



## Vaguense Silvério Regalado é o novo secretário de Estado

Administração Local e Ordenamento do Território nas mãos do antigo presidente da Câmara. Nomeação não escapou a polémica

PÁG. 4

### MOLICEIRO VESPA CLUBE INSTALA-SE EM VAGOS

PÁG. 5



### MISERICÓRDIAS QUEREM MAIS PARTICIPAÇÃO DO ESTADO

PÁG. 6



### CÂMARA DÁ APOIOS PARA ESTERILIZAR ANIMAIS

PÁG. 4

### RALI DA BAIRRADA REGRESSA APÓS DOIS ANOS

PÁG. 5

## EDITORIAL

### Onde termina o Estado e começamos nós?

O Estado comparticipa os utentes das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS). Mas, como noticiamos nesta edição do Eco de Vagos, a União das Misericórdias Portuguesas (UMP) diz que a comparticipação mais baixa é referente à terceira idade, sendo manifestamente insuficiente. Quem é que é sobrecarregado com essa carência de apoios? Ao que tudo indica, as famílias.

Nos últimos anos, as instituições viram os seus gastos aumentados, devido à subida do custo de vida e do salário mínimo pago aos funcionários. Se a comparticipação do Estado não cobre esses aumentos – ou seja, não é aumentada na mesma percentagem –, as IPSS vêm-se obrigadas a cobrar mais

às famílias dos utentes. É aí que entra a questão: onde termina o Estado e onde começamos nós? Quanto é que o Estado deve subsidiar e quanto da estadia num lar deve ficar ao encargo dos idosos e das suas famílias?

O debate é pertinente. As negociações entre a UMP e o Governo estão em curso, por estes dias, para se decidirem os acordos de cooperação relativos às várias áreas de intervenção das IPSS – que começam na primeira infância. E ainda não se sabe se vão chegar a bom porto.

Mas, efetivamente, sabe-se que muitas famílias já começam a ter sobre si um peso demasiado difícil de carregar, para que os seus idosos estejam

institucionalizados – e, conseqüentemente, para que tenham qualidade de vida no que dela lhes restar.

É justo que o final de uma vida seja penoso dessa forma, mais ainda do que aquilo que a finitude implícita já acarreta?

Falamos de uma faixa etária em que os gastos com a saúde são, quase sempre, gigantes. Em que se gasta em farmácia, em fraldas, resguardos e materiais de apoio quase tanto, ou mais, do que em alimentação. Falamos de pais, de avós, de seres humanos. Que devem ter um fim de vida digno. Todos nós merecemos um fim de vida digno. E já basta a luta por encontrar uma vaga num lar. Ninguém merece, depois, apertar o cinto



em demasia, quase a sufocar, a asfixiar, para o conseguir pagar. É aí que o Estado (o Estado social de que tanto se fala) deve entrar. Se não entrar aí, na fase de maior vulnerabilidade da vida de um cidadão, entra quando?

SALOMÉ FILIPE  
DIRETORA DO JORNAL

## EFEMÉRIDE

### Medalha de Mérito Cultural para delegado escolar

MANUEL AUGUSTO COSTA era Delegado Escolar em Vagos, e tinha sido aposentado em 1992. Reuniram-se cerca de duas centenas de professores, oriundos de todas as escolas do município e ainda de concelhos limítrofes. Em causa estava o reconhecimento público da Câmara Municipal, que atribuiu ao professor a Medalha de Ouro de mérito cultural. O presidente João Rocha, que elogiou o trabalho desenvolvido pelo docente, ao longo de três décadas que permaneceu no concelho de Vagos, reconheceu que o Prof. Manuel Costa foi o «exponente máximo» da força harmoniosa. Envolvendo autarquia e professores, trouxe ao concelho uma «nova e mais realista conceção de entreajuda, no campo do ensino, bem visível nomeadamente nas instalações», confiou o autarca.

Antes tinham usado da palavra a subdiretor escolar, Gilberto Campos, e os inspetores Armor Albuquerque e Élio Martins, que elogiaram a figura do homenageado, pela «forma personalizada e decisiva, qualidade e dignidade com que sempre prestigiou a classe». Armor Albuquerque referiu-se aos tempos do «PREC de má memória», iria, contudo, mais longe, ao propor o que chamou «desafio» para a criação e fomento de instituições culturais e de ocupação de tempos livres. «É uma tarefa que urge ser levada a cabo para continuar a ensinar para além dos bancos da escola», referiu a propósito.

Agradecendo os elogios, o Prof. Manuel Costa recordou os cerca de

30 anos que passou no concelho, e considerou que os mesmos foram sempre vividos com «grande intensidade». No caso da Câmara, reconheceu ter sido presidente «sensível, a tudo o que diga respeito à Educação, sensibilidade devida certamente em raízes paternas». Reconhecendo que, desde e primeira hora, João Rocha foi interlocutor privilegiado em assuntos escolares – uma «prática a que não estávamos habituados, e que deu frutos que não são do conhecimento de todos», acrescentou o prof. Manuel Costa.

A homenagem, a que associaram diversas outras personalidades vaguenses, como foi o caso no juiz do Tribunal da Comarca e do presidente da Assembleia Municipal (que figuravam na assistência). Contou igualmente com a presença de um convidado especial. Tratou-se do presidente da Câmara Municipal de Nelas, Prof. José Lopes Correia, de quem Manuel Costa foi adjunto da Delegação Escolar.

Para além das inúmeras provas de carinho e amizade que recebeu – quase totalidade dos seus alunos da antiga Escola de Cabecinhas, onde a primeira vez lecionou, até cantou em sua honra... O homenageado teve ainda a oferta de uma peça artística, em porcelana, pintada pelo artista vaguense Cesário Pimental. Em fim de festa e, perante o agrado geral, atuou o grupo de fados Aldeia Velha, com sede Portomar.

Eduardo Jaques

## CONSULTÓRIO

### Quedas em Idosos: como reduzir os riscos?

As quedas na população idosa constituem um grande desafio e podem ter conseqüências graves, como fraturas (por exemplo da anca), conduzindo muitas vezes a hospitalizações prolongadas, complicações e perda de autonomia.

Existem vários fatores de risco associados ao próprio envelhecimento, como alterações da visão e do equilíbrio, fraqueza muscular, conseqüências das doenças crónicas e efeitos secundários de alguns medicamentos, mas também vários fatores ambientais e comportamentais que podem ser modificáveis.

Para reduzir o risco de quedas é fundamental adotar várias medidas preventivas, como por exemplo:

- Praticar regularmente atividade física, com exercícios de equilíbrio e fortalecimento muscular;
- Rever periodicamente a medicação habitual;
- Adaptar o domicílio a esta fase de vida: retirar todos os tapetes soltos, adequar a iluminação e colocar barras de apoio no duche e restante casa de banho;
- Evitar o uso de calçado aberto, optando por calçado fechado e com sola antiderrapante.

Com algumas medidas instituídas, é possível melhorar a qualidade de vida e a segurança dos idosos, promovendo a sua autonomia e independência para as suas atividades diárias.

Marta Baptista,  
médica interna 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** 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, Marta Batista, Vitorino Rocha, La Salette Oliveira, Juan Martins, IPSS do Concelho, Mesa Administrativa e colaboradores da Misericórdia de Vagos.  
Os artigos dos colaboradores não vinculam a Direção do Eco de Vagos, são da inteira responsabilidade dos seus autores | **Estatuto editorial publicado em:** ecovagos.pt  
**Design e Paginação** Madideias.com | **Impressão** FIG - INDÚSTRIAS GRÁFICAS, SA . Rua Adriano Lucas, n.º 161 . 3020-265 Coimbra

## O Desrespeito na Assembleia da República: Uma Necessidade de Mudança

Nos últimos anos, temos assistido a um espetáculo lamentável na Assembleia da República, onde os insultos e a falta de respeito se tornaram recorrentes e quase uma norma entre os alguns representantes eleitos pelo povo. Se considerarmos, ainda, o que circula na opinião publicada, e os recentes episódios confirmam, o pior não são os insultos nos debates, mas o que se diz com os microfones fechados. Este comportamento não apenas compromete a dignidade das instituições democráticas, mas também desrespeita os cidadãos que confiaram a esses eleitos a responsabilidade de os representar. Com este tipo de comportamentos, não me parece que haja alguém que se sinta representado, pelo menos eu quero acreditar nisso.

A Assembleia da República deveria ser um espaço de debate construtivo, onde ideias são discutidas, divergências são respeitadas e soluções são encontradas para os desafios que o país enfrenta. No entanto, o que temos presenciado são cenas de gritaria e provocações. Os insultos, em vez de argumentos, parecem ter-se tornado a tônica de muitas intervenções. O que resulta disso é uma degradação da qualidade do discurso político, que, por sua vez, afeta a percepção da política junto da população.

Os insultos não só deslegitimam o trabalho dos deputados, como também criam um ambiente tóxico que afasta os cidadãos do processo democrático. Quando os nossos representantes se atacam mutuamente em vez de se concentrarem nas questões que realmente importam, como por exemplo a saúde, a educação, a justiça social, ... é natural que muitos se sintam desiludidos e desligados da política. O desprezo pelo debate sério e fundamentado mina a confiança da população nas instituições e nos próprios políticos.

Além disso, as repercussões desse comportamento vão além das paredes da Assembleia da República. A normalização de insultos e desrespeito incita uma cultura de agressividade que acaba por refletir-se na sociedade. Se os representantes do povo não conseguem manter um padrão de civilidade, que

exemplo estamos a dar às futuras gerações? Precisamos de um ambiente político que promova o respeito e a empatia, onde as diferenças ideológicas possam ser discutidas de maneira civilizada e produtiva.

