

# Destak

1.10.2019 Quinta-feira PORTUGAL



ARTE&LAZER • 12 E 13



**'ARNIE': MUITO MAIS QUE UM SIMPLES ATOR**  
CONVERSA SOBRE EXTERMINADOR IMPLACÁVEL - DESTINO SOMBRIO

ATUALIDADE • 04

## Sobre-endividamento revela uma nova face

Deco recebeu 26.200 pedidos de ajuda de famílias que não conseguem pagar as dívidas. O principal motivo é a deterioração das condições de trabalho

CIDADES • 02

### Lisboa é a capital da UE com mais idosos

Cidade é a capital da União Europeia (UE) com mais pessoas com idade superior a 65 anos relativamente à população ativa

DESPORTO • 08

### Benfica ganha na Luz e salta para a liderança

Vitória (4-0) sobre o Portimonense vale 1.º lugar da I Liga aos encarnados, depois do empate (1-1) do FC Porto no Marítimo

FAMA&TV • 10

### Xutos & Pontapés na primeira pessoa

Em *À Minha Maneira*, Ana Ventura põe os elementos da icónica banda a contarem a sua própria história

ARTE&LAZER • 11

### Entrevista com os The Lumineers

Banda americana sobe amanhã ao palco do Campo Pequeno e nós falámos com um dos seus líderes, Wesley Schultz

**CLUBE ALVALADE**  
**OPEN HOUSE**

4 A 8 DE NOVEMBRO

PRAÇA DE ALVALADE, 10 - LISBOA - TLM: 910 712 662



Aproveita também e vem experimentar os energéticos da NOCCO!



**1 SEMANA GRATUITA**

60% DE DESCONTO NA ADESAO!

Campanha exclusiva do Clube Alvalade. Não acumulável com outras campanhas.



LISBOA  
SÃO TOMÉ  
LISBOA

stpairways.st

CAMPANHA  
OUTUBRO E NOVEMBRO 2019

Desde  
Todas as Taxas Incluídas  
BILHETE IDA E VOLTA  
Lisboa São Tomé Lisboa

**523€**

RESERVAS E INFORMAÇÕES  
stpairways.st

707 10 25 35

 **STP AIRWAYS**  
TRANSPORTES AÉREOS DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE



SOCIEDADE

# Lisboa é a capital da UE com mais idosos

Lisboa era em 2017 a capital da UE com mais pessoas com mais de 65 anos relativamente à população ativa

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**L**isboa era, em 2017, a capital da União Europeia (UE) com mais pessoas com idade superior a 65 anos relativamente à população ativa, enquanto Bruxelas era a mais jovem, segundo dados ontem divulgados.

Números do gabinete de estatísticas comunitário, o Eurostat, demonstram que a capital alfacinha tinha, em 2017, um Índice de Dependência de Idosos de 41,4%, sendo a mais envelhecida das capitais da UE – esta percentagem era também superior à média do espaço europeu, que registou um valor na ordem dos de 33%.



Lisboa tinha, em 2017, um Índice de Dependência de Idosos de 41,4%,

## Bruxelas, rainha da juventude

Entre as capitais europeias com mais população idosa em comparação com a população em idade ativa (entre os 20 e os 64 anos) estava também Roma, capital de Itália, (com um rácio de 36,4%); e a capital de Malta, Valletta (33,5%).

Em sentido inverso, no ano de 2017, a capital da UE com maior Índice de Dependência de Jovens (relação entre o número de pessoas até 19 anos com a população em idade ativa) era Bruxelas (40,2%), capital da Bélgica.

Também as capitais francesa, Paris, e irlandesa, Dublin, faziam parte das mais jovens, com rácios de 39,2% e 39,1%, respetivamente.

Os dados foram divulgados a propósito do Dia Mundial das Cidades, que se assinala precisamente hoje.

## OPINIÃO

JOÃO PAULO SARAIVA  
Vice-Presidente  
da Câmara de Lisboa



## Dose dupla de mudança

**L**isboa tem dois novos instrumentos para tornar a cidade mais forte e fazer uma grande mudança na vida das pessoas, no direito à habitação, na defesa da autenticidade dos bairros e dos seus residentes. Instrumentos ontem aprovados, depois de amplo debate e discussão pública.

Respondendo a diferentes realidades sociais, o Município reformulou e reuniu no Regulamento Municipal do Direito à Habitação os programas que tinha dispersos. Facilitando candidaturas e abrangendo jovens e as classes médias em três grandes linhas de atuação: renda apoiada, renda acessível e subsídio municipal ao arrendamento. Concluído este trabalho, abrirá o Portal da Habitação, que vai permitir aos interessados acompanhar os concursos, no seguimento da reabilitação, da construção de casas, das estratégias que o Município está a desenvolver com um objetivo: disponibilizar mais casas cujas rendas as pessoas possam pagar. E os resultados estão aí: 100 habitações entregues na próxima semana e a primeira bolsa de renda acessível (120 casas) a abrir em novembro. O Município de Lisboa foi também pioneiro no Regulamento do Alojamento Local, definindo normas claras para a atividade e fixando áreas de contenção: absoluta (Bairro Alto, Madragoa, Castelo, Alfama, Mouraria, Colina de Santana e Baixa - eixos da Av. da Liberdade, Av. da República, Av. Almirante Reis) ou relativa (Graça e Bairro das Colónias). As áreas definidas não terão mais registos de AL, salvaguardando casos excecionais, devidamente autorizados pela autarquia, em que recuperação de um imóvel devoluto permita a colocação no mercado local de novas casas em renda acessível. Reconhecendo o papel do Alojamento Local na economia e emprego, as regras aprovadas criam mecanismos de acompanhamento do sector, fiscalização e controle de ruído, entre outras medidas de impacto social, de forma a manter o equilíbrio de usos e os residentes dos locais. Um salto em frente para proteger a cidade e as pessoas que a habitam.

## PODER LOCAL

## Dívida dos municípios cai para o valor mais baixo em 10 anos

● A dívida dos municípios desceu em 2018 para o valor mais baixo dos últimos 10 anos, mas há 23 câmaras sobre-endividadas, revelou o Anuário dos Municípios Portugueses, apresentado ontem em Lisboa. No total, a dívida dos 308 municípios situa-se nos 4,243 mil milhões de euros, o que representa uma diminuição de 9,7% face a 2017, ano em que a dívida estava nos 4,547 mil milhões de euros. No topo da lista dos municípios que estão em rutura financeira estão a câmara de Fornos de Algodres, Vila Real de Santo António e Cartaxo.



Municípios com uma diminuição de dívida na ordem dos 9,7% face a 2017



**PEDRO CHOY**  
Clínicas Medicina Chinesa

A nossa  
experiência,  
uma fonte  
de saúde.



### 3 DEPARTAMENTOS:

- Área Clínica
- Prevenção e Promoção da Saúde
- Emagrecimento

VÁRIOS  
ACORDOS  
E PROTOCOLOS

LISBOA . 213 580 019 | PORTO . 226 063 577

www.clinicaspedrochoy.com



O que lhe apetece?

