QUINZENÁRIO

o tejo

Director: FERNANDA BASTOS DE

ANO IV • N.º 79 — 9 DE AGOSTO DE 1984 — Preço 20$00

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE ABRANTES

À
CÂMARA MUNICIPAL DE
ABRANTES
2200 ABRANTES

NUDISMO

Por: F. B. S.

Quero ser sincera. Não faço nudismo. Nunca o fiz, e, creio já ser tarde para mudar de ideias.

Porém, quem sou eu para criticar as acções e forma de vida dos outros? Tenho a minha maneira de estar, e como a crítica, por mais benéfica, que ela seja, é sempre dolorosa, não estarei aqui com o "dedo em riste" a acusar outros géneros de pensamento.

Há muita gente apologista de fazer nudismo em conjunto. São "colónias" que se entendem e têm algo em comum. Apesar de não entender como se se pode despir perante outros, sem um mínimo de pudor, porque realmente não vivemos na idade da pedra, sou obrigada a respeitar as atitudes de uma certa sociedade.

Com esse respeito concordo que pode haver praias exclusivas para esse fim. Mediante, como é óbvio, sinalizações adequadas, vigilância constante, sócios restritos, competência absoluta dos utentes, gradeamentos apropriados para evitar os "mirones" muitas e muitas mais exclusividades, que aqui não refiro por incompetência, visto ser leiga na matéria.

Só que teremos de lembrar, e nisso, sou "doutorada", nas crianças!

E como me "formei" em matéria de praias, ao assistir os cabos de mar retirarem aos adolescentes bolas, "discos", jogos inofensivos, toda uma gama que faz dos nossos jovens a própria natureza, pergunto: É mais importante arranjar praias desportivas ou de nudistas?

Já andamos de tanga, nisso não temos dúvidas! Agora despirmo-nos completamente, é algo a considerar.

VILA CHÃ DE OURIQUE
comemorou o 845.º aniversário da Batalha de Ourique!

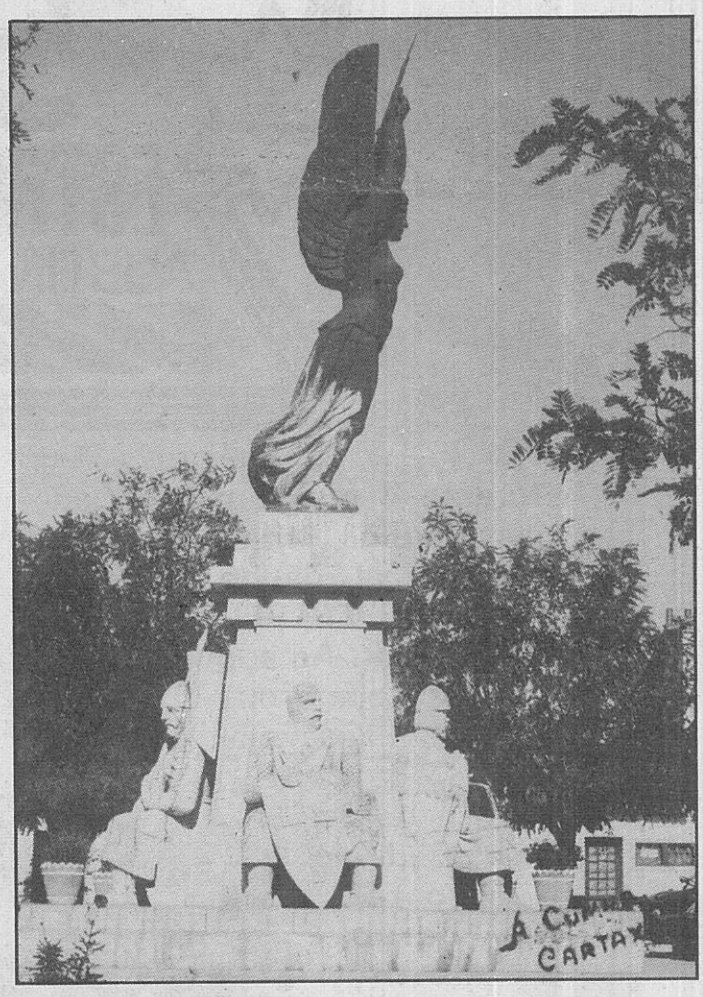
No passado domingo, dia 29, esta risonha freguesia do nosso concelho, esteve em festa, mantendo assim o objectivo que é dominante no seu povo de mais uma vez assinalar o aniversário da Batalha de Ourique, que lhe deu o nome.

Do programa fizeram parte as seguintes manifestações: às 10.15 horas, alvorada, com salva de morteiros. as 10,45 horas chegada dos convidados à Praça José Jacinto Nogueira; às 11 horas, teve lugar o içar das Bandeiras Nacional e Concelhia e deposição de uma coroa de flores no monumento comemorativo da respectiva efeméride.

Às 11,15 horas, alocução comemorativa do aniversário em foco. Pelas 11,45 largada de pombos correios e, finalmente, pelas 12 horas, desfile dos agentes culturais e desportivos da freguesia.

Beirante, que, pelas 21,30 horas teve lugar na sala do Centro Recreativo Ouriquense.

