

Orçamento de 30 milhões para “pôr a casa em ordem”

Câmara afirma ter constrangimentos financeiros reais, que impedem execução de novas iniciativas. Prioridade é requalificar rede viária

PÁG. 5



ADOLESCENTES DESAFIADOS A UNIR A ARTE À PAZ

PÁG. 4



QUINTA DO EGA RECEBEU 1700 ALUNOS NO CORTA-MATO

PÁG. 6



CONCURSO LITERÁRIO JOÃO GRAVE JÁ ESTÁ EM MARCHA

PÁG. 4

ADRA INVESTE 690 MIL EUROS EM SANEAMENTO

PÁG. 5

EDITORIAL

A ria que temos (ou não) para oferecer

Chega a esta altura do ano e o epicentro do turismo instala-se em na capital, mais propriamente na Feira Internacional de Lisboa (FIL), onde decorre a Bolsa de Turismo de Lisboa (BTL). E, automaticamente, uma grande parte dos municípios e das comunidades intermunicipais portugueses rumam ali, para divulgarem o que de melhor o seu território tem para oferecer, a quem o quiser visitar – sejam turistas nacionais ou estrangeiros. Vagos não é exceção.

Logo no primeiro dia, 25 de fevereiro, o município marcou presença na apresentação do 2º Festival Moínhos de Portugal, que vai decorrer nos dias 11 e 12 de abril, tanto no concelho vaguense como em Agueda, Albergaria-a-Velha, Nelas e Sever do Vouga. Ao mesmo tempo, no Balcão da Região de Aveiro,

foram apresentadas experiências que o concelho de Vagos tem para proporcionar.

No meio de tudo, fico sempre com a sensação, quando falamos de turismo, de que uma das pérolas da região – a ria de Aveiro (e seus afluentes) – podia ser mais potenciada do que aquilo que é. E, neste caso, não me refiro apenas a Vagos, mas sim ao conjunto de municípios que constituem toda a nossa região.

Talvez pela proximidade que temos com o mar, às vezes – perdoem-me se estiver a ser injusta – a ria parece ser o “parente pobre”. Sustento de tantos, que nela alicerçam vidas de várias gerações familiares, espelho de água único, que embeleza a nossa paisagem, a ria e as suas águas perdem-se, depois, naquilo que poderíamos oferecer dela e que não

oferecemos. Tanto a quem vem de fora, visitar-nos, como mesmo a quem cá vive, todos os dias.

Tirando o centro da cidade de Aveiro, cujos canais são explorados ao máximo – talvez até, por vezes, em demasia – a nível turístico, fazer um passeio na ria, no resto da região, é uma atividade pouco facilitada. Temos marinas e ancoradouros, centenas de pessoas com embarcações próprias, mas pouco acesso àquelas águas para quem não tem em sua posse um barco, um caiaque ou uma prancha de stand up paddle, por exemplo. E mesmo em terra, nas margens, existe pouca oferta – como esplanadas ou espaços de lazer – para disfrutarmos do espelho de água que nos banha diariamente.



Já há exemplos, em vários municípios da região, de iniciativas que acontecem na ria – ou no rio Boco –, mas acho sempre que, querendo, teríamos potencial para mais. Para muito mais.

SALOMÉ FILIPE
DIRETORA DO JORNAL

EFEMÉRIDE

1ª Feira Agropecuária do Concelho «Vagos 87»

AMBIENTE FESTIVO. Muito público assistiu à inauguração oficial, dando assim uma nota festiva ao certame que tanto carinho mereceu, por parte dos organismos ligados à lavoura da região, e ainda da Câmara que apostou seriamente na divulgação da mostra regionalista. Presentes, para além do Governador Civil Sebastião Marques, subdiretor da Direção Regional da Agricultura Beira Litoral (representava o Secretário de Estado da Agricultura, impedido de comparecer à última hora), vice-presidente do município de Vagos Mário Pinho, presidente da assembleia municipal, Ana Maria Cerveira, presidentes das câmaras municipais do distrito e muitas entidades das forças vivas do concelho.

Depois da visita ao certame, que

apresentava para além de meia centena de expositores e mostras de artesanato, as entidades dirigiram-se ao salão nobre onde decorreu a sessão solene. Procurando dar as boas aos visitantes, o primeiro a usar da palavra foi o vice-presidente do município, em representava João Rocha ausente do estrangeiro. Segundo Mário Pinho, que referiu as iniciativas do atual executivo, levadas a cabo durante o mandato, a concretização da Feira vai “encher de esperança deste concelho cujas potencialidades se estendem pela agricultura, turismo, desporto e cultura, um do principal motor da riqueza deste concelho”.

PROBLEMAS DA LAVOURA. Falando o presidente da Cooperativa Agrícola de Vagos, João Simões Pandeirada, produziu rasgados elogios à primeira iniciativa

válida dos agricultores do município, que constituiu “um “trabalho de coragem, uma equipa de não sendo grande foi a suficiente para levar por diante uma realização tão importante. Sobre os problemas do agricultor falou, ainda, o subdiretor regional da Beira da Beira Litoral, Ramos Moura. Para o representante do secretário de Estado da Agricultura uma Feira agropecuária é sempre uma iniciativa “que enche de esperança um concelho tão promissor como Vagos. Porém “não deixou de salientar o problema da peripneumonia vem colocar um travão nesse desenvolvimento”.

NÃO PATERNALISTA. Encerrou a sessão o Governador Civil de Aveiro, que começou por congratular-se com a iniciativa dos agricultores de Vagos. Respondendo a críticas sobre a função

do governo e a eventual falta de apoios no setor da agricultura, Sebastião Marques consideraria que algumas reformas têm vindo a atrasar o desenvolvimento agropecuário que se pretende para o país. Contudo, segundo afirmou, o poder criativo do agricultor pode e deve substituir-se ao papel do estado, cuja intervenção não deve ser mais paternalista. Para o Governo Civil a vida económica do país terá de passar sem a intervenção do estado providência, cujas funções terão de ser mais amplas e menos intervencionistas. A Feira que registou durante os últimos dias grande número de visitantes, encerrou com a presença do Bispo de Aveiro, D. Manuel Almeida Trindade, Governador Civil e Presidente da Câmara e os deputados Carlos Candal (PS) e Horácio Marçal (CDS).

Eduardo Jaques

CONSULTÓRIO

Perigos escondidos em casa: como evitar intoxicações

As intoxicações em casa são mais frequentes do que se pensa e podem ocorrer em segundos, sobretudo em crianças e idosos. Segundo o Centro de Informação Antivenenos (CIAV), recebem cerca de 30 mil chamadas anuais, sendo que aproximadamente 30% envolvem crianças. A maioria das situações acontece no domicílio e está associada a produtos do dia-a-dia, como medicamentos, detergentes e lixívia.

A prevenção é essencial: mantenha os produtos potencialmente tóxicos fora do alcance das crianças, nomeadamente guarde os medicamentos e produtos perigosos em locais elevados e trancados, reduzindo a possibilidade de acesso. Guarde os produtos sempre nas embalagens originais e nunca misture produtos de limpeza (como lixívia com amoníaco), pois podem libertar gases perigosos. Evite tomar medicamentos à frente das crianças, pois estas tendem



a imitar comportamentos. Outros cuidados incluem ler as instruções de pesticidas antes de usar e nunca consumir cogumelos ou bagas que não saiba identificar com segurança.

Em caso de suspeita de intoxicação, procure ajuda médica ou contacte o CIAV (800 250 250). Pequenos gestos podem fazer toda a diferença na segurança de toda a família.

Ana Raquel Dias,
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, Eduardo Jaques, Lúcia Almeida, Filipa Pereira, Ana Raquel Dias, Vitorino Rocha, Joaquim Plácido, Catarina Resende, 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:** ecodvagos.pt

Design e Paginação Madideias.com | **Impressão** FIG - INDÚSTRIAS GRÁFICAS, SA . Rua Adriano Lucas, n.º 161 . 3020-265 Coimbra

Portugal Seguro

No dia 8 de fevereiro, entre as enxurradas, o país saiu à rua para, de forma clara, dizer o que queria e, também, o que não queria. Mais de três milhões e meio de votos escolheram o próximo Presidente da República: coberto de legitimidade, António José Seguro, um homem livre e sem amarras, a partir de 9 de março, passa a ser a primeira figura do Estado Português.

Numa altura em que o mundo funciona numa lógica de impulsos, de rapidez, de verdades fabricadas e de sprinters, os portugueses elegem um homem que é, em quase tudo, a antítese da atualidade.

Há onze anos, por altura do seu aniversário, partilhei publicamente a minha opinião sobre o homem que vai ser o Presidente da nossa República. Permito-me a recuperar algumas dessas palavras:

António José Seguro é um homem que defende, como poucos, aquilo em que acredita. Um homem que acredita em projetos coletivos, solidários e justos. Um homem forte, que prefere sempre a verdade, mesmo quando ela não lhe é rentável. Um homem digno, defensor da Democracia e da Liberdade e que respeita profundamente a vontade das maiorias.

Um homem que não tem medo de escolher os caminhos longos e difíceis, porque acha que nos atalhos se perde sempre consistência. Um homem convicto de que é imperativo deixarmos o mundo melhor do que o encontramos.

A mim, e a toda uma geração que com ele teve o privilégio de crescer, ensinounos que é preciso agir. Sairmos das nossas zonas de conforto e correremos atrás das nossas causas. Que nos ajudou a acreditar que as causas que valem mesmo a pena são as que têm gente dentro. Aprendemos também com ele que ridículo é ter medo de ser ridículo e que a lealdade e a solidariedade são a coluna vertebral da humanidade.

