



VIDA DE PARANHOS

Junta de Freguesia de Paranhos • N.º 49 • janeiro a março 2015 • Diretor: Alberto Machado

> pág. 3



Crematório de Paranhos já se encontra em funcionamento

Destaques



IHRU promove obras no Bairro Novo de Paranhos



Presidência Aberta liderada por Alberto Machado, está de volta



"Repórter de Rua"
A sua Junta mais próximo de si!

> pág. 2

> pág. 2

> pág. 2

editorial

Caros Concidadãos,

Estamos a entrar na primavera, e com o sol a chegar e as temperaturas a subir, começa também um período de maior atividade da Junta de Freguesia com grandes eventos ao ar livre. Alguns deles bem conhecidos de todos, como a Feira Rural, outros são novidades que preparamos. Não deixem de consultar a agenda de eventos disponível na última folha deste jornal e de acompanhar o site e o Facebook da Freguesia.

Continuamos com o compromisso de manter a dinâmica da Junta, inovando e produzindo novas atividades para todos os gostos e idades.

Como tem vindo a ser bastante claro para todos, as prioridades da Junta de Paranhos estão bem definidas e o rumo bem traçado. Sabemos o que fizemos para chegar até aqui, sabemos o reconhecimento que tivemos por parte dos Paranhenses nas últimas eleições e, também por isso, sabemos que temos uma responsabilidade acrescida.

O trabalho de proximidade, a dedicação e a paixão à nossa Freguesia, a honestidade e a retidão são algumas das qualidades de que não prescindimos.

Continuamos, por isso, o nosso caminho cumprindo os nossos compromissos eleitorais para com os Paranhenses. Neste quase ano e meio de mandato já concretizamos muitas "promessas". Já temos orfeão (que conta com mais de 35 participantes), já abrimos mais 3 ATL de pontas (nas escolas de Costa Cabral, Augusto Lessa e Covelo), já reforçamos a Comissão Social de Freguesia (com a entrada de novos membros e a implementação de novos projetos), já aumentamos a articulação com as forças de segurança (nomeadamente, com a introdução do contacto telefónico para idosos isolados e para o comércio local), já temos Crematório (o primeiro edifício de um conjunto de três que irão constituir o futuro Tanatório), entre tantos outros projetos que têm vindo a ser desenvolvidos.

Paralelamente, estamos a trabalhar sempre e cada vez mais em proximidade às populações. São exemplo disso algumas das medidas tomadas já neste mandato: o projeto "Repórter de Rua" que possibilita que os cidadãos coloquem os seus problemas através de email para que a Junta os resolva (caso sejam da sua competência) ou reencaminhe para os serviços da Câmara Municipal (caso se trate de assunto da esfera de competência Municipal).

Outro exemplo é também o regresso das Presidências Abertas que levarão o Executivo da Junta a vários locais da Freguesia. Recentemente anunciei também a minha disponibilidade para estar "online" no Facebook às segundas-feiras de manhã respondendo aos Paranhenses que, por essa via, pretendam contactar-me. Estas medidas juntam-se aos atendimentos que faço semanalmente, às quartas-feiras de manhã e às quintas-feiras de tarde. Esta Junta não pretende manter ou defender o status quo vigente na política. Pretendemos sim, contribuir para que a política seja verdadeiramente a arte de governar bem o que é de todos. É essa a postura que temos tido ao longo dos últimos anos e, essa será a postura que iremos manter.

Contamos consigo!

Alberto Machado
Presidente da Junta de
Freguesia de Paranhos



IHRU lança obra no Bairro Novo de Paranhos



O Instituto da Habitação e da Reabilitação Urbana (IHRU), vai dar início às obras de reabilitação no Bairro Novo de Paranhos, que traduzem a materialização do compromisso da atual direção do IHRU

com a Junta de Freguesia de Paranhos. As obras, que se inserem no programa de reabilitação dos bairros sociais do IHRU, há muito reclamadas pela população e pela Junta, que tem vindo a fazer um

intenso acompanhamento a esta matéria, são as primeiras que o bairro vai beneficiar em 35 anos de existência. Com este projeto, de aproximadamente um milhão de euros, estão previstas intervenções na envolvente exterior e nas áreas comuns dos edifícios.

No exterior, os trabalhos contemplam a remodelação da cobertura atual e a sua substituição por painéis metálicos de dupla face incorporando o isolamento térmico e acústico e a reformulação integral do sistema de recolha e canalização das águas pluviais da cobertura.

As fachadas exteriores serão também reparadas, prevendo-se a consolidação dos elementos de betão armado e revestimento das superfícies com painéis em poliestireno expandido e acabamento a reboco armado, bem como, a substituição das janelas

exteriores por janelas em alumínio com vidro duplo.

Nas áreas comuns dos edifícios, a obra inclui a beneficiação geral do átrio de entrada de cada prédio, a reformulação de portas, caixas de correio, intercomunicadores e armários das infraestruturas, beneficiação geral dos pavimentos, beneficiação geral de paramentos verticais e tetos e a reformulação das redes de distribuição de água, eletricidade, telefone e de sinal de televisão.

Para além da questão de justiça, estas obras representam ainda a perspetiva de melhores condições de vida para os moradores, pelo que, a Junta de Freguesia solicita a melhor compreensão de todos, para os possíveis constrangimentos que as obras possam causar, disponibilizando-se para acompanhar e apoiar todo o processo.

Quer solucionar, ou sinalizar um problema da sua rua?