É imperativo que os partidos políticos e os seus líderes tomem uma posição clara contra esta cultura de insultos. Medidas devem ser implementadas para garantir que os debates se centrem no conteúdo e não na forma. A responsabilidade de criar um ambiente mais saudável e respeitoso recai sobre todos os que ocupam cargos públicos, e é urgente que se reconheça que o respeito é fundamental para o funcionamento de uma democracia saudável.

Os insultos proferidos por uma deputada do CHEGA (Diva Ribeiro) à uma deputada do Partido Socialista (Ana Sofia Antunes) inusual levantam questões sérias sobre respeito, dignidade e a forma como as figuras públicas se comunicam. A linguagem utilizada em qualquer contêsto, mas especialmente em contextos políticos deve ser sempre pautada pela civilidade e consideração, independentemente das diferenças ideológicas. Atacar quem quer que seja, mas um representante eleito por maioria de razão, com base em características pessoais, como a deficiência, não só é inaceitável, mas também perpetua estigmas e preconceitos. É fundamental que haja uma reflexão sobre a importância da inclusão e do respeito no discurso público, promovendo um ambiente mais saudável e construtivo na política.

O afastamento dos cidadãos da política é um fenómeno que se tem intensificado nas últimas décadas, refletindo uma desilusão com as instituições tradicionais e a percepção de que a política não atende às necessidades da população, como parece comprovar as altas taxas de abstenção em atos eleitorais. Esse distanciamento pode ser atribuído a uma série de múltiplos fatores, uns reais e outros percebidos, como a corrupção, a falta de representatividade e a complexidade dos processos políticos, que muitas vezes parecem distantes da realidade quotidiana dos eleitores.

Esse desfasamento contribui para a ascensão de populismos e extremismos. Líderes populistas tendem a apresentar-se e a serem percebidos por muitos eleitores como alternativas "autênticas" aos políticos tradicionais, prometendo uma rutura com o status quo e apelando para os sentimentos e frustrações da população. Frequentemente utilizam uma retórica que simplifica questões complexas e oferece soluções fáceis, criando um vínculo emocional com os cidadãos que se sentem negligenciados e desamparados.

Além disso, o extremismo pode surgir como uma resposta ao sentimento de impotência e à falta de diálogo nas esferas políticas. Grupos extremistas exploram o medo e a insatisfação, galvanizando apoio em torno de ideais radicais que prometem uma mudança imediata, mesmo que essa mudança seja baseada em propostas polarizadoras e divisórias.

Nesse contexto, a política torna-se um campo de batalha onde as vozes mais extremas ganham espaço, enquanto as abordagens moderadas e colaborativas são frequentemente ignoradas e até ridicularizadas. A consequência é um ciclo vicioso: o afastamento dos cidadãos da política alimenta a ascensão de discursos populistas e extremistas, que, por sua vez, afastam ainda mais os cidadãos das instituições democráticas, criando um cenário de instabilidade e polarização.

Para quebrar esse ciclo, é fundamental promover uma maior inclusão e participação cidadã, fortalecendo as instituições democráticas e buscando formas de incluir a população no processo político, tornando-o mais próximo e representativo das diversidades e necessidades da sociedade.

O que se passou na Assembleia da República é inadmissível. Infelizmente, a degradação verbal nas sessões plenárias atingiu um nível nunca visto em parlamentos verdadeiramente democráticos em geral, e no nosso em particular.



Alguns comentadores televisivos e até mesmo jornalistas criticaram o ex-presidente da república, Augusto Santos Silva, por não tolerar os excessos de linguagem verbal e gestual de alguns membros da bancada do CHEGA. Reconhecerão agora que o anterior ex-presidente é que estava certo? Ter razão antes de tempo tem custos políticos elevados e exige coragem que falta a muitos.

Ana Sofia Antunes é uma deputada com muitas qualidades políticas e pessoais. Competente, inteligente, trabalhadora, independente, solidária, dedicada, simpática, educada... apenas para referir algumas. Parece-me fácil aceitar, que tendo em conta as suas condições físicas deveria merecer o respeito e a admiração de todos, especialmente dos seus pares. Na Casa da Democracia não há lugar para o discurso de ódio, o insulto, a humilhação, o ataque pessoal. Aconteceu "agora", e tem acontecido com recorrência, especialmente desde que o CHEGA chegou ao parlamento, sobretudo desde que deixou de ter um só deputado.

Os maus exemplos comportamentais de alguns deputados e deputadas são presenciados por alunos que assistem às sessões e pelos que, em casa, seguem os debates através do canal parlamento. Está em causa a imagem do parlamento. Está em causa a educação para a cidadania. Está em causa o respeito pela atividade política. Está em causa a dignidade dos eleitos do povo. Está em causa a democracia. Todos temos e dever de não permitir que isto aconteça!

La Salette Oliveira  
Presidente CPC-PS Vagos

## (Des)fazedores de Políticos

Assistimos a um ritmo alucinante a degradação da opinião pública em relação aos políticos e a política. Muias insinuações, muita manipulação e alguma verdade em tudo o que vemos e ouvimos, colocando a questão: "será temos capacidade de distinguir a verdade das inverdades?"

Governamos com percepções, tomamos decisões com base em insinuações, julgamos com base em futurologia e condenamos em base de situações que poderão acontecer... sim, que ainda não aconteceram!

Sabemos que existem políticos menos corretos, como existem em todas as profissões, mas a grande maioria são gente com família e de família não merecendo a rotulagem que muitas vezes se quer colar.

Abrimos um qualquer canal noticioso e vemos diariamente notícias de insinuações, denúncias anónimas, percepções, ou simplesmente associações de simples jogos propositados.

Devemo-nos questionar sobre: de quem será a política de futuro?

Talvez para ser político, uma das condições é nunca ter feito nada na vida, ou nunca ter ajudado em nenhuma qualquer associação, ou trabalhado para o bem dos outros, ou ser um inútil da sociedade... não ter currículo sobre coisa nenhuma.

Será que acreditamos no ser humano? acreditamos nos políticos e na política como meio para atingir a democracia e o desenvolvimento da sociedade como um todo? Acreditamos na diferença de

pensamentos e na discussão de ideias, que tantas vezes apregoamos? Acreditamos em sociedades justas? em oportunidades de igualdade para todos?

Hoje em dia, desfazem-se políticos com uma acusação anónima ou com insinuações nas redes sociais sem que existam qualquer consequência para quem as faz!

Hoje em dia, fazem-se políticos porque são amigos dos amigos ou simplesmente porque não há mais ninguém e é preciso preencher listas e nomes.

Penso que a política é para os competentes, para os que pretendem servir com dignidade, com seriedade, com respeito pelos outros, para os que se mostrem dignos de servir, mas...



Com estes (des)fazedores de políticos, de quem será a política de futuro?

Juan Carlos Ferreira Martins  
Presidente da CPS do PSD de Vagos

## Ajustes diretos mancham nomeação de Regalado como secretário de Estado

**Em causa estão cinco contratos de assessoria jurídica que Silvério Regalado, enquanto presidente da Câmara de Vagos, assinou com a sociedade de advogados da qual o atual primeiro-ministro era sócio**

Silvério Regalado, ex-presidente da Câmara de Vagos, foi escolhido pelo primeiro-ministro, Luís Montenegro, para substituir Hernâni Dias – que se demitiu – como secretário de Estado da Administração Local e Ordenamento do Território, tendo tomado posse a 13 de fevereiro. Mas a nomeação voltou a trazer à ribalta o caso dos contratos de assessoria jurídica que Regalado firmou, enquanto autarca de Vagos, entre 2015 e 2021, com o escritório de advogados de que Montenegro era sócio, num total que ultrapassa os 200 mil euros.

Os contratos em causa, que foram firmados quando Montenegro ainda não era presidente do PSD, já tinham sido noticiados e voltaram a ter destaque, agora, em vários órgãos de comunicação social nacionais, devido à nomeação de Silvério Regalado para secretário de Estado.

O atual primeiro-ministro viria a deixar a sociedade de advogados, na qual tinha uma quota de 50%, quando foi eleito presidente do partido. Mas, antes disso, o seu escritório fez, ao longo de vários anos, contratos com diversos municípios, entre os quais o de Vagos, liderado nessa época por Silvério Regalado.

Como confirmou o Eco de Vagos no portal BASE, a primeira das adjudicações diretas da Câmara de Vagos com a “Sousa Pinheiro & Montenegro, Sociedade de

Advogados” data de 15 de abril de 2015 e tem um valor de 24 900 euros. No ano seguinte, a 7 de junho, foi feito um novo contrato, por 23 406 euros. E, em 2017, seguiram-se mais dois: um, a 9 de junho, para “aquisição de serviços de assessoria jurídica”, no montante de 11 703 euros, e outro, a 15 de dezembro, com o descritivo de “aquisição de serviços de assessoria jurídica e representação do Município de Vagos”, por 74 700 euros. O último dos cinco contratos feitos enquanto Silvério Regalado presidia ao município de Vagos data de 9 de fevereiro de 2021 e tem um valor de 74 700 euros.

### Contratos com ex-sócio

Segundo o portal BASE, a Câmara de Vagos continua, atualmente, a trabalhar com o antigo sócio de Montenegro, Paulo Sousa Pinheiro. No ano passado, a 12 de Fevereiro, duas semanas depois de Silvério Regalado ter deixado a liderança da Câmara para integrar a lista do PSD por Aveiro, nas eleições legislativas – vindo, depois, a ser eleito deputado na Assembleia da República –, o município fez um ajuste direto com a “Sousa Pinheiro & Marques, Sociedade de Advogados”, do antigo sócio de Luís Montenegro na “Sousa Pinheiro & Montenegro”.