Nos próximos cinco anos, Portugal vai ter um Presidente da República que já provou que cair faz parte do caminho, mas que o importante é levantarmo-nos carregados de dignidade, regenerando sem perder a generosidade.

Com António José Seguro em Belém ganha nova força a ideia de um Presidente de TODOS os portugueses, porque ele é assim: vai à frente, abre caminho, mas sempre com um olho atrás, para que ninguém fique aquém.

Assim que, numa altura em que tantos desafios se colocam à Democracia, em que proliferam os discursos de ódio, e, para reinar, se aposta no uns contra os outros, Portugal escolheu o contraciclo. Um orgulho constatar, uma vez mais, que, em alturas cruciais, os portugueses são intransigentes e não colocam a soldo os valores fundantes do 25 de abril.

António José Seguro vai ter pela frente um mandato exigente. Mas o nosso Presidente, pela sua verticalidade e resiliência, não vai ceder. Vai defender enfaticamente tudo o que nos une e não se cansará de repetir que estamos uns para outros e que só assim, juntos e solidários, faremos frente à torrente individualista, sectária e persecutória que, mundo fora, tenta impor-se como padrão.

A capacidade de sentar, à mesma mesa, opiniões diferentes e de, de forma consistente, as fazer construir um chão comum não é de somenos nos tempos que se vivem e António José Seguro é o seu garante.

Desengane-se, porém, quem espera que, nos próximos cinco anos, de Belém venham purpurinas e holofotes. O homem que, a partir de 9 de março, será



o Presidente da República Portuguesa faz da discricção uma arma e está sempre disponível para dar palco aos outros, mesmo quando é ele o arquiteto da fundação.

Nunca como nos tempos que correm fez tanto sentido ter como Presidente da República um homem com o perfil de António José Seguro, que leva para Belém os valores da liberdade, da solidariedade e da fraternidade. Um homem genuíno e estruturalmente bom que garante, com sobriedade e solidez, em tempos de fragilidade e vulnerabilidade, um Portugal Seguro.

Bom mandato, Senhor Presidente da República.

Catarina Resende
Ilhavense (Ex Membro do Secretariado de AJS)

A1 colapsa, mas a porta giratória continua

Portugal é um país tão peculiar que até as suas prioridades têm prioridades. Podem cair pontes, abrir crateras nas autoestradas, fechar maternidades, colapsar serviços públicos, mas há uma infraestrutura que nunca falha, nunca avaria, nunca sofre cortes: a porta giratória que liga o poder político aos grandes interesses económicos. Essa, sim, é a obra-prima nacional. É o único equipamento público que não precisa de manutenção, inspeção ou concurso público. Funciona sempre. Funciona para todos os partidos. Funciona até para aqueles que juravam ser “antissistema” e que agora, com o apetite afinado, já comem no tacho do sistema com a mesma destreza dos veteranos. A reciclagem mais eficiente do país não está nos ecopontos, está na política. Portugal recicla mal plástico, pior vidro e quase nada de resíduos orgânicos. Mas quando se trata de reciclar políticos, somos líderes mundiais.

É o único setor verdadeiramente circular do país: entra-se pela política, sai-se pela empresa, volta-se pela fundação, regressa-se pelo gabinete, repete-se o ciclo até que o currículo fique tão polido que parece inox.

E o mais fascinante é que todos os partidos participam. Da esquerda à direita, passando pelos que se dizem “contra o sistema”, “anti casta”, “revolucionários”, “a voz do povo”. Bastou-lhes um cheirinho a tapete novo e a ar condicionado institucional para perceberem que afinal o sistema... até é confortável.

Os antissistema que descobriram o sabor do tacho.

Há uns anos, juravam que vinham “acabar com os privilégios”. Hoje, descobriram que os privilégios afinal são bastante agradáveis. Juravam que “não se vendiam ao sistema”. Hoje, o sistema nem precisou de os comprar — eles ofereceram-se. É vê-los a circular entre gabinetes, comissões, administrações e consultorias com a mesma fluidez dos veteranos. Afinal, a porta giratória não distingue ideologias. É inclusiva. É progressista. É transversal. É o único mecanismo verdadeiramente democrático do país: todos os partidos têm direito a rodar. A desculpa da inevitabilidade, o hino nacional não oficial.

Sempre que alguém ousa questionar esta dança, lá vem a frase feita: “Num país pequeno, é inevitável”. Inevitável é a nortada na costa, não a promiscuidade entre quem decide e quem lucra. Mas a frase cola, porque dá jeito. É o escudo perfeito para quem prefere a porta giratória à porta da rua.

A verdade é simples: não é inevitabilidade, é conveniência. E conveniência bem oleada, com amortecedores hidráulicos e tapete vermelho. O país real paga a conta, até o pacote premium da Sport TV.

Enquanto o cidadão comum luta com salários curtos, serviços exaustos e promessas que nunca chegam ao terreno, há sempre espaço no orçamento para pequenos luxos simbólicos.

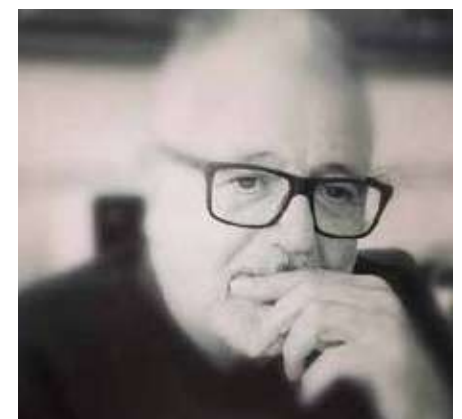
É aqui que entra a imagem perfeita da nossa política: a ideia de uma Sport TV instalada na residência oficial, paga pelos contribuintes.

Não interessa se é mito urbano, exagero ou metáfora — interessa o que representa. Interessa o retrato de um país onde o contribuinte paga a conta e o poder desfruta do pacote premium. Porque, no fundo, a Sport TV não é um canal. É um símbolo. Um símbolo de um Estado que exige sacrifícios ao povo enquanto mantém os confortos de quem governa. A economia circular das elites — sempre a girar, sempre a subir.

O país assiste, impotente, ao desfile dos mesmos nomes por gabinetes, empresas públicas, consultoras, concessionárias e fundações. É um carrossel de elite: gira sempre, mas só para alguns. Hoje fazem leis, amanhã beneficiam delas. Hoje regulam, amanhã são regulados. Hoje defendem o “interesse público”, amanhã defendem o “interesse do acionista”.

E tudo isto com a naturalidade de quem troca de camisa.

O cidadão comum? Esse continua a preencher formulários, a esperar meses por respostas, a pagar taxas que se multiplicam como cogumelos. O silêncio cúmplice, o cimento que mantém tudo de pé ou quase tudo? O mais impressionante não é a existência das portas giratórias. É o silêncio. O silêncio cúmplice, confortável, quase institucionalizado. Os partidos evitam o tema. As empresas agradecem o talento



reciclado. Os comentadores encolhem os ombros. E o cidadão comum, cansado, resignado, já nem se indigna, apenas constata. É este silêncio que mantém o sistema vivo. É este silêncio que permite que tudo continue igual. É este silêncio que transforma a exceção em regra. Enquanto a porta gira suavemente para os mesmos de sempre, o resto do país leva com a ventania. Uma ventania que nunca sopra para dentro das salas de conselho, onde o ar é climatizado e a vista é panorâmica. A porta giratória não é apenas um símbolo. É o verdadeiro brasão nacional: elegante, silenciosa e sempre pronta a devolver ao interior os mesmos rostos satisfeitos. Pode cair um troço da principal autoestrada do país.

Pode ruir uma ponte. Pode fechar um serviço essencial. Mas as portas giratórias estão sempre com inspeções em dia.

Joaquim Plácido

O Mundo “é a casa” do concurso literário deste ano

Iniciativa promovida pela Câmara, em parceria com a Rede de Bibliotecas de Vagos, compreende as modalidades de escrita e de poesia. Inscrições terminam a 15 de maio

De forma a desafiar a comunidade a refletir, através da escrita, sobre pertença, comunidade e lugar no Mundo, “O Mundo é a minha casa” é o tema da edição deste ano do Concurso Literário João Grave, promovido pela Câmara Municipal, em parceria com a Rede de Bibliotecas de Vagos. Cinco das seis categorias são destinadas a crianças e jovens em idade escolar, mas há uma, também, para munícipes com mais de 18 anos. “O concurso tem como finalidade incentivar a criação e a divulgação literária em língua portuguesa”, explicou a autarquia, em comunicado, frisando que pretende, com esta edição, “consolidar competências de utilização eficaz da palavra escrita, estimular o envolvimento efetivo da população e promover diferentes vertentes literárias, valorizando as múltiplas formas de expressão escrita”. Os trabalhos a concurso podem ser apresentados em prosa ou em poesia.

Há seis categorias a disputar, das quais sairão os vencedores: 1º ciclo, 2º ciclo, 3º ciclo, ensino secundário, alunos com Currículo Específico Individual (CEI) – essas cinco, destinadas à comunidade escolar – e munícipes maiores de 18 anos. A Câmara frisou, ainda, que, no caso da categoria CEI, “o regulamento prevê mecanismos de participação inclusiva, permitindo a elaboração de trabalhos com recurso a Sistemas de Comunicação Alternativa e através do dispositivo didático ‘Ditado ao Adulto’”.

