



UNEM-SE ESFORÇOS PARA DEVOLVER AOS BOMBEIROS CARRO ARDIDO

Há paróquias a mobilizar-se para recolha de donativos, Câmara ofereceu ajuda e o cantor José Cid anunciou concerto solidário

PÁG. 4

A MÚSICA VAI A TODAS AS FREGUESIAS DO CONCELHO

PÁG. 6



“UM ESTENDAL COM HISTÓRIA”

SUP. II



PROFISSIONAIS DO TURISMO COM ACESSO A FORMAÇÃO GRATUITA

PÁG. 4

POLÍCIA JUDICIÁRIA DETEVE SUSPEITOS DE ATEAR FOGOS

PÁG. 5

EDITORIAL

O verão pode ser quando o Homem quiser

Tem dado gosto de ver. “Cheguei” ao concelho de Vagos há cerca de um ano e meio, quando assumi funções de direção no Eco de Vagos. E este mês de agosto está a ser uma agradável surpresa, no que à oferta de iniciativas (culturais e desportivas, entre outras) diz respeito. É certo que no ano passado ainda estávamos a lutar contra a pandemia e não serviu como amostra, mas a realidade é que, neste pouco mais de ano e meio que passou, desde que passei a acompanhar o concelho de Vagos, nunca assisti a um mês em que tanta animação acontecesse. Neste caso, particularmente, na praia da Vagueira. Dá mesmo gosto ver.

Sinto-me à vontade para falar do que se segue, pois sou nascida e criada no concelho vizinho de Ílhavo, ao qual

pertencem as também vizinhas praias da Costa Nova e da Barra. E a verdade é que a Vagueira tem dado 20 a zero a qualquer uma das zonas balneares ilhavenses. Da animação diurna à noturna, que engloba personagens de animação infantil, atividades desportivas ou um posto de turismo aberto a todos, os visitantes da Vagueira têm visto vida a acontecer por ali. Sem falar dos concertos, que, uns mais outros menos, já tornaram habitual pintar com cores de gente o Largo Parracho Branco. O verão pede vida e a Vagueira, parece-me, tem-na dado. E vai continuar a dar, aparentemente, quase até meio de setembro.

Acho que Vagos tem sido exemplo no que à animação de verão diz respeito, principalmente se compararmos com as

praias mais próximas. As praias da Barra e da Costa Nova, atualmente, resumem-se ao que a natureza oferece, com os seus bonitos areais e com um mar nem sempre convidativo (apesar de sempre majestoso e revigorante). Falta qualquer coisa (para não dizer muita), que faça o verão por ali saber ainda mais a verão. Principalmente na Costa Nova, “um dos pontos mais deliciosos do Globo”, já dizia Eça de Queirós. Mas isso são outros quinhentos, que não vale a pena aqui dissecar. Adiante.

Vagos tem sido exemplo, opinava eu. Mas também não posso deixar de sublinhar que era bonito – era muito bonito – que esta panóplia de iniciativas – e, conseqüentemente, de vida – se estendesse para além do verão. Já uma vez aqui referi que se sente falta de um



pulsar cultural mais intenso, e constante, no concelho. Reafirmo-o. Falta oferta de música, de teatro e de hábitos culturais cultivados. E se tem dado gosto ver como a Vagueira tem pulsado, imaginem como seria se a vila pulsasse sempre assim (noutros moldes e noutros contextos, obviamente). É que, à semelhança do Natal, também o verão (ou a sua vida) pode ser “quando o Homem quiser”.

SALOMÉ FILIPE - DIRETORA DO JORNAL

EFEMÉRIDE

Incêndio no quartel não apaga solidariedade

Aconteceu a 7 de julho de 1980, por volta das cinco horas. Madrugada trágica para os Bombeiros Voluntários, na sequência do incêndio que destruiu, com violência inesperada, grande parte do velho edifício, onde também se encontrava aquartelada a GNR. No combate ao fogo, acorreram as corporações de Ílhavo, Aveiro (Novos e Velhos), e ainda os privativos da Vista Alegre. Para os bombeiros apagarem “na sua própria casa” representava, afinal, “uma enorme perda de bens, mas sobretudo de um património histórico, sem mais resgate possível”, descrevia o escritor Armor Pires Mota, autor do livro “75 anos Bombeiros de Vagos”, que assinalava terem sido “consumidos pelas chamas todos os livros de atas, e outra documentação própria da corporação”.

Conforme noticiava o semanário Litoral, salvaram-se viaturas, mas “quanto ao resto os prejuízos elevam-se a milhares de contos”. O Jornal de



Notícias reconhecia, por seu turno, que “a chuva, retardando o avanço das chamas, jogou a favor da GNR, pois deu tempo dos agentes de porem a salvo o armamento, arquivo e demais recheio do quartel; a mesma sorte não tiveram os Bombeiros que, à exceção das viaturas, perderam tudo”. Segundo o Terras de Vagos, o triste acontecimento “causou a maior emoção, em todos os elementos do Corpo Ativo e Direção da

associação - um trabalho de organização, que levou dezenas de anos a fazer, desapareceu em poucas horas”.

Como seria de esperar, a solidariedade surgiu de imediato. A começar pela população de Vagos, que fez chegar aos bombeiros pão, café, leite e outros alimentos. O movimento alastrou a vários pontos do país, de onde surgiram mensagens de apoio, moral e financeiro, como aconteceu com a Câmara de Oliveira de Azeméis, que comunicou à Associação ter colocado à disposição a verba de 50 contos de materiais de construção. Em Vagos, uma comissão levou a cabo um pedidório, a nível concelhio, enquanto as empresas ofereceram materiais, para a construção do pavilhão destinado à recolha das viaturas. Depois de ter sido aprovado, por unanimidade, em reunião da Assembleia Municipal, um voto de “solidariedade para com os Bombeiros”, o presidente daquele órgão, Basílio de Oliveira, aproveitaria a presença na sessão da Assembleia Distrital, para

fazer um apelo dramático às entidades administrativas distritais, para que “pressionem a Administração, em ordem à rápida e imperiosa necessidade da construção do novo quartel”.

Face ao contencioso, que opunha a Associação Humanitária e a Câmara Municipal, e trazia em constante alvoroço as gentes de Vagos, e colocava a extinção do Posto de Vagos da GNR (despacho de 18 de julho de 1980, do MAI-Ministério da Administração Interna), viria a ser votada, em assembleia-geral, uma proposta polémica, apresentada pela direção de António Gala. Em causa estava “a cedência, à Câmara, de uma faixa de terreno, considerado dispensável em ordem à instalação do quartel da GNR, a desanexar do prédio pertencente à Associação, sita junto à Praça da República”. De referir que, dos 94 votos entrados na urna, 79 acabaram por dizer “sim”.

Eduardo Jaques

CONSULTÓRIO

Já ouviu falar em Síndrome do Intestino Irritável?

A Síndrome do Intestino Irritável (SII) é um distúrbio funcional do sistema digestivo comum na população geral. Caracteriza-se por uma alteração nos movimentos intestinais e por um aumento da sensibilidade do intestino. A sua causa não está esclarecida e, habitualmente, tem início na adolescência/adultos jovens.

Os sintomas geralmente são: dor abdominal (contínua ou tipo cólicas), barriga inchada, prisão de ventre e/ou diarreia, gases e sensação de esvaziamento incompleto após evacuação. O stress/fatores

emocionais, o tipo de alimentação ou o uso de certos medicamentos podem provocar ou agravar estes sintomas.

O diagnóstico é essencialmente clínico, baseado nos sintomas apresentados e numa história clínica detalhada. Os exames complementares, nomeadamente a colonoscopia, não apresentam alterações e são úteis para a exclusão de outras causas. Perda de peso, febre, sangue nas fezes ou aparecimento em idade mais avançada são sinais de alarme que nos devem fazer suspeitar de outras patologias.

O tratamento é dirigido ao tipo de sintomas apresentados. A dieta é fundamental, sendo recomendada uma dieta pobre em FODMAPS, que diminui os alimentos produtores de gases. Nas situações de prisão de ventre, o consumo de fibras e o aumento da ingestão de águas são essenciais. Os alimentos devem ser ingeridos lentamente e as refeições não devem ser volumosas. Existem vários medicamentos que podem ser usados, adequados ao tipo de sintomas. A ansiedade e alterações do humor devem ser tratados e podem beneficiar com sessões de psicoterapia. O exercício físico regular é fortemente



recomendado, na medida em que ajuda a combater o stress/ansiedade e dessa forma auxilia na função intestinal.

Se ficou com dúvidas consulte o seu Médico de Família!

Ángela Costa
Médica na 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, Eml e J. Prior | **Colaboraram nesta edição** Salomé Filipe, Eduardo Jaques, João Ferreira, José Almeida, Agrupamento de Escolas de Vagos, Maria do Céu Matos, Rafael Catarino, Ângela Costa, Nuno Moura, IPSS do Concelho 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:** ecocodevagos.pt
Design e Paginação Madideias.com | **Impressão** FIG - INDÚSTRIAS GRÁFICAS, SA . Rua Adriano Lucas, nº 161 . 3020-265 Coimbra

Os desafios, as dificuldades e a responsabilidade

Ser dirigente de uma Associação como a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos constitui, obviamente, um orgulho, mas acima de tudo muita responsabilidade.

