

AS ABÓBORAS MAIS SABOROSAS ESTÃO EM SOZA

XII Feira da Abóbora voltou a contar com milhares de visitantes ao longo de três dias em que não faltaram boa gastronomia e animação

PÁG. 4



INCENDIÁRIO DETIDO NOS DIAS DE AFLIÇÃO COM OS FOGOS

PÁG. 6

“SOLIDARITURNA” REGRESSA A FAVOR DO “MEMORIZAR”

SUP. III

MUNICÍPIO OFERECE ATIVIDADES PARA SENIORES ATÉ DEZEMBRO

PÁG. 5

BATATA DOCE VAI SER RAINHA DURANTE TRÊS DIAS

PÁG. 7



EDITORIAL

O pânico que se instala nas redes sociais

Se todos sabemos que a internet e as redes sociais trouxeram tanto de bom como de mau à sociedade, à medida que o tempo passa eu não consigo parar de acrescentar pontos negativos à lista – ainda que me mantenha, obviamente, consciente dos positivos. E, na semana em que os incêndios devastaram uma grande área florestal na região de Aveiro, atingindo em força vários concelhos, dei por mim a desejar que um qualquer fenómeno, por aqueles dias, interdigitasse o nosso acesso às redes sociais por algumas horas.

Não tenho memória de, nos últimos anos, ter havido tantos incêndios florestais ao mesmo tempo na nossa região. Ainda que, em trabalho, já tenha estado em diversos cenários de fogo, o sentimento de insegurança generalizada que se viveu na semana de 16 de setembro não foi algo que eu me recorde de ter vivenciado recentemente. Pelo menos, não nesta era em que a internet e as redes sociais

dominam uma parte significativa da vida de grande parte da população. E assustou-me o rumo que isto pode levar, confesso.

Ainda que todo o país tenha estado de olhos postos nos incêndios, solidário com concelhos como Albergaria-a-Velha, Sever do Vouga, Castro Daire ou Gondomar – esses dois últimos noutras zonas –, o facto de ter havido vários fogos de gravidade extrema na região de Aveiro fez com que, invariavelmente, as redes sociais de quem por cá vive tenham sido inundadas, por aqueles dias, com um único assunto: os incêndios. E a sensação com que eu fiquei, honestamente, foi que a avalanche de informação foi tanta, mas tanta, que contribuiu para um pânico generalizado, em nada benéfico numa situação em que era crucial existir calma e lucidez.

A plataforma denominada “fogos.pt”, muito útil se for usada para aquilo que foi criada – informar detalhadamente

sobre os incêndios que estão em curso, em determinado local –, acabou por ser uma ferramenta utilizada de forma excessiva por muitos internautas. Foram inúmeras as capturas de ecrã dessa plataforma difundidas, vezes sem conta, de forma errada.

Se uma ignição era registada em Vagos, em lhavo, ou em Aveiro, por exemplo, de imediato era partilhada por várias pessoas em diversos grupos de Facebook. E em muitas situações – muitas, mesmo –, tratava-se de pequenos fogos, apagados prontamente por dois bombeiros e um veículo de combate a incêndios. Aliás, muitas vezes, vi nas imagens partilhadas, dessas tais ignições, que as chamas tinham sido apagadas dois minutos depois da chegada de socorro ao local.

Ora, com grande parte da região a arder de forma desenfreada, importava mesmo causar mais alarme com situações de menor importância? Questionei-me vezes



sem conta: para quê? Já não chegava a angústia no peito com as notícias que nos chegavam? Já não era suficiente a impotência, o pânico que se sentia ao andar na rua, muitas vezes só sendo confortável respirar fora de casa com máscara, com o céu envolto numa cortina negra de fumo? Para quê, além de tudo isso, que já era grave o suficiente, colocar os outros, os nossos concidadãos, em sobressalto ainda mais constante? Temo que a avidez de imediato nos esteja a toldar o bom senso. Aliás, tenho a convicção de que está mesmo.

SALOMÉ FILIPE
DIRETORA DO JORNAL

EFEMÉRIDE

Memórias do fogo e da desolação

DANCETERIA. «A Lua» abriu portas em junho de 1986, numa sexta-feira, no dia 13, por causa dos azares. Propriedade de José Rocha Almeida, ex-emigrante das terras de Simon Bolívar, estava localizada para as bandas dos Cardais, outrora denominada «zona industrial». Muita animação, um mar de gente na noite da inauguração, com as viaturas deixadas a largas centenas de metros. Um dos erros foi a distribuição massiva de convites, que prejudicou quem queria divertir-se. O que não terá acontecido ao comandante dos Bombeiros, que havia sido convidado. Antes da meia-noite António Castro foi chamado ao quartel, para decidir o que fazer, face ao alarme de incêndio que lavrava na zona de Águeda, mais concretamente em Urgueira, pequena aldeia no limite do concelho, em plena serra do Caramulo.

Com vento superior a 90km/hora o fogo viria a desenvolver-se, com violência, ameaçando várias aldeias e uma vasta área de floresta. Apesar das difíceis condições, cinco viaturas com 21 operacionais avançaram em

socorro da população de Avelal.

Surpreendidos pelo fogo, que alastrava em turbilhão, foram forçados a retroceder na EN 230, mas alguma coisa correu mal. Perderam a vida, em Castanheira do Vouga, 13 bombeiros de Águeda e Anadia e três civis. Um bombeiro sobreviveu, com graves queimaduras, ao ficar várias horas dentro da viatura. Oito haveriam de salvar-se, na fuga precipitada em direção ao Rio Águeda.

À época eu fazia parte da direção dos Bombeiros, liderada por César Mesquita. Cumprindo o nosso dever, acabamos por ir ao teatro de operações, para tentar perceber a dimensão da tragédia. Nesse tempo [ainda] não havia Proteção Civil nem Siresp, para tentar reclamar culpados. Ou então perceber se a gestão florestal, pública e privada (para já não falar dos eucaliptos), dificultavam o diálogo entre partidos. Em Águeda a tragédia tinha sido mesmo a doer.

Segundo números oficiais, os bombeiros de Vagos disponibilizaram 42 homens para combater o incêndio, tendo utilizado apenas três viaturas. Ao longo de 38 horas, percorreram 826 quilómetros na

zona sinistrada, entre Águeda e Caramulo. Uma semana depois, a direção da associação mandou rezar uma missa, sufragando as vítimas que pereceram, na defesa dos ideais do voluntariado.

TESTEMUNHO. A pedido de Horácio Marçal, assinei o seguinte texto no Soberania do Povo: «Transfigurados, máscaras de cansaço que não de tédio, desalento e incredulidade estampados nas histórias que necessariamente têm para contar, acabei por encontrá-los após algumas horas de busca, percorrendo os confins martirizados da terra queimada do concelho de Águeda. Bolfiar ficava do outro lado, onde quilómetros à frente as chamas, de forma matreira, tinham lambido grandes quantidades de mato e de pinhal. Devorado vidas humanas indefesas, que o destino lançou contra a morte.

A-dos-Ferreiros, Castanheira e Vale dos Lobos, onde os homens de Vagos se encontravam, era agora, felizmente, a imagem distorcida da madrugada de sábado. Cinco horas da tarde, tudo era diferente, para melhor, com elementos da florestal pelo meio, e grupos especiais de sapadores na cobertura da retaguarda.

Extensas áreas devastadas, eram agora cemitérios de cinzas, estranhamente sem vida, que um popular, enxada ao ombro e suor na testa, voltava a entreolhar com mágoa e dor. Encosta, alquebradas, árvores de grande porte haviam vergado sob a força da borrasca assassina. Por todo o lado o inferno de brasido ainda incandescente que à viva força a mangueira da UMM teimava em debitar de água.

Com homens e material praticamente exaustos, ninguém conseguiria esquecer as horas dramáticas vividas na fatídica madrugada, quando o vento ululante e traçoeiro, impelira para a morte vítimas indefesas e sem culpa, instigadas pela vontade firme de servir, na defesa de populações afetadas pelo fogo. Águeda-cidade, na tarde de sábado era ainda a capital da incerteza. Continuava sitiada, por forças de voluntários, que chegavam de todos os lados, que respondiam generosamente ao apelo, que tinha sido lançado nas últimas horas. Era a cadeia da solidariedade a funcionar, que só o voluntariado consegue reviver».

Eduardo Jaques

CONSULTÓRIO

Osteoporose e Saúde Óssea

A osteoporose caracteriza-se pelo aumento da porosidade óssea, tornando os ossos frágeis e mais suscetíveis a fraturas, mesmo sem traumatismo. É mais comum em idosos e mulheres pós-menopausa, mas pode ser prevenida com cuidados alimentares e de atividade física adequados.

O cálcio e a vitamina D são nutrientes

essenciais para a saúde óssea. O cálcio encontra-se em produtos lácteos e vegetais verdes-escuros. A vitamina D, ajuda na absorção do cálcio, obtém-se da exposição solar e alimentos como peixes gordos, ovos e alimentos fortificados (leite e cereais).

A prática regular de exercício físico, como caminhadas, corrida e levantamento de pesos, associado a exercícios de equilíbrio

e flexibilidade, como pilates e ioga, são benéficos para prevenir quedas, diminuindo o risco de fraturas, mesmo em quem já tem osteoporose.