Nas categorias destinadas aos alunos das escolas vaguenses, o 1º lugar de cada uma corresponde a um prémio de 200 euros, sob forma de vale para aquisição de material literário, audiovisual ou eletrónico, patrocinado pela Caixa de Crédito Agrícola Mútuo de Vagos. Aos segundo e terceiro lugares serão entregues, respetivamente, 150 e 50 euros, atribuídos pela Câmara. Na categoria F, para maiores de 18, haverá um prémio único, no montante de 300 euros.

A Câmara realçou que, nesta edição, “serão atribuídas menções honrosas a todas as escolas que integrem alunos

participantes”, cujos prémios “constarão de uma surpresa e ainda de um conjunto de livros, no valor de 50 euros” – patrocinados pela Costa Verde.

Os trabalhos podem ser submetidos a concurso até às 23.59 horas do dia 15 de maio, por via eletrónica (concursojoaograve@cm-vagos.pt), em formato PDF. E, no assunto do e-mail, devem constar o pseudónimo dos autores e o título do texto. A “adequação ao tema, originalidade, criatividade e organização/composição” serão os critérios a ter em conta pelo júri. E “o concurso aceita apenas trabalhos inéditos e prevê a desqualificação em caso de plágio, cópia, uso indevido de obras conhecidas ou recurso a Inteligência Artificial”. Após a deliberação dos jurados, haverá uma cerimónia de entrega dos prémios, que acontecerá antes do final do ano letivo, mas ainda em data a divulgar pela autarquia. O regulamento do concurso está disponível no site da Câmara.

“Grandes escritores”

Ainda no campo literário, a Biblioteca Municipal de Vagos lançou a iniciativa anual “Aniversário de Grandes Escritores”, em que convida a população a celebrar a vida e o legado de diversos autores consagrados, lendo as respetivas obras. Assim, ao longo de todo o ano, vão ser destacadas as datas de nascimento de autores que marcaram a história da literatura, colocando obras dos mesmos em realce.

“O objetivo desta atividade regular não é apenas assinalar uma data no calendário, mas sim despertar o encontro entre o leitor e o livro”, refere a autarquia. “A promoção desta iniciativa aposta numa forte presença digital, através do Facebook da Biblioteca Municipal, onde serão partilhados destaques e curiosidades, sem descurar a divulgação presencial, no interior da biblioteca”, explica, ainda, a Câmara. Outro dos objetivos é que os munícipes conheçam “novos géneros, épocas e estilos literários”.

S.F.

Detido por suspeitas de violar a mulher

Homem de 42 anos ficou em prisão preventiva, após ser levado pela Polícia Judiciária

Um homem, de 42 anos, foi detido pela Polícia Judiciária de Aveiro, este mês, por suspeitas de ter violado a própria mulher, em duas ocasiões distintas, na moradia do casal, em Vagos. A detenção foi divulgada no dia 16 e, de acordo com as autoridades policiais, os crimes terão acontecido no decurso deste mês, “em dois dias distintos”.

Em comunicado, a Polícia Judiciária adiantou

que “o agora arguido teria já, anteriormente, atuado num quadro de episódios compatíveis com o crime de violência doméstica”. Depois de a conduta ter sido descoberta, o homem acabou detido e foi apresentado às autoridades judiciais da Comarca de Aveiro, para primeiro interrogatório judicial, vindo ser-lhe decretada a medida de coação mais gravosa: prisão preventiva.

S.F.

Museu do Brincar representado em congresso internacional



O Museu do brincar, tutelado pelo município de Vagos, participou no I Congresso Internacional sobre o Brinquedo, que decorreu, nos dias 6 e 7 de fevereiro, em Ponte de Lima. “Brinquedo, Património e Identidade Cultural: vínculos de história e de memória coletiva” foi o mote do encontro, com o Museu do Brincar a apresentar com uma intervenção denominada “Brincar como Património”. O objetivo, de acordo com a Câmara, foi demonstrar o museu como “um espaço vivo, onde o património lúdico é preservado, interpretado e vivido, através de exposições e atividades educativas, [...] ligando passado, presente e futuro”.

S.F.

A arte para promover a paz

Concurso promovido pelo Lions Clube de Vagos desafiou alunos, dos 11 aos 13 anos, a expressarem-se artisticamente, em prol de um bem maior

Adolescentes dos 11 aos 13 anos foram convidados a expressar, através da arte, o significado da paz. Numa iniciativa promovida pelo Lions Clube de Vagos, o concurso “Cartaz da Paz” teve como tema, na edição deste ano, “Juntos Somos Um”. A exposição dos cartazes submetidos a concurso encontra-se, agora, patente na Biblioteca Municipal, local onde decorreu, a 19 de fevereiro, a entrega de prémios e de certificados aos participantes.

Graça Gadelho, vereadora com o pelouro da Cultura da Câmara de Vagos, na cerimónia de entrega de prémios, apelidou as gerações mais jovens de “influencers da paz”, reforçando também a importância do compromisso da comunidade educativa e das instituições locais na promoção de valores como a paz, a união e a solidariedade.



Integrada no concurso internacional “Cartaz sobre a Paz”, uma iniciativa do Lions Clubs Internacional com quase quatro décadas de existência, os alunos do 6º e 7º anos foram convidados a imaginar o que é possível acontecer quando um grupo diversificado de pessoas se une em torno de uma causa ou de um objetivo comum.

Além do Lions Clube de Vagos, o concurso contou com a parceria do Agrupamento de Escolas de Vagos, do Colégio Nossa Senhora da Apresentação, de Calvão, e da Câmara Municipal. A cerimónia final contou, também, com a presença de professores e dos familiares dos jovens artistas.

S.F.

Câmara quer “reequilibrar finanças” ao longo deste ano

Orçamento Municipal é de 30 milhões de euros, menos dois do que no ano passado. Autarquia assume redução de despesas com eventos e com o quadro de pessoal

A Câmara de Vagos pretende, ao longo deste ano, reequilibrar as suas finanças. É esse o principal objetivo plasmado no Orçamento Municipal de 2026, aprovado pelo executivo, no final de janeiro, e pela Assembleia Municipal, a 20 de fevereiro. No total, o Orçamento ronda os 30 milhões de euros – menos dois milhões do que no ano passado –, prevendo receitas e despesas na mesma ordem de valores. Para isso, está prevista a redução da despesa corrente dos custos de funcionamento da própria Câmara – incluindo reorganização do quadro de pessoal – e a diminuição do investimento em eventos.

O executivo municipal realça que “2026 arranca com constrangimentos financeiros reais: dívida vencida elevada, encargos mensais com juros significativos e despesas de funcionamento e compromissos transitados que comprimem a margem de manobra”. “Este contexto limita o lançamento imediato de novas iniciativas de grande impacto financeira”, justificou a Câmara, que tem uma dívida de 11,6 milhões de euros. Rui Cruz, líder do município, realçou, na Assembleia Municipal, que “a dívida é relativamente baixa”, mas que “o que é bastante elevada é a despesa corrente – transferências, subsídios, eventos e pessoal –, o que faz com que a soma das duas, da dívida e da despesa de funcionamento, seja quase o total da receita, deixando uma margem muito curta” para grandes investimentos.

Por isso, ficam de fora do Orçamento e Grandes Opções do Plano de 2026 empreitadas como a ligação da Zona Industrial de Vagos à A17. “Falta o mais importante, que é o financiamento da obra. Enquanto não o assegurar, não me atrevo a metê-la aqui. Prefiro vir à Assembleia, as vezes que forem necessárias, alterar o Orçamento, do que colocar em causa do equilíbrio financeiro da autarquia”, deixou claro Rui Cruz, após ser acusado pelos partidos da oposição de falta de

investimentos avultados no município.

“A política autárquica mede-se pela capacidade de transformar dificuldades em rumo. E é precisamente isso que este Orçamento faz: põe a casa em ordem para libertar o futuro. Não é um Orçamento de resignação. É um Orçamento de reposicionamento – para recuperar a credibilidade, abrir o mercado municipal a mais concorrência e melhores preços e criar condições para que o investimento volte a ganhar escala”, esclareceu a



Câmara, em comunicado, após aprovar o documento.

Investimentos

Segundo a autarquia, “2026 será um ano de priorização e preparação forte da requalificação da rede viária”, uma vez que os munícipes e os serviços “não podem continuar dependentes de remendos pontuais”. Estão previstas “intervensões

essenciais e calendarizadas onde a degradação é mais crítica”, o “planeamento técnico e priorização transparente, para garantir que se intervém onde é mais urgente e útil”, e, ainda, a “captação de financiamento externo”, junto de fontes como Portugal 2030, Orçamento do Estado, Plano de Recuperação e Resiliência e outros instrumentos.

Reduzir a fatura dos juros é um dos objetivos para este ano, assim como

custos de exploração muito acima dos proveitos”. Está previsto, por isso, um aumento das taxas de recolha de resíduos, para subir as receitas. De acordo com o documento aprovado, em 2026, relativamente às taxas e tarifas da recolha e tratamento de resíduos sólidos urbanos, conta-se com 1,3 milhões de euros. Mas o município estima gastar 2,6 milhões com limpeza e higiene, “onde são contabilizadas as despesas com a recolha e tratamento de resíduos urbanos e biorresíduos e com a limpeza urbana”. “A autarquia não pode continuar a acumular défices absurdamente elevados”, lê-se no Orçamento.

