

inevitável



# Quanta comida em condições deitamos para o lixo?

Em Portugal, todos os anos é desperdiçado um milhão de toneladas de alimentos. “No verão chego a encher um caixote do lixo por dia com comida”, revela gerente de restaurante

Saiba como pode ajudar a combater o desperdício alimentar e ainda lucrar com isso

// PÁGS. 12-16

## OS POLÍTICOS DEVEM OU NÃO SER OBRIGADOS A REVELAR SE PERTENCEM À MAÇONARIA?

PAN apresenta hoje projeto de lei para titulares de cargos políticos esclarecerem obediência.

Grão-mestre do GOL defende que deve ser opcional mas faz ressalva:

“Se não assumirem estão a dar razão à sociedade, que acha que isto é uma coisa secreta e sinistra” // PÁGS. 4-5

## “Fui um dano colateral de um jogo político em Angola”

Antigo procurador Orlando Figueira fala ao *i* sobre conspiração para “emporcalhar o nome” de Manuel Vicente e impedir o antigo vice-presidente de suceder a Eduardo dos Santos

// PÁGS. 2-3



### UM EM CADA DEZ ADOLESCENTES SENTE-SE TRISTE TODOS OS DIAS

Estudo faz uma radiografia da saúde mental em Portugal. “No fim desta década, a depressão será a primeira causa de anos de vida com qualidade perdidos”, explica Henrique Barros, presidente do Conselho Nacional de Saúde

// PÁGS. 6-7

Tiago Bettencourt “Hoje tudo é imagem. Se não tens jeito, ficas para trás”

// PÁGS. 22-24

Oficina *i*. Corrida EDP Grande Prémio de Natal ajuda judocas e moçambicanos

// PÁGS. 18-19

Grátis. Dentro do jornal há um voucher para um dia no Fitness Hut

// PÁG. 29