Palavras que representaram mais uma lição, das muitas que nesse sentido se têm realizado, procurando desta forma abrir caminho certo para a resolução dum problema que continua a manter-se de a grande Batalha que deu origem à criação da Monarquia Portuguesa, continuar no nosso país a ser localizada em duas localidades diferentes, uma que a lenda histórica de mui-



Monumento comemorativo da Batalha de Ourique

Desta forma, esta manifestação pretendeu vincar bem forte em toda a população e não só, as fortes razões que iluminam os respectivos organizadores, a Junta de Freguesia, no sentido de manter iluminada a chama viva dos direitos a que se julgam possuidores, aliás novamente patenteados na polémica de Ourique na Cultura Portuguesa, pelas palavras proferidas pelo orador Prof. Doutor Cândido tos séculos firmou e consolidou e que... continua a não ser esclarecida a nível nacional.

É assim, neste país à beira mar plantado, vivendo-se ao sabor de tantas ondas e afirmações, que se desgastam e conservavam através dos nossos tempos, ditos dum Portugal Novo!

Os nossos parabéns aos organizadores, ao sentido lógico do seu justo querer.

foco 1

I SEMINÁRIO SOBRE O VALE DO TEJO
PROBLEMAS E PERSPECTIVAS
— 24 DE JUNHO DE 1984 —
— CONCLUSÕES —

3.1 — No domínio da Indústria transformadora foi apontado

3.1. — A possibilidade de criação de novas indústrias ligadas ao aproveitamento de recursos locais existentes ou a desenvolver de que é exemplo a beterraba sacarina.

3.2. — A necessidade de reconversão da indústria de curtumes integrando-a com o desenvolvimento da indústria do calçado e promovendo o seu apetrechamento tecnológico e organização comercial.

3.3. — Possibilidade de desenvolver indústrias ligadas à transformação da madeira de pinho em unidades situadas próximas das zonas produtoras.

3.4. — A possibilidade de desenvolver a metalomecânica em actividades de apoio à agricultura.

3.5. — A necessidade de encarar a problemática na indústria de concentrado de tomate tendo em atenção as suas implicações a nível do emprego que assegura, quer directamente quer a agricultura e a necessidade de procurar novos mercados.

4. — No domínio das infraestruturas sociais e de transportes é apontada:

— a necessidade de melhorar a rede de equipamentos sociais de ensino e educação, nomeadamente garantindo o seu funcionamento, equipamento e dotação de pessoal;

— a necessidade do desenvolvimento da rede de infraestruturas de transportes — em que se integra a rede de viação rural — para promover o acesso das populações aos equipamentos e melhorar as condições de escoamento das produções promovendo o desenvolvimento económico.

(continua na pág. 4)

ESTEVE NO CARTAXO
a Secretária de Estado de Administração Autárquica

No passado dia 26, esteve na nossa terra a Dr.ª Helena Torres Marques, acompanhada pelo chefe do seu gabinete, onde chegou pelas 16,30 horas, e foi recebida pelo sr. Dr. Renato Vieira Campos, Presidente da Câmara Municipal, acompanhado por todos os vereadores, inclusivé o Presidente da nossa Assembleia Municipal.

Recebida no edifício dos Paços do Concelho, onde se realizou uma sessão de boas vindas, seguiu-se uma visita ao novo edifício, que percorreu interessadamente, pois o mesmo lhe mereceu naturais referências às suas condições de funcionamento.

Seguidamente, dirigiu-se ao novo edifício da Junta de Freguesia, onde igualmente foi recebida com natural alegria, instalações que verificou com agrado, como um edifício novo, já a actuar plenamente, e onde também os componentes da mesma cumprimentaram e elucidaram sobre a prestalidade do mesmo. ao serviço da respectiva freguesia.

Além destes locais, a Dr.ª Helena Torres Marques, igualmente se dirigiu às obras do novo Quartel para os nossos Bombeiros Municipais, cujo apontamento verificou e a dimensão das respectivas instalações, cuja próxima inauguração tanto é esperada.

Finalmente, todos se dirigiram à Quinta das Pratas, onde os trabalhos para instalação do Museu Rural do Cartaxo, também já vão muito adiantadas, para satisfação duma velha aspiração nossa, de grande interesse cultural.

Portanto, e desta importante visitante, os visitantes e não só, ficaram como imagens bem reais do que se está procedendo na nossa vila, obras de grande alcance social e de projecção futural, que continuam a marcar, como sempre sucedeu, através de tantos anos, a ânsia de actualização da nossa população, por meios que valorizam as suas condições de vida, impulsionadas por todos aqueles que elegerem para os dirigirem.

...embora lacunas, faltas, sempre continuem a estar presentes, a pedirem sempre mais a mesma intensificação de esforços.

Que a este visitante, componente governamental foram dadas a conhecer, muito oportunamente.

No Litoral e no interior do País

MAIS DE MIL HOMENS velam pela segurança dos banhistas

No decorrer da presente época balnear o Instituto de Socorros a Náufragos pôs à disposição das autoridades marítimas, das corporações de Bombeiros e dos concessionários das praias importantes meios de vigilância e socorro a banhistas.

Assim, estão distribuídos pelo litoral e interior do Continente, e pelas regiões autónomas dos Açores e da Madeira, cerca de duzentos aparelhos de comunicação rádio; setenta e três botes pneumáticos; trinta e seis embarcações de fibra de vidro; cento e dez motores fora de borda; mais de cem caixas-ambulância de primeiros socorros; vinte e uma viaturas; cerca de quarenta aparelhos lança-cabos; e dezanove tendas.