De empreitadas para este ano a Câmara antecipa a conclusão da obra do Palacete Visconde de Valdemouro, a requalificação da pista de atletismo e a remodelação da Casa Gandaresa. Para a cultura, estão afetos 412 mil euros, que incluem a organização das Marchas Populares, da FAAVA e apoios a instituições. O turismo conta com uma dotação de 806 mil euros, com a realização de eventos já assumidos como o Vagos Sensation Gourmet e o Vagos Metal Fest, assim como atividades no Verão relacionadas com a época balnear.

No campo das receitas, a receita fiscal orçamentada ascende a 7,48 milhões de euros, entre os quais 4,1 milhões provenientes do IMI (cuja taxa está fixada nos 0,4%) e 1,785 milhões de Imposto Municipal sobre as Transações Onerosas de Imóveis (IMT), entre outras.

Rui Cruz, em Assembleia Municipal, frisou que o Orçamento pretende “preparar o município para o novo ciclo de investimentos que se avizinham” e que “obras grandiosas só serão incluídas quando houver financiamento para esse efeito”.

S.F.

AdRA investe 690 mil euros para beneficiar 400 vaguenses

Construção de nova rede de águas residuais já arrancou e vai servir Lombomeão e Vagos

A AdRA – Águas da Região de Aveiro anunciou, este mês de fevereiro, o início de uma empreitada de construção de um novo sistema de drenagem de águas pluviais, que servirá Lombomeão e Vagos. De acordo com a empresa, o investimento, que ronda os 690 mil euros, “permitirá o encaminhamento dos efluentes domésticos para a rede já existente, garantindo o serviço a uma população estimada de 400 habitantes, o que representa uma cobertura próxima dos 100% da população destas localidades”.

A obra em curso contempla a construção de 3,65 quilómetros de rede, a instalação de 83 “câmaras de visita” e a execução de 121 ramais domiciliários. Ao mesmo

tempo, assegura as condições necessárias para que as habitações e empresas abrangidas se liguem à rede existente e prevê, também, a construção de duas estações elevatórias.

De acordo com a AdRA, o investimento vai permitir “a ligação de 121 novos clientes à rede pública de saneamento, constituindo mais um contributo significativo para a sustentabilidade ambiental, a valorização do território e a melhoria do bem-estar das populações”. A obra – que é da responsabilidade da empresa, apesar de estar a ser desenvolvida em colaboração com a Câmara – tem um prazo de execução de cinco meses.

S.F.

Rua de Cantanhede reaberta ao trânsito



A rua de Cantanhede, junto ao Santuário de Nossa Senhora de Vagos, esteve interdita ao trânsito durante alguns dias, na sequência da queda de uma árvore de grande porte, provocada pelo mau tempo. A circulação acabaria por ser reaberta a 14 de fevereiro e a Câmara anunciou que, no âmbito dos trabalhos realizados, “as árvores que apresentavam potencial perigo foram podadas a uma altura que permite controlar o seu crescimento, através de podas regulares, reforçando as condições de segurança da via”.

S.F.

Mau tempo beliscou, mas não parou a Festa do Boco

Festejos em honra de Santo Inácio de Antioquia, Sr^a das Candeias e S.Brás decorreram de 30 de janeiro a 7 de fevereiro

A Aldeia do Boco acolheu, entre os dias 30 de fevereiro e 7 de fevereiro, a Festa em Honra de Santo Inácio de Antioquia, Sr^a das Candeias e S.Brás. E apesar de o mau tempo ter obrigado ao cancelamento de algumas das iniciativas – como a procissão das velas e os jogos tradicionais –, a maior parte dos festejos não sofreu alterações. O evento, organizado pela Comissão de Festas do Boco, inseriu-se no Plano de Valorização da Aldeia do Boco, no âmbito das Aldeias de Portugal.



Do programa constaram atividades religiosas e lúdicas, mas as condições atmosféricas que se fizeram sentir naqueles dias impediram a realização, por exemplo, dos jogos tradicionais e do jogo entre casados e solteiros, que estavam agendados para o dia 7.

A Festa de Santo Inácio tem tradição no Boco, sendo a época em que se fazia o “Carneiro de Santo Inácio”, uma chanfana tradicional daquela que agora é uma Aldeia

de Portugal. A iguaria era apenas confeccionada nos dias de festa e preparada muito cedo, em forno a lenha. A mesa também não faltava a Broa Mimosa – conhecida como Broa da Festa –, com farinha de trigo e milho proveniente das moagens das Azenhas do Boco.

S.F.

Corta-mato escolar contou com 1700 alunos do distrito

Jovens provenientes de 57 escolas competiram na Quinta do Ega, depois de a primeira data do evento ter sido adiada devido ao mau tempo

O dia 3 de fevereiro estava agendado para ser aquele em que se iria realizar o Corta-Mato Escolar – Fase CLDE de Aveiro, na Quinta do Ega. Mas as intempéries sentidas em todo o território nacional, incluindo o município vaguense, obrigaram ao adiamento da data. Por isso, no dia 20, cerca de 1700 alunos, oriundos de 57 estabelecimentos de ensino do distrito, viajaram até Vagos, para competirem numa iniciativa onde reinou o entusiasmo e o fair play.



À semelhança dos anos anteriores, a prova abrangeu os escalões etários de Infantis A, Infantis B, Iniciados e Juvenis, tanto no género feminino como no masculino. A Câmara, parceira do evento, sublinhou o facto de a iniciativa promover “a prática desportiva entre os mais jovens”, reforçando “o papel do desporto escolar, na formação integral dos nossos alunos”.

A organização ficou, como habitual, a cargo do Desporto Escolar, que contou com a presença dos Bombeiros Voluntários de Vagos e com a Proteção Civil Municipal, que certificaram a segurança do evento.

S.F.

BREVES

CARNAVAL . O Museu do Brincar celebrou o Carnaval, a 13 de fevereiro, com um baile que teve início ao final da tarde, uma oficina “Lança Confetis” e a manutenção do espaço aberto até às 20 horas. Ao mesmo tempo, para todos os que se deslocaram ao museu mascarados, a entrada foi gratuita.

MAU TEMPO . Um morador de Vagos sofreu ferimentos graves, ao cair de um telhado, quando estava a ajudar a reparar a casa de vizinhos, na sequência dos estragos causados pelas tempestades. O acidente aconteceu durante o período de intempéries, com a vítima a ter sido internada nos cuidados intensivos, com

diversas fraturas, apesar de não correr perigo de vida e de já se encontrar a recuperar.

ELEIÇÕES . António José Seguro, eleito presidente da República na segunda volta das eleições presidenciais, também alcançou o primeiro lugar, em Vagos, com

55,70% dos votos. No município vaguense, apesar da curta margem que o separou do segundo candidato, André Ventura, Seguro conseguiu contrariar, à segunda, os resultados alcançados no primeiro sufrágio, quando ficou em quarto lugar.

S.F.

Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense



1860 – 2026: 166 anos de Música, por Vagos

RAPSÓDIA DE SOPAS DA FILARMÓNICA VAGUENSE

DIA 14 - a partir das 19h00

Inicialmente marcada para o passado dia 24 do primeiro mês do ano, esta atividade gastronómica vai ter lugar na Casa dos Arcos, Santo António de Vagos. Para além de um variado buffet de sopas também poderemos degustar bifanas, petiscos e sobremesas, acompanhadas por bebidas diversas. Será mais uma oportunidade de ajudarmos a nossa Filarmónica a adquirir uma carrinha para o transporte de instrumentos para os serviços musicais. Esperamos todos que, nesta nova data, a natureza esteja do nosso lado!...

CONVOCATÓRIA DA ASSEMBLEIA-GERAL DA F. VAGUENSE

DIA 20, pelas 20h30

Na sede da Associação, Edifício CER, 3º, em Vagos, com a seguinte ORDEM DE TRABALHOS

- Ponto 1 - Apresentação, discussão e votação do Relatório e da Conta de Gerência de 2025 e respetivo Parecer do Conselho Fiscal.

- Ponto 2 - ELEIÇÃO DOS ÓRGÃOS SOCIAIS DA FV PARA O BIÉNIO 2026 A 2028

- Ponto 3 - outros assuntos de interesse

Nos termos do art. 35, nr. 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.

CONCERTO DE PÁSCOA PELA BANDA VAGUENSE

DIA 28, pelas 21h00

A Banda Vaguense vai levar a efeito um Concerto, numa Igreja do concelho de Vagos (ainda a designar).

A Direção da FV pretende, mais uma vez, descentralizar a cultura musical que só a nossa Banda sabe proporcionar, indo ao encontro de novos públicos mais afastados da sede concelhia.

SEMANA SANTA 2026

A Banda Vaguense vai estar envolvida nas cerimónias da Semana Santa, tal como vem sendo habitual desde a sua criação (no já longínquo ano de 1860, pelo Prior João de Miranda Ascenso).

Assim, os serviços que nos foram solicitados são:

- Dia 08, Domingo, Procissão do Sr. dos Passos de Soza

- Dia 15, domingo, Procissão do Sr. dos Passos de Ouca

- Dia 21, sábado, Procissão da N^{ra} Sr.^a da Soledade de Vagos

- Dia 22, domingo, Procissão do Sr. dos Passos de Vagos

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

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

José A. Almeida

ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 95 . FEVEREIRO 2026

Tem a Palavra a Mesa É URGENTE...

Há poucos dias foram comemorados na nossa Santa Casa os 35 anos de vida do ERPI - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

Nessa comemoração foram, em boa hora, lembradas as 14 Obras da Misericórdia: sete Corporais e outras sete Espirituais.

