



**POLIDESPORTIVO  
DA VAGUEIRA  
REQUALIFICADO**

PÁG. 5

**CONCELHO  
VAI PASSAR A TER  
TÁXI ADAPTADO**

PÁG. 6

## WEBINAR MEMORIZAR

Balço de três anos do Projeto.

SUP. I



**NATAL: COMO COMBATER A  
SOLIDÃO DOS IDOSOS**

Ângelo Valente e Sofia Nunes.

PÁG. 5



## Mais um ano sem “Natal(i)a”

Câmara e Museu do Brincar optaram, pelo segundo ano consecutivo, por não realizar o evento devido à pandemia. Mas o Pai Natal vai às escolas.

PÁG. 4



O ECO DE VAGOS DESEJA A TODOS OS LEITORES,  
COLABORADORES E PATROCINADORES

**UM SANTO NATAL E  
UM PRÓSPERO ANO NOVO**



## EDITORIAL

# Nada mais que umas festas felizes

Aquele que foi, provavelmente, um dos anos mais difíceis das nossas vidas – a juntar ao de 2020, que já lá vai – está a terminar. E é inevitável chegar ao final de dezembro sem se fazer uma retrospectiva dos meses que ficaram para trás.

Este ano voltou a ser, sem qualquer sombra de dúvidas, marcado pela pandemia de covid-19. Portugal (e o Mundo) enfrentou mais um confinamento. Depois, a sociedade voltou a poder respirar. Houve regras novas. Houve vacinas em várias doses. Houve fases de relaxamento e outras de maiores receios, à medida que os números de infeções subiam ou desciam. Foi um ano de

adaptação constante. Está a ser, aliás. Por um lado, porque o ano ainda não terminou. Por outro, porque os primeiros tempos de 2022 – pelo menos – terão ainda muitas restrições pela frente e uma pandemia sem fim certo à vista.

Entretanto, chegou de novo o Natal. O segundo, desde que a normalidade dos dias mudou, quase sem aviso prévio, em março de 2020. Em Vagos, o centro da vila volta a não receber o evento “Natal(ia)” e o seu pai Natal – por opção da Câmara e do Museu do Brincar, uma decisão criticada por uns, mas muito aplaudida por outros. Muitas famílias ainda não se sentem confortáveis em reunir todos os seus elementos à volta

da mesma mesa e outras vão optar por realizar testes à covid-19 antes de se juntarem. Por todo o país, milhares de idosos vão ficar retidos nas instituições, sem poderem ir passar o Natal a casa. E outros tantos emigrantes, Mundo fora, não podem viajar para junto dos seus. Será, em muitos casos, mais um Natal diferente. Mas há uma coisa que nenhuma pandemia nos devia tirar: o espírito natalício.

Não falo de compras, de presentes ou de mesas repletas das melhores iguarias. Se, pelo menos no Natal, reinar a solidariedade, a paz, a amizade, a fraternidade e o amor, então o espírito natalício está vivo. Seja lado a lado, com



um abraço, seja à distância de um telefone ou de uma videochamada, com visitas virtuais, o importante é não deixar o espírito natalício morrer. Se, depois, se mantiver vivo o ano todo, perfeito. E por isso que, numa época como esta, que me é tão cara, não posso desejar nada mais, a todos os leitores, do que umas festas felizes.

SALOMÉ FILIPE - DIRETORA DO JORNAL

## EFEMÉRIDE

### As freguesias do nosso contentamento

Aconteceu no ano de 1985. Na manhã de 9 de julho, pelas 12,13 horas, tocou o telefone da residência paroquial. O Pe. Creoulo atendeu de pronto. Do outro lado da linha estava Horácio Marçal, para dar a boa nova, a partir da Assembleia da República: “Era para dizer que, neste momento, acaba de ser votado o Projeto de Lei das novas freguesias - Santo António, Santo André e Santa Catarina, pelo que podeis dar largas à vossa alegria!”. Tinha sido o deputado do CDS, pelo Círculo de Aveiro, que com Maria José Sampaio, José Luís Christo, Mário Galoso e Girão Pereira, patrocinaram e defenderam o processo de criação das referidas freguesias. No caso de Santo António e Santo André, com as áreas a serem destacadas na freguesia de Vagos, enquanto Santa Catarina a deixar de pertencer a Covão do Lobo.

Afinal, o que iria significar, para as populações, a sua elevação à categoria de freguesia civil? A resposta seria dada mais tarde, pelo

próprio Pe. Creoulo, que reuniu na “nova” freguesia alguns dos protagonistas, que tinham tornado realidade aquele “dia histórico”. Nomeadamente aqueles que, desde 2 de julho de 1971, foram vencendo os obstáculos que iam surgindo. Com destaque para os já citados deputados (faltou Maria José Sampaio), a presidente da câmara, Alda Santos Victor, e familiares de Ernesto Neves, entre outros. Quem também marcou presença foi Gilberto Madail, então governador civil, que se ausentou “para outra festa”, por estar comprometido. Como assinalou o pároco da freguesia de Santo António, que celebrou missa solenizada, a partir da publicação em Diário da República, o povo “começa a governar-se por si mesmo; pelos seus representantes procurará, com dedicação, bom senso, sentido de serviço, retidão e imparcialidade, descobrir atempadamente as carências destas povoações tentando, pelos meios ao seu alcance, resolvê-las”. Expressando um “bem-haja ao CDS”, para que não restassem dúvidas, acrescentava o Pe. Creoulo que “o progresso destas

povoações passa, doravante, a estar nas mãos dos seus filhos. (...) Importa encontrar homens dedicados e generosos, que pensem em si, como não podia deixar de ser, e estejam sempre dispostos a servir os outros e a sua querida terra desinteressadamente”. Deixava um alerta: “É preciso dar as mãos, num esforço comum e coletivo, para o bem de todos. Procurai estar atentos, porque há sempre a possibilidade de alguns indivíduos, apresentando-se como conselheiros, venham provocar a divisão: fazem a sementeira, mas vão embora. E vós é que ficais a sofrer, no corpo e na alma, as consequências, que são sempre imprevisíveis”.

O almoço para celebrar a elevação juntou mais de 200 convivas, já que a ementa (caldo verde, prato de bacalhau, leitão à Bairrada, e doces confeccionados por um “amigo” de Soza), era convidativa. A tarde foi a atuação de dois ranchos folclóricos, e pela noite dentro a exibição de um conjunto musical, a que se seguiu o tradicional fogo de artifício.



Em dezembro desse ano houve eleições. Nas novas freguesias, os candidatos à assembleia de freguesia foram os seguintes: Santa Catarina - Armando Vieira (APU), Avelino Simões (CDS), António Nunes Santos (PPM) e Norberto Carvalho (PSD). Santo André - José Mário Magalhães (APU), Manuel Marques (CDS), Américo Narciso (PPM) e Manuel Dorindo Nunes (PSD). Santo António - Evangelista Maranhão (APU), Aquiles Capela (CDS) e Daniel Martins (PSD). António Nunes Santos (Santa Catarina), Manuel Marques (Santo André) e Daniel Martins (PSD), foram eleitos presidentes.

Eduardo Jaques

## CONSULTÓRIO

### Osteoporose

A Osteoporose é uma doença que se caracteriza pela diminuição da densidade mineral óssea e por alterações na arquitetura dos ossos, tornando-os mais frágeis e com maior risco de fratura.

Infelizmente trata-se de uma doença silenciosa e, muitas vezes, os primeiros sintomas são o surgimento de fraturas com pequenos traumatismos - Fraturas de fragilidade ou fraturas osteoporóticas. Os locais mais afetados são a anca e a coluna vertebral.

O aumento da idade nas mulheres e

a menopausa estão altamente relacionados com o desenvolvimento de osteoporose. No entanto, existem outros fatores risco como: idade > 65 anos; tabagismo; Consumo abusivo de álcool; peso abaixo do normal; tratamento prolongado com corticoides; familiares diretos com a doença; imobilização prolongada; entre outros....

A prevenção deve começar desde a infância, como por exemplo:  
- Praticar regularmente exercício físico (caminhadas, ginástica aeróbica ou corridas);  
Sabia que.... A natação, apesar de ser um excelente tipo de exercício para

fortalecer os músculos, não é uma boa opção para prevenção da osteoporose, uma vez que não interfere na densidade mineral óssea (deve existir um “impacto” no chão);

- Alimentação equilibrada, com uma ingestão adequada de cálcio (existente no leite e derivados; legumes verdes; alguns frutos secos e em alguns tipos de peixe);

- Exposição solar (cerca de 20 min/ dia, sem proteção solar - evitar as horas de maior risco; o sol é necessário para a produção de vitamina D, essencial para uma boa mineralização dos ossos); O objetivo do tratamento é evitar o

surgimento de fraturas osteoporóticas e melhorar a qualidade de vida do doente!

Genericamente, se tem mais de 50 anos e tem dúvidas deverá procurar um médico para avaliar o seu estado geral, nomeadamente o risco de desenvolver ou até já ter osteoporose (através de escalas/ algoritmos próprios). Se estiver indicado deverá iniciar tratamento farmacológico.

Ángela Figueiredo Costa  
Médica Interna de Medicina  
Geral e Familiar  
USF Senhora de Vagos



## FICHA TÉCNICA

**Proprietário e Editor** Santa Casa da Misericórdia de Vagos | **Sede de redação / Sede do Editor / Morada / Contactos** Rua Padre Vicente Maria da Rocha n.º 555 . 3840 - 453 Vagos  
**Telefone** 234 799 180 . **Email** misericordiadevagos@scmvagos.eu | **N.º de contribuinte** 501 181 164 | **N.º de registo na ERC** 126 915

**Depósito legal** 436462/18 | **Diretora** Salomé Filipe | **Tiragem** 2500 exemplares | **Preço** Distribuição gratuita | **Patrocinaram esta edição** Câmara Municipal de Vagos, Farmácia Giro, Mistolin, Caixa de Crédito Agrícola e Eml - Comércio de Carnes, SA | **Colaboraram nesta edição** Salomé Filipe, Eduardo Jaques, João Ferreira, Agrupamento de Escolas de Vagos, António Moiteiro Ramos, Silvério Regalado, Fernando Mendonça, Paulo Gravato, Pe. Nuno Queirós, Angela Costa, Maria do Céu Matos, Jackas, IPSS do Concelho, Mesa Administrativa e colaboradores da Misericórdia de Vagos.

Os artigos dos colaboradores não vinculam a Direção do Eco de Vagos, são da inteira responsabilidade dos seus autores | **Estatuto editorial publicado em:** ecovagos.pt

**Design e Paginação** Madideias.com | **Impressão** FIG - INDÚSTRIAS GRÁFICAS, SA . Rua Adriano Lucas, nº 161 . 3020-265 Coimbra

## Natal é todos os dias

Queridas leitoras e queridos leitores do jornal "ECOS DE VAGOS" estamos a aproximar-nos do Natal.