Além disso, evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool é crucial, uma vez que ambos reduzem a densidade óssea. Outros fatores de risco incluem o baixo peso, ter um familiar de 1º grau com história de fratura da anca, artrite

reumatóide e menopausa precoce. A osteoporose não dá sintomas, sendo muitas vezes detetada após a primeira fratura. Contudo, é possível o seu rastreio através de um questionário conhecido por “FRAX”. Por isso, se tem algum dos fatores de risco, fale com o seu médico sobre se deverá ser rastreado e que medidas de estilo de vida poderá alterar para reduzir o seu risco.



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** 1500 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, João Ferreira, José Almeida, Paulo Branco, Eduardo Jaques, Lígia Almeida, Inês Alves, Ricardo Geraldes, Paulo Gravato, Nuno Margarido, Nuno Moura, IPS 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, n.º 161 . 3020-265 Coimbra

Factos, principios e responsabilidade

No passado dia 15 de setembro a nossa Associação comemorou o seu nonagésimo sexto aniversário, o dia foi marcado de forma digna e permitiu que ressaltasse o exemplo que é a nossa corporação.

Fomos presenteados com uma formatura exemplar, com um desfile apeado e motorizado que nos enche de orgulho e com um corpo de Bombeiros motivado para o seu desígnio.

Infelizmente, quis o destino que os três dias seguintes nos pusessem à prova. E, permitam o desabafo, estivemos à altura das responsabilidades!

O nosso concelho teve a sorte de não ser afetado por ignições de grandes proporções e os nossos Bombeiros, apesar de empenhados nos mais diversos teatros de operações dos concelhos afetados, não deixaram de dizer presentes, mantendo equipas em prontidão no nosso quartel para qualquer intervenção e em estreita colaboração com a nossa proteção civil municipal.

Quero, por isso, na qualidade de Presidente da Direção desta Associação, reconhecer e agradecer o empenho e dedicação de todos os nossos Bombeiros, dos elementos do Quadro de Honra, dos Diretores, dos Funcionários, da Câmara Municipal e dos seus serviços de proteção civil, dos Presidentes de Junta e da

inesquecível e excedível colaboração civil, que respondeu prontamente a todos os nossos apelos.

Atravessámos, por isso, dias complicados, com a memória fresca dos acontecimentos de outubro de 2017, mas com a consciência que tudo fizemos para que esse cenário não mais se volte a repetir.

Estas são algumas das razões que levam a que a função de dirigente voluntário de uma Associação como a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos, constitua um enorme orgulho e satisfação em poder contribuir para a comunidade e ao mesmo tempo acarrete uma enorme responsabilidade e preocupação.

Estamos convictos de que, apesar das circunstâncias e dos factos, ainda não se compreende bem o funcionamento de uma Associação deste género, onde, ao contrário do que seria normal e espetável, o estado central continua a não apoiar 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, das Juntas e o esforço diário de TODOS, seria impossível manter o apoio ao nosso concelho, à nossa população e ao país.

Na verdade, muito se fez, mas continuam a ser muitas as necessidades da nossa Associação, isto é, ao longo destes 8 anos em que presido à AHBVV, Diretores, Bombeiros, Câmara, Juntas, População e Empresas 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 18 viaturas, adquirimos fardamento e EPI's, adquirimos vários equipamentos, apoiámos a construção da nossa cozinha, dos nossos balneários e espaço de lazer que foram totalmente erguidos pelos nossos Bombeiros, enfim, muito se fez, mas muito há para fazer.

Atualmente necessitávamos de dar continuidade às obras e renovar o rés do chão do nosso quartel, nomeadamente, a central, sala de crise, atendimento e o parque de viaturas, necessitávamos de adquirir uma viatura de combate a incêndios industriais, atento o crescimento das nossas zonas industriais, mas infelizmente, com este modelo, é impossível.

Certamente que estas necessidades não serão colmatadas na minha presidência, e de uma forma muito direta, sincera e sentida, quero manifestar que foi, é e será sempre um orgulho fazer parte da história desta tão importante Associação do nosso concelho. Contudo existem valores e princípios que defendo e que não posso, nem devo quebrar.



No final deste mandato, terei cumprido 9 anos enquanto Presidente da Direção, como tal, defendo que os cargos não são nossos e que a renovação faz parte de um futuro melhor e promissor e, por isso mesmo, sem falsas modéstias, com a plena consciência de dever cumprido, mas consciente que muito se tem para fazer, é minha intenção não me recandidatar e dar lugar a novas ideias, novos projetos e novos desafios.

Temos a consciência que a UNIÃO faz a FORÇA, e é nisso que temos vindo a trabalhar todos os dias e para isso que continuaremos a trabalhar, assim pretendam os nossos sucessores. Glória aos Bombeiros de Vagos,

Glória aos Bombeiros de Portugal.

E não se esqueçam nunca que UNIDOS somos mesmo MAIS FORTES

Nuno Moura
Presidente da Direção da Associação Humanitária
dos Bombeiros Voluntários de Vagos

Menos minha a cada dia que passa

Ontem, ela subiu as escadas. Pela primeira vez, subiu as escadas sem ajuda. Colocou a mão na parede para se apoiar e, pé ante pé, subiu as escadas. Não esticou a mão, como quem pede ajuda. Não olhou para mim. Não disse “papá” como quem sabe que ainda lhe é difícil subir escadas sozinho. Empreitada quase mundana para qualquer um de nós, mas que se torna difícil para quem começou a dar os primeiros passos há seis meses.

Não pude deixar de sentir uma enorme alegria naquele momento. Alegria de a ver crescer. Alegria de a ver dar mais um pequeno grande passo, de a ver conseguir superar mais um pequeno

grande desafio. Alegria assoberbada pelo sentimento comum que todos os pais partilham. “Eles crescem tão rápido. Aproveita agora”. E ela subiu sozinho as escadas, sem pedir ajuda.

Não pude deixar de pensar que esta foi a primeira vez em que subiu as escadas sozinho. E que não me pediu ajuda com um simples estender de mão. A partir de agora, já não precisa de mim para subir as escadas. E quantas mais primeiras vezes tiver, mais se afastará da necessidade de mim. Há sempre uma imensa felicidade nas primeiras vezes de uma criança. Na primeira palavra. No primeiro sorriso. No primeiro gatinhar.

No primeiro passo. No primeiro acenar. No primeiro. Na primeira. Nas primeiras vezes. Mas há também uma certa nostalgia na primeira vez de uma criança. A partir de agora já não precisa de mim.

Ontem não precisou de mim para subir as escadas. Amanhã não vai precisar de mim para a adormecer, para escolher a roupa por ela, para lhe dar o almoço ou o jantar. Amanhã não vai precisar de mim para falar por ela e para se dar a conhecer ao mundo. Amanhã ela passará a ser mais do mundo e dela própria do que minha. Já eu serei sempre dela, enquanto nos quisermos muito. E eu quero.



Felizmente, ainda temos uma vida inteira de primeiras vezes pela frente.

Nuno Margarido
Jornalista

“A abóbora de Soza é mesmo muito boa”

A XII Feira da Abóbora encheu o Largo de São Miguel, onde só no primeiro dia foram servidas mais de 500 sopas

Soza está registada como capital da abóbora e, nas palavras de Fátima Rito, chanceler-mor da Confraria Sabores da Abóbora, isso deve-se à qualidade e não à quantidade do que ali é produzido. E foi essa qualidade que esteve à prova, uma vez mais, na XII Feira da Abóbora, que decorreu, no Largo de São Miguel, no fim de semana de 20 a 22 de setembro. Entre as tradicionais papas, pão e broa de abóbora, houve lugar para experimentar novidades como arepas e brigadeiros, entre outras. Este ano, só não foi levada nenhuma abóbora gigante a concurso, como aconteceu na edição de 2023. Arrecadou o prémio de “a mais pesada” uma abóbora de 35 quilos.

Longe vão os tempos, há 12 anos, quando a na altura recém-formada confraria organizou uma pequena feira no adro da igreja, onde se venderam papas e algumas abóboras. Hoje, o Largo de São Miguel chega a ser pequeno para receber aquilo em que o evento se tornou. “Acho que nunca tivemos tanta gente no primeiro dia como este ano. No ano passado, devemos ter ultrapassado os cinco mil visitantes, pois tivemos sempre bem mais do que mil pessoas em cada um dos três dias”, conta Fátima Rito.

Os números são contados “a olho”, uma vez que o certame é de entrada gratuita. Mas a mancha humana tem crescido a olhos vistos. E o mesmo tem acontecido com os expositores interessados em estarem presentes. Desta vez, foram 31 – com a chanceler-mor a assegurar que “não há capacidade para receber mais” –, dos quais 25 eram de artesãos e seis de produtores de abóboras. “Claro que gostávamos sempre de mais, mas a verdade é que julgo que este é o tamanho ideal para as pessoas que temos na organização, que são cerca de 20”, adianta Fátima Rito.