Temos a ideia de que ainda não se compreende bem o funcionamento de uma Associação deste género, onde, ao contrário do que seria normal e espetável, o estado central não apoia e apenas exige.

Não fosse a abnegação dos nossos Bombeiros, a dedicação dos nossos Sócios, a amizade e reconhecimento da População e das Empresas, o apoio da Câmara Municipal e o esforço diário de TODOS, seria impossível manter o apoio ao nosso concelho e à nossa população.

No apoio que prestamos a nível Nacional, como sabem, sofremos uma baixa da viatura de Comando (VCOT 01) que ardeu, felizmente, sem qualquer baixa de operacionais, mas para ajudar, no dia seguinte a outra viatura de Comando (VCOT02), o velho Pajero, quando

regressava do mesmo incêndio queimou o motor, o que nos deixa desguarnecidos para esta época complicada.

A este propósito a Direção colocou-se no terreno e estamos já a preparar uma alternativa para esta situação, sendo certo que, teremos de recorrer à ajuda de TODOS, para fazer face a este imprevisto.

Na verdade, são muitas as necessidades operacionais da nossa Associação, isto é, ao longo destes 5 anos em que presido à AHBVV, diretores e bombeiros unidos, conseguimos as tão necessárias obras dos 1.º e 2.º pisos do quartel que estamos a pagar com recursos próprios, adquirimos mais de 8 viaturas, adquirimos fardamento e EPI's, adquirimos vários equipamentos, apoiámos a construção da nossa cozinha que foi totalmente erguida pelos nossos Bombeiros, enfim, muito se fez, mas muito falta fazer.

Atualmente necessitávamos de dar continuidade às obras e renovar

o rés do chão do nosso quartel, nomeadamente, os balneários e o parque de viaturas, necessitávamos de adquirir uma viatura de combate a incêndios industriais, atento o crescimento das nossas zonas industriais, necessitávamos de mais uma ambulância, pois são grandes os números de serviços prestados diariamente, mas infelizmente, sozinho é impossível.

Para além do quotidiano esforço de prestação de socorro, de que somos a face visível, somo-lo também quando os fogos assolam o nosso concelho e os concelhos que nos são vizinhos. Somos, também, nos dias de hoje, uma Associação que apoia outros tipos de carência, porque não negamos a ajuda a quem dela efetivamente precisa.

Para conseguir manter a operacionalidade que se sente na prontidão do socorro, lutamos diariamente contra as dificuldades a que ninguém é alheio, procurando o apoio da população, de beneméritos e amigos.



Estamos convictos que, como diz o povo, a necessidade aguça o engenho e, por isso, vamos continuar a lutar diariamente por alcançar estes e outros objetivos, conscientes de que o futuro destas Associações passará, necessariamente, pela profissionalização dos nossos Homens com o reconhecimento do trabalho que diariamente prestam.

Com a sua ajuda, continuaremos a lutar, pois UNIDOS somos MAIS FORTES!

NUNO MOURA
PRESIDENTE DA DIREÇÃO DA ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA
DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VAGOS

Pela investigação científica

Vivemos num mundo onde a constante busca pelo conhecimento é fundamental. Assim foi desde sempre, onde os povos com mais conhecimento, mais facilidade para a inovação e estratégia eram os que tinham melhores condições de vida, de sobrevivência e que, assim, mais facilmente conseguiam ganhar as batalhas contra os outros povos. Foi também através do conhecimento e do esforço que os portugueses conseguiram dar novos mundos ao mundo. Foi através da inovação e da ciência que se conseguiu aumentar a esperança média de vida das populações e até erradicar algumas das patologias mais mortais que a humanidade assistiu.

Alguns exemplos são paradigmáticos e ajudaram efetivamente a salvar vidas, não só pela própria descoberta, mas pelas portas que se abriram, como por exemplo: a introdução do conceito de vacinas por Edward Jenner, com a vacina contra a varíola em 1796 ou o desenvolvimento do motor elétrico, em 1838, por Moritz Hermann Von Jacobi.

Esta pandemia veio expor o “elefante”

que está presente na sala e que alguns querem ignorar: a investigação científica é uma área fundamental, não só para o nosso desenvolvimento como país, mas também para a garantia de sobrevivência da nossa espécie.

Podemos e devemos usar a investigação e o desenvolvimento (I&D) tecnológico e científico, não só para ajudar a alavancar a economia nacional através da criação de conhecimento útil para as indústrias, mas também porque permite a melhoria da vida concreta das pessoas. Uma investigação forte e sustentada com dinheiro de todos nós (público) é essencial, uma vez que deve possibilitar estudos em todas as áreas, mesmo naquelas que aparentemente não se perspetive virem a ser rentáveis para as grandes indústrias.

Nos últimos anos, alguns avanços têm sido feitos na investigação em Portugal, como o Programa de Regularização Extraordinária dos Vínculos Precários na Administração Pública (PREVPAP) ou o crescente valor de dotações orçamentais públicas para I&D. No entanto, não

podem esquecer que a precariedade ainda é vigente e normalizada no setor, já que muitos investigadores têm vindo a trabalhar durante décadas com vínculos precários, sendo este um dos grandes entraves a uma melhor e mais eficiente busca pelo conhecimento. Para além disso, em 2020 apenas 1,6% do Produto Interno Bruto (PIB) foi gasto em ciência, inferior à média europeia (2,19%). Este valor em países como a Áustria, a Suécia ou a Alemanha é mais do dobro.

É por isso imperativa uma aposta mais sustentada na investigação em Portugal. Em primeiro lugar deve ser valorizada a carreira dos investigadores, evitando que mentes brilhantes tenham que abandonar o nosso país para se sentirem profissionalmente realizadas. Em segundo lugar deve-se explorar uma maior ligação entre os centros de investigação e as indústrias, procurando que o conhecimento gerado pelas faculdades e centros de investigação seja utilizado para melhorar o dia-a-dia das comunidades.



No seu programa eleitoral, o atual partido que forma governo, tem como compromisso aumentar progressivamente o investimento global em I&D até atingir 3% do PIB em 2030 (atualmente nos países supracitados este valor já é superior) e a intenção de reforçar a valorização do emprego científico. Veremos se tal investimento se efetiva. Estejamos atentos.

RAFAEL CATARINO
ESTUDANTE DE DOUTORAMENTO

Retificação: Na edição anterior do Eco de Vagos, por lapso, o artigo de opinião intitulado "E os filhos? Quando nascem?" saiu assinado por Jorge Luís Oliveira, quando era da autoria de Nuno Margarido, jornalista. Ao visado e aos leitores, as nossas desculpas.

Ouviram-se histórias na Rota das Cigarras

Iniciativa integra o programa cultural em rede “Cultura 3x4”, que une Vagos, Tábua e Anadia

As histórias não são só para ser contadas a crianças e os adultos também podem ser destinatários das mesmas. Foi essa a proposta da Rota das Cigarras, que decorreu a 6 de agosto, na Azenha da Ti Luísa, no Boco, e na Casa Museu de Santo António de Vagos. Para deleite dos presentes, três contadores de histórias fizeram-se ouvir, num momento cultural fora do comum que aconteceu no âmbito do projeto “Cultura 3x4”.

A primeira sessão da Rota das Cigarras aconteceu de manhã, na Azenha da Ti Luísa. E a segunda, à noite, na Casa Museu. Ambas consistiram em momentos de narração oral, proporcionados pelas associações “Chão Nosso” e “Ouvir e Contar - Associação de Contadores de Histórias”.

António Fontinha, Cristina Taquelim e Luís Correia Carmelo foram os contadores de histórias presentes. O primeiro encontrou a sua vocação em 1992 e tem na base do seu repertório contos de tradição oral portuguesa, sendo dinamizador, ao longo dos anos, de milhares de sessões de contos para públicos diversos. Cristina Taquelim é mediadora de leitura, contadora de histórias e bibliotecária, trabalhando há mais de 25 anos em repertórios da literatura e da tradição

oral portuguesa. E Luís Correia Carmelo conta histórias desde 2003, em bibliotecas, escolas e associações, entre outros cenários, tanto em Portugal como no estrangeiro.



A Rota das Cigarras integrou o projeto em rede “Cultura 3x4”, que tem como objetivo desenvolver o património cultural, material e imaterial das regiões de Tábua, Anadia e Vagos. A iniciativa é apoiada por fundos da União Europeia, comparticipada a 100% pelo FEDER e cofinanciada pelo Programa Operacional Regional - Centro 2020.

S.F.

Formação gratuita para profissionais do turismo

A Câmara Municipal aderiu à iniciativa do Turismo de Portugal com objetivo de capacitar o setor e de responder às necessidades locais

Capacitar os colaboradores do setor do turismo do concelho de Vagos, com base nas suas necessidades reais e de forma gratuita, é o objetivo do projeto “Formação + próxima”. A Câmara Municipal de Vagos aderiu à iniciativa, dinamizada pelo Turismo de Portugal, e vai assinar um protocolo também com a Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra, para a colocar em prática.