# Menu Bucket Duo por 5,95€



# Uber Eats



Instale a app



Oferta válida de dia 23 de outubro a 5 de novembro em todos os restaurantes KFC no Uber Eats. Limitado ao stock existente.

Pela sua saúde, faça uma alimentação completa, variada e equilibrada



SOCIEDADE

# Origem das dívidas está em mutação

Deco já recebeu este ano 26.200 pedidos de ajuda de famílias sobre-endividadas. Principal causa já não é o desemprego. É a deterioração das condições laborais



© VITOR MOTA

“Temos situações de pedidos de ajuda para renegociar créditos à habitação contratados já este ano ou em 2018”, diz a Deco

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

O Gabinete de Proteção Financeira da Deco já recebeu este ano 26.200 pedidos de ajuda de famílias sobre-endividadas e a principal causa já não é o desemprego, mas a deterioração das condições de trabalho, com 21% dos casos. A mudança no principal motivo para as pessoas recorrerem ao Gabinete de Proteção Financeira (GPF) da Deco está a ser acompanhada por um aumento do número de pedidos o que leva a coordenadora deste Gabinete, Natália Nunes, a sublinhar à Lusa a necessidade de se “voltar a repensar os com-

portamentos adotados na época mais complicada da crise”, em termos de recurso ao crédito.

## Desemprego em 2º lugar

A pretexto do Dia Mundial da Poupança, que se assinala hoje, o GPF fez um balanço dos pedidos que lhe chegaram desde o início do ano e o resultado mostra que os 26.200 entrados até outubro ultrapassam os contabilizados em igual período de 2017 e 2018 e que foram 26.080 e 26.180, respetivamente. Os dados revelaram ainda que, em 2018, a deterioração das condições de trabalho esteve na origem de 19% das situações de rutura, mas o seu peso aumentou este ano para os 21%, ultrapassando pela primeira vez o desemprego (20%).

## Valor médio do crédito pessoal dos que pedem ajuda aumentou de 16 mil euros em 2018 para 20.100 euros este ano

“Ao longo destes anos, a principal causa tem sido sempre o desemprego. Este continua a ser uma causa importante, mas ocupa agora o 2º lugar porque o 1º tem a ver com a deterioração das condições laborais”, referiu à Lusa Natália Nunes. Em causa estão pessoas que têm emprego, mas com rendimentos relativamente baixos e muitas vezes com contratos a prazo, o que acaba por criar “instabilidade” nos orçamentos familiares.



EM DEZ  
SEGUNDOS

## ENERGIA

### Lucros da EDP sobem 55% no 3º trimestre

A EDP registou lucros de 460 milhões de euros nos primeiros nove meses de 2019, o que traduz um aumento de 55% face ao resultado líquido obtido no mesmo período de 2018, divulgou ontem a empresa presidida por António Mexia. A EDP assinala que, excluindo efeitos não recorrentes, o resultado líquido subiu 7% em termos homólogo.

## 32M€

### Brisa vai renovar áreas 37 áreas de serviço

A Brisa Áreas de Serviço vai renovar até ao final do ano de 2021, 37 pontos de venda nas autoestradas. Este projeto, representa um investimento total de 32 milhões de euros. A abertura da área de serviço da Mealhada/ Cantanhede na A1, apresenta a novidade de permitir a partir de agora a opção de ‘take away’.

## PROTEÇÃO CIVIL

### Helicóptero caiu por erro do piloto

A queda do helicóptero que estava a descolar na Pampilhosa da Serra no passado dia 4 de setembro para combater um incêndio no distrito de Castelo Branco, foi provocado por um erro do piloto. A conclusão é retirada do relatório do Gabinete de Prevenção e Investigação de Acidentes com Aeronaves e de Acidentes Ferroviários.

JUSTIÇA

## José Sócrates classifica como “infeliz” declaração do Procurador

● José Sócrates falou ontem à entrada para o terceiro dia do seu interrogatório em fase de instrução da mediática Operação Marquês e criticou a postura do procurador do Ministério Público, Rosário Teixeira, classi-

ficando como “profundamente infeliz e completamente imprópria de um procurador” uma declaração do magistrado, que disse que no final se faziam as contas, pedindo que ele se tratasse e se retificasse.

SAÚDE

## Marcelo sujeito a um cateterismo que revelou obstruções coronárias

● O Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, realizou ontem, no Hospital de Santa Cruz, em Oeiras, um cateterismo cardíaco. Intervenção revelou “obstruções coronárias importantes”, logo “tratadas no mesmo pro-

cedimento, com sucesso”. através de comunicado, o Centro Hospital de Lisboa Ocidental informou que se prevê “uma recuperação total em prazo muito curto, com retoma da atividade normal no próximo fim de semana”.



POLÉMICA

© PETER SPARK/MOVEPHOTO



Reportagem da RTP sobre a exploração de lítio no Norte continua na ordem do dia

# RTP esclarece acusações do líder do PSD

Televisão pública rejeita acusações de Rui Rio e diz que peça ficou pronta “horas antes” de ir para o ar

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**A** RTP esclareceu ontem que a investigação do programa *Sexta às Nove*, que visava a exploração pouco transparente de lítio no norte do país, só ficou pronta “horas antes” de ir para o ar, contrariando as acusações de que foi alvo por parte do presidente do PSD, Rui Rio, que sugeriu ontem no Parlamento que a estação pública de TV teria retardado a emissão desta reportagem para que esta não passasse durante a campanha eleitoral. A questão foi levada por Rio ao debate do programa do Governo na Assembleia da República, onde aproveitou para questionar o primeiro-ministro sobre a conduta, “no plano legal, político e ético”, do secretário de Estado da Energia,

João Galamba, no caso da exploração de lítio no norte de Portugal, deixando ainda um aviso e um pedido de esclarecimento por parte da RTP: “O grupo parlamentar do PSD, uma vez instalado o parlamento e as comissões, não vai deixar cair esta matéria, porque é nossa obrigação que fique claro o que aconteceu”, exigindo à RTP saber as razões de apenas ter divulgado a reportagem após as eleições.

## RTP reage com nota

Numa nota assinada pela diretora de informação da RTP, Maria Flor Pedroso, e pelos elementos da sua equipa, a Direção de Informação da RTP-TV afirma que “jamais tolerará ser usada como arma de arremesso político-partidário seja por quem for”, garantindo que a “informação da RTP não guarda notícias na gaveta em caso algum”.

SAÚDE

## Ordem dos Médicos quer que tutela averigue caso da clínica de Setúbal

● A Ordem dos Médicos pediu ontem que o Ministério Público averigue a situação da clínica que realizou ecografias à mãe do bebé que nasceu com várias malformações em Setúbal, e que não tinha convenção com o Estado.

