



Pela nossa saúde... Nuno Barreta

Evite picadas/mordidas de carraças

Normalmente presentes em zonas de floresta, as carraças são pequenas e parecidas com aranhas. Habitualmente agarram-se à pele, sugam o sangue e podem causar a febre escaro-nodular (febre da carraça). Para reduzir o risco de ser mordido por uma carraça deve:

- Caminhar em trilhos e evitar as zonas de erva alta.
 - Usar manga comprida e entalar as calças nas meias em zonas infestadas.
 - Preferir tecidos claros para conseguir identificar a carraça.
 - Aplicar repelente de insetos na pele exposta.
 - Inspeccionar a pele (cabeça, pescoço e pregas da pele, como axilas, virilhas e zona da cintura), especialmente ao final do dia.
 - Certificar-se de que não transporta carraças para dentro de casa: inspeccionar a roupa usada no exterior e o pelo do seu cão.
- Atenção: se for mordido por uma carraça, é importante que a remova o mais rapi-

damente possível, (para o efeito deve procurar a ajuda de um enfermeiro, por exemplo no centro de saúde).

Se vai viajar, tenha cuidados extra

Alguns países apresentam risco elevado de contrair uma doença grave (como a Malária) através da picada ou mordida de um inseto.

Se tem uma viagem planeada, informe-se numa Consulta do Viajante acerca dos riscos existentes no seu destino e sobre a necessidade de se vacinar contra certas doenças endémicas, como a febre amarela ou a cólera. Esclareça com o médico assistente cuidados especiais que deva ter, ou medicações que deva tomar ou levar consigo na viagem. Por exemplo, se planeia visitar um local em que existe o risco de Malária, o seu médico poderá aconselhá-lo a levar consigo uma rede mosquiteira e receitar medicamentos preventivos desta doença.

O que fazer em caso de picada ou mordida de inseto:

Por vezes, não é possível evitar uma picada ou mordida de inseto; felizmente, a maior parte das situações pode ser tratada em casa. Alguns dos cuidados que pode ter variam consoante, por exemplo, o tipo de sintomas que ocorrem:

1. Remova o ferrão da abelha ou parte do inseto que possa ainda estar cravado na pele;
2. Lave o local da picada abundantemente com água fria;
3. Quando sente dor, por exemplo, nas picadas de abelha, tome um analgésico, (ex.: paracetamol). Siga sempre as indicações do folheto e tome a dose recomendada;
4. Se tem comichão, aplique gelo ou uma pomada de venda livre, comprada na farmácia, para o alívio deste sintoma. Outra opção passa por tomar um anti-histamínico com prescrição médica;
5. Para reduzir o edema aplique gelo na lesão.

Comunicação de queimas de sobranes e queimadas

autorização ou comunicações prévias, consoante seja uma queimada ou queima de sobranes.

Terminado o período crítico a 10 de Outubro de 2019, volta a ser possível a realização de queimas de sobranes queimadas, desde que essas acções estejam previamente licenciadas.

Para auxiliar neste processo foi criada uma linha telefónica específica para o efeito, sendo que po-

derá contactar o 808200520 das 8h00 às 21h, onde será possível tratar do seu processo.

Mais informações em: <https://fogos.icnf.pt/Info-QueimasQueimadas/>

Para obter mais informações, basta dirigir-se à sede da Aflomação na Rua do Adro, n.º14 ou contactar-nos através dos telefones 241247035 ou 934870292, das 9h00 às 12h30, e das 14h às 17h30, de segunda a sexta-feira.

AFLOMAÇÃO
Associação Florestal do Concelho de Mação

É sabido que o uso do fogo encontra-se associado a várias práticas agrícolas e florestais. No entanto, são vários os casos em que estas atividades se descontrolam e originam grandes incêndios com graves consequências ecológicas e socioeconómicas.

Cerca de 98% das ocorrências em Portugal Continental têm causa humana. Assim, torna-se urgente uma alteração de comportamentos na sociedade, de modo a que possam ser realizadas as mesmas práticas, mas com um menor risco, ou seja, com uma menor probabilidade de originar incêndios rurais.

Para reduzir o número de ocorrências, foi instituída a obrigatoriedade de efectuar pedidos de

meu super
MAÇÃO

O melhor mora ao seu lado

Rua Francisco Serrano
N.º1 R/C

ABERTO

Segunda a Sábado das 08h30 às 20h00
Domingos e Feriados das 9h00 às 13h30

Entregas ao domicílio

Fale connosco: 241 573 245



CANTINHO DA FILARMÓNICA

Eu sou a Beatriz Matos, tenho 15 anos e sou de Mouriscas. O instrumento musical que toco é a Flauta Transversal.

Comecei na Música com 7 anos, primeiro no Violino e depois na Guitarra, na classe infantil do Conservatório de Mação, mais tarde, em 2014, comecei a tocar Flauta Transversal.

