

Mercadinho da Horta 5 de fevereiro

ercadinho da Horta regressa dia 5 de fevereiro de 2017 com a participação do Grupo Etnográfico da Serra do Caldeirão.



43ª Volta ao Algarve em Bicicleta 15 a 19 fevereiro - Algarve

Volta ao Algarve em bicicleta é hoje um dos cartazes turísticos mais importantes da região, na área

das competições desportivas. Este ano a partida da cidade de Loulé com chegada ao alto do Malhão, no concelho de Loulé, como etapa derradeira da



prova, será um dos grandes atrativos desta competição.

Carnaval de Loulé 2017 25, 26 e 28 de fevereiro

om uma tradição de mais de um século, Loulé recebe o tradicional corso carnavalesco. Na tarde de sábado o mais famoso cortejo com sátira política e social conta com 14

carros alegóricos, escolas de samba, gigantones e cabeçudos! Mascare-se e faça parte do tradicional Baile de Gala de Carnaval.



Editorial

Pechámos o ano de 2016 com o sabor do dever cumprido. Com uma gestão rigorosa, sem quaisquer dívidas a fornecedores e empreiteiros.

São com estes princípios que este executivo encara e aborda o seu último ano de mandato, com o mesmo empenho, dedicação, seriedade e força de vontade, esperando e desejando realizar todas as obras e projectos que são necessários para a freguesia e que estão definidos, não descriminando ninguém, ouvindo todos.

Mas por vezes neste percurso é preciosa a colaboração de alguns amigos (as) que com o seu contributo, experiência, vontade de servir, a paixão pela sua terra, dispensam o seu tempo e são determinantes para a sua concretização. É preciso que olhemos à nossa volta e percebamos que não estamos sós. Que há sempre alguém que connosco resiste e tem as mesmas aspirações.

O exemplo das inúmeras associações e coletividades que diariamente laboram em prol do interesse comum, impulsionando e promovendo a nossa terra.

Com a aproximação do mês de fevereiro, ganha especial relevo os diversos acontecimentos desportivos, religiosos e culturais que têm lugar na nossa freguesia, dos quais destaco as iniciativas de cariz carnavalesco, como os bailes de carnaval na Nave do Barão e nas Barrosas. A tradicional Festa das Chouriças em honra de S. Luís e de São Sebastião dia 19 de fevereiro, organizada pela comissão da Paróquia. A passagem da Volta ao Algarve em bicicleta pela freguesia e com chegada ao Malhão, que irá consagrar o vencedor nesta etapa rainha, este ano com transmissão em direto via TVI24 e Eurosport.

Espero que estas sugestões sejam do vosso interesse.

Deodato João - Presidente da J.F.de Salir

Payina 2 Dendo d' Vau

O que plantar no mês de Fevereiro

m Fevereiro, há que semear abóbora, cenoura, couves, ervilha, pimento, feijão, nabiça, pepino,

tomate e melancia. Semear milho de sequeiro nas terras altas. Transplantar as cebolas a colher em Maio-Junho e as couves semeadas em Dezembro a colher em Junho-Julho



(repolhos); colher os espinafres, couve-flor e brócolos; plantar batata (colher em Junho). Podar no Minguante da Lua, menos damasqueiros e morangueiros (instalar os novos até ao dia 15). Plantar árvores e semear pinheiro-bravo, no Crescente da Lua. Trasfegar o vinho. Face à geada, a rega melhora a resistência das plantas à queima.

Na Horta: Semear abóboras, alho-francês, beterraba, cebo-las, cenouras, coentros, couve-

flor serôdia, couve-de grelos, couve-nabo, espargos, ervilhas, espinafres, favas, feijão, melancia, nabiças, nabos serôdios, pimentos, rabanetes, repolho, salsa, segurelha, tomate. Colhemos abrigos cenouras e couves de Bruxelas.