Segundo informação prestada pela autarquia - que aprovou o protocolo na reunião de Câmara de final de julho -, o projeto “Formação + próxima” destina-se a ministrar formação a “empresários, gestores, quadros intermédios e operacionais” do setor do turismo, em regime presencial e à distância.

“Pretende-se, desta forma, profissionalizar o turismo do concelho e todos os serviços complementares a este setor, de forma a valorizar os nossos recursos endógenos

e integrá-los numa rede de oferta turística abrangente e consolidada”, explicou o executivo liderado por Silvério Regalado.

Para colocar em prática a formação a ser ministrada - que vai variar entre 50 e 200 horas -, o Turismo de Portugal, em parceria com a autarquia, vai proceder à elaboração de um diagnóstico de necessidades de formação específicas e criar planos de formação que respondam àquilo que os profissionais do concelho de Vagos necessitam.

A assinatura do protocolo, entre a Câmara, o Turismo de Portugal e a Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra está prevista para setembro, ainda sem data concreta, e a formação deverá ter início em outubro, também ainda em dia a anunciar.

S.F.

Veículo dos bombeiros de Vagos ardeu em Manteigas

Prejuízos ultrapassam os 40 mil euros. População tem-se mobilizado para ajudar e já há apoios prometidos

A destruição de uma viatura de comando dos Bombeiros de Vagos, que foi consumida pelas chamas, no incêndio de Manteigas, na Serra da Estrela, a 12 de agosto, não deixou indiferente a população vaguense. De imediato, começaram a mobilizar-se iniciativas, nomeadamente por parte de paróquias, de forma a angariar fundos para a associação humanitária. E também a Câmara Municipal já se ofereceu para ajudar.

A viatura era conduzida por Fernando Cheganças, comandante dos bombeiros de Vagos, quando ficou cercada pelo fogo que lavrava na Serra da Estrela, devido à mudança do vento. Tanto o comandante como os restantes operacionais que estavam no terreno conseguiram escapar sem ferimentos. Mas o veículo ficou totalmente destruído.

Os prejuízos com a viatura - que ficou completamente carbonizada - ultrapassam os 40 mil euros. E, a esse montante, junta-se o do estrago no motor de outra viatura de comando, cujo motor queimou, também quando os bombeiros de Vagos regressavam do incêndio de Manteigas.

A braços com várias despesas - que contam, também, com obras de renovação do quartel e com a necessidade de adquirir uma viatura de combate a incêndios industriais -, a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos já começou a contar com o apoio da população. A paróquia de São Miguel de Soza anunciou duas datas (21 e 28 de agosto), em que vai angariar donativos no final da eucaristia. E a paróquia de Fonte de Angeão teve a mesma iniciativa, nos dias 21 e 27.



Na sequência da destruição do veículo, a Câmara de Vagos já assegurou, em reunião do executivo, uma comparticipação financeira aos bombeiros, para aquisição de duas viaturas de comando. E disponibilizou o veículo da Proteção Civil, para ser usado pelos bombeiros quando necessário.

As intenções de apoio multiplicam-se. O cantor José Cid, no concerto que deu na Vagueira, anunciou que quer fazer um concerto solidário em Vagos, em outubro ou novembro, cuja receita reverterá para os bombeiros. De referir, ainda, que, no seu habitual peditório “auto-STOP”, a 14 de agosto, a associação conseguiu angariar 18 106 euros, contando também com uma doação da comissão de festas de Ouca, no montante de 396 euros.

S.F.

250 pessoas fizeram um “piquenique com as estrelas”



A iniciativa “Piquenique com as estrelas” decorreu, a 12 de agosto, em Carvalhais, Ponte de Vagos, contando com a participação de cerca de 250 pessoas. O evento, que se organiza há vários anos, sempre na mesma data, por ser a altura do ano em que acontece uma chuva de estrelas, convidou os participantes a jantar a céu aberto. A observação dos astros contou, depois, com a ajuda dos astrónomos José Matos e Emanuel Santos, da FISUA - Associação de Física da Universidade de Aveiro, que conduziram uma “viagem” pelo céu, sem sair do lugar.

S.F.

Detidos por incêndios em Salgueiro e na Lavandeira

Jovens de 17 e de 20 anos suspeitos de terem ateado oito fogos, nos concelhos de Vagos e em Aveiro

Sem qualquer motivação aparente, dois jovens, de 17 e de 20 anos, terão ateado pelo menos oito fogos, alguns dos quais em zonas florestais, nos concelhos de Vagos e de Aveiro, no final de julho e no início de agosto. Mas, entretanto, foram detidos pela Polícia Judiciária (PJ). Os dois jovens são suspeitos de terem colocado fogo, através de chama direta, em terrenos agrícolas, em terrenos florestais e numa casa devoluta, situados em Aradas, Salgueiro e Lavandeira. Os incêndios aconteceram nos dias 27, 28 e 29 de julho, assim como a 7 de agosto. Segundo a PJ, a dupla agiu “num quadro de motivos de extrema futilidade”.

As autoridades policiais explicaram, aquando da detenção dos dois jovens, que os fogos só não tiveram consequências de maior “graças à pronta deteção por populares, que vivem e trabalham nas imediações dos locais das ignições, o que permitiu um combate rápido pelas corporações de bombeiros”. Depois de detidos, os dois suspeitos foram apresentados a um juiz de instrução criminal, para primeiro interrogatório judicial, tendo-lhes sido decretada, como medida de coação, a obrigação de apresentações periódicas às autoridades, quatro vezes por semana. Ficam, assim, a aguardar o desenrolar do processo em liberdade.

S.F.

A Vagueira não vai parar até 11 de setembro

Programa “Animar o Verão” tem atraído milhares de visitantes. O cantor Virgul anunciou concerto para o final de tarde de dia 28 de agosto

A praia da Vagueira tem sido palco de um verão animado, com dezenas de iniciativas a atrair milhares de visitantes. Entre concertos - de músicos locais e nacionais -, atividades desportivas e iniciativas para as crianças, entre outras, há ainda artesanato para comprar, uma biblioteca de praia e outras ofertas para os veraneantes. E a festa continua, até 11 de setembro, dia em que o programa “Animar o Verão” termina, com a Feira Gandaresa e com o Festival de Folclore.

Cid e Olavo Bilac. As próximas estão reservadas para a atuação dos TV5, dia 31 de agosto, e dos FAX, dia 7 de setembro. E, entretanto, à parte do “Animar o Verão”, o cantor Virgul anunciou, nos últimos dias, um concerto que vai ter lugar - em formato trio elétrico -, no Largo Parracho Branco, dia 28 de agosto, pelas 19 horas.

Além, das quartas-feiras, também os fins de semana têm sido de música. Esta sexta-feira, dia 26, atuam os Stress Less, às 22 horas. Amanhã, às 18, Verónica Matias, num dia em que também está agendada a Hora do Conto, pelas 11 horas, na Biblioteca de Praia. No último domingo de agosto, 28, o dia volta a ser dedicado aos insufláveis, destinados ao público mais novo, a partir das 10 horas. E decorre, também, a partir da mesma hora, mais uma edição do “Vagueira em Ação”, que promete meter toda a gente a exercitar-se.

Setembro começa, no dia 2, com a atuação de “Cats Project”, às 22 horas, e, no dia seguinte, sobe a palco Telmo Rodrigues, às 18. No dia 10, a Banda Vaguense convida cantores vaguenses para um concerto único e, por fim, a programação termina com a Feira Gandaresa, no dia 11, a partir das 10 horas, e com o Festival de Folclore, agendado para as 16 horas.

S.F.



As noites de quarta-feira têm levado enchentes ao principal largo da Vagueira, com concertos gratuitos que já fizeram subir a palco nomes como Anjos, José

Gala dos 20 anos do jornal “O Ponto”



O jornal vaguense “O Ponto” terminou a celebração do seu 20º aniversário, no final de julho, com uma gala que decorreu na semana seguinte à 500ª edição da publicação.

S.F.

EPADRV quer apresentar candidatura ao Plano de Recuperação e Resiliência

Objetivo é a instalação de um Centro Tecnológico Especializado no estabelecimento de ensino vaguense

De forma a conseguir implementar um Centro Tecnológico Especializado, a Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Vagos (EPADRV) vai celebrar um protocolo com a Câmara Municipal, que lhe permitirá, depois, candidatar-se aos fundos do Plano de Recuperação e Resiliência, criado pelo Governo.

O Centro Tecnológico Especializado idealizado pela EPADRV foi, segundo a Câmara, pensado “no âmbito da renovação de espaços pedagógicos já existentes” na escola, tendo, também, “como objetivo a aquisição de novo equipamento tecnológico ou substituição do existente, por forma a permitir uma melhoria significativa da formação profissional, dotando-a de uma maior

transversalidade e adaptando-a de uma forma mais efetiva às necessidades do mercado de trabalho”. Um novo sistema de rega, mais eficiente, um robot de ordenhas e uma unidade de transformação de leite são alguns dos equipamentos ambicionados pelo estabelecimento de ensino, num investimento que deverá ascender aos 1,5 milhões de euros.

Para Pedro Bento, vereador da Câmara, “este protocolo permitirá à EPADRV elaborar uma candidatura, no sentido de criar uma estrutura com equipamento renovado, que irá potenciar e qualificar ainda mais a sua oferta formativa, adequando-a às necessidades do mercado de trabalho”.

