

# Destak

05.12.2019 Quinta-feira PORTUGAL



**LAST CHRISTMAS,  
"I GAVE YOU MY HEART..."**

EMILIA CLARKE FARTOU-SE  
DE DRAGÕES E ESTÁ CHEIA  
DE ESPÍRITO NATALÍCIO

ARTE&LAZER • 12 E 13

ATUALIDADE • 04

## Menos mortos, mas mais feridos graves

Número de mortos nas estradas portuguesas desceu entre 1 de janeiro e 30 de novembro, mas o número de acidentes e de feridos graves subiu

CIDADES • 02

### Reabilitar chafarizes e instalar 200 bebedouros

Protocolo entre a Câmara de Lisboa e a EPAL pretende ainda abrir ao público o Jardim da Casa do Arco e prolongar visitas às galerias subterrâneas dos aquedutos

DESPORTO • 08

### Vitória ao cair do pano reanima leão na Taça

Um livre direto de Bruno Fernandes aos 89' e uma assistência para Vietto aos 90+4' deram o triunfo ao Sporting (2-0) frente ao Gil Vicente para a Taça da Liga

ARTE&LAZER • 11

### Diogo Piçarra e o seu novo *South Side Boy*

Jovem cantor e compositor algarvio fala sobre o seu novíssimo álbum de originais, um disco que será apresentado na Altice Arena, em Lisboa, em março de 2020

idealista

A maneira  
certa de  
encontrar  
casa

PUB  
PUB

**CABAZES  
DE NATAL**  
A PARTIR DE 15€

**MERCEARIA  
DOS  
AÇORES**

Rua da Madalena, 115 • Lisboa (baixa)  
T: 218 880 070

LOJA  
CERTIFICADO  
AÇORES  
PELA NATUREZA

Rua Viriato, 14C • Lisboa - Picoas  
T: 210 909 069

[merceariadosacores.pt](http://merceariadosacores.pt)

**Mensalidades a 15€ e  
desconto de 30%  
na inscrição!**

apenas  
**15€**  
por mês!

30%  
na inscrição

scan&go

**TIME TO  
FITNESS  
24**

Mensalidades de 15€ válidas por um ano.  
Oferta válida para inscrições até 24 de dezembro.



LISBOA

# 200 novos bebedouros e reabilitar chafarizes

Abertura do jardim Casa do Arco é outra medida prevista num protocolo entre a autarquia e a EPAL

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

Um protocolo a assinar entre a Câmara Municipal de Lisboa e a EPAL – Empresa Portuguesa das Águas Livres prevê a reabilitação dos emblemáticos chafarizes de Lisboa; a abertura do jardim Casa do Arco ao público; e ainda a instalação de 200 bebedouros na cidade. A proposta de protocolo é hoje debatida na reunião privada do executivo municipal.

A parceria entre a autarquia e responsável pelo abastecimento de água na capital prevê que os primeiros chafarizes que a EPAL se compromete a reabilitar, ainda em 2019, são os das



Entre 2020 e 2022, a EPAL irá intervir e restaurar em mais 11 chafarizes

Garridas ou Benfica (na freguesia de Benfica); e o chafariz do Intendente ou Desterro (na freguesia de Santa Maria Maior). Além disso, está calendarizada a instalação, até dezembro de 2021, de 200 bebedouros na capital, bem como o alargamento da abertura ao público das galerias subterráneas dos aquedutos da cidade e a abertura ao público do Jardim da Casa do Arco.

## Intervenções em 2020

Relativamente ao próximo ano estão previstas intervenções de conservação e restauro nos chafarizes das Janelas Verdes, na freguesia da Estrela; Mãe d'Água à Praça da Alegria, na freguesia de Santo António; Carmo em Santa Maria Maior; e Santo António da Convalescença em São Domingos de Benfica.

PORTO

## Hosp. São João assina protocolo para prevenir o 'burnout'

O Hospital de São João, no Porto, assinou ontem um protocolo com a Ordem dos Psicólogos para avaliar os riscos de 'burnout' ou depressão que, no ano passado, afetava 67% dos mais de 330 funcionários da sua estrutura. Aos jornalistas, Pedro Norton, diretor do Serviço de Saúde Ocupacional do Centro Hospitalar de São João, disse que, além das questões ligadas ao excessivo stress devido ao trabalho, estão também em causa situações de perda e luto, o trabalho por turnos, e a violência e assédio laboral contra estes profissionais da saúde.



Mais de 330 funcionários lidou com 'burnout' ou depressão em 2018

## OPINIÃO

JOÃO PAULO SARAIVA  
Vice-Presidente  
da Câmara de Lisboa



## Lisboa escolhe evoluir!

Faltam poucos dias para que Lisboa seja Capital Verde Europeia, vindo reconhecido internacionalmente o trabalho do município e a sua visão para um futuro sustentável. Mas os projetos para este ano ultrapassam largamente os 365 dias de 2020. Mais do que uma celebração, o programa marca o início de uma década de ação climática, cruzando políticas urbanas de transportes públicos e mobilidade ativa, eficiência na água e energia, soluções naturais para adaptar a cidade. E logo em janeiro, lança o convite para que venha plantar uma das muitas árvores a distribuir por diferentes locais. Lisboa tem realizado campanhas de plantação anuais, com 20 mil árvores em média, número a suplantarem em 2020, com mais lóndons, plátanos, oliveiras, sobreiros, alfarrobeiras, entre outras espécies. O objetivo é completar o mapa verde contínuo que ocupará até 2021 cerca de 350 hectares – quase um quarto do território da cidade – ajudando a combater alterações climáticas.