Se o número de visitantes não é contado com pormenor, o mesmo acontece à quantidade de abóbora que se gasta nos três dias. Fátima Rito sabe que “é muita, foram quatro carradas, mas não sei quanto pesa cada carrada”. O certo é que toda a que chega à feira é transformada em papas – para as quais



as pessoas fazem fila, muitas a quererem comprar para levar para casa –, pão e broa.

A gastronomia é, aliás, um dos principais chamarizes da Feira da Abóbora. “A nossa gastronomia é muito boa. E a nossa abóbora é mesmo muito boa”, assegura a chanceler-mor, sem esconder o orgulho. E os visitantes tiveram quatro associações vaguesas a servir iguarias: a Confraria Sabores da Abóbora, organizadora do evento com o apoio da Câmara de Vagos, a Pro.Boco, a Associação dos Amigos do Fontão e o Sosense.

O concurso de sopas, no primeiro dia de feira, contou com 25 sopas a concurso, confeccionadas por restaurantes e por particulares. E voltou, como noutros anos, a ser um sucesso. Segundo Fátima Rito, foram vendidos 500 kits, compostos por tijela e colher. E, no final, o público votou na sua sopa favorita, todas com abóbora, obrigatoriamente, como um dos ingredientes. A Marisqueira da Vagueira ganhou o primeiro lugar, o restaurante Faina, também da Vagueira, arrecadou o segundo e um participante particular ficou com terceiro prémio.

Ao longo dos três dias, a Feira da Abóbora

contou com várias atividades, entre concursos, atuações musicais, atividades desportivas e workshops. E a tarde do último dia foi marcada por um encontro de gaiteiros, que reuniu tocadores de vários pontos do país.



“Este ano não há delas gigantes” Já habitual no certame é, também, o concurso da “abóbora mais pesada”, cujo primeiro lugar, no ano passado, foi arrecadado por uma abóbora de 392 quilos. Desta vez, contudo, não apareceu nenhum fruto com uma dimensão parecida. Uma abóbora produzida em Soza por António Luzio, com 35,200 gramas, foi a maior a concurso.

António Luzio não é novo nessas lides.

Há dois anos, já se tinha sagrado vencedor, com um exemplar que chegava quase aos 50 quilos. No ano passado, com um concorrente “imbatível”, acabou por ficar em segundo. “Essas abóboras gigantes levam muito trato e técnica. As minhas são produzidas da forma tradicional, só levam estrume, adubo e água, mais nada”, conta o produtor, para quem a produção de abóboras “é apenas uma brincadeira”. “Faço-o para passar uma parte do tempo e as que produzo, por norma, são para a confraria, para a minha mulher fazer uns docinhos e para dar aos meus amigos”, explica.

Ainda assim, segundo António Luzio, “este ano foi um ano fraco e não houve abóboras gigantes, porque faltou água”. Um amigo seu, produtor de Albufeira, que ainda no ano passado ganhou um concurso, em Paredes, com uma abóbora de quase 600 quilos, confirmou-lho. “Diz que não teve nenhuma para concorrer. Esse meu amigo é que sabe a técnica para produzir essas abóboras gigantes, mas eu nunca quis aprender porque dá muito trabalho”, confessa António.

Ainda que os segredos não sejam todos conhecidos, sabe-se que produzir uma abóbora de dimensões incomuns carece de uma técnica específica que envolve, adianta António Luzio, “meter esferovite assim que ela nasce, entre a terra e a abóbora, para não estar assente na terra, e depois tem de se colocar umas cintas para ficar suspensa, tem de ser coberta e ainda leva uns químicos que eles [quem as produz] não contam bem quais são”. Este ano, não houve técnica que valesse a ninguém. “Foi a falta de água. A abóbora não quer muita água, mas quer alguma. Este ano, faltou isso”, assegura o sosense.

S.F.



Homicídio de imigrante venezuelana chocou Quintã

Rafael da Silva, marido da vítima, contou às autoridades que tinha escondido o corpo num pinhal junto ao Estradão da Lomba. Ficou em prisão preventiva

Um crime de contornos passionais chocou Vagos, mais propriamente Quintã. Arelys Rojas, uma imigrante venezuelana, de 36 anos, funcionária da Grestel, terá sido assassinada em casa pelo marido, Rafael da Silva, de 46, português apesar de ter vivido a maior parte da vida na Venezuela. O cadáver da vítima só viria a ser descoberto quase uma semana após o seu desaparecimento, que havia sido comunicado às autoridades pelo próprio marido. Só quando foi detido como suspeito do crime é que Rafael da Silva confessou o que fizera, revelando aos inspetores o local onde escondera o corpo de Arelys, num pinhal junto ao Estradão da Lomba.

Ao que tudo indica, Rafael assassinou a mulher por ciúmes, por desconfiar que ela – com quem mantinha um relacionamento havia vários anos, desde os tempos em que ambos viviam na Venezuela – o traía com outro homem. Na casa onde moravam, em Quintã, ter-lhe-á desferido 13 golpes. Depois, colocou o cadáver numa carrinha e levou-o para o pinhal, onde o escondeu.

Segundo familiares que viviam de aluguer na parte de baixo da moradia de Rafael, ninguém se apercebeu da agressão mortal. E, durante algumas horas, o suspeito alegou que Arelys havia ido tomar café com uma amiga, mostrando-

se depois preocupado por não ter regressado a casa. Foi aí que pediu a um familiar que se deslocasse consigo ao posto da GNR de Vagos, onde participou o desaparecimento da mulher.

Só ao fim de quase uma semana, a 22 de agosto, é que a Polícia Judiciária de Aveiro viria a deter Rafael da Silva como suspeito do homicídio de Arelys. Durante esse período, de acordo com o relato de vários populares, o homem manteve a sua vida normal, enquanto, nas redes sociais, os familiares e amigos de Arelys Rojas, na Venezuela, faziam circular dezenas de apelos para que fosse descoberto o paradeiro da imigrante. Já



detido, Rafael da Silva acabaria por confessar o local onde enterrara o cadáver.

S.F.

Programa “VITALidade” repleto de atividades para seniores

O desafio da Câmara de Vagos é envelhecer de forma ativa e saudável. Estão agendados passeios, workshops, exposições e uma conferência

Envelhecer de forma saudável e ativa é o desafio que a Câmara de Vagos vai lançar aos seniores do concelho. Para isso, no âmbito do Plano Municipal Sénior do Município, que vigora entre 2023 e 2026, está a lançar o programa “VITALidade”, que será apresentado em breve. Já estão anunciadas, no entanto, as atividades que vão acontecer até ao final do ano, entre as quais visitas a Serralves, workshops e o já habitual Almoço Sénior, entre outras.

O Almoço Sénior acontece já no dia 1 de outubro, no Pavilhão Desportivo de Vagos, com as inscrições a terem encerrado no dia 25 de setembro. Mas, depois disso, há várias iniciativas agendadas, todas gratuitas.

Com inscrições até 1 de outubro, decorre no dia 4 uma visita a Serralves, no Porto. Da parte da manhã, está prevista uma visita guiada ao “Treetop Walk”, no parque da Fundação de Serralves, que consiste num passadiço elevado ao nível da copa das árvores, com extensão de 260 metros. À tarde, a proposta é para a participação numa oficina chamada “Linhas do Tempo”, onde os seniores serão convidados a ativar memórias pessoais, cruzando-as com as obras da coleção de Serralves que estão em exposição.

“Cuidar da Demência: Capacitação para Cuidadores Formais e Informais” é o workshop promovido pela Associação Extragenária, a 16 de outubro, no

auditório da Biblioteca Municipal João

Grave, entre as 14.30 e as 16.30 horas. Os destinatários da atividade são profissionais de saúde e de assistência social, assim como familiares e amigos de pessoas com demência. As inscrições são limitadas e decorrem até 11 de outubro. Ainda durante o mês de outubro, no dia 19, acontece na biblioteca, às 15 horas, a inauguração da exposição itinerante “Memórias Gastronómicas”, que é resultado das 12 visitas da Confraria “As Sainhas” às IPSS locais, onde visitaram os utentes seniores. O momento termina com um lanche-convívio, pelas 16 horas, na sede da confraria. As inscrições terminam no dia 11.

Debate sobre luto

Novembro arranca, no dia 7, com a iniciativa “O luto em debate”, onde será feita a apresentação do projeto “Bem Saber para o Bem Fazer”, um programa comunitário de formação e intervenção no luto. Com inscrições até dia 4, a atividade decorre no auditório da Biblioteca Municipal João Grave, entre as 14.30 e as 17.30 horas.

No dia seguinte, 8, acontece uma nova visita a Serralves, sendo que a Câmara permite a cada sénior do concelho participar apenas numa das excursões. A desse dia consiste, de manhã, a uma visita guiada de arquitetura, com passagem pela Casa de Serralves e à nova Ala Álvaro Siza Vieira, que abriu ao



público no final do ano passado. À tarde, acontece a oficina “Linhas do Tempo”, à semelhança da visita de outubro à Fundação.