S.F.

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.

eml
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

Posto de transformação ganhou mural de António Conceição

Obra foi pintada pelo artista no âmbito da Feira de Antiquidades e Artesanato de Vagos

O posto de transformação situado junto ao Tribunal de Vagos, que era considerado um “problema urbanístico” pela Câmara Municipal, por ser “inestético” ganhou uma nova vida. No âmbito da Feira de Antiquidades e Artesanato de Vagos (FAAVA), que passou a acontecer no primeiro domingo de cada mês, a autarquia encomendou ao artista vagoense António Conceição que pintasse no centro da vila um mural. O desafio foi aceite e, no primeiro domingo de agosto, a obra a céu aberto foi inaugurada.



A nova pintura do posto de transformação não é o primeiro mural de arte urbana do município e, de acordo com os planos da Câmara, não será o último. Aliás, na praia da Vagueira, para breve, está agendada a inauguração de um campo de basquetebol 3x3, todo ele ornamentado com desenhos ilustrados pelo artista Gonçalo Mar.

No posto de transformação, os motivos desenhados por António Conceição assemelham-se àqueles que já foram traçados na Biblioteca Municipal João Grave e no Mercado do Peixe da Vagueira e têm como base as memórias das gentes do concelho de Vagos.

S.F.

Ciclo de concertos leva música a todas as freguesias

Iniciativa “Os Sete Dons e a Plenitude” culmina, a 24 de setembro, com um concerto que reúne todos os artistas no centro da vila de Vagos

Vários cantores vagoenses vão levar música às oito freguesias do concelho, através da iniciativa “Os Sete Dons e a Plenitude”, que começou a 20 de agosto e decorre até 24 de setembro. No último dia, tem lugar um concerto na Praça do Município, no centro da vila de Vagos, com todos os artistas participantes. A entrada é gratuita.

O ciclo de concertos acontece aos fins de semana, de manhã, e cada dia numa freguesia diferente. Os próximos espetáculos agendados levam ao palco Jenny e Leandro, no sábado, dia 27, no Largo da Igreja de Fonte de Angeão, e Nuno Cipriano, no domingo, dia 28, no Largo Parracho Branco, Gáfanha da Boa Hora.



Para o primeiro fim de semana de setembro, estão previstas as atuações de Fábio Rocha (dia 3, às 11 horas, no Largo da Casa do Povo, em Ouça) e de Nuno Cipriano (dia 4, às 11.15 horas, no Largo da Igreja, em Santa Catarina). No fim de semana seguinte, é a vez de Diogo Sarabando atuar em Calvão (dia 10, às 11.30 horas, no Largo do Centro Social e Paroquial) e Fábio Rocha na Ponte de Vagos (dia 11, às 10.30 horas, no Largo da Igreja). A 17 de setembro, às 11.30 horas, Diogo Sarabando desloca-se a Santo António de Vagos, para subir a palco no Largo da Igreja. E, por fim, Jenny e Leandro vão atuar em Soza, no dia 18, às 11.45 horas, no Largo de São Miguel.

Todos os artistas - aos quais se juntam Verónica Matias, que atuou em Covão do Lobo (ver foto) e em Santo André de Vagos - vão juntar-se num concerto final, a 24 de setembro, na Praça do Município, pelas 16 horas. A iniciativa, segundo a Câmara “pretende criar momentos de qualidade musical em todas as freguesias, permitindo, dessa forma, uma descentralização do fenómeno cultural e fazendo com que possa chegar ao maior número de pessoas possível”. O projeto integra a candidatura “Em nome do Espírito Santo”, que envolve os municípios de Alenquer, Torres Novas e Vagos.

S.F.

Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmonica Vaguense

**1860 – 2022:
162 anos de Música,
por Vagos**



Vem fazer parte de algo Especial

JUNTA-TE À BANDA
Escola de Música da Filarmonica Vaguense
2022-2023

INSCREVE-TE JÁ
DOS 3 AOS 103 ANOS

Inscrições
Direção da Filarmonica
Maestro Leonel Ruivo
Sextas - 21h30

Formulário online
filarmonicavaguense.pt

LIBERTA O FILARMÓNICO QUE HA EM TI!!!
filarmonicavaguense@gmail.com | 910933619

FLAUTA
CLARINETE
SAXOFONE
OBOÉ
FAGOTE
VIOLONCELO
TROMPETE
TROMPA
BOMBARDINO
TUBA
BATERIA E PERCUSSÃO
GUITARRA
GUITARRA ELÉTRICA
UKELELE
PIANO
FORMAÇÃO MUSICAL

INICIAÇÃO MUSICAL
ADULTOS & CRIANÇAS

PAGAMENTO DE QUOTAS 2022

Informamos os nossos associados que devem proceder ao pagamento das quotas de associado da FV, referentes ao corrente ano.

Para o efeito, poderão contactar os dirigentes da associação ou fazer transferência do valor de 10€ para o seguinte Iban, indicando na referência o nome de sócio, ou comunicando o pagamento para o mail abaixo referido:

PT50 0045 3340 4006 9619 803 04
filarmonicavaguense@gmail.com

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

José A. Almeida

ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 53 . AGOSTO 2022

Tem a Palavra a Mesa

Inspirações para férias bem vividas e não só... ...para o resto dos dias do ano também

Para ser grande, sê inteiro:
Nada exagera ou exclui.
Sê todo em cada coisa.
Põe quanto és
No mínimo que fazes.
Assim em cada lago
a lua toda
Brilha, porque alta vive.
14-2-1933 - Ricardo Reis

VIVE a vida, ávid@ de viver!
Vive o dia, porque o dia és
(e esta é uma inspiração de Pessoa),
sempre!!
Se o dia queres ser,
vive a vida, ávid@ de viver
Se queres um novo dia ...
Se queres uma nova vida...
Se queres entrar num novo mundo...
Tens de sair da rotina, do hábito, do linear.
Cria um mundo só teu, mas com todos
lá dentro.
E a familiaridade será o teu maior
presente!

Só és pleno, verdadeiramente, com o outro
em complemento!
Diz "Sou!" e sê! O que queres ser?
Com garra, agarra as tuas vontades e
transforma-as em realidade!
Não te fiques pelo "queria" ...
Dessa forma, a tela ficará sempre
incompleta ... vazia!

Dar ou receber? Vamos lá saber.
Dar é receber - dá um sorriso e um sorriso
chega a ti em eco.
Por que dar, é receber, em ato direto.
Quando dás o teu eu regurgita felicidade
E pensa: quem não te sorrir, é alguém
que precisa de ajuda.
Então segue, vigia, cuida.
Ao cuidar, se te envolveres com os outros,
olha-os nos olhos, ouve com os teus olhos
Os silêncios que colhes, também querem
falar - escuta com o teu coração.
Esses silêncios estão cheios de murmúrios,
em projetos bloqueados;

ajuda e receberás tudo o que nunca
imaginaste possível - afeto!
Não te coibas de pedir perdão, esse ato
não é humilhação.
É mostrar a grande alma que em ti
habita e não temas a intimidade.
Aproximação - tão próxima que se
confunde com irmandade.
Elo que faria grandiosa a humanidade.

Dá, quando te apetece receber.
Oferece, se te apetece dar.
Se te apetece, pede.
Se não te chega algo que teima em
imaginar
Se que queres criar, és tu que deves
acrescentar,

Se ... de se em se ... nunca esqueças
Não queiras a flor, sem a raiz enraizada,
sem o caule forte, maduro!
Nada se consegue com passos
apressados!

Se adquirires, se conseguires a
consciência de voltar a tentar,
E de melhorar sempre e sempre mais!
De erro em reparação, constróis um
novo futuro, seguro.

São premissas de solidariedade,
voluntariado e cidadania.
São premissas de paz e harmonia.
O mundo pode desabar, mas o teu
mundo interior vai estar forte...
Para poder seguir em frente - enfrentar,
dirimir, colmatar...
O outro será, o que tu fores, diante dele
... Não exijas, dá!
E tudo te será graciosamente devolvido
e muito melhor.
"Para ser grande, sê inteiro..."

Votos de boas férias
Ativas, criativas, bem vividas!
Com o outro, pelo outro
Enfim, por nós!
Juntos por si, SCMV!

Maria do Céu Matos
Mesária

Agosto sem idade

O mês de agosto tem sido uma animação
para o CLDS 4G Vagos ConVida. A nossa
equipa dinamizou um dia do Campo de
Férias Vagos em Ação Júnior com os
"Jogos sem Idade".

Numa fase em que o afastamento das
várias gerações é cada vez maior devido
a alterações da dinâmica familiar, as
atividades intergeracionais são cada vez
mais importantes na transmissão de
valores e na troca de conhecimentos.

Se por um lado as crianças e os jovens
beneficiam de uma melhoria no
relacionamento com as gerações mais
velhas e de uma desmitificação das
representações sociais negativas,
relacionadas com o envelhecimento, por
outro lado, para os idosos, estas
atividades fomentam a sua inclusão
social, favorecem a sua autoestima e
promovem um envelhecimento ativo.