A rede de distribuição de água reciclada, em implementação, permitirá poupar até 25% de água potável nos grandes pontos de consumo público. A gestão de inundações é outra meta para que contribui o Plano Geral de Drenagem e a criação de bacias de retenção natural. Lisboa assumiu reduzir as emissões de CO2 em 60% até 2030, explorando o potencial solar e diminuindo o consumo energético. É um compromisso firmado, que precisa de envolver cada pessoa, para continuar a fazer a mudança na direção certa. A que se junta o propósito de duplicar a taxa de reciclagem (atualmente de 34%), estendendo o sistema de recolha seletiva, entre outras medidas.

O Orçamento Participativo em 2020 será inteiramente verde, dando a cada pessoa oportunidade de propor ideias para a sustentabilidade da cidade. E também o BIP ZIP aprovou 11 projetos a desenvolver em bairros e áreas de intervenção prioritária. Só com a participação de todos podemos superar desafios. E escolher evoluir!

www.sabado.pt

**SÁBADO**  
15 ANOS

**O VEGANISMO E OS SEUS PERIGOS! SAIBA COMO PROTEGER SUA SAÚDE. ESTA SEMANA, NA SÁBADO.**



**JÁ NAS BANCAS**

Também disponível em iPad e Android.



**NO CONTINENTE  
HÁ BACALHAU  
PARA TODOS OS GOSTOS**

**ASA  
BRANCA  
ILHAS,  
FAROE  
ESPECIAL  
CURA  
AMARELA  
ISLÂNDIA  
CRESCIDO  
CURA  
TRADICIONAL  
NORUEGA  
GRAÚDO FLOR CORRENTE  
DE SAL**

O QUE RENDE É IR AO **CONTINENTE**



SINISTRALIDADE

# Menos mortos nas estradas em 2019

Segundo balanço da ANSR – Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária, distrito do Porto (53) foi o que registou mais mortos, seguido de Lisboa (43)

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**M**orreram menos pessoas, mas registaram-se mais acidentes e feridos graves nas estradas portuguesas nos primeiros 11 meses do ano face ao período homólogo de 2018. De acordo com o último balanço da ANSR – Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária – que reúne dados da GNR e da PSP, até 30 de novembro de 2019 –, registaram-se 122.322 acidentes no país, o que representa um aumento de 1.572 ocorrências face a 2018, ano em que se registaram 120.750 acidentes. O que também aumentou foram os feridos graves que, segundo os dados da ANSR, se referem a vítimas de acidente cujos danos corporais obrigam a um período de hospitalização superior a 24 horas: no total, só este ano, 2.048 pessoas ficaram feridas com gravidade, um aumento de 107 pessoas relativamente a 2018. Nesta contabilidade, o distrito de Lisboa foi aquele que registou um maior número de feridos graves (289), à frente do

**Só na última semana do mês de novembro, 6 pessoas morreram e 48 ficaram feridas com gravidade**

Porto (209) e de Faro, com 206 feridos graves.

## Menos 21 mortos

No que diz respeito ao número de vítimas mortais, o mesmo documento re-



Em 2019 morreram nas estradas lusas 435 pessoas, menos 21 do que em 2018

vêla que em 2019 morreram nas estradas portuguesas 435 pessoas, menos 21 do que em 2018 (456). O Porto surge como o distrito onde se registaram mais mortes por acidentes rodoviários, num total de 53; seguido de Lisboa (43); Bra-

ga com 34; e Aveiro e Santarém, ambos com 32 mortos. Só na última semana de novembro (22 a 30 de novembro), dados da ANSR apontam para que tenham morrido 6 pessoas e outras 48 tenham sofrido ferimentos graves.



**EM DEZ  
SEGUNDOS**

## AMBIENTE

### UE falha metas estabelecidas para 2020

A União Europeia (UE) deverá falhar a maior parte das metas ambientais estabelecidas para o ano que em, segundo as conclusões do relatório ontem divulgado pela Agência Europeia do Ambiente, que informa que, desde 2015, se tem agravado o estado do ambiente no continente.

**2**

### Embarcação naufraga com tripulantes a bordo

Uma embarcação de pesca artesanal, com dois tripulantes a bordo, naufragou ontem a 200 metros da Praia da Aguda, em Gaia. Os dois pescadores que estavam a bordo foram resgatados, um dos quais já sem vida, adiantou ontem fonte do CDOS – Comando Distrital de Operações e Socorro do Porto.

## POLÉMICA

### MP arquiva queixa de Aguiar-Branco

O Ministério Público arquivou a queixa apresentada pelo ex-ministro da Defesa Aguiar Branco contra a ex-eurodeputada Ana Gomes, por “crime de difamação”. Em causa estavam declarações da socialista sobre o escritório de advogados do também ex-dirigente do PSD.

## SAÚDE

### ADSE agora é tutelada pela Adm. Pública

A ADSE, subsistema de saúde dos funcionários públicos, deixou de ser da tutela do Ministério da Saúde e passou para o da Modernização do Estado e da Administração Pública, em conjunto com as Finanças, segundo o estabelecido pela nova orgânica do Governo português.

CONSUMO

© SARAH SILBINGER/REUTERS



Média de cada português foi de 80,1 €

## Portugueses gastaram mais em compras na Black Friday deste ano

Os portugueses gastaram mais na edição deste ano da Black Friday, com o online a liderar entre as opções de compra. De acordo com dados divulgados ontem pela SIBS, a empresa que gere a rede multibanco, em

média cada português gastou em compras na Black Friday 80,1 euros, dois euros acima da média do ano passado (78 euros). A empresa diz ainda que a Black Friday representou 10,4% do total de compras.