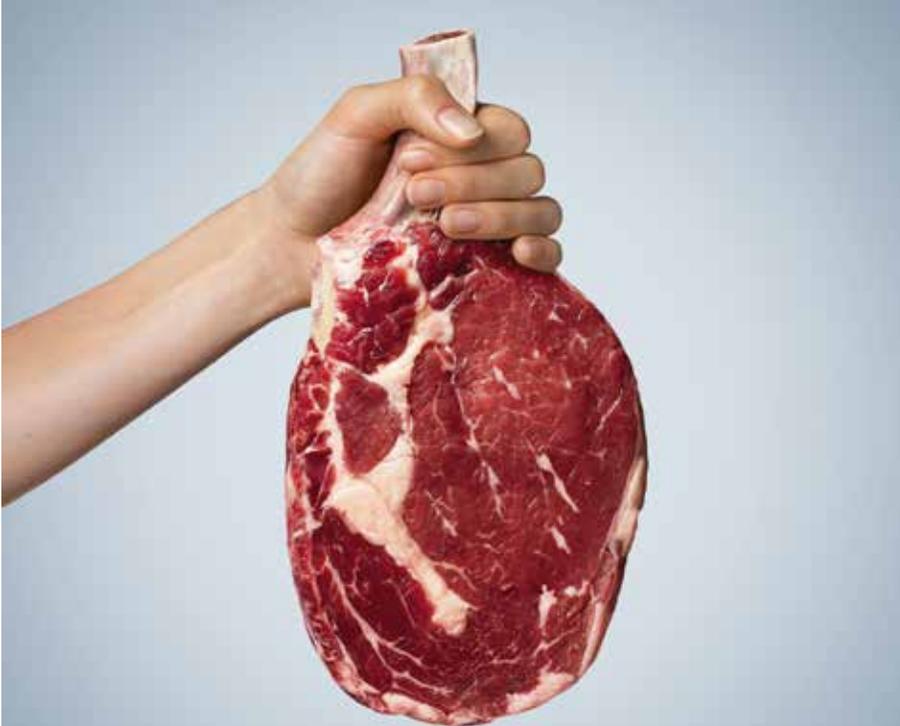
O mês de novembro deverá terminar com uma Conferência Geriátrica, a ter lugar no Centro de Educação e Recreio de Vagos, cujo programa ainda não foi divulgado. Para dezembro, no dia 6, está agendada uma terceira viagem até Serralves, com um novo programa à escolha. A parte da manhã será ocupada com uma visita à exposição patente na Fundação, com a parte da tarde a ser preenchida com a oficina “Linhas do Tempo”. As inscrições podem ser feitas até 2 de dezembro.

Ginástica para maiores de 65
A Câmara vaguense anunciou também, recentemente, que o Programa Municipal

Mais Idade Melhor Saúde - MIM, destinado a incutir na população sénior das IPSS do concelho o gosto pela prática desportiva, vai passar a estender-se, este ano, a toda a população do município com idade superior a 65 anos. A partir de 3 de outubro, no espaço interior do Estádio Municipal, decorrem aulas de ginástica, às 9.30 horas, às terças e quintas-feiras.

De acordo com a autarquia, a participação nas aulas carece de inscrição no programa desportivo e está limitado ao número de vagas existentes. Os interessados podem inscrever-se no Pavilhão Municipal, entre as 13 e as 15.30 horas, preenchendo uma ficha de inscrição e um termo de responsabilidade. A atividade tem um custo anual de 14,80 euros, que inclui a inscrição e o seguro.

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

Traje Gandarês em exposição na Casa-Museu



“As (11) Vidas da ria: Traje Gandarês” é a exposição que está patente, até 29 de setembro, na Casa-Museu de Santo António de Vagos, sob a chancela da Aveiro 2024, Capital Portuguesa da Cultura. Pode ser visitada das 10 às 17 horas. A inauguração aconteceu no passado dia 7 e serviu, também, para marcar o arranque da atividade “Gândara Nossa”, que decorreu durante dois dias na Casa-Museu. Não faltaram momentos como a escapadela do milho, uma merenda e um baile típicos e, ainda, um jantar gandarês, cujo serão terminou com “Estórias ao Borrvalho”.

S.F.

Populares apagaram fogos que incendiário ateou em Calvão

Chamas que assolaram a região também ameaçaram Vagos, concelho no qual se registaram algumas ignições. Não houve danos a lamentar, mas as autoridades estiveram alerta e um homem foi apanhado em flagrante delito

A Polícia Judiciária de Aveiro (PJ), em colaboração com a GNR, deteve em flagrante delito, em Calvão, um homem de 51 anos, como sendo o presumível autor de um incêndio florestal que se registou ao início da noite de segunda-feira, 16 de setembro, dia em que parte da região de Aveiro – principalmente Albergaria-a-Velha – se encontrava a ser fustigada pelas chamas. Depois de ser apresentado em tribunal, o homem viria a ficar em prisão preventiva.

De acordo com informação prestada pela PJ, o “modus operandi” do alegado incendiário consistiu “no recurso a chama direta para iniciar o incêndio, em zona de extensa mancha florestal, constituída por pinhais”. Na mesma zona, logo a seguir, o homem terá iniciado outras duas ignições, num curto período de tempo, o que fez as autoridades policiais acreditarem que pretendia “obter um resultado mais gravoso”. O incêndio, ainda segundo a PJ, “só não atingiu grandes dimensões graças à pronta deteção e combate por populares”.



Após a detenção, os inspetores garantem que não conseguiram determinar qualquer motivação racional, ou explicação plausível, que tenha levado o indivíduo a cometer os factos de que se suspeita ser autor. O alegado incendiário acabou por ser apresentado, no dia seguinte, ao tribunal, para primeiro interrogatório judicial, onde lhe foi decretada prisão preventiva como medida de coação.

Instalada sala de crise

Devido aos incêndios que, naquela segunda-feira, assolavam a região, a Proteção Civil de Vagos fez saber que, ainda que nenhuma frente de fogo estivesse ativa, tinha sido instalada uma sala de crise no quartel dos bombeiros de Vagos. “O objetivo é planejar e precaver eventuais necessidades, com a preparação de meios e estratégias”, explicou à Câmara, adiantando que também todos os presidentes das Juntas de Freguesia haviam sido alertados, de modo a ficarem prontos para qualquer eventualidade.

A noite de segunda para terça-feira acabaria por ser de algum sobressalto, com aproximadamente uma dezena de fogos a serem registados no município, ainda que todas de pequenas dimensões. A Proteção Civil esteve no terreno, com maquinaria pesada, e também houve muitos populares que se mantiveram alerta e que acabaram por conseguir travar pequenos focos de incêndio, impedindo as chamas de se propagarem.

Onda de solidariedade

Apesar de Vagos não ter sido dos municípios que mais sofreram com os fogos florestais que dizimaram parte da região de Aveiro, várias equipas dos bombeiros locais deslocaram-se para auxiliar no combate às chamas que lavraram noutros concelhos, como Aveiro, Albergaria-a-Velha e Águeda.

À semelhança do que aconteceu a outras associações humanitárias do distrito, uma onda de solidariedade inundou o quartel de Vagos. Dezenas de populares deslocaram-se ali para oferecer bebidas, alimentos e material médico aos bombeiros, além de terem feito donativos. A solidariedade para com os bombeiros atingiu uma dimensão tão grande que, na quarta-feira, a associação acabou mesmo por agradecer “todo o carinho, dedicação e esforço” da população, mas pedindo que a entrega de bens cessasse, por a corporação já estar guarnecida de tudo o que necessitava.

S.F.

BREVES

MUSEU. O Museu do Brincar encerrou no dia 16 de setembro e só volta a reabrir a 14 de outubro. De acordo com a Câmara, o encerramento acontece para preparar o novo ano letivo e para melhorar o espaço expositivo, assim como para requalificar algumas zonas do edifício, de modo a que “a experiência de brincar seja ainda mais divertida e inesquecível”.

ÓBITO. Agostinho Furtado, médico e,

entre outros cargos, ex-presidente da Assembleia Geral dos Bombeiros de Vagos, morreu, aos 90 anos. O funeral realizou-se, a 17 de setembro, na Igreja Matriz de Ouca.

DESPORTO. A piscina municipal vai ter, a partir de outubro, duas novas turmas: uma de natação e outra de hidroginástica. A de natação vai ter aulas, às terças e sextas-feiras, das 7.45 às 8.30 horas, no tanque de 25 metros. Por

Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmonia Vaguense

1860 – 2024: 164 anos de Música, por Vagos

REGRESSO ÀS AULAS, pois então!...

Também as atividades da nossa escola de música estão prestes a iniciar. Todas as ações preparativas do recomeço das aulas estão a decorrer, podendo os novos alunos fazer a sua inscrição como indica o cartaz...

A todos, atuais e novos alunos –bem como seus respetivos EE – expressamos a nossa enorme satisfação por estarem de mãos dadas connosco, confiando na qualidade do ensino musical que praticamos.

PAGAMENTO DE QUOTA DE ASSOCIADO

Os nossos associados podem proceder ao pagamento da cota de sócio do ano corrente junto dos nossos diretores, ou procedendo à transferência do valor de 10€ para o Iban a seguir nomeado, indicando na referência o nome e motivo do pagamento ou dando-nos conta desses elementos para o endereço também mencionado abaixo.

Obrigado a todos.