Este momento intergeracional recebeu 10
pessoas idosas e cerca de 100 crianças.
Entre o jogo das latas, o jogo dos sacos,
a malha e muitos outros, foi um dia cheio
de sorrisos e muito animação.

Ainda durante o mês de agosto o CLDS
4G Vagos ConVida vai dinamizar
atividades durante 3 dias para os utentes
do CAO e do Lar Residencial da Comissão
de Apoio Social e Desenvolvimento de

Santa Catarina. Para tornar estes dias
ainda mais especiais, decidimos pedir
o apoio a três associações de Vagos,
com o objetivo de as aproximar das
problemáticas existentes no concelho,
contribuindo simultaneamente para a
divulgação dos seus produtos/serviços.

A Mais Feliz Associação irá desenvolver
uma sessão de risoterapia e proporcionará
experiências neurosensoriais, para além



das suas bicicletas e paraquedas.

Com a Confraria da Abóbora teremos
uma tarde de culinária, onde a Abóbora
será o ingrediente a explorar.

A Associação de Surfistas de Vagos irá
proporcionar a estes utentes uma
manhã na ria com kaiakes e pranchas
de Stand Up Paddle.

CLDS 4G VAGOS CONVIDA



“O fruto proibido é o mais apetecido”

As férias das jovens na CAR estão quase a acabar! Daqui a nada, começa a azafama da escola, já muito desejada por elas. Até lá, as que podem, vão gozando períodos de férias junto das suas famílias. Para algumas meninas, estes períodos resumem-se a algumas horas, para outras resumem-se a longas e felizes semanas. Porém, nem sempre estes dias correm como foram sonhados.

Morar numa casa de acolhimento não faz parte dos planos de vida de qualquer criança ou jovem. Quando as circunstâncias assim o ordenam, e porque são menores e não têm poder de dizer não, a entrada no acolhimento é, quase sempre, um período amargurado.

A liberdade de pensar e sonhar é algo que ninguém lhes pode roubar e, por isso, torna-se a sua tábua de salvação. Pensam que foram injustiçadas, que há lá fora quem se porte muito pior, pensam que foram vítimas de más avaliações dos técnicos e isso dá-lhes direito a sonhar o regresso ao seu meio natural de vida com grande intensidade e sofreguidão (por vezes com sofrimento).

Como dizem os antigos, “o fruto proibido é o mais apetecido”, e elas quanto mais se sentem afastadas dos seus, mais desejam a sua proximidade, mesmo que esta não seja, à luz dos olhos técnicos, a melhor solução. Ganhamos muito pouco com os afastamentos familiares (a não ser que sejam desejados pelas meninas). “Quanto mais se aperta a enguia mais ela foge”, como dizem os antigos desta zona. Ficamos com um dilema, protegemos e impedimos que caiam e esfolem os joelhos, tal e qual como acontece com os pequenitos quando começam a andar, ou permitimos esta aventura de testar o mundo, garantindo que estamos cá para tratar das feridas, sem ressentimentos e de braços abertos.

Na CAR, somos apologistas destes saltos com arnês e as férias escolares são uma ótima altura para testes. Mesmo quando nos parece que a família ainda precisa de alguma afinação, e sentimos que pode haver espaço de desilusão, garantimos o sonho delas e preparamos períodos de convívio familiar. Estes convívios à



medida que vão sendo integrados nas rotinas delas passam a tornar-se os seus melhores aliados; dão-lhes segurança de poder ir e voltar a qualquer momento se não correr bem, diminui-lhe a ansiedade e o medo de não serem ouvidas pelos técnicos, dá-lhes clareza para avaliar com outros olhos a sua família.

Quando tudo corre bem, a família empodera-se e ganhamos todos, podendo desenhar-se até novos projetos de vida a curto prazo. Outras vezes, os convívios não correm tão bem e mesmo assim são um ótimo remédio para ajudar a aceitar o único caminho possível. Por vezes, as convivências correm muito bem e mesmo assim o desejo intenso de voltar deixa de existir, dando espaço para o crescimento emocional...

Uma casa de família numerosa, como é a nossa, cheia de adolescentes, tem sempre muito barulho, muita algazarra, muito “diz que disse”, zangas e ralhetes, mas também, muitas brincadeiras, muitas experiências, muito conluio, alianças e colinho. Tudo isto é um remédio natural contra o silêncio, a solidão e o desamparo, tornando-se o fermento de novos sonhos para as meninas que querem voar com asas próprias.

São todas as meninas que já foram passando por esta casa que nos têm ensinado estas coisas. Nós temos aprendido muito com elas e seguimos em frente para nos tornarmos ainda melhores técnicas neste ofício difícil de desamarrear nós.

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

À descoberta além-fronteiras...

O Projeto Envolver organizou outra viagem cheia de descobertas, desta vez, além-fronteiras. No passado dia 9 de agosto, fomos à descoberta de uma praia, vizinha do nosso concelho de Vagos, a Praia de Mira.

Registámos a nossa visita através de fotos retiradas junto do letreiro de madeira (com o nome Praia de Mira) localizado na marginal. De seguida, dirigimo-nos à icónica Capela da Nossa Senhora da Conceição. De madeira, pintada de azul e branco, é um dos símbolos desta povoação, refletindo a devoção religiosa dos pescadores e das suas famílias que neste local pedem proteção à Nossa Senhora da Conceição e agradecem as graças concedidas.

O último local a descobrir foi a área verde, com espaços para “merendas” que



envolve a famosa Barrinha (lagoa de água doce natural), onde partilhámos um pequeno lanche.

Foi, novamente, uma viagem cheia de descobertas, onde houve espaço para a partilha de culturas e de momentos de alegria.

PROJETO ENVOLVER

Em tempo de férias

As férias começam para uns e acabam para outros. Por cá, no nosso Centro Infantil continuamos com muita brincadeira e animação. Passamos momentos bem divertidos, fazemos jogos, dançamos, corremos, andamos de triciclo, trotinete, pintamos, desenhamos, ouvimos histórias e canções e tantas outras coisas que nos fazem felizes.

Setembro está a chegar e um novo ano vem a caminho. Boas férias!

CENTRO INFANTIL



O sol já raiou!

Após tantos meses de “clausura” todos ansiávamos por poder, finalmente, sair em “liberdade”...



Sair para passear,

Sair para tomar um café e comer um gelado,

Sair para fazer umas compras,

Sair para estar com os amigos e a família,

Sair porque nos apetece, enfim!

Há quanto tempo não levávamos um lanche para comer à beira rio...

Há quanto tempo não íamos tomar um café na esplanada de um jardim...

Há quanto tempo não íamos à praia...ouvir o mar, sentir a maresia, apanhar uns raios de sol ... e até, para aqueles que têm mais autonomia, tomar uns banhos de mar...

que tão bem nos faz à alma e ao coração...que tão bem nos faz ao corpo e à mente...

O contacto com a natureza dá-nos saúde, rejuvenesce-nos!

A liberdade dá-nos vida!

O sol já raiou e nós já temos oportunidade de o aproveitar!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

“Um Estendal com História”

Nos dias 27 e 28 de agosto, vai decorrer a iniciativa “Um Estendal com História”, nos passadiços da Praia da Vagueira, com a organização dos projetos CLDS 4G Vagos ConVida e Memorizar (da santa Casa da Misericórdia de Vagos) com o apoio do Município de Vagos.

Esta será uma obra de impacto social que pretende sensibilizar a comunidade Vaguense para a Demência.

Serão expostas t-shirts ilustradas por crianças, lojistas, utentes/cuidadores integrantes do Projeto Memorizar e comunidade em geral.

É necessário falar de Demência!

Convidamo-lo a dar um passeio e a refletir sobre a mensagem que cada t-shirt lhe transmite.

Vamos construir um olhar mais empático: Vagos Abraça a Demência!

CLDS 4G VAGOS CONVIDA E MEMORIZAR



Quando for velho

Não devemos ter medo de ficar velhos. Devemos ter medo da inércia, da falta de atividades, do abandono, da solidão, da incapacidade e da doença, da ausência de autoestima, da ausência de projetos de vida, de ambições...

A nossa preocupação deve ir ao encontro da melhor forma de VIVER.

Não posso apoiar-me nos filhos e netos porque eles vão tendo o seu percurso, fazendo as suas caminhadas pessoais e profissionais.



Vou pelo contrário, aproximar-me dos meus amigos, aqueles que estejam no mesmo "barco", que entendam os meus anseios, aqueles, com os quais posso trocar ideias, conhecimentos, aventuras, compartilhar alegrias, tristezas, partilhar as minhas emoções.

Estamos vivos, necessitamos de afetos, compreensão, sentirmo-nos valorizados e não estigmatizados, deixarmos de ser os "aposentados e inválidos", mitos que são criados. Qual quê?

A nossa consciência está bem alerta e presente, sabemos bem o que queremos e para onde queremos caminhar. "Mente Sã em corpo São"

Não ao stress, manter as relações de amizade e sociais antigas, procurar grupos de atividades com o qual me identifico, manter-me atualizado dos avanços da ciência, do mundo, da política, dos novos progressos.

E principalmente, gostar de mim.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Palavras cruzadas e sudoku chegam para exercitar o cérebro

Ao longo das próximas edições do Eco de Vagos vamos de forma mais evidente desmistificar alguns mitos e realçar factos associados ao envelhecimento e à Demência.

