



Técnicas de Defesa pessoal ministrada aos militares cabo-verdianos

O projecto para auxiliar Cabo Verde no combate ao narcotráfico surgiu com um pedido das autoridades da Cidade da Praia e ocorreu durante uma escala do navio militar francês Siroco, em São Vicente.



Exercício de tiro em movimento.

Para além da parte operacional, ainda arranjou-se tempo para a realização de quatro jogos relâmpagos entre equipas dos militares franceses e equipas do Comando da Primeira Região Militar.



Graduados do Comando X Equipa 1 [0-0] (05-03-2012)



Praças do PM X Equipa 2 [2-0] (05-03-2012)



Graduados do Comando X Equipa 2 [2-0] (05-03-2012)



Praças do PM X Equipa 1 [2-2] (05-03-2012)

Os jogos foram realizados no campo da Bela Vista, e decorreram num clima de muito Fair-play e amizade.

No final obteve-se as seguintes classificações: **1º lugar** – Praças da PM; **2º lugar** – Graduados do Comando; **3º lugar** – Equipa 1 (Infantaria da Marinha); **4º lugar** – Equipa 2 (Marinha).

Mês de Marco – Mês da Mulher

(8 de Marco – 27 de Marco)

O Gabinete de Acção Cívica do Comando da 1 Região Militar, desenvolveu um programa de atividades em comemoração ao dia internacional da mulher – 8 de marco – e ao dia da mulher cabo-verdiana – 27 de marco.

A iniciativa teve início no dia 7 de marco, com uma palestra subordinada ao tema “Violência baseada no Género”, ministrada pela 2º Subchefe da Polícia Nacional Dra. Elsa Almeida Lima, psicóloga organizacional, coordenadora do Gabinete de Apoio a Vítima, do Comando Regional da PN em São Vicente.



Palestra subordinada ao tema “Violência baseada no Género”, ministrada pela 2 Subchefe da Polícia nacional Dra. Elsa Lima. (07-03-2012)

A palestrante, trouxe para o conhecimento dos militares, o conceito da VBG, as causas e as consequências de tal comportamento, bem como os tipos de violência, terminando com uma análise estatística da VBG no seio da sociedade Mindelense.



Antes da superação do Campo de obstáculos. (10-03-2012)

Para além da palestra, teve lugar no Centro de Instrução militar “Zeca Santos”, dia 10 de Março, uma actividade operacional envolvendo todas as mulheres militares do Comando da 1ª Região Militar e mais dez alunas do 11º ano da Escola Secundaria Jorge Barbosa. Participaram na superação da pista de obstáculos, demonstração da técnica, defesa pessoal e tiro de combate.



Preparação antes da realização do tiro de combate. (10-03-2012)

As actividades desse dia vieram a culminar nas instalações do Comando da 1ª Região Militar, com um almoço convívio, oferecido pelo Comandante da

1ª Região Militar tenente-coronel Anildo Moraes, entre as alunas, as militares e alguns convidados.



Prontas para o tiro de Combate: 1º Cabo Santos, Soldado Lima, 1º Cabo Vitoria, 1º Cabo Neves, Soldado Brito, Soldado Fonseca, 2º Cabo Ramos



Depois do Almoço oferecido pelo Sr. Comandante da Região. (10-03-2012)

No final, todas estavam satisfeitas com a experiência e mostraram vontade de um dia ingressarem as fileiras das Forças Armadas. Foi um dia com muita interacção, convívio e amizade.

MENSAGENS AS MULHERES



“Os meus sinceros parabéns a todas as mulheres militares e trabalhadoras civis do Comando da Primeira Região Militar, que sintam cada vez mais realizadas e felizes e continuem assumindo todos os espaços que merecerem ocuparem.

O meu desejo é de que o dia da mulher Cabo-verdiana não seja apenas uma data comemorativa.

Humanização. Penso que, esse é o grande ganho que a instituição teve com a inclusão da mulher nas

nossas fileiras. A presença feminina comprovou que é possível ter mais sensibilidade, sem perder com isso em rigidez e disciplina.

Acredito que as mulheres vêm exercendo um papel essencial no nosso Comando, com muita competência, profissionalismo, serenidade e polidez.”



“... a mulher e o homem são iguais, a única diferença é o sexo. A mulher tem de lutar para conquistar o seu lugar na sociedade, pode e consegue fazer tudo o que o homem faz...”



“...Tenhamos força, vamos lutar porque conseguimos. A mulher não está à parte das actividades que o homem faz, somos o futuro dessa geração...”



“... Neste momento a mulher já lidera muitos espaços que antes eram reservados a homens, e para continuar...”



Entrega de Flores as Mulheres no dia da Mulher Caboverdiana.

JOGOS MILITARES NACIONAIS

(12 – 18 DE MARÇO DE 2012)



Desfile das Caravanas que participaram na Xª edição dos Jogos Militares Nacionais. (12-03-2012)

A Xª edição dos Jogos Militares Nacionais foi realizada no Comando da 1ª Região Militar do dia 12 ao dia 18 de Março de 2012, com a participação de cinco equipas: Comando da 1ª RM, Comando da 2ª RM, Comando da 3ª RM, Guarnição do EMFA e Guarda Costeira.



Içar da Bandeira Nacional



A Pira Olímpica dos JMN, foi acesso pelo Sr. Capitão na Reforma, Manuel Filipe dos Santos. (12-03-2012)

A abertura dos jogos militares ficou marcada pelo brilho e pela emoção durante o içar da Bandeira Nacional e no momento em que a Pira Olímpica foi acesso pelo Sr. Capitão na Reforma Manuel Filipe das Santos “Futch”.