Estes meios, e outros, dos próprios concessionários e das cem corporações de bombeiros que colaboram com o I.S.N., poderão vir a ser utilizados, em caso de acidente, nos locais com serviço de assistência nas praias, complementados por meios de salvamento que o I.S.N. também distribui a alguns núcleos da Cruz Vermelha, do Corpo Nacional de Escutas e Autarquias Locais.

No total, mais de mil homens vão velar, este ano, pela segurança dos banhistas, sobretudo aos fins de semana, quando a afluência às praias é maior. Pessoal das Autoridades Marítimas e das Estações Salva-Vidas estarão também empenhados nestas acções.

Só nas praias do litoral há, diariamente, mais de setecentos nadadores-salvadores, contratados pelos concessionários, os quais são reforçados, aos fins de semana, por cerca de trezentos nadadores-salvadores dos bombeiros.

Não obstante os meios materiais e humanos empenhados no Serviço de Assistência nas Praias, o Instituto de Socorros a Náufragos recorda que, durante o ano passado foram anotados nas praias de todo o País, quatrocentos e sessenta e nove acidentes, dos quais sessenta e cinco foram mortais.

PRAIAS DO LITORAL E PRAIAS DO INTERIOR

É às praias do litoral que se desloca maior número de banhistas, mas o Instituto de Socorros a Náufragos está apostado em, cada vez mais, de acordo com as suas possibilidades, dar atenção aos muitos banhistas do interior do País que, nos tempos de verão, frequentam as praias dos rios e das albufeiras.

Neste sentido estão a realizar-se cursos de nadadores-salvadores em Barcelos e na Golegã, prevendo-se iniciativas semelhantes em Santo Tirso, Évora e Beja.

De destacar, também, que é cada vez maior o número de corporações de bombeiros do interior que passaram a colaborar com o Instituto de Socorros a Náufragos.

RECOMENDAÇÕES AOS BANHISTAS

Apresentamos, a seguir, algumas recomendações que devem ser levadas em conta pelos banhistas, com o propósito de evitar os acidentes mais frequentes.

SE NÃO SABE NADAR

No caso de não saber nadar evite tomar banho só e entre na água apenas até à cintura. Estas precauções podem evitar acidentes resultantes do arrastamento por ondas, do envolvimento em remoínhos, ou queda em fundões, tão habituais nos rios e em albufeiras, onde facilmente se perde o pé. Com as crianças que não sabem nadar é preciso ter cuidados especiais. Os adultos devem vigiar, permanentemente, as brincadeiras das crianças junto à água.

SE NADA POUCO

Quem nada pouco ou está habitualmente sujeito a cãibras não se deve afastar da praia quando toma banho. O mesmo se aconselha a indivíduos cardíacos ou epilépticos. Os banhistas devem nadar, de preferência, ao longo das praias e o mais próximo possível de terra. Em caso de acidente o banhista que está próximo da praia pode salvar-se pelos seus próprios meios ou ser socorrido com rapidez e eficiência.

SE ESTIVER CANSADO

Não hesite em pedir socorro caso se sinta cansado dentro de água, tenha frio, ou reconheça que não controla suficientemente os seus movimentos. Pedir socorro a tempo é a melhor forma de evitar um acidente dentro de água. Para pedir socorro agite um braço fora de água e acompanhe esses movimentos com gritos. Ao ser socorrido não se agarre, desesperadamente, ao salvador, pois essa atitude em nada facilita o auxílio de que carece.

SE SENTIR FRIO

Caso sinta frio ao tomar banho saia da água o mais depressa possível. Muitas crianças, e também numerosos adultos, apesar de sentirem as mãos ou os pés gelados permanecem, obstinadamente, dentro de água. Tal atitude é extremamente inconveniente e pode ter resultados perigosos. No que

(continua na pág. 6)

Austin MAESTRO
TRIUMPH
METRO MG MAESTRO
GANHE FÉRIAS
5
Austin METRO
ROVER
ESTRELAS
AUSTIN ROVER

Durante 4 meses o seu Concessionário British Leyland de Portugal, dá-lhe a oportunidade «5 ESTRELAS» AUSTIN ROVER. Ao adquirir uma das cinco marcas/gama, você tem direito a conquistar no sorteio mensal (Maio a Agosto), um barco a motor, uma tenda «Biva-Car» ou um televisor portátil a cores, mas ATENÇÃO que, na grande final a realizar entre todos os compradores das «5 ESTRELAS» AUSTIN ROVER (incluindo os clientes do mês de Setembro), você pode ganhar um verdadeiro carro de férias.

INFORME-SE NO
CONCESSIONÁRIO: ASAL
Sede – CARTAXO Filiais – SANTARÉM e RIO MAIOR

ASAIL Automóveis, Comércio e Indústria, S. A. R. L.

AGRIFULL®

Rua Serpa Pinto, 20 • Telef. 72041 (PPC 3 linhas) • Telex 16348 ASAL P • 2070 CARTAXO

I Seminário sobre o Vale do Tejo

(continuação da pág. 1)

— repôr, quanto à R. Nacional, o seu papel de empresa ao serviço das populações, coordenando as suas actividades e garantindo itinerários e tarifas adequadas às realidades locais.

5. — **Para tudo isto**

Urge que o Poder Central assuma plenamente as suas responsabilidades em todas as áreas apontadas.