### “Pelo meu país”

Depois de 11 anos como edil de Vagos e de um como deputado na Assembleia da República, Silvério Regalado, natural



de Soza, chegou a secretário de Estado com uma polémica na bagagem. Depois da tomada de posse, sem tocar no assunto, na sua página de Facebook, deixou apenas a garantia de que irá desempenhar “com todo o empenho e dedicação” as suas novas funções. “Farei, tal como tenho feito nos últimos anos, mas desta vez não só pela minha terra e pela minha região, mas pelo meu país que eu tanto adoro”, assegurou.

O assunto dos ajustes diretos com o escritório de Montenegro levou a que

André Ventura, líder do Chega, tenha pedido ao primeiro-ministro para repensar a escolha de Regalado, por considerar que existe “uma enorme suspeita e imoralidade”. Mariana Mortágua, do Bloco de Esquerda, afirmou que a questão é “matéria que deve ser escrutinada e avaliada no âmbito da transparência e conflito de interesses”. Por seu turno, Pedro Nuno Santos, secretário-geral do PS, adiantou que só comentaria “se houvesse um caso de justiça”.

S.F.

## Apoios para esterilização de animais mantêm-se

**Programa aprovado para este ano é semelhante ao de 2024 e destina-se aos municípios do concelho**

O objetivo é ajudar financeiramente os municípios que pretendam esterilizar os seus animais de companhia. Por isso, a Câmara de Vagos voltou a aprovar o Programa Extraordinário de Apoio à Esterilização de Animais de Companhia, destinado a cães e gatos. A medida pretende, ao mesmo tempo, auxiliar no controlo da população animal errante e vai manter-se em vigor ao longo de todo o ano.

Primeiro, a esterilização dos animais tem de ser feita, num médico veterinário à escolha dos tutores – que podem ser individuais ou associações –, desde que o mesmo seja localizado no concelho de Vagos. E só depois é que pode ser requerido o apoio camarário.

A seguir, para aceder ao programa, é necessário apresentar uma candidatura, nos 10 dias úteis seguintes ao procedimento médico. À semelhança do ano passado, os reembolsos são de 72 euros para esterilização de cadelas e de 40 para cães. No que aos felinos diz respeito, o apoio é de 46 euros para

gatas e de 20 para gatos.

A entrega da candidatura pode ser feita via e-mail ou presencialmente, no edifício da Câmara, junto do Balcão de Atendimento do Cidadão. É necessário, nesse momento, entregar o formulário de candidatura – disponível no site da autarquia –, um comprovativo de residência no concelho, a prova da identificação eletrónica e de registo atualizado no Sistema de Informação de Animais de Companhia (SIAC), com data anterior à da cirurgia. Têm de ser entregues, também, uma cópia do boletim sanitário do animal – com informação relativa à espécie, sexo e peso do mesmo –, uma declaração do SIAC emitida pelo médico veterinário responsável pela esterilização, a fatura e o recibo do procedimento médico realizado, além do comprovativo de IBAN do requerente. No caso dos cães, a autarquia obriga ainda à entrega do comprovativo de registo e licença do animal na junta de freguesia da área de residência.

S.F.

## Torneio de ténis de mesa juntou 280 atletas

**Organizado pelo Vagos Sport Club, o evento contou com a presença de 39 clubes de todo o país**

Cerca de 280 atletas, de 39 clubes de todo o país, marcaram presença na 19ª edição do Torneio Aberto de Ténis de Mesa de Vagos, que se realizou, a 25 e 26 de janeiro, no Pavilhão Municipal Dr. João Rocha. Como habitualmente, a organização esteve a cargo do Vagos Sport Club.



O evento contou com competições em quatro categorias: sub-11, sub-13, sub-15 e sub-19. Dalila Martins, presidente do clube, destacou a prestação do atleta Tiago Matias, do Vagos Sport Club, que alcançou o quinto lugar na categoria sub-15 singulares, garantindo uma medalha. E o clube ficou em terceiro lugar, na categoria sub-15 coletivo.

“O torneio reafirmou a importância do ténis de mesa no panorama desportivo nacional, deixando boas perspetivas para a próxima época, na comemoração dos 20 anos”, referiu o Vagos Sport Club, em comunicado. O torneio contou também com o apoio do município.

S.F.

**Unilabs** santa casa da misericórdia de vagos

**HÁ UMA QUÍMICA QUE NOS UNE À SCM VAGOS**

ANÁLISES CLÍNICAS  
ANATOMIA PATOLÓGICA  
CARDIOLOGIA

unilabs.pt

**Marcação de Exames Complementares a serem realizados na UNILABS**

**TELEFONE: 234 193 200**  
(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

**CENTRO DE MEDICINA FÍSICA E DE REABILITAÇÃO**  
RUA PADRE VICENTE MARIA DA ROCHA  
3840-453 VAGOS

## Rali da Bairrada volta a acelerar em Vagos

**Prova está de regresso nos dias 1 e 2 de março, após dois anos de interregno**

Espetáculo, adrenalina e uma forte adesão do público. É isso que promete o Rali da Bairrada, que está de regresso às estradas de Vagos, para uma quarta edição, após dois anos de interregno, nos dias 1 e 2 de março. No total, vão ser percorridos um total de 140 km, dos quais 63,70 vão ser disputados ao cronómetro, em sete provas especiais em piso de asfalto. O evento assinala o arranque do Campeonato de Ralis do Centro e do Campeonato de Ralis Centro 2 Rodas Motrizes.



“O Rali da Bairrada constituirá uma prova de vitalidade para o clube, mas, sobretudo, proporcionará aos participantes e público muitas emoções, pela seletividade dos troços que o compõem, num percurso bastante concentrado e que privilegia a beleza da Região Centro”, sublinha Fernando Batista, presidente do Targa Clube. De referir que, entre as classificativas, os concorrentes passam pelo Parque de Assistência, instalado junto ao Pavilhão Municipal, onde o público vai poder ver de perto os carros em competição e interagir com os pilotos.

O primeiro dia de provas, sábado, inicia-se com a cerimónia de partida, junto ao Tribunal de Vagos, a que se segue a Super Especial da Vagueira, que tem um traçado de aproximadamente três quilómetros e que acontecerá junto à praia.

Organizado agora pelo Targa Clube o Rali da Bairrada tem a promoção da XRacing e apoio da Câmara de Vagos. E, no domingo, segundo a organização, “os pilotos enfrentarão um desafio intenso, com tripla passagem, alternada, pelos troços de Vagos/PES (8,30 km) e Zona Industrial de Vagos (10,85 km). O desfecho da prova está agendado para as 16 horas, de novo junto ao Tribunal Judicial de Vagos, esperando-se um ambiente de festa para os amantes de automobilismo.

“Para o município de Vagos, o Rali da Bairrada é uma aposta de presente e que, espero, se possa manter no futuro. Somos uma região que vibra com o ‘motorsport’ e que tem pilotos de referência”, adianta João Paulo Sousa, presidente da Câmara. O edil acrescenta, ainda, que está convicto de que os dias 1 e 2 de março “serão uma grande festa do desporto automóvel, tanto para o concelho como para a região”.

S.F.

## BREVES

**ÓBITO** . Natural de Calvão, de Choca do Mar, o padre Manuel António Carvalhais morreu, aos 87 anos. Conhecido pelo seu trabalho como pároco em várias paróquias da diocese de Aveiro, entre as quais Vagos, Soza e Santo António de Vagos, Manuel António Carvalhais deixou de exercer funções pastorais há alguns anos. O seu funeral realizou-se, a 19 de fevereiro, na Igreja Matriz de Calvão, sendo depois sepultado no cemitério local.

**ACIDENTE** . Um jovem, de 22 anos, morreu na sequência de um despiste de mota, no dia 20 de fevereiro, na Estrada Florestal, entre o Parque de Campismo da Vagueira e a Zona Industrial de Vagos. A vítima, residente na Gafanha da Nazaré, em Ílhavo, entrou em despiste por motivos por apurar, cerca das 10.50 horas, acabando por não resistir aos ferimentos. A GNR esteve no local e investiga, agora, as causas do acidente. Ao terreno deslocaram-se, também, os Bombeiros Voluntários de Vagos e uma Viatura Médica de Emergência e Reanimação do INEM.

**PRÉMIO** . O Museu do Brincar foi nomeado para os “Pumpkin Awards” – considerados os “Óscares” das famílias em Portugal –, em duas categorias: “Melhor Atividade de Fim de semana (outros locais)” e “Melhor Museu para

Crianças”. A competição, segundo a Câmara de Vagos, “tem como objetivo reconhecer todos os que fazem com que o dia-a-dia das famílias seja mais feliz”, premiando “os projetos e os serviços que dão tudo para colorir os dias de miúdos e graúdos, proporcionando momentos em família”. É possível votar no Museu do Brincar, no site dos “Pumpkin Awards”, até 2 de março.

**ELEIÇÃO** . Oscar Gaspar foi eleito presidente da União Europeia de Hospitalização Privada (UEHP), no dia 31 de janeiro. O vagueense, que preside também à Associação Portuguesa de Hospitalização Privada, vai liderar UEHP durante dois anos, representando os interesses de 16 países e de mais de seis mil hospitais e clínicas privadas da Europa. Oscar Gaspar sucede, no cargo, ao médico francês Paul Garassus, que liderou a instituição durante uma década, e é o segundo português – o primeiro foi Teófilo Leite – eleito como presidente da UEHP.

S.F.