Com o objetivo de tornar mais eficazes e eficientes as diligências dos Paranhenses sempre que necessitam solucionar algum problema, apresentar alguma reclamação, sinalizar alguma anomalia, entre outras diligências relacionadas com o espaço público, a Junta de Freguesia de Paranhos, faz saber que tem em funcionamento uma linha para onde pode enviar todas as sinalizações: Repórter de Rua é um espaço, criado para que todos os cidadãos possam reportar e participar ocorrências na via pública de Paranhos, para que a Junta de Freguesia possa contribuir para a sua célere resolução. Seja um "Repórter de Rua" e faça chegar até nós as situações que gostaria de ver resolvidas. Todas as questões que não sejam do âmbito de competência da Junta de Freguesia, serão encaminha-

das para a Câmara Municipal do Porto, como por exemplo, avarias na iluminação pública; limpeza dos arruamentos; pedido/manutenção de contentores; papelarias, ecopontos, vidrões e ecopilhas; queda/poda de árvores; viaturas abandonadas; águas e saneamento; entre outros... são várias as situações cuja resolução não é da competência direta da Junta de Freguesia, mas que, ao fazer chegar ao conhecimento da Junta, serão de imediato encaminhados para os devidos departamentos da C.M.P. Com a colaboração de todos na sinalização dos problemas, será mais fácil resolvê-los!

Envie as suas ocorrências para: geral@jfparanhos.pt.

Se tiver oportunidade, pode adicionar fotos elucidativas.

Obrigado por colaborar connosco!



Presidência Aberta está de volta



O Presidente Alberto Machado reiniciou no mês de março, os contactos de proximidade com a população, no âmbito da iniciativa da Presidência Aberta, que tem como finalidade a criação de um espaço de diálogo direto com a população e com as instituições sociais, cujas respostas que promovem, são fundamentais para o bem-estar de toda a Freguesia. Consciente da importância de se inteirar o melhor possível sobre as questões que mais afetam os

Paranhenses e também para melhor conhecer o trabalho das instituições, das suas potencialidades e dificuldades, para que se alcancem respostas ajustadas e articuladas entre os diferentes intervenientes, Alberto Machado dedicará mensalmente dois dias para se deslocar e conversar com os vários agentes locais, desde a população residente, passando pelos estudantes, comerciantes, intervenientes sociais, entre outros, em diferentes zonas da Freguesia.

O local eleito para este reinício da Presidência Aberta foi a Casa Jesus, Maria, José, da Associação do Monte Pedral, na zona com o mesmo nome, que promove apoio a crianças e jovens, à família, à integração social e ao desenvolvimento comunitário e à proteção na velhice e invalidez. A visita a esta instituição, permitiu ficar a conhecer o trabalho que presta à comunidade, bem como, as suas ambições e projetos para o futuro.

Crematório de Paranhos já se encontra em funcionamento



Resultado da aliança entre ambição e visão estratégica do atual executivo, o Crematório da Freguesia de Paranhos, é já uma realidade. Dia da inauguração do Crematório de Paranhos, o dia 7 de março foi dia de orgulho, não só para o Executivo da Junta de Freguesia de Paranhos, mas para todos os Paranhenses. Para além da população que fez questão em estar presente em tão importante ato, marcaram

presença, o Presidente da Junta, todos os elementos do Executivo da Autarquia e o Presidente e vários membros da Assembleia de Freguesia. Este equipamento já se encontra totalmente operacional, dando assim início a uma nova era do Cemitério de Paranhos. Trata-se do segundo crematório público da cidade, que servirá, não só a população de Paranhos, mas a população

de toda a região. A construção ocupa o gaveto das Ruas Dr. Roberto Frias e Dr. Manuel Pereira da Silva.

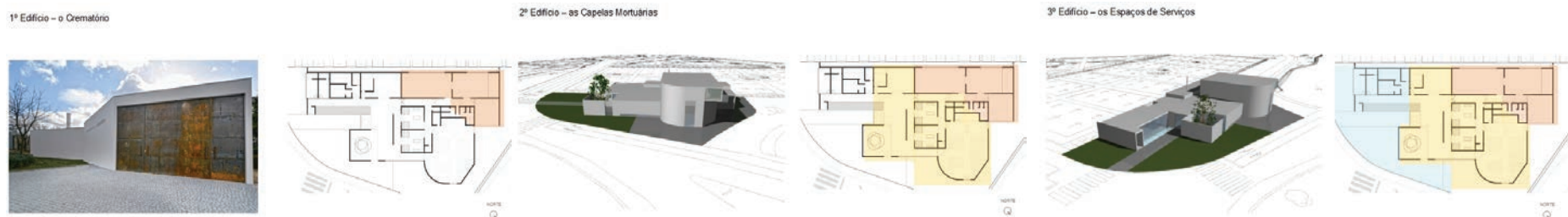
O edifício do Crematório é apenas o primeiro, de um conjunto de três que serão construídos no local e que, em conjunto, formarão o Tanatório de Paranhos. O orçamento da Junta, sendo limitado, levou a que o Executivo optasse por fazer a obra de forma modular, à medida das possibilidades, uma vez que, a obra é um investimento integral e terá uma gestão de 100% da Junta de Freguesia de Paranhos. Foram investidos cerca de 275 mil euros neste primeiro edifício, que é o “coração” do futuro Tanatório. O segundo edifício modular será constituído por três capelas de velação e está previsto ser iniciado até 2017, com um custo estimado de 225 mil euros. O terceiro edifício será o complemento final do Tanatório, com os serviços associados: um marmorista, uma florista e uma pequena cafetaria. Um investimento que se prevê poder começar em finais de 2018, com um custo estimado de 100 mil euros.

