

REVEILLON 2023 **RFM** 2024 PRAIA DE MIRA

STREET FOOD 29, 30, 31 DEZ E 1 JAN REVEILLON WEEKEND

29 DEZ SEXTA 22H30 TANGERINA NÃO É CLEMENTINA

30 DEZ SÁBADO 22H30 TOP SOM

31 DEZ DOMINGO

NUNO RIBEIRO 22H30 RAFEIROS BAND 00H30 ESPETÁCULO PIROMUSICAL 02H00 DJ PEDRO SIMÕES

ENTRADA LIVRE

FJ FERJOP
Construções, Lda.
Alvará para Construção Civil e Obras Públicas N.º 28994

Festas Felizes

Paulo Vinagre
Telem.: 917 206 495

Armando
Telem.: 917 573 672

Rua da Tábua
Casal Ermio - 3200 LOUSÃ

Campeão
das Províncias

DIRECTOR LINO VINHAL
www.campeaoprovincias.pt
PREÇO 1€ | 2ª SÉRIE | ANO 23 | N.º 1187 | 14 DE DEZEMBRO DE 2023 | SEMANÁRIO À QUINTA-FEIRA
Telef. 239 497 750 | E-MAIL: campeaojornal@gmail.com

FARMÁCIA PAMPILHOSA
A FARMÁCIA DA PAMPILHOSA SEMPRE PERTO DE SI!

Boas Festas

HORÁRIO

SEGUNDA A SEXTA 9H00 AS 20H
SÁBADOS 9H00 AS 13H | 15H AS 19H
DOMINGOS 9H00 AS 13H

231 949 225 | 964 200 810
farmaciapampilhosa@gmail.com

SEMANÁRIO NO PAPEL (QUINTAS-FEIRAS)... DIÁRIO ONLINE (WWW.CAMPEAOPROVINCIAS.PT)... VESPERTINO DIGITAL (DE SEGUNDA A SEXTA) | AUDIÊNCIA QUALIFICADA

pecipenela Zona Industrial de Penela, Lote 3 - 3230-347 Penela | Telef.: 239 561 290 | pecipenela@gmail.com | www.pecipenela.pt

Boas Festas

Centro de abate
Comércio de peças automóvel
Pneus novos e usados
Baterias

À BOLEIA DO METRO COIMBRA FAZ OBRAS DEBAIXO DO CHÃO

Um coro de protestos pelo trânsito caótico que se tem verificado em Coimbra leva a que se questione as obras do MetroBus, por causarem tanta perturbação no quotidiano, faltarem alternativas e coordenação quando decorrem em vários locais em simultâneo. As explicações por parte da Câmara revelam que não é propriamente a concretização dos corredores para o MetroBus que estão

a atrapalhar e a causar incómodos, mas sim as obras nas infra-estruturas no subsolo. À boleia do projecto do Metro Mondego está-se a reabilitar e a modernizar as redes de abastecimento de água e de efluentes, que se encontravam sub-dimensionadas e maioritariamente muito degradadas e a necessitar de investimento, há décadas. **PÁGINA 3**

FELIZ NATAL e Bom Ano Novo

FREGUESIA DE ALVALAVERE

Entrevista à presidente Ana Raquel Santos Hospital da Figueira da Foz é dos melhores em consulta e acesso a cirurgia

O Hospital Distrital da Figueira da Foz (HDFF) vai construir uma nova unidade de convalescença e hospital de dia, conforme revela em Entrevista ao "Campeão" a presidente do Conselho de Administração. Ana Raquel Santos destaca, sobre o desempenho do HDFF, que possui dos melhores indicadores a nível nacional no que respeita ao acesso atempado a consulta hospitalar (4.º lugar) e acesso a cirurgia (1.º lugar). **PÁGINA 7**