Vivemos hoje um período conturbado devido ao estado pandémico que parece querer comprometer mais um Natal, tal como aconteceu no ano de 2020. Mas poderá este vírus comprometer este e outros natais? Muitos terão perdido entes queridos, muitos terão passado o Natal de 2020 sozinhos sem a presença dos seus familiares, muitos cederam à tristeza e à solidão. A economia terá sofrido também as suas consequências, principalmente o comércio tradicional... Mas também vimos em todo o mundo redes de solidariedade, de partilha... de AMOR!

O Natal comemora o nascimento de Jesus Cristo para os cristãos católicos, mas ele vai para além disso, ele é festejado por muitos credos religiosos por todo o mundo.

Apesar de todo este período conturbado que vivemos não podemos esquecer os valores que norteiam o Natal que não são de todo o consumismo excessivo que se vive neste período.

Este período festivo é um período para reflexão de todos, um período para partilhar o amor, um período de solidariedade, de paz, de esperança e de grande alegria.

Minhas queridas amigas e meus queridos amigos vamos juntos mostrar ao mundo que valores mais altos se levantam que numa sociedade sem fronteiras não pode haver racismo, xenofobia. Não faz sentido ter aversão ou mesmo profunda antipatia em relação aos outros povos e culturas. Não faz sentido comprometer a paz em nome de um deus, em nome da indústria bélica...

Todos os dias somos confrontados com a violência através das televisões, vimos povos em fuga do seu país na busca de uma vida melhor, gentes que se lançam ao desconhecido para resgatar aquilo a que todos temos direito... PAZ, AMOR e TRANQUILIDADE.

Sim todos os dias vimos, ouvimos e lemos notícias de guerras, de mortes, de grandes catástrofes...

Muitas vezes perguntamos a Deus porque nos faz isto, porque nos manda as guerras, as catástrofes naturais, as doenças...

A 13 de maio, um utilizador do Facebook dizia:

*"Einstein disse que Deus não criou o mal. O mal é o resultado da ausência de Deus nos corações dos seres humanos". Independentemente de ter sido ou não Einstein a fazer esta afirmação, ela não deixa de ser verdadeira. A ausência de fé e de esperança o desejo de dominar o mundo e os outros leva a que alguns homens em nome de valores mais altos (valores muito questionáveis que passa apenas pela ganância e poder) se lancem na guerra, em ditaduras, na violência, na destruição da natureza e tanto mais.*

*Porque não vimos, ouvimos ou lemos nos órgãos de comunicação; os mesmos que nos trazem o horror da guerra, da violência, da escravatura, do tráfico humano...*

*... porque não ouvimos desses órgãos, falarem de um bombeiro que sacrificou a vida para salvar uma criança, de uma família que acolheu em sua casa um mendigo, de alguém que doou um órgão para salvar uma vida, de um cão que correu quilómetros para encontrar o seu dono, de mulheres e homens que todos os dias fazem "milagres"?*

*São nesses testemunhos que nos devemos rever, neles encontraremos o verdadeiro sentido da vida, neles está o verdadeiro significado do Natal e por isso dizemos "que o Natal é sempre que o homem quer", porque todos os dias sem exceção deveremos praticar o bem. Todos os dias devemos dizer ao outro quanto os amamos, quanto lhes queremos bem, que estamos sempre ao seu lado, não só nas alegrias, mas também nos momentos difíceis... a amizade não tira férias, não vira as costas aos outros, ela está sempre lá! Por vezes não usamos as palavras certas ou escolhemos os melhores momentos para o provar mas o espírito, o verdadeiro espírito de natal está lá, nos pequenos gestos, nos grandes gestos, nos pequenos erros (não intencionais, claro)*

*... Quando existe amor, amizade, solidariedade, partilha, então falamos de Natal.*

*Como uma grande amiga minha diz "O Amor pleno é Deus" e di-lo com grande convicção, então nas guerras, na violência, na destruição, na dor... não pode existir Deus. Deus só existirá no coração das mulheres e dos homens quando estes amarem plenamente.*

Não me vou despedir de vós sem primeiro partilhar convosco uma pequena história:

*"Havia uma menina, não uma menina qualquer... mas sim uma menina linda com um coração puro, com um coração cheio de amor, carinho, paz, um verdadeiro porto de abrigo para aqueles que se encontram "mendigos" de uma amizade plena.*

*Era a menina da Lua... porquê a menina da Lua? Porque era lá que ela encontrava paz, era com a lua que todos os dias partilhava as suas alegrias, as suas tristezas, os seus segredos...*

*Um dia um menino seguindo o caminho da Lua encontrou esta menina. Este menino que estava perdido, sem esperança, sem amor, sem paz viu na Lua um lindo rosto sorrindo que lhe encheu a alma, que pôs a rebate o seu pequeno coração.*

*Agora todas as noites esse menino se sentava no caminho da Lua e partilhava com a menina todos os seus segredos, as suas alegrias, as suas tristezas... e todas as noites esse menino se deitava com o coração cheio. Todas as noites esse menino pedia a Deus que no dia seguinte, no outro e no outro a encontrasse naquele lindo caminho. Tudo o que ele fazia a partir do dia em que conheceu a menina da Lua era para ela, por ela...*

*O menino esquecera que a menina da Lua tinha um coração enorme, um coração que abraçava todo o universo, cheio de amor para dar... para todos que a rodeavam era Natal todos os dias. Mas o menino queria aquele coração, aquele sorriso, aquela alegria só para ele. Esquecera que outros meninos e meninas precisavam daquele coração imenso.*

*O menino triste partiu na convicção que a menina da Lua já não gostaria dele e com o seu afastamento não percebeu que a magoava.*

*Todos os dias pedia a Deus que a trouxesse de volta que a protegesse que lhe abrisse de novo o caminho da Lua... Todas as noites numa profunda tristeza o menino olhava distante a Lua na esperança de ver o sorriso da menina de volta.*

*Culpando tudo e todos o menino não percebeu o quanto a magoava. O menino culpava Deus, mas não viu que foi ele que fechou a porta ao amor pleno, a Deus!*



*Não viu que foi ele que bloqueou o caminho da Lua, que foi ele que todas as noites se sentou nas costas da Lua para não ver o sorriso da menina que dia após dia sempre lá esteve... não percebeu que também ele tinha um lugar especial no coração da menina e que esse coração era suficientemente grande para "amar" tantas outras meninas e meninos..."*

Não sejam como este menino que queria para si todo o amor do mundo, que egoistamente fechara o caminho da Lua... Que queria que a Menina da Lua fosse só sua...

Este não é o amor pleno, como diz a minha amiguinha isto não é DEUS. Por isso vos deixo com um grande desejo, amai todos que vos rodeiam, sejam a menina da Lua dos vossos amigos, da vossa família, dos que precisam de vós, pois só assim haverá NATAL!

O Natal é isso, é amor, solidariedade, partilha, igualdade, paz... O NATAL é a Menina da Lua, o NATAL são todos que acreditam que o mundo pode ser melhor, todos que lutam por um mundo mais solidário sem guerras, sem ódios!

Este Natal vamos junto das pessoas que amamos dizer-lhes o quanto gostamos delas, o quanto lhes queremos bem... corramos as distâncias que forem precisas para lhes dizer que as guardamos no coração, sempre... SEMPRE!!!

A mim resta-me desejar a todas as crianças, meninos e meninas, homens e mulheres... a todas as meninas da Lua tão especiais um FELIZ E SANTO NATAL.

SANTA JACKAS  
 ÚNICO PAI NATAL CERTIFICADO DA PENINSULA IBERICA

## Angels Unawares

O Ser Humano desvela toda a sua rica e bela complexidade na inteligência de exprimir-se em sentimentos, comportamentos, e relações, precedidos de percepções, convicções e conceitos, resultantes da hermenêutica de si mesmo e do mundo, filtrada pelas próprias cognições, experiências e competências que no seu todo constroem cultura. E nesse sentido que cada pessoa, na sua circunstância única e irrepitível, permite sempre acrescentar ao mundo novidade, porque só na diversidade se descobre algo essencialmente novo, só na dialogia da própria identidade cultural se desenvolve e cresce, por isso não somos sós.

A Humanidade adquiriu capacidade criadora a partir da integração da sua poliédrica identidade cultural. Com efeito, é graças à nossa heteronomia dialogada e respeitada que sempre levamos ao outro algo que o acrescenta; como, ao contrário, sempre emudecemos a humana capacidade expansiva quando nos firmamos em ideologias totalitárias,

percepções monocromáticas do mundo, que tantas vezes sob o pretexto de discriminação, tratam por igual o que radicalmente é diferente. Os grandes e históricos progressos só foram possíveis pela integração do património heterogéneo do mundo. Assim se desenvolveram as grandes civilizações. É nesse sentido que o respeito pela diversidade e identidade cultural de cada um, ou de cada povo, nunca deverá ser concebido como procura de "igualdade", mais que de "equidade". O desejo que todos acedam justamente à plenitude de humanização deve partir da sábia e respeitosa integração da diferença, mais que a dissolução na ideológica e dogmática percepção da "igualdade". Por isso, tanto considero absurda e pouco inclusiva qualquer pretensão de apagar conceitos e expressões características de determinadas culturas, ainda que tenham sido meras pinceladas históricas; como aplaudo a arte da potenciação da pluralidade cultural que assume sabiamente uma paleta rica e variada

de situações, rostos e circunstâncias. Já não há paciência para propostas como a que estes dias - como noutros tempos - apresentou Helena Dalli, a maltesa comissária da União Europeia para a "Igualdade", que procurava num suposto documento de 30 páginas deixar diretrizes de unificação conceptual, para uma linguagem pretensiosamente mais inclusiva, abolindo termos como "Natal" (doravante seria substituído por "festividades"), ou a distinção de "Senhor" ou "Senhora", fazendo-os entrar numa espécie de index verborum prohibitorum.

Hoje gostaria de contemplar com esperança a realidade sempre premente estampada nos expressivos e multiculturais rostos de bronze do monumento "Angels Unawares" do escultor canadiano Timothy Schmalz, colocado junto à icónica colunata de Bernini, na Praça de São Pedro, no Vaticano, a 29/09/2019, por ocasião do 105º Dia Mundial do Migrante e Refugiado. Neles e na diversidade de



povos e realidades que representam, releio que o Natal é inequivocamente cristão e precisamente por sê-lo - fiel ao seu reto e essencial sentido - ninguém exclui, antes se expande no desejo de todos reabilitar e integrar.