Para si: fazer palavras cruzadas é importante? E sudoku? É um passatempo que lhe dá prazer? Desafia-o? Ou ambos? É o suficiente?

A frase em título é um mito pela presença da palavra "chegam". Realizar atividades do género das palavras cruzadas e sudoku exercita o seu cérebro MAS

- não podem valer por si só - pode fazer muito mais que isso pela saúde do seu cérebro!

- não têm a mesma eficácia quando se tornam tarefas demasiado fáceis - altura de mudar para uma atividade nova e, por conseguinte, mais desafiante!

Há alguma atividade que desde sempre gostava de ter experimentado/aprendido mas nunca se aventurou? Nunca é tarde de mais para aprender coisas novas!

Deixamos também algumas ideias de



exercícios que pode fazer: compilar as

receitas de família - exercitando a memória e a linguagem; fazer contas "à moda antiga" - exercitando a memória, cálculo e raciocínio; utilizar a mão contrária por exemplo para escrever frases simples, ou lavar os dentes - exercitando a flexibilidade mental; selecionar uma notícia do jornal que habitualmente lê e rodear todas as letras "M" - exercitando a atenção; desenhar um objeto, como um mostrador de um relógio, um colar, uma chave... - exercitando a sua capacidade visuoperceptiva e memória.

Na próxima edição vamos refletir sobre a seguinte frase - É POSSÍVEL VIVER MELHOR COM DEMÊNCIA - concorda ou discorda?

PROJETO MEMORIZAR



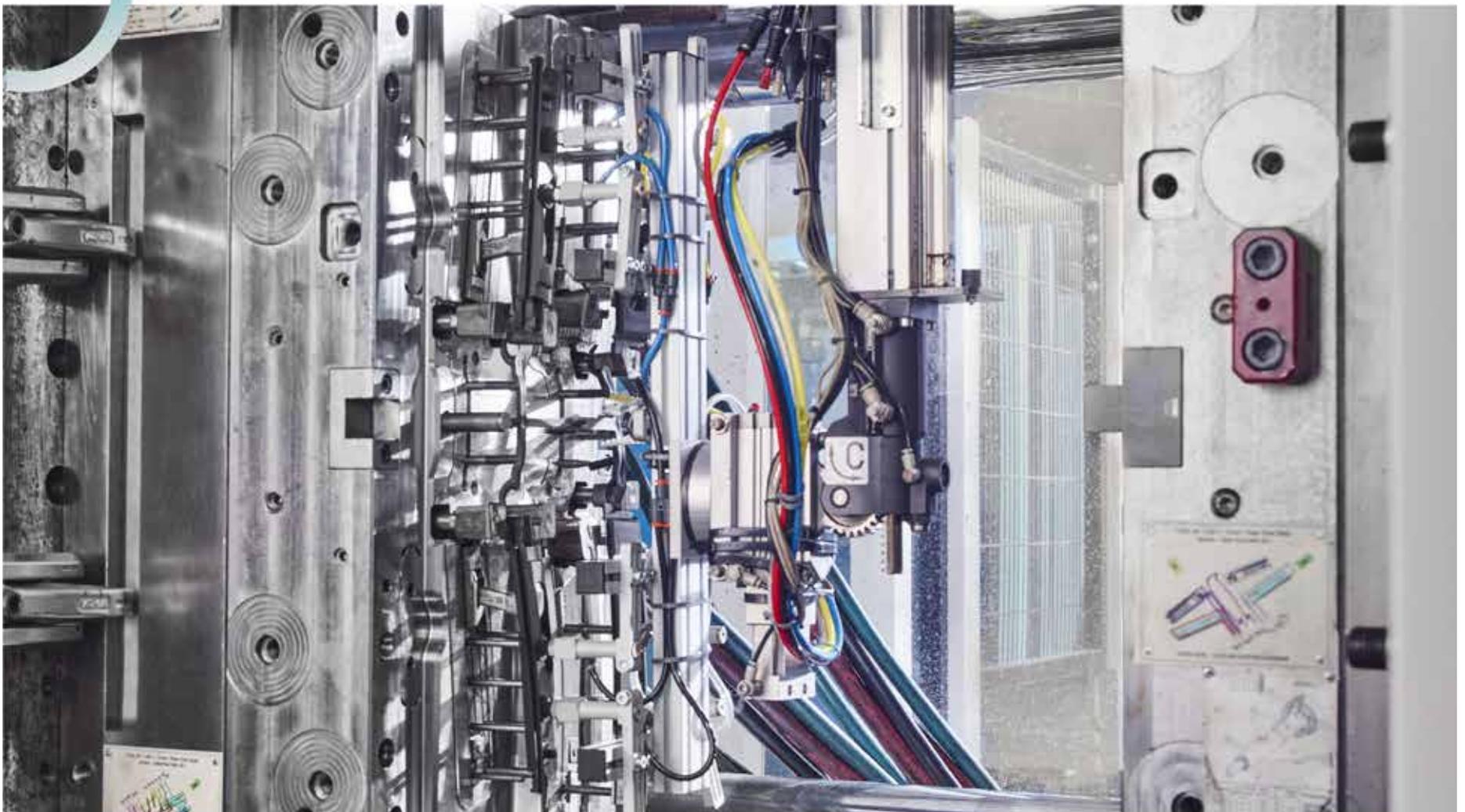
a farmácia Giro prescreve férias de verão aos seus clientes e recomenda a aplicação de filtros solares aos raios UV.

farmácia
giro

1977

INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR

O GRECAS

O GRECAS de Santo António – muito possivelmente o clube de maior dimensão competitiva do concelho de Vagos – foi oficializado em 1984, através de escritura pública, embora tenha antecedentes de prática desportiva informal que datam da década de 1970 (1976/1977, mais precisamente).

João Mário Rocha (atual presidente da Direção) e Fernando Capela, sócio fundador, treinador e desde sempre o principal impulsionador do clube, descrevem-nos a realidade deste clube desde as suas origens, até à atualidade.

As origens

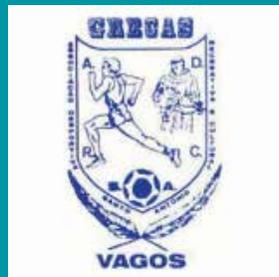
15 de janeiro de 1978 é a data da primeira prova de Atletismo com a participação de atletas do GRECAS. Antes, o clube informal dedicou-se sobretudo à prática do Futebol – numa versão de desporto popular informal, muito na linha da política de desenvolvimento proposta pela Direção Geral dos Desportos (DGD) que pretendia criar, em cada aldeia, núcleos de prática desportiva.

Fernando Capela tinha concluído recentemente o ensino secundário e era monitor de Futebol da DGD, competindo-lhe a dinamização desportiva de uma dada região – e é nesse sentido que, em conjunto com outros três Fernandos (Fernando Martins, Fernando Kalsas e Fernando Doutor), criam o clube.

A sua primeira sede foi em casa do Fernando Capela, na Lomba, local onde se realizavam os treinos e as reuniões. Dessa sede improvisada se evoluiu para outra, na Lomba (na Rua do GRECAS), até se fixar na sede atual, junto ao polidesportivo de Santo António.

Com o tempo, evoluiu-se do Futebol para o Atletismo – outra das modalidades muito incentivadas e apoiadas pelo Estado (através da DGD), nesse tempo pós-revolução.

E foi assim que o GRECAS encontrou a sua verdadeira vocação como clube de Atletismo. Atualmente é um dos mais importantes e conceituados clubes nacionais da modalidade e o a sua dimensão ultrapassa em muito as fronteiras concelhias – é um clube de dimensão nacional.



A organização

O GRECAS possui um elevado nível de organização, contando com 150 associados, um corpo diretivo que se renova com facilidade, um corpo técnico de qualidade, uma sede, um local de treinos (a pista do Estádio), estabilidade financeira, credibilidade e 4 carrinhas que asseguram as deslocações para treinos e para competições.

Mas mais importante, existem rotinas de organização, que asseguram elevados níveis de eficiência, que possibilitam que um clube de um meio pequeno, se encontre entre os melhores, a nível nacional.

A organização desportiva

O clube tem, atualmente, 107 atletas federados, dos 6 aos 76 anos, dispersos por muitas regiões do país e abrangendo todos os escalões competitivos e todas as especialidades (corridas, saltos e lançamentos), mas sendo cerca de 30% atletas em formação, de escalões jovens. Possui um corpo técnico de 8 treinadores (do nível 1 ao nível 4-o mais qualificado) também dispersos por várias zonas do país e que enquadram atletas específicos. O treinador Manuel Rocha assume a função de Diretor Técnico, competindo-lhe a coordenação da equipa técnica e a gestão da participação competitiva (assegurando as inscrições nas provas) e a gestão das reuniões quinzenais.

Os 107 atletas estão um pouco dispersos pelo país, havendo 3 núcleos principais: Vagos (coordenado pelos treinadores F. Capela e M. Rocha, com 50% dos atletas), Ovar (coordenado pelo Prof António Beça e com 20 atletas) e Aveiro (coordenado pelo treinador Mário Cordeiro e com cerca de 10 atletas). Existem ainda pequenos núcleos de 2 ou 3 atletas (em Évora, Castelo Branco, Lisboa e outros). A organização desportiva é descentralizada – aspeto comum aos desportos individuais – estando cada atleta numa zona (a sua zona de residência), ligado a um treinador específico e cumprindo o seu plano de treino, muitas vezes treinando sozinho e reunindo-se nas competições.