Apesar de não existir nenhuma convenção, a mãe do bebé realizou ecografias na Ecosado através de credenciais passadas pelo SNS - Serviço Nacional de Saúde. O bastonário disse mesmo que a situação “pode configurar um crime”.

## AS MELHORES PROMOÇÕES ESTÃO NO EL CORTE INGLÉS

NUMA GRANDE SELECÇÃO DE ARTIGOS DE FRUTAS E LEGUMES, PEIXE E MARISCO, TALHO, CHARCUTARIA, LÁCTEOS, CONGELADOS, MERCEARIA, BEBIDAS, GARRAFEIRA, DROGARIA E PERFUMARIA



De 25 de Outubro a 7 de Novembro de 2019. Os talões referentes aos produtos assinalados com 50% EM TALÃO são válidos a partir do dia seguinte à compra e até dia 22 de Novembro de 2019.



Também disponível em [elcorteingles.pt/supermercado](http://elcorteingles.pt/supermercado) e na app do Supermercado



## HABITAÇÃO

# Lisboa com rendas acessíveis para jovens

Câmara aprova Regulamento da Habitação e abre candidaturas a casas de renda acessível para “jovens e classe média”, com preços que vão dos 150 € aos 800 €

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

Foi ontem aprovado pela Câmara Municipal de Lisboa (CML) o novo Regulamento Municipal do Direito à Habitação de Lisboa, que estava em consulta pública desde o final do mês de julho, e que terá já a partir do próximo mês abertas as candidaturas para as 120 primeiras casas de renda acessível, dirigidas aos “jovens e à classe média”.

## Candidaturas online

Para se poderem candidatar às primeiras 120 casas de renda acessível – que resultam da aquisição de imóveis ao Estado ou à Segurança Social

© ALEXANDRE AZEVEDO



Novo regulamento leva em conta rendimentos e também questões familiares

e também de casas que foram reabilitadas pelo próprio município e casas particulares –, as inscrições podem ser feitas através do site da CML, local onde serão colocadas as casas disponíveis para o efeito. Entretanto o presidente da autarquia, Fernando Medina, fez saber que serão atribuídas já na próxima semana cerca de 100 habitações no Bairro da Boavista e no centro histórico.

O novo regulamento considera, além das questões do rendimento, também as questões relacionadas com a estrutura familiar. Assim, estabelece as regras do Programa de Renda Acessível, os preços das habitações “estão definidos de forma a que cada pessoa, e que cada família gaste no máximo 30% do seu salário líquido na renda” – segundo Medina a taxa de esforço é reduzida “dois pontos percentuais por cada filho dependente”.

Quanto a valores dos imóveis disponíveis, o valor de um T0 varia entre os 150 e os 400 euros; um T1 situa-se entre os 150 e 500 euros; um T2 tem um preço que vai desde os 150 e os 600 euros; e as restantes tipologias superiores podem custar entre 200 e 800 euros.

PUB.....

**16€ 12€**  
DESCONTO VÁLIDO ATÉ DIA 3 DE NOVEMBRO E MEDIANTE APRESENTAÇÃO DESTA JORNAL.

YELLOW STAR COMPANY APRESENTA

**DING DONG**

DO MESMO AUTOR DO BOEING BOEING

DE MARC CAMOLETTI TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO JOÃO DIDELET

**O ÚLTIMO A SER TRAÍDO FECHA A PORTA**  
ENCENAÇÃO JOÃO DIDELET CENOGRAFIA | FIGURINO FRED KLAUS

ANDREIA DINIS | GONÇALO DINIZ | JOÃO DIDELET  
MELÂNIA GOMES | NÚRIA MADRUGA | SOFIA BAESSA

**TEATRO ARMANDO CORTEZ**  
QUI. A SAB. às 21h30 | DOM. às 18h30

RESERVAS: 938 867 315 | BILHETEIRA@YELLOWSTARCOMPANY.COM  
BILHETES À VENDA: SEETICKETS, TICKETLINE, FNAC, WORTEN, TEATRO ARMANDO CORTEZ

YELLOW STAR COMPANY LISBOA

## MAIS NO MUNDO

### SUDÃO DO SUL

## Três membros da OIM foram assassinados

Três funcionários da OIM - Organização Internacional das Migrações - foram mortos durante confrontos no Sudão do Sul onde trabalhavam em postos de controlo sanitário para a luta contra o vírus Ébola, anunciou ontem à comunicação social aquela agência da ONU - Organização das Nações Unidas.

### REINO UNIDO

## Parlamento despede-se de John Bercow

O Parlamento britânico despediu-se ontem do seu carismático presidente, o londrino John Bercow, com o primeiro-ministro conservador, Boris Johnson, e o líder trabalhista da oposição, Jeremy Corbyn, a elogiarem o serviço prestado ao longo de uma década pelo conservador de 56 anos.

### MADEIRA

© DR



## Onze feridos com gravidade em derrocada

Onze pessoas ficaram feridas com gravidade na sequência de uma derrocada, ontem, na Levada do Caldeirão Verde, na Madeira, um local que fica a três horas de distância da estrada principal e que é muito procurado por turistas. Entre as vítimas que entretanto foram encaminhadas para o hospital, estão dois portugueses. Os restantes são de nacionalidade estrangeira.

Acidente aconteceu na sempre concorrida Levada do Caldeirão Verde



# TVDE

Formação e Certificação de Motoristas para o Transporte de Passageiros através das Plataformas Móveis.

# 99€

2 Prestações de 99€ SEM JUROS



UMA FORMAÇÃO PARA A SUA INDEPENDÊNCIA!

## ESCOLAS DE CONDUÇÃO SEGURANÇA MÁXIMA

Alenquer, Algueirão Mem-Martins, Almada, Alverca, Alto dos Moinhos, Amadora, Baixa de Lisboa, Benfica, Campolide, Cacém Margô, Cacém Atlântida, Cais do Sodré, Campo Grande, Carregado, Carcavelos, Colombo, Chelas, Calheta (Madeira), Gare do Oriente, Lumiar, Massamá Barcarena, Malvarosa, Miraflores, Moderna, Moscavide, Progresso (Madeira), Saldanha, São João da Talha, Sintra, Telheiras, Vila Franca, Vialonga, Universidade do Condutor (Madeira).

**NÚMERO VERDE GRÁTIS 800 200 530**



/grupo.seguranca.maxima



/seguranca.maxima



www.seguranca maxima.pt



CAMPEONATO NACIONAL

# Águia sobe à liderança após deslize do dragão

Benfica venceu (4-0) ontem o Portimonense no Estádio da Luz e passou a liderar o campeonato isolado, após o FC Porto ter empatado (1-1) na Madeira em casa do Marítimo. Hoje é a vez do Sporting entrar em campo

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**S**em espinhas. O Benfica recebeu e venceu ontem o Portimonense por 4-0, num jogo de sentido único. Nem o relvado do Estádio da Luz – que estará prestes a ser trocado face ao seu claro desgaste, que até terá provocado lesões em vários jogadores – foi entrave para a enxurrada de golos dos encarnados.