NUNO DUARTE DA SILVA QUEIRÓS  
 PADRE

## Silvério Regalado

Nesta quadra natalícia e de passagem de ano, altura de reflexão e partilha, quero deixar a todos os munícipes uma palavra de sentido apreço, e outra de esperança e expectativa. Apreço pela resiliência e responsabilidade com que enfrentámos e continuamos a enfrentar, juntos, a pandemia da COVID-19. Nesta matéria, quero reconhecer o empenho e deixar uma mensagem de gratidão e admiração a todos os funcionários da Câmara Municipal, aos profissionais de saúde, aos bombeiros, GNR, IPSS's, e demais instituições, que têm sido incedíveis no desempenho das suas funções e na colaboração prestada à nossa comunidade. Uma palavra de apreço também para com os nossos empresários, que têm sabido gerir com equilíbrio todas as dificuldades e manter a sua atividade, da qual depende o crescimento económico e o emprego, fatores essenciais para o bem-estar da nossa sociedade. Agradeço a vossa missão, a vossa visão e o vosso empenho. Não posso deixar de fazer uma referência aos nossos emigrantes que tiveram que lidar, por força da pandemia, com dificuldades nos países onde

desenvolvem a sua atividade profissional, e se viram privados de se deslocarem a Portugal e conviver com os seus familiares e amigos. Um abraço de esperança com o desejo do tão aguardado reencontro. Apesar da pandemia, conseguimos em 2021 estar à altura das expectativas e fizemos tudo o que estava ao nosso alcance para promover a nossa identidade e os nossos recursos, tendo como objetivo essencial o crescimento e desenvolvimento equilibrado do nosso Concelho. Acreditamos e tudo faremos para que 2022 seja um ano de um forte investimento em cumprimento da estratégia e das prioridades que foram definidas. A concluir, quero desejar que vivam esta quadra festiva em segurança, manifestando os nossos valores solidários e de amizade. Todos juntos, estaremos à altura de construir um futuro cada vez mais promissor e que vá de encontro às nossas expectativas.

Boas festas e um excelente ano de 2022.

PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE VAGOS

## Fernando Mendonça

O ano que agora termina, o segundo que vivemos as dificuldades inerentes à situação de pandemia, foi, por esse motivo, um ano de desafios acrescidos, tal como já havia sido o de 2020. Contudo, ao aproximarmos-nos do seu ponto de viragem, creio que o setor social tem razões para encarar o futuro com um renovado otimismo. Assistimos recentemente, em Aveiro, às primeiras assinaturas nacionais dos termos de aceitação no âmbito do PRR ! Mobilidade Verde, para aquisição de Viaturas Elétricas destinadas ao Serviço de Apoio Domiciliário de IPSS do nosso distrito. Há pouco mais de uma semana, também no âmbito do PRR, abriram as candidaturas para alargamento da rede equipamentos sociais (para creches, pessoas idosas e pessoas com deficiência) com um valor global de 250 Milhões. Ao mesmo tempo, estão a ser comunicados os resultados das candidaturas ao PARES 3, cujos resultados permitirão um aumento significativo da capacidade das respostas dedicadas aos mais idosos e pessoas com deficiência. Paralelamente, encerraram no dia 7 de dezembro as candidaturas ao PROCOOP, destinadas ao alargamento da cooperação com as instituições, através da celebração de novos acordos de cooperação ou do alargamento dos acordos vigentes. Recorde-se também que, a meio deste ano, havia sido igualmente possível chegar a acordo com os parceiros do Setor Social e Solidário para a celebração de um novo compromisso de Cooperação para o biênio 2021-2022, naquele que constituiu o maior aumento de sempre nas participações às IPSS e equiparadas. Acresce ainda, na resposta direta à pandemia, o apoio prestado em medidas como o MAREESS - Apoio ao Reforço de Emergência de Equipamentos Sociais e de Saúde, as Brigadas de Intervenção Rápida (BIR) ou o fornecimento de ERPIS às instituições. Mas estes são apenas exemplos do enriquecimento de um modelo de cooperação entre os Estado e os seus parceiros estratégicos do setor social, que é único e que tem permitido

resultados de enorme relevância em Portugal no âmbito da solidariedade social, da coesão social e da inclusão. E as dificuldades recentes demonstraram cabalmente o mérito dessa opção.

Hoje, ao termos evoluído para uma ideia de solidariedade social que coloca a ênfase na dignidade da pessoa e nos seus direitos enquanto cidadão, verificamos, sem grande discussão, que a cooperação é o caminho que temos que continuar a trilhar juntos, unindo e partilhando esforços sobre os problemas sociais, num trabalho conjunto, solidário e estrutural, quebrando barreiras, desfazendo preconceitos e gerando oportunidades.

A Santa Casa da Misericórdia de Vagos, pelo impacto da sua atividade, tem sido um excelente exemplo da importância do trabalho que é lavado a cabo no setor social do distrito de Aveiro.

Para lá de toda a dinâmica conhecida nas diferentes respostas que desenvolve - desde a infância à população idosa -, ainda recentemente, por exemplo, tivemos a oportunidade de assistir à apresentação dos resultados do projeto 'Memorizar' que, através do financiamento do Portugal Inovação Social e com o apoio da Câmara Municipal, se destacou a cuidar e a acompanhar pessoas com demência, famílias e cuidadores, com resultados muito relevantes.

Neste período natalício que atravessamos - um tempo sempre propício à renovação da esperança -, é tempo de agradecer às instituições, bem como às mulheres e aos homens que, no seu seio, se dedicam a servir os outros.

E nesse contexto de reconhecimento devido que reside o trabalho da Santa Casa da Misericórdia de Vagos, do seu provedor, mesários, demais dirigentes e trabalhadores, que se batem diariamente pela instituição e pelo bem estar e qualidade de vida dos seus utentes. A todos, votos de um Feliz Natal e de um Ano Novo pleno de realizações e de esperança.

DIRETOR DO CENTRO DISTRITAL DE AVEIRO DO ISS, IP.

## Paulo Gravato

O tempo de Natal sempre se afirmou por atitudes de partilha, de ternura e compromisso de missões solidárias que visam contemplar a franja vulnerável da sociedade. Contudo, a oferta excessiva de todo o tipo de bens e o consumismo a que nos habituámos, retirou ao Natal o seu verdadeiro significado. Hoje, neste nosso mundo em que a pandemia continua a ditar regras aos povos, vemo-nos confrontados com realidades duras, obrigando-nos a estabelecer prioridades e a direcionar o nosso olhar e a nossa ação para tantos familiares, amigos, conhecidos ou não que precisam, efetivamente, de uma mão amiga e uma ajuda atempada. Foi neste sentido que a Misericórdia se empenhou, dando apoio diário a cerca de trezentas pessoas carenciadas do nosso concelho.

E por acreditarmos que a partilha e a solidariedade têm de acontecer quando é necessário, esforçamo-nos por pôr em prática o espírito de Natal, no nosso dia a dia. Seria bom que a sociedade, com todos os seus agentes com responsabilidade social, modificasse mentalidades, adequasse os seus comportamentos às realidades atuais e permitisse que quem nada ou pouco tem, pudesse viver momentos mais felizes. Com a esperança de que os valores do Natal possam estar presentes na vida de cada um de nós, aqui deixo os votos de Festas Felizes.

PROVEDOR DA SANTA CASA DE MISERICÓRDIA DE VAGOS

## António Manuel Moiteiro Ramos

«O Verbo fez-se homem e veio habitar connosco» (Jo 1,14)

O Natal está a chegar e na singeleza do Presépio resplandece a luz que veio habitar connosco e nos convida a "pôr a caminho".

«Glória a Deus nas alturas e paz na terra aos homens de boa vontade» (Lc 2,14) foi o anúncio feito pelo anjo. É esta voz que nos chama e diz que nos ama que deve reclamar toda a nossa atenção. A Deus, que vem ao nosso encontro, os pastores, gente humilde e pobre, responderam pondo-se a caminho e oferecendo-lhe o que tinham de melhor. Também os Magos quiseram associar-se à alegria do nascimento do Filho de Deus e guiados por uma estrela encontraram o Deus Menino «envolto em panos e deitado numa manjedoura» (Lc 2,12) - descobriram a realeza do amor. Tal como aconteceu com os pastores e com os Magos, que não só se puseram a caminho, mas a partir daquele momento começaram algo novo, também cada cristão e cada comunidade são chamados a interpretar os sinais que nos vêm de Deus e a ir ao seu encontro. Viver o Natal é fazer o caminho que eles percorreram para se encontrarem consigo mesmos e com Aquele que vinha apontar um caminho de salvação.

"Da alegria trazida pelo Senhor, ninguém é excluído" (EG 3). O contexto social que vivemos solicita que cada um de nós percorra um caminho de encontro: encontro connosco próprios e com os outros. Sem encontro e abertura a todos, em especial aos mais humildes, não poderemos encontrar Jesus. Em cada Natal, somos convidados a acolher o projeto que Jesus veio apresentar e fazer dele o critério fundamental da nossa vida. Este Natal encontra a Igreja a viver um tempo de preparação para o próximo Sínodo dos Bispos, com o tema "Por uma Igreja Sinodal: comunhão, participação e missão". Isto exige que, individualmente e em comunidade, nos escutemos uns aos outros de modo a discernir o que o Espírito de Deus tem para dizer à Igreja e à sociedade.

O caminho de renovação que se pretende passa por uma nova compreensão do que é a Igreja e uma nova maneira de viver a fé cristã. Cada vez mais se torna necessário fazer um caminho em conjunto, onde todos se sintam implicados na construção de um mundo mais justo e fraterno. A nossa diocese não pode ficar indiferente a esta

exigência. Há famílias a necessitar de se reconciliarem e de serem as protagonistas da sua história de amor; quem procure um salário mais justo para sustento da própria família; quem procure uma habitação condigna; quem procure reconstruir vidas; quem anseie por um mundo mais harmonioso e ecológico.

A par do amor afetuosos que o Natal exige, a Igreja não pode calar a verdade que recebeu do Filho de Deus, vida e luz para a Humanidade. Enfrenta vários desafios e, na fidelidade à voz do Espírito, tem de encontrar respostas adequadas: a formação cristã como desafio premente para as nossas comunidades cristãs, onde a fé e a vida se entrelaçam em caminhos de renovação; o acolhimento aos que pensam de modo diferente e aos que andam afastados; a atenção redobrada a todas as situações que ferem a dignidade do ser humano, a começar pelos mais débeis e frágeis.

O Presépio é lugar de encontro para todos. Nele aprende-se uma lição de vida familiar e comunitária. A Sagrada Família de Nazaré - Jesus, Maria e José - é fonte de inspiração para a vivência do verdadeiro Natal. Maria ao aceitar ser a Mãe do Salvador entregou-se totalmente nas mãos de Deus e o seu Sim dado ao anjo marcou toda a sua existência. Foi um sim na Anunciação, tal como junto à cruz de Jesus e no nascimento da Igreja na vinda do Espírito Santo. São José, no silêncio e no cumprimento da vontade de Deus, foi modelo de trabalhador e dedicação à família. Jesus foi crescendo em "sabedoria, estatura e graça", dando exemplos concretos de como cumprir a vontade de Deus, seu Pai.