Em Lisboa há um restaurante onde são os sem-abrigo que servem

Em Lisboa encontrou-se uma forma de cativar os sem-abrigo. Ao longo de cada ano são integradas 75 pessoas em situação de vulnerabilidade no "É UM RESTAURANTE", onde aprendem a cozinhar e a servir à mesa, adquirindo assim as ferramentas necessárias para a inclusão no mercado de trabalho. Os resultados provam que se houver uma oportunidade as pessoas voltam a agarrar-se à vida e a seguir em frente. **PÁGINAS 12 E 13**

PIC-NIC DOS LEITÕES
De Arménio Lourenço Gaspar **43 ANOS**

Restaurante
Com Matadouro Próprio
ALMOÇOS • JANTARES
Encerra ao Sábado

ENCOMENDAS DE NATAL

DESEJAMOS BOAS FESTAS A TODOS OS NOSSOS CLIENTES, AMIGOS E FORNECEDORES

Estrada Nacional n.º 1
(em frente ao Parque da Cidade)
Telf. 231 202 343 | Tel./Fax: 231 208 298
Av. da Floresta, 61
3050-347 Mealhada

UF Pinheiro de Coja e Meda de Mouros deseja a toda a população Feliz Natal e Bom Ano Novo!

DOENÇAS E CIRURGIA OCULAR | EXAMES CARTA DE CONDUÇÃO

CENTRO CLÍNICO OFTALMOLÓGICO **Boas Festas!**

Av. Fernão de Magalhães n.º 10 - 1.º
3000 - 171 Coimbra | Tel.: 239 822 419 (marcações)
E-mail: oftalmologiacentroclinico@sapo.pt

MÉDICOS OFTALMOLOGISTAS :
- Roque Loureiro
- Rui Pinheiro
- Manuel Mariano
- Filipe Henriques

CONVENÇÕES :
SAMS, Advancecare, Multicare, Medis, Sávda, ACS-PT, Morecard, C.G.D., Sinistros

Requinte Dos Doces Pastelaria e Padaria

ACEITAMOS ENCOMENDAS

Travessa da Graça n.º 1- Lousã - Tlf. 239 992 127

Adoce o seu Natal com o novo Lausus **Bolo Rei de mel e castanha**

BOAS FESTAS

NACIONAL **TAKE AWAY** Natal & Réveillon

Tradição e sabor nesta época especial.
239 829 420
Encomendas de Natal até 22 Dez; Réveillon até 29 Dez.

PPEC: Plano de Pormenor da Estação de Coimbra ou Participação Pública Escondida dos Cidadãos?



ADELINO GONÇALVES*

Em breve estaremos a celebrar meio século de democracia e os Censos 2021 revelam um quadro populacional novo: mais de metade da população actual nasceu depois de 25 de Abril de 1974. Portanto, a maioria da população actual cresceu e está a crescer com as “conquistas de Abril” e, por isso, pode não as ver propriamente como “conquistas”, mas como um “estado natural das coisas”. Por isso, importa muito avaliar a “naturalidade” com que aquelas “conquistas” vão sendo revestidas no nosso dia-a-dia.

Entre elas conta-se a participação pública, um direito fundamental consagrado na Constituição da República Portuguesa, essencial para garantir que os planos urbanísticos são elaborados em consonância com as necessidades e aspirações da população, e contribuir para a construção de cidades mais justas, inclusivas, sustentáveis e qualificadas. Assim, é muito importante perceber se as Câmaras Municipais asseguram

que os planos urbanísticos são elaborados com a participação activa dos cidadãos e se garantem que as suas vozes são ouvidas e respeitadas.

De acordo com o Regime Jurídico dos Instrumentos de Gestão Territorial (RJIGT), a participação pública nos planos urbanísticos deve ocorrer em dois momentos: aquando da deliberação que determina a sua elaboração; e aquando da discussão pública dos planos, quando estão globalmente concebidos.

Em ambos as situações, as Câmaras Municipais estão obrigadas a informar sobre a abertura e a duração das fases de participação pública, assim como ao dever de ponderação das propostas apresentadas, e de resposta fundamentada aos pedidos de esclarecimento formulados e sugestões feitas. Em termos muito simples, é assim que a “mecânica da participação” está prevista no RJIGT.