INCÊNDIOS



© ISTOCKPHOTO

“Mais de 90% dos municípios do continente dispõem de planos”, garante ministro

# Em defesa dos planos de prevenção

Governo reage ao alerta do Instituto de Conservação da Natureza e Florestas de municípios sem plano

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**A** esmagadora maioria dos municípios de Portugal continental dispõem de Planos Municipais de Defesa da Floresta contra Incêndios (PMDFCI) “eficazes e atualizados” disse ontem o ministro da Administração Interna, Eduardo Cabrita, à margem da apresentação do primeiro curso de guardas florestais da Guarda Nacional Republicana (GNR), que decorreu em Queluz, Sintra. Apesar da informação disponibilizada pelo Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF), através da aplicação online infoPMDFCI indicar que 59 dos 278 municípios de Portugal continental não têm planos municipais de defesa

da floresta contra incêndios, atualizados em vigor, o ministro assegurou que “hoje, mais de 90% dos municípios do continente dispõem de planos eficazes e atualizados”, sublinhando que a Defesa da Floresta Contra Incêndios é um tema que “exige uma resposta ao longo de todo o ano, exige conhecimento, exige preparação” e, “se algo mudou na sociedade portuguesa nos últimos dois anos foi a prioridade que foi dada à prevenção” de incêndios florestais, sublinhou.

## Atualização obrigatória

Os municípios estão agora obrigados a elaborar, executar, avaliar e atualizar os PMDFCI, pelo que o não cumprimento desta norma “tem como consequência a retenção de 20% do duodécimo das transferências correntes do FEF”, sublinhou o ministro.

PODER LOCAL

## CDS defende referendo em resposta à regionalização “às escondidas”

● O CDS-PP defendeu ontem um referendo à regionalização, em resposta ao que considera ser a proposta do primeiro-ministro, António Costa, para criar as regiões “às escondidas”. Para Cecília Meireles, deputada dos

populares, o Governo “acha que se deve avançar para a regionalização”, e que “a melhor maneira de o fazer é às escondidas”, através “da eleição das Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional”.



NATO

# “Um por todos, todos por um” é para manter

Aliados da Organização do Tratado do Atlântico Norte acordaram manter unidade e coesão, apesar das divergências internas dos últimos tempos

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**O**s líderes dos 29 países da NATO terminaram ontem a Cimeira de Londres conseguindo diluir as divergências sentidas nos últimos tempos, algo salientado por um comunicado conjunto que sublinha o compromisso dos membros da Organização do Tratado do Atlântico Norte de se ajudarem mutuamente em tempos de dificuldades.

“Um por todos, todos por um”, tinha dito o secretário-geral da NATO, Jens Stoltenberg, no início da assembleia-geral de ontem, que teve uma agenda carregada de temas de amea-

© FACUNDO ARRIZABALAGA/EPA



Próxima cimeira da NATO será realizada em 2021, anunciou Jens Stoltenberg

ças externas, mas em que eram as divergências internas o principal foco de atenção. “As divergências atraem sempre mais atenção do que quando estamos de acordo”, explicou Stoltenberg, admitindo as diferenças entre os 29 países do Tratado do Atlântico Norte, mas preferindo realçar a necessidade de capacitar a organização para “superar essas divergências” e assegurar a “solidariedade, unidade e coesão”.

## Questão turca

Um dos pontos quentes era a ameaça da Turquia de não apoiar o plano de defesa para os países do Báltico, a menos que a NATO aceitasse considerar como grupo terrorista as milícias curdas no nordeste da Síria, alvo de ataques por parte do governo de Ancara. Apesar da recusa dessa condição por parte dos aliados da NATO, o presidente turco, Recep Erdogan, aceitou assinar a declaração conjunta, dizendo que o texto condena o terrorismo “em todas as suas formas e manifestações”, o que foi considerado suficiente para que Ancara concordasse com os planos de defesa para a região do Báltico.

## MAIS NO MUNDO

### CABO-VERDE

## Sentimento de insegurança exarcebado

O ministro da Administração Interna de Cabo Verde, Paulo Rocha, considerou ontem que algum “mediatismo” e “exploração política” estão a proporcionar o aumento do sentimento de insegurança da população além do pico de ocorrências registadas nas últimas semanas na Praia.

### ÁFRICA DO SUL

## Desmond Tutu hospitalizado devido a infeção

O antigo arcebispo sul-africano Desmond Tutu, Nobel da Paz em 1984, foi hoje hospitalizado na África do Sul para o tratamento de uma “infeção teimosa”. Uma declaração emitida ontem pela sua fundação refere que o antigo arcebispo, de 88 anos, foi hospitalizado por uma condição semelhante nos últimos anos.

### BRASIL

© REUTERS



Do total, foram 3.958 casamentos entre homens e 5.562 entre mulheres

## Casamentos gay aumentaram 61,7% em 2018

Os casamentos civis entre pessoas do mesmo sexo aumentaram 61,7% no ano passado, no Brasil, segundo as estatísticas de registo civil divulgadas ontem pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Segundo informou o IBGE, ao todo, 9.520 casais homossexuais brasileiros casaram no ano passado, face ao total de 5.887 casais que fizeram o mesmo no ano de 2017.



SINTA A  
ADRENALINA DA  
VELOCIDADE SEM  
SAIR DO SOFÁ

Acelere para garantir estes dois eletrizantes sucessos: “Velocidade Furiosa Hobbs & Shaw” e “Velocidade Furiosa 8”. Entre nesta aventura inesquecível com o seu Correio da Manhã.





# A *Magia* DO NATAL SÃO AS CARTAS DE CONDUÇÃO



CAIXA DE OFERTA  
COM KIT SM GRÁTIS

LIVRO  
DE CÓDIGO



CADERNO  
DE ESTUDO

FITA

**Este Natal o Livro, Aulas e Exame de Código são GRÁTIS**



**Nº Verde Grátis  
800 200 530**

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, Miraflares, Moderna, Moscavide, Progresso (Madeira), Saldanha, São João da Talha, Sintra, Telheiras, Vila Franca, Vialonga, Universidade do Condutor (Madeira).