## Câmara entrega sede ao Moliceiro Vespa Clube

**Associação mudou-se de Ílhavo para Vagos e está instalada no antigo edifício da Escola Básica do 1º Ciclo Vagueira Norte**

Dois anos após a sua constituição, o Moliceiro Vespa Clube (MVC), que havia sido constituído em Ílhavo, mudou a sua sede social para Vagos, ao chegar a acordo com a Câmara, que lhe entregou, por 25 anos, em regime de comodato, as instalações antigas da Escola Básica do 1º Ciclo Vagueira Norte. O contrato entre a associação e a autarquia já foi assinado, a 16 de fevereiro, numa cerimónia simbólica que contou com a presença de Silvério Regalado, antigo presidente da Câmara e atual secretário de Estado da Administração Local e Ordenamento do Território, assim como de João Paulo Sousa, líder do município.



“Considero que esta cerimónia representa um acontecimento histórico, mobilizador e auspicioso. Este é um

grande dia para o Moliceiro Vespa Clube, para os seus sócios e órgãos sociais. Que melhor maneira haveria para celebrar o segundo aniversário?”, questionou retoricamente Victor Rocha, presidente da associação, aquando da assinatura do contrato de comodato.

O responsável do clube – que antes tinha a morada de sua casa como sede do MVC – sublinhou, ainda, que o documento firmado “materializa a viva vontade de cooperação estratégica operacional, manifestada pela Câmara Municipal de Vagos e pelo Moliceiro Vespa Clube, na sequência de um processo pensado, discutido e ponderado pelo executivo camarário e pela Assembleia Municipal”.

A conquista de uma sede era, segundo Victor Rocha, uma “aspiração” que apenas agora a associação vê concretizada. O presidente descreveu sentir “alegria, responsabilidade e um sentimento de dever cumprido”, assegurando que “25 anos estão garantidos, mas teremos sede por muitos mais anos”. Para 27 de julho deste ano, em Vagos, o MVC tem agendado um “grande encontro nacional” de Vespas.

S.F.

## Misericórdias do distrito preocupadas com sustentabilidade

### Dirigentes reuniram-se em Vagos para discutir problemas comuns. Negociação dos acordos de cooperação com o Governo para este ano em cima da mesa

As Santas Casas de Misericórdia do distrito de Aveiro estão preocupadas com a sua sustentabilidade. Isto depois de a pandemia de covid-19 ter esgotado a capacidade da tesouraria das instituições, que ainda se estão, agora, a reerguer. Foi essa a mensagem passada pelos seus dirigentes à União das Misericórdias Portuguesas (UMP), numa reunião do Conselho Regional do Distrito de Aveiro da UMP, que aconteceu, a 21 de fevereiro, na Santa Casa de Vagos.

“A maior preocupação [das Misericórdias] é, basicamente, a sua sustentabilidade. Nós vivemos um tempo em que a sustentabilidade do setor social está muito posta em causa, porque passámos por uma pandemia que esgotou, financeira e anímicamente, este setor”, deixou claro ao Eco de Vagos Carlos Andrade, vice-presidente do secretariado nacional da UMP.

O dirigente frisou que as instituições resistiram ao período de pandemia “com sacrifício das tesourarias” e que os efeitos ainda se sentem. “Estamos a reerguer-nos, mas com muitas dificuldades. Essa é a preocupação do distrito de Aveiro, mas também das Misericórdias do resto do país”, sublinhou.

No dia da reunião, a UMP preparava-se para começar, dentro de poucos dias, as negociações com o Governo sobre os acordos de cooperação para este ano. E o procedimento, desta vez – a primeira em que a matéria é discutida com o executivo liderado por Luís Montenegro –, foi diferente do habitual, explicou Carlos Andrade: “Tiveram connosco uma atitude original. É a primeira vez que um Governo se preocupa, antes de discutirmos qual é a participação pública, com a consensualização de quanto custa cada uma das respostas. Isso nunca tinha sido feito”.

Assim, antes das negociações propriamente ditas, as Misericórdias fizeram o trabalho de levantamento dos custos das respostas sociais. Só depois

é que a UMP negocia, mediante esses valores, qual a comparticipação do Governo nos custos em causa.



#### “Pressão sobre as famílias”

Para Carlos Andrade, é certo que “as comparticipações mais baixas dizem respeito à terceira idade”. “É muito complexo, porque o número de idosos cresce com uma aceleração muito significativa e os apoios são pequenos. Logo, implica uma pressão sobre as Misericórdias e sobre as famílias que eu acho elevada e que teria de ser compensada por um maior apoio do Estado”, referiu.

Esclarecendo que “não há apoio nenhum do Governo às Misericórdias, o apoio do Governo é às pessoas”, o vice-presidente da UMP disse-se preocupado com os constrangimentos que estão a ser causados às famílias. É que o aumento do salário mínimo implicou um aumento dos custos das instituições. E a participação pública não acompanhou, na mesma percentagem, essa subida. “Como o aumento dos custos não tem sido correspondido com o aumento da participação pública, a pressão é sobre as famílias”, realçou.

S.F.

## Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense



### 1860 – 2025: 165 anos de Música, por Vagos

Em memória da Bruna Grave Cajeira.

A Bruna iniciou os seus estudos de música na nossa escola, em 2004, ainda bem pequenita.

Envervou pela 1ª vez a farda da Banda Vaguense como executante de clarinete exatamente no dia 09 de julho de 2006, para atuar numa deslocação a Espanha. A fim de aprofundar os seus conhecimentos, também frequentou as aulas do Conservatório de Música de Aveiro. Desde sempre chamou a atenção dos corpos diretivos da Filarmónica (de que teve a honra de fazer parte durante 12 anos consecutivos) e dos seus professores pela sociabilidade com que convivia com todos e mais ainda pelo seu temperamento sereno.

O seu pai, Manuel Mário Cajeira, durante os anos de exercício da anterior direção, que serviu como secretário, foi um excelente colaborador da nossa instituição, voluntariando-se sempre que organizámos tasquinhas para angariação de fundos.

A Bruna esteve ao serviço da Banda Vaguense e da cultura musical do nosso concelho até ao ano de 2014, após o que se desvinculou da nossa associação para seguir os caminhos que a vida lhe havia destinado.

Desafortunadamente, após completar apenas 30 anos de idade, e sendo já mãe de um menino, o Gonçalo, foi vítima de uma doença fatal e o seu coração deixou definitivamente de bater no final de janeiro último.

No seu funeral, estiveram presentes elementos diretivos da Filarmónica Vaguense, anteriores e atuais, bem como o nosso Maestro e Diretor Pedagógico Sr. Leonel Ruivo, que representaram toda a família filarmónica, os quais deixaram aos pais e restante família da Bruna a manifestação do mais profundo pesar pelo infausto desenlace.

A cordialidade da Bruna será para sempre lembrada na nossa associação.

### CONVOCATÓRIA DA ASSEMBLEIA-GERAL

Nos termos do estipulado no art.º 33 dos Estatutos da Associação Filarmónica Vaguense convoco todos os associados da Filarmónica Vaguense a tomar parte na assembleia-geral a realizar no dia 14 de Março, pelas 20h30, na sede edifício CER, no 3º andar, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto UM: Apresentação, discussão e votação do Relatório e Conta de Gerência do ano de 2024 e respetivo parecer do Conselho Fiscal;

Ponto DOIS: Outros Assuntos;

Nos termos do art.º35, n.º 2 dos referidos estatutos, se à hora marcada a assembleia não se puder realizar por falta da maioria dos associados, a mesma funcionará meia hora mais tarde, com qualquer número de sócios.

Vagos, 19de Fevereiro de 2025  
 O Presidente da Assembleia-Geral  
 (Carlos Miguel Francisco Sarabando)

### PAGAMENTO DE COTAS DE ASSOCIADO

Os nossos associados devem continuar a proceder ao pagamento das cotas de sócio, podendo fazê-lo junto dos nossos diretores, ou optando pela transferência do valor de 10€/cada para o Iban a seguir anotado, indicando na referência o nome e motivo do pagamento ou dando-nos conta desses elementos para o endereço também mencionado. Obrigado a todos.

Iban: PT50 0045 3340 4006 9619 80304  
 Endereço: filarmonicavaguense@gmail.com

BOM ANO e votos de muitas “Notas...Soltas” nas nossas vidas.

José A. Almeida

## Hugo Santos reconduzido no CDS de Vagos

### Presidente da Junta de Freguesia de Ouca foi eleito para o segundo mandato à frente da concelhia do partido

O CDS-PP realizou eleições internas, a 3 de fevereiro, tendo Hugo Santos sido reconduzido como presidente da Comissão Política Concelhia de Vagos do Partido. Por seu turno, Pedro Magalhães é o novo presidente da Comissão Política Distrital.

Hugo Santos, presidente da Junta de Freguesia de Ouca, foi eleito como

presidente da concelhia, pela primeira vez, em 2023, sucedendo na altura a Maria do Céu Marques. E, agora, candidatou-se a um segundo mandato, vencendo as eleições internas. No entender da concelhia, o resultado espelhou “a confiança dos membros do partido na sua liderança e na continuidade do trabalho realizado até agora”.

Ainda sem ter divulgado nenhum candidato às eleições autárquicas deste ano, o CDS-PP garante, contudo, que “assume o compromisso de apresentar candidaturas fortes e comprometidas com o progresso e a melhoria da qualidade de vida das nossas freguesias e do nosso concelho”, sob o lema “Fazer a diferença”. “A Comissão Política da Concelhia de vagos está determinada s.f.

em ouvir os cidadãos e em promover iniciativas que respondam às necessidades e aspirações da população, sendo este mandato marcado pelas eleições autárquicas, onde será necessário demonstrar união e determinação em ‘fazer a diferença’”, assumiu a estrutura liderada por Hugo Santos, em comunicado.