Os treinos

Atualmente, os treinos decorrem na pista do Estádio Municipal de Vagos, todos os dias da semana, entre as 18:30 e as 21 horas. Existem muito boas condições de treino, mas nem sempre foi assim: evoluiu-se dos treinos de rua (na Lomba, nos anos 70), para os treinos no polidesportivo de Santo António (anos 80 a 2000), nas pistas de Atletismo de Oliveirinha e da Universidade (ambas no concelho de Aveiro), devido à maior exigência competitiva.

Só após a conclusão da pista de Vagos é que o GRECAS se pode fixar como clube residente, melhorando as condições de treino, a sua organização e, naturalmente, os resultados desportivos.

Os resultados desportivos

É impossível quantificar o palmarés do GRECAS e diversos são os títulos nacionais e as presenças nas seleções nacionais – não contabilizando os títulos regionais e distritais.

Praticamente não existem fins-de-semana livres, porque há sempre atletas em competição.

Em seniores, na competição de pista ao ar livre, o GRECAS compete na 2ª Divisão Nacional (Masculina e Feminina), correspondente ao intervalo entre o 9º e o 16º classificado.

Na pista coberta, em seniores, o GRECAS participa na 1ª Divisão Nacional, ou seja, está entre os 8 melhores clubes nacionais.

Orçamento

Em 2021 clube teve uma receita de 54 mil euros, sendo 2/3 provenientes do subsídio municipal e dos patrocinadores Prifer e J. Prior. Os restantes 30% resultam de receitas próprias: quotizações e donativos dos 150 associados, exploração do bar do Estádio em dias de eventos de Atletismo e na sede do clube, organização de eventos (meeting e cross de Vagos) e outras receitas. As despesas aproximaram-se deste valor, não existindo deficit.

Sendo aparentemente um orçamento elevado, torna-se escasso pelo elevado número de atletas e pelas deslocações em praticamente todos os fins-de-semana.

A colaboração entre o AEV e o GRECAS

Desde sempre existiu um elevado nível de cooperação entre as duas entidades e essa boa relação traduzia-se sempre no aumento do número de praticantes do GRECAS (“encaminhados” pela Escola) e nos bons resultados desportivos nas provas escolares de Atletismo. Durante muitos anos, essa foi a realidade e o AE Vagos tinha praticamente sempre excelentes resultados desportivos no Atletismo, com alunos nas fases nacionais: no Corta-Mato, no MegaSprinter e no Atletismo. Nos últimos anos os resultados têm decrescido, em consequência de falhas nessa colaboração; há, portanto, que a reativar.



BREVES

CULTURA. A obra “Paróquia da Fonte de Angeão – 75 anos”, da autoria de Ludovina Cartaxo Capelo e editada com o apoio da Câmara de Vagos, foi lançada, no passado dia 14 de agosto, no final da eucaristia, em Fonte de Angeão. “Esta é uma obra de particular relevância e que nos transporta para as diversas realidades religiosas, sociais e económicas deste território, ao longo dos últimos séculos”, sublinhou a autarquia.

DESPORTO. A vaguense Carolina Cabral conquistou o título nacional de Juvenis de natação, na prova de 1500 metros livres, tornando-se a primeira campeã nacional na história do Clube de Natação de Vagos. A participação da jovem nadadora no Open de Portugal – Campeonato Nacional de Juvenis e Absolutos contou, ainda, com a conquista de uma medalha de prata, nos 400 metros livres, com um quarto lugar (a apenas uma centésima do pódio), nos 800 metros livres, com um quinto lugar, nos 200 metros livres, e com um décimo, na final dos 100 metros livres.



SURF. A Praia Nova da Vagueira vai receber, já no próximo sábado, dia 27, o evento “Night Drop – Surf, Sound &

Fun”. Com participação gratuita, entre as 14 e as 17 horas vão acontecer aulas de surf e, entre as 17 e as 19.30 horas, está agendada a demonstração de “Massagens Sai da Rotina”. As 19 horas, começa o “sunset”, com música ao vivo a cargo de Freddy Strings Trio. O surf noturno, que dá nome ao evento, tem início marcado para as 21 horas. A organização é da Associação de Surfistas de Vagos e, em permanência, o evento vai contar com uma zona “Surf Experience”, com pranchas de equilíbrio e DJ com música ambiente.

S.F.

JÁ DESTE UNS CLIQUES?

SOLUÇÕES DE PROFISSIONAL, COM DISCURSO LOCAL!



REFERÊNCIA

10 LOJAS FÍSICAS

De norte a sul do país

DESTAQUE

LOJA ONLINE

Mais de 450 produtos agora disponíveis

OPORTUNIDADE

10% DE DESCONTO

Na primeira compra na loja online Mistolin Solutions

CASD Santa Catarina

No âmbito da atuação na comunidade, a Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina (CASDSC) irá promover uma Caminhada Solidária.

Esta iniciativa irá realizar-se no dia 24 de setembro de 2022, e terá um percurso de 5 km, essencialmente pela freguesia de Santa Catarina.

A concentração dos participantes será feita a partir das 17 horas, na CASDSC, estado previsto uma aula de aquecimento antes do início da caminhada.

A inscrição pode ser realizada na secretária da CASDSC ou através do contato 234783936, e confere o acesso a um KIT de caminhada.



Centro Social e Paroquial de Fonte Angeão

O mês de julho foi recheado de atividades e experiências novas. Para isto contamos com o apoio de do professor Fernando Batista, que numa manhã encheu de magia a nossa instituição, proporcionando momentos de verdadeira alegria. Também os pais dos nossos meninos vieram dar a conhecer um pouco das suas profissões em vários ateliers que organizámos.



No dia dos avós todas as crianças elaboraram uma lembrança para os seus.



Centro Social e Bem Estar de Ouca

Chegou o verão!

Julho, um mês repleto de atividades diversas para as crianças da nossa Instituição!

Desde a praia, momentos de splashtime, workshops de culinária, aula de yoga, caminhadas, ida à EMER e Radiolândia, a festa dos avós com os utentes do Lar e a festa de fim de ano, onde todos deram o seu melhor!

Aos finalistas desejamos muita sorte e sucesso na nova etapa que se avizinha e para o restantes...até setembro!



Associação Boa Hora

O mês de agosto é vivido na Associação Boa Hora com muito dinamismo e diversão. As crianças da creche brincam à descoberta de novas aprendizagens acompanhadas por muito carinho, colo e mimos. O espaço exterior é nesta época do ano o local preferido das nossas crianças. Ali brincam ao faz de conta, às casinhas, com os baloiços, interagindo entre si, criando laços e desenvolvendo competências de socialização.

Os passeios a pé e jogos no campo da Freguesia são outra modalidade proposta a esta faixa etária, não só pelo benefício físico e mental, mas também pelo desenvolvimento de aptidões de respeito e valorização da natureza.

Na resposta social de AAAF / CATL as piscinas são a predileção das atividades. Usufruindo também do espaço envolvente para brincadeiras de roda, jogos do Helder, o esconde, esconde, torneios de futebol e concursos de dança.



