

Experiências turísticas a bordo de moliceiro apresentadas em Lisboa

Município de Vagos esteve presente na Bolsa de Turismo e apresentou novidade destinada à embarcação “Os Violas”. Museu do Brincar e “Vagos Sensation Gourmet” também em destaque

PÁG. 4



RALI DA BAIRRADA ACELEROU PELAS RUAS DO CONCELHO

PÁG. 4



REGALADO DESMENTE DEPUTADO DO CHEGA

PÁG. 4



RUI CRUZ E HUGO SANTOS NA DISPUTA PELA CÂMARA

PÁG. 5

PEDITÓRIO DOS BOMBEIROS PARA COMPRAR EQUIPAMENTO

PÁG. 6

EDITORIAL

Crónica de um novo governo não anunciado

Não se esperava, os portugueses – dizem as sondagens – não queriam, mas o certo é que vamos a eleições. A 18 de maio, já marcou o presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, voltamos às urnas. Gabriel García Márquez escreveu “Crónica de uma morte anunciada”. E o que caía mesmo bem era eu escrever aqui que, em Portugal, os últimos acontecimentos do panorama político se trataram de uma queda de um governo anunciada. Mas a realidade é que eu não acho que o fosse. Ainda assim, aqui chegámos. Anunciado ou não, teremos um novo Governo daqui a dois meses.

Quando se começou a “levantar a lebre” sobre as suspeições que envolviam Luís Montenegro e a sua – que afinal já não

era sua, mas da mulher e depois dos filhos – empresa, a Spinumviva, eu estava longe de imaginar que íamos de novo a eleições. E também não me pareceu, honestamente, que mesmo o principal partido da oposição o quisesse. Querendo-o, teria votado a favor das duas moções de censura, apresentadas pelo Chega e pelo PCP, e estava feito. O certo é que, por culpa de uns ou de outros, a Assembleia da República foi dissolvida. Montenegro cismou numa moção de confiança que já sabia de antemão que iria ser chumbada. O PS manteve-se firme e não cedeu às tentativas de última hora – que uns dizem terem sido apenas manobras de diversão –, da parte do Governo e da bancada parlamentar do PSD, para que se

chegasse a um entendimento. Há também quem defenda que era precisamente isto que os socialistas pretendiam desde o início: eleições.

Não me cabe a mim dizer aqui de quem julgo – na minha humilde opinião – ter sido a culpa do desfecho. Mas a culpa do início de tudo, essa, é inequívoca: Luís Montenegro não foi cauteloso na forma como assumiu funções como primeiro-ministro, tendo nas suas mãos – ou nas da sua família mais próxima – uma empresa. Ainda por cima uma empresa cujo objeto de negócio ainda agora não é claro.

Uma coisa é certa: o país não precisava de eleições legislativas, um ano depois



da tomada de posse do Governo. O país precisa urgentemente, isso sim, de avançar. E precisa, muito, de criar soluções para a habitação e para a saúde, por exemplo. Ir a eleições é ficar em suspenso, meses a fio. E se o fio partir, quem se importa?

SALOMÉ FILIPE
DIRETORA DO JORNAL

EFEMÉRIDE

Sabatina acabou por dar lição em Vagos

Despertou invulgar interesse, em Vagos, a emissão do «Sabatina» transmitida ao vivo, num sábado de janeiro. O popular programa, realizado por Sansão Coelho e Carlos Armando de Campos, apoiados por uma equipa técnica, destacada para o efeito para a Vila. Foi para o ar diretamente da sala de leitura do Centro de Educação e Recreio (CER), coletividade a quem se ficava a dever, em parte, a referida iniciativa. Durante o espaço de três horas, dedicado a Vagos, «Sabatina» levou a todo o país (a emissão foi transmitida a nível nacional), numa amostragem tanto quanto possível realista, algumas das enormes potencialidades da região, nomeadamente dos seus aspetos turísticos, cultural e agrícola.