Bruno Lage mexeu na equipa e promoveu a titularidade de Samaris, Gedson, Chiquinho ou Vinícius. A

aposta poderia ser arriscada mas correu bem. Desde logo porque as águias chegaram cedo à vantagem: André Almeida aproveitou uma bola parada para fazer o desvio certo à boca da baliza.

O intervalo chegou sem que o Portimonense criasse grande perigo e o 2º tempo só acentuou a superioridade encarnada. Rúben Dias fez o 2-0 aos 47' e depois foi tempo do show de Vinícius. O avançado brasileiro não quis ficar atrás dos defesas e bisou na partida, após assistência de Grimaldo e Chiquinho (o português parece ser mesmo a solução ideal para jogar

© MIGUEL BARRERA



Vinícius marcou os últimos dois golos, depois de André Almeida e Rúben Dias

como segundo avançado, aliando a capacidade de assistência de Pizzi, que até foi suplente, à capacidade de aparecer na área a finalizar.

Esta vitória categórica das águias começou a ser desenhada ainda o FC Porto jogava na Madeira, mas ao intervalo, na Luz, já todos sabiam que os dragões tinham empatado no Funchal (1-1). O Marítimo adiantou-se numa bola parada, através de Bambock, logo aos 11', e depois recuou linhas para gerir a vantagem.

Os dragões tiveram uma posse de bola avassaladora, criaram oportunidades, mas só conseguiram o empate já muito perto do fim, aos 84', através de Pepe. O golo da vitória poderia ter surgido no período de descontos, mas Soares falhou o alvo. Poucos dias depois de ter subido à liderança, o FC Porto cedeu o 1º lugar

ao Benfica, que passa a ter dois pontos de vantagem.

Hoje à noite é a vez do Sporting cumprir a 9ª jornada. A deslocação a casa do aflito Paços de Ferreira será feita sem Wendel, que foi despromovido à equipa sub-23.

## 9.ª JORNADA

05/10/2019

CD Aves 0-1 CD Tondela\*

### ONTEM

Rio Ave 1-1 Moreirense

Marítimo 1-1 FC Porto

V. Guimarães 5-0 Belenenses SAD

Benfica 4-0 Portimonense

FC Famalicão \*\* Gil Vicente

### HOJE

Paços de Ferreira 19:45 Sporting\*

Santa Clara 20:15 V. Setúbal\*

Boavista 20:15 SC Braga\*

\*Sport TV \*\*terminou após o fecho da edição

GIGS ON MARS,  
LOS PRODUCTION - AIR CARAÏBES  
APRESENTAM

# KASSAV

**40º ANIVERSÁRIO**

**SÁBADO 2 NOV 2019**  
**CAMPO PEQUENO**  
**LISBOA**

GIGS ON MARS AIR CARAÏBES



[medis.pt/cancro](http://medis.pt/cancro)

# A Médis reforçou a Proteção Oncológica do seu seguro.

**Nunca será fácil.  
Mas com um bom  
seguro de saúde  
é menos difícil.**

PUB: Disponível para clientes nas opções 2 e 3. Não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida. Médis - Companhia Portuguesa de Seguros de Saúde, S.A., com sede na Av. Dr. Mário Soares (Tagus Park), Edifício 10, Piso 1, 2744-002 - Porto Salvo, Pessoa Coletiva n.º 503 496 944, matriculada sob esse número na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa com o capital social de €12.000.000,00.



## **médis**

**Faz bem à saúde.**



## CELEBRIDADES

# Autobiografia dos Xutos & Pontapés

Novo *À Minha Maneira*, livro da autoria da jornalista Ana Ventura, põe membros do histórico grupo de rock nacional a contar na 1ª pessoa a história da banda

REDAÇÃO  
REDACAO@DESTAK.PT

**E**m *À Minha Maneira*, livro cujo primeiro volume foi editado ontem, a jornalista Ana Ventura põe os elementos dos Xutos & Pontapés a contarem, na primeira pessoa, a história e histórias da banda, simulando um diálogo com o leitor. Apesar de ser um livro assinado por Ana Ventura, em *À Minha Maneira* a história da maior banda da história do rock português é contada na primeira pessoa por Tim, Zé Pedro, João Cabeleira, Gui e Kalu. “Pode parecer um bocadinho incoerente, mas isto é efetivamente uma autobiografia dos Xutos, são os Xutos a falarem deles próprios. Eu limito-me a traçar os caminhos, mas sempre invisível, digamos assim, porque não falo no livro, são apenas eles”, disse à Lusa.

## O primeiro de dois volumes

O primeiro volume de *À Minha Maneira* conta a história da banda entre 1979 e 1999. O espaço temporal vertido no segundo volume “está em aberto”, mas será, em princípio, até final de 2020. A jornalista está atualmente a preparar o segundo volume da biografia da banda de *O Homem do Leme* e a ideia é que seja editado “daqui a um ano”.

© EDUARDO MARTINS



Maior banda da história do rock português foi formada no final do ano de 1978

Segundo a própria Ana Ventura, a ideia de contar a história dos Xutos & Pontapés não foi sua, mas sim de Zé Pedro, o icónico guitarrista da banda, que morreu em 2017. “Foi uma contraproposta do Zé Pedro a uma proposta que eu lhe tinha feito alguns anos antes. Eu tinha sugerido fazer um livro sobre ele, a biografia dele, que estava já num processo muito finalizado na altura e que acabou por se concretizar no *Não Sou o*

*Único*, e aí o Zé fez-me uma contraproposta, que foi fazer um livro sobre os Xutos”, recordou.

Por fim, de ressaltar que, num livro dedicado a uma banda com 40 anos de carreira, “ficam sempre coisas de fora, ficam sempre coisas por contar, mas o grande objetivo é ficar, nestes dois volumes, o máximo possível daquilo que tem sido o percurso dos Xutos desde que eles começaram”, concluiu a jornalista.



## EM DEZ SEGUNDOS

### TELEVISÃO

## Ângelo pode voltar mais cedo

Ainda a recuperar, Ângelo Rodrigues vai voltar à televisão mais depressa do que o esperado. Depois da agência do ator ter informado que o seu regresso estava previsto para 2020, agora a SIC veio dizer que o jovem poderá voltar ainda este ano.

### HOLLYWOOD

## Ricky Martin é pai outra vez

Ricky Martin anunciou o nascimento do seu quarto filho no Instagram. Depois de ter revelado em setembro que iria ser pai pela quarta vez – através de uma barriga de aluguer –, o cantor porto-riquenho divulgou que o seu novo filho, Renn Martin-Yosef, já está em casa.

### GLAMOUR

## Corceiro visita Félix em Madrid

Dois meses após Margarida Corceiro ter sido apontada como namorada de João Félix, o casal já não esconde a relação: jovem atriz partilhou no seu Instagram que embarca hoje para Madrid para matar saudades do namorado, jogador do Atlético de Madrid.