**SEGURANÇA  
MÁXIMA**  
ESCOLAS DE CONDUÇÃO

f /grupo.seguranca.maxima

www.seguranca.maxima.pt

@ /seguranca.maxima



FASE DE GRUPOS DA TAÇA DA LIGA

# Resistência gilista ultrapassada à bomba

Vitória ao cair do pano em Barcelos reaviva a esperança do Sporting no apuramento para a próxima fase. Mas o leão não depende apenas de si

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

O jogo parecia encaminhar-se para mais um resultado frustrante do Sporting até que Bruno Fernandes mudou o rumo da história. Na marcação exemplar de um livre, o capitão leonino fez o 1-0 e, já nos descontos, ainda assistiu Vietto para o 2-0 final, anulando qualquer risco da expulsão tardia de Acuña.

Os leões estão no 3º lugar do Grupo C (3 pontos), a um ponto de Portimonense (com quem jogam na ronda final) e Rio Ave. Para seguir em frente precisam de vencer os algarvios e esperar que o Rio Ave empate.

© JOSÉ COELHO/LUSA



Gil Vicente deu luta, mas sucumbiu após um livre direto de Bruno Fernandes

| TAÇA DA LIGA<br>1ª FASE DE GRUPOS<br>CLASSIFICAÇÃO DO GRUPO B |   |   |   |   |    |    |    |  |  |  |
|---|---|---|---|---|----|----|----|--|--|--|
| CLUBE   | P | V | E | D | GM | GS | DG |  |  |  |
| 1 Vit. Guimarães  | 4 | 1 | 1 | 0 | 2  | 0  | 2  |  |  |  |
| 2 Sp. Covilhã   | 2 | 0 | 2 | 0 | 2  | 2  | 0  |  |  |  |
| 3 Benfica   | 2 | 0 | 2 | 0 | 1  | 1  | 0  |  |  |  |
| 4 Vit. Setúbal  | 1 | 0 | 1 | 1 | 1  | 3  | -2 |  |  |  |

| CLASSIFICAÇÃO DO GRUPO C |   |   |   |   |    |    |    |  |  |  |
|--------------------------|---|---|---|---|----|----|----|--|--|--|
| CLUBE                    | P | V | E | D | GM | GS | DG |  |  |  |
| 1 Portimonense           | 4 | 1 | 1 | 0 | 3  | 2  | 1  |  |  |  |
| 2 Rio Ave                | 4 | 1 | 1 | 0 | 3  | 2  | 1  |  |  |  |
| 3 Sporting               | 3 | 1 | 0 | 1 | 3  | 2  | 1  |  |  |  |
| 4 Gil Vicente            | 0 | 0 | 0 | 2 | 1  | 4  | -3 |  |  |  |

## Vitória 'trama' Benfica

O Vitória de Guimarães venceu ontem o Vitória em Setúbal por 2-0, com golos de Léo Bonatini antes do intervalo. Este triunfo deixa os vimaranenses no 1º lugar do Grupo B, com 4 pontos, à frente de Sp. Covilhã e Benfica (ambos com 2). Os sadinos têm 1 ponto e não têm hipótese de se qualificar para as meias-finais.

Também o Benfica está numa posição difícil para seguir em frente. As águias precisam de vencer na última ronda em Setúbal e esperar que o V. Guimarães, única equipa que só depende de si, não vença.

## JUSTIÇA

## Raul José pensou que "não iriam sobreviver" ao ataque

● O ex-treinador adjunto do Sporting Raul José disse ontem em tribunal que viveu "4 a 5 minutos de terror" no ataque à Academia de Alcochete, durante os quais pensou que "não iriam sobreviver", relatando agressões a vários futebolistas. Ouvido ontem na 9ª sessão do julgamento da invasão à academia leonina – no dia 15 de maio de 2018 –, o ex-adjunto de Jorge Jesus disse ainda que foi "sugestão" de Bruno de Carvalho a alteração do treino da manhã para a tarde do dia dos incidentes, após o ex-presidente do clube despedir "informalmente" a equipa técnica.



Ex-adjunto de Jesus esteve ontem no Tribunal de Monsanto, em Lisboa

## EM DEZ SEGUNDOS

### UEFA

## Aprovado VAR na qualificação para o Mundial

O Comité Executivo da UEFA aprovou ontem a utilização do vídeoárbitro (VAR) na fase de qualificação europeia para o Mundial'2022 de futebol, que vai decorrer no Qatar, faltando apenas receber a confirmação da FIFA. O VAR vai ser utilizado já em março de 2020, no playoff de acesso à fase final do Euro'2020.

### MOÇAMBIQUE

## Horácio Gonçalves vence liga local

O treinador português Horácio Gonçalves sagrou-se ontem campeão da liga moçambicana de futebol, pelo Costa do Sol, tornando-se o quinto técnico luso a conseguir o feito, o primeiro desde 2015. O último campeão português de Moçambique foi Vítor Pontes, com o Ferroviário Maputo.

EUROPEAN ATHLETICS  
SPAR  
CROSS COUNTRY CHAMPIONSHIPS  
Lisboa 2019

Parque da Bela Vista **lisboa2019.pt** 8 dezembro 2019

**CAMPEONATOS DA EUROPA DE CORTA MATO**

OFFICIAL PARTNERS: SPAR, LE GRUYÈRE, EUROVISION

#FeelTheEmotionFeelTheVictory

HOST INSTITUTIONS: LISBOA, LISBOA 2019, LISBOA 2019

NATIONAL SPONSORS: PUMA, AON, BIGA

OFFICIAL SUPPLIERS: CISION, WiseSafety, LONDON, PUMA, AON, BIGA

SOCIAL PARTNERS: PUMA, AON, BIGA

MEDIA PARTNERS: RTP, Record



**76%\*** dos  
portugueses  
consideram caro  
ir ao dentista.

**Mas não tem  
de ser assim.**



**NOVO SEGURO**  
**médisdental**  
a partir de **10,5€** mês\*\*



Médís Dental é o novo Sistema de Saúde Oral dos portugueses. Por apenas 10,5 euros/mês, pode recorrer aos serviços de medicina dentária de uma rede com mais de 200 clínicas associadas e beneficiar de uma cobertura dos seus gastos em cerca de 2/3 dos casos. Sem exclusões, períodos de carência ou limite de idade. Porque há uma nova forma de pensar a saúde. E uma nova Médís que pensa em todos.