Estimulados pela caminhada sinodal da nossa igreja diocesana, sejamos também nós capazes de aprender as lições que brotam do presépio: uma vida simples de dedicação aos que mais precisam; uma atenção constante à família, para que esta se torne protagonista e interveniente do anúncio do Evangelho a outras famílias. Estou convicto que se pusermos isto em prática a paz reinará e o caminho da justiça e do perdão levar-nos-ão a acreditar que é possível edificar a comunidade à imagem da Boa Nova que Jesus traz.

Viver o Natal é dar primazia ao amor e à esperança. Desejo a todos um santo e feliz Natal e que o novo ano seja um tempo de renovação.

BISPO DE AVEIRO

## “Os idosos nem sempre podem viver o Natal de forma plena”

**Sofia Nunes e Ângelo Valente, da Interage, dizem que é comum as pessoas mais velhas sentirem tristeza associada à época natalícia**

Alegria, festa, amor, convívio e sorrisos. Habitualmente, o Natal é significado de tudo isso. Mas não para toda a gente. Até porque o Natal é, indubitavelmente, a época das emoções. Por isso, nesta altura do ano, também a nostalgia e a tristeza tomam conta de muitas pessoas. Principalmente das mais velhas. E a solidão, já presente durante o ano, parece acentuar-se. O Eco de Vagos foi falar com o animador sociocultural Ângelo Valente e com a gerontóloga Sofia Nunes – que têm percorrido o país, com a Interage, a promover um envelhecimento ativo e “sem preconceitos” – para perceber de que forma é possível combater a solidão e a tristeza na terceira idade.

“No Natal, a alegria e a felicidade são vividas por muitos. Mas, infelizmente, acentuam ainda mais os sentimentos de solidão, tristeza, depressão e angústia, para quem não tem o privilégio de viver em plenitude esta época. E muitas destas pessoas são idosas”, referem o vagueuse Ângelo e a ilhavense Sofia, que se dedicam ao trabalho com os mais velhos há mais de uma década. Por outro lado, a época pode tornar-se mais triste para pessoas que perderam alguém, que estão afastadas dos seus entes queridos ou que têm dificuldades financeiras – e, conseqüentemente, não conseguem acompanhar as expectativas de consumo associadas ao Natal. “São situações comuns a todas as idades e especialmente frequentes nas pessoas mais velhas”, referem os dois técnicos,

para quem a sociedade deveria ter esses aspetos em consideração, na forma como promove a época natalícia. “A constante representação do Natal como experiência única, muito baseada no consumismo e

dizem que “devemos começar por fazer ações que devem ser alargadas a todos os períodos do ano”. “Procurar estar mais presente, ligar de forma recorrente só para saber como a pessoa se encontra

técnicos fazem uma ressalva: “É importante respeitar e não pressionar, caso a pessoa não se sinta à vontade ou não queira”.



em estar apenas com a família, pode fazer com que muitas pessoas se sintam ainda mais sozinhas”, alertam.

**O que fazer**  
 Para melhorar o Natal de quem se sente mais sozinho e triste, Ângelo e Sofia

e fazer visitas com segurança, mesmo que por curtos períodos, à janela ou à porta, é importante”, sugerem. Por outro lado, “podemos sempre procurar saber com quem a pessoa vai passar o Natal e, caso não tenha companhia, convidá-la para a nossa consoada”. Mas os dois

Já no que diz respeito aos idosos que se encontram institucionalizados, o animador sociocultural e a gerontóloga descansam os familiares, garantindo que “muitas vezes vivem bolhas de amor, feitas do trabalho e dedicação dos funcionários e utentes”. Apesar disso, mantém-se fundamental a presença da família, que, condicionada pela pandemia, pode optar pelas “tecnologias, que nos ajudam a diminuir a distância”. “É incrível como tantas pessoas se reinventam, por esta altura, para chegar aos seus”, constata.

Finalmente, além do papel que cada pessoa, individualmente, pode fazer, às autarquias, instituições e associações cabe um papel fulcral para o combate à solidão na terceira idade. “Há, frequentemente, ações para as pessoas que possam estar mais sozinhas e os convites para as pessoas se juntarem ao seu Natal, por parte de associações e instituições, são recorrentes. Podemos procurar saber o que acontecer nos nossos municípios e freguesias e sinalizar as pessoas que pensamos que possam beneficiar deste cuidado especial”, exemplificam Ângelo Valente e Sofia Nunes.

S.F.

## Polidesportivo da Vagueira reconvertido para basquetebol 3x3

**Condições do espaço vão ser criadas ao abrigo de um protocolo celebrado entre a Câmara e a Federação Portuguesa de Basquetebol**

O Polidesportivo da Praia da Vagueira vai ser reconvertido para um campo de basquetebol 3x3 e decorado por uma obra de arte urbana, a ser executada por um artista convidado. As novas condições do espaço vão ser criadas na sequência de uma candidatura que a Câmara de Vagos apresentou à Federação Portuguesa de Basquetebol (FPB).



A implementação do projeto 3x3 Basketart vai ser possível através de um protocolo de cooperação, assinado entre a Autarquia, a FPB, a Associação de Basquetebol de Aveiro e a Associação Cidade Social. “Futuramente, está prevista a criação de uma competição

de basquetebol 3x3 entre os municípios aderentes, logo que o número de adesões assim o justifique”, explicou a Câmara, adiantando que também será “criado um roteiro digital de todos os espaços de jogo desta tipologia que a FPB e os diversos municípios forem capazes de implementar”.

“Esta é uma oportunidade que o município não poderia desperdiçar de, em conjunto com as restantes entidades sociais, fazer crescer o gosto e a prática do basquetebol nos cidadãos, associada ao melhoramento do Polidesportivo da Praia da Vagueira que, para além de ficar com condições ótimas para a prática da disciplina de 3x3, servirá igualmente de mostra de arte urbana”, sublinhou Pedro Bento, o vereador da Câmara que tem o pelouro do Desporto.

De acordo com informação prestada pela Autarquia, à Associação de Basquetebol de Aveiro caberá “prestar ao município de Vagos todos o apoio técnico necessário” para que o equipamento possa integrar as dinâmicas distritais das competições 3x3. Por seu turno, a Associação Cidade Social vai “promover o controle da dinamização e uso do equipamento e o estímulo à criação de competições informais”.

S.F.

## Pandemia volta a motivar cancelamento da “Natal(i)a”

**Decisão foi tomada, em conjunto, pela Câmara Municipal e pelo Museu do Brincar, que decidiram levar apenas o Pai Natal às escolas**

A Câmara de Vagos e o Museu do Brincar decidiram cancelar a edição deste ano do evento “Natal(i)a Terra do Pai Natal”, à semelhança do que aconteceu no ano passado. Em causa está, segundo alegam, a subida de casos de covid-19 no concelho.



A iniciativa estava programada para regressar a Vagos – após um ano de interregno, também devido à pandemia –, entre os dias 18 e 26 de dezembro. Mas o “agravamento do cenário pandémico” levou ao seu cancelamento. A organização diz que em causa esteve “a tipologia programada para esta iniciativa, que tinha prevista a realização de diversas atividades em tendas preparadas para o efeito”, e o facto de o evento ser, principalmente, destinado às crianças. “Não seria próprio privar as crianças e as famílias de desfrutarem plenamente, impondo as restrições que, desde dia 1, estão vigentes relativamente a realizações com estas características”,

explicam as entidades organizadoras, confiantes de que em 2022 já será possível Vagos voltar a receber a “Natal(i)a Terra do Pai Natal”.

**Bombeiros apoiam**

Apesar de o centro da vila não receber o habitual evento natalício, as crianças vão poder, na mesma, ver o Pai Natal ao vivo, transportado num veículo dos bombeiros. Também numa parceria entre a Câmara e o Museu do Brincar, com o apoio dos Bombeiros Voluntários de Vagos, o velho de barbas brancas – encarnado por Joaquim da Rocha, “Jackas”, o único Pai Natal certificado da Península Ibérica – vai visitar as escolas do 1º ciclo do Ensino Básico e os jardins de infância do concelho. A iniciativa “Operação Natal – o Pai Natal visita as escolas” começou no dia 15 e decorre até dia 21. O calendário será o seguinte: dia 17, na Gafanha da Boa Hora, no Jardim de Infância de Vagos e na Santa Casa da Misericórdia, dia 20, nas escolas básicas e nos jardins de infância de Salgueiro, Soza e Ouça, e, finalmente, no dia 21, na Escola Básica da Quintã, no Jardim de Infância da Lomba, na Escola Básica de Lombomeão e na Escola Básica Dr. João Rocha Pai, em Vagos.

“Esta foi a forma encontrada de poder fazer chegar às nossas crianças o simbolismo e a magia, tão típicos desta altura do ano”, refere a Autarquia.

S.F.

## Livro de Oscar Gaspar apresentado no Porto

**“Mais escolha, melhor saúde” é uma compilação de textos sobre o setor da saúde que o vaguense escreveu nos últimos 5 anos**

Oscar Gaspar, ex-secretário de Estado da Saúde e atual presidente da Associação Portuguesa de Hospitalização Privada, lançou o livro “Mais escolha, melhor saúde – Os portugueses e o sistema português de saúde”. A apresentação da obra decorreu no Ateneu Comercial do Porto, no passado dia 9, e esteve a cargo do eurodeputado Manuel Pizarro.

O recém-lançado livro compila vários textos que Oscar Gaspar escreveu, nos últimos cinco anos, para vários órgãos de comunicação social, sobre diversos assuntos relacionados com o setor da saúde. “Trata-se de um apanhado cronológico deste lustro, com muitas linhas que foram escritas sobre a pressão da conjuntura e, por isso, necessariamente marcadas pelas especificidades dos tempos que vivemos”, explica o autor, acrescentando que, “mais do que um diário de bordo”, a obra é “um testemunho de coerência nas tomadas de posição”.

Lançado quase dois anos depois do início da pandemia, o livro fala, também, segundo o autor, sobre os “impactos enormes” que a covid-19 está a ter “aos



mais diversos níveis”. “Uma parte relevante deste livro é dedicada a expor de que modo os hospitais privados estiveram presentes na luta nacional contra a pandemia e como as perspetivas da Saúde, das políticas de saúde e da resiliência dos sistemas de saúde estão a ser valorizadas”, conta Oscar Gaspar.

“Mais escolha, melhor saúde” tem prefácio de Germano de Sousa e de Augusto Mateus, respetivamente ex-bastonário da Ordem dos Médicos e ex-ministro da Economia.

S.F.