Mas bastará para que as pessoas se sintam motivadas para se envolverem activamente no planeamento das cidades? Não terá falhas? Por exemplo, não deveria o RJIGT estabelecer que a informação sobre os objectivos dos planos urbanísticos deve ser dada de modo a serem entendidos pelo maior número de pessoas possível? O mesmo em relação às soluções urbanísticas:

não deveria estabelecer que as Câmaras Municipais devem-se empenhar para que também sejam compreendidas pelo maior número de pessoas possível?

De facto, como é que as pessoas podem exercer o direito à participação e envolver-se na construção da sua cidade, se não compreenderem os objectivos e as soluções urbanísticas dos planos? Como é que se envolverão, se não dominarem o léxico jurídico do urbanismo ou não compreenderem a representação gráfica das soluções urbanísticas previstas nos planos?

Além disso, qual será a motivação das pessoas para se envolverem na construção do futuro da sua cidade, se as Câmaras Municipais não respeitarem o direito à participação ou se falharem no cumprimento dos seus deveres a este respeito?

Aliás, será possível que uma Câmara Municipal não respeite a “mecânica da participação”, por mais básica que esteja estabelecida no RJIGT? É possível que configure o incumprimento de uma “conquista de Abril” como um “estado natural das coisas”? É possível que não entenda que a participação é um instrumento ao serviço da construção democrática da cidade, e que desempenha, por isso, um papel determinante enquanto seu principal (pro)motor?

Em poucas palavras: parece que é.

Veja-se o caso do Plano de Pormenor da Estação de Coimbra (PPEC). O período de participação pública decorreu entre 12 Abril e 11 Maio deste ano, para que as pessoas pudessem formular sugestões e apresentar informações sobre quaisquer questões que pudessem ser consideradas no âmbito da elaboração do plano.

Porém, até ao momento, a Câmara Municipal de Coimbra (CMC) não tornou público, sequer, o número de participações apresentadas. Pelo contrário, no Debate por Fazer sobre o PPEC organizado pelo movimento Cidadãos por Coimbra, o Executivo da CMC fez saber que não vai tornar pública a avaliação das participações apresentadas. Portanto, está empenhado em desfocar uma “conquista de Abril” através de uma resignificação do acrónimo PPEC.

Em vez de dizer respeito a um Plano de Pormenor, quer que signifique “Participação Pública Escondida dos Cidadãos”. Mas este não pode ser um “estado natural das coisas” e estamos muito a tempo para que não seja. Esperamos que não.

(*) Arquitecto e membro do movimento Cidadãos por Coimbra

Cuidar da doença crónica, grau de importância



HERNANI CANIÇO*

Vamos falar de morbilidade (doenças). Diz-se que a doença crónica “não mata mas mói”, o que não é verdade. A doença crónica é uma agressão permanente, real ou vivida como tal (física, química, infecciosa, psicológica, social ou degenerativa).

Devemos ajudar o doente a conseguir um novo equilíbrio (o mais alto nível de qualidade de vida possível), quando a cura não é possível, e compreender a doença crónica como uma das mais graves crises na vida de uma pessoa.

Em grau de importância, analisaremos sucessivamente, como a doença crónica afecta a saúde, as limitações da vida diária provocadas pela situação de doença, e como a acção dos cuidadores de idosos e doentes crónicos lhes é nocivo à sua vida pessoal, profissional e familiar.

Quando à forma como a doença crónica afecta a saúde, consideraremos a saúde através dos sintomas, queixas e mal-estar; afectar a auto-estima, a relação familiar e o meio ambiente e cultural da pessoa; haver inadaptação à dor, incapacidade, perda de amigos e laços familiares, desmotivação laboral; haver complicações, uma vida difícil e um futuro incerto; haver preocupação quanto às condições de apoio institucional.