PUB: Não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida. **Médís - 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 nº 503 496 944, matriculada sob esse número na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa com o capital social de €12.000.000,00.

\*Estudo Netsonda realizado para a Médís, de 9 a 28 de agosto de 2018. Foram inquiridos 1100 indivíduos representativos da população portuguesa dos 16 aos 70 anos. \*\*Custo mensal para uma pessoa segura com um pagamento de prémio anual.



## TELEVISÃO

# Make the World Greta Again no Odisseia

Documentário estreia a 12 de dezembro e segue a jovem ativista Greta Thunberg e o seu movimento 'verde'

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

**N**uma altura em que está por Lisboa para uma breve estadia – antes de seguir para Madrid para participar na COP25, a Cimeira sobre as Alterações Climáticas da ONU –, no próximo dia 12 de dezembro (quinta-feira), às 22h30, o canal Odisseia estreia *Make the World Greta Again*, novo documentário centrado na figura de Greta Thunberg, a jovem ativista sueca conhecida mundialmente pela sua luta contra as alterações climáticas.

Produzido pela Vice, *Make the World Greta Again* acompanha Greta e o movimento que surgiu graças à sua luta, o *Friday's for Future*, iniciativa juvenil global que procura pressionar os governos mundiais para que tomem medidas para salvar o planeta.



Adolescente de 16 anos envolveu-se na causa ambiental em agosto de 2018

vimento que surgiu graças à sua luta, o *Friday's for Future*, iniciativa juvenil global que procura pressionar os governos mundiais para que tomem medidas para salvar o planeta.

## App complementa 'doc'

Segundo informação oficial do Odisseia, a que o Destak teve acesso, “ao longo do documentário, os espectadores podem acompanhar os trabalhos de coordenação destas ativistas nos seus respetivos países e o tratamento que recebiam por parte de políticos condescendentes que pareciam mais preocupados com o seu absentismo escolar do que com a crise climática”.

Como complemento desta estreia, a app Odisseia VR estreia a nova secção *Especial Conferência do Clima 2019* com clips em 360º que mostram os efeitos das alterações climáticas.



## NEGÓCIOS & TRAPOS

### ZIGGY MARLEY

O famoso filho de Bob Marley, juntamente com a sua esposa Orly, as filhas Justice, Zuri e Judah e os filhos Daniel, Gideon, Abraham e Isaiah são a cara da campanha de Natal 2019 da UGG.



© DR

### SELENA GOMEZ

A atriz e cantora americana e a Puma divulgaram a nova criação da sua já famosa parceria criativa: os novos Puma Cali Brush inspiram-se na 'vibe' descontraída da costa oeste dos EUA.



© DR

## CELEBRIDADES

### Ângelo Rodrigues mostra como está a sua perna

● Ainda em processo de recuperação, depois de dois meses internado no Hospital Garcia de Orta, em Almada, com complicações decorrentes de uma injeção de testosterona, Ângelo Rodrigues revelou esta terça-feira como está a correr a sua recuperação e mostrou no Instagram, pela primeira vez, como está a sua perna esquerda: “Perna de Flamingo em construção”, escreveu o ator na legenda da foto.

## POLÉMICA

### Jessica Athayde indignada com a Capital do Natal

● Jessica Athayde demonstrou revolta perante a exibição de duas renas no evento Capital do Natal, em Algés. Muitos visitantes estão a mostrar-se indignados e a atriz juntou-se ao coro da revolta, não ficando indiferente a situações como renas bebés presas no espaço: “Esta crueldade promovida pela Câmara de Oeiras para mim é chocante, inaceitável e assustadora. Não consigo perceber.”

### FRIENDS

Os fãs incondicionais da icónica série que marcou os anos 1990 não vão resistir a ao novo 'set' da Lego que presta homenagem a Chandler, Joey, Monica, Phoebe, Rachel e Ross.



© DR



## NOVELA

### CRISTAL

Vitória percebe que Alex não dormiu em casa e fica desiludida. Lina e Antónia disputam a atenção de Rodrigo. Inocência conta às amigas que terá de ser operada com urgência. Tocado com a situação da amante, Alex volta atrás na sua decisão e diz a Vitória que, pelo menos por enquanto, não poderá terminar o seu relacionamento com Inocência. **CMTV, 15H15**



ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

ÁREAS DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO CERTIFICADAS

- 344 - Contabilidade e fiscalidade
- 640 - Ciências veterinárias
- 724 - Ciências dentárias
- 727 - Ciências farmacêuticas
- 729 - Saúde - programas não classificados noutra área de formação
- 761 - Serviços de apoio a crianças e jovens