Em 2015 entrei na Banda Filarmónica Mourisqueense onde toquei até 2018, ano em que mudei para a Sociedade Filarmónica União Maçaense (SFUM).

Desde os 7 anos que estou na Música, primeiro no Conservatório em Mação, o qual frequentei até ao 9º ano, onde fiz o 5º Grau. Agora, estou no 10º ano e frequento o Curso Profissional de Instrumentista de Sopros e Precursão, em Tomar, na Canto Firme/Escola Secundária Jácome Raton.

No futuro, o meu objetivo é continuar na Música até ao 12º ano e depois fazer o Ensino Superior de Música em Lisboa.

Saudações musicais!

Notas da Direção:

No dia 1/11/2019, na sede da SFUM, a partir das 19 horas, iremos organizar um jantar filarmónico, o qual constituirá um momento de convívio para actuais e antigos músicos e dirigentes, maestros, alunos da escola de música, familiares, coralistas, associados e amigos da SFUM. Teremos boa comida e animação musical "Self Service".



Inscrições abertas: Diamantino Veríssimo: 962496292 / Paula Aparício: 966740132 / Aurelinda Serras: 962630545.

Convidam-se os associados a participarem na próxima Assembleia Geral.

ASSEMBLEIA GERAL ELEITORAL Convocatória

Nos termos da alínea a) e c) do artigo 27º do Regulamento Geral Interno (RGI) da Sociedade Filarmónica União Maçaense (SFUM) convoco a Assembleia Geral Ordinária prevista na alínea a) do artigo 32º do RGI, para reunir na sede da SFUM sita na Rua Prof. Anastácio Lalanda, n.º5, 6120-752 Mação, no dia 09 de Novembro de 2019, pelas 15 horas e 30 minutos, com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Informações da Direção;
2. Eleição dos Corpos Sociais da SFUM, para o biénio 2020/2022;
3. Outros Assuntos.

Se à hora marcada não estiver presente o número legal de associados, a Assembleia reunirá meia hora após a data de início, com qualquer número de associados.

Mação, 09 de Outubro de 2019

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

José Carlos da Cruz Veríssimo

Jornal Voz da Minha Terra - N.º541 - 25 de Outubro de 2019

**CARTÓRIO NOTARIAL DE CONCEIÇÃO RIBEIRO MARTINS,
RUA DR. EDUARDO DE CASTRO, N.º19, R/C,
EM VILA DE REI**

EXTRACTO DE JUSTIFICAÇÃO

Certifico narrativamente, para efeitos de publicação, que por escritura lavrada em sete de outubro de dois mil e dezanove, exarada a folhas TRINTA E OITO do livro de notas para escrituras diversas número UM - A, **MARIA SUSETE DE MATOS LOURO**, NIF 170.006.620, divorciada, natural da freguesia de Envendos, concelho de Mação, onde reside habitualmente na Rua da Mocidade, número 9, Zimbreira, declarou que é dona e legítima proprietária, com exclusão de outrem, do seguinte imóvel:

Prédio urbano, composto de casa de rés do chão para habitação, sito em Zimbreira, com a área total e coberta de quarenta metros quadrados, a confrontar do norte com Albino Cardoso, do sul com Ernesto Cardoso, do nascente com Rua e do poente com Manuel Mendes, **omisso** na Conservatória de Registo Predial de Mação, **inscrito** na matriz em nome da herança de Zacarias Alves, sob o **artigo 1202**, com valor patrimonial tributário de **3.451,00 euros**.

Que o imóvel acima identificado lhe pertence por doação meramente verbal que lhe foi feita por seus pais, Adelino Mendes Louro e mulher Maria de Matos, casados sob o regime da comunhão geral, já falecidos, residentes que foram na Rua de Trás, número 4, feita em data que não consegue precisar, mas que situa no ano de mil novecentos e setenta e três e portanto há mais de vinte anos.

Que desde que a mesma foi efetuada até esta data, sempre ela justificante usufruiu do citado imóvel, ininterruptamente à vista de toda a gente, sem oposição de quem quer que seja, com a consciência de utilizar e fruir coisa exclusivamente sua, adquirida de anteriores proprietários, pagando as respetivas contribuições, habitando-o e procedendo às obras necessárias à manutenção e conservação do mesmo.

Que em consequência de tal posse, em nome próprio, pacífica, pública e contínua, adquiriu sobre o dito imóvel o direito de propriedade por usucapião, não tendo em face do modo de aquisição, documento que lhe permita comprovar o seu direito de propriedade perfeita.

Está conforme.

Cartório Notarial de Vila de Rei, a cargo da Notária Maria da Conceição Fernandes Ribeiro Martins, sete de outubro de dois mil e dezanove.

A Notária,

(Maria da Conceição Fernandes Ribeiro Martins)