As famílias poderão agora, com este novo equipamento, despedir-se condignamente dos seus entes queridos, sem terem de ver muitas vezes adiada a concretização da cerimónia, devido à extensa lista de espera para a realização deste ato, cuja procura tem sido crescente nos últimos tempos.

O Crematório de Paranhos passa assim a disponibilizar um serviço ambientalmente sustentável, com instalações preparadas para oferecer as melhores condições e serviços, não só às famílias, mas também, aos agentes funerários. O serviço de cremação funciona de segunda a domingo, das 8h00 às 20h00.

Um outro serviço que desde fevereiro está disponível no Cemitério de Paranhos, são 76 novos columbários, espaços destinados ao depósito individual de urnas de cinzas, que podem ser requeridos por aluguer ou concessão. Os columbários juntam-se ao cendário (roseiral) já existente no cemitério de Paranhos desde 2010, que se destina à inumação anónima e coletiva de cinzas.

Organização esquemática da evolução construtiva do Tanatório



AÇÃO SOCIAL

Passeios mensais: convívio garantido

Como vem sendo habitual, o Pelouro da Ação Social tem realizado passeios mensais, com o propósito de promover o convívio, o conhecimento e o bem-estar de mais de 150 Paranhenses que todos os meses rumam à descoberta de novos locais de interesse. Estes passeios destinam-se a todas as pessoas residentes na Freguesia, com idade igual, ou superior a 18 anos, que com esta iniciativa visitam locais que se distinguem pela riqueza e singularidade do seu património natural, cultural e gastronómico. Com a promoção destas saídas mensais, a Junta de Freguesia de Paranhos abre oportunidade para que as pessoas quebrem rotinas, abram horizontes e estabeleçam novas

relações de amizade, basilares da vida social.

No mês de janeiro, o destino foi Almeirim, cidade do coração ribatejano. Em fevereiro, Águeda, concelho do distrito de Aveiro, foi a cidade escolhida. Os participantes, tiveram oportunidade de conhecer a Lagoa da Pateira e visitar as Caves da Quinta do Encontro.

Em março, as paisagens rurais em que a intensidade do verde marca presença constante, acompanharam os Paranhenses ao longo do magnífico passeio ao Parque Natural da Peneda-Gerês, com almoço em Castro Laboreiro e com uma inesquecível visita ao Santuário de Nossa Senhora da Peneda, em Arcos de Valdevez.



Dia Internacional da Mulher



No dia 8 de março, comemorou-se o Dia Internacional da Mulher. A Junta de Freguesia de Paranhos assinalou a data no dia 6, com uma visita do Presidente Alberto Machado, a vários Centros de Dia de Paranhos, para estar junto das Mulheres mais idosas da Freguesia, como forma de agradecimento pela sua dedicação à vida. À vida enquanto Mulheres esposas, Mulheres mães, Mulheres filhas, Mulheres trabalhadoras. Um dia de partilha de sorrisos e lembranças recordadas. Também neste dia, todas as Mulheres que se deslocaram aos serviços da Junta, foram presenteadas com uma flor para assinalar a data.

Fale com o Presidente!

A partir de abril, os Paranhenses têm disponível mais um espaço para falar diretamente com o Presidente Alberto Machado, que passa a estar contactável, todas as segundas-feiras, entre as 10h00 e as 12h00, através da rede social Facebook. Este, é mais um meio disponibilizado para incrementar a aproximação entre os cidadãos e a sua Freguesia. Para falar com o Presidente, só tem de aceder à página de Facebook da Junta: <https://www.facebook.com/JFParanhos>, e enviar a sua questão/sugestão através de mensagem privada.

Envelhecimento ativo e acompanhado!

As pessoas que diariamente frequentam os serviços da Junta de Freguesia de Paranhos, usufruem de uma variedade de atividades diárias que favorecem a promoção de uma vida mais saudável, em que as práticas de convívio ajudam a combater a solidão a que muitos idosos estão propensos. Não se pense contudo, que é só de convívio que os utilizadores destes espaços beneficiam. A realização de exercícios que promovem a ginástica mental, a criatividade e a exercitação física, são uma constante, para proporcionar a todos, um envelhecimento verdadeiramente ativo. A realização de jogos de raciocínio lógico, as aulas de informática, a elaboração de peças de artesanato, a celebração de dias festivos, como o carnaval, ou o dia do Pai, a dança social, visitas a exposições, são exemplos



das muitas atividades realizadas. Para além da vertente das atividades, os idosos que frequentam estes espaços usufruem ainda de um acompanhamento permanente

por parte dos técnicos, que representam para muitos, um porto seguro no âmbito dos esclarecimentos, orientações e informações, de obrigações e oportunidades.