Mas é também necessário que ao Poder Local sejam garantidos os meios humanos e financeiros a que têm direito e que lhe permitirão desempenhar cabalmente as suas funções nas áreas da sua competência.

Nesta área já o Poder local demonstrou sobejamente o seu conhecimento dos problemas e a sua capacidade para os resolver no interesse das populações.

6. — Finalmente ficou claro que neste seminário foi possível inventariar uma vasta gama de problemas da zona do Vale do Tejo mas que o apontar de soluções exige a continuação e aprofundamento do debate.

Mas uma coisa ficou clara — é que o desenvolvimento desta zona e o desenvolvimento regional em geral passa por uma mudança política económica no sentido de uma verdadeira política de desenvolvimento.

REGULARIZAÇÃO DO CAUDAL

1 — Os problemas mais graves que atingem o Vale do Tejo só poderão ser resolvidos desde que sejam efectuadas as obras necessárias à regularização do caudal.

É urgente que os projectos efectuados ou em curso para construção da barragem do Almourol, dos diques marginais, das obras de rega e do desassoreamento, sejam consideradas como prioritárias e realizadas o mais breve possível, de modo a evitar as cheias, as reduções de caudal, o assoreamento do leito, a degradação biológica do rio e a salinização da lezíria.

2 — A legislação existente para a protecção das condições ambientais em geral e dos recursos hídricos em particular não só é insuficiente para prevenir as situações existentes, como a sua aplicação tem sido em geral descurada.

Exige-se que o poder central e em particular o Ministério da Qualidade de Vida promovam a revisão da legislação existente e a sua aplicação.

3 — É necessário promover a formação de grupos de base popular para desenvolver a luta contra a poluição (à semelhança dos movimentos da população da zona do Almonda e do Alviela), no sentido de forçar o poder local e o poder central a assumir as medidas tendentes à sua solução.

4 — O licenciamento de novas indústrias poluentes deve ser sujeito à localização dos equipamentos existentes ou em vias de construção para tratamento de resíduos e efluentes.

Os organismos do poder central deverão submeter às C.M. todos os processos para licenciamento de novas indústrias antes de qualquer aprovação.

5 — A solução dos problemas de «poluidor-pagador» para cobrir os encargos de gestão das obras de saneamento, de preferência duma perspectiva de cooperação entre as autarquias e as entidades industriais.

6 — É ao nível dos municípios, na área do respectivo concelho, ou das associações de municípios, na área do respectico concelho, ou das associações de municípios no âmbito regional, que deve ser efectuada a gestão das obras de saneamento e a formação do respectivo pessoal técnico.

7 — As C.M. deverão regulamentar as medidas tendentes a promover soluções económicas provisórias, destinadas a moderar as causas de poluição industrial e urbana, enquanto não for possível encarar soluções definitivas.

RECURSOS HÍDRICOS

8 — A cultura do eucalipto com o carácter que tem vindo a assumir no âmbito do projecto do Banco Mundial adquiriu um carácter de calamidade nacional. É urgente tomar medidas para o seu controlo, condicionando esta cultura às situações em que os inconvenientes sejam susceptíveis de recuperação.

Os planos director municipais deverão fixar as áreas permitidas e as áreas defendidas em relação a esta cultura.

As associações ecológicas e as autarquias deverão por seu lado contribuir com os seus próprios meios para sensibilizar as populações para este problema.

9 — A extracção de areias e outros materiais, bem como a construção nos leitos de cheia, o abate da vegetação natural das encostas e outras acções que conduzem ao assoreamento do leito devem ser objecto de fiscalização por parte das entidades oficiais responsáveis e em particular pela D.G.S.H..

10 — O uso de pesticidas na prática agrícola constitue uma causa de efeitos crescentes na contaminação do ambiente e particular dos aquíferos e dos cursos de água.

E urgente promover a regumentação do seu uso e normalizar a publicidade efectuada através dos meios de comunicação.

TURISMO E TEMPOS LIVRES

11 — O aproveitamento das potencialidades da região para o turismo e para a ocupação de tempos livres por parte da população, encontra-se fortemente limitado pelas condições de degradação do meio físico.

As medidas preconizadas para solução dos problemas anteriormente referidos viriam permitir o desenvolvimento desse valor potencial; no entanto é necessário que os planos director municipais acautelem a preservação das zonas de maior vocação para este fim, bem como das zonas classificadas de interesse do ponto de vista do património cultural e natural.

GESTÃO DOS RECURSOS HÍDRICOS

— A Gestão de Recursos Hídricos da Área do Estuário deve ser encarada na perspectiva da garantia da quantidade de água necessária para os vários usos e da defesa da sua qualidade;

— A Gestão dos Recursos Hídricos da Área do Estuário, exigindo medidas Institucionais próprias, não pode ser desligada da necessidade de se perspectivar a sua gestão no contexto global da Bacia Hidrográfica do Tejo, com intervenção das Autarquias nos diversos órgãos de Administração da Bacia:

— Desenvolver acções de sensibilização junto dos utilizadores industriais no sentido de serem reutilizadas as águas com proveniência industrial, evitando a utilização desregrada do aquífero da Península de Setúbal;

— Não devem ser licenciados furos de captação no aquífero da Península de Setúbal, sem a emissão do parecer vinculativo das Câmaras Municipais;

— Desenvolver acções de cooperação intermunicipal com vista a uma adequada gestão dos recursos e dos equipamentos disponíveis para abastecimento de água às populações.