No Jardim: Neste mês há que proteger os pés-mães de crisântemos por meio de palhuço (palha miúda) para se conseguir uma grande provisão de estacas. Semear todas as flores anuais, ervilhas-de-cheiro, espargos, gipsófilas, manjericos, etc. Colher amores-perfeitos, violetas, etc.

Provérbios de Fevereiro

- Em Fevereiro, cada sulco um regueiro.
- > Em Fevereiro chuva, em Agosto uva.
- > Em Fevereiro, no primeiro jejuarás, no seguinte guardarás, no terceiro dia de São Brás.
- > Em Fevereiro, deixa a fonte e vai ao ribeiro.
- > Em Fevereiro neve e frio, é de esperar ardor no estio.
- > Em Fevereiro foice ou fumeiro.
- > Fevereiro, afoga a mãe no ribeiro.
- > Fevereiro coxo, em seus dias vinte e oito.
- Fevereiro engana as velhas no soalheiro
- Fevereiro faz dia e logo Santa Maria.
- > Fevereiro quente, não o vejas tu nem o teu parente.
- > Fevereiro seca as fontes ou leva as pontes.
- > Fevereiro trocou dois dias por uma tigela de papas.

Unidade Móvel de Saúde

Câmara Municipal de Loulé informa que a Unidade Móvel de Saúde se deslocará à freguesia de Salir nos seguintes dias e itinerário, a partir das 8h30:



1 de fevereiro - Pé de Coelho, Malhão, Sítio das Éguas, Carvais de Cima, Sobreira Formosa, Alganduro;

2 de fevereiro - Freixo de Baixo, Monte Ritas, Freixo de Cima, Tameira, Montes Viegas / Montes Santiago, Barrosas;

3 de fevereiro – Monte Poço, Brazieira, Alcaria, Arneiro da Rocha, Rocha da Pena;

6 de fevereiro - Pé da Serra, Taipa, Beirada, Casas, Pena de Baixo e Vale do Álamo:

7 de fevereiro - Pena de Cima, Calçada da Pena, Cerro, Almarjinho, Fonte Figueira, Funcheira, Portela da Nave, Nave do Barão, Nave das Mealhas e Covões;

8 de fevereiro - Corte Neto, Alto Fica, Ponte de Salir, Fonte de Ouro, Palmeiros, Besteiros, Arneiro, Coruja, Touriz, Casa Branca e Quintã:

9 de fevereiro - Vale Covo, Eira da Cevada, Barranco do Velho, Cortelha, Vale Maria Dias, Vale da Rosa, Cortiçadas e Montes Novos; Centro Comunitário Barranco do Velho;

10 de fevereiro - Ameixeirinhas, Portela do Barranco, Barranco da Cabaça, Califórnia, Sarnadinha, Fornalha e Moita da Guerra.

Recomendações para o Frio em casa

- Mantenha a temperatura da sua casa entre os 18º e os 22º C;
- Se não consegue aquecer todas as divisões da casa, tente manter a sala de estar quente durante o dia e aqueça o quarto antes de ir deitar;
- SE utilizar lareiras, braseiras, salamandras mantenha a correcta ventilação das divisões de forma a evitar a acumulação de gases nocivos à saúde.

 Evite dormir / descansar muito perto de uma fonte de calor;

 Apague ou desligue os sistemas de aquecimento antes de se deitar, ou de sair de casa de forma a evitar fogos ou intoxicações.

 Mantenha sobre vigilância utilização de botijas de agua quente, para evitar o risco de queimadura.



Pagina 3 Dando d' Vata

O Cantinho da Saúde

Diabetes Mellitus

Um novo ano começou, com novas metas pessoais a atingir. Uma delas é "Viver com Saúde"! Então vamos recomeçar a cuidar dela...