**INÍCIO DEZ./JAN.**

## Técnico Auxiliar de Farmácia

2.ª a 6.ª feira - 9/13 h • Inscrição 150,00€ + 11 mensalidades 250,00€

**MAIS HORÁRIOS DISPONÍVEIS**

**Auxiliar de Clínica Dentária**

**INÍCIO 18 DEZ.**

4.ª feira - 18h30-22h30

Inscrição 75€ + 9 mensalidades 75€

**Auxiliar de Veterinária**

**INÍCIO 13 DEZ.**

2.ª, 4.ª e 6.ª feira - 14h-18h

Inscrição 100€ + 5 mensalidades 100€

**Higienização, Tosquia e Grooming**

**INÍCIO 13 JAN.**

2.ª feira - 17h30-21h30

Inscrição 50€ + 7 mensalidades 100€

✓ **estágios garantidos**

✓ **acesso a bolsa de emprego**

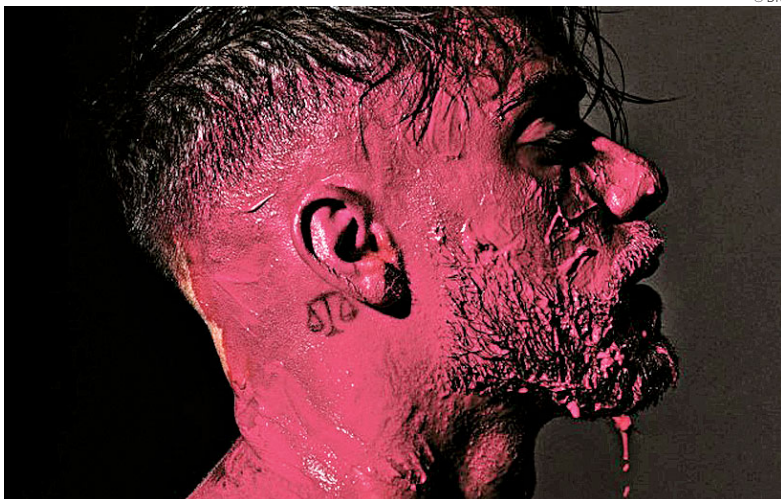
**Luísa Gonçalves** luisa.goncalves@empower.pt M. 938 773 562

**Tiago Gonçalves** tiago.goncalves@empower.pt M. 935 108 235

Sede: Av. 5 de Outubro, 146, 6.ª Lisboa - T. 217 960 213 / 4 **empower-up.pt**



## MÚSICA



© DR

Cantautor vai apresentar o seu novo disco na Altice Arena no dia 28 de março

# Diogo Piçarra: “Saí da zona de conforto”

Conversa sobre o novo *South Side Boy*, terceiro disco de originais na carreira do jovem músico algarvio

REDAÇÃO  
redacao@destak.pt

Foi no Sul que nasceu e cresceu e foi ao Sul que foi buscar muitas das memórias para fazer o novo disco. Diogo Piçarra está de regresso com *South Side Boy*, e nele mostra-se como provavelmente ainda não o tinha feitos antes: entre o adolescente pessimista e derrotista e o adulto mais calmo e positivo que até se prepara para ser pai. “Quis mostrar um Diogo ainda mais sensível e nostálgico do que o habitual. Para isso fui buscar muitos dos sentimentos da minha juventude e adolescência, de quando era inseguro e vivia num turbilhão de sentimentos. Mas depois está também, neste disco, o Diogo otimista e positivo”, começa por explicar o músico, que desta vez compôs quase em regime itinerante.

“Pela primeira vez, peguei na mochila e andei pelo país. Primeiro fui para um estúdio em Braga. Passado uma semana arrumei tudo e fui para Faro. Um tempo depois voltei a pegar na mochila e vim para Lisboa, onde terminei muitas orquestrações e muitos aspetos da produção. Pela primeira vez saí da minha zona de conforto.”

Composto por dez novos temas, *South Side Boy* é o terceiro disco de um dos mais talentosos cantautores portugueses da nova geração, mas que também tem de saber lidar com a falta de inspiração. “Isso é o pão nosso de cada dia. É a pior parte da criação e da composição. Por isso é que há canções que levam um ano a terminar”. O novo single retirado do álbum chama-se *Anjos* e conta com a participação de Carolina Deslandes. Disco será apresentado a 28 de março na Altice Arena, em Lisboa.

## AO VIVO

## Bad Bunny é a primeira confirmação para a 24ª edição do festival Sudoeste

● Bad Bunny é a primeira confirmação para a 24ª edição do festival Sudoeste, que decorre em agosto de 2020 na Zambujeira do Mar, foi ontem anunciado. O artista porto-riquenho, “um dos nomes mais fortes da música latina da

atualidade”, atua no MEO Sudoeste – que regressa à Herdade da Casa Branca de 4 a 8 de agosto de 2020 – no dia 5 de agosto, no palco principal, segundo o comunicado ontem divulgado pela promotora Música no Coração.

RFM  
SÓ GRANDES MÚSICAS.

### VOZES DA RÁDIO

Marcos André (marcos.andre@rfm.pt)  
Oceano Pacífico, domingo a quinta, 22h-2h



### O Natal é quando um homem quiser

Mas não façam confusão, os dias que todos esperamos são o 24 e o 25 de dezembro, a noite de Consoada e o Dia de Natal. É nestas alturas que abrimos os presentes, ouvimos as músicas da quadra e estamos em comunhão com o espírito natalício. O Natal é uma época fantástica. Há muita paz, amor e comida. Muita comida. O que se gasta em dinheiro recebemos em dobro nas calorias. Mas, acima de tudo, há família. E esse é o verdadeiro espírito natalício. Estar com aqueles que mais gostamos, mesmo que às vezes embirremos uns com os outros. Agora é altura de beber um copo e atirar tudo para trás das costas – as desavenças, não o copo – e dar graças a Deus por estarmos todos juntos. Em frente à lareira

### Queres assistir ao concerto do Saint Dominic's Gospel Choir na RFM?

Dia 10 de dezembro a RFM oferece-te o melhor concerto de Natal. O Saint Dominic's Gospel Choir, que este ano comemora 17 anos de vida, dá um concerto no auditório da RFM, terça-feira, dia 10 de dezembro, por volta das 17h. Se queres viver o verdadeiro espírito de Natal, reserva lugar no auditório da RFM para ti e para os teus amigos em [rfm.sapo.pt](http://rfm.sapo.pt) e aparece. Vê os vídeos em [rfm.sapo.pt](http://rfm.sapo.pt).



ou ao aquecedor, será uma noite maravilhosa de partilha e alegria. Façam os últimos preparativos, o Pai Natal está quase a chegar e já se ouvem as renas lá ao fundo. Ho Ho Ho! Boas Festas e um Feliz Natal a todos.