Iban: PT50 0045 3340 4006 96198
 Endereço: filarmonicavaguense@gmail.com

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

José A. Almeida

S.F.

seu turno, a de hidroginástica tem lugar, nesses mesmos dias, mas das 12.15 às 13 horas, no tanque de 16 metros. As inscrições são feitas na secretaria da piscina e podem ser pedidas informações através de e-mail (piscina@cm-vagos.pt) ou por telefone (234 799 604).

OBRA. A Câmara de Ílhavo demoliu, no início do mês de setembro, a casa do guarda-florestal, situada na Gafanha do Carmo, na Estrada Florestal nº1, no limite

com o município de Vagos. A localização do edifício provocava um desvio abrupto da via que liga a Gafanha do Carmo à Vagueira, numa estrada onde têm sido registados vários acidentes ao longo dos últimos anos. A demolição teve como objetivo a correção do traçado da via.

S.F.

ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 77/78 . AGOSTO/SETEMBRO 2024

Tem a Palavra a Mesa

Envelhecimento?!

O envelhecimento, sendo um processo natural de todo o ser vivo, mas do ser humano em particular, tem vindo a tornar-se matéria de estudo e debate em Portugal desde 2017.

Também as Misericórdias têm feito parte deste debate, tendo vindo a implementar uma mudança na mentalidade dos intervenientes.

O interesse das Instituições em possibilitar e acreditar que a prevenção para um envelhecimento ativo e saudável das pessoas constitui uma mais valia para a sociedade, obriga a criar estratégias diferentes. Por isso, as

Misericórdias procuram respostas que permitam à população condições dignas, nesta fase tão importante da vida, que assentem nos princípios da gerontologia moderna. Contemplar os direitos, a autonomia e a liberdade dos cidadãos, independentemente da faixa etária em que se encontram, é um dever da sociedade.

Por outro lado e de enormíssima relevância, está a atenção da família, que, conhecendo de perto o quotidiano dos seus membros, facilmente estará desperta para reconhecer eventuais perturbações ou necessidade de adaptação ao trajeto normal destes.

Em paralelo, é urgente assegurar de forma constante serviços médicos, de enfermagem e de reabilitação, visando em particular a valência do Apoio Domiciliário. Esta será uma resposta que efetivamente cobrirá uma significativa parcela de utentes e cuja ajuda às respetivas famílias será valiosa.

A melhoria da qualidade de vida no envelhecimento não pode deixar de contar com o papel das autarquias enquanto entidades responsáveis pelas mudanças estruturais nos projetos habitacionais e de lazer que implementem uma nova regulação na acessibilidade de todos.

Neste contexto e tendo em conta o novo modelo orgânico de funcionamento das valências de futuro dedicadas ao envelhecimento, a Santa Casa da Misericórdia de Vagos, tem vindo a identificar os problemas e de todas as formas viáveis a pôr em prática soluções que possam permitir um prolongamento da vida em condições humanas merecidas.

O Provedor
Paulo Gravato

Vamos Falar, Ouvir, Sentir ... as Nossas Emoções

É do conhecimento geral o impacto que as emoções têm em nós, na fase da nossa vida, em que chegamos à terceira idade, o peso emocional atinge, obviamente, a sua maior manifestação. Vidas, tantas delas, com grandes partes tidas em tanto sofrimento, tanta dor, tanto sacrifício.

Acreditamos que é de extrema importância, proporcionar, aos nossos idosos, algum tipo de ferramenta que os possa auxiliar, no ajuste, no equilíbrio, da sua emocionalidade, com o objetivo de ampliar a sua liberdade e a sua paz. Por isso, na nossa casa, trabalhamos, semanalmente, com yôga e reiki, que nos permitem resultados muito bons a este nível.

Aproveitando o mais recente trabalho do Musicoterapeuta André Viamonte, Orenda, numa abordagem especificamente dirigida às emoções, demos início ao projeto "Vamos Falar, Ouvir, Sentir ... as Nossas Emoções" dirigido pela Dra. Sara Rocha.

Orenda é uma expressão indígena, que nos "lembra" que todos temos uma força mística dentro de nós, capaz de nos transformar, e de transformar o mundo à nossa volta.

Orenda propõe-nos 5 músicas, para

trabalhar com 5 emoções distintas: Terra Serena para a Ansiedade; Névoa Soberana para o Medo; Raiz Irada para a Raiva; Luto Forjado para a Tristeza; Alegre Crepitar para a Alegria.

O Projeto tem quatro fases distintas. Numa primeira fase pretende-se, de forma leve, conversar sobre as emoções, deixar espaço para diálogo e partilha para, aos poucos, familiarizarmo-nos com a linguagem das emoções, conduzindo os idosos numa viagem interna. Na segunda fase são vivenciadas meditações guiadas para cada uma das músicas, correspondentes a cada uma das emoções, sendo este momento um noivado com as emoções, num abraço mais demorado e caloroso. O verdadeiro casamento com as emoções, acontece na terceira abordagem, pretende-se que cada idoso, ao seu formato, guiado e acompanhado pela música se entregue a cada emoção, e que possa fazer as pazes com todas as emoções, com todo o passado de dor, como eles tantas vezes nos dizem. Por último, nesta abordagem, queremos proporcionar ao idoso a paz, que sinte e disfruta da paz interior e na caminhada à liberdade e felicidade plena. Aqui cristalizamos numa simbiose perfeita.

Todas as sessões do Projeto terão, no centro da sala, um "poço simbólico", onde no final, cada um, depositará as emoções

mais densas, as lembranças mais duras... o que não queremos para nós, não damos ao outro. No final da nossa limpeza, limparemos a sala que nos

acolhe e sairemos todos, muito mais leves!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS



1,2,3 já cá estamos outra vez...

As férias voaram! Agosto passou tão rápido! 1,2,3, já cá estamos outra vez... em setembro!

Outro ciclo, velhas rotinas, novos desafios!

À medida que esta equipa e esta casa vão ficando mais maduras, os ciclos da vida e do acolhimento, ano após ano, vão-se repetindo, mas sempre com novos matizes. Damos por nós a repetir velhas frases... antigamente eram mais fáceis, antigamente havia mais respeito... antigamente... antigamente... e depois voltamos ao essencial, ao foco do nosso trabalho, se fossem fáceis não estavam cá...

Setembro, na CAR, marca o recomeço.

Livros, cadernos, capas, folhas, cargas e recargas. Mochilas, lápis e canetas e um mundo de material para voltar a comprar e a encher estantes e armários. E vestilas. E calçá-las.

Começou mais um ano de escola! Que avancem as aulas, porque, cá em casa o frenesim do regresso à escola instalou-se cedo. Já acabaram as reuniões de escola, já estão quase todas a dar o seu

melhor, espalhadas por várias escolas. As nossas jovens estão a frequentar a EPA e a EFTA, em Aveiro, o agrupamento de escolas de Ílhavo, o Colégio em Calvão, a EPADRV na Gafanha, a Escola Secundaria e a Escola Básica Dr. João Rocha Pai, no agrupamento de escolas de Vagos. Procuramos que todas estejam integradas no projeto educativo que melhor se ajusta ao seu perfil, ao seu desenvolvimento e à sua área vocacional. Temos que tornar fácil o seu caminho, mesmo que resulte numa gestão mais complexa para nós. Juntar a vinte horários escolares diferentes o apoio ao estudo, as atividades lúdicas, os encontros com a família, as atividades de desenvolvimento pessoal, o treino de competências das atividades de vida doméstica e ainda articular com as atividades extracurriculares que cada uma frequenta na comunidade é um barco sempre a navegar em águas tumultuosas.

Ainda não estão todas as meninas na escola porque esta casa constrói-se na permanente mudança, preparamos novos acolhimentos, deixamos voar mais umas andorinhas do nosso beiral e já recebemos outras para uma nova fase da sua vida.



O mês de setembro na CAR é um mês extenuante, para toda a equipa, mas é também um mês delicioso em que conseguimos medir e sentir o crescimento de cada uma delas. Sabe tão bem vê-las crescer por dentro e por fora. Dar sentido à vida delas é uma forma de ressignificar a nossa vida profissional num exercício de reflexão constante sobre os momentos de crise e encontrar maneiras de transformá-los em experiências valiosas, capazes de influenciar positivamente a

nossa trajetória futura. A nossa e a delas...

Os dias de "no far niente" devem voltar para as férias de Natal, com elas embrulhadas nas mantas peludas e fofas, deitadas no sofá, quase imóveis, só mexendo os olhos e os dedos para teclar no telemóvel.

Sejam felizes! Daremos novidades em outubro.

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

SOLIDARITURNA

CAMINHADA NOTURNA

SOLIDÁRIA

5 Km

04 OUTUBRO

20h00 Concentração dos participantes • Em frente à SCMV

20h30 - Início da Caminhada

22h00 Convívio com animação • Jardim S. Sebastião

A FAVOR DO PROJETO MEMORIZAR

INSCRIÇÕES ATÉ 02 OUTUBRO

PRESENCIALMENTE OU





7.5 Passos

Crianças até 6 anos
grátis, sem Kit

Patrocinado por:




Com o apoio de:



Passos solidários, cheios de luz e sorrisos vários

É já em Outubro que se vai realizar a SOLIDARITURNA, uma iniciativa da Santa Casa da Misericórdia de Vagos cheia de luz, música e sorrisos. Este ano os passos serão de empatia e cuidado, em prol do Projeto Memorizar, que intervém em todo o concelho de Vagos com pessoas com Demência e seus Cuidadores.