Foi muito oportuno tal momento, pois que a velocidade da nossa vida nos empurra para o esquecimento e o nosso dever de ajudar e cuidar dos que mais precisam, quantas vezes ficam pela vontade de...

De todas essa Obras da Misericórdia, duas delas chamam-me neste instante a atenção, como que exigindo alguma reflexão. São elas "Dar pousada aos peregrinos" e "Assistir aos enfermos".

Todos nós nesta vida somos "Peregrinos", com um "caminho mais longo" ou quantas vezes de "pequena distância", por causas naturais ou por acontecimentos inesperados, alguns de grande violência e sofrimento.

Também nós, algures na nossa vida somos "Enfermos", e então esperamos cuidados mais diferenciados.

Porém, logo que as nossas adversidades sejam ultrapassadas, voltamos ao dia a dia da vida, e os outros já não são tão lembrados.

Na semana passada, um jornal da nossa região, e passo a citar: "Há um milhão de pessoas a viver sozinhas em Portugal". Este número assusta mesmo.

Quantos deste milhão se encontram privados dos cuidados mais básicos? Por esta razão, digo eu que É URGENTE fazer um pouco mais ou mesmo muito mais pelos nossos irmãos carentes de tudo, ou simplesmente esperando uma palavra de conforto.

Quantas vezes nos deixamos arrastar pela vaidade pessoal ou pelo elogio público?

Seremos SEMPRE capazes de fazer mais, assim o queiramos fazer.

Tenhamos a coragem e o arrojo, de entender a mão a quem nos possa ajudar a construirmos algo mais pelos que nos rodeiam, pelos que esperam uma cama e os nossos cuidados, pois eles já não são capazes de se valerem



a si próprios, nem encontram amigos ou mesmo familiares que sejam caridosos para com eles.

Tenho plena consciência que na Santa Casa da Misericórdia de Vagos reina a vontade de muito mais se fazer. Os meios, sobretudo os financeiros, faltam, mas nem por isso baixamos os braços, e continuamos a pressionar os governantes, todos eles, para nos ajudarem a ajudar os outros.

Um grande abraço.

Vitorino Moreira Rocha
Mesário

"Faz de conta..."

O brincar ao faz de conta é uma das formas mais ricas e naturais de expressão na infância. Através da imaginação, a criança transforma objetos simples em mundos cheios de significado: uma caixa pode ser um castelo, uma colher torna-se uma varinha mágica e um sofá transforma-se num navio pirata. Nesse espaço simbólico, tudo é possível, e é precisamente essa liberdade que favorece o desenvolvimento emocional,

Além disso, o brincar imaginativo estimula a criatividade. Ao inventar histórias e cenários, a criança desenvolve a capacidade de pensar de forma flexível e original. Essa habilidade acompanha-a ao longo da vida, ajudando-a a enfrentar desafios com mais confiança e inovação. O fantasiar também fortalece a linguagem, pois ao narrar as suas aventuras ou dialogar com personagens imaginárias, amplia o vocabulário e a expressão verbal.



social e cognitivo. Quando a criança fantasia, ela não está apenas a divertir-se, está a experimentar papéis, a compreender o mundo e a dar sentido às suas vivências. Ao fingir que é médica, professora, astronauta ou super-herói aprende a resolver problemas, a comunicar, a cooperar e a lidar com sentimentos como medo, alegria ou frustração. O faz de conta funciona como um ensaio da vida real, um lugar seguro onde pode errar, tentar novamente e criar novas soluções.

Mais do que um simples passatempo, o faz de conta é uma necessidade essencial da infância. É através dele que a criança constrói a sua identidade, explora emoções e aprende a relacionar-se com os outros. Valorizar esse tipo de brincadeira é reconhecer a importância do imaginar como caminho para crescer, compreender e mundo e, acima de tudo, ser criança.

CENTRO INFANTIL

Winter gourmet

Durante o mês de janeiro, a ERPI assinalou o Dia do Queijo e o Dia do Vinho do Porto com a realização de atividades degustativas dirigidas aos seus residentes, promovendo momentos de convívio e estimulação sensorial.



As iniciativas tiveram como principal objetivo incentivar a socialização e o bem-estar dos idosos, ao mesmo tempo que estimularam os sentidos do paladar e do olfato. Através da prova de diferentes sabores e aromas, os participantes foram convidados a reviver memórias, partilhar experiências e interagir num ambiente descontraído e acolhedor.

Segundo a equipa técnica, estas atividades assumem um papel importante na promoção do bem-estar, contribuindo para a estimulação cognitiva e emocional dos residentes. O envolvimento e a boa disposição demonstrados ao longo das sessões reforçam o impacto positivo destas iniciativas no quotidiano da ERPI.



A instituição mantém, assim, o seu compromisso em desenvolver atividades significativas que promovam o envelhecimento ativo, o bem-estar e a participação social dos seus residentes, através da partilha de momentos verdadeiros.

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

20 de fevereiro- Dia do Acolhimento

Desde 2022, por iniciativa da PAJE, passou a celebrar-se, na terceira sexta-feira do mês de fevereiro, o Dia do Acolhimento (institucional), em Portugal. Esta celebração já acontece noutros países. Em 2026, assinalou-se no dia 20 de fevereiro.

O Dia Internacional do Acolhimento Familiar já era comemorado anualmente a 31 de maio, valorizando e reconhecendo a importante função das famílias que acolhem crianças e jovens que, por alguma razão, temporariamente, não podem estar com as suas famílias biológicas. No entanto, em Portugal, só agora começam a surgir famílias de acolhimento comprometidas em oferecer um lar seguro a crianças e jovens em situação de risco ou vulnerabilidade. Para dar resposta às situações de crianças e jovens em risco, sem retaguarda familiar, o Estado Português apostou até aqui sobretudo no acolhimento institucional. Por isso, existem cerca de 6.000 crianças e jovens acolhidos em instituições, ao abrigo de medidas de promoção e proteção aplicadas por um Tribunal de Família e Menores ou por uma Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ). Acreditamos que, nos próximos anos, estes números poderão diminuir e aproximar-se dos padrões europeus. Até lá, faz todo o sentido que as Casas de Acolhimento de todo o país assinalem a data, celebrando o Dia do Acolhimento promovido pela PAJE.

A PAJE é uma associação, com sede em Coimbra e de âmbito nacional, que realiza um trabalho notável no apoio a jovens (ex-)acolhidos, dando suporte a dezenas de jovens adultos com historial de acolhimento. Ajuda-os na integração na sociedade, facilitando processos, apoiando na procura de soluções, formação ou trabalho, e garantindo transições mais favoráveis para uma vida autónoma quando, aos 18 anos, muitas vezes movidos pela ânsia de independência, se precipitam para experiências para as quais não estavam preparados.

Celebrar o Dia do Acolhimento na nossa CAR foi uma forma de as jovens tomarem consciência e trazerem à discussão os desafios que foram, e ainda são, os seus percursos de acolhimento, ajudando-as a projetar a sua saída de forma menos ansiosa.



No dia 20, quando acordaram para dar início a mais um dia de escola, foram surpreendidas de uma forma que consideramos simbólica da nossa casa enquanto espaço que acolhe e mima. Receberam um pijama quentinho para as noites frias e puderam aconchegar o estômago com um pequeno-almoço digno de hotel — não faltaram os sumos de fruta, os croissants, os ovos mexidos, os bolos e a fruta.

Difícilmente alguma jovem deseja o acolhimento, mas este, quando acontece, pode tornar-se positivo e impactante pelas boas memórias e experiências vividas ao longo do processo. Mesmo com a mudança de paradigma em curso, continuamos a acreditar que somos capazes de semear para o futuro!

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Se um dia tiver demência...

Este mês o nosso artigo transformou-se numa nota para ter no seu frigorífico. Na tentativa de calçarmos os sapatos de alguém com demência, deixamos uma lista de desejos que consideramos fundamentais e que achamos que alguém com demência quer que se tenha em conta.

Se um dia eu tiver demência...

- ... quero que todos vocês aceitem a minha realidade;
- ... sempre que entrarem na sala anunciem-se com um carinhoso: "Olá, mãe" (por exemplo), nunca perguntem "sabes quem eu sou?", isso só me deixará confusa e ansiosa;
- ... e se acreditar que o meu cônjuge ainda está vivo, ou que vamos jantar com os meus pais, deixem-me acreditar, assim serei mais feliz;
- ... não discutam comigo sobre o que é real para mim e o que é real para vocês;
- ... e se eu não souber exatamente quem vocês são, não levem a mal, a minha memória já não segue a linha do tempo como antes;
- ... e já não souber cozinhar, não me excluam logo, eu ainda posso colaborar em algumas tarefas como lavar os legumes, descascá-los ou mesmo trazê-los até vocês;
- ... e estiver triste ou ansiosa, dêem-me a vossa mão e ouçam-me com calma;
- ... não quero ser tratada como uma criança, falem comigo como o adulto que sou;
- ... ajudem-me a continuar a desfrutar das coisas que sempre gostei, mesmo que seja de uma forma diferente;
- ... peçam-me para contar histórias do meu passado e escutem-nas, isso ajuda-me a sentir-me ligada à vida;
- ... estiver agitada, tentem perceber o que me está a incomodar, antes de se zangarem;
- ... tratem-me como gostariam de ser tratados se estivessem no meu lugar;
- ... nunca falem de mim como se eu não estivesse presente;
- ... e não conseguirem cuidar de mim 24h por dia, não se sintam culpados, fizeram o vosso melhor. Procurem ajuda ou um lugar, onde eu possa viver com dignidade;
- ... e viver num lar, visitem-me sempre que puderem. A vossa presença faz toda a diferença;
- ... e trocar nomes, locais ou datas, não se irritem, respirem fundo, eu não o faço de propósito;
- ... não me excluam de festas ou reuniões de família. Eu continuo a precisar de sentir que pertenço;
- ... continuo a gostar de abraços e apertos de mão;
- ... acima de tudo lembrem-se que eu continuo a ser a mesma pessoa que sempre conheceram e amaram.