O Grupo Folclórico de Santo António, Coral de Calvão e a Banda Vaguense, fizeram-se ouvir com muito agrado. Foi pena que o Orfeão de Vagos, cujas tradições no campo musical bem conhecidas, por inesperadas dificuldades, não pudessem dar o seu concurso à iniciativa. O presidente do CER, Basílio de Oliveira, em entrevista, destacou a sua coletividade e das dificuldades por que tem passado, para construir uma sede condigna, realçando o insuficiente apoio do atual Ministério da Cultura. Também João Ferreira, diretor do mensário «Eco de Vagos», abordou os problemas da imprensa regional, apontando algumas das metas para a sua sobrevivência. Outras presenças de registo foram ainda Armando Pimentel, pintor cerâmico da Fábrica Vista Alegre, um antigo salineiro e

jovens vaguenses, todos naturais da região, e também o mítico pescador da Vagueira bem conhecido João da Murtosa.

De realçar o profissionalismo, demonstrado pela equipa do «Sabatina», e a colaboração que lhe terá prestada em Vagos. Sansão Coelho, Carlos Armando de Campos e a restante equipa, para além das inúmeras lembranças com que foram obsequiadas no final, foram ainda homenageados pelo Centro de Educação e Recreio, durante um almoço íntimo, que terá decorrido num restaurante local.

O costumado «passeio do Sabatina», foi escrito pelo então correspondente do «Soberania do Povo», com sede em Águeda, que haveria de denunciar aquilo que mais podia ser admirado nesta zona ribeirinha. Terra de João Grave, poeta escritor e jornalista, as «pincladas» em jeito de passeio davam conta das gentes que tinham partido para outras paragens – Venezuela América e Austrália, mas também Alemanha França e Luxemburgo. A ermida de Nossa Senhora de Vagos, santuário erguido em local aprazível onde, para além das grandes peregrinações, costumam ir romeiros à procura de tranquilidade e refúgio espiritual. Afinal em qualquer quinhão de terra, veio de água ignorado, há-se sempre correr um braço de solo, à espera continuamente de alguém que lavre «este chão abençoado».

Eduardo Jaques

CONSULTÓRIO

O impacto da obesidade na saúde



A obesidade é um dos maiores desafios de saúde pública e está longe de ser apenas uma preocupação estética. Em Portugal, mais de metade da população tem excesso de peso, reflexo do sedentarismo e de uma alimentação pouco saudável, rica em açúcares e gorduras saturadas. No entanto, fatores genéticos, hormonais e psicológicos podem também contribuir para a obesidade. O excesso de peso está associado a um risco aumentado de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensão, apneia do sono e até alguns tipos de cancro. Além disso, afeta a mobilidade, sobrecarrega as articulações e compromete a qualidade de vida. Contudo, os impactos não são apenas físicos, podendo também afetar a autoestima e contribuir para ansiedade e depressão.

O mais importante é perceber que, com algumas mudanças no estilo de vida, é possível prevenir e reverter a situação. Manter uma alimentação equilibrada, praticar exercício físico regularmente e garantir um bom descanso são medidas fundamentais para controlar o peso. O acompanhamento especializado pode ser fundamental para o estabelecimento de um plano personalizado.

Mais do que uma preocupação estética, controlar o peso é um investimento na saúde. Pequenas mudanças fazem uma grande diferença e podem evitar complicações futuras, garantindo mais qualidade de vida e bem-estar.

Márcia Moreira Costa,
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, Lúcia Almeida, Márcia Costa, João Domingues, Oscar Gaspar, António Manuel Moiteiro Ramos, 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

Manifesto pela paz

Hoje é o tempo de pedirmos a paz, de defendermos a paz e de lutarmos pela paz. Bem sabemos que o contrário de paz não é necessariamente guerra mas hoje é também o tempo de rejeitar cenários de guerra, pela brutalidade que gera, pela destruição que causa e também porque não é a boa forma de resolver conflitos.

Não podemos cruzar os braços, porque a guerra é a barbárie, é transformar as pessoas - a sua dignidade intrínseca e os seus sonhos - em carne para canhão (o "menino da sua mãe" é mesmo um filho como os nossos, por muito que a banalização mediática o queira desmentir). Temos de reafirmar que a paz, a paz verdadeira, merece todo o esforço diplomático e a mobilização contra a corrente sanguinária que equivale os fortes à força e a subjugação ao fim último.