## NEGÓCIOS & TRAPOS

### FERRARI

Muito mais que uma simples marca automóvel, a icónica Ferrari selou uma parceria com a Puma para a criação do novo Scuderia Ferrari Energy Pack, um par de ténis que represente toda a mística do ‘Cavallino Rampante’.



© DR

### ANA GUIOMAR

Atriz portuguesa foi a personalidade escolhida para ser a embaixadora da coleção *Saving Lives Changing Lives*, da criadora Susana Bettencout, que foi apresentada no último sábado no sempre glamoroso Portugal Fashion.



© DR

### PEDRO PINTO

Modelo português continua a evoluir na sua carreira e agora, ao lado de Zoe Kravitz (filha de Lenny), é uma das grandes destaques da nova campanha da sempre prestigiante Yves Saint Laurent, intitulada *Touche Éclat In-All-One-Glow*.



© DR



## NOVELAS



### CRISTAL

Gustavo fica em absoluto choque com a presença de Laura. Alex recebe alta e volta para casa com Eliana. João Pedro fica desconcertado ao saber que Cristina é o braço direito da acionista maioritária da Maison. Luísa visita a bisneta. **CMTV, 15H15**



## MÚSICA



Coletivo norte-americano lançou em setembro o seu novo álbum, intitulado III

# “Temos boas recordações de Portugal”

Cinco anos depois, The Lumineers regressam para um concerto, amanhã, no Campo Pequeno, às 21h

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**O** que estão a preparar para este vosso regresso a Portugal? Vai ser o pontapé de saída da nova digressão europeia de apresentação do álbum III e, por isso, estamos numa enorme expectativa. É um novo capítulo que se abre. Andamos há seis meses em ensaios e mal podemos esperar para começar a tocar a sério.

**Vocês tocaram por cá em 2014 no Festival Alive. Guardam algumas lembranças dessa passagem?** Claro que sim. Recordo-me que nessa noite conhecemos a malta dos Imagine Dragons. Mas eu já conhecia Portugal antes. Já tinha vindo como turista com a minha mulher. Eu tenho um amigo que me dizia que era um dos locais mais bonitos do mundo e que um dia nos convidou para uma viagem. Na altura andámos pelo Porto, Óbidos e visitámos o Palácio do Buçaco. Passámos um tempo fantástico. Temos muito boas recordações de Portugal. Acho um país fascinante para qualquer turista.

**Tocar na Europa é diferente do que tocar nos EUA?** Eu acho que sim. Claro que existe sempre uma

barreira linguística, mas quando saio dos EUA lembro-me sempre de quando fui à China, há uns 13 anos, e via pessoas a dançarem ao som dos Nirvana ou dos The Beatles. Lembro-me de pensar: aqui é que se vê o verdadeiro poder das melodias. Nos países onde o inglês não é a língua mãe, as melodias não precisam de traduções e é isso que me fascina fora dos Estados Unidos.

**Este novo disco que vêm apresentar em Portugal fala de família e amor, mas também de adições e dependências...** Eu tive alguns casos na minha família ligados a dependências durante muito tempo. É verdade que eu podia ter escrito sobre muitas outras coisas, mas não podia não escrever sobre isto. O que eu tentei aqui foi descrever da forma mais honesta possível uma realidade que vivi. Não interessa dizer como eu gostava que as coisas tivessem sido. Importante, para mim, é dizer como elas foram.

**Quer dizer que este disco serve também para afastar fantasmas, os seus!** Sim, acho que se pode dizer isso. Não ajuda a resolver os problemas, mas é um passo importante para os enfrentar. É bom poder falar deles de forma aberta, sem tabus.



## VOZES DA RÁDIO

Ana Colaço (Ana.colaco@rfm.pt)  
Sáb. e Dom. (9h-13h)

## Quem tem medo de dizer que gosta de fazer o que a avó fazia?

**T**oda a vida gostei de trapos. Não de os ver nas montras, mas sim de os cortar, coser e fazer. Costura, tricot ou crochet são palavras que descobri ainda antes de saber ler. Cheguei ao ponto de pagar a gasolina, o seguro e a oficina da minha primeira moto, com o que ganhava a fazer ponto cruz. Ando sempre com um kit de costura. Já safei meias para vídeos, botões para um concerto e, esta semana, cosi as calças novas do Paulo Fragoso. Considero uma coisa tão banal como pedir a um colega para ir mudar um pneu, abrir a janela, ou simplesmente mudar a secretária de sítio. Quero lá saber se é considerado um trabalho menor ou extremamen-

## A RFM nos MTV EMA's

É já este fim de semana que o Paulo Pereira, da RFM, vai a Sevilha com a vencedora do passatempo para assistir à cerimónia de entrega dos MTV European Music Awards 2019. Entre passeadeiras vermelhas e músicos a dar espetáculo vai-te mantendo a par de tudo em antena e nas redes sociais da RFM. Sabe mais em rfm.sapo.pt



te feminino. Não é! Nos tempos que correm é bom conseguirmos mudar um fecho éclair, um pneu, uma lâmpada, ou mesmo fazer um jantar sem o encomendar. Sejas tu homem ou mulher, o lema é igual para os dois: nunca te envergonhes do que sabes fazer! Desde que o faças bem feito!

# M.A. ESCOLA DE FORMAÇÃO TÉCNICA

ESPECIALIZADA NA ÁREA DA SAÚDE E EDUCAÇÃO

**Cursos com estágio garantido**

**Técnico Auxiliar de Farmácia**  
20 meses + estágio

**Auxiliar de Acção Médica**  
18 meses + estágio

**Auxiliar de Fisioterapia**  
15 meses + estágio

**Intervenção em Psicologia Social e Comunitária**  
12 meses + estágio

**Massagem Desportiva e de Reabilitação**  
8 meses + estágio

**Auxiliar de Veterinária**  
15 meses + estágio

**Fisioterapia e Reabilitação Animal**  
11 meses + estágio

**Tosquia e Higienização Animal**  
6 meses + estágio

**Consulte todos os Cursos**

Tels: 210 195 260 / 918 249 897 / 918 529 149

[www.formacaotma.net](http://www.formacaotma.net)

[www.facebook.com/MAEscoladeformacao/](https://www.facebook.com/MAEscoladeformacao/)

**Locais:**  
Aveiro, Beja, Braga, Évora, Faro, Lisboa, Santarém, Setúbal, Vila Real, Viseu



# “É uma das minhas personagens favoritas”

Arnold Schwarzenegger já tem 72 anos (!) mas ainda está aí para as curvas. Prova? Basta ver o novo *Exterminador Implacável - Destino Sombrio*. Falámos com o mito