Inscreva-se! É já no dia 4 de Outubro!

É importante conhecermos os serviços que o nosso concelho oferece... mais ainda saber o impacto que uma doença tem na pessoa e na sua família e o quanto "nós vizinhos" podemos ser fundamentais no seu apoio. Não retiramos a doença daquele seio... mas não estigmatizamos! não nos acanhamos! não evitamos o



contacto! (...) Porque se estivermos informados, saberemos melhor como agir, o que dizer, saberemos melhor olhar e abraçar.

EQUIPA MEMORIZAR



Setembro...

Setembro traz sempre consigo o início de mais um ano letivo no nosso Centro Infantil. Chega sempre repleto de incertezas, dúvidas, ansiedades e preocupações, mas também de sonhos, saudades dos amigos, alegria, amizade, e muita vontade de aprender, de brincar, de rir e cantar.



Em família é importante reorganizar rotinas e horários para que o tempo, que sempre foge, não leve consigo a segurança e tranquilidade tão necessárias para as crianças assimilarem e saborearem toda a novidade que estão a viver.

Sabemos que nem sempre é fácil a ginástica da agenda, que nem sempre a calma e paciência estão em níveis positivos. Sabemos que às vezes o dia a dia é uma verdadeira prova de contra relógio e um verdadeiro desafio para

encaixar, nas poucas horas disponíveis, as infindáveis tarefas que uma família exige.



Mas sabemos também o quão importante é para as crianças que os pais saiam por momentos da ditadura do relógio e parem um bocadinho só para elas. Que sejam capazes da magia de fazer parar o tempo por instantes e contar uma história, fazer um puzzle em conjunto, brincar ao faz de conta, envolver os pequenos numa preparação para o jantar, conversar e ouvir.

Setembro já chegou e já está quase de partida, pela frente há mais um ano de brincadeira e mais um ano de oportunidades para "fazer parar o tempo".

Um excelente ano letivo para todos!

CENTRO INFANTIL

Bombeiros de Portugal

Não se tem notícia do início do uso deste mecanismo de defesa na história da Humanidade.

Na Idade Média, devido ao aumento da população e da grande quantidade de material inflamável utilizados nas construções, cidadãos organizavam-se para combater incêndios. No entanto, acredita-se que foram os franceses os primeiros a organizar as primeiras equipas especializadas no combate aos incêndios.

Em Portugal, a Proteção Civil é uma

atividade desenvolvida pelo Estado, pelas autarquias e pela Associação Humanitária. Atualmente, o socorro à população em caso de incêndio, acidentes de todas as naturezas, catástrofes, calamidades, transporte de doentes, entre outros serviços é prestado pelos bombeiros.

Pelo sacrifício, coragem e benevolência

MUITO OBRIGADO a todos os nossos bombeiros!

J.S., CLIENTE DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO



COVID e GRIPE
vacine-se a partir de
20 setembro

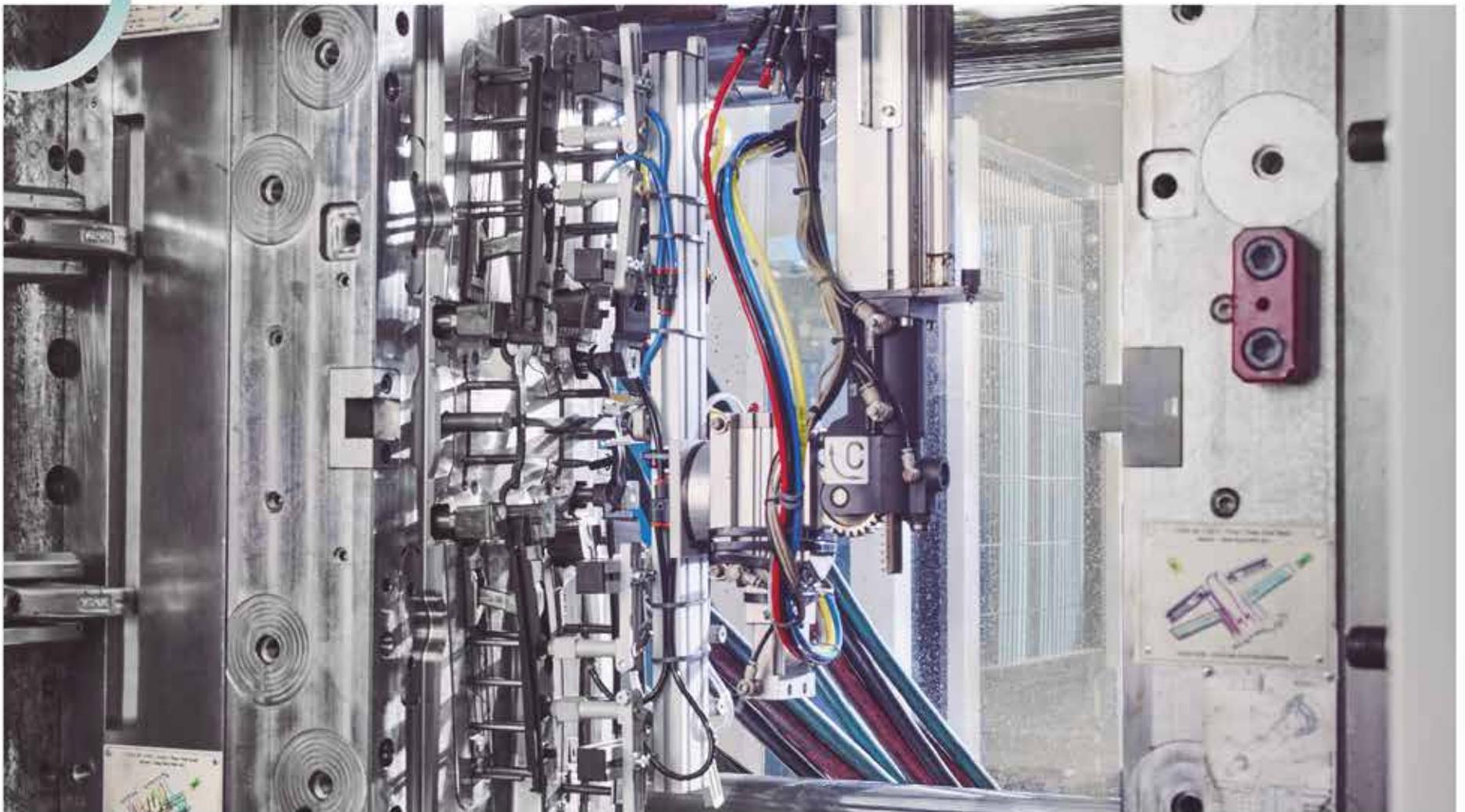
gratuita dos
60 aos 84 anos

farmácia
giro



INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



Batata doce é vendida e degustada ao som de muita música

O cantor Sérgio Rossi encerra o certame que decorre no último fim de semana de setembro, no Polidesportivo de Santo António de Vagos

O Polidesportivo de Santo António de Vagos volta a receber, no último fim de semana de setembro, entre sexta-feira e domingo, a Feira da Batata Doce. Com venda ao público de batata doce cultivada nos campos do concelho, o certame tem espaço também para tasquinhas, tanto ao almoço como ao jantar, e para muitos momentos musicais. A Banda Polk, a Filarmónica Vaguense, os Pauliteiros de Miranda e Sérgio Rossi animam cada uma das três noites de feira.

A abertura de portas da Feira da Batata Doce está agendada para as 19 horas de sexta-feira, com a presença do Grupo Folclórico de Santo António e do grupo de gaiteiros Còdeas do Diabo. Além das tasquinhas gastronómicas e da feira de produtos agrícolas e regionais, haverá insufláveis para os mais novos, assim como pinturas faciais. À noite, pelas 22 horas, atua a Banda Polk.

O segundo dia, sábado, começa pelas 11.30 horas e prolonga-se até noite



dentro. E se à tarde, às 17 horas, está agendada a “Corrida e Caminhada da Batata Doce”, a partir das 18 começa a animação musical, sem mais parar. Gaiteiros Sarr’A Velha (18 horas), Associação de cantadores e tocadores ao desafio de Famicão (19.30), Ritmo das Formas - Club de Dança (21), Filarmónica Vaguense (21.30) e Pauliteiros de Miranda (22.30) são os nomes que integram o cartaz.

No último dia, o dia começa às 9.30 horas, com a Feira de Saúde e Bem-estar, para depois as portas das tasquinhas, dos produtores agrícolas e dos artesãos se abrirem às 11.30 horas. Está agendada animação musical toda a tarde, entre as 12.30 e as 19.30 horas, com o encerramento do certame, às 22, a ficar a cargo do cantor Sérgio Rossi.

À semelhança das outras edições, a Feira da Batata Doce é uma organização da União de Freguesias de Vagos e Santo António de Vagos, com apoio da Câmara Municipal. A entrada é livre.