PROJETO MEMORIZAR



Rua Direita, S/Nº
VAGOS - 3840-346 SALGUEIRO - SOSA
Telefone 234 942 719 / 20 | Fax 234 942 679
(Chamada para a rede fixa nacional)

Vinho do Porto

Um bom vinho faz-se com certas condições naturais: sol, pedra, terra e água. A natureza oferece o sol e o xisto, mas também um calvário, como disse Miguel Torga - "um drama feito de carne e sangue".

Das encostas, fizeram degraus e escadarias, do calor e da secura fizeram vinho. Lutaram contra a doença, a filoxera das videiras e o paludismo dos homens. Fruto da natureza, é certo, mas tudo no vinho do Porto é humano. Hoje, há o vinho tratado, fino e generoso. O outro, de mesa é a companhia, como ficou conhecida, pelo ministro do rei D. José, o Marquês de Pombal.

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



12.12
2025
14.03
2026



**TODAS AS
IMAGENS SÃO
PINTURAS
POSSÍVEIS**
HÉLDER
TÉRCIO

EXPOSIÇÃO

Convidamo-lo a visitar a exposição de Helder Tércio "Todas as imagens são pinturas possíveis" na Farmácia Giro.

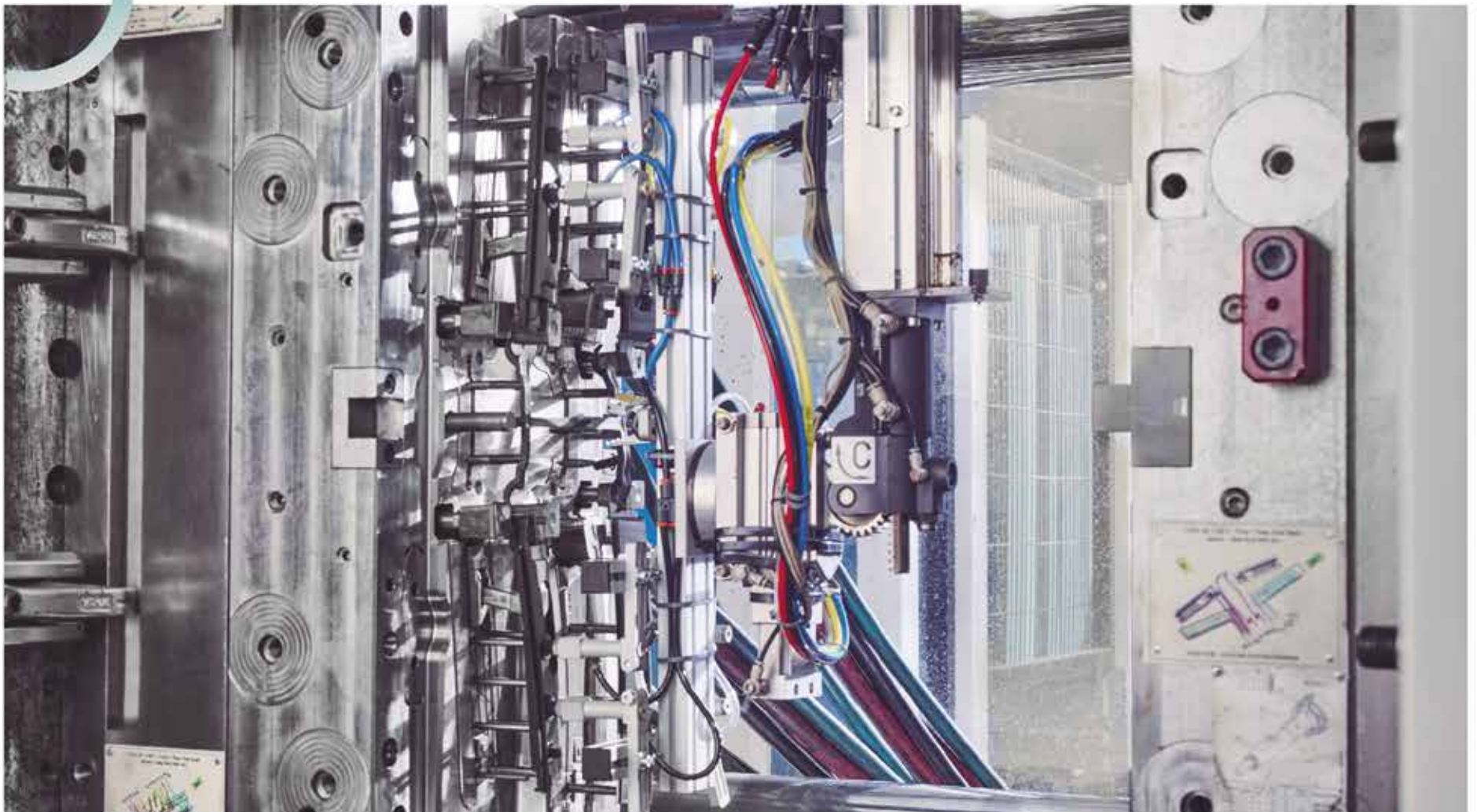
farmácia
Giro





INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



DESPORTO

Reabilitação Desportiva: muito além da alta médica

Quando um atleta se lesiona, a pergunta parece simples: “Quanto tempo vai demorar a recuperar?”

Mas a ciência atual mostra que a questão certa talvez seja outra: “Recuperar para quê — e em que condições?”

Durante muitos anos, a reabilitação desportiva foi organizada em torno de um objetivo claro: restaurar a estrutura lesionada. Se o ligamento cicatrizou, se o músculo recuperou força, se os testes clínicos são positivos — então o atleta pode voltar.

Hoje sabemos que o processo é mais complexo.

A lesão não afeta apenas o local da dor

Uma lesão não altera apenas uma articulação ou um músculo. Altera padrões de movimento. Modifica a percepção de segurança. Muda a forma como o atleta reage ao risco.

O organismo adapta-se para se proteger. Essa adaptação é natural e necessária. O problema surge quando essa reorganização não é acompanhada de forma estruturada.

É por isso que dois atletas com a mesma lesão e o mesmo tempo de recuperação podem regressar com níveis de rendimento muito diferentes.

Do “curar” ao “preparar”

A reabilitação moderna deixou de ser apenas um processo de cura. Passou a ser um processo de preparação. Os modelos mais atuais defendem que uma recuperação eficaz deve integrar três dimensões:

- Biológica – cicatrização, força, estabilidade, controlo neuromuscular
 - Cognitiva – tomada de decisão, percepção de risco, regulação atencional
 - Contextual – exigência competitiva real, imprevisibilidade, pressão
- Não basta restaurar a função em ambiente controlado. É preciso treinar o atleta para o ambiente onde vai competir.

O papel das tecnologias emergentes

É aqui que as tecnologias emergentes começam a ganhar relevância científica. Ferramentas como a realidade virtual permitem expor o atleta a cenários de jogo simulados, reintroduzindo estímulos visuais e decisões rápidas antes do regresso pleno à competição.

Sistemas de biofeedback e neurofeedback ajudam a monitorizar respostas fisiológicas e padrões de ativação, permitindo trabalhar

controlo motor e regulação sob carga.

Técnicas de estimulação cerebral não invasiva estão a ser estudadas como forma de potenciar aprendizagem motora e reorganização neural em fases específicas da reabilitação.

O que estas ferramentas têm em comum? Permitem trabalhar aquilo que antes era invisível:

- como o atleta processa informação
- como reage à pressão
- como organiza o movimento em contexto imprevisível

Não substituem o treino tradicional.

Complementam-no com maior precisão.

Então, o que é necessário para uma recuperação eficaz?

À luz da evidência científica atual, uma recuperação eficaz exige:

1. Critérios objetivos de progressão física, baseados em função real e não apenas em tempo de calendário.

2. Exposição gradual a contextos competitivos, reduzindo a discrepância entre treino clínico e jogo real.

3. Integração de estratégias cognitivas, como imagética motora ou treino

atencional, para otimizar adaptação neural.

4. Monitorização individualizada, utilizando tecnologia quando possível, mas sobretudo avaliação consistente e estruturada.

5. Decisão interdisciplinar, envolvendo profissionais da área física, técnica e psicológica.

Sem esta integração, o risco não é apenas a recaída — é o regresso inconsistente.

O regresso não é um momento. É uma fase.

A alta médica é um marco clínico.

Mas o retorno à competição é um processo de reintegração funcional.



Filipa Pereira
Doutoranda em Ciências do Desporto,
Universidade de Coimbra

Centro Social e Bem Estar de Ouca

A pensar no futuro a Instituição reforça ERPI e SAD com três carrinhas 100 % elétricas

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) assinalou o seu 26.º aniversário, celebrando mais de duas décadas de intervenção direta junto da comunidade.

O percurso da Instituição tem sido focado na prestação de cuidados de proximidade, pautados pelo profissionalismo e pelo apoio social aos cidadãos mais vulneráveis.