Na norma nº 02/2011 da DGS, encontra se a definição do diagnóstico da Diabetes Mellitus:

O diagnóstico de diabetes é feito com base nos seguintes parâmetros e valores para plasma venoso na população em geral:

Glicemia de jejum \geq 126 mg/dl (ou \geq 7,0 mmol/l);

ou Sintomas clássicos + glicemia ocasional ≥ 200 mg/dl (ou ≥ 11,1 mmol/l);

ou Glicemia ≥ 200 mg/dl (ou ≥ 11,1 mmol/l) às 2 horas, na prova de tolerância à glicose oral (PTGO) com 75g de glicose:

ou Hemoglobina glicada A1c (HbA1c) ≥ 6,5%.

O diagnóstico de diabetes numa pessoa assintomática não

deve ser realizado na base de um único valor anormal de glicemia de jejum ou de HbA1c, devendo ser confirmado numa se-



gunda análise, após uma a duas semanas.

Ou seja no item 1, encontramos várias maneiras de se diagnosticar a Diabetes Mellitus, ou em jejum (> 126 mg/dl); ou a qualquer momento (> 200 mg/dl); ou glicemia> 200 mg/dl na análise sanguínea onde é ingerido um líquido "muito açucarado!"; ou com a análise da Hemoglobina glicada (análise que serve para ter uma média do nível sanguíneo nos últimos meses).

Também podem verificar que uma análise isolada não serve para diagnosticar a doença (como em todos os exames, convém reconfirmar), daí serem prescritas análises para serem realizadas de preferência num laboratório diferente a fim de se ter a certeza que o resultado é fiável.

Portanto, após realizar esta segunda análise é que será decidido se a pessoa tem Diabetes ou não. A razão desta informação é para vos tranquilizar quando fazem a glicemia na Unidade Móvel ou numa farmácia, e vêm todos preocupados porque vos foi transmitido para ir consultar vosso médico de família afim de ser feito novo diagnóstico. Mas também para vos pedir para irem ao centro de saúde sempre depois de ter tomado o pequeno almoço, temos tido demasiadas pessoas a desmaiar, sentir-se mal por essa razão. E como vêm na norma acima, não é necessário vir em jejum para fazer a consulta de vigilância da Diabetes Mellitus. Por isso, peço vos para virem sempre depois de ter tomado o pequeno almoço habitual ou então uma merenda de casa para quem sai de casa demasiado cedo.

Aguardo por vós para realizar esses testes, mas o mais importante será cada um de vós ter cuidado com o que come. Vale a pena Cuidar de Vós, pois querem todos Viver com Saúde.

Cheque-Dentista

O mês de janeiro marca o início da entrega, por parte dos centros de saúde, dos cheques-dentista no âmbito do Programa Nacional de Promoção de Saúde Oral do Ministério da Saúde.

Os cheques-dentistas têm uma data de validade e são válidos em todo o território nacional, independentemente do centro de saúde emissor.

A atribuição destes cheques visa a prevenção e tratamento de doenças orais como cárie e infecções dentárias.

Deverão ser solicitados no centro de saúde os cheques que visam:

- Crianças até aos 7 anos: têm direito a 1 cheque para tratamento de 2 dentes de leite;
- Crianças com idades intermédias como 8,9,11,12,14
 e 15 anos: têm direito a 1 cheque para tratamento de 2 dentes permanentes;
- Grávidas: têm direito a 3 cheques, caso o diagnóstico clínico assim o justifique, que correspondem a 5 tratamentos:
- Idosos que recebam o complemento solidário para idosos: têm direito a 2 cheques, caso o diagnóstico assim o justifique, que correspondem a 3 tratamentos e podem visar posterior colocação de prótese dentária;
- Utentes com VIH/Sida cujo número de cheques depende da necessidade de tratamentos dentários.
- Crianças e jovens que frequentem o ensino público ou uma IPSS, estas instituições farão a entrega, após emissão pelo centro de saúde, consoante a idade destas:
- Crianças nascidas no ano de 2009: têm direito a 2 <u>cheques</u> para prevenção e/ou tratamento dos <u>1°s</u> <u>molares permanentes</u> e tratamento de dentes permanentes com cárie;
- Crianças nascidas no ano de 2006: têm direito a 2 <u>cheques</u> para prevenção e/ou tratamento dos <u>pré-molares</u> e tratamento de dentes permanentes com cárie;
- Crianças nascidas no ano de 2003: têm direito a 3 cheques: 2 para prevenção e/ou tratamento dos 2°s molares permanentes e 1 para prevenção e/ou tratamento de dentes permanentes com cárie.
- Jovens com **16 e 18 anos** também beneficiam com a atribuição de <u>1 cheque</u>, caso se verifique a conclusão do programa anterior, para o tratamento e/ ou prevenção de dentes permanentes.