Portugal saiu traumatizado da I Guerra Mundial, passou a II Grande Guerra na pobreza e numa neutralidade interesseira e depois teve uma guerra colonial (na verdade 3 guerras distintas) que levou ao movimento da Democracia. Há 50 anos que não sabemos o que é isso de guerra. No nosso território já não vemos forças militares inimigas desde as invasões francesas, já lá vão mais de

200 anos. Podemos estar algo distantes dos focos de guerra e algo desmemoriados dos seus efeitos mas também no nosso país devemos estar conscientes que partilhamos valores e que há perigos que os ameaçam.

Apesar de todas as dificuldades, e é claro que o quotidiano é muito duro e injusto para um número significativo de pessoas e não nos devemos acomodar a esta situação, o mundo em que vivemos, com liberdade, democracia, livre circulação e igualdade de oportunidades pela lei, deve ser preservado.

É com este espírito de assumir a paz como um valor supremo que enfrentamos o realismo de ter de criar as condições para nos defendermos. Não podemos estar à mercê de quem nos quer agredir (e a invasão da Ucrânia serviu de mau exemplo) e, aprendemos agora, temos de saber os parceiros com que podemos contar (e as inacreditáveis cabriolas de Trump são aqui a nossa vacina). A Europa, quer dizer Portugal e a grande maioria dos parceiros da UE, está a tomar decisões que consideráramos extremas há duas décadas mas que hoje parecem justificadas e necessárias para que nos respeitem. O investimento na área da

defesa e o esforço para garantir soberania (europeia) estratégia parecem ser uma inevitabilidade, lógica e sensata, de quem quer continuar a poder decidir dos próprios destinos.

Reconheço desde já razão a quem apontar contradições entre o primeiro e este último parágrafo mas pelo menos não me acusem de cinismo nem de alheamento. Estou aberto a discussão e a outras ideias mas a objetividade e o equilíbrio levam a pensar que a paz deve ser prosseguida a qualquer custo, de forma duradoura e sem que tal implique perda dos outros valores de dignidade, liberdade, justiça e desenvolvimento. Não queremos fazer a guerra para ter a paz mas a paz exige que nos preparemos para a defender.

Outra questão associada a esta é a do dilema clássico "manteiga versus armas", ou até que ponto as despesas na área da defesa podem colocar em causa o investimento em políticas sociais (educação, saúde, pensões, etc) e infraestruturas públicas. Para um país como Portugal isso seria inaceitável, tendo em conta a nossa estrutura social e o desenvolvimento que ainda desejamos legitimamente alcançar. Recorde-se apenas que o mais simbólico dos sistemas de proteção social, o inglês,



nasceu em dezembro de 1943, em plena guerra e com a consciência responsável de fortalecer o contrato social, combatendo o efeito daqueles que Beveridge considerava os cinco males da sociedade: escassez, a doença, a ignorância, a miséria e a ociosidade.

Um reforço do orçamento para a defesa não pode, de forma alguma, colocar em causa a prioridade que temos que dar à saúde e à educação, a par com o crescimento. A paz vale a pena. A paz vale sempre a pena. E vale sobretudo quando é a base fértil para termos uma comunidade mais coesa e solidária, saudável e culta, com abertura para que cada um faça render os seus talentos.

Oscar Gaspar
Presidente da Mesa da AG da SCM Vagos

Mensagem para a Quaresma

A Quaresma deste ano acontece em pleno Ano jubilar e na caminhada que a nossa diocese de Aveiro está a fazer sobre as comunidades pastorais, em ordem a construirmos uma Igreja sinodal onde a comunhão, a participação e a missão sejam assumidas por todos os batizados. Somos peregrinos de esperança, a esperança que nasce do amor de Cristo trespassado na cruz, porque «quando éramos inimigos de Deus, fomos reconciliados com Ele pela morte de seu filho, com muito mais razão, uma vez reconciliados, havemos de ser salvos pela sua vida» (Rm 5,10). Sonhamos com comunidades cristãs que coloquem Cristo ressuscitado no centro da sua vida, vivam a comunhão como sinal visível dessa presença e formem discípulos missionários que saibam dar razões da sua fé (cf. carta pastoral Deus caminha connosco).

O texto evangélico da pecadora arrependida (Lc 7,36-50), de S. Lucas, o evangelista da misericórdia, é como que a bússola que vai orientar o nosso encontro com Cristo vivo e ressuscitado ao longo do tempo quaresmal.