JOHN-MIGUEL SACRAMENTO,  
em Hollywood

**S**e falamos de idade, ronda os 70 e picos. Mas se vamos falar dos alicerces e da engrenagem e da pele com que se faz esta estrela, aí já temos de usar vocabulário de lenda. Arnold Schwarzenegger é um ator que parece vir de outras eras, quando o homem corajoso era assim do tipo quadrático, mais guerreiro do apocalipse que pastor de ovelhas e bom pai de família. Nascido na Áustria do pós-guerra, conseguiu construir uma odisseia de vida que o colocou na companhia de alguns dos maiores cérebros do planeta. Como culturista, em início de carreira conheceu de perto a disciplina e o espírito de luta pela perfeição. Esse mesmo sentido de excelência no trabalho permitiu-lhe obter estatuto de super herói tangível e fazer filmes com alguns dos realizadores mais venerados... vencer, triunfar, arrecadar milhões de admiradores. Foi governador da Califórnia e só não se candidata a presidente porque não pode por lei. Menos mal. Casou e tem filhos com a dinastia Kennedy. Seja como for, a experiência dele é vasta e musculada. Regressa esta semana com o novo *Exterminador Implacável - Destino Sombrio* para salvar humanos com a ajuda da máquina de guerra que lhe está no ADN. Pelo caminho, bem metralhado e vibrante, o Exterminador aprende duas ou três coisas sobre vida doméstica, a nova masculinidade e umas outras coisas normais de trazer por casa.

**Neste filme o Exterminador implacável aprende algumas coisas mais rudimentares da rotina humana. Aprende o conceito de família, aprende a cuidar de um filho e, até, aprende a mudar as fraldas de um bebé...?** E fez isso sem se queixar! Só acrescento isso porque, como sabemos, homem que tem de mudar fraldas começa logo por se queixar da tarefa.

© KIM HEE/REUTERS



**Quais são, para o Exterminador, as componentes humanas que ajudam a fazer uma família?**

Numa relação de família há facetas que as mulheres admiram de forma especial. Refiro-me à partilha de tarefas como a mudança das fraldas das crianças mas, sobretudo, à capacidade de ouvir. Claro que a maioria dos homens nem sequer sabe do que falo. Para eles, só o ato de parar para ouvir e compreender o que a esposa diz é uma coisa muito difícil de concretizar. No caso do filme, eles nem sequer têm uma relação física – até porque, como a Linda Hamilton diz, a minha personagem pesa 250 quilos só em placas metálicas. É o tipo de homem que seria muito pesado para qualquer mulher. Portanto, ele tem de aprender outras coisas. Saber ouvir é um bom começo e uma lição bastante útil para qualquer homem.

**Alguma vez se envolveu em tarefas de decoração de interiores? Por exemplo, já teve de escolher cortinados novos para a sala?**

Por mais estranho que possa parecer, tenho jeito para decoração. Gosto de me envolver nesses aspetos da vida familiar. Quando chegou o momento de decorar a minha casa em Sun Valley, no Idaho, disse logo: Maria, tu ficas com o quarto de dormir e com os outros compartimentos que te apetecer decorar, mas eu fico com o escritório e a sala. Tenho mesmo bom gosto. Ajuda sempre bastante quando já existe

**“Tenho mesmo bom gosto. (...) Por mais estranho que possa parecer, tenho jeito para decoração”**





## “O Exterminador tem um lugar fundamental na minha carreira. Fez com que eu chegasse a outros patamares”

em nós uma certa sensibilidade europeia que, depois, podemos misturar com uma paleta americana e com outras de cariz internacional. Trabalho com decoradores e até vou com eles escolher materiais, padrões e texturas. No filme, por exemplo, quando ele menciona que quer um tecido às pintinhas, fui eu quem trouxe essas frases para o diálogo. Na história há até um cliente que quer decorar o quarto das filhas com cores sólidas e o Exterminador diz-lhe muito firmemente: “Don’t do it!” (risos) – exatamente como nos outros filmes do Exterminador em que, no meio de um momento de salvação da humanidade, ele dizia a alguém “Don’t do it!”. Achámos graça usar o mesmo fraseado, agora aplicado a tecidos às bolas, às riscas ou com borboletas.

**Se os estúdios fizerem mais um filme com a personagem indestrutível do Exterminador, o Arnold estaria interessado em participar?** É uma das minhas personagens favoritas – juntamente com o *Conan* e com a do *Twins*. O Exterminador ocupa um lugar fundamental na minha carreira. Fez com que eu pudesse chegar a outros patamares. Tive imensa sorte que o James Cameron tivesse escrito o primeiro filme, construído aquela personagem e, no fim, que tivesse insistido em ser eu a ficar com o papel. Mas, como sabe, neste tipo de negócio tudo depende de as pessoas gostarem ou não da personagem e do meu trabalho.

Pouco importa se o Exterminador morre ou não. Arranjam sempre maneira de o resuscitar.

**Quais são os filmes que mais o impressionaram? Pode ter sido por questões artísticas, por terem revolucionado este meio de comunicação, por terem uma cena marcante, qualquer coisa. Se um estudante de cinema viesse ter consigo a pedir conselhos, que obras lhe diria para ver urgentemente?** Não sei se os filmes que acho marcantes serão, também, os filmes que vão tornar-se inesque-



cíveis para outras pessoas. O *E.T.* é um deles. O *Titanic* é outro. O *Avatar*. O *Dr. Jivago*. O *Ben-Hur*. O *El Cid*. Há tantos que são clássicos absolutos. Diria que os filmes do James Cameron devem ser vistos porque ele, como cineasta, é um dos nomes mais importantes. Sabe incorporar efeitos visuais na realidade, escreve muito bem, tem grande talento para a realização. É preciso génio para aparecer com ideias no-

**“[Eu e o Sylvester Stallone] Falamos de família, dos filhos. Eu e ele temos os mesmos problemas”**

vas, saber materializar ideias abstratas, orquestrar um filme e colocá-lo no ecrã. Tudo isso carrega um enorme poder.

**É amigo do Sylvester Stallone? Há, por exemplo, ocasiões em que se sentam os dois a fumar charutos, a discutir a vida, os interesses das novas plateias e a dizer coisas do género “Pois, estou a preparar um novo Rambo” e o Arnold acrescenta “E eu estou a fazer um novo Exterminador”?** Para começar, sim, somos amigos. Falamos de família, dos filhos. Eu e ele temos os mesmos problemas.

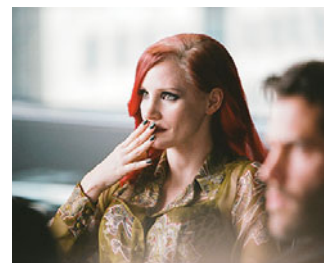
© FOTOS DR

## OUTRAS ESTREIAS

### DRAMA

#### A MINHA VIDA COM JOHN F. DONOVAN

Uma década após a morte de um profissional famoso da televisão, um jovem ator recorda a correspondência que trocou com ele e o impacto que essas cartas tiveram nas vidas de ambos. Com Kit Harrington, Natalie Portman e Susan Sarandon.