Junta de Freguesia de Paranhos e Associação Portuguesa de Medicina Dentária Hospitalar-(APMDH) na luta contra o Cancro Oral



O Cancro Oral, atinge pessoas de todas as faixas etárias, estando fortemente associado a hábitos tabágicos e etílicos, a que se juntam as más condições de saúde oral. O diagnóstico precoce permite reduzir a elevada morbilidade e mortalidade dos cerca de 400 mil casos de cancro oral diagnosticados anualmente em

tudo o mundo (em Portugal cerca de 1500 novos casos/ano). Com o propósito de prevenir esta doença, a Junta de Freguesia de Paranhos e a APMDH, celebraram um protocolo de colaboração para a promoção do ensino, investigação científica, cultura e promoção da saúde da comunidade. Neste âmbito, informa-se a popula-

ção, que no âmbito do protocolo celebrado entre a Liga Portuguesa Contra o Cancro- (LPCC) e APMDH, foi inaugurada, a Unidade Móvel de Estomatologia e Medicina Dentária (UMEMD) da LPCC e da APMDH proporcionando a Consulta de Diagnóstico Precoce de Cancro Oral (DPCO). As consultas são gratuitas e funcionam no Edifício da LPCC, Estrada Interior da Circunvalação, n.º 6657, às terças, quintas e sextas, entre as 09.00h e as 13.00h. Atualmente, o Corpo Clínico é constituído por um grupo de vinte Médicos Voluntários, entre Médicos Estomatologistas, Médicos Dentistas e Médicos Internistas. A Coordenação da UMEMD está a cargo do Prof. Doutor João Leite-Moreira (Médico Dentista) e do Prof. Doutor Jorge Marinho (Médico Estomatologista).

Um novo equipamento (crematório) em Paranhos

A nossa freguesia passa desde o passado dia 07 de Março a dispor de um crematório, estrutura que vem corresponder a uma cada vez maior procura por parte da população. As autarquias, em particular, têm a responsabilidade de estar atentas aos interesses e às necessidades dos cidadãos que servem. A política faz-se do sentido de missão e de serviço e as autarquias de freguesia são bem o exemplo do que consiste a participação no quotidiano das pessoas. Corresponder às necessidades e ao sentimento de uma sociedade em constante

evolução faz parte da missão de um autarca. Daí o facto de as infraestruturas serem sempre reflexo do sentir das populações e o novo crematório de Paranhos não é exceção. Ao longo da história, a sociedade foi delineando o seu próprio destino, foi-se adaptando, agilizando conceitos e práticas. Não podemos falar de modas quando abordamos assuntos tão sensíveis como o que dá origem à existência de um crematório na nossa Freguesia. A sociedade evolui, as pessoas assimilam conceitos que outrora podiam achar menos razoáveis, ou

mais na alçada de uma ou outra religião, ou credo. Verdadeiramente importa respeitar o sentido de pertença, de despojamento, ou, simplesmente, dos sinais que nos são dados para que possamos acreditar que é por ali o caminho. Outrora, os mortos eram enterrados nas igrejas. Hoje tudo é muito diferente, porque a sociedade é um ser coletivo em mutação. O dever de um político e de um autarca é o de acompanhar o caminho que vai fazendo a sua gente. Tudo depende é claro de uma série de fatores como o tempo, o modo, o território. Na nossa freguesia de

Paranhos, na nossa cidade do Porto, sempre respiramos liberdade. Que o mesmo é dizer que a população tem sempre um modo de se fazer ouvir e de ser interpretada. Os autarcas têm essa missão e esse desafio, pelo que o novo crematório que a freguesia passa agora a dispor é, desde a decisão da sua construção, ao próprio fim que serve, a manifestação profunda da liberdade.

Vítor Monteiro
Presidente da Assembleia
de Freguesia de Paranhos



Loja Social de Paranhos: há 4 anos a promover a inclusão!



Prestes a completar 4 anos de existência, a Loja Social de Paranhos, inaugurada em abril de 2011, é hoje uma referência no apoio às famílias que se encontram em situação de carência económica e social da Freguesia. Entendem-se por famílias carenciadas, aquelas cujo rendimento mensal per capita do agregado familiar seja igual ou inferior a 50% do Indexante dos Apoios Sociais e/ou aquelas cuja avaliação socioeconómica efectuada pelo Serviço Social da Junta de Freguesia, justifique a prestação de apoio. Este apoio procura assegurar a satisfação das necessidades básicas das famílias,

designadamente, a distribuição de bens de várias espécies, como bens alimentares; brinquedos/material didático; mobiliário; artigos de higiene pessoal; equipamentos domésticos; têxteis; vestuário; acessórios e calçado. Os bens que a Loja Social disponibiliza de forma gratuita, resultam das doações feitas por pessoas particulares, ou coletivas, de forma esporádica, ou no âmbito das campanhas de recolha promovidas pela Junta em parceria com as E.B.I da Freguesia, nomeadamente, as campanhas de Natal e Páscoa, que têm tido uma forte resposta por parte da população de Paranhos, que revela a sua enorme generosidade.

Passados quase 4 anos, a Loja Social de Paranhos foi recentemente alvo de algumas alterações, entre as quais podemos destacar o horário de atendimento ao público, que passa a ser de segunda a sexta das 9h30 às 12h30. Também o layout e a disposição do mobiliário sofreu alterações, para garantir maior mobilidade e acesso mais facilitado aos bens. Como forma de

garantir maior privacidade e conforto a todos os utilizadores deste espaço, o atendimento passou a ser efetuado individualmente.

A Loja Social vem potenciando a criação de respostas mais adequadas aos problemas sociais, rentabilizando os recursos existentes, eliminando sobreposições de intervenção e permitindo um melhor planeamento dos serviços e celeridade dos mesmos, através do envolvimento de um conjunto de entidades públicas e privadas que contribuem decididamente para atenuar os efeitos da pobreza e exclusão social em Paranhos.

Atualmente, estão a ser acompanhadas 65 famílias, que representam um universo de cerca de 200 pessoas, que todos os meses recorrem a este serviço, para de alguma forma atenuar dificuldades. É graças à generosidade, espírito de partilha e solidariedade de todos os Paranhenses, que a Loja Social tem conseguido prosseguir os seus designios no apoio aos mais desfavorecidos.