Dando d' Vaia Página 4

Junta de Freguesia Informa:

Intervenções na Freguesia

ena de Cima- Construção de muro de suporte de estrada e construção de muro junto ao terreno sobranceiro à estrada. Esta intervenção visa a esta-

bilização de talude no sentido de salvaguardar segurança das pessoas e que dá a garantia de estabilidade desta via.



mbelezamento do espaço existente entre cemitérios, com a execução de arranjos paisagísticos, rede de rega, jardim e colocação de pergaminho com uma mensagem adequada ao lugar. De referir a estreita colaboração da professora Maria José Pires nesta iniciativa, acompanhando de perto os trabalhos.



árzea Poço- Obras de drenagem das águas pluviais para a conduta existente junto ao Poço de Salir



avimentações em Betuminoso na Coruja - Estão concluídas as obras de pavimentação efectuadas pela Câmara Municipal de Loulé, no troço da Barrada e Coruja.



ubstituição da Iluminação Publica para tecnologia

O Município de Loulé deu início à segunda fase na remodelação da rede de iluminação pública no centro da Vila, que passará a utilizar tecnologia LED. A intervenção está a ser efectuada na Rua José Viegas Gregório e irá aproveitar os candeeiros existentes para iluminação na azinhaga pedonal que faz ligação desta rua ao Porto das Covas.



Além de uma poupança nos consumos energéticos, a nova tecnologia irá proporcionar uma maior qualidade do serviço através da sua regulação ao nível de intensidade luminosa em diversos períodos da noite, contribuindo para o aumento da segurança viária.

Obras Previstas:

o abrigo do Contrato Programa estabelecido entre a Câmara Municipal de Loulé e a Junta de Freguesia de Salir, irão iniciar-se muito brevemente as seguintes obras:

- Repavimentação em betuminoso o caminho do Pé da Serra e pavimentação do caminho que faz ligação do Chalet ao Pé da Serra.
- Pavimentação em betuminoso o caminho que faz ligação do Cavalo Branco à Fonte Morena (Palmeiros).
- Pavimentação em betuminoso o caminho da Cabeça Ruiva (Fonte D'Ouro)
- Repavimentação em betuminoso da estrada Pena -Vale do Álamo
- Repavimentação em betuminoso a Rua Porto das Covas de Baixo e outras pequenas reparações na vila
- Construção de parque de estacionamento junto ao cemitério da Cortelha

O executivo da Jf de Salir

Página 5 Dando d' Vata

Grupo de Amigos de Salir

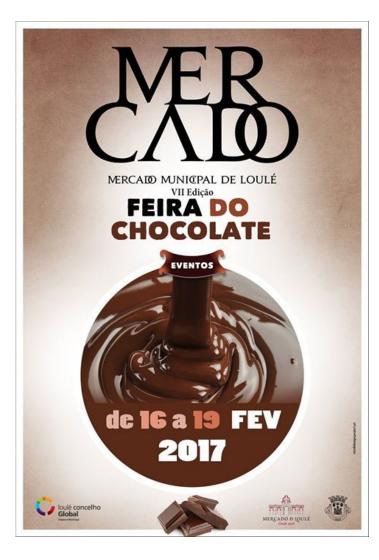
aros leitores,

No dia 12 de janeiro fomos visitados pelas crianças do Jardim de Infância da EBI-Salir que nos presentearam com os cânticos das janeiras.