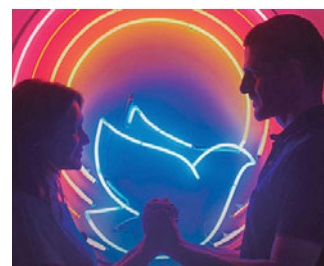


© DR

### DRAMA

#### DIVINO AMOR

Aclamado drama futurista brasileiro, que imagina um Brasil em 2027 dominado por uma nova religião, a doutrina do Divino Amor, onde o indivíduo só se realiza pelo casamento, o sexo é a nova oração e a rave é evangélica. Com Dira Paes, Júlio Machado e Mariana Nunes.



© DR

### DRAMA

#### VITALINA VARELA

Há mais de 25 anos que Vitalina esperava o bilhete de avião. Três dias depois do funeral do seu marido, chega a Portugal. Uma história que capta a força e resiliência de uma mulher cabo-verdiana, enquanto navega pelos escassos sinais que o seu marido deixou. Um filme de Pedro Costa.



© DR



# COMPRO RECHEIOS DE CASA

- Loiças • Colecções Phillae • Serviços de Jantar • Chá • Café  
 Peças de Decoração • Porcelanas • Vista Alegre • Casquinhas  
 • Estanhos • Latões • Rendas • Toalhas • Lençóis de Linho.  
**E TAMBÉM...** LIVROS: Dos CTT com Selos • Circulo de Leitores  
 • Arte • História • Pintura • Poesia • Europa América • Ediclube Alfa  
 • Verbo • Porto Editora • Enciclopédias Recentes.  
**BANDA DESENHADA:** Astérix • Lucky-Luke • Tintim  
 • Heróis Marvel • Capitão América • Homem Aranha  
**OUTROS:** CD's • Filmes Blu-Ray • Discos Vinil • Brinquedos  
 • Miniaturas de Carros • Aviões • Colecções de Moedas em Prata  
 • Miniaturas de Frascos de Perfume... **ENTRE OUTRAS**



TEL.: 96 315 12 99 | 91 397 64 72

## A. CRUZ COMPRO

ANTIGO, MODERNO, RECHEIOS  
 DE CASA, LOUÇAS,  
 PEÇAS VISTA ALEGRE,  
 LIVROS, LINHOS,  
 TOALHAS E LENÇÓIS,  
 BORDADOS,  
 PRATAS,  
 VELHARIAS, ETC...

TEL: 217 59 9261  
 961 215 463

## COMPRO COLECIONISMO



MOEDAS • DISCOS • RELÓGIOS • SELOS • ISQUEIROS  
 MEDALHAS • CONDECORAÇÕES • OURO  
 PRATA • BRINQUEDOS • CANETAS • ETC ETC

Tel: 93 823 31 55  
 LOJA: AV. PRAIA DA VITÓRIA 75C

## PROFESSOR BAF CÉLEBRE MEDIUM E VIDENTE

Ajuda a resolver os seus problemas, sobre várias Dificuldades da Vida,  
 Amor, Sorte, Inveja, negócios, Maus-Olhados, Insucessos Escolares,  
 Maus-Vícios, Todo o Tipo de Problemas e Espirituais. Faz Aproximação  
 e Afastamento. Resultado na mesma semana.

Todos os Dias das 8h00 às 22h00

POSSIVEL DESLOCAMENTO PAGAMENTO APÓS O RESULTADO!  
 TEL.: 966 497 195 | 911 106 710 (Junto à CP de Rio de Mouro)

## MÁXIMA COMPETÊNCIA E SIGILO ABSOLUTO ASTRÓLOGO MESTRE DABO VIDENTE

ESPECIALISTA EM CIÊNCIAS OCULTAS. ACABE DE VEZ COM  
 O SEU SOFRIMENTO NÃO DESANIME! NÃO DESISTA!

O SEU CASO TEM SOLUÇÃO UM GRANDE VIDENTE ESPIRITUALISTA E CONSELHEIRO, CONHECIDO POR  
 GRANDES PERSONALIDADES NO MUNDO INTEIRO PELOS BONS RESULTADOS OBTIDOS NOS PROBLEMAS  
 MAIS COMPLICADOS NOS ÚLTIMOS ANOS. MESTRE DABO É UM DOS MAIS APRECIADOS EM ÁFRICA E NA  
 EUROPA COM PODERES EFICAZES. AJUDA A RESOLVER DE IMEDIATO E DEFINITIVAMENTE QUALQUER  
 PROBLEMA DIFÍCIL OU GRAVES COM EFICÁCIA: AMOR, O SEU CASAMENTO ESTÁ EM CRISE? QUER  
 RECUPERAR O SEU MARIDO/MULHER, NAMORADO/NAMORADA OU AMANTE, AMARRA A VOCÊ QUEM  
 DESEJAR: MARIDO/MULHER NAMORADO/NAMORADA OU AMANTE E ACABAM-SE OS PROBLEMAS,  
 AFASTAMENTO TOTAL DE PESSOAS INDESEJADAS. AJUDA A RESOLVER PROBLEMAS FAMILIARES,  
 NEGÓCIOS, HERANÇAS, FUTURO, VÍCIOS, CASAS ASSOMBRADAS, DESTRÓI BRUXARIAS E MAL DE INVEJA,  
 MAGIA NEGRA, ETC.

RESULTADO POSITIVO EM 48 HORAS – TRABALHO GARANTIDO NA PRESENÇA OU À DISTÂNCIA COM TOTAL EFICÁCIA  
 E HONESTIDADE – CONSULTA PESSOALMENTE POR MARCAÇÃO OU POR TELEFONE. PAGAMENTO APÓS RESULTADO.

GRANDE LISBOA (CAIS DO SODRÉ) 96 349 77 07 – 21 241 55 43

## PROFESSOR FOFANA ASTRÓLOGO - GRANDE MÉDIUM VIDENTE

ÊXITOS EM 48 HORAS - 968 365 150 - 920 090 464

Especialista de todos os trabalhos ocultos. Resultados rápidos e garantidos. Dotado de  
 Dom Hereditário. Ele resolve mesmo os casos mais desesperados: amor, negócios,  
 casamento, problemas familiares, espirituais, protecção, retorno imediato e definitivo de  
 quem amar, harmonia matrimonial e fidelidade absoluta entre esposos. Também ajuda a  
 resolver todo o tipo de problemas e vícios, sorte, futuro, heranças, casas assombradas,  
 destrói bruxarias e mal de inveja, magia negra, etc. Se quiser prender uma vida nova  
 e pôr fim a tudo o que lhe preocupa, contacte o PROFESSOR FOFANA, ele tratará  
 o seu problema com rapidez, honestidade e eficácia. Facilidades de pagamento.