Esta data ficou igualmente assinalada com a bênção de três carrinhas, 100% elétricas.

Duas das viaturas destinam-se ao apoio direto às atividades diárias, enquanto a terceira permitirá reforçar o acompanhamento e a interação com os utentes mais vulneráveis, promovendo uma maior proximidade e qualidade no serviço prestado.



Estas aquisições, realizadas no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) e financiada pela União Europeia, representa um salto qualitativo no nosso serviço:

- Mais Conforto e Segurança: Viaturas modernas e silenciosas para o transporte de nossos utentes;



- Eficiência e Proximidade: Reforço da nossa capacidade de resposta diária;
- Sustentabilidade: Um contributo direto para a diminuição das alterações climáticas e proteção do ambiente. Continuamos focados na nossa missão, promovendo a qualidade de vida e a dignidade de quem cuidamos, sustentada pela responsabilidade social.

O cumprimento deste propósito só é possível graças à extraordinária equipa, cuja entrega, empenho e dedicação fazem a diferença, todos os dias, na vida de tantas famílias.

O Centro Social de Ouca agradece a todos os utentes, colaboradores e famílias pela confiança e por fazerem parte da sua história.



Centro Social Paroquial de Santo António

Fevereiro...amor e folia!

Este mês é de muita emoção e alegria.

Talvez seja esse o ingrediente principal para uma vida saudável e vivida. O encontro para celebrar o Carnaval foi de muita folia e diversão. Relembrámos alguma tradição sobre o Entrudo. A tarde foi muito animada onde o disfarce foi à escolha de cada um. Esta atividade realizou-se no âmbito interinstitucional e o convívio com outras instituições do concelho é sempre uma alegria.

Mas no decorrer do mês preparámos e elaborámos diversos corações para comemorar o amor, o carinho, o afeto, a amizade pelos que nos são mais próximos e nos acolhem diariamente.

O amor começa na nossa casa onde nos sentimos acarinhados todos os dias e por todos.



Também recebemos com muita emoção o grupo de crianças e respetivas educadoras da EBQ. A tarde foi realmente diferente. Aquele olhar inocente e as risadas puras das crianças devolveram a alegria de viver a cada idoso presente na sala. Trocámos mensagem de afeto e partilhámos um delicioso lanche depois de ouvir um conto intitulado “O lar encantado de Santo António”.

Ainda este mês, enaltecemos a fé e religiosidade de cada um com o começo da Quaresma. Celebrámos na capela do lar a eucaristia do Dia das Cinzas. Em contexto bíblico as cinzas é um chamado sincero para Deus e crer na Boa Nova de Jesus.

Que o nosso propósito de vida siga a vontade do Senhor.

MISTOLIN PRO



Assiste ao vídeo do evento



Mistolin Pro celebra conquistas e novos projetos em Gala Anual

A Mistolin Pro realizou, no passado dia 6 de fevereiro, a sua Gala Anual, reunindo distribuidores e parceiros num momento de celebração, alinhamento estratégico e reconhecimento. Durante o evento, foram distinguidos os contributos dos parceiros para o crescimento da marca, com a atribuição de mais de 50 prémios, e apresentadas as mais recentes inovações e soluções de higiene profissional, reforçando o compromisso da Mistolin Pro com a eficiência, a qualidade e a proximidade ao mercado.

PROBEM distingue projetos nas áreas da Saúde Mental e Educação

Um dos momentos centrais da noite foi a apresentação oficial dos vencedores da 1.ª edição do PROBEM, o programa de responsabilidade social da Mistolin Pro, que apoia projetos de impacto social nas áreas da saúde mental e da educação. Na categoria Saúde Mental, foi distinguido o projeto "Corpo em Movimento, Emoções em Equilíbrio", promovido pela APPDA Coimbra. Na categoria Educação, o prémio foi atribuído à Fundação Irene Rolo, com o projeto "Formar para Cuidar".



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

MSTN



Grupo MSTN realiza Reunião Anual de Líderes

O Grupo MSTN realizou a sua Reunião Anual de Líderes, um momento estratégico de balanço de 2025 e definição das prioridades para 2026. O encontro evidenciou um ano de crescimento sustentado e consolidação, marcado pela integração de novas empresas e pela expansão internacional, com destaque para Espanha, Moçambique e Cabo Verde. Para 2026, o grupo prepara-se para um novo ciclo com uma visão clara de ambição e foco nos desafios futuros.

VISITA-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS @MSTNGROUP f o in v

Centro Social e Paroquial de Calvão

Centro de Dia de Calvão celebra o Carnaval com criatividade e dedicação

Durante o mês de fevereiro, os idosos da valência do Centro de Dia de Calvão colocaram mãos à obra para dar vida às comemorações de Carnaval, numa iniciativa marcada pelo entusiasmo, criatividade e forte espírito de grupo. Este ano, as celebrações foram inspiradas no tema do projeto pedagógico da instituição, "O Mundo nas Nossas Mãos". Dentro desta linha orientadora, os seniores escolheram e debateram a temática dos enfermeiros, destacando a importância desta profissão na sociedade. Após momentos de partilha de ideias e reflexão, iniciou-se o processo criativo.

A adesão foi significativa: dos 30 utentes da valência, 25 participaram ativamente no desfile de Carnaval da instituição, um número que reflete o envolvimento e motivação do grupo.



Os trabalhos começaram ainda no final do mês de janeiro e prolongaram-se ao longo de fevereiro. Com empenho e dedicação, e sempre com o apoio da animadora e das auxiliares acompanhantes, os próprios seniores desenvolveram e elaboraram os seus fatos. Todo o processo foi participado ativamente pelos utentes, desde a conceção até à execução final.



Nem mesmo a chuva impediu a participação nas festividades. Pelo contrário, reforçou o espírito de união entre os participantes, que, mais uma vez, se juntaram às restantes respostas sociais da instituição para celebrar esta tradição tão especial.

Fica, assim, o registo de mais um Carnaval vivido com alegria, criatividade e partilha, testemunhado através de um pequeno registo fotográfico que perpetua os momentos de convívio e dedicação dos nossos seniores.

Associação Betel - Ponte de Vagos

A História da Carochinha

Por entre várias peripécias muito divertidas, a história tradicional da Carochinha e do João Ratão foi contada às crianças da Creche, através de uma pequena representação teatral. Carochinha e João Ratão não estiveram sozinhos. A eles juntam-se uma série de personagens divertidas que ajudaram



a contar o tão popular conto português para que a Carochinha pudesse encontrar o seu par e a descobrir as qualidades de cada pretendente.

E, no fim, tivemos casamento marcado!

Associação de Solidariedade Social de Santo André de Vagos

Fevereiro foi um mês de festividades no Centro de Dia, por cá festejámos o Dia Mundial da Nutella, com umas deliciosas panquecas feitas no nosso Ateliê de Culinária com a nutricionista Dra Beatriz Oliveira.



Por gostarmos muito de comemorações, participámos também no Baile de Carnaval interinstitucional, com o traje de Veneza na Associação da Boa hora. Não faltou boa disposição e animação. O baile de Carnaval foi um momento de convívio entre as instituições do Município, onde foi possível manter a tradição da queima do entrudo, mantendo assim a tradição viva.

distribuir uns sacos em forma de coração com umas ervas aromáticas no seu interior. As crianças ofereceram também um presente aos idosos alusivo ao mesmo tema. Encerramos o presente mês com um sentimento de amor, partilha e amizade pelo próximo mas também de gratidão pelo carinho recebido por quem partilhou esses momentos connosco.

Para finalizar o mês da melhor forma, e aproveitando os raios de sol que à muito ansiávamos, saímos para distribuir afetos e abraços. Os nossos utentes foram



CASD Santa Catarina

Seniores celebraram o Carnaval Trapalhão

Os seniores da CASDSC no animado Carnaval Trapalhão, que decorreu na Associação Boa-Hora, contando com cerca de 130 Seniores das IPSS do concelho de Vagos.

No final houve a simbólica morte e queima do Entrudo, encerrando a atividade de forma a manter viva esta tradição carnavalesca.

Entre animação e música do tradicional baile de carnaval, destacou-se a leitura do Testamento do Entrudo, um momento vivido com grande entusiasmo e muitas gargalhadas. Houve ainda tempo para a divertida Pinhata do Entrudo.



A CASDSC em parceria com a Associação Boa Hora agradece a tod@s os que contribuíram para o sucesso desta.

alegria e folia foram fantásticas.

Parabéns aos Miúdos e aos Graúdos.

Crianças celebraram o Carnaval dos Trajes

Foi lançado o desafio, às Crianças e aos Pais, para que os mais novos se trajassem com vestimentas simbólicas baseadas no Património Cultural, a adesão foi divertida e cheia de criatividade. A



CA Soluções de Crédito Habitação

12:00

Conhecer o Pedro

13:00

Pedir o Pedro em casamento

14:00

Comprar casa com o Pedro

15:00

**Quem não quer
perder tempo,
avança com
o Crédito Agrícola.**

16:00

17:00

Descubra as nossas soluções
de Crédito Habitação para comprar casa.



Saiba mais em creditoagricola.pt

Sujeito a decisão de risco de crédito
Caixa Central – Caixa Central de Crédito Agrícola
Mútuo, C.R.L., registada junto do Banco de Portugal
sob o n.º 9000 | M.C.R.C. de Lisboa e Pessoa Coletiva
n.º 501 464 301 | Capital Social: € 331.744.155,00
(variável) | Rua Castilho, n.º 233, 233 A, Lisboa.