EDUCAÇÃO

Carnaval e Férias de Páscoa nos ATL

Durante a paragem letiva de Carnaval e férias de Páscoa, os ATL de pontas da Junta de Freguesia de Paranhos, Augusto Lessa, Bom Pastor, Costa Cabral e Covelo, mantiveram-se em funcionamento entre as 8h00 e as 19h00, proporcionando a mais de 70 crianças do 1º ciclo, umas férias diferentes, pautadas por um programa que privilegiou a diversão e atividades lúdicas, como visitas a museus, manualidades, culinária, expressão musical, atividades desportivas, nomeadamente, capoeira, experiências científicas, entre muitas outras iniciativas que estimulam o convívio, as

aprendizagens, a curiosidade e a criatividade.

Para os pais, o prolongamento do horário de funcionamento dos ATL, permitiu resolver o problema de muitas famílias, que é não ter onde deixar os filhos em segurança durante as férias. Este problema, que afeta sobretudo pessoas que não têm retaguarda familiar, como os avós, que possam tomar conta e ocupar de forma pedagógica as férias dos mais novos, foi assim, colmatado pela Junta de Freguesia, através da abertura em horário alargado dos ATL, com as refeições asseguradas.



Preparação para as provas de Português e Matemática

A Junta de Freguesia de Paranhos, através do Pelouro da Educação, com o objetivo de contribuir para o sucesso escolar dos mais novos, disponibiliza uma nova resposta no âmbito da

Componente de Apoio à Família - CAF, que se materializa em sessões de preparação para as provas de Português e Matemática, para os alunos do 4º e 6º ano, que frequentam as escolas de Paranhos, ou sejam residentes na Freguesia. A CAF decorre na Casa da Cultura, aos sábados da parte da manhã, entre os dias 28 de fevereiro e 16 de maio. São duas horas dedicadas ao estudo, ao esclarecimento de dúvidas e ao aprofundar das matérias que serão alvo de avaliação, realizado por professores.



Entrelaçar, um projeto em família

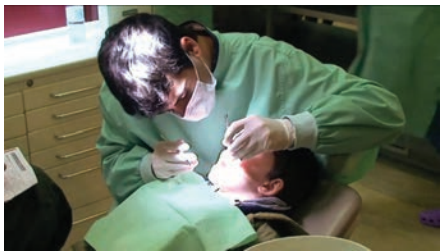


As sessões do Projeto Entrelaçar, continuam a aproximar pais e filhos, avós e netos, aos sábados de manhã, em momentos de convívio únicos. Com o objetivo de estreitar laços familiares e promover atividades de partilha em família, este projeto do Pelouro da Educação, tem vindo ao longo das suas edições a proporcionar várias experiências, que aliam diversão e conhecimento para miúdos e graúdos.

Visitas a museus, como o Soares dos Reis, o Pavilhão da Água, onde os mais novos foram surpreendidos pelos jogos de cor, luz e som, assistir à

formação de um tornado e de um ciclone, observar o comportamento das ondas e a aprender quais as melhores formas para não desperdiçar a água, ou a sessão que deu a conhecer a história dos trajes e instrumentos de outra época, a oportunidade de participar numa aula de zumba, ou conhecer as árvores da Quinta do Covelo, foram alguns dos desafios lançados a todos quantos participaram nas várias sessões do Entrelaçar. Este projeto é destinado a todas as crianças que frequentam as EBI da Freguesia de Paranhos, seus pais e avós.

Pela saúde oral dos mais novos



Fruto da parceria estabelecida entre a Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto e a Junta de Freguesia de Paranhos, o Projeto Paranhos Sorridente, continua a cuidar da saúde oral dos Paranhenses mais novos, bem como, a promover hábitos e cuidados a ter com a boca desde tenra idade, prevenindo a necessidade de tratamentos. Através da avaliação da saúde oral realizada

por um exame clínico gratuito, na clínica da Faculdade, a cada criança rastreada é atribuído um cartão de cor verde, amarela, ou vermelha. Se a cor do cartão for verde, indica necessidade de vigilância da saúde oral, se for amarelo, indica necessidade e continuidade de tratamentos dentários. Se a cor atribuída for a vermelha, indica necessidade de intervenção urgente. As crianças das EBI de Paranhos beneficiaram já destes rastreios e as suas famílias sabem qual o grau de necessidade de cuidados a ter. No terceiro período letivo, é a vez de estudantes e Professores da Faculdade de Medicina Dentária se deslocarem às EBI, para realizarem

sessões e dinâmicas de promoção de cidades de saúde e higiene oral, através de jogos, vídeos, sessões práticas, nomea, sessões demonstrativas de uma eficaz lavagem dos dentes. A parceria entre as duas instituições (FMDUP e JFP) permite ainda que os alunos beneficiem de tratamentos

dentários nas instalações da Faculdade, a um preço fixo de 11 euros por consulta. A radiografia panorâmica (da boca toda) terá um preço de 6 euros. Estão excluídos deste protocolo os tratamentos ortodônticos(correcções), cirurgias complexas e próteses.

