 919 756 655/ 919220 920  
Site: [www.funerariadeaveiro.pt](http://www.funerariadeaveiro.pt)  
e.mail: [funeraria.evasilva@hotmail.com](mailto:funeraria.evasilva@hotmail.com)  
Rua Cónego Maio, 123 - Loja B1  
3810-089 SÃO BERNARDO



*Marmores e Granitos*  
**J. Macedo, Unipessoal Lda**

---

Cantaria para construção civil  
Tampas em granito e SileStone  
para cozinhas e banhos  
Campas e jazigos

Zona Industrial da Palhaça, Lote 7  
3770 – 355 Palhaça  
Telf./Fax: 234 753 034  
[jmacedo.marmores@sapo.pt](mailto:jmacedo.marmores@sapo.pt) **Telm.: 936 734 820**

**SOCIEDADE**

## UNIDADE DE SAÚDE DE SÃO BERNARDO Encerrada para requalificação

A Extensão de Saúde de São Bernardo encontra-se temporariamente encerrada para reabilitação dos seus espaços de forma a garantir melhores condições de atendimento aos utentes e de trabalho a médicos, enfermeiros e funcionários. Até finalização da obra, que deverá acontecer em janeiro do próximo ano, os utentes devem dirigir-se à Unidade de saúde de oliveirinha onde serão garantidos os mesmos serviços de saúde.

Henrique da Rocha Vieira, presidente da Junta de Freguesia de São Bernardo pede «compreensão pelos incómodos que esta situação naturalmente provoca aos nossos munícipes, mas esta obra prevê a melhoria de todas as condições físicas de um espaço que precisava de ser melhorado».

A Extensão de Saúde Familiar de Oliveirinha fica situada na Rua Braçal 2, Oliveirinha e pode ser contactada através do telefone 234 941 137.

## PERÍODO CRÍTICO DE INCÊNDIOS Cuidados redobrados até 30 de setembro

O Período Crítico no âmbito do Sistema de Defesa da Floresta Contra Incêndios vigora de 22 de junho a 30 de setembro, e nele devem ser asseguradas medidas especiais de prevenção contra incêndios florestais. Diz a PORTARIA nº 195/2017, Serie I de 22 de junho, Ministério da Agricultura, Florestas e Desenvolvimento

Rural Estabelece que, no ano de 2017, o período crítico no âmbito do Sistema de Defesa da Floresta contra Incêndios, vigora de 22 de junho a 30 de setembro, e nele devem ser asseguradas medidas especiais de prevenção de incêndios florestais.

### PROTEJA A SUA FLORESTA



RISCO DE INCENDIO [www.ipma.pt](http://www.ipma.pt) | [www.icnfp.pt](http://www.icnfp.pt)

**DURANTE O PERÍODO CRÍTICO**

**É PROIBIDO:**

- Fazer queimas ou queimadas.
- Fumar nos espaços florestais.
- Usar fogareiros e grelhadores, excepto fora das zonas críticas, nos locais autorizados.
- Lançar balões de mecha acesa ou foguetes. O uso de fogo de artifício só é permitido com autorização da Câmara Municipal, solicitada com 15 dias de antecedência.
- Fumigar ou desinfestar apiários, excepto se os fumigadores estiverem equipados com dispositivos de retenção de faúlhas.

**É OBRIGATÓRIO:**

- Usar dispositivos de retenção de faíscas e tapa-chamas nos tubos escape e chaminés das máquinas de combustão interna e externa e nos veículos de transporte pesados e 1 ou 2 extintores de 6 kg, consoante o peso máximo seja inferior ou superior a 10 toneladas.

As coimas vão até **60.000 €**

Em caso de incêndio **LIGUE 112**  
Portugal sem fogos depende de todos.

 **ICNF**  
Instituto da Conservação da Natureza e do Ambiente

**PROTEJA A SUA CASA**



- Faça uma faixa de protecção de 50 m à volta da casa.
- Limpe o telhado de folhas, ramos, pinhas ou carumas.
- Mantenha o caminho de acesso à casa limpo e desimpedido.

**NA SUA ATIVIDADE AGRÍCOLA E FLORESTAL**

- Evite trabalhar nos dias com temperaturas elevadas e durante as horas de maior calor.
- Nos dias de risco de incêndio máximo evite trabalhos com recurso a motorçoadoras, corta-matos, destroçadores e grades de discos.

**DURANTE UM INCÊNDIO**

- Evite a exposição aos fumos. Tape a boca e o nariz com um pano húmido.
- Feche todas as portas e janelas de casa e coloque toalhas molhadas por baixo das mesmas.
- Desligue as válvulas de gás.
- Regue a envolvente à sua casa. Apague os focos de incêndio com água, terra ou ramos.
- Prepare o seu veículo para uma saída de emergência. Siga as orientações das autoridades.

### TERESA ESTEVES: OFERECE

Serviços de forma gratuita à **população carenciada:**

1. Tratamento de pés, como corte de unhas, tratamento de calos e unhas encravadas (mesmo a diabéticos);
2. Epilação de buço e sobrancelhas;
3. Massagens de tratamento com indicação médica.

Estarei disponível para receber os utentes encaminhados pela fundação Pe Félix ou pela Junta de Freguesia de São Bernardo, todas as segundas quartas-feiras de cada mês, das 14 às 17.30 horas. Mediante marcação e informação dos vossos serviços através dos contactos telefónicos: **966 093 744\*\* 910 093 774 \*\* 234 199 027**



Estrada de São Bernardo, nº 93 - 3810-175 Aveiro  
Tel.: 234 343 342 | Fax: 234 343 343  
Email: floraveiro@sapo.pt