A equipa do Grupo de Amigos de Salir (G.A.S.) deseja aos nossos utentes aniversariantes Jaime Mestre, Inácia Teixeira, Inácia Botelho e Laura Figueiredo (Locha) e às respetivas famílias Saúde e Felicidades!



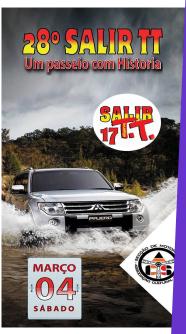


SALIR TT 2017 Sábado, 4 de março

elo 28º ano consecutivo, a sessão de motorismo da

Associação Cultural de Salir, realiza o passeio todo o terreno à serra do Caldeirão, SA-LIR TT 2017.

O SALIR TT 2017 irá proporcionar aos participantes um dia inesquecível em contacto com a natureza em paisagem de extraordinária beleza do interior algarvio. Através de trilhos pouco utilizados, iremos à descoberta de locais recônditos, das gentes, costumes e gastronomia típicos do interior da região.



Festa de S. Luís e de S. Sebastião Dia 19 de fevereiro em Salir

o dia **19 de fevereiro de 2017**, a Paróquia de Salir, celebrará uma das Festas mais tradicionais desta terra, em honra de S. Luís e de S. Sebastião, com o seguinte programa:

14h00 - Procissão

14h30 - Eucaristia Solene com as imagens de São Sebastião, nosso Padroeiro e São Luís o santo protetor dos animais.

15h30 - Tendo como ponto alto o leilão de chouriças e ofertas, espalhando por toda a área envolvente o cheiro a chouriça assada, promovendo um são convívio, acompanhado do vinho caseiro, proporcionando a quem nos visita as tradições do nosso interior.



Dando d' Vaia Página 6

Baile de Carnaval em Barrosas segunda-feira, 27 de fevereiro

Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, realiza na segundafeira, 27 de fevereiro o Baile Carnaval animado por Ruben Filipe.

Vista-se a rigor e venha brincar connosco.

Torneio de Entrudo de Malha na Laje em Barrosas

Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, realiza no sábado. 25 de fevereiro pelas 14h30m o torneio de Entrudo de Malha na Laje.



Prémios do Torneio

1º Lugar - 7 Chouriças caseiras

2ºLugar - 5 Chouriças caseiras

3º Lugar - 3 Chouriças caseiras 4º Lugar - 2 Chouriças caseiras

5° Lugar - 1 Chouriça caseira

Participe e passe uma tarde agradável na nossa companhia.

Baile de Carnaval na Nave do Barão sábado 25 de fevereiro

Associação "Os Barões" realiza no sábado 25 de fevereiro o Baile Carnaval animado pelo musico Carlos Coelho.



Vista-se a rigor e venha brincar connosco.



Ficha Técnica

Edição: Junta de Freguesia de Salir e Associação In Loco

Coordenação: Sónia Martins

Colaboradores: Associação Cultural de Salir, Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, Associação Os Barões; Associação In Loco, Câmara Municipal de Loulé, Cristina Valente, Junta de Freguesia de Salir, Grupo de Amigos de Salir, e Verónica Rosa

Sede: Junta de Freguesia de Salir 289 489 119 ♣ 289 489 248

Email: sonia.martins@in-loco.pt

Apoio: Associação In Loco, Câmara Municipal de Loulé e Junta de

Freguesia de Salir

Tiragem: 1000 exemplares





ESTA PUBLICAÇÃO É REALIZADA COM O APOIO DA CÂMARA MUNICIPAL DE LOULÉ