## DESCONCERTO

UM CONCERTO IMPROVISADO

ANTÓNIO  
ZAMBUJOCÉSAR  
MOURÃOLUÍSA  
SOBRALMIGUEL  
ARAÚJO

COOPERAÇÃO

SET

LINHA.PT

aquele

de

coloreado

L'ESPRESSO

MÉDIA PARTNER

RÁDIO

COMERCIAL

CORREIO

M/6



## CINEMA

# “É a canção de Natal perfeita”

Depois da fama mundial rodeada de dragões com *A Guerra dos Tronos*, atriz Emilia Clarke é a protagonista de *Last Christmas*, uma nova comédia romântica absolutamente ‘embriagada’ de espírito natalício



FOTOS: © DR

JOHN-MIGUEL SACRAMENTO,  
em Hollywood

**C**ompletou há umas semanas os seus primeiros 33 anos de vida. Que venham outros. Emilia Clarke, a atriz nascida em Londres e que fez naturalmente o percurso árduo e impossivelmente competitivo das escolas de arte dramática que existem na cidade, chegou finalmente ao trono. O trono da televisão já ela tinha conquistado, com *A Guerra dos Tronos*, aquela série povoada de mulheres fortes e dragões voadores. O trono do amor divertido consegue-o ela nesta época natalícia com o novo *Last Christmas*. Emilia, a raposinha elegante, aparece rodeada de: luzinhas intermitentes, um romance inesperado, uma ou duas voltas no ringue de gelo e, podia lá faltar, dois dedos de banda sonora amorosa, saudosa, pautada por temas de George Michael e os seus Wham!. Mimosa e inteligente, Emilia avança pelo palco maior do cinema e faz-se anunciar com um sorriso.

**Acho que é hoje que vamos ter aquilo a que se chama uma conversa feliz. Vamos falar do**

**Natal! Viva. Onde costuma passar a noite de Consoada e, depois, a manhã das prendas abertas na galhofa? Ou o Natal é algo que não festeja de todo?** Festejo, sim. É algo que faço todos os anos, sem exceção.

**Qual é o lugar ideal para passar o Natal, no seu caso?** Em casa. Acho que nunca passei um Natal – nem um, sequer! – longe de casa. Para mim, é uma quadra que associo à família. Os meus pais trabalhavam no estrangeiro, o meu irmão e eu fomos educados em colégios internos e, por isso, o Natal é algo que sempre associei à ideia de reunião familiar. É o momento em que, finalmente, nos juntamos todos. Até hoje. A rotina que temos é essa. O Natal constitui, inevitavelmente, a semana no calendário marcada pela maior das felicidades.

**“O Natal é algo que sempre associei à ideia de reunião familiar. É o momento em que nos juntamos”**

**O filme também tem aquela canção imortal do George Michael... Pois é, a canção do ‘deus’ George Michael...**

**Que relação tem com a música? Gosta de cantar e, sem olhar a meios, atira-se ansiosamente a toda e qualquer máquina de karaoke?** O meu pai é engenheiro de som e, por isso, cresci rodeada de música. Desde miúda que canto jazz, scat, tudo. Lembro-me de adorar e passar os dias a cantar Dionne Warwick, tinha eu 3 anos. Amava aquela voz dela e as músicas que cantava. Mais tarde, na escola e liceu, estava sempre metida em concertos, ou a cantar em grande orquestras, em bandas de jazz, fosse o que fosse. Che-





© SIMON DAWSON/REUTERS



gou mesmo a ser uma vocação. Lembro-me de que, a partir de certo ponto, pensei: devo seguir carreira na música ou na interpretação dramática? Acabei por seguir a via da representação, mas a música, essa, continua muito presente. Se me derem uma oportunidade de cantar, atiro-me de cabeça. Adoro!

#### Qual é o seu tema preferido numa sessão de karaoke?

A canção *Son of a Preacherman*. Mas também adoro rap. E amo cantar o *Shoop*, das Sant-N-Peppa, até porque nunca hesito em exibir desavergonhadamente o facto de saber de cor a letra toda.

#### Ainda é abordada na rua, com a tal frequência irritante, por fãs raivosos e imparáveis de *A Guerra dos Tronos*? Sim.

Mas, perante essa grande mostra de apreço por parte do público, a minha reação não é sempre a mesma. Faço a minha vida normalmente, saio à rua. A minha relação com

os fãs tem dias bons e dias assim-assim. Depende de como está a minha cabeça naquele dia.

#### Voltando ao *Last Christmas* e esta sua grande reviravolta na carreira: não deve ser fácil ir do gótico apocalíptico ao cânone delicado e tão esperançoso do género a que chamamos comédia romântica. Que significado tem tido para si o tema clássico de Natal do George Michael?

O *Last Christmas* foi, desde sempre, a canção que mais associei ao Natal. Para mim, era a canção de Natal por excelência, ponto final. É a canção de Natal perfeita. É a canção que alguém põe a tocar quando a festa já chegou quase mesmo ao fim, quando se vai fazendo tarde. O tema revisita os últimos tempos com saudade e faz votos para que o futuro seja de renova-

**“A minha relação com os fãs tem dias bons e dias assim-assim. Depende de como está a minha cabeça”**

ção, melhor. É uma canção otimista quando nos pomos a imaginar o ano que aí vem. O filme foi basear-se nesses mesmos princípios.

#### Como é a manhã de Natal na sua casa, que partilha com o seu irmão e pais? Saltamos para cima da cama dos meus pais.

Sei que já não namora o filho do senhor Malcolm McDowell mas, voltando a essa típica manhã de Natal na casa de família, o que faz quando tem companhia? Presumo que tenha namorados de vez em quando... Eu sei! O meu irmão já fez finca-pé. Disse-me logo que eles não eram admitidos na zona privada da cama dos meus pais. Namorado não entra! Eu, pelo meu lado, só lhe disse: mas, os pobres, que ficam eles a fazer? Abandonamos os namorados, assim, no andar de baixo?