S.F.

Os Jogos Olímpicos de Paris e José Manuel Constantino

Entre 25 de julho e 10 de agosto decorreu em Paris a 33.ª edição dos JO da era moderna, a maior manifestação desportiva da atualidade, com a representação dos Comitês Olímpicos de 192 países, entre os quais Portugal.

A participação portuguesa

Portugal participou com uma comitiva composta por 73 atletas, em 15 modalidades, obtendo 4 medalhas (1+2+1), 14 diplomas olímpicos (até ao 8.º lugar) e colocando 33 atletas nos 16 primeiros lugares nas várias provas em que participaram.

Tratou-se da melhor participação de sempre em JO, resultante de um investimento público de 22 milhões de euros, através de um contrato programa com o Comité Olímpico de Portugal (COP), posteriormente alargado às Federações das modalidades.

São resultados ligeiramente superiores aos obtidos em 2021, nos JO de Tóquio, que traduzem alguma estabilidade (50.º lugar em Paris e 57.º lugar em Tóquio), mas também algum subdesenvolvimento desportivo pois, no contexto da União Europeia, Portugal ficou em 19.º lugar, um posicionamento bastante modesto. Comparando com a Holanda (um país com 17 milhões de habitantes e metade da área de Portugal), a diferença é abissal: 34 medalhas, das quais 15 de ouro. Há, portanto, um longo caminho a percorrer para Portugal ser uma média potência desportiva.

José Manuel Constantino, Presidente do COP

No dia 10 de agosto, ao final da tarde quase em simultâneo com o encerramento dos JO, falecia, em Lisboa, José Manuel Constantino. Embora esperada, devido a doença oncológica antiga, a sua morte causou enorme consternação nos meios desportivos, académicos e políticos e, sobretudo, entre os seus amigos, entre os quais me incluo.

Travei conhecimento com JMC em 1993 quando, sem o conhecer pessoalmente, o convidei para orientar a minha dissertação de mestrado, no âmbito das políticas públicas de desenvolvimento desportivo. Foram 2 anos de contactos pessoais e mensais (recordo que não havia, ainda, a internet), criando-se facilmente uma relação de empatia, de amizade e de consideração mútua. Ficámos amigos e mantivemos essa amizade, embora à distância e de forma irregular, durante mais de 30 anos.

Foi em Vagos que o encontrei uma das últimas vezes: estava a almoçar com alguns presidentes de Câmara da região no restaurante Barracão; interrompi-o durante 2 minutos apenas para o cumprimentar e dar um abraço (a caldeirada de enguias não podia arrefecer) e falámos ao telefone, talvez durante meia hora, no seu regresso a Lisboa.

Honro-me de ser seu discípulo: conheço muito bem o seu pensamento e a sua obra teórica (cerca de 30 livros, como autor, ou coautor e inúmeros artigos científicos e de análise), de que destaco o livro “Desporto Português: do estado do problema, ao problema do Estado”,



Congresso realizado em 1993, em Setúbal

um notável estudo prospetivo e estratégico para o Desporto Nacional que, infelizmente, nunca foi seguido pelos decisores políticos.

Prefaciou um livro meu, indicou-me e cedeu-me bibliografia de muito difícil acesso em Portugal, participámos em vários Congressos, trocámos correio eletrónico, falámos ao telemóvel com alguma frequência e recebeu-me, em Lisboa, quando lhe pedia.

Sendo um importante teórico, um cientista do desporto, era, também, um interventor, homem de ação, que acompanhei enquanto Presidente do Instituto do Desporto, Presidente da Confederação do Desporto de Portugal, Presidente da Administração da Oeiras Viva e Presidente do Comité Olímpico de Portugal (no qual estava a terminar o 3.º e último mandato,

eleito praticamente por unanimidade). Em todos estes cargos deixou uma marca de gestão irrepreensível.

Foi, durante mais de 15 anos, professor do ensino básico e secundário e, durante outros tantos, professor universitário convidado (na Universidade de Lisboa, na Universidade do Porto, que lhe atribuíram o título de Doutor Honoris Causa) e na Universidade Lusófona, bem como em alguns Institutos Politécnicos, onde orientou dissertações e regeu disciplinas ligadas às políticas de desenvolvimento desportivo.

Tinha uma personalidade marcada por valores: retidão, sentido de justiça, inquietação, manifestada nas suas reflexões, nas suas opiniões e nas suas críticas. Era, sem dúvida, um homem de causas, dedicado ao serviço público, que lutou sempre por um Portugal mais justo, mais rico, mais bem preparado, onde o Desporto ocuparia sempre um lugar central.

Deixou uma obra notável: quer no domínio da teoria do desenvolvimento do desporto, quer como professor e no exercício de diversos cargos, quer no domínio da intervenção cívica.

Partiu para a eternidade, mas ficará sempre como um exemplo de cidadania, de inteligência e de resiliência, ao serviço do Desporto e do seu País.

Até sempre, meu Amigo.

Paulo Branco

MISTOLIN SOLUTIONS

Visita a loja online

+500 PRODUTOS

Soluções de A-Z para a limpeza e desinfeção profissional!

Algarve Açores Coimbra Famalicão Lisboa

Madeira O. do Hospital Paredes Peniche Viseu Vagos

VISITA-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS @MISTOLINSOLUTIONS f in

MSTN

m.assistance

MSTN

Procura o parceiro ideal para instalação e manutenção de equipamentos?

A **m.assistance** é especialista na venda, renting, instalação e manutenção de equipamentos de doseamento, lavagem e desinfeção.

Cozinha Lavandaria

Dosagem e Diluição Indoor

DEMA dosim. GIBAUD SYSTEM CLEANERS MAGNUS

m.assistance premiada com Prémio Gazela 2022

EMPRESA GAZELA 2022

André Francisco a receber o Prémio Gazela 2022 Diretor Executivo M-Assistance

TSM
The human side of cleaning

Representação Exclusiva em Portugal!

www.m-assistance.pt

VISITA-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS @M.ASSISTANCE f in

Centro Social e Bem Estar de Ouça

O Centro Comunitário e Bem-Estar de Ouça recebeu, com grande entusiasmo, os jovens participantes do programa municipal Q'Nice, durante os meses de julho e agosto.



Durante este período, 13 jovens integraram as diferentes valências do nosso Centro, contribuindo de forma ativa para o bem-estar dos nossos idosos e crianças.



De uma forma geral, os jovens apoiaram nas atividades diárias dos idosos, trazendo companhia e dinamismo, bem como colaboraram na área da infância, ajudando nas rotinas diárias das crianças, saídas e atividades pedagógicas.

A experiência foi enriquecedora, tanto para os jovens como para os utentes do Centro, promovendo o espírito de cidadania e solidariedade social.



Centro Social Paroquial de Santo António

O Dia dos avós é um dia muito especial no nosso Lar.

Foi com grande empenho e dedicação que elaborámos uma bonita lembrança para celebrar e assinalar um dia com tanto sentido para nós. Este dia também foi contemplado com o convite a todas as famílias dos utentes para uma tarde animada e dinamizada musicalmente pelo Sr. Carlos Bóia.

A 15 de agosto celebrámos no largo da nossa Instituição a cerimónia do Dia da Ascensão, aberto a toda a comunidade, utentes, colaboradoras e elementos da Direção.



O verão continuou com diversas atividades com muito boa disposição e empenho. As atividades cognitivas e motoras continuam a ser atividades de eleição para os nossos utentes. Contudo o convívio no exterior, ao sol, prevaleceu até aos dias de hoje com mais animação e também algumas trocas de carinho e cantigas.

Viva o verão e boa disposição!



Associação Boa Hora

Mais um ano letivo que começa...

Para algumas crianças é um regresso após uma pausa de férias. É voltar a ver os amiguinhos, contar as aventuras das férias e abraçar os adultos que todos os dias as acolhem e as recebem com alegria. É retomar todas as rotinas que as acompanham ao longo do ano.

Para outras crianças é um novo percurso que se inicia nas suas vidas, é conhecer um espaço (casa) novo, criar laços de afeto com outras pessoas e é o aprimorar de um crescimento social, intelectual e afetivo.

Para os pais esta é uma altura do ano que cria algumas ansiedades, dúvidas e preocupações, especialmente para aqueles que deixam pela primeira vez



os seus filhos na creche ou em outra valência. Estas preocupações são normais, e com o tempo e com base na confiança mútua vão passando e dando lugar a sentimentos de bem-estar, satisfação e de afetividade. Criam-se relações, criam-se vínculos e surgem

sorrisos.

É com grande satisfação que damos as boas-vindas a este novo ano letivo e, desejamos que seja um ano de aprendizagens, crescimento, aventuras e afetos.



CA **SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO**

Ouvi dizer que procura casa!

Por acaso já foi ao **Crédito Agrícola?**

SIMULE JÁ



Sujeito a decisão de risco de crédito



Para mais informações:
creditoagricola.pt |     

Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L. registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000 | M.C.R.C de Lisboa e Pessoa Colectiva nº 501 464 301
Capital Social € 314.938.565,00 (variável) | Rua Castilho nº 233, 233 A, Lisboa


Crédito Agrícola

CASD Santa Catarina

Passeio ao Santuário de Fátima 2024

No passado dia 11 de setembro, 60 elementos das áreas sénior e da deficiência tiveram a oportunidade de visitar o Santuário de Nossa Senhora de Fátima.