DÉCADA DA ÁGUA E SANEAMENTO

No respeitante à implementação das medidas apontadas na «Década da Água e Saneamento», há que intervir fortemente nos seguintes níveis:

— Dotar as autarquias. o sector que mais dinamismo tem demonstrado, de adequados meios técnicos para levar por diante os numerosos projectos que as populações reclamam.

— É, assim, indispensável que o Governo Central não restrinja cada vez mais o envio de dinheiros para as Câmaras (como o faz a nova Lei das Finanças Locais) e estabeleça uma linha de crédito fortemente bonificada para empreendimentos desta natureza, tendo em atenção o seu carácter eminentemente social.

— Desenvolver acções de pesquisa ao nível da Universidade, dos Institutos Politécnicos e de outros organismos especializados (LNEC,LNETI, Centro Tecnológico do Saneamento Básico) por forma a encontrar soluções-tipo simplificadas que respondam às necessidades de milhares de pequenos e médios aglomerados.

— Lançar acções de formação académica e especialização e aperfeiçoamento técnico-profissional com vista a dotar o país dos técnicos necessários que concebam, aprovem, exe-

(continua na pág. 5)

FOLHAS DE OUTONO

Outono da vida
É entardecer.
Folhas que se movem
Antes de morrer.
Sem poder dizer
Que vivem ainda
Que têm direito
Sem poder gritar
Que querem voltar
A reanimar
E a ocupar na Vida
Um lugar.
Pois o que é feito
Do calor insano
Do bem que fizeram
Àqueles
Que nem souberam
Quem tanto lhes quis
Amar!...

marília farinha

Animação Cultural e Tempos Livres

Visando a ocupação de tempos livres dos jovens dos 15 aos 24 anos em actividades de animação sócio-educativa e cultural vai a Delegação Regional do FAOJ promover durante os meses de Julho, Agosto e Setembro, um vasto programa de colónias e centros de animação de férias em colaboração e apoio das Câmaras Municipais de Santarém e Golegã, Assembleia Distrital de Santarém, Centro Regional de Segurança Social e Associações Culturais: Casa do Povo de Pernes, Associação Recreativa de Almoster, Paróquia de Madalena e Cem Soldos e Casa de Cultura de Caxarias.

Tais acções serão promovidas por equipas de jovens animadores que, na fase de preparação das iniciativas participaram em diversos estágios de formação nas áreas de dramatização, jogo, psicopedagogia e organização, construção de instrumentos musicais, construção e dramatização de fantoches, organização de colónias de férias de iniciativa do FAOJ.

Este projecto para além do envolvimento dos jovens animadores, visa a implementação de um projecto pedagógico de animação sócio-educativa beneficiando globalmente mil e quinhentos jovens dos 7 aos 13 anos do Distrito de Santarém, pela promoção de visitas de estudo, actividades de praia, jogos tradicionais, fantoches, dramatização, jornalismo, gincanas, música, cinema, Expressão Corporal, artes plásticas, leitura e convívio.

o Transmontano
ESMERADO SERVIÇO DE COZINHA
Rua do Jardim, 32 Telef. 73137 2070 CARTAXO

Luís & Costa, L.da
RUA COMB. ULTRAMAR, 61 TELEF. 72636/73 001 CARTAXO
• OFICINA DE REPARAÇÕES DE AUTOMÓVEIS
• GARAGEM E ESTAÇÃO DE SERVIÇO COM MÁQUINA DE LAVAR AUTOMÁTICA
• PEÇAS E ACESSÓRIOS
AGENTES: Produtos GALP e MOTORCRAFT
Baterias TUDOR
Ferramentas Eléctricas BOSCH
Coberturas para automóveis RR
DAIHATSU

Diz-se e... vê-se!

• *Há grande entusiasmo pela criação duma Tertúlia Tauromáquica na nossa terra.*
...é preciso não desmerecer.

• *Na Rua Mouzinho de Albuquerque prepara-se um novo PUB, cujas obras continuam e despertam a atenção dos passantes.*
...mas a passo de cágado.

• *A nossa Rua maior, Rua Batalhoz, foi enriquecida com mais um estabelecimento novo: A Princesa Doce n.º 2, e restaurada "A Gazela", absolutamente à altura do momento e da mesma via.*
...assim é que é.

• *Claro que no edifício dos CTT continua a não ser hasteada a bandeira nacional mas, na ASAL, além da nacional e da sua em dias de festa, uma bandeira nova apareceu hasteada na nossa vila, a do Japão!*

• *No Largo do Valverde, no respectivo Parque, o habitual botequim está a funcionar, toldos, mesas, para servir a pequenada e os familiares.*
...uma nota de alegria que alegra.

• *Frente ao edifício dos Paços do Concelho, continuam hasteadas as bandeiras do concelho. Nota viva e honrosa.*
...os nossos aplausos.

• *Mas, no segundo piso do mesmo edifício, as tijoleiras de parte do pavimento continuam a soltar-se, estão em monte, à espera de colocação.*
...trabalhos que não costumam demorar tanto tempo.

• *E agora, vamos falar de amor, sempre terno para toda a gente, devido a esses pares que vivem a sua manifestação, com ternura, com revolta, em pleno movimento, etc. e tal!*
...pelos nossos jardins e não só.