Associação Boa Hora



O mês de fevereiro foi dedicado às comemorações do Carnaval e do Dia de São Valentim, a nossa instituição viveu dias repletos de cor, alegria e, sobretudo, muito amor e amizade.

O Carnaval foi comemorado institucionalmente com um desfile e baile entre gerações. Recebemos ainda as IPSS'S do Concelho de Vagos na dinamização do Carnaval Trapalhão em conjunto com a CASDSC. Este evento marcou a primeira atividade do Plano Interinstitucional 2026 com muita animação, diversão e partilha de tradição.

O Dia de São Valentim, celebrado a 14 de fevereiro, foi assinalado de forma especial por todas as valências, respeitando a idade e a visão de cada grupo. Inspirados pela história de São Valentim, símbolo do amor e da união, desenvolvemos atividades que reforçaram os laços afetivos e a importância da amizade no nosso dia a dia.

Na resposta social de creche, foi lançado um desafio especial aos Encarregados de Educação: em família, preencher um coração com palavras e mensagens que expressassem o verdadeiro significado da amizade. O resultado foi um conjunto de trabalhos cheios de ternura,

criatividade e envolvimento familiar, fortalecendo a ligação entre casa e instituição.

O CATL construiu um painel alusivo à data, que foi colocado à entrada da resposta social, destacando a pertinência do tema e sensibilização de toda a comunidade para o valor do amor, da partilha e do respeito pelo outro. Elaboraram ainda um marcador de livros com aproveitamento de recursos e decorando ao gosto de cada um.

Os nossos idosos, enquadrados no Plano de Atividades Interinstitucional, também abraçaram a iniciativa com entusiasmo. Elaboraram corações decorados com frases inspiradoras que distribuíram pelo comércio local, espalhando mensagens de carinho, afeto e esperança, num gesto simbólico que levou amor além das portas da instituição.

Assim, entre máscaras de Carnaval e corações de São Valentim, celebrámos aquilo que nos une e nos define. Na nossa casa, o amor está presente em tudo aquilo que fazemos e, sobretudo, para quem o fazemos. É ele que orienta cada gesto, cada atividade e cada sorriso partilhado diariamente.

Centro Social da Freguesia de Soza

Vagos mais Próximo: Idosos saem à rua para espalhar "Ondas de Afeto" pela comunidade

As ruas do concelho de Vagos ganharam uma cor e um calor diferentes, ao longo do mês de fevereiro. Numa iniciativa dedicada ao tema dos afetos, os utentes das várias Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) do concelho trocaram o conforto das suas salas pela proximidade do espaço público, levando consigo mais do que sorrisos: levaram esperança em forma de papel.

Corações com História e Missão

Cada instituição organizou o seu grupo de seniores para uma missão especial: distribuir corações simbólicos pela comunidade. Estes corações, meticulosamente elaborados pelos próprios idosos em contexto de sala, não são apenas decorações. No verso de cada coração, quem os recebe encontra mensagens de motivação, resiliência e

otimismo, escritas por quem carrega a sabedoria de uma vida inteira.

Um Gesto Contra a Solidão

Mais do que a entrega de um coração, o objetivo central desta ação passa por reforçar os laços sociais. Ao abordarem os comerciantes e vizinhos, os idosos assumem um papel ativo na sociedade, provando que o afeto é a ferramenta mais eficaz contra o isolamento social.

Memórias para o Futuro

A iniciativa incluiu ainda uma vertente de registo histórico e social, com a recolha de fotografias dos momentos de interação entre os seniores e a população. Estas imagens prometem imortalizar um dia onde Vagos parou, por breves instantes, para celebrar o que de mais humano nos une: o afeto.



O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

Já dizia o Zeca Afonso "Venham mais cinco!"

Escrevendo em fins de janeiro... Adivinho já os dez e onze de fevereiro, quando eu, João Ferreira, e o meu irmão Manuel Armando, faremos nos respetivos dias, noventa e quatro e noventa e dois anos. Dois anos menos um dia nos separam desde a nascença do segundo em vale d'Ilhavo em mil novecentos e trinta e quatro, e assim se passaram noventa e quatro febreiros, noventa e dois ao lado do meu irmão Manuel Armando, já que o António Carlos "Faz Tosse", nascido em mil novecentos e trinta e oito morreu algumas décadas mais cedo, com número de aniversários que simboliza o Zodíaco de Caranguejo: sessenta e nove.

Sobre o meu irmão "Faz Tosse", tenho a dizer que teve uma vida bem aventurada: antes dos dez anos de idade já perfiava uma a soma ambiciosa de "quase mortes": debaixo de carros de bois, caído a poços, bebendo remédio de matar formigas (este último dizendo que era doce... e só lhe sobrevivendo devido ao "Vomitório" administrado pelo Doutor João Machado Alves).

Ainda sobre o meu irmão mais novo, zangamo-nos devido à mãe que partilhámos; a casamentos de família aos quais nem fomos convidados um pelo outro; a partilhas; e a tanto mais..., no entanto guardo-lhe memória de bom irmão, grande amigo e um aventureiro que chegou a ir a Limoges na França (numa soberba conta de mais de um milhar de quilómetros, percorrida na íntegra numa motorizada marca Zündapp de cinquenta de cilindrada. Na volta à terra natal deve ter quebrado a barreira dos três milhões de metros percorridos). Tivemos, todos três, uma irmã que jaz no cemitério de Vagos, desde os três anos de idade (mil novecentos e trinta e nove, finada ainda bebé, e um ano depois de nascer o António Carlos).

Sobre a nossa Mãe, Rosa Ferreira, tenho contado estórias de como foi presa por partir o braço a uma mulher que a insultou, levando com ela para a cadeia o recém-nascido de dois anos e meu irmão: Manuel Armando... deste ponto, nasce um caso peculiar de sortes e fados

que vos partilho também: estava eu a espreitar o cinema de Vagos, que à data, era no antigo e ardido quartel dos bombeiros, quando me fecharam as portas da sala de cinema. Ora, sem conseguir ver o filme "Trevo de Quatro Folha" que lá rodava, voltei à minha casa na rua do Porto Gonçalves, mesmo a tempo de ver o meu avô Constantino Ferreira, que com a sua paralisia devido a trombose, a pegar lume a si mesmo, quando apenas queria encher um isqueiro para fumar cigarro. Ressalvo novamente as palavras do meu querido avô que viria a finir não aí, mas setes mais tarde: - "Ó Joãozinho, ajuda-me a tirar a boina e a jaqueta, senão morro queimado!". De quatro anos feitos, despi-lhe as fardas que ardiam e apaguei-lhes o fogo ouvindo: - "Ó meu anjinho, tão jovem e já salvaste a vida ao teu avô...".

Assim reitero o mote "Venham mais cinco": Gerações, Décadas, Anos, e estes últimos, conto cá estar mais alguns. Quem sabe passar os cem, e "dar a volta

à máquina", como se costuma dizer nos jogos de setas.

É com o maior agrado que vos partilho esta celebração de noventa e quatro aniversários, escrita algumas semanas antes, não vá o diabo tecê-las... não que conte finir, por outra, já falho o artigo de fevereiro. Até à data, quase quarenta anos de trabalho neste jornal, hoje pertença da Santa Casa de Vagos, oito anos se contam mais a escrever após passagem de testemunho: quase cinquenta ao todo.

-E "Venham mais cinco!", já assim cantava o Zeca, que como a maioria de nós era aveirenses também. Um bem-haja!

João dos Santos Ferreira





RADAR SOCIAL

VAGOS

O QUE É?

O **Radar Social** é um projeto que assenta na identificação de pessoas, famílias e grupos em situação de vulnerabilidade social e/ou em risco de pobreza e exclusão social, em articulação com as entidades da Rede Social do concelho. Pretende ainda georreferenciar recursos, respostas e soluções, a nível local/regional, promovendo a participação e a sustentabilidade das comunidades.

A QUEM SE DESTINA?

Os destinatários do **Radar Social** são todas as pessoas, famílias e grupos em situação de vulnerabilidade social (risco de pobreza, exclusão social ou discriminação).

QUAIS SÃO OS OBJETIVOS?

1. Referenciar a pessoa ou a família em situação de vulnerabilidade social;
2. Realizar uma avaliação social preliminar e prospetiva da situação sociofamiliar, registando o seu resultado no sistema integrado de georreferenciação;
3. Informar/orientar a pessoa/família assegurando o seu encaminhamento para a rede dos serviços de atendimento e acompanhamento social ou dos parceiros da Rede Social;
4. Ativar diretamente a rede de recursos locais da Rede Social sempre que da referenciação resultar a necessidade de uma intervenção social emergencial.

QUEM PODE SINALIZAR?

Todas as pessoas singulares e entidades.

COMO SINALIZAR?

- Presencialmente na Biblioteca Municipal João Grave ou nas juntas de freguesia;
- On-line através da ficha de sinalização que se encontra em www.cm-vagos.pt/viver/acao-social/radar-social.

CONTACTOS

- 🏠 Morada: Biblioteca Municipal João Grave
- ☎ Tel.: 234 799 607 (Chamada para a rede fixa nacional)
- ✉ E-mail: radarsocial@cm-vagos.pt



+ INFO

SE TEM CONHECIMENTO DE SITUAÇÕES DE VULNERABILIDADE OU EXCLUSÃO SOCIAL, **SINALIZE**.

UMA COMUNIDADE ONDE **TODOS** CONTAM E TODOS PARTICIPAM