S.F.

# ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 83 . FEVEREIRO 2025

## Tem a Palavra a Mesa

### UCCI - Unidade de Cuidados Continuados Integrados ERPI - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Todos nós sabemos pela Comunicação Social, e ainda bem que ela existe, é livre e nos informa, de que serão já alguns milhares os nossos irmãos, que se encontram nos Hospitais Públicos, já com alta médica recebida, mas que não têm lugar para onde ir.

Ou porque não existem vagas nas designadas UCCI, se ainda necessitam de alguns atos médicos que não os hospitalares, ou porque não têm familiares ou amigos que os possam ou queiram recolher, ou porque simplesmente não há vagas nas designadas ERPI's.

Estas minhas observações limitam-se ao meu concelho de Vagos.

E pergunto eu:  
Para quando a construção duma UCCI no concelho de Vagos?

Para quando a construção, ampliação ou recuperação de edifícios que sejam capazes de fazer alargar a oferta em ERPI, para se acolher condignamente aqueles que de nós mais necessitam?

Nos últimos anos muito se fala no famoso PRR (Plano de Recuperação e Resiliência), que pelo que vamos ouvindo, e não me importa a causa ou o motivo, parece que mais uma vez seremos incapazes de utilizar tanto do dinheiro apregoado.

Não há projetos, não há postura, não há programa adequado, ou pura e

simplesmente temos medo e não há coragem e vontade para dedicarmos o nosso tempo a tais tarefas?

É lugar-comum dizer-se que há dinheiro para festas, para projetos cuja utilidade quantas vezes não se alcança, ou para outras "coisas", mas para os mais necessitados e cujo poder de reivindicar, por força das circunstâncias, é manifestamente diminuto.

São esses nossos irmãos esquecidos, exceto quando deles necessitamos para mostrar alguma "caridadezinha", já para não falar dos seus votos em tempos de eleições.

Mas não será que todo este nosso



concelho de Vagos, com todas as suas entidades, empresas e instituições de solidariedade, capaz de enfrentar novos desafios?

Como diz o comentador radiofónico ...  
"JÁ AGORA VALE A PENA PENSAR NISSO"

Um grande abraço e comigo podem sempre contar.

Vitorino Moreira Rocha  
Mesário

## Ateliers Sensoriais

Este ano a creche do Centro Infantil decidiu promover ateliers sensoriais. Este tipo de atividades estão a ser muito aplicadas em contextos de educação.

É através dos sentidos que as crianças, desde o nascimento, começam a comunicar e a estabelecer relações com o mundo que as rodeia. A perceção



sensorial é uma função cerebral, através da qual elas interpretam o mundo. Desta forma as crianças em período de aprendizagem e crescimento precisam de atividades sensoriais para aprenderem com mais consistência e criatividade.

A estimulação da perceção sensorial deve ser trabalhada desde os primeiros meses. Todas as atividades que permitem à criança viver experiências sensoriais, desenvolvem a perceção de si, do outro e do meio envolvente. Este tipo de momentos também promovem o desenvolvimento da empatia e da amizade, uma vez que as crianças aprendem a reconhecer e respeitar as diferenças entre si e entre os outros.

Além disso, estimular a perceção sensorial com sabores, cores, sons, cheiros e texturas em atividades em contexto escolar, favorece o desenvolvimento emocional, da criatividade e da inteligência. Através do contato com diferentes texturas e estímulos, elas aprendem a lidar com suas emoções e sensações e a expressá-las de maneira adequada.

Outro contributo deste tipo de atividades é o desenvolvimento da coordenação



motora fina. Através do toque, as crianças fazem pequenos gestos que permitem maior domínio e controlo do corpo, realizando assim, movimentos mais precisos, como por exemplo o movimento de "pinça".

Este ano já concretizámos alguns destes ateliers que resultaram em momentos divertidos de exploração de texturas, cores, sabores, temperaturas e sons.

CENTRO INFANTIL

## Entrada na reta final

Depois de uma pausa escolar já estamos no segundo semestre sinal de entrada na reta final...

Na CAR, depois de uns dias de férias, alguns deles, passados com as famílias, as nossas jovens já regressaram à escola, com mais energia e mais motivadas, queremos acreditar e assim o desejamos, para iniciar o segundo semestre que significa a reta final de mais um ano letivo. A escola é um lugar comum, disponível para as acolher, preparada para as ajudar a construir o seu futuro com sucesso, mas nem sempre é valorizada por elas! Habitadas a terem vidas desafiadoras, vivendo na adrenalina do constante teste aos limites a escola é sentida muitas vezes como tarefa aborrecida e implicativa e, como tal, não lhes consegue oferecer a serenidade e o foco que precisam para reconstruírem projetos de vida que desafiem o seu destino.

São jovens aparentemente saudáveis e bem-humoradas, mas também, inseguras, refilonas, com a irritação à flor da pele, com baixa autoestima, carentes de relações afetivas contentoras, afastadas da família que elas amam,



apesar das (médias e grandes) fragilidades que as caracterizam. Viverem numa casa de acolhimento que lhe proporciona um ambiente mais

estruturado é um projeto de vida imposto e por isso nem sempre bem aceite.

Lidar com todo o seu adolecer, ajuda-

las a largar hábitos antigos enfrentando a frustração de não poder fazer o que lhes apetece, trás momentos depressivos e alguns fantasmas que vão povoando os sonhos delas (e até os nossos...) colocando a escola no campo das batalhas, umas vezes para ganhar, outras para perder, mas, assumimos nós, nunca para desistir.

Nesta tarefa de investimento no seu futuro, através da formação escolar, a escola e a CAR não estão sozinhas. Neste ano letivo de 2024/25 a casa de acolhimento, conta, no plano CASA, com dois professores, colocados pelo ministério da educação, com horário de apoio ao estudo, para promover o sucesso escolar. A nossa dupla fantástica é composta pelo professor Nuno, para a área das ciências e pela professora Fátima, para a área das letras que têm conseguido gerir muito bem a pouca vontade de estudar com as dúvidas das matérias escolares e o ombro amigo que elas, às vezes, tanto necessitam. Este trabalho em equipa dá-nos a esperança que o sucesso vai chegar no final de todas as contas e do ano letivo.

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

## Mão gigante...mão mágica!

Há, na biblioteca infantil, a história do nabo gigante, possivelmente, conhecida por vós...

Uma história singela, de mensagem nobre, ...

Era um casal de velhinhos, que cultivava a sua horta, e onde, de forma mágica, num dia de colheita, surgiu um nabo gigante, tão e tão grande que foram precisas várias mãos a ajudar... Já em desespero, numa fila enorme de mãos que puxavam, e tentavam fazer sair aquele nabo da terra, a velhinha lembrou-se do ratinho...foi chamá-lo e, para espanto de todos, a mão daquele ratinho fez a diferença...

Toda a diferença!...

A mão pequenina, daquele pequenino ratinho, teve a força mágica que faltava naquela corrente de interajuda...

Na ERPI vivemos isto todos os dias, várias vezes por dia, pequenas grandes mãos, Pequenas grandes forças, Pequenos grandes gestos, Pequenas grandes palavras, Pequenas grandes atitudes,...

Fazem toda a diferença! A diferença na conquista, na vitória, na felicidade, no sorriso e, também, no conforto do cuidado mais básico da alimentação e higiene...

Bem hajam todas as mãos mágicas da ERPI!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

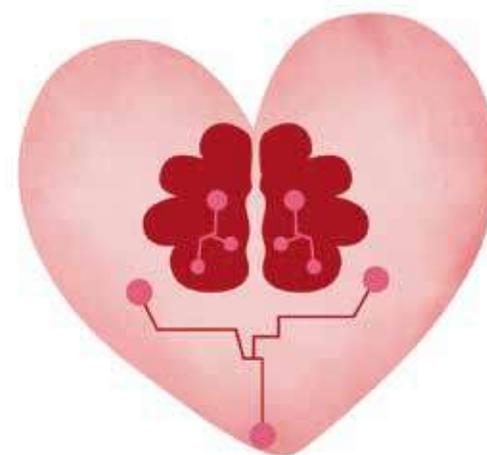


## Amo o meu cérebro!

No mês dedicado ao amor, convidamo-lo a refletir sobre a importância de "namorar" com o seu cérebro, especialmente no contexto da prevenção e da promoção da saúde do cérebro. Ao longo da vida, o cérebro sofre inúmeras transformações e, em muitos casos, o envelhecimento pode trazer desafios como as demências. Por isso, cuidar dele, assim como num relacionamento amoroso, torna-se essencial. A princípio, pode parecer que é necessário um esforço constante para compreender como o cérebro reage aos estímulos e à informação, mas, com o tempo, ele começa a responder de forma mais natural e eficiente, tal como nós nos acostumamos a outra pessoa numa relação amorosa. O Memorizar entra neste processo como uma fase de "conhecer melhor" o cérebro, entender os seus mecanismos e aprender a comunicar de forma eficaz com ele. Assim

como num namoro, é fundamental criar rotinas que fortaleçam esse vínculo: a prática constante de memorização, a repetição, a conexão com novos conhecimentos e até mesmo dar espaço para momentos de descanso e reflexão, permitindo ao cérebro processar tudo o que foi aprendido. Um namoro saudável com o cérebro também requer reflexão sobre o ritmo. Tal como no amor, forçar uma conexão sem pausas ou sem respeitar os limites pode gerar cansaço e frustração. Ao longo do tempo, o cérebro torna-se mais adaptado, mais forte e mais capaz de armazenar informações de forma eficiente, assim como um relacionamento que se fortalece com dedicação mútua. O Memorizar permite, portanto, cultivar essa relação, onde o cérebro e nós mesmos crescemos juntos, num processo contínuo de aprendizagem, compreensão e evolução.