FOCO 1

AGENCAR
AGÊNCIA AUTOMOBILÍSTICA CARTAXENSE, LDA.
Trata de toda a documentação respeitante a:
AUTOMÓVEIS • CARTAS DE CONDUÇÃO • PASSAPORTES
PASSAGENS AÉREAS
R. José Ribeiro da Costa, 118 • Tel. 73121 2070 **CARTAXO**

I SEMINÁRIO SOBRE O VALE DO TEJO

(continuação da pág. 4)

cutem, explorem e mantenham as obras que há que levantar até 1990.

— Intervir também ao nível institucional através da implementação de estruturas de gestão e planeamento do sector a nível regional, local e intermunicipal, por exemplo, tendo em conta as especificidades de cada região do país, as diferentes bacias hidrográficas existentes e a participação maioritária das autarquias envolvidas, nos corpos gerentes de tais entidades.

POLUIÇÃO DO ESTUÁRIO

a) Tendo em conta os estudos de caracterização da qualidade das águas do Estuário já realizados, bem como outros que permitiram desenvolver metodologias adequadas para prever a sua evolução tendo em conta ainda a experiência já adquiridas em torno do conhecimento da realidade estuarina e a formação técnica e científica que o seu estudo já proporcionou há que implementar uma estrutura institucional para gerir e administrar adequadamente a qualidade da água do Estuário.

b) Esta estrutura institucional deve ser formada por representantes de todas as entidades que têm responsabilidades e/ou interesses no Estuário do Tejo (Administração Central, Municípios de área do Tejo, Porto de Lisboa, Indústria, Pesca, Ambiente, Agricultura).

c) O funcionamento desta estrutura de planeamento e gestão da qualidade das águas do Estuário deve ser suportada por legislação adequada e devidamente regulamentada.

d) Os objectivos de planeamento e gestão da qualidade das águas do Estuário, assumindo carácter particular devido à especificidade da formação estuária no contexto do rio, não devem ser contraditórios, antes devem estar perfeitamente enquadradas com os objectivos mais gerais de planeamento e gestão de recursos hídricos em toda a bacia do Tejo, especialmente na sua parte portuguesa.

e) Nos objectivos de intervenção programada na defesa e melhoria da qualidade das águas do Estuário, devem constar a necessidade de executar inúmeras obras de saneamento básico quer na margem Norte quer na margem Sul — o que pressupõe a afectação de verbas suficientes a esses empreeendimentos, por parte do Poder Central, e a implementação de um programa contínuo de «monitorização» da poluição, recorrendo, sempre que possível a meios automáticos de colheitas e análise.

F) São ainda necessárias acções concertadas de ataque prioritário às origens da poluição que se comprove serem as que mais fortemente contribuem para a actual situação e um adequado planeamento e gestão da área do Estuário e do meio hídrico em si, que passa, nomeadamente, pelo ordenamento adequado do território na orla do Estuário, com selecção criteriosa das áreas de aptidão e expansão urbana e industrial e também pela publicação, implementação e aplicação de legislação que obrigue a tratamento adequado dos efluentes produzidos antes de serem lançados na bacia hidrográfica do Tejo, garante eficazes mecanismos de fiscalização dos agentes poluidores.

g) Em relação à defesa e conservação das linhas de água, impõe-se que o Poder Central defina cabalmente, mediante legislação actualizada, as áreas de competência das entidades que devem intervir no processo, conferindo-lhes meios eficazes de actuação — humanos, técnicos e financeiros.

h) O estudo ambiental do Estuário do Tejo, em curso, de execução a cargo da Direcção Geral da Qualidade Ambiental, que até ao momento só produziu elementos referentes ao diagnóstico da situação, deverá prosseguir através de:

— Divulgação pública dos resultados já existentes relativamente ao rastreio da poluição do Estuário, quer junto das Autarquias da área do Estuário, quer da população em geral;

— Propostas de solução de áreas de intervenção priotária e repartição de responsabilidades.

i) Em termos de defesa da qualidade ambiental do Estuário, importa desencadear desde já as necessárias medidas de saneamento e despoluição das diversas linhas de água que convergem para as praias, principalmente da Costa do Estoril, e que são responsáveis por uma significativa parte da poluição que essas apresentam.

PATRIMÓMIO HISTÓRICO, CULTURAL E AMBIENTAL

— A preservação e recuperação do património cultural e histórico, devendo ser uma atribuição do Poder Local é uma obrigação do Poder Central.

— Recuperação das zonas ribeirinhas do Estuário para desporto e lazer como forma de devolução do Rio às populações.

— Participação das autarquias e das populações, designadamente através das associações de defesa do património, na definição e orientação dos grandes projectos que têm a ver com o Estuário, nomeadamente as marinhas do Tejo, os terminais de contentores no Bugio-Trafaria e o terminal mineraleiro no Seixal.

— Consideração do património como variável operativa do planeamento urbanístico municipal.

— As autarquias e as populações vêem com preocupação a crescente ocupação das margens do Estuário com instalações militares no Estuário, contrastando com a declaração de zonas desnuclearizadas pela maioria dos municípios ribeirinhos.

Uma conclusão que também podemos tirar deste encontro, é a necessidade imperiosa de a curto prazo realizar um seminário semelhante e que desenvolva toda a problemática ligada ao Estuário do Tejo.