## João dos Santos Ferreira lançou “A Redenção”

**Apresentação da obra decorreu na Biblioteca Municipal de Vagos**

O autor vaguense João dos Santos Ferreira lançou o seu novo livro, “A Redenção”, no passado dia 9, na Biblioteca Municipal de Vagos. Aos 89 anos, o escritor confessou que a escrita lhe serve, muitas vezes, para “manter o cérebro ocupado e ativo”.



Artur Rosa abriu a sessão. E a Tiago Matos, neto do autor e seu grande admirador, coube iniciar a apresentação do livro “A

Redenção”. “Eco de Vagos” foi o nome do poema escolhido para a ocasião, como referência ao centenário da publicação que foi liderada por João dos Santos Ferreira durante 41 anos.

Na sua intervenção, o autor adiantou que a escrita lhe serve para “manter o cérebro ocupado e ativo”. Por isso, já escreveu uma dezena de obras, apesar de só ter publicado três. João dos Santos Ferreira deixou a promessa, no entanto, de vir a lançar mais livros.

Silvério Regalado, presidente da Câmara, recordou o papel relevante que o autor tem vindo a desempenhar no município de Vagos, desafiando-o, também, a escrever as suas memórias do que vivenciou enquanto jovem, nomeadamente em relação às “cegadas” e ao teatro.

S.F.

## BREVES

**INCÊNDIO.** Um incêndio habitacional que ocorreu, no passado dia 1, em Calvão, causou ferimentos no proprietário e único morador da habitação. O homem, de 86 anos, foi conduzido à Urgência do hospital por ter sofrido queimaduras, sem gravidade, e inalado algum fumo. As causas do fogo, que deflagrou no telhado da casa, não foram apuradas de imediato, mas tudo apontava para que pudessem estar relacionadas com o entupimento de uma chaminé. A casa ficou inabitável, tendo o idoso sido acolhido em casa de familiares.

**COVID-19.** O município de Vagos tem apenas uma farmácia que faz testes

gratuitos à covid-19, compartilhados pelo Estado. Trata-se da Farmácia Henriques Pereira, na Estrada Nacional 109, em Calvão. Cada utente tem direito, por mês, à realização de quatro testes à covid-19, em qualquer das farmácias ou laboratórios aderentes ao regime de comparticipação.

**SOLIDARIEDADE.** A Junta de Freguesia de Vagos e Santo António via oferecer um bolo rei a todos os idosos que se encontrem vulneráveis e isolados, assim como a pessoas doentes. Por isso, está a apelar a quem conheça pessoas nessas condições para que as inscreva, junto daquela autarquia.

S.F.

## Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense

**1860 – 2021: 161 anos de Música, por Vagos**



**... EFEMÉRIDE ...**

Cinco anos são volvidos sobre a inauguração da nova sede da Filarmónica Vaguense, no edifício CER, em Vagos.

Foi precisamente no dia 4 de dezembro de 2016 que ocorreu este importante acontecimento.

Nessa altura escrevi:

“Viva o 4 de dezembro de 2016! Viva! Realizou-se hoje a cerimónia oficial de inauguração da nova sede da Filarmónica Vaguense, no 3º andar do C.E.R., em Vagos, Graças ao protocolo firmado entre as direções do C.E.R., da Filarmónica e da Autarquia, que deu o suporte financeiro para a obra e posteriores encargos mensais, as valências da nossa instituição (Banda, Escola de Música, Orquestra Ligeira, Groove da Villa e Vacuus Sax Quartet) beneficiam a partir de agora de umas instalações condignas.

Vivam todos. Viva a cultura Vaguense!”

A Direção da Filarmónica Vaguense e o seu Maestro/Diretor Pedagógico desejam:

- aos nossos músicos, professores, alunos e seus encarregados de educação e familiares
- aos sócios da FV
- às entidades oficiais civis e religiosas
- às associações, empresas e particulares apoiantes das nossas atividades
- aos órgãos de comunicação social
- aos diretores da Santa Casa da Misericórdia de Vagos
- aos responsáveis, colaboradores e leitores do “Eco de Vagos”
- e a todos os vaguenses amigos da FV

SANTO NATAL e UM EXCELENTE 2022

Votos de muitas “Notas...Soltas” nas nossas vidas.

José A. Almeida



## Concelho com táxi para pessoas com mobilidade reduzida

**Câmara abriu concurso público por entender que o serviço fazia falta no concelho.**

Os habitantes de Vagos vão ter ao seu dispor, em breve, um táxi com condições para fazer o transporte de pessoas com mobilidade reduzida. O serviço vai passar a existir na sequência de um concurso público lançado pela Câmara, que entendeu que essa oferta estava em falta no concelho.

Após o lançamento do concurso público para a atribuição de uma licença de táxi para transporte de pessoas com mobilidade reduzida, apenas a empresa Táxis Rodribel, com sede em Vagos, se mostrou interessada, tendo ganho o procedimento concursal.

“A empresa será agora notificada da deliberação, tomada em sede de reunião de Câmara, e disporá de um prazo máximo de 180 dias para proceder à vistoria do veículo e, posteriormente, será emitida a licença, para que possa ser prestado aquele serviço à população”, adiantou a Autarquia, em comunicado. “A premissa é garantir que ninguém fique de fora e que todos os que necessitem de se deslocar o possam fazer, através de um simples contacto”, sublinhou, ainda, a Câmara.

S.F.

# ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 45 . DEZEMBRO 2021.

## Tem a Palavra a Mesa

### Um postal de natal o meu advento invertido

De todos cuido  
sem dó de mim  
no fim aconselho  
de bolos muito menos  
dos tolos não reza  
grande história  
Fica um ditado  
ao lixo deitado  
de são e de louco  
todos temos um pouco

Outra de mim me tornei  
não tolero intolerâncias  
não colaboro com baixezas  
Outra quero ser  
tenho a certeza  
e, no entanto  
de incertezas me faço  
embarços já não guardo  
A todos ofereço  
o meu braço - a isso chamo  
VOLUNTARIADO  
No tempo de galucha  
minha avó era apenas amearhar

Hoje os dias  
ensinam que ganhas  
mais em partilhar  
Dividir é dar ao outro  
o que a ti te sobra  
Sim, é sinal  
de riqueza maior  
e disso te fica  
sempre dobra

Diminuir tristezas  
de alguém  
Somar Alegrias convém  
Multiplicar, Dividir  
Que importa?  
Se significar  
Acrescentar

a cada um que não tem  
Partilhar  
o que tens em sobra  
Se o que temos  
guardarmos só para nós  
ganho nenhum  
dá a ninguém  
resta-nos afinal  
o ficarmos sós

Construir o porvir  
é dever de todos  
Maior bem  
E se cada um  
assim fizer  
um poder maior  
estará a surgir  
Amiúde em troca  
somos surpreendidos  
com poder desta nota  
Aí, no deserto dos dias  
uma ajuda surgirá

De nós só resta  
o que dermos  
O que temos cá fica  
dizem anciãos  
E, certo é:  
só do que fizemos  
os vindouros lembrarão



Se faço que o faço  
se digo o que digo  
é por ter a noção  
de quantos embaraços  
já me liberei

Em mês de prendas sonhadas  
Assim prevê  
pedir menos  
dar mais  
só assim o advento  
será nosso dever

Prometemos sonhos  
Comprometemo-nos  
VAI FICAR TUDO BEM  
Assim se achará  
quem bem fizer  
o que prometeu  
e para que tudo  
certo dê é só cumprir  
e sem desdém

Estes os meus ensejos

A todos na nossa CASA  
na nossa SANTA CASA

BOM  
NATAL  
BOAS FESTAS  
FELIZES CONCRETIZAÇÕES  
SÓ ASSIM ACEITO  
ESTA DATA  
DITA FELIZ

Maria do Céu Matos, mesária  
em "As palavras são como cerejas".

## Webinar

### "A Memorizar...": Orgulho, Honra e Importância

Preparar este Webinar teve patente um enorme sentimento de ORGULHO.

Partilhar o trabalho que desenvolvemos ao longo dos 3 anos numa iniciativa como esta fez para nós todo o sentido, uma vez que demos Voz àqueles que vivem a realidade da Demência todos os dias e fizemos um balanço do próprio projeto. Foram mais de 50 famílias acompanhadas ao longo da vigência do Memorizar, realizaram-se mais de 3000 sessões individuais, mais de 50 sessões em grupo, entre outras iniciativas como mais de 90 horas de formação dirigidas a colaboradores das IPSS's do concelho e mais de 100 ações de sensibilização/divulgação do projeto a fim de colocar a comunidade Vaguense a refletir sobre esta problemática.

em todos os presentes. Ao longo da manhã abordamos conceitos teóricos, terapêutica farmacológica associada e prevenção da doença, a intervenção com a pessoa com Demência e a importância do papel do Cuidador. O sucesso do projeto refletiu-se nos números apurados do impacto do mesmo em que 80% dos utentes mantiveram as suas capacidades cognitivas, 83.4% mantiveram o grau de autonomia e 95% dos cuidadores apresentaram uma diminuição da sobrecarga associada ao ato de cuidar. Referir ainda que caso o projeto não tivesse na sua génese a proximidade, onde o técnico é que se desloca ao domicílio da família acompanhada, 60% das famílias não beneficiariam de qualquer intervenção.



A manhã do dia 10 de dezembro foi para nós uma HONRA.

Contar com a presença de ilustres personalidades que deram Ser ao nosso projeto e de especialistas com largos anos de experiência na problemática das Demências fez com que esta iniciativa tivesse um grande impacto

No final do Webinar, a onda de elogios e agradecimentos pela existência de projetos como este, que levam à consciencialização de quem nunca experienciou esta problemática e que muda a vida de quem com ela convive diariamente, espelhou a IMPORTÂNCIA do MEMORIZAR.

## Época Natalícia

Estamos em cima da época natalícia, mãe de todos os sonhos. Sonhos de paz no mundo, sonhos de harmonia nas famílias, sonhos de mesas a esbanjar e sonhos de prendas nos sapatinhos. Na nossa casa de acolhimento residencial, CAR, os sonhos também se constroem, mas nem sempre se podem viver como são sonhados. As nossas jovens, resilientes e habituadas a uma vida que já lhe pregou algumas rasteiras sabem que haverá algumas prendas no sapatinho e uma festa antecipada, com todas e para todas viverem o espírito de natal. Não faltará o bacalhau com natas, como elas gostam, as rabanadas da "nossa" Carmita, as filhoses e os bilharacos e ainda outras gulodices feitas a seu pedido pelas nossas funcionárias. Depois do jantar a brincadeira vai reinar entre a descoberta das prendinhas que cada uma há-de receber e o momento de, bem instaladas passarmos o nosso tradicional resumo da vida, num ano de CAR, através de fotografias. Sabe sempre bem, lembrar as brincadeiras passadas, lembrar as que jovens que já saíram, os sítios onde fomos e as coisas que descobrimos... Algumas das nossas jovens poderão depois viver o natal com a família, voltando à sua origem por algumas horas ou dias, outras sentirão o calor de uma família amiga e outras



ficarão na casa que se tornou sua nos últimos meses ou anos. Esta parte está garantida! Para a harmonia na família e para a paz no mundo resta-nos pedir ao menino Jesus e acreditar que vamos ser abençoadas!