O Sr. Comandante da 1ª Região Militar, durante a sua intervenção saudou as caravanas participantes nos jogos, fez apelo ao Fair-play e a sã convivência entre os atletas.

Estiveram em prova o Atletismo (4X400m; 1500m; 100m), Pentatlo (natação; corta mato 8000m; tiro AKM, lançamento de granada, superação da pista de obstáculo), Percurso topográfico, Largada (Baia – Comando) e torneio de Futsal.

A organização dos jogos militares nacionais 2012, chefiada pelo Sr. Capitão Neves, manteve-se sempre acima dos acontecimentos mostrando a imparcialidade.



Partida da Prova de Atletismo 4X400 mtrs.



Partida da Prova de Atletismo 1500 mtrs.



Prova dos 100 mtrs.



Prova de Natacao 200 mtrs [Pentatlo]



Partida da Prova de Corta mato 8000 mtrs [Pentatlo].



Logo nos primeiros Kms já se definia os vencedores da Prova.



Prova de Tiro AKM [Pentatlo]



Superação do Campo de Obstaculo [Pentatlo]



Lancamento de Granada [Pentatlo]



Prova de Percurso Topografico.



Marfor. [Baia-Comando]



Futsal [G.Costeira X Comando 1ªRM]



Futsal [Comando 2ªRM X Comando da 3ªRM]



Futsal [Comando da 1ªRM X Comando da 3ªRM]



Futsal [G.Costeira X Comando da 2RM]



Inquérito aplicado as Caravanas Participantes nos JMN 2012.

HOMENAGEM AO ATLETA MAIS VELHO DOS JOGOS MILITARES NACIONAIS 2012



Sargento Ajudante João Fonseca Lopes
Comando da 3ª R. Militar

Curriculo:

Campeão de 5000 m nos Jogos Militares Nacionais em 1997;

Vice campeão de 1500 m nos Jogos Militares Nacionais em 1997;

1º Classificado na corrida de Santo Amaro no Tarrafal de Santiago em 1997;

Vice campeão da corrida de São Silvestre em 1997;

3º lugar de salto em altura em 1999;

3º Classificado na corrida de São Silvestre em 2000;

Vice campeão de 400 m na Praia em 2008;

Vice campeão de 400 m na Praia em 2009;

Vice campeão de 400 m na Praia em 2010;

Campeão de pentatlo em 2011 nos Jogos Militares Regionais;

Campeão de 1500 m em 2011 nos Jogos Militares Regionais;

Campeão de 5000m em 2011 nos Jogos Militares Regionais;

Campeão de 4X400m nos Jogos Militares Nacionais de 2012

ENCERRAMENTO DA Xª EDIÇÃO DOS
JOGOS MILITARES NACIONAIS.



Parada Militar durante o encerramento dos jogos militares nacionais 2012

A cerimonia de encerramento da Xª edição dos jogos militares nacionais foi presidida pelo Exmo. Sr.

Director Geral dos Desportos, Dr. Inácio Carvalho e contou tambem com a ilustre presenca do Sr. Comandante do Pessoal, Tenente coronel Jorge Martins Andrade.



Tenente Coronel Jorge Martins, Dr. Inácio Carvalho, Tenente coronel Anildo Moraes

O Sr. Comandante da Região, enalteceu os atletas dos jogos militares nacionais pela forma como conseguiram com brilho exaltar o desporto militar, pelo empenho e pelo espirito de desportivismo, mostrando o seu elevado nivel competitivo e moral.

No final, todos se encontravam satisfeitos tendo atingido um dos objectivos primordiais dos jogos militares que e desenvolver as relacoes de amizade e camaradagem entre os militares.



Vencedores da Prova 4X400m [Equipa da 3 RM]



Vencedores da Prova de 100 m [Sargento Lucio Rocha]



Vencedores da Prova de 1500 m [Sub tenente Jailson Pina]



Vencedores do Pentatlo [Equipa da 1ªRM]



Vencedores da Largada [Equipa da 1ªRM]



Vencedores do torneio de Futsal [1 Guarnição do EMFA; 2 Comando da 2ªRM; 3 Comando da 1ªRM]



Vencedores dos JMN 2012 [1 Comando da 1ªRM; 2 Comando da 3ªRM; 3 Comando da 3ªRM]



CAMPEÕES DOS JOGOS MILITARES NACIONAIS 2012



Entrega de Louvores a Caravana dos Jogos Militares Nacionais do Comando da Primeira Região Militar

ANIVERSARIOS PARA O MÊS DE ABRIL

1º Sargento Adilson Lopes – 2 de Abril

Tenente Jose Paris Moraes – 4 de Abril

Tenente Rui Miguel Fortes – 9 de Abril

1º Tenente Benvindo Pinheiro – 13 de Abril

Furriel Fredson Monteiro – 14 de Abril

Sub Tenente Edgar Gomes – 15 de Abril

Major Jose Vieira – 19 de Abril

Sargento Juary Silva – 26 de Abril

Sargento Ajudante Alcídio Monteiro – 29 de Abril

FRASE DO MÊS DE MARÇO

"Os homens distinguem-se pelo que fazem, as mulheres pelo que levam os homens a fazer."

(Carlos Drummond de Andrade)

Propriedade do Comando da 1ª Região Militar