CULTURA E DIVULGAÇÃO DO PATRIMÓNIO

1.º Aniversário do Orfeão de Paranhos e IV Encontro de Coros



No passado mês de janeiro, o Orfeão de Paranhos celebrou o 1º aniversário. O grupo que conta já com mais de 35 elementos de várias idades, sob orientação do maestro Sérgio Martins, nasceu da vontade do atual executivo em proporcionar formação na prática do canto às pessoas de Paranhos, edificando uma oportunidade de realizar e participar em diversos espetáculos e encontros, que levam a bandeira da Freguesia a outras paragens. Tão importante e significativa data, foi celebrada com a realização do IV Encontro de Coros de Paranhos, que teve casa cheia, no Auditório da Junta

de Freguesia, e que contou com as maravilhosas atuações do Orfeão Dr. João Antunes, de Condeixa, do Orfeão de Mortágua, do grupo anfitrião, o Orfeão de Paranhos e dos Jograis do Bota Abaixo, que apresentaram belíssimas composições. Junte a sua voz ao Orfeão de Paranhos. A participação é gratuita. Os ensaios decorrem às quartas-feiras, no Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos, às 21h00. Para se inscrever, ou obter mais informações, contacte a Casa da Cultura de Paranhos – casadacultura@jfparanhos; 225507676 | 938580106.

Casa da Cultura, espaço de promoção e divulgação cultural

A Casa da Cultura há muito que é já uma referência no roteiro cultural da cidade do Porto. A biblioteca, as formações permanentes de idiomas, de pintura, a qualidade das atividades que promove, como as sessões mensais de “A Poesia anda no ar...”, o facto de dar permanentemente a conhecer o trabalho de artistas de várias áreas, da música à escrita, passando pela pintura, fotografia, artesanato, entre muitas outras, permite consolidar a sua identidade, enquanto agente cultural fulcral na comunidade. A apresentação do livro “As Crónicas dos Tugas”, da autoria de Miguel Correia, a exposição de pintura de

Rafael Félix “Três Linhas de Pensamento”, ou a exposição de pintura “Meditações”, da artista Sara Uva, as sessões de poesia com poemas de Ary dos Santos, Alice Queirós e Márcia Santos, são alguns exemplos que definem a atividade vibrante deste espaço cultural, aberto a todos.



Cartas de Amor... quem as não tem?

No dia 14 de fevereiro, dia de S. Valentim, foram divulgadas as três cartas premiadas, no âmbito da 3ª edição do concurso Cartas de Amor. Pela quantidade, mas sobretudo, pela qualidade das cartas a concurso, o júri não teve a tarefa facilitada, muito pelo contrário. Mas sendo necessário chegar a um veredicto, foram eleitas as cartas da autoria de Catarina Lima Silva, com o 1º prémio, Emília Gonçalves; Emília Silva; Emília Teixeira; Deolinda Mourão; Bernardete Rocha; Irene Freitas; Olívia Costa; Idalina Magalhães; M.ª do Carmo; Natária; Lucilina Martins, com o 2º prémio e

com o 3º prémio, a carta escrita por Albina Rita. As autoras, receberam vales FNAC no valor de 75, 50 e 25, respetivamente. A todos os participantes, a Junta de Freguesia de Paranhos agradece e dá os parabéns!



Um mês, um Museu...?



O Projeto que leva os paranhenses a conhecer os museus da cidade, as belezas e património que encerram, tem conduzido os participantes a vários espaços museológicos da cidade, revelando curiosidades, riquezas e histórias variadas de diferentes épocas e estilos. O Palácio da Bolsa, com mais de 70 anos, em plena baixa da cidade, o moderno e já icónico edifício da Casa da Música, concebido pelo arquiteto holandês Rem Koolhaas, o edifício da Cadeia

da Relação, que viu o escritor Camilo Castelo Branco encarcerado numa das suas celas, e onde se encontra instalado o Centro Português de Fotografia, ou o Museu dos Transportes e Comunicações, situado no belíssimo edifício da Alfândega do Porto, na zona ribeirinha, foram os espaços visitados, no âmbito deste projeto, entre janeiro e abril. O transporte de todas as visitas é gratuito e assegurado pela Junta de Freguesia de Paranhos.

Concurso de Fotografia

A 5ª edição do Concurso de Fotografia promovido pelo Pelouro da Cultura, encontra-se a decorrer, desde o dia 19 de fevereiro, sendo que o prazo para entrega dos trabalhos decorre até dia 11 de abril. Este ano, o tema centra-se nos bairros sociais. Em Paranhos existem várias urbanizações deste tipo, e o desafio proposto a todos quantos

desejem empenhar as suas máquinas e participar, é que retratem as suas visões e perspetivas destes espaços da freguesia, cujas especificidades encerram em si uma multiplicidade de vivências culturais de enorme riqueza.

Serão premiadas as três melhores fotografias, com vales FNAC de 100, 75 e 50, para o 1º, 2º e 3º lugares,

respetivamente. Para saber toda a informação, consulte o regulamento do concurso, disponível em:

<http://www.jfparanhos-porto.pt/doct/s/conc-foto-2015.pdf> e aceda à ficha de inscrição em:

<http://www.jfparanhos-porto.pt/doct/s/2015.pdf>.



INOVAÇÃO SOCIAL, EMPREENDEDORISMO E CONHECIMENTO

UP – Unidade Empresarial de Paranhos - Um espaço onde acontece

A par de ser um espaço onde as pessoas podem trabalhar diariamente através das valências de coworking e de gabinetes individuais, este equipamento, dispõe ainda da valência de arrendamento de salas de formação, que permitem aos empreendedores, associações, ou a qualquer pessoa interessada, realizar atividades.