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

## Partilhamos as boas energias!

Desde este tempo "estranho" de pandemia, confinamento, privação de liberdade e, sobretudo, e o mais duro, privação de afeto e contacto físico com as nossas famílias, empenhamo-nos, ainda mais, no nosso trabalho.

Todas as semanas, nas nossas práticas, geramos boas energias que partilhamos com todas as respostas sociais da nossa Instituição, em específico, com as famílias e colaboradores.

Porque acreditamos que o bem de um é o bem de todos.

Nesta altura do ano, em que se aproximam as festividades em família, ainda mais importa gerar boas energias e partilhar o afeto dentro da nossa Casa.

A adaptação de cada atividade, cada tarefa, cada gesto de carinho torna-se cada vez mais importante para diminuir a "ressaca" da saudade.

Aproximando-se a época natalícia, desejamos a todos nós, e principalmente



às famílias, um feliz Natal... com boas energias, sabendo que o longe se faz perto!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

## "A Família"

As nossas Raízes.

Pelo qual nós nos identificamos e crescemos.

Pelo qual nós nos sentimos bem. O Nosso refúgio, o nosso Porto de Abrigo, A nossa proximidade, o nosso aconchego nos momentos bons e maus.

Mas a "Família" não se resume à "Família"

de sangue, genuína.

A "Família" pode ser aquela que construímos no nosso trabalho, na comunidade.

A "Família" é AMOR, é a transmissão de Valores Morais e Sociais, Tradições, Costumes que se perpetuam entre Gerações, é a Empatia do Sofrimento da Dor, das Grandes Alegrias .

## Aprender é natural!

As lembranças mais reais que tenho de criança, estão ligadas às vivências com os vizinhos e com as primas em casa da minha avó Maria. Durante as férias ou depois de vir da escola, que há 40 anos era só de manhã ou de tarde, brincávamos à chuva, ao sol e ao vento. As brincadeiras resumiam-se a andar na rua ou nos campos por ali à volta. Quem era bafejado pela sorte de ter terras de milho perto de casa tinha brincadeira garantida durante longos períodos. Bonecos com barba de milho, jogos dentro das canas ainda verdes e, no fim, subida aos cabanais depois do milho seco e guardado (não esquecendo os desenhos que fazíamos com os pés, no milho

felicidade um pedaço de terra molhada, uns pingos de chuva e um sol quente. Aquilo que me causa espanto é o tema ser tratado e falado como sendo novidade. Em que momento, nestes 40 anos, deixámos de acreditar na importância do brincar, e principalmente, na importância de brincar na natureza? As escolas na natureza sucedem-se umas às outras com projetos e pedagogias consideradas novas e fora da caixa. Será que são tão novas assim? Será que não fazemos e trabalhamos já desta maneira? É só uma questão de ir buscar um pouco lá atrás o que agora é muito à frente e voltar a pensa-lo tendo em conta o contexto



estendido no chão da eira a secar). Isto é só um exemplo; podia estar aqui a escrever linhas e linhas de brincadeiras que fazíamos fora de casa, idas aos pinhais apanhar lenha e traze-la para casa num carro de mão, semear batatas e lanchar à beira da estrada, fazer comida com tudo o que se encontravamos no chão e dar às tristes das bonecas até elas começarem a cheirar mal com toda a porcaria que lá púnhamos dentro, e por aí fora.... Assim crescíamos sem controle e sem descontrolo. Quando leio os inúmeros artigos que vão saindo, para os leigos, sobre a importância de brincar na natureza fico abismada. Em 40 anos o normal transformou-se em fora de moda e, como em tudo na vida, 40 anos depois voltou a ser normal, mas agora com uma nova roupagem. Tenho pena que em educação não haja espaço para o meio termo. É obvio que o contacto com a natureza e o brincar ao ar livre é de uma importância extrema. Podíamos descrever um sem número de vantagens, conhecidas por todos sobre, como traz

atual e as crianças atuais. Vai obrigar a novas dinâmicas, mas vai trazer muito mais felicidade. Vai obrigar os pais a por o coração ao lado sempre que um joelho for esfolado para casa, mas vai ajudar a que cada criança se sinta mais autónoma e que cresça com mais segurança. Todos nós vamos ganhar quando começarmos a priorizar aquilo que realmente é importante em educação. E o que é realmente importante é que cada um seja respeitado na sua individualidade, no seu tempo e nos seus interesses. E que o adulto seja um mediador de ações e um facilitador de descobertas. Acredito que todos sejam desta opinião, mas para que isto aconteça é preciso querer fazer, e às vezes querer fazer é doloroso e moroso. Como educadores é importante refletirmos no porquê de uma determinada metodologia de ação mas, como já dizia o ditado, "É no meio que está a virtude"! E não é que cada vez acredito mais nisso!

CENTRO INFANTIL



A "Família" mostra-se pelo espírito e não pelo sangue.

A "Família" é um sinal de Pertença. A todas as "Famílias" desejamos um Santo e Feliz Natal!

COLABORADORAS DE SAD

## Aproxi(mar)

A pensar no futuro e bem-estar dos cuidadores e numa perspetiva de dar continuidade ao trabalho desenvolvido nos Grupos de Apoio ao Cuidador, a equipa do Projeto Memorizar lançou a atividade APROXI(MAR) - Rede de Suporte entre Cuidadores.

Abraço - o isolamento social após um diagnóstico de demência tende a ser uma premissa. Esta atividade tenta que, através do abraço, de compreensão e igualdade, os Cuidadores olhem para si próprios...

Xadrez - natação, caminhadas, entre mil e um hobbies... Esta Rede de Suporte foi pensada no sentido de dar oportunidade aos Cuidadores para realizarem (e partilharem) hobbies "esquecidos".

Importância - Um dos focos nos Grupos de Apoio ao Cuidador era trabalhar a importância que este deve dar a si mesmo - o autocuidado, a autovalorização e o valor de pertença - porque eles ainda existem...



Partilha - este olhar, torna-se mais sereno, num encontro entre partilhas das mesmas vivências...

Reunião - essas partilhas podem reunir apenas as vozes dos Cuidadores, que agora podem contar com uma chamada telefónica para muitas vezes resolver ou atenuar sentimentos de ansiedade e frustração que estejam a sentir...

Onde - ou então reunir a presença um do outro, num lugar onde outrora foram felizes ou do qual tenham saudades.

Mão - não devem deixar de dar a mão à sua saúde física, mental e emocional, porque Afinal, ser cuidador significa amar-se a si mesmo.

Resta-nos imaginar os momentos que passarão a rir, uma vez que esta é a principal atividade que estimula a produção de serotonina e endorfinas, hormonas responsáveis pela sensação de prazer e felicidade.

APROXI(MAR) é uma atividade que os une, numa rede de abraços e sensações despertadas pelo mar.

PROJETO MEMORIZAR

## Bolo Rainha

Neste natal experimente a versão alternativa do bolo rainha do Chef Fábio Bernardino com menos açúcares adicionados.

Bolo rainha

### Ingredientes

600g farinha  
200ml cerveja preta  
1 ovo  
50g Abóbora de gila cozida  
40g de mix de sementes  
30g frutos secos a gosto  
20g mel  
20ml vinho do porto ou outro vinho licoroso  
10g levedura  
1 un. raspa de laranja e limão



## Laços de Natal

No ano passado, com todas as dificuldades que a COVID 19 nos trouxe, conseguimos construir Laços de Natal. Os mais pequenos, juntamente com a sua imaginação, criaram postais com uma mensagem de Natal para entregar aos mais velhos e aos que vivem mais sós. A pandemia não permitiu esse encontro, mas a equipa do CLDS, com a ajuda dos agrupamentos de escuteiros, conseguiu distribuir as mensagens criando Laços de Natal.

Este ano a nossa equipa quer proporcionar um momento de partilha entre as várias gerações do concelho, e por isso, decidiu reforçar os Laços de Natal do ano passado. Pedimos ajuda ao Pai Natal e às famílias de Vagos, e de charrete, iremos percorrer as ruas do concelho para distribuir pelos mais idosos os postais, feitos pelas crianças, e um miminho doce de Natal. Aos mais jovens, queremos mostrar-lhes que o Pai Natal

também distribui presentes pelos mais velhos e que estes precisam de amor, carinho e respeito.

Esta atividade vai decorrer no mês de dezembro nas seguintes datas e respetivos locais: dia 18 iremos estar pela Gafanha da Boa Hora, dia 19 na União de Freguesias de Santo António e Vagos, dia 22 na União de Freguesias de Covão do Lobo e Fonte de Angeão e na União de freguesias de Ponte de Vagos e Santa Catarina, dia 23 de dezembro em Calvão e em Santo André e dia 27 de dezembro em Ouca e Soza.

Vamos construir "Laços de Natal" e tornar o natal dos nossos idosos mais feliz e com mais amor.

A equipa do CLDS 4G Vagos ConVida deseja a toda a comunidade umas boas festas.

VAGOS CONVIDA CLDS 4G



### Modo de preparação

1. Comece por misturar a farinha, o mel o ovo, a cerveja e a levedura até obter uma massa uniforme. Deixe repousar por 15 min.
2. Abra a massa e recheie com metade dos frutos secos. Envolve tudo, dê forma, pincele com ovo e decore com os

restantes frutos secos.

3. Pegue na abóbora de gila, parta-a, e leve a assar no forno. Quando estiver assada e raspe o interior com uma colher de pau.