Enquanto nós, lá em cima, estamos a na maior diversão?

Qual será a solução para o dilema? Vai ser preciso comprar uma cama maior.

## OUTRAS ESTREIAS

### ANIMAÇÃO BIKES

Spokesville é a terra das bicicletas. Speedy, uma bicicleta de montanha, assume a liderança do grupo quando um motor a gasolina aparece e desata a causar distúrbios. Speedy e os seus amigos vão enfrentar este personagem para manter a cidade em paz e sem poluição.



© DR

### AÇÃO/AVENTURA BIOGRAFIA OS AERONAUTAS

Depois de *A Teoria de Tudo*, Eddie Redmayne e Felicity Jones voltam a contracenar. Em 1862, Amelia Wren, uma jovem rica e viúva que pilota balões, une-se ao cientista James para promover o conhecimento humano sobre o clima e voar mais alto do que qualquer um na história.



© DR

### DRAMA TOMMASO

Willem Dafoe encarna um artista americano a viver em Roma cujas manifestas semelhanças com Abel Ferrara se traduzem num drama sobre dúvida e desconexão. Oscilando entre estados de alegria e cólera, o quotidiano de *Tommaso* envolve-se num turbilhão emocional.



© DR





# Dê mais brilho ao seu precioso tempo.



**2ª entrega**  
**Flamingo**  
6 dezembro



**La Nuit**  
Em Banca



**Urbain**  
13 dezembro



**Des Fleurs**  
20 dezembro



**Diamant**  
27 dezembro



**La Nature**  
3 janeiro



**Ann Blue**  
10 janeiro



**Dame Rose**  
17 janeiro

**APENAS**  
**9,95€** CADA  
**+ JORNAL**



## Nas bancas, às 6.ªs feiras

Dê ao seu dia a dia um brilho especial com a coleção feminina de 8 relógios ADAROS, decorados com Swarovski Elements®. Para impressionar em todos os momentos e em qualquer lugar.

Swarovski



**ADAROS**  
ADAROSWOMAN



## 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

## O SNS e a concorrência desleal

Todos vamos sabendo e sentindo na pele que o SNS – Serviço Nacional de Saúde já teve melhores dias.

Podemos até afirmar, com toda a propriedade, que ele foi, após a instauração da liberdade de expressão, a maior conquista de Abril.

Contudo, poderosos interesses económicos e o 'bota-abaixo' estão a cavar-lhe a sepultura.

Com um capitalismo cada vez mais desumano, os senhores do capital tudo fazem para trucidar todos aqueles que se atravessarem no seu caminho. A sua via deve estar sempre livre de escolhos.

Assim, como noticiou um jornal de grande expansão nacional, o número de contratos de saúde, em 2018, atin-

giu 2,6 milhões, pelo que o volume de negócios subiu 7,4%.

Entretanto, e segundo o INE, no mesmo período (2018), Portugal passou a ter mais hospitais privados (114) do que públicos (111), mas, paradoxalmente, há mais camas no público (24 mil) do que no privado (11 mil).

E mais soubemos da mesma fonte que apenas 12,9% dos médicos e 10,3% dos enfermeiros têm vínculo com os hospitais privados.

Portanto, podemos então depreender que o SNS, grosso modo, tem de manter vínculo contratual com o diferencial restante, isto é, 87,1% para médicos e 89,7% para enfermeiros.

Resumindo, daqui se infere que a asfixia está cada vez mais iminente para o SNS, como a espada de Dâmocles prestes a decepar a própria vítima.

**JOSÉ AMARAL**  
Vila Nova de Gaia

## TEMPO

## LISBOA

HOJE

8º MINIMA

15º MÁXIMA



AMANHÃ

9º MINIMA

17º MÁXIMA



## PORTO

HOJE

5º MINIMA

16º MÁXIMA



AMANHÃ

7º MINIMA

17º 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; Fax: 210 493 134; Colunistas: João Paulo Saraiva, Eduardo Vítor Rodrigues, João Malheiro, José Luís Seixas, Luísa Castel-Branco; Paginação e Grafismo: José Tiny (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) Telefone: 210 494 211/E-mail: comercial@destak.pt, Filomena Mestre; 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 de 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 Pedrosa, 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)

COMPRO  
RECHEIOS DE CASA

- Loiças • Coleções 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 • Círculo 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 • Avioes • Coleções 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[www.destak.pt](http://www.destak.pt)

Para anunciar ligue...

210 494 204 LISBOA  
225 322 309 PORTO

ATENÇÃO CASOS DE AMOR EM POUCOS DIAS

## 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 DESEJA: 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**





# Meritene®

## FORÇA E VITALIDADE

- A ajuda que os avós necessitam
- para acompanhar o ritmo dos mais novos lá de casa!!



**FORÇA E VITALIDADE**



**SAÚDE ÓSSEA**

**7€**  
**DESCONTO IMEDIATO\***

**FORÇA** - Rico em proteínas que contribuem para o crescimento e manutenção da massa muscular.  
**VITALIDADE** - Rico em vitaminas B2, B6 e B12 que contribuem para a redução do cansaço e da fadiga.  
**SAÚDE ÓSSEA** - O cálcio é necessário e a vitamina D contribui para a manutenção de ossos normais.  
**É importante seguir uma dieta variada e equilibrada acompanhada da prática de exercício físico.**



**Farmácias  
Portuguesas**

**saúda**  
o cartão que faz bem

Desconto válido para detentores de Cartão Saúde, nas Farmácias Portuguesas. Não acumulável com outras promoções e limitado a 5 utilizações por cartão. Período da campanha: 01-12-2019 a 31-12-2019. Limitado ao stock existente e à disponibilidade do sistema.