Remeter a:
Prière d'envoier à:
Bitte einsenden an:
Please mail to:
Remita este cupón a:
Spedier a:

QUINZENÁRIO **o tejo**

Rua Dr. Lopes Batista, 14
2070 **CARTAXO**
PORTUGAL

DESEJO PUBLICAR UM ANÚNCIO EM PORTUGAL
Solicito uma oferta para "O Tejo"

JE VOUDRAIS PUBLIER EN PORTUGAL UNE ANNONCE
Faites moi une proposition pour le "O Tejo"

ICH MOCHTE IN PORTUGAL ANZEIGE VERÖFFENTLICHEN
Bitte machen sie mir ein angebot für "O Tejo"

I AM INTRESTED ADVERTISING IN PORTUGAL
Please make me a quotation for "O Tejo"

ESTOY INTERESADO EN PUBLICAR UN ANUNCIO
Sirvase remitirme información detallada sobre "O Tejo"

DESIDERO PUBLICARE IN PORTUGAL UNA INSERZIONE
Gradirei ricevere un'offerta del "O Tejo"

Nome/Firma:
Nom/Maison:
Name/Firma:
Name/Firm:
Nombre/Razón social:
Nome/Ditta: _____

Endereço:
Adresse:
Anschrift:
Adress:
Dirección:
Indirizzo: _____

Anuncie em "O Tejo"

Restaurante
REDES AO MAR
ESPECIALIDADES:
PEIXES E MARISCOS
AÇORDA • SÁVEL • ENSOPADO DE ENGUIAS • PEIXES GRELHADOS E SOPAS DE PEIXE À PESCADOR
Travessa a Rainha • Telefone 42239
2050 **AZAMBUJA**

FADIGA E TRABALHO

Sob a denominação geral da fadiga, designa-se todo o conjunto de manifestações produzidas por trabalho, por exercício prolongado, que ultrapasse certo limite: fadiga de certos órgãos, por exemplo, de um músculo isolado ao qual se imponha uma contracção sustentada, ou contrações repetidas num ritmo muito rápido; fadiga de um organismo que execute trabalho tal como o de uma corrida; fadiga de um indivíduo que se entregue a trabalho intelectual prolongado. A manifestação mais aparente de fadiga reside na diminuição do rendimento do trabalho no decréscimo da capacidade funcional. Essa manifestação é considerada como capaz de permitir uma medida de fadiga.

Vemos assim que o termo fadiga é utilizado para designar estados muito difierentes, mas que todos, provocam uma diminuição da capacidade de produzir trabalho.

A fadiga geral pode ter várias causas.

Vamos agrupá-las em cinco ordens de factores. De cada uma delas escolheremos um, analisando como pode determinar o aparecimento do estado de fadiga e como preveni-lo.

Assim:

1) — *Factores físicos* — como por exemplo: o Ruído, Vibrações, Temperatura, Humidade, Iluminação, etc.

2) *Factores psico-sociológicos* — como por exemplo: Trabalhos monótonos. Estabilidade de emprego, Promoções, Salários, etc.

3) *Factores relacionados com as condições fisiológicas do trabalho:* Horários de trabalho, Trabalho nocturno, Duração do trabalho, Ritmos e cadências de Trabalho, etc..

•) *Factores pessoais* — São a Idade, Sexo, Temperamento, Saúde física e mental; Adaptação e desadaptação ao grupo de trabalho; Alimentação, etc.

5) *Factores exteriores ao indivíduo e à empresa:* — tais como as condições de Alojamento, os meios de Transporte, os climas sócio-económico e sócio-político vigentes.

1 — O RUÍDO

Afirma-se muitas das vezes que o ruído reduz o rendimento e baixa a produtividade, influindo no ânimo dos indivíduos. É no entanto difícil distinguir a influência do ruído da de outros factores como: relações pessoais, elementos emocionais e características do ambiente físico.

Provar que os trabalhadores se fadigam mais num ambiente ruidoso do que num ambiente calmo não é coisa fácil.

A fadiga pode resultar da necessidade de elevar o tom de voz ou de outros esforços suplementares, elementos difíceis de observar com clara objectividade.

Afirma-se que os postos de trabalho ruidoso são geradores de «irritabilidade e tensão nervosa», mas as reacções variam de indivíduo. Geralmente a qualidade do moral está mais ligada ao interesse que o homem tem pelo seu trabalho do que aos níveis de ruído.

No entanto, as regras gerais de prevenção para ambientes ruidosos deverão ser cumpridas: fazer a prevenção colectiva, e, quando esta não resulte eficaz, recorrer aos dispositivos de protecção individual adequados.

2 — TRABALHOS MONÓTONOS

A enciclopédia do BIT, diz-nos que o trabalho é monótono quando implica a repetição durante um período prolongado de tarefas fragmentárias uniformes de que é composto. O trabalho em cadeia, cuja cadência é previamente fixada constitui a forma de actividade monótona mais característica.

Se nos lembramos que o desempenho destas tarefas, implica um natural «afastamento» entre trabalhadores, compreendemos que as deficientes relações humanas contribuirão igualmente para um precoce aparecimento do estado de fadiga.

Como regras de prevenção geral, nestes casos, podemos citar: alternância de períodos de actividade e de períodos de repouso (o número e duração das pausas no trabalho deverão ser determinadas em função da penosidade das tarefas ou da tensão nervosa desencadeada); fraccionamento óptimo do processo técnico e alternância das operações; difusão periódica de obras musicais; ginástica na empresa, tendo em conta as características do trabalho; e, por exemplo, no trabalho em cadeia, fazer variar a cadência do comando em função das variações da capacidade de trabalho durante o dia.