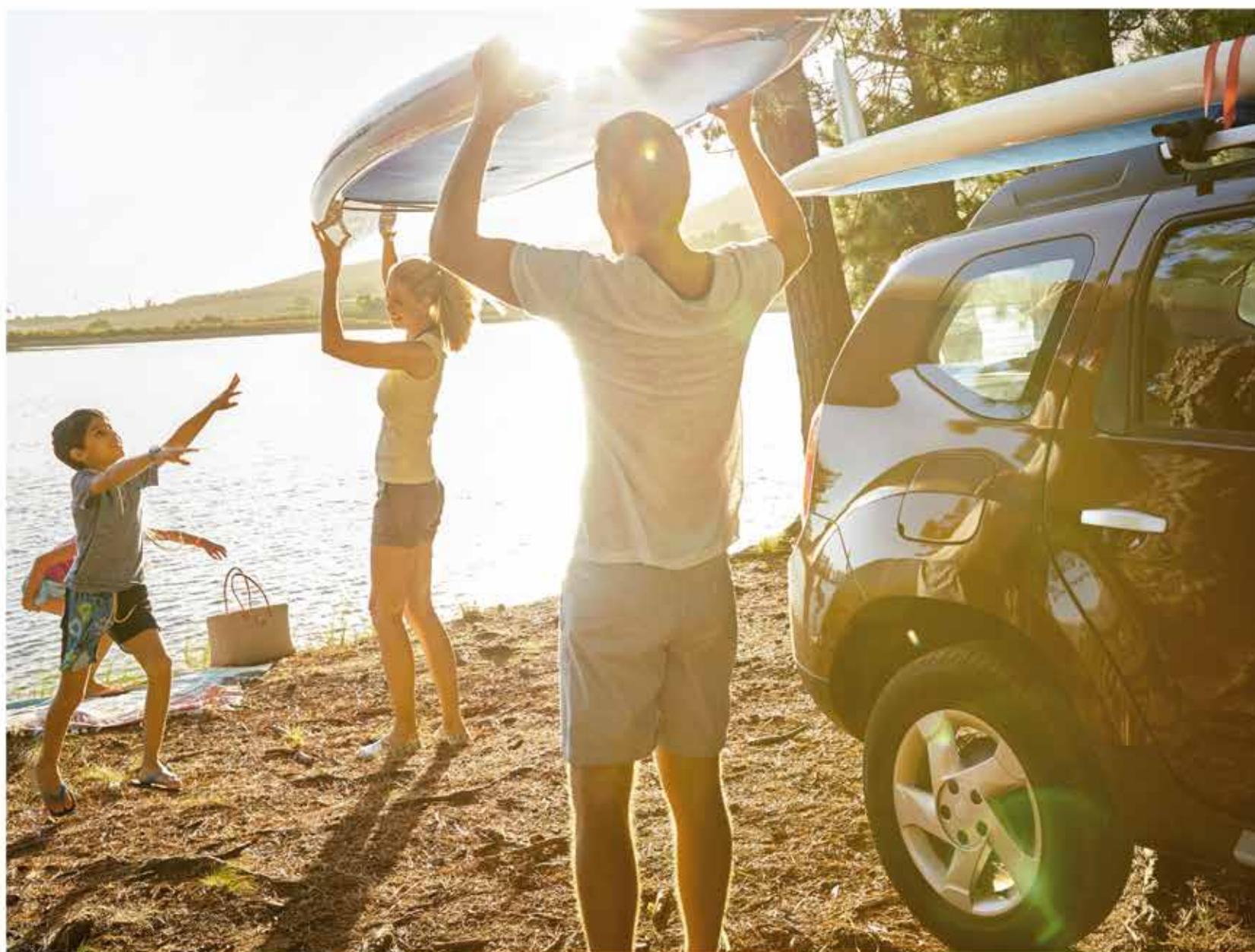
Os idosos também aproveitam este tempo quente e soalheiro para passeios, caminhadas e lanches no exterior. Estar com a família é outra prioridade desta faixa etária, principalmente depois de dois anos de pandemia e confinamentos. Filhos, noras, genros, netos e bisnetos esperaram ansiosamente pelo mês de agosto trazendo consigo muitas saudades, aproveitando este mês para aproximar gerações, reviver memórias, vivendo momentos únicos de confraternização e de amor!

CA **SOLUÇÕES DE CRÉDITO PESSOAL**

Há espaço para o que sempre quis

Com o CA, os sonhos ganham vida.

Conte com o apoio das Soluções CA para desfrutar da vida ao máximo.



Campanha válida até 16 de Setembro de 2022.



CAVida
Seguros para a vida

CA
Seguros

Para mais informações:

creditoagricola.pt | [f](#) [@](#) [v](#) [in](#)

 **CA**
Crédito Agrícola

Centro Social e Paroquial de Calvão

Chegou o verão e com ele a oportunidade de usufruir do espaço exterior da nossa instituição. Este espaço potencializa as aprendizagens das nossas crianças bem como a sua autonomia. O brincar ao ar livre permite um maior contato com a natureza, conectar-se com ela mesma e ter oportunidade de experiências com elementos naturais. Desta forma, foi planeado momentos lúdicos de exploração constante para as nossas crianças da valência de Creche em que o meio natural esteve sempre subjacente. Foi uma semana intensa e de muitas experiências. No primeiro dia fomos ao



Barreiro ter aula de Yoga, fazer um piquenique e fazer a sesta nesse mesmo espaço. No segundo e terceiro dia fomos explorar a Praia do Areão, onde as crianças tiveram contato com a areia, o mar e elementos naturais da praia. No quarto dia fomos a uma quinta ver animais e todas as crianças tiveram



oportunidade de andar de pônei. Para finalizar a semana tivemos a visita da Mafarrica ao nosso espaço exterior, onde não faltou diversão e muita animação. Podemos concluir que o espaço exterior é um terceiro educador da criança, onde ela aprende e explora ao seu ritmo e brinca livremente.

Desejamos a todos os utentes e colaboradores umas boas férias!



Associação Betel - Ponte de Vagos

Verão...

Verão, uma das quatro estações do ano, caracterizada por ser a estação mais quente.

Neste período, as temperaturas permanecem elevadas e os dias são mais longos do que os dias das outras estações. Geralmente, o verão é também o período do ano reservado às férias, onde aproveitamos para descansar, passear ao ar livre, ir à praia, ler...



Desejamos a todas as nossas crianças, idosos e respetivas famílias um excelente Verão. Aproveite o verão e divirta-se!

O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

FALAR NO JOGO DE MALHA DO PASSADO AOS NOSSOS DIAS

Recentemente na manhã de um sábado fui com meu neto Tiago e a esposa Ana assistir a parte de um torneio de malha que se realizou na pista de "Os Amigos da Malha", na Carvalheira do concelho de Ílhavo. A Carvalheira é conhecida por "Catedral da Malha" uma vez que ali teve dos melhores jogadores de malha do País, uma vez que os Sousa, pai e filho, Júlio e Cândido já uma vez venceram na cidade da Guarda onde estavam competindo jogadores de todo o País. com equipas de 2 elementos.

Lembrarei também jogadores daquela localidade ilhavense, tão dedicados a esse jogo, como o sr. José Rebola, natural da Carvalheira que, estando emigrado no Brasil até chegou a trazer de lá um equipamento para 11 jogadores, que eram antigamente os que formavam uma equipa, quando atualmente, em torneios, jogam equipas de 3 elementos, como foi o caso deste torneio e de "Os Amigos da Malha", em que se jogou na pista 10 horas seguidas no sábado e o restante do torneio no domingo.



No Torneio realizado pelos "Amigos da Malha" estiveram ali jogadores de várias localidades que, nestes torneios nunca falham, como o António Isaac, de Vagos filho de um excelente jogador do passado, que era o melhor de todos daquele tempo, também Isaac de nome, com o Carolino, outro excelente jogador, quando até jogavam no largo conhecido de José Maria Matos, onde se disputava durante a tarde de um domingo um galo, que era ganho pelo jogador que, com 10 malhas mais vezes seguidas acertasse no "bicho", como era conhecido o que hoje se chama pau mas na realidade tem o verdadeiro nome de fito. Disse que iria referir os jogos de outrora, quando se jogava com equipas de 11, como no futebol e os campos eram nas "Ramolhas" em Vagos, hoje Rua de Santo Isidro, ou no beco designado das Maias, que mais tarde foram para o Brasil. Jogava-se aí pois não havia habitações em qualquer dos locais.

Assisti também, em tempos a um torneio na Carvalheira, em que os jogos foram num terreno da Ermida em que os jogadores desse tempo já estão todos ou quase todos do "outro lado". Nessa altura até o conceituado industrial, o sr. José Teixeira, filho, trouxe do Brasil medalhas para dar aos vencedores, que depois foram festejar todos ufanos no então Café Pátio, que também tinha pista de jogos.

Lembrei jogadores de outrora e lembrarei outros como o José Mário Rebola, filho do que trouxe os equipamentos do Brasil,

lembrarei os Bodas o Mário Antunes, o "Virgínia", os Sousa, que eram 4 a contar com José, Júlio, Carlos e Manuel Cândido filho de Júlio que agora com os restantes da equipa venceu o torneio, segundo me disseram.



No passado havia torneios de jogos de malha por toda a parte e vou lembrar o Campo de Futebol, na Lavandeira, onde também eram vedetas os Ribas, de Salgueiro e outros. Eu tenho até aqui no computador onde estou a escrever, fotos de equipas em torneios diversos, um dos quais junto ao templo novo da Ermida, concelho de Ílhavo, onde até o antigo presidente Ribau Esteves, hoje da Câmara de Aveiro, na altura presidente da Câmara de Ílhavo foi ali no decorrer de um torneio realizado no designado "Dia de Portugal" (10 de junho).

Neste torneio a que agora assisti em parte e até ali almocei com meu neto e

a esposa deste, pois a pista também tem restaurante, onde comeram muitos dos jogadores ou todos eles, andavam jogadores no torneio com muitos anos, como por exemplo os srs. João Reinaldo Russo e António Isaac e outros que apenas conheço de vista. Eles acham que o jogo de malha faz muito bem à saúde, o que é verdade.

E por falar no sr. João Reinaldo Russo lembrarei a sua herdade, chamada a "Ronqueira", onde se jogava a malha e onde também fui e até dormimos de sábado para domingo.

Vou publicar neste trabalho 2 fotos do torneio, que foram da autoria do meu neto Tiago.

Muito mais haveria a contar acerca dos jogos de malha, mas o espaço de que disponho não consente escrever muito mais.

João dos Santos Ferreira



O que é seu, é seu. E o que é seu merece ser protegido.

A sua história está escrita nos seus terrenos.
Os marcos que só você conhece e a terra que mais
ninguém pisa. Por isso, proteger as suas raízes
e valorizar o seu legado está nas suas mãos.



Vagos conta consigo.



Identifique e registe os seus terrenos
de forma simples e gratuita em bupi.gov.pt
ou na sua Câmara Municipal.