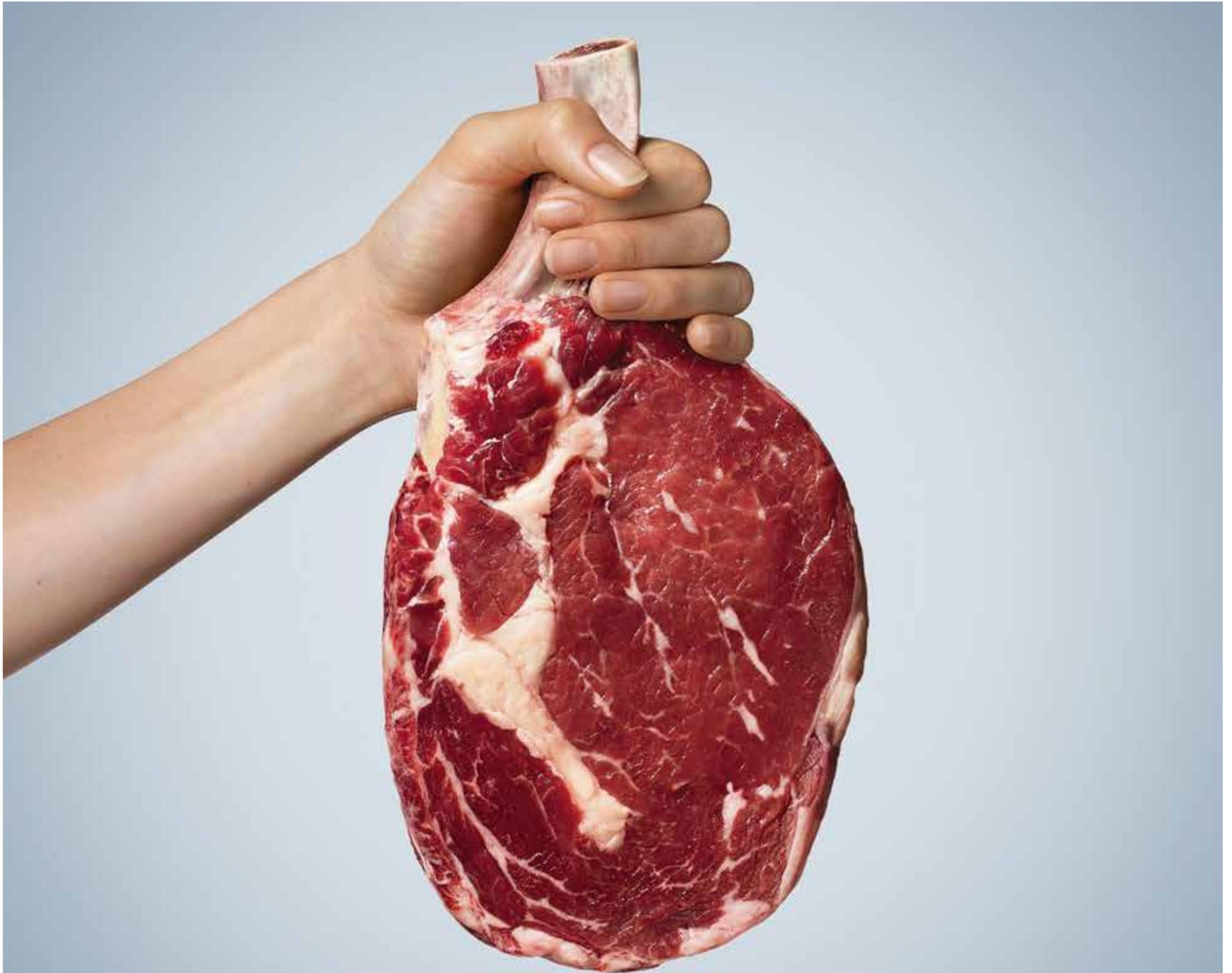
4. Por fim coloque a gila, por cima do preparado e leve ao forno a 180°C durante 35 minutos.

### Declaração Nutricional (por fatia: 50g)

Energia (Kcal)	Proteína (g)	HC (g)	Açúcares (g)	Lípidos (g)
136	4	23	1,8	2,6

Fonte: DGS - PNPAS, Natal saudável com zero desperdício - receitas Chef Fábio Bernardino, 2017.





# Depressa e bem, não há quem.

E a qualidade não se apressa.

Carne maturada com preceito e sabedoria, durante 40 dias.

Cada garfada é um hino ao sabor, inesquecível desde o primeiro momento.



COMÉRCIO DE CARNES S.A.

Rua António Carlos Vidal, 3840-411 Vagos | Tel. 234 791 170

Horário: Segunda a Sábado - 9:00-13:00 / 14:00-19:00

# DESPORTO

## Educar para valores, através do Desporto

O Governo da República, através do Despacho 6173/2016, de 16 de março, definiu a Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania (ENEC) que, sendo dirigida a toda a sociedade, atribui especiais responsabilidades às Escolas, uma vez que as crianças e os jovens são pilares essenciais da construção do futuro.

De facto, a ENEC reconhece que compete à Escola garantir uma preparação adequada para o exercício de uma cidadania ativa, responsável e esclarecida, elaborando um projeto de ação e realizando essa função em articulação com associações, clubes desportivos, empresas, grupos de voluntariado e outras organizações da sociedade civil. A educação para a cidadania apresenta grande amplitude, abrangendo uma vertente pessoal (participação ativa na sociedade, desenvolvimento do pensamento crítico, pensamento e ação em áreas não formais - com o treino destas competências pessoais) e áreas de ação (direitos humanos, igualdade de género, interculturalidade, desenvolvimento sustentável, educação ambiental, saúde e sexualidade, participação democrática, segurança rodoviária, empreendedorismo, voluntariado, segurança, defesa e paz, bem-estar animal, e outros).

Também o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) tem em implementação o Plano Nacional para a Ética Desportiva (PNED), que pretende promover a vivência de valores éticos inerentes à prática desportiva, como a verdade, o respeito, a amizade, a responsabilidade (entre muitos

outros), sendo objetivo que estes valores sejam interiorizados e aplicados na prática desportiva.

Por quê a ética no Desporto? - Se não podemos nem devemos viver de qualquer maneira, também não podemos praticar desporto de qualquer forma: as vitórias, que todos desejamos no desporto (e não apenas no desporto...), têm de ser obtidas com trabalho, esforço, dedicação, rigor, inteligência e competência e não à custa de fraudes.

Quais são os valores do Desporto? - Vários, por exemplo: A performance e o resultado devem corresponder ao esforço e ao treino realizados; Deve haver sempre respeito e cumprimento das regras; Deve haver sempre igualdade de oportunidades entre os praticantes em confronto; Deve haver sempre tolerância e aceitação em relação a todos os intervenientes; Deve respeitar-se sempre a saúde e o bem-estar de todos os praticantes.

O Desporto é sempre um espaço de ética? - Não: é neutral, pode acontecer o melhor e pode acontecer o pior - depende do comportamento de cada um e de todos nós. Pode promover valores éticos, ou o seu contrário; Pode promover o respeito pelos outros, ou o seu contrário; Pode promover a amizade e a união, ou pode provocar a inimizade e o conflito; Pode promover a competição leal, ou pode promover a fraude desportiva: o doping, o suborno, os resultados combinados, a



violência; Pode promover a saúde e o bem-estar, ou pode provocar doenças graves e mesmo a morte.

### Os maus exemplos

São muitos os maus exemplos de falta de ética no desporto e a televisão e os jornais trazem-nos diariamente exemplos nada edificantes e que deviam ser eliminados, até porque são fatores de deformação para as novas gerações. Uma única imagem degradante transmitida pela televisão destrói e anula todo o esforço realizado por um professor junto dos seus alunos, durante muito tempo. E o desporto profissional (no Futebol, mas também noutras modalidades) é um mostruário de maus exemplos: o mau comportamento do público, a simulação de faltas, tentando enganar o árbitro, a agressividade e o comportamento de jogadores e treinadores, os insultos e as declarações de dirigentes constituem exemplos que não deveriam acontecer. Isto, perante a passividade da justiça desportiva, que atua quase sempre com "mão branda".

### A ação do Agrupamento de Escolas de Vagos

O serviço público de educação vai muito além da simples função de transmissão de conhecimentos e assume um verdadeiro papel de instituição formativa, voltada para a educação para valores e

a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento centraliza estas preocupações e objetivos, aliás, presentes em todas as disciplinas curriculares.

Na dimensão mais específica da educação desportiva, a questão que se coloca é a seguinte: como pode o Desporto contribuir para integrar estes valores? Mais do que na disciplina de Educação Física, o Desporto Escolar é o campo privilegiado destas aquisições, porque é lá que se situam os treinos, as competições, as classificações, os apuramentos para fases seguintes, em suma, o ganhar e o perder. E todos têm de consciencializar que os resultados desportivos se obtêm com competência e persistência.

Para além da formação desportiva de cada um, pretende-se a formação integral de todos os alunos de hoje, cidadãos duma sociedade do futuro.

Nos 20 grupos-equipa de 14 modalidades, nas atividades de dinamização desportiva das escolas (nos torneios inter turmas, nos torneios abertos, no corta mato, ..) e nas atividades de experimentação, valoriza-se SEMPRE esta dimensão de educação para a cidadania.

Agrupamento de Escolas de Vagos



## Centro Social e Paroquial de Fonte Angeão

### É Natal...

Durante o mês de dezembro a nossa Instituição encheu-se de cor e luz! Natal a chegar...a ansiedade das crianças pelo tão desejado Pai Natal, sem descuidarem o momento principal do nascimento de Jesus, leva-as a uma dedicação esmerada. Estrelas, renas, pai natal, árvores de pinhas, bolas decoradas, presépio, musgo,



luzes...transporta-os a sensações maravilhosas, a uma ansiedade salutar

porque é a inocência do desejo das "prendas" e da chegada do pai natal.

Contudo, é da preocupação da Educadora



e das Técnicas de ação Educativa mostrarem às crianças que não é o valor monetário, os presentes ou uma mesa farta que mais interessa, e sim o carinho, o afeto, o amor, e a união familiar para, deste modo, comemorarmos o nascimento de Jesus que nasceu pobre, sem roupa, colocado numa manjedoura e aquecido com o bafo de um burro e de uma vaca. Esta é a realidade! Esta é a essência de Natal!

# O SEU NEGÓCIO TEM CLEANZONE?

VAMOS TORNAR O SEU NEGÓCIO, NUM NEGÓCIO DE OUTRO MUNDO!



[cleanzone.mistolinpro.com](http://cleanzone.mistolinpro.com)

  
**MISTOLIN**  
Pro



Saiba mais:



## Associação Betel - Ponte de Vagos

### “O Sonho do Pai Natal...”

O Pai Natal estava a sonhar um lindo sonho, do qual não queria acordar... Era véspera de Natal e todos estavam felizes.

Ninguém estava sozinho! Todos tinham família e uma casa onde estar, com a mesa pronta para a Ceia de Natal e com comida para todos. Não havia pobreza, nem ódio, nem guerras. Todos eram amigos, não havia brigas, palavrões nem má educação, e o Pai Natal via como todos eram carinhosos uns com os outros. As pessoas que se encontravam nas ruas, a caminho de casa, cantarolavam alegremente músicas de Natal, levando as últimas prendas para colocar debaixo do pinheiro. Nem o cão, nem o gato estavam sozinhos nesta noite fria. Todos tinham um lugar aconchegado onde ficar.

E o Pai Natal não conseguia deixar de sorrir, de tanta felicidade ao ver o Mundo cheio de Paz, Amor e Harmonia!

Mas o Pai Natal acordou e viu que tudo não passara de um sonho maravilhoso, e ficou triste. Só algumas pessoas no mundo eram felizes, capazes de celebrar o Natal em alegria, paz e comunhão com os seus, de terem um lar, comida, roupa e amor.

