

PUBLICAÇÕES PERIÓDICAS

AUTORIZADO A CIRCULAR EM ENVOLUCRO FECHADO DE PLÁSTICO OU PAPEL.

Autorizado pelos CTT a circular em envólucro fechado de plástico

ENVOI FERMÉ AUTORSÉ PAR LES PTT PORTUGAIS

AUTORIZAÇÃO DE 02192014 RL/RCMN

Rua S. João, n.º 21 - cave dt.ª
Urbanização da Ortigosa - 5100-010 LAMEGO



TAXA PAGA PORTUGAL LAMEGO

DOUROhoje
SEMÁNARIO
O SEMÁNARIO DA REGIÃO DO DOURO

DOUROhoje

SEMÁNARIO

Ano XXXII • Nº 1536 • quarta-feira • 02 de outubro de 2019

• Diretora: Clarinda Ferreira • ☎ 254 313 122 | 254 313 059

• Preço: 0.60€

EXCELIS
SAÚDE
MEDICINA DE EXCELÊNCIA

Clínica de Especialidades Médicas e Cirúrgicas
Fisioterapia e Exames Complementares de Diagnóstico

Av. Regimento de Infantaria nº 9 – 5100-147 LAMEGO

WWW.EXCELISSAUDE.PT
254 400 741

Lamego

Rede de Intervenção Social apoiou mais de 1800 pessoas



Página 3



Mesão Frio

Página 2

Cruz Vermelha promoveu caminhada solidária

Rotary Club de Lamego

HOMENAGEM AOS MELHORES ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO DE LAMEGO



Página 20

ONU confirma o pior cenário para Portugal

Como comer sem destruir o ambiente

Consumir afeta sempre o ambiente, mas é possível fazer opções que permitam conciliar os desejos e a proteção do planeta.

Página 11

A saúde começa por cima

Ninguém é 100% saudável mentalmente, como ninguém o é fisicamente. A ideia de saúde perfeita é uma contradição, pois algumas faculdades ou aspetos de funcionamento, mental como físico, contrariam outros.

Página 13

NO PRESENTE E NO FUTURO ESTAREMOS SEMPRE CONSIGO

VULORIZAMOS INOVAÇÃO COMPETÊNCIA EXCELÊNCIA ÉTICA

parente
OPTIC MÉDICA

www.apc@parente.pt

TARQUILIO GONÇALVES
GERENTE GERAL

LAMEGO
Rua de Vila Rica
Urbanização da Ortigosa



Escola Profissional da Régua

Escola distinguida como Escola Saudável pela Direção Geral da Educação

Página 20

REGRESSO ÀS AULAS

2 ÓCULOS DE MARCA 99.50€
COM LENTES INCLuíDAS

Promoção válida de 1 de Setembro a 30 de Novembro de 2019. Os dois pares de óculos têm que ter lentes com a mesma graduação. São lentes básicas, brancas, sem qualquer tipo de tratamento. Graduações compreendidas nos intervalos de stock dos fornecedores da linha de lentes Vistasoft da Opticalia. Os intervalos são esfera de 3 dioptrias e cilindro de 2 dioptrias. As coleções de armações exclusivas incluídas são: Amichi, Amichi Kids, Pepe Jeans, Pepe Jeans Kids, Pull&Bear e V&L.



OPTICALIA



LAMEGO

R. Dr. Justino Pinto de Oliveira, n.º 1, Tel. 254 688 337

PESO DA RÉGUA

R. dos Camilos, Edif. Miradouro, Lj 2, Bloco F, -Tel. 254 324 761

Rotary Club de Lamego

Homenagem aos melhores alunos do Ensino Secundário de Lamego

O Rotary Club de Lamego levou a efeito, no passado dia 27 de setembro, e a exemplo de anos anteriores, no Hotel Lamego, o jantar de homenagem aos melhores alunos que terminaram o ensino secundário no ano letivo 2018/2019.

Dinis Ferreira de Almeida e Sá Pereira, Francisca de Sá Ribeiro Parente e Maria Elisa Pereira de Carvalho são os melhores alunos dos estabelecimentos de ensino da nossa cidade, Colégio de Lamego, Agrupamento de Escolas da Sé e Agrupamento de Escolas Latino Coelho, respetivamente.

O Dinis Pereira não pode estar presente por motivos escolares. A Francisca Parente e a Elisa Carvalho marcaram presença no evento, acompa-



nhadas pelas suas famílias, facto reconhecido pelo Presidente do Rotary Club de Lamego, Luis Monteiro, no seu discurso "Não posso deixar passar o momento sem endereçar uma palavra de apreço às famílias dos nossos homenageados, pois foram/são o pilar essencial do sucesso deles". O mérito dos homena-

geados também foi reconhecido nas palavras do Presidente do Rotary "Quando uma pessoa conquista alguma coisa com mérito, não é porque seja mais inteligente e mais capacitada que os outros à sua volta. Conseguir determinado objetivo significa lutar pela sua concretização, com todas as suas forças, ultrapassando e ven-

cendo as dificuldades, sem desistir, até o alcançar. Isso foi o que os nossos homenageados fizeram ao longo do seu percurso escolar e por isso estão aqui a ser reconhecidos pelo Rotary Club de Lamego."

Além do Presidente do Rotary, também usou da palavra o Presidente da Câmara, Ângelo Moura, que parabenizou os homenageados e desejou-lhes as maiores felicidades, pedindo-lhes que nunca esqueçam as suas origens e mostrando-lhes que podem vir a contribuir para o engrandecimento de Lamego.

O jantar de homenagem foi, também, marcado pela conferência proferida pelo Dr. João Figueiredo, Antropólogo, Lamecense radicado em Lisboa, sobre o tema "A educação na preservação do património cultural"