EQUIPA MEMORIZAR



## António Ramalho Eanes

Ramalho Eanes foi um militar e político notório por ter sido o 16.º Presidente da República e o primeiro democraticamente eleito após a Revolução do 25 de Abril de 1974. Foi igualmente conhecido pelo seu papel na crise de 25 de novembro de 1975. Em 1976, Eanes foi eleito para Presidente da República com 61,59% dos votos e no segundo mandato com 56,44%. Ramalho Eanes é natural de Alcains, município de Castelo Branco e foi chefe do Estado-Maior do Exército. No ano 2000, Ramalho Eanes recusou, por razões ético-políticas, a promoção honorífica a "Marechal", à qual teria direito na qualidade de antigo Presidente da República.



António Ramalho Eanes mantém-se um cidadão ativo e atento à realidade do país, continuando a intervir em assuntos de relevo cívico e social.

J.S., CLIENTE DE SAD

## Projeto Memorizar

O Projeto Memorizar, com uma equipa constituída por Neurologista, Psicóloga, Terapeuta Ocupacional e Assistente Social, pretende apoiar quem tem ou cuida de alguém com demência.

Tem como missão criar condições facilitadoras de um processo de envelhecimento saudável, potenciando a melhoria das condições de vida de doentes e cuidadores.

A sua intervenção para além do apoio à pessoa com demência e cuidadores pretende tornar Vagos uma comunidade amiga da pessoa com demência.

Se é habitante do concelho de Vagos e necessita deste apoio não hesite em contactar:

Gabinete Memorizar  
Rua Banda Vaguense, n.º 21  
3840 - 453 Vagos  
Telefone: 234 426 359  
Telemóvel: 927 385 059  
Email: memorizar@scmvagos.eu



SERVIÇOS  
DE NUTRIÇÃO  
MARQUE  
A SUA AVALIAÇÃO  
GRATUITA

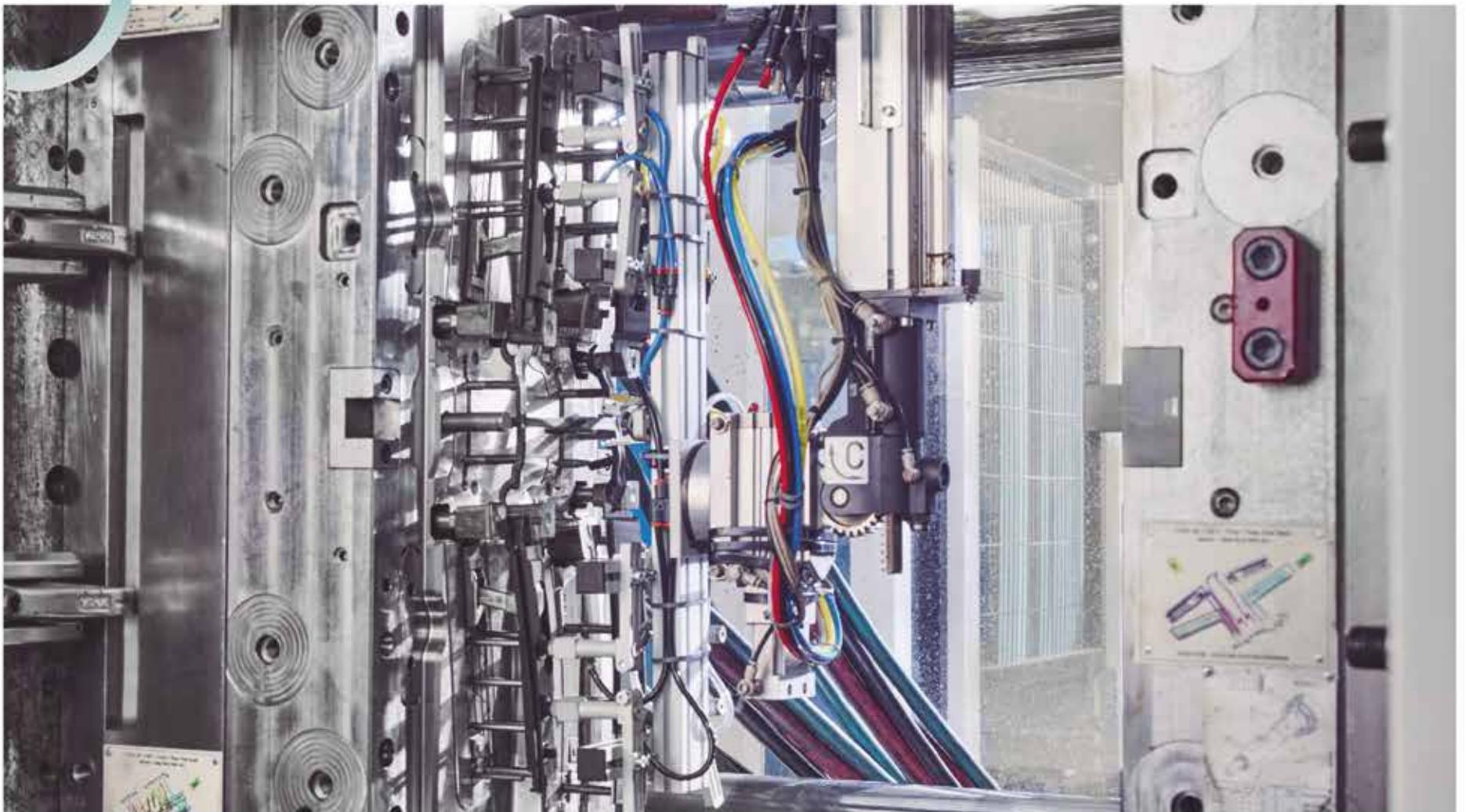
☎ 962 303 009

Farmácia  
**tiro**



# INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



## DESPORTO

### O Corta-Mato

Realizou-se em 10 de janeiro deste ano, em Vagos, na Quinta do Ega, o Corta-Mato Escolar da área educativa de Aveiro (abrange os concelhos do distrito a sul de Ovar), com a participação de mais de 1300 atletas, representando cerca de 50 escolas.

Trata-se de uma prova que já adquiriu tradições em Vagos, uma vez que se realiza neste local há quase 20 anos, aproveitando as excelentes condições da pista e os apoios locais da Câmara Municipal e do Agrupamento de Escolas de Vagos.

Vamos, então, analisar quer a organização da prova, quer o Corta-Mato.

#### A organização

Para o desenvolvimento das modalidades, é normal existirem protocolos entre as Federações Desportivas e a Coordenação Nacional do Desporto Escolar e que têm por objetivo a prática e a captação de atletas para a modalidade; no caso do Atletismo, esse protocolo abrange duas provas: o Corta-Mato e o MegaSprinter (provas de 40 metros e 1000 metros, salto em comprimento e lançamento do peso).

As atividades são desenvolvidas (ensinadas e treinadas) nas turmas, havendo 3 fases de competição: a nível de escola (com a participação dos 5/6 melhores de cada turma), a nível distrital (com os melhores 6 atletas de cada escalão/sexo, representando a sua Escola) e a nível nacional, a 3ª fase, com as melhores equipas de iniciados e juvenis (sub-15 e sub-18) de cada distrito e os 3 primeiros classificados individualmente, por escalão/género.

Este ano, a 3ª fase realizou-se em Coimbra em 14 e 15 de fevereiro, sem a participação de alunos do Agrupamento de Vagos e com o apuramento de Leonor Lopes e de

Rodrigo Pequeno (atletas sub-15 e sub-18, ambos do Colégio de Calvão). É esta prova de nível distrital (a 2ª fase de competição) que se realiza na pista de Vagos há muitos e muitos anos e sempre com excelentes níveis de organização e de satisfação dos intervenientes, embora já se tenha também realizado cá o Corta-Mato Nacional, por duas vezes.

O mesmo se passa com a prova MegaSprinter, cuja 2ª fase (âmbito distrital) se realiza no Estádio Municipal de Vagos desde há muitos anos, tendo-se já também realizado uma fase nacional.



De referir, ainda, que a prova tem uma classificação individual e uma classificação por equipas (contando os 4 primeiros classificados para a classificação coletiva da equipa), que há 4 escalões/género (sub-10; sub-13; sub-15 e sub-18) e que existem provas adaptadas para alunos portadores de deficiências.

#### A pista da Quinta do Ega

Trata-se de uma magnífica pista, enquadrada numa vasta área de grande beleza natural, com um piso adequado e um traçado acessível, com obstáculos

naturais e onde já existem rotinas de organização criadas (até porque se realizam, com alguma frequência, provas de Atletismo federado) e onde há certeza quase absoluta de tudo correr bem. Pena é não existirem (pelo menos) sanitários de apoio, sendo que o desejável era uma bateria de balneários.

#### A participação das escolas de Vagos (Agrupamento, Colégio e Escola Profissional)

O Agrupamento de Escolas teve uma participação muito modesta: Por equipas: 2º em Infantis-A Femininos; 9º em Juvenis Masculinos; 10º em Iniciados Masculinos e 12º em Infantis-A Masculinos;

Espadilho (Juv Masc); 6º Salvador Mosca (Inic Masc); 10ª Ana Louro (todos alunos do Colégio de Calvão) e 8º-Rubén Nibra (Juv Masc), aluno do Agrupamento de Escolas de Vagos.