Houve ainda momentos de devoção, onde alguns elementos pagaram promessas à N.ª. Sr.ª de Fátima e trouxeram algumas recordações.



A viagem começou cedo e durante a visita, participaram no Rosário e na Missa na Capelinha das Aparições, onde fomos acolhidos pelo celebrante com as boas vindas à nossa instituição.

O almoço decorreu na sala do Albergue dos Peregrinos a pé, espaço muito acolhedor.

Foi um passeio muito especial e marcante para todos os envolvidos.

Agradecemos ao Santuário de Fátima por toda a atenção e acolhimento com o nosso grupo.

Centro Social e Paroquial de Calvão

“Quem partilha o que sabe, muda a história de quem aprende”

Durante as férias de verão, tivemos a agradável visita de três meninas veteranas do CATL: Leonor Santos, Leonor Ramos e Leonor Dinis. Elas partilharam uma história com as crianças que frequentaram as atividades das férias. Esse momento foi marcado pela imaginação e criatividade, que cativou os mais pequenos com uma narrativa envolvente, através de um teatro de fantoches. As crianças acompanharam atentamente a história, que proporcionou momentos de diversão e aprendizagem, sublinhando a importância da leitura e da partilha.



despertou o interesse e a curiosidade dos presentes, que ficaram encantados com a beleza e a técnica deste desporto.

Tivemos também a visita de outra veterana do CATL, praticante de ginástica rítmica, regressou ao nosso espaço para partilhar a sua experiência no desporto. A Bárbara Monteiro explicou as diferentes modalidades da ginástica rítmica, mostrou os aparelhos que utiliza (a fita, o arco, as massas, a bola e a corda), os fatos que usa nas provas e também alguns vídeos de ginastas profissionais que serviram de inspiração para as crianças. A sua paixão pelo desporto

Tal foi o encanto com a ginástica rítmica, que a treinadora Raquel Silva, uma profissional da modalidade, foi convidada para dar duas aulas às crianças durante as férias. Sob a sua orientação, os pequenos puderam experimentar os movimentos básicos da ginástica, numa atividade que combinou diversão com o desenvolvimento de habilidades físicas. A iniciativa foi um sucesso, promovendo o desporto e incentivando a prática entre as crianças do CATL.

Associação Betel - Ponte de Vagos

O grupo de crianças do CATL teve oportunidade de participar numa aula experimental de surf na A MIGAS SURF SCHOOL na praia da Vagueira, uma escola certificada pela Federação Portuguesa de Surf.

Esta atividade teve como objetivo a iniciação ao meio aquático e a promoção de novas aprendizagens.

Para a maior parte das crianças foi o primeiro contacto com esta modalidade aquática. Estas atividades são uma forma de potenciar a evolução das crianças, estimulando as suas capacidades ao mesmo tempo que lhes proporciona momentos de convívio e entreajuda. O contacto com o mar, com o surf ou bodyboard, contribuem



também, de forma muito positiva, para a saúde e desenvolvimento das crianças.

Um desafio inigualável onde a aventura e a adrenalina estiveram sempre presentes.

Certamente vamos repetir no próximo ano!

O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

Falando sobre quando comecei a escrever...

Era quase uma criança! Mesmo antes de findar a escola, comecei a escrever aos onze anos, em letra semelhante à letra de máquina. Na altura escrevia à luz de candeeiro, à luz do dia, à luz do que fosse, e tendo escrito vários romances pela vida fora, o primeiro que destaco aqui é “Um Amor, Uma Saudade”. Este livro, foi passado à máquina de escrever por um colega que era soldado e a quem deixo memória: José Jesus de Sá, recordo a tua passagem quando ias de Soza para Vagos nesse terrível acidente de viação, que te viria a levar três dias mais tarde, já no hospital de Ilhavo. Quando te fui visitar, nem me deixaram chegar perto, devido à proximidade da tua morte.

Inspirado numa menina que acabaria por morrer tuberculosa, “Um Amor, Uma Saudade” era o livro que emprestava a leitoras nas casas onde trabalhava como pintor, e elas diziam todas assim: “- O livro é muito bonito! Mas a personagem principal não devia morrer!”, ao que eu retorquia: “- Vocês percebem pouco de romances: se percebessem veriam desde princípio que a rapariga ia morrer no fim. Porquê? Porque tendo tudo, era perfeita demais!”. A data, 1948, a tuberculose já tinha cura, mas em Portugal era escassa, assim a personagem estava fadada desde

as primeiras páginas.

Na continuação desse primeiro livro, escrevi também “Afinal o dinheiro não é caminho para a felicidade”. Neste romance, havia várias personagens femininas e a história passava-se em Cascais: era uma história que tinha até uma senhora viúva com muitos admiradores, rica e com uma criada, para



a qual brotaram estes versos: “Quando ela passa muito emperuada / Para o lado da cidadela / Com a criada muito esmerada / E a cadeirinha presa à trela / Essa gente embasbacada / Não aparta os olhos dela”.

Das mais histórias que escrevi ao longo

da vida, destaco aqui os seguintes títulos: “A Legião dos Falhados”, este que apareceu no Eco de Vagos, por forma a preencher espaço e em três capítulos, um por mês. Mais tarde, quando já era dono do jornal publicava todos os meses, um excerto do romance “Um amor escrito nos astros”. Este, semi-autobiográfico, versava também alguns imaginários, sendo que o restante era a minha vida à época, verdadeira, ao invés de verosímil.

Também escrevi uma história passada em Vale de Ilhavo, local onde nasci em 1932. Por título “A Traição”, a história contava um casal cujo marido era regedor e tinha um amigo, esse amigo tinha uma irmã que se apaixonou pelo dito regedor. Acontece que, quando a irmã se lançava ao regedor, por forma a cumprirmos a tração num bosque, um cão ladrão e, estando uns rapazes a guardar uma eira de milho, saltaram meia dúzia de tiros para o ar. Ela com medo, e julgando que era destino, largou o regedor e nunca mais o seduziu.

Tendo publicado já “A Redenção” e os “Retalhos da Comédia Humana”, com a ajuda que muito prezo, da Câmara Municipal de Vagos, tenho por intenção,

ainda vir a publicar “Um amor escrito nos astros” (em livro), “Romances de Cascais e Lisboa”, “As três mulheres” e, para ponto final, a minha autobiografia, na qual ainda trabalho: “Quadros com salpicos de lágrimas”, isto se, os anos me ajudarem. Aproveito para referir, que na foto que ilustra o artigo, estou eu e o meu neto Tiago que muito me tem apoiado nestas publicações.

Ainda neste ponto de referência à minha proveta idade, defendo que podem esperar de mim artigos relacionados com a efeméride: o futuro quarto de século do jornal O Ponto daqui por dois anos e o centenário dos bombeiros daqui por quatro, etcetera. Assim me despeço com votos de uma longa vida com muita saúde, bem como boas leituras.

João dos Santos Ferreira





VISITE-NOS!

DIA MUNDIAL DO TURISMO

AULAS DE SURF | QUINTA PEDAGÓGICA | AZENHAS E MOINHOS | EXPOSIÇÕES | TARDES NA GÂNDARA

27 SET	28 SET	29 SET
<p>Aulas de Surf <i>Todo o dia</i> Migas Surf School Secret Surf School Descontos especiais usando o código VISITVAGOS no momento da reserva</p> <hr/> <p>Visita à Quinta Pedagógica <i>15h00</i> Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Vagos Atividade gratuita</p> <hr/> <p>"As (11) Vidas da Ria: Traje Gandarês" Casa-Museu de Sto. António de Vagos Horário da exposição: 14h00-17h00 Entrada gratuita</p>	<p>Visita às azenhas Tí Luísa e Barreto <i>10h00 Aldeia do Boco</i> Ponto de encontro: Azenha Tí Luísa Atividade gratuita</p> <hr/> <p>Visita aos Moinhos de Ouca <i>15h00</i> Parque dos Moinhos de Ouca Atividade gratuita</p> <hr/> <p>"Retratos de Vida das Companhas de Arte Xávega em Vagos" Espaço Museológico da Praia da Vagueira</p> <hr/> <p>"As (11) Vidas da Ria: Traje Gandarês" Casa-Museu de Sto. António de Vagos Horários das exposições: 10h00-13h00 14h00-17h00 Entrada gratuita</p>	<p>"Retratos de Vida das Companhas de Arte Xávega em Vagos" Espaço Museológico da Praia da Vagueira</p> <hr/> <p>"As (11) Vidas da Ria: Traje Gandarês" Casa-Museu de Sto. António de Vagos Horários das exposições: 10h00-13h00 14h00-17h00 Entrada gratuita</p> <hr/> <p>Lanche no Pátio da Casa Gandaresa Cervejão, tremoços, pão-de-ló e café de borras Casa-Museu de Sto. António de Vagos 15h00-17h00 Atividade gratuita Inscrição obrigatória</p>