Então o Pai Natal pensou: Terei de continuar a ajudar crianças e adultos a ter um Natal Feliz!!!! Vou preparar as



renas e o meu trenó, para enchê-lo com prendas e distribuí-las esta noite, de modo a que, pelo menos uma vez por ano, haja alegria no coração de todos nós!

E assim o Pai Natal continua, ano após ano, a cumprir a sua tarefa, até que um dia possa ver o seu lindo sonho concretizado.

Temos vivenciado momentos difíceis, com muitas dificuldades, desafios, reinventando-nos a cada dia, mostrando muitas vezes o que de melhor e pior há “dentro” de nós...Assim sendo, este ano, no próximo e nos anos vindouros, concretizemos o “Sonho do Pai Natal...”

Votos de Um Feliz Natal !!!

## Centro Social e Bem Estar de Ouca

O dia Nacional do PIJAMA é um dia educativo e solidário feito por crianças que ajudam outras crianças, e é comemorado no Dia da Convenção Internacional dos Direitos da Criança,... porque “uma criança tem direito a crescer numa família”.



No dia 22 de novembro, os nossos pijamas também saíram de casa e vieram até à escola na missão de difundir o direito a uma família e um lar a todas as crianças...

Obrigada a todas as famílias por terem aderido à causa.



## Associação Boa Hora

O mês de dezembro é sempre vivido com muita alegria e entusiasmo na nossa casa, idosos e crianças decoram salas, corredores e espaços exteriores, tornando vivo o Espírito Natalício e de partilha que existe em cada um de nós e daqueles que acolhemos.

Neste momento de inspiração de partilha, foi lançado um desafio aos pais, encarregados de educação da resposta social de creche. Foi-lhes proposto que elaborassem em família uma árvore de Natal ou algo relacionado com esta época, utilizando materiais reciclados de forma a embelezar o átrio de entrada da nossa Instituição. Esta atividade foi acolhida com dinamismo por parte dos encarregados de educação que entregaram trabalhos lindíssimos, verdadeiras obras de arte, com uma criatividade admirável que enche de orgulho os mais pequenos que à entrada e à saída reconhecem o trabalho realizado no seu seio familiar. As restantes respostas socias da infância - CATL & AAAF, também decoraram respetivos espaços com trabalhos natalícios depositando neles o desejo de retomarem a vivência desta época mais saudável e mais presente, longe de isolamentos, que neste momento o vírus teima em impor a esta faixa etária. O Centro de Dia vive esta época com uma energia contagiante, pela importância e vivência que atribuem ao Natal. Elaboram árvores com materiais recicláveis, bonecos de neve, depositando todo o seu orgulho na preparação do presépio de Nazaré, este ano pintado e exposto no corredor, lembrando-nos a importância e pertinência desta época. São os mais

velhos desta casa que nos ensinam e relembram que o verdadeiro sentido do Natal se resume à simplicidade do nascimento do Salvador num estábulo rodeado por Maria e José. As colaboradoras também vivem esta quadra com fervor e entusiasmo, o amigo invisível está presente neste mês, presenteando-nos com mimosinhos, docinhos e algumas traquinices, tornando os nossos dias mais divertidos, reforçando laços, estabelecendo relações saudáveis no nosso local de trabalho.



É assim que em tempo de pandemia, vivemos em família esta época tão rica e cheia de sentimentos, sempre baseada no pilar que nos caracteriza no cuidado e na dedicação ao próximo. Feliz Natal!

## Centro Social e Paroquial de Santo António



O último mês foi recheado de atividades e azáfama! Fomos os vencedores do concurso “Bairro Feliz” do Pingo Doce! Candidatámo-nos com a finalidade de criar uma Quinta de animais aberta à Comunidade: “Quintinha dos Avós”. Com isto, pretendemos, apesar da condicionante pandemia dos últimos quase dois anos, continuar a trabalhar na ligação da nossa Casa com a Comunidade. Aguardem por notícias nossas!

Ainda participámos na Feira Vagos em Voga onde tivemos oportunidade de mostrar os produtos de artesanato que são produzidos com a ajuda dos nossos residentes! Além do artesanato, ainda vendemos alguns produtos gastronómicos: pão doce, compotas, biscoitos e crepes. Esta atividade foi para nós um sucesso, pois mais importante que qualquer venda, é podermos mostrar com orgulho aquilo que os nossos residentes fazem.

E pelo momento que atravessamos, deixamos uma pequena reflexão: “a felicidade não é, portanto, um momento, mas sim a consequência de nossa forma de viver ou de enfrentar a vida” - e é isto que gostaríamos que todos refletíssemos antes de terminar o ano: a forma como levamos o nosso dia-a-dia e o que poderemos alterar para que o próximo dia seja ainda melhor! Com isto deixamos votos de um novo ano cheio de esperança, saúde e Amor! Feliz Natal!

## Centro Social e Paroquial de Calvão

O mês de Dezembro para a nossa instituição é sinónimo de amor, partilha e convívio. Um pouco por toda a parte já se vê as decorações desta data festiva. Este ano demos asas à nossa imaginação

e fizemos uma Feirinha de Natal que podem encontrar ao lado da secretaria da nossa instituição.

Para este ano que tanto nos desafiou

pedimos compreensão, amor, paz e união. São estes os pilares da constituição de uma boa equipa. Temos fé que dias melhores virão, por agora só desejamos que as pessoas sejam conscientes e que

juntos rememos para o mesmo lado. A união faz a força.

O CSP Calvão deseja a todos um Feliz Natal e um próspero Ano Novo.

# Feliz Natal

## E UM PRÓSPERO ANO NOVO



São os votos do Grupo Crédito Agrícola  
a todos os seus Clientes e Associados.



[creditoagricola.pt](http://creditoagricola.pt)

# O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

**ESTE ARTIGO É PARA LEMBRAR O NATAL NESTE MÊS DE DEZEMBRO DE 2021**

Começarei por dizer para os leitores do "Eco de Vagos" que, como estou retido em casa de meu filho onde e de onde saio saio à rua por causa do Covid 19. Como estamos na quadra natalícia e nos dois anos anteriores foram publicados dois contos da minha autoria, desta vez não escreverei qualquer conto, mas irei lembrar algumas coisas acerca do Natal. Começarei por inserir neste trabalho um poema da minha autoria que é alusivo ao Natal, mas será publicado como prosa para ocupar menos espaço. "Vem aí o Natal, que linda data/Felizes dos que ainda sabem acreditar/Na vida e na obra de Jesus/ Que veio ao mundo para nos salvar./Mas há também quem não creia no Redentor/ Que morreu na Cruz em dolorosa agonia./São aqueles que não praticam a caridade, nem o Amor/ E fazem do torpe lucro o móbil do seu dia./Jesus viera ao mundo pregar nova doutrina/ De bondade e Amor, toda Divina/ Pregando a toda a gente um novo e puro Ideal/Acreditemos na obra e nas palavras de Jesus/ Desse que sofreu e morreu por nós na Cruz/Legando-nos a todos e a todas a palavra Natal".

Se há pelo mundo inteiro quem, nesta quadra natalícia, tenha na véspera de Natal, em a mesa repleta das mais variadas iguarias, comendo e bebendo principescamente, sem se lembrar do seu semelhante, também há milhões de seres humanos que nem sequer terão o indispensável que lhes sirva de jantar.

Eu que estou a escrever este artigo acerca do Natal tenho, felizmente passado, ao longo de vários anos a quadra natalícia como a passam diversos e diversas pessoas da minha condição pois, felizmente, tenho companhia amiga de familiares e, tenho também comida e bebida e por conseguinte, não poderei queixar-me. Mas houve também, para mim, ao longo de quase nove décadas de vida, ocasiões por esta data que foram imensamente tristes. Recordarei a mais triste de todas elas, sem falar nas dos tempos miseráveis, pelo decorrer da 2ª Guerra Mundial, em que faltava tudo.Recordarei o Natal mais penoso da minha existência. Tinha chegado havia pouco tempo a Oyonnax, na França, quase junto à Suíça para ganhar a vida trabalhando, de pintor de habitações, em 10 de outubro de 1971, quando meu irmão e dois colegas de trabalho quase meus vizinhos, no nosso país, morando no concelho de Ílhavo vieram passar o Natal e o Ano Novo, às localidades onde tinham familiares. Fiquei ali, entre estrangeiros, não sabendo falar ou compreender bem a língua francesa e sem companhia sequer, nessa noite, pois todos os meus colegas de trabalho haviam ido passar a noite com suas famílias. Como eu só ali estava trabalhando havia pouco mais de dois meses, entendi que não poderia acompanhar meu irmão e os dois portugueses e ir passar a época natalícia e do fim de ano até à quadra dos Reis,



que em Portugal também se festejava por toda a parte. Tinha boa comida, felizmente e ouvia ao menos, no gira discos de um colega com quem habitava, nos dias antes de ele ir de férias os lindos fados de Amália Rodrigues, então, em 1971 no auge da sua fulgurante carreira, mas estava naturalmente triste por me encontrar só, longe de esposa e filho e numa nação que não era a minha.

Pela quadra natalícia do ano passado escrevi um conto, que neste jornal foi publicado, como coisa fictícia mas, na realidade, tratava-se de uma coisa verdadeira, a que troquei somente os nomes passada em 1948, quando eu tinha apenas 16 anos em que os e as personagens eram eu próprio e a minha família.

Da varanda do sexto andar onde estou atualmente a viver, tenho assistido, nos

últimos anos, antes da pandemia ao fogo de artifício que é lançado no centro da vila de Vagos e daqui em frente da Santa Casa da Misericórdia na quadra festiva do Natal e do Ano Novo. Estou a recordar um conto, que em outro tempo foi escrito por Eça de Queirós, que era passado no tempo em que Jesus Cristo viveu no mundo e que a RTP 1 transmitiu, em tempos com o título de "O Suave Milagre", que se referia a uma criança, retida num leito e desejava ver Jesus e dizia à mãe:

-Mãe eu queria ver Jesus.

E Jesus entrando naquele tugúrio disse à criança:

-Aqui estou.

A foto que acompanha este trabalho é a do presépio da Santa Casa que fotografei da varanda da casa onde estou a viver.

Termino desejando a todos e a todas um Santo e Feliz Natal e um Próspero Ano Novo 2022.

João dos Santos Ferreira



19.11  
24.12  
2021

## A CAMA DE PROCUSTO AUGUSTO CANEDO

INAUGURAÇÃO VIRTUAL

Por força das adversidades que atravessamos, a microarte Giro adaptou-se às circunstâncias, levando até si o seu espaço, agora virtual, de encontro, expressão e fruição.

Convidamo-lo a assistir à inauguração virtual da exposição de Augusto Canedo "A Cama de Procusto" no facebook da Farmácia Giro, a partir das 19h00.

farmácia  
**Giro**



O Município de Vagos  
deseja-lhe

*Festas  
Felizes*



*Neste natal compre no  
comércio local*