São várias as dinâmicas que acontecem no UP: aulas semanais de dança, pela Associação para a Arte em Movimento, a dança da Ajuda, as sessões do Gula 4 Good, numa das quais, foi realizado o lançamento da Social Business School – IES, a tarde de

workshops realizada pelo projeto Transformers, o T- Ainada TF, ou o workshop “Destralhar a casa, organizar a Vida”, foram apenas algumas das muitas ações que tiveram lugar neste espaço, concebido para alargar o âmbito de atuação da Junta de Freguesia de Paranhos no apoio à comunidade. Em janeiro, teve início neste espaço, mais uma ação de formação modular de 200 horas, direccionada a 22 pessoas em situação de desemprego, na área Técnico Auxiliar de Saúde. Fruto da parceria com o IEFP, a Junta de Freguesia contribui também desta forma, através da cedência de espaço e

coordenação destas ações, para capacitar e proporcionar melhores condições para que as pessoas desempregadas adquiram diferentes

competências, que lhes permitam enfrentar com novas armas o mercado de trabalho.



ESPAÇO PSP



Cibercrime e Segurança

Nas sociedades modernas, não devemos descuidar que é indissociável falar em segurança sem nunca nos referirmos ao fenómeno conhecido por globalização, que arrasta, indubitavelmente, transformações e mudanças súbitas na desenvoltura do crime para o qual cada Estado ainda não encontrou uma resposta adequada.

No contexto da globalização dos riscos e das ameaças, numa tentativa de abalar a segurança dos próprios Estados, emerge uma rede

de criminalidade organizada crescente capaz de se infiltrar entre as malhas da sociedade e se dissociar de forma a adaptar-se às condições do meio onde se inserem e catalisar os recursos económicos necessários para o financiamento de actividades ilícitas. Num sistema complexo de interações entre tecnologias e indivíduos, o ciberespaço é alicerçado de condutas ilícitas motivadas ou orientadas devido à facilidade de potenciais alvos, às dinâmicas de oportunidade, à disponibilidade de informação maliciosa em rede e à dificuldade de policiamento do espaço virtual. Estas condutas designadas por “ciberameaças” atentam aos valores basilares da sociedade desafiando o bem-estar económico e social e fomentando novos riscos e perigos que afectam cada vez mais os Direitos, Liberdades e Garantias do cidadão europeu e do mundo.

A cibercriminalidade pressupõe a destruição, manipulação ou

modificação da informação recolhida para proveito próprio, através de computadores, redes, alvos ou locais para práticas criminosas, culminando noutras condutas criminais, tais como furtos, roubos, fraudes e burlas.

Na contenda desse fenómeno, o principal vector de actuação deverá ser a prevenção em ambientes virtuais, que implique forçosamente diversos actores ou parceiros nomeadamente as escolas, empresas, órgãos de polícia criminal entre outras entidades supranacionais (INTERPOL e EUROPOL).

Contudo, não devemos esquecer que, o utilizador, enquanto primeiro interveniente e potencial alvo, deverá ser o primeiro interveniente a tomar medidas preventivas, no sentido de evitar que desconhecidos possam lesar os bens jurídicos da sua esfera pessoal. Nas compras a serem realizadas via online, o utilizador deverá certificar-se de que a loja onde irá efectuar a sua compra é de

confiança, para não revelar dados de natureza pessoal ou bancária, sobre cartões de crédito ou finanças pessoais, susceptíveis de serem extraídos, através de método vulgarmente conhecido por phishing e serem utilizados a posteriori, pelo autor do crime, causando danos patrimoniais de valor elevado. Antes de adquirir produtos ou serviços faça uma pesquisa prévia e obtenha referências e compare preços, não devendo aceitar de imediato um negócio que, em primeira instância, nos afigura como bastante atractivo. Em caso de dúvida informe-se junto da Polícia da sua área de residência ou, se for vítima, apresente queixa-crime no Ministério Público ou em qualquer Órgão de Polícia Criminal, cujo dever será reportar às Autoridades Judiciais competentes de que dependem funcionalmente.

*Polícia de Segurança Pública
Comandante da Esquadra do Bom Pastor
Subcomissário Jean Carvalho*

Agenda

AÇÃO SOCIAL

Informática para seniores

3ª | 14h00 - 17h00
5ª | 9h30 - 12h30

Hidroginástica - Holmes Place

2ª a 6ª
Vários horários

Tardes de baile

Centro Convívio da Gruta de Arca de Água:
3ª | 14h30

Dança Social

Casa da Cultura de Paranhos
6ª | 15h00 - 16h30

abril

Inscrições Passeio mensal Figueira da Foz

Dia 8 | Auditório da J. F. Paranhos
Pessoas maiores de 18 anos
recenseadas na Freguesia
Inscrições dia 8 de abril
Dia 14 - saída da Junta
Dia 16 - saída do Regado
Dia 21 - saída da Areosa



maio

Inscrições Passeio Anual 10 de junho

Dia 5 | Auditório da J. F. de Paranhos
Pessoas reformadas/pensionistas
recenseadas na Freguesia

Inscrições Passeio mensal Fátima

Dia 14 | Auditório da J. F. de Paranhos
Pessoas maiores de 18 anos
recenseadas na Freguesia
Dia 19 - saída da Junta
Dia 21 - saída do Regado
Dia 26 - saída da Areosa

junho

Feira da saúde 2015

Dia 6 | Todo o dia
Este ano a saúde animal também terá destaque
Jardim de Arca de Água

Passeio de 10 de junho Viseu - Quinta dos Compadres

Dia 10 | 8h00
Pessoas reformadas ou pensionistas, ou
recenseadas na Freguesia de Paranhos

EDUCAÇÃO

Projeto Entrelaçar

Dia 18 | 12h00
Aula de Yoga, no Áshrama Porto/ Bhárata - Centro de Yoga
Inscrições e informações:
geral@jfparanhos.pt
Crianças que frequentam as E. B. I de Paranhos e respetivos pais



maio

Inscrições para ATL - Férias Divertidas de Verão

Dia 15 a 29 de maio
De 15 de junho a 3 de julho,
as manhãs serão na praia!
Informações:
geral@jfparanhos.pt
Inscrições na Secretaria da Junta de Freguesia de Paranhos