Claro que estas boas classificações apenas serão possíveis quer pelo trabalho sistemático realizado pelas turmas, quer pela dinâmica de colaboração existente entre a escola e os clubes. Existindo em Vagos o GRECAS como grande referência na modalidade, custa muito a compreender os resultados obtidos pelos alunos do Agrupamento de Escolas de Vagos.

#### O Corta-Mato

Por fim, vem uma breve referência a esta especialidade do Atletismo, com algumas explicações que ajudem a compreender esta prova: o Corta-Mato é um desporto originariamente inglês, criado no início do século XIX e que com o tempo evoluiu para o atual formato. Praticar-se em terreno normalmente acidentado, com um piso natural (erva, relva, areia, lama, mata, água), tendo duas classificações-uma individual e outra coletiva e realiza-se habitualmente no outono/inverno e, por isso, não integra o programa olímpico, cujos jogos se realizam no verão.

As distâncias variam entre 2 a 5000 metros para as provas femininas e até 12000 metros para as provas masculinas.

Trata-se de uma especialidade onde Portugal tem tradições: Paulo Guerra foi 4 vezes Campeão Europeu e Carlos Lopes 3 vezes Campeão do Mundo mas, atualmente, o(a)s atletas africanos dominam completamente as provas.

Paulo Branco

## Associação de Solidariedade Social de Santo André de Vagos

### Uma Tradição Portuguesa: “As Janeiras”

Associada à quadra natalícia vêm as janeiras. Tradição portuguesa que consiste em cantar músicas pelas ruas, anunciando o nascimento do menino Jesus, desejando um Feliz Ano Novo.



Os seniores da nossa Associação, tiveram a oportunidade de cantar as janeiras aos meninos da EB1 da Vigia. Atividade intergeracional fundamental que contribui para a qualidade de vida dos nossos seniores e previne a exclusão social desta faixa etária que tanto tem para ensinar às camadas mais jovens.

No passado dia 30 de janeiro, a Associação contou com a participação do grupo sénior do Laboratório do Envelhecimento da Câmara de Ilhavo que, animou as nossas crianças, os nossos idosos e a comunidade de Santo André. Uma tarde bem passada e animada, onde podemos disfrutar, ouvir e dançar música tradicional portuguesa interpretada por este grupo fantástico do Laboratório do Envelhecimento.



NOVIDADE



Visita a loja online



+500 PRODUTOS

# Chegámos Santarém!



Mistolin Solutions inaugura nova loja em Santarém!

DE NORTE A SUL DO PAÍS, E TAMBÉM ILHAS!

Algarve

Açores

Caldas da Rainha

Coimbra

Famalicão

Lisboa

Madeira

@MISTOLINSOLUTIONS

f o in

O. do Hospital

Porto

Santarém

Vagos

Viseu

MISTOLIN SOLUTIONS, SOLUÇÕES DE PROFISSIONAL, COM DISCURSO LOCAL!



VISITA-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS @ECO.X.PT f o in

## EcoX vence Prémio Europeu de Sustentabilidade!

A EcoX, do MSTN Group, venceu a 3ª edição do SME EnterPRIZE e representará Portugal na final europeia em Bruxelas, a 26 de março. A empresa desenvolveu uma tecnologia patenteada para transformar óleo alimentar usado em sabão, incorporado em produtos de higiene e limpeza. A inovação é uma aposta contínua da marca que, em 2021, lançou uma embalagem reutilizável feita com 50% de plástico reciclado. O prémio destaca os valores do MSTN Group, como inovação, sustentabilidade e compromisso com um mundo melhor.

## Mistolin Pro lança nova marca de higiene pessoal: Momami

A Mistolin Pro acaba de lançar a Momami, uma nova marca premium de higiene pessoal, pensada para elevar a experiência em espaços de excelência como hotéis, spas, restaurantes sofisticados, alojamentos locais e clínicas de referência.

A estreia da Momami faz-se com a linha Sweet & Charming, composta por Hair & Body Wash e Liquid Hand Soap, produtos que aliam sofisticação e qualidade, transformando rotinas de higiene em momentos únicos.

Com este lançamento, a Mistolin Pro reforça o seu compromisso com a inovação e a excelência, oferecendo aos negócios uma solução que vai além do serviço – cria experiências memoráveis para os clientes



ASSISTE AO VIDEO DO LANÇAMENTO DA MARCA!



VISITA-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS @MISTOLINPRO f o in

## Associação Betel - Ponte de Vagos

### EM FEVEREIRO, HEI-DE SER AVENTUREIRO(A)!

No nosso Centro de Dia temos andado atarefados... Desde as aulas de hidroginástica, às sessões de musicoterapia, a ida à Feira de Calvão e as idas à Fonte da Perdição. Não falta que fazer!



Ainda tivemos tempo para fazer uma visita à Radiolândia. Lá tivemos a oportunidade de recordar algumas músicas da nossa juventude, que animavam as emissões de rádio que ouvíamos nas nossas casas, os bailes e que são a banda sonora de tantas aventuras.

Também andamos dedicados à preparação do nosso Carnaval. Na BÉTEL iremos explorar o tema: Vida Saudável. Como?

Sabemos que ter uma alimentação equilibrada, ter atividade física e praticar



desporto, nos pode, sem dúvida, ajudar. Além disso, não nos esqueçamos jamais de cultivar uma boa saúde mental, com otimismo e boa-disposição, viveremos certamente mais saudáveis, mas também mais felizes!

A 3 de Março realizamos o nosso desfile pela freguesia,

Para partilhar com todos a nossa alegria, Neste tempo que é de folia,

Queremos também a vossa companhia!



## Associação Boa Hora

Considerando os tempos tão desafiadores, é fundamental lembrar-nos da importância de cuidar uns dos outros e de unirmos os laços que nos ligam. A Associação Boa Hora, durante o mês de fevereiro, viveu intensamente o tema dos afetos. A iniciativa envolveu 3 respostas sociais da instituição como a creche, CATL e centro de dia, tendo como objetivo principal fortalecer os laços emocionais entre os utentes cuidadores e encarregados de educação.

As atividades promovidas ao longo deste mês incluíram oficinas de artesanato, onde as crianças e idosos puderam expressar os seus sentimentos através da criação de presentes simbólicos, sessões de leitura e partilha de histórias que evocavam memórias afetivas. No campo digital, dois utentes do centro de dia foram protagonistas de um vídeo de animação intitulado "A bruma íntima de Pipy, da Cristina Ferreira". O vídeo foi lançado no Dia dos Namorados e capturou a essência do amor e da intimidade em todas as suas formas e idades. O vídeo está disponível nas redes sociais da Associação e tem recebido elogios pela sua mensagem tocante e autêntica. Na resposta social da creche, o envolvimento dos encarregados de educação foi fundamental para o sucesso das atividades. Pais e mães participaram ativamente na decoração de um frasco de um coração que foram



posteriormente exibidos como elementos decorativos, subjacentes ao tema em curso.

Ainda neste mês o centro de dia e creche já começaram os preparativos para a folia de Carnaval prometendo muita animação e envolvimento desta comunidade educativa.

O mês de fevereiro foi, sem dúvida alguma, um período memorável repleto de momentos de ternura e partilha que deixaram uma marca indelével na vida de todos os envolvidos.

## CASD Santa Catarina

### CACI de Santa Catarina na Festa de São Gonçalinho em Aveiro

Os utentes do Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI) da Comissão de Apoio e Desenvolvimento de Santa Catarina (CASDSC), viveram um dia especial na tradicional Festa de São Gonçalinho em Aveiro.



Durante o passeio, participaram na emblemática apanha das cavaças e cumpriram a tradição da subida à torre da igreja, momentos que despertaram grande entusiasmo entre todos.



Para além das festividades, o grupo desfrutou ainda de um agradável momento de convívio numa esplanada, onde pôde partilhar experiências e apreciar o ambiente da cidade. A iniciativa proporcionou aos participantes um dia de inclusão, lazer e contacto com a cultura local, reforçando a importância da participação ativa na comunidade.

## Centro Social e Bem Estar de Ouca

### 25 Anos de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

No passado dia 17 de janeiro, o nosso Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) celebrou 25 anos de dedicação à comunidade! Durante este tempo, têm levado apoio, conforto e qualidade de vida a quem mais precisa.

Este serviço é muito mais do que assistência diária. É proximidade, carinho e um compromisso genuíno com o bem-estar dos nossos utentes.



Um enorme obrigado a toda a equipa do SAD! O vosso trabalho faz a diferença na vida de tantas pessoas.

Que venham muitos mais anos a cuidar de quem precisa!"

## Centro Social Paroquial de Santo António

A vida é uma dádiva e por isso celebrámos o começo de mais um ano para continuar a escrever a história da nossa casa.

Neste mês de janeiro tivemos um momento de emoção forte com a realização de um pequeno vídeo para celebrar a Saudade. Visitem a nossa página para se emocionarem tanto ou mais que nós.

Nos últimos dias do mês recebemos a tão querida visita do grupo de crianças e auxiliares da APEEQ, no qual se proporcionou um momento de leitura de um conto e canções dos Reis Magos.

Em poucas palavras: a união faz a força e alcançamos grandes feitos com a colaboração dos nossos amigos mais pequeninos, porque a nossa Instituição está sempre aberta à comunidade!



# Obrigado, **Eu!**

O TEU  
FUTURO **EU**  
AGRADECE-TE



Contrata ou transfere  
o teu Crédito Habitação  
para o Crédito Agrícola  
e recebe 750€ em prémios

Fixa a tua prestação  
até 5 anos  
**TAEG 4,6%**



DECO PROteste

O Crédito Agrícola obteve o selo "Escolha Acertada" da DECO PROteste, na categoria Crédito Habitação no segmento taxa mista. Prémio atribuído em Novembro de 2024. Válido até Dezembro de 2025. Este prémio é da exclusiva responsabilidade da entidade que o atribuiu.