3 — TRABALHOS DE NOITE

Pode-se definir o trabalho nocturno como sendo o exercício duma actividade profissional durante a parte do dia habitualmente consagrada ao sono.

Durante o serviço de dia, e, no dia que se segue, a maioria dos trabalhadores apresentam os seguintes sintomas atribuíveis ao trabalho nocturno:

a) aumento de fadiga durante o trabalho nocturno;

b) diminuição do apetite;

c) redução do tempo de sono, para 4 ou 6 horas durante o período de 24 horas que engloba o trabalho nocturno.

As funções psíquicas são afectadas dum modo significativo pelo trabalho nocturno.

Pode demonstrá-lo, através de testes, que a eficácia dos diversos elementos do comportamento psíquico se encontra reduzida durante a noite.

A atenção concentrada, por exemplo, é perturbada a um tal ponto, que apresenta modificações qualificativas e quantitativas durante a noite de trabalho, e, o tempo de reacção, a sinais complexos, encontra-se sensivelmente aumentado.

Os efeitos sociais do trabalho nocturno manifestam-se, sobretudo, na vida privada e familiar do trabalhador. O trabalho nocturno impede o estabelecimento de contactos sociais normais e as pessoas que estão submetidas a este regime sentem-se muitas vezes marginalizadas da sociedade «normal» devido ao seu próprio horário de trabalho anormal.

Realizaram-se inúmeros estudos tendo em vista verificar a frequência de acidentes durante o trabalho nocturno e o diurno. Contatou-se que esta é notoriamente mais baixa nas equipas nocturnas. Aparecem várias teorias para explicar este fenómeno: ritmo de trabalho mais lento, atenção reforçada e prudência aumentada, maior liberdade de movimentos, menos perigo devido ao material de transporte, mão-de-obra, apresentando uma estrutura de idade diferente.

No entanto, outros estudos conduziram a conclusões diferentes e esta contradição aparente é explicada pela seguinte hipótese: a segurança do Trabalho será maior, de noite, nas ta-

(continua na pág. 11)

Concurso "TOTOTEJO"

NOTA COORDENADORA

Devido ao facto de me terem surgido alguns problemas de índole particular os quais careciam de uma resolução imediata não me foi possível incluir no nosso último número o Boletim n.º 8-A, bem assim como a respectiva classificação.

Apresentamos assim as nossas melhores desculpas, aguardando a vossa melhor compreensão.

O Coordenador

Jorge Lopes

O BOMBEIRO

Amigo, repara bem,
Sabes o que é um bombeiro?
É o homem que dá o que tem
Para salvar o mundo inteiro

Muitas vezes por Deus querer
Toca a sirene para a lida
É vê-lo sempre a correr
Sem saber, se volta com vida

É homem audaz e forte
Sempre de cabeça erguida
Tem salvo muitos da morte
a brincar com a própria vida

Se tu mais nada tiveres
Que dar ao bombeiro amigo
Dá-lhe carinho se poderes
Porque ele está sempre contigo

É homem de grande valor
Que de tudo é capaz
Honesto e respeitador
Este Soldado da Paz

António da Costa

Mais de mil homens velam pela segurança dos banhistas

(continuação da pág. 2)

diz respeito às crianças convém evitar que tomem banhos excessivamente demorados. Não esqueça: saia da água se sentir frio.

NÃO TOME BANHO SEM TER FEITO A DIGESTÃO

Aguarde cerca de três horas para tomar banho depois de comer. Qualquer alimento, por pouco que seja, e também as bebidas alcoólicas, como o vinho e a cerveja, necessitam de um tempo de digestão. É muito perigoso entrar na água, (inclusivé o simples molhar de pés) ou expôr-se ao sol, após ingerir bebidas alcoólicas ou tomar uma refeição. Durante a digestão também não deve comer gelados ou tomar bebidas frias.

EXPOSIÇÃO AO SOL

Os banhistas que permanecem muito tempo ao sol devem entrar na água aos poucos — nunca de mergulho — a fim de habituarem lentamente a temperatura do corpo à temperatura da água. A longa exposição ao sol não é aconselhável, sobretudo às crianças, podendo provocar casos de insolação. Quando estiver ao sol beba frequentemente água à temperatura ambiente.

NÃO DÊ SALTOS EM LOCAIS QUE DESCONHECE

Os saltos para a água oferecem diversos perigos, quer sejam efectuados no mar, em rios, albufeiras ou piscinas. Sobretudo evite dar saltos de grande altura e certifique-se sempre de que a zona para onde salta é suficientemente profunda. Se saltar de cabeça estenda bem os braços a fim de evitar bater com o crâneo na areia. Quando saltar de pés tenha cuidado para não bater com os calcanhares no fundo. Tenha consciência dos correctos movimentos de salto.

VIGIE AS BRINCADEIRAS DAS CRIANÇAS

Centenas de crianças perdem-se, todos os anos, nas praias. Aos pais, familiares e amigos recorda-se a necessidade de vigiar permanentemente os mais pequenos quando eles brincam perto da água ou junto a grandes montes de areia. A utilização de flutuadores — bóias, colchões ou canôas — por crianças que não sabem nadar ou nadam mal reveste-se, também, de inúmeros perigos. Indique aos mais pequenos um ponto de referência na praia e ensine-lhes a ali irem ter no caso de se perderem.