A doença crónica afectar a saúde através dos sintomas, queixas e mal-estar, poder ter várias doenças, tomar muitos medicamentos e seus efeitos secundários pode ser tido como importante, pela má tolerância aos problemas, por haver receio de polipatologia e uma ideia de agravamento, ou pela iatrogenia e suas consequências. Ou pode ser visto como pouco importante, pela capacidade de resistência individual, por haver desinteresse pela vida, ou por má adesão terapêutica e abandono da prescrição clínica.

A doença crónica afectar a auto-imagem, a auto-estima e personalidade, perturbar a relação familiar e influenciar o meio ambiente e cultural da pessoa, pode ser apontado como

importante, pela valorização pessoal preservada, pelo desejo de estabilidade familiar, ou por haver interesse na qualidade de vida e manter inserção na sociedade. Ou pode ser julgado pouco importante, por ter atitude ou doença depressiva, por haver conflitualidade familiar instalada e desregulada, ou pela tendência para o isolamento e desinteresse pela vida comum.

Haver inadaptação à dor e incapacidade, perda de amigos e laços familiares, desmotivação de trabalho e falta de utilidade, pode ser encarado como importante, pela má aceitabilidade e baixa tolerância ao sofrimento e à disfunção, por haver vontade de relação social e familiar sólida, ou pela noção do trabalho como dever e contributo. Ou pode ser olhado como pouco importante, por ter estado de saúde e capacidades preservadas e não imaginar deterioração, pelo individualismo e desvalorização da família e amigos, ou por ociosidade, aversão ao trabalho ou letargia.

Haver complicações, expectativa de vida difícil, futuro incerto e ideia assustadora de morte, pode ser marcado como importante, pelo temor do agravamento de doença e sequelas, por antevisão de catástrofe pessoal e familiar, ou pela rejeição da morte e apego à vida. Ou pode ser classificado como pouco importante, por haver sonegação e irrealismo, pelo conformismo do percurso de vida, ou por aceitação da naturalidade da morte ou falta de motivação pela vida.

Haver preocupação quanto às condições de apoio institucional (apoio hospitalar, centro de saúde, apoio domiciliário, centro de dia, lar), pode ser reputado como importante, pelo desejo de garantia de continuidade de cuidados, por assegurar o apoio no trajecto de vida e doença, pela intimidação por falta de recursos económicos ou logísticos. Ou pode ser achado como pouco importante, por ter estatuto financeiro e garantias de sustentabilidade pessoal, por haver boa relação familiar estruturada, ou por se desvalorizar acontecimentos e porvir.

Todos os doentes merecem cuidados. Ambroise Paré, médico (1517-1590), intimado pelo rei para que o cuidasse melhor do que cuidava os pobres, respondeu-lhe ser impossível. Porque cuidava os pobres como se fossem reis.

(*) Médico

ENTRADA LIVRE

FIM DE ANO COIMBRA 2023

FOGO DE ARTIFÍCIO RIO MONDEGO

TONY CARREIRA LARGO D. DINIS DJ'S RUI TOMÉ / LUÍS PINHEIRO DJ'S DE VACACIONES

WILSON HONRADO PRAÇA DA REPÚBLICA PEDRO CARRILHO PATRICK ASSIS

REVIVAL MUSIC LARGO DA SÉ VELHA

MATÁY LARGO D. DINIS

CELSO CAMBAIO MERCADO D. PEDRO V

ALMA MERCADO D. PEDRO V

ESCOLA SEM PROFESSORES NÃO É ESCOLA

PROFISSÃO DESVALORIZADA NÃO CATIVA JOVENS PARA A EXERCER

BOAS FESTAS

PROFESSORES DIGNOS

ESTABILIDADE PROFISSIONAL

HORÁRIOS REGULARES

CARREIRA VALORIZADA

GESTÃO DEMOCRÁTICA

SALÁRIOS JUSTOS

FENPROF

CGTP