Condições de acesso ao prémio: Abertura e manutenção de Conta de Depósitos à Ordem sujeita à Política de Aceitação de Clientes. Limitado a jovens com idades compreendidas entre 18 e 35 anos.

Sem montante mínimo de abertura. Comissão trimestral de manutenção de conta Depósitos à Ordem Particulares de 15€. Contratação de crédito habitação para habitação própria e permanente com escritura efectuada. Sujeito a decisão de risco de crédito. Sujeito a preenchimento de declaração a mutuário. Válido para propostas submetidas entre o dia 3 de Fevereiro e 31 de Maio, com escrituras celebradas e assinadas até 31 de Agosto de 2025.

**TAEG de 4,6%**, calculada com base numa TAN de 3,450% (componente fixa de 2,600% + spread de 0,850%), fixa nos primeiros 5 anos do contrato, e TAN de 4,336% (Euribor 12M de 2,436% aplicável em Janeiro de 2025 + spread de 1,900%) no prazo remanescente, para um crédito de 170.000,00 €, a 30 anos, para 1 titular com 35 anos de idade, finalidade de aquisição de habitação com garantia de hipoteca, rácio financiamento/garantia de 80% e DSTI inferior a 20%, 60 prestações mensais de 758,64 € seguidas de 300 prestações mensais de 832,71 €. Inclui seguro de vida com prémio mensal médio de 26,97€ e seguro multirriscos com prémio mensal médio de 12,15€, encargos com registo de hipoteca no valor de 250€, análise no valor de 197,60€, avaliação no valor de 239,20€ e conversão de registo provisório em definitivo no valor de 52€. Isento de comissão de abertura no valor de 286€. MTIC de 311.172,50 €. A taxa de juro variável pode assumir valores negativos em função da evolução e da revisão do respectivo indexante.



Para mais informações:  
[creditoagricola.pt](https://creditoagricola.pt) | f @ t v in

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 € 321.405.715,00 (variável) Rua Castilho nº 233, 233 A, Lisboa.



## Centro Social e Paroquial de Calvão

A cultura desempenha um papel fundamental em todas as fases da vida, e isso não é diferente para os idosos. Com o envelhecimento da população mundial, é crucial entender como a cultura pode influenciar positivamente a vida das pessoas na terceira idade. A participação em atividades culturais pode proporcionar inúmeros benefícios, desde a melhora da saúde mental até o fortalecimento de laços sociais.

Assim, temos no nosso plano anual de atividades, algumas visitas no âmbito cultural. Pretendemos realçar a importância da cultura para os idosos e como ela pode contribuir para um envelhecimento saudável e ativo. Foram já realizadas algumas com os idosos das respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio domiciliário, nomeadamente:

### Sobre "Cantar as Janeiras, na comunidade"

Este ano fomos à rua, como manda a tradição, com a colaboração da prof. Liliana, levamos o canto e alegria dos idosos, junto da população, tendo estado presentes em vários locais da freguesia.



Esta atividade deu ainda lugar a um momento bonito de intercâmbio com alunos de uma turma do 5º ano. Assistiram ao momento os alunos da EB1 de Calvão, alunos do EMRC (2º ciclo) e



ainda alunos de Cidadania e Desenvolvimento do 7º ano.

### E o sonho continua...

Depois de ter estado no Programa de televisão "Praça da Alegria, em 2022, no âmbito do projeto Risoterapia /carrinha dos sorrisos, com a Associação Feliz Mais, o Sr. António Barroqueiro, pasteleiro de profissão durante mais de 40 anos, agora utente da resposta de Centro de dia, mais uma vez volta a realizar o seu sonho, tendo a oportunidade de fazer e ensinar aos seus colegas e todos os presentes a sua famosa receita de Pão de Ló.



A sua alegria estava estampada no seu rosto de felicidade e é disto que também o mundo é feito...pura engenharia da felicidade.



## Centro Social da Freguesia de Soza

### Pequenos Artistas Celebram o Dia dos Afetos com Criatividade e Partilha na Creche de Soza

Na Creche de Soza, o Dia dos Afetos foi celebrado com muita cor, criatividade e momentos especiais de partilha! Para tornar este dia especial, as nossas crianças exploraram diferentes técnicas de pintura com dedos e cotonetes para dar cor e alegria a lindos corações e peças de puzzle.

Primeiramente cada criança teve que identificar o seu coração, uma vez que este tinha a sua foto, após esta descoberta puderam assim torná-lo único e especial.

Foi uma atividade repleta de descoberta sensorial, onde os pequenos artistas puderam ter contacto com várias tintas e expressar os seus dotes artísticos ao mesmo tempo que desenvolviam a sua motricidade fina.

Após finalizarem os seus corações, estes foram trocados entre os colegas, simbolizando amizade, carinho, união e partilha, um conceito que se encontra

em desenvolvimento constante, por isso estimular gestos de partilha desde cedo é essencial para o crescimento emocional e social da criança.

O resultado? Muitos sorrisos, tanto da criança como do adulto que a acompanhou e corações cheios de cor e afeto que agora tornam a nossa sala mais acolhedora, cheia de amor e repleta de boas energias.

Além de decorarem a sala as crianças decoraram também uma vela, que puderam levar como lembrança para casa e tornar este dia mais especial.

A vela decorada pelas crianças teve como intuito dar mais "luz e brilho" ao coração dos pais que a receberam com um sorriso nos lábios.

Porque mais do que um simples dia, o Afeto deve ser celebrado todos os dias e a Creche de Soza orgulha-se em fazer por isso!



## O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

### Histórias do café S. Miguel que encerrou mais de meio século depois

Com 90 anos, José Carlos da Silva Dionísio fecha o café S. Miguel! Foi para a França com contrato de um ano, aos nove meses pagou-se dos restantes e veio abrir o café S. Miguel na rua Comendador Rodrigues da Silva na vila de Soza. Estava eu para contrair matrimónio quando já havia o café do Sr. José Moreira conhecido por José Alfredo. De lá para cá esse café passou por várias gerências e nomes sendo dos primeiros, Café Sozense, ao contrário do café São Miguel que agora fecha as portas, mais de meio século depois de abrir. Na conversa com o único gerente José Carlos, o mesmo admite não querer, nem por via de terceiros z



manter o negócio... por outro lado di também que o café era rentável só que a idade o impede de continuar. Teve inclusive a ajuda da esposa e duas filhas durante estes últimos anos, mas o tempo passa e tornou o fecho inevitável.

De início, por motivo do povo ser pouco, o Sr. José Carlos trabalhava no campo e só abria o café em certos momentos, um bocado na hora do meio-dia, e o seguinte pelas horas da noite. Quero lembrar várias coisas importantes relacionadas com este espaço de recreio: uma delas foi a vitória do campeonato do Sporting Clube de Portugal, ao fim anos de quase vinte anos de "fome", um pasteleiro morador em Soza, adepto do dito clube, ofertou ao café um bolo que viria a ser partilhado pelos adeptos "Sportinguistas" que celebravam aquela vitória; outra coisa, já falada por certas vezes em outros números do Eco de Vagos, que datam à segunda edição, da qual eu João Ferreira era proprietário e diretor: é a existência de duas Pereiras do tempo de Dona Maria I, a "Piedosa", hoje sobra uma, quase a morrer e já sem dar fruto, só se mantém de pé (a foto desta árvore bicentenária fará adorno a este artigo a par com uma

minha e do Sr. José Carlos, que mesmo juntando a idade ficamos aquém da dita árvore de fruto); por último, tendo eu sido dono de uma educada cadela chamada Fany, entrava no café com ela



tantas vezes, que todos a certa altura já todos os clientes a conheciam.

O mais curioso de tudo, é termos andado à procura da casa do Sr. José Carlos para o entrevistar, na viatura da minha primeira nora, Maria do Céu Matos. O meu neto, na primeira casa onde bateu à sorte achou, muito dado ao facto de eu saber mais ou menos onde era.

Sáimos da porta da casa do ex-gerente e fizemos-lhe a entrevista no dito café, o mesmo diz que ainda abre de vez em quando, para os antigos clientes jogarem às cartas. É com amizade que despeço de mais um número, fazendo votos de boas leituras.

João dos Santos Ferreira



01.02 Março 2025

# 4º Rali da Bairrada

01.02 Março 2025

**Sábado - 1 de março**

Partida	Tribunal de Vagos	20h15
Assistência A	Parque Pav. Municipal de Vagos	20h25
Super Especial Vagueira 1	Vagueira	21h00
Super Especial Vagueira 2	Vagueira	21h21
Assistência B	Parque Pav. Municipal de Vagos	21h45
Parque Fechado	Parque da Quinta do Ega	22h45

**Domingo - 2 de março**

Saída Parque Fechado	Parque da Quinta do Ega	10h00
Assistência C	Parque Pav. Municipal de Vagos	10h10
PEC 2 - Vagos PES 1		10h45
PEC 3 - Vagos ZIV 1		11h25
PEC 4 - Vagos PES 2		12h00
Reagrupamento	Parque Pav. Municipal de Vagos	12h30
Assistência D	Parque Pav. Municipal de Vagos	13h10
PEC 5 - Vagos ZIV 2		14h00
PEC 6 - Vagos PES 3		14h35
PEC 7 - Vagos ZIV 3		15h15
Assistência E	Parque Pav. Municipal de Vagos	15h35
Entrada Parque Fechado	Parque da Quinta do Ega	16h00
Cerimónia de Pódio	Tribunal de Vagos	16h40