Projeto Entrelaçar Visita ao Centro Hípico do Sport Club do Porto

Dia 9 | 10h00 - 12h00
Inscrições e informações:
geral@jfparanhos.pt
Crianças que frequentam as E. B. I de Paranhos e respetivos pais

Projeto Entrelaçar - À descoberta dos animais do Palácio de Cristal

Dia 23 | 10h00 - 12h00
Inscrições e informações:
geral@jfparanhos.pt
Crianças que frequentam as E. B. I de Paranhos e respetivos pais



junho

Projeto Entrelaçar Cuidados a ter com o sol

Dia 6 | 10h00 - 12h00
Palestra promovida pela Avene
Centro de Convívio da Gruta de Arca de Água
Inscrições e informações:
geral@jfparanhos.pt
Crianças que frequentam as E. B. I de Paranhos e respetivos pais

Projeto Entrelaçar Piquenique de Enceramento

Dia 13 | 12h00
Parque da Quinta do Covelo
Inscrições e informações:
geral@jfparanhos.pt
Crianças que frequentam as E. B. I de Paranhos e respetivos pais

CULTURA

março

Inauguração da Exposição de Pintura de Sara UVA "Meditações" e apresentação da obra de José António Pinto

Dia 27 | 18h00
Entrada livre

abril

Um mês, um Museo...? Visita ao Museo dos Transportes e Telecomunicações

Dia 8 | 14h30
Inscrições:
casadacultura@jfparanhos.pt

A Poesia anda no Ar... com Celina Parente

Dia 11 | 16h00
Entrada livre

Dia Internacional dos Monumentos e Sítios

Dia 18 | 14h30
Visita guiada à Freguesia "De Paramio a Paranhos"
Saída da Junta de Freguesia
Organização conjunta do Pelouro da Cultura e Colégio D. Duarte

Um mês, um Museo...? - Percurso "Do Alexandre Herculano à Ribeira"

Dia 28 | 14h30
Saída da Junta de Freguesia
Inscrições:
casadacultura@jfparanhos.pt

Inauguração da Exposição de Fotografia "Viver. Bairros Sociais"

Dia 25 | 16h00
Entrada livre

maio

Lançamento do livro "Alma a Nú" de Carlos Azevedo

Dia 2 | 16h00
Entrada livre

Um mês, um Museo...? Visita ao Museo Romântico da Quinta da Macieirinha

Dia 9 | 14h30
Inscrições:
casadacultura@jfparanhos.pt

A Poesia anda no Ar... com Alice Santos

Dia 9 | 16h00
Entrada livre

Exposição do Curso de Artes Visuais da Escola Sec. Filipa de Vilhena

De 15 a 22
Entrada livre

XV Feira Rural

Dia 30 | 15h00 - 24h00
Dia 31 | Todo o dia
Jardim de Arca de Água
Entrada livre



junho

Dia Mundial da Criança Exposição de Cabeçudos

De 1 a 13
Entrada livre

Inscrições para atividade formativa 2015 - 2016

De 1 de junho a 31 de julho
Das 9h00-12h30 e 14h30-17h30
Informações:
casadacultura@jfparanhos.pt

A Poesia anda no Ar... com Maria Antónia Ribeiro

Dia 6 | 16h00
Entrada livre

Um mês, um Museo...? Visita/percurso a pé os Ingleses e o Porto

Dia 20 | 14h30
Inscrições:
casacultura@jfparanhos.pt

julho

6.ª edição de "A Casa está em Festa"

Dia 4 | 10h00-20h00
Entrada livre

Ensaio do Orfeão de Paranhos

Todas as 4.ªs | 21h00
Auditório da Freguesia de Paranhos

DESPORTO E ATIVIDADES RECREATIVAS

abril

Exibição de Strong man

Dia 11 | Faculdade de Economia da Universidade do Porto

junho

Inscrições para as férias desportivas

A partir de dia 15
Secretaria da J. F. de Paranhos

S. João no Campo Lindo

Dia 23 | 16h00 - 04h00
Largo do Campo Lindo

EMPREENDEDORISMO

março

Unidade Empresarial de Paranhos

4.ª Edição do Concurso de Ideias de Empreendedorismo Social Hurry-Up!

Candidaturas
De 23 de março a 24 de abril
Consultar o regulamento em:
www.jfparanhos-porto.pt

abril

Curso de Fotografia Digital

De 9 a 30 abril - 3.ª a 5.ª
30 horas | Paulo Correia
Informações e inscrições:
geral.formacao74@gmail.com
932838407

Curso de Suporte Básico de Vida

Dia 18 | 15h00-19h00
Entidade: Soluções Vitais
Informações e inscrições:
geral@solucoes-vitais.pt

maio

Curso de Socorrismo

Dias 2, 9, 16 e 23 | 9h00-13h00
Entidade: Soluções Vitais
Informações e inscrições:
geral@solucoes-vitais.pt

Curso de Suporte Básico de Vida

Dia 30 | 15h00-19h00
Entidade: Soluções Vitais
Informações e inscrições:
geral@solucoes-vitais.pt

Siga-nos em:

www.jfparanhos-porto.pt
www.facebook.com/JFParanhos

Subscreva a nossa newsletter

através do site ou do e-mail:
gci@jfparanhos.pt,