Rua Carvalho Araújo, n.º 16 - 2.º Andar  
 LISBOA (Metro Alameda)  
 TODOS OS DIAS DAS 9H – 21H



Use o QR Code  
 e descarregue  
 a TV GUIA através  
 da app Portugal Press

## TUDO O QUE ACONTECE NA TV DENTRO E FORA DO ECRÃ

ESTA SEMANA NÃO PERCA  
 CRISTINA FERREIRA – TRAIÇÃO FATAL. DEPOIS DE PROMOVER  
 A AMIGA, RITA PEREIRA RENOVA COM A TVI E GANHA PAPEL  
 DE PROTAGONISTA. MENINO BONITO PEDRO TEIXEIRA DÁ NEGA  
 À ESTRELA DA SIC.



## PARTICIPE!

**www.destak.pt ou leitor@destak.pt** O Destak é seu! Em [www.destak.pt](http://www.destak.pt) esperamos a sua visita, comentários, fotografias. Participe, reclame, elogie e partilhe as suas opiniões e poemas. Pode também enviar para o e-mail em cima ou para Rua Luciana Stegagno Picchio, n.º 3, 1549-023 Lisboa (textos não podem ultrapassar 700 caracteres).

## CARTAS DO LEITOR

### Reitores

O reitor da Universidade de Coimbra, na altura em que no top das notícias estava a problemática da crise climática e ambiental, entrou no jogo e anunciou que nas cantinas da universidade vai deixar de se comer carne de vaca.

O reitor da Universidade do Porto, em artigo de opinião, manifestou-se contrário a qualquer planificação na formação e cursos do

Ensino Superior, que considera uma visão 'sovietizante', por sobrepor o interesse coletivo ao individual.

No âmbito da polémica questão da carne de vaca, talvez a atenção do reitor da Universidade de Coimbra se devesse centralizar em ajudar a contrariar os modelos de produção intensiva de carne, defendendo a nossa produção local e as raças autóctones para abastecer as cantinas, e não privar os estudantes que gostam de comer um bife.

Por outro lado, é discutível que o reitor da Universidade Porto defenda que na organização do Ensino Superior não exista qualquer preocupação com áreas e atividades onde exista carência técnica especializada e também com a criação de condições para que licenciados e doutorados exerçam e concretizem os ensinamentos recebidos.

Ausente das intervenções dos reitores estiveram as limitações no acesso ao Ensino Superior

e as dificuldades de ordem económica relacionadas, onde se incluem os baixos salários das famílias dos alunos, os custos com as propinas, deslocalizações e alojamento de estudantes.

Também a precariedade e outros problemas que afetam a classe docente foram ignorados.

**ERNESTO SILVA**  
Vila Nova de Gaia

### TEMPO

#### LISBOA

HOJE  
19º MÍNIMA  
24º MÁXIMA



AMANHÃ  
19º MÍNIMA  
24º MÁXIMA



#### PORTO

HOJE  
17º MÍNIMA  
19º MÁXIMA



AMANHÃ  
17º MÍNIMA  
19º MÁXIMA



**FICHA TÉCNICA** Propriedade/Editora: Cofina Media, S.A.; Contribuinte n.º 502 801 034; C.R.C. de Lisboa n.º 502 801 034; Capital Social: €22.523.420,40; Principal Acionista: Cofina, SGPS, S.A. (100%); CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO: Paulo Fernandes (Presidente), João Borges de Oliveira, Luís Santana, Alda Delgado; DIRETOR GERAL COMERCIAL: Hernâni Gomes; DIRETORA GERAL DE MARKETING: Isabel Rodrigues; DIRETOR COMERCIAL ONLINE: José Frade; DIRETOR DE INFORMÁTICA: Rui Taveira; DIRETOR DE RECURSOS HUMANOS: Nuno Jerónimo; DIRETORA ADMINISTRATIVA E FINANCEIRA: Alda Delgado; DIRETOR DE CIRCULAÇÃO E ASSINATURAS: João Ferreira de Almeida; DIRETORA RESEARCH: Ondina Lourenço; NOME DA PUBLICAÇÃO: Destak; Diretor: Diogo Torgal Ferreira; Colunistas: João Paulo Saraiva, Eduardo Vitor Rodrigues, João Malheiro, José Luís Seixas, Luísa Castel-Branco; Paginação e Grafismo: José Tíny (Editor); Departamento Criativo: Rui Gonçalves; Marketing: DIRETORA: Isabel Rodrigues; João Aleixo (Diretor-adjunto); (marketing@destak.pt); Departamento Comercial: DIRETOR COMERCIAL: Ricardo Branco; Ana Silveira (Diretora Comercial Adjunta); AGÊNCIAS: Daniel Barata, Margarida Rego, Paula Tavares, Raquel Pinto; DIRETOS: João Pedro Rodrigues (Team Leader), Filomena Mestre; Maria da Luz Veiga (planeamento); Telefone: 210 494 204/Fax: 210 493 134/E-mail: comercial@destak.pt; Porto: Tiago Medeiros (Coordenador); Telefone: 225 322 309/Fax: 225 322 399; Ativações e Eventos: Tânia Sant' Ana (Team Leader), André Simões, João Machado; Sede: Editor/Administração/Redação/Publicidade: Rua Luciana Stegagno Picchio, n.º 3, 1549-023 Lisboa; (geral@destak.pt); Telefone: 210 494 000/Fax: 210 493 134; Chefe de Distribuição: José Magalhães; Distribuição: António Caldeira; N.º registo E.R.C.: 123881; Depósito Legal: n.º 170470/01; ISSN 2183-7236; Tiragem média: 70.000; Periodicidade: Diária; Preço de Capa: Gratuito; Impressão Nacional: Lisgráfica, Impressão e Artes Gráficas S.A., Rua Consiglieri Pedroso, 90, Casal de Santa Leopoldina, 2730-053 Queluz de Baixo; Delegação Porto: Rua Manuel Pinto de Azevedo, 80.1.º 4100-320 PORTO Telefone: 225 322 301/Fax: 225 322 399. ESTATUTO EDITORIAL E LEI DA TRANSPARÊNCIA disponíveis em [www.destak.pt](http://www.destak.pt)







# O GO NATURAL CHEGOU À AV. DE ROMA

Num formato inovador que junta supermercado biológico e restaurante de alimentação saudável, poderá encontrar as melhores e mais saborosas refeições, bem como tudo o que precisa para reinventar a cozinha da sua casa.

No **supermercado** encontra uma vasta gama de produtos biológicos, incluindo frutas e legumes, padaria fresca e produtos a granel.

No **restaurante** tem disponível oferta para diferentes momentos; desde os pequenos almoços e lanches, aos almoços com diferentes receitas todos os dias. Conheça ainda o nosso brunch saudável e oferta completa de grab&go, para os dias mais apressados.

**NOVA LOJA AV. ROMA, 17**

JUNTO AO ACQUA ROMA

seg. - sex. | 8h - 21h  
sábado | 9h - 21h  
domingo | 10h - 19h

**ABERTURA ÀS 8H PARA  
PEQUENOS-ALMOÇOS**

gonatural.pt