O contexto da parábola põe em destaque as atitudes diferentes de Jesus e do fariseu Simão, perante a mulher que está ao seu lado: o fariseu julga-a negativamente e Jesus acolhe os seus gestos. Na relação do fariseu com a pecadora há preconceitos já adquiridos, enquanto a mulher mostra uma atitude de amor e de fé baseada no perdão.

A mulher, colocando-se por detrás dele

e chorando, começou a banhar-lhe os pés...".

As lágrimas de arrependimento brotam espontaneamente do seu rosto e banham os pés de Jesus. O beijo nos pés é um sinal que se reservava apenas a quem tivesse salvado a vida de alguém, e com os seus cabelos enxuga os pés de Jesus. Uma mulher que soltasse os cabelos era sinal de um ato da maior desonra e humilhação. Tudo isto traduz, naquela mulher, uma enorme gratidão. Tudo se realiza em silêncio, por parte da mulher e por parte de Jesus. O seu silêncio é de perdão - o que obriga o fariseu a reagir contra Jesus, mais ainda que contra a mulher.

"Um prestamista tinha dois devedores... Qual deles o amará mais?". Jesus narra uma parábola que tem o seu ponto culminante no perdão inesperado de uma dívida, grande ou pequena. Na imagem deste perdão percebe-se a novidade do perdão que Deus concede aos pecadores. Como refere o Papa Francisco na Bula a "A esperança não engana", perdoar não muda o passado, mas pode-nos permitir mudar o futuro e vivê-lo de forma diferente, sem rancor, ódio e vingança, porque o "futuro iluminado pelo perdão permite ler o passado com olhos diversos, mais serenos, mesmo que ainda banhados em lágrimas" (nº 23)

Para a nossa caminhada quaresmal, vamos fazer o esforço de pôr em prática, entre outras, as seguintes propostas:

1. A indulgência do jubileu permite-nos descobrir como é ilimitada a misericórdia de Deus, sabendo nós, por experiência, que o pecado deixa a sua marca, pois «todo o pecado, mesmo venial, traz consigo um apego desordenado às criaturas, o qual precisa de ser purificado, quer nesta vida quer depois da morte, no estado que se chama purgatório» (CCE 1472). Ela é concedida nas condições habituais (Confissão sacramental, Comunhão eucarística e oração pelas intenções do Sumo Pontífice) aos fiéis verdadeiramente arrependidos e movidos pelo amor a Deus e aos irmãos.

2. A peregrinação à Catedral de Aveiro e ao Santuário de Nossa Senhora de Vagos, igrejas jubilares na nossa Diocese, é um passo fundamental na vida do povo de Deus, que caminha em direção aos novos céus e à nova terra. Por esta razão, o perdão dos pecados no sacramento da Reconciliação e o perdão das dívidas dos mais ricos para com os mais pobres são condição necessária para a construção da paz, connosco mesmos, com Deus e com os irmãos.

3. A Caminhada quaresmal. Nesta Quaresma pretendemos valorizar o símbolo diocesano que marca o nosso triénio pastoral: a abelha, conhecida por ser laboriosa, diligente e cooperante. Ela é a imagem do discipulado missionário, em que não somos apenas chamados a seguir Jesus no seu agir, no seu estilo de vida, no seu ministério, mas a tomar a cruz e segui-lo; o favo, lugar construído pelas abelhas, é a

imagem da comunidade cristã.

3. As 24 horas para o Senhor decorrerão do dia 28 de março, sexta-feira, a dia 29, sábado, devendo ser uma ocasião para que "todos reanimem a esperança" que existe em nós. Todos somos chamados a ser sinais palpáveis de esperança para muitos irmãos e irmãs que vivem em condições de dificuldade. Como preparação para a Ressurreição Pascal, na sexta-feira à noite e durante todo o dia de sábado, propõe-se às comunidades cristãs que prevejam uma abertura extraordinária das igrejas, de modo a oferecer aos fiéis a possibilidade de se deterem, a qualquer momento, em adoração, e a possibilidade de se confessarem. Neste mesmo sentido, o Santuário de Vagos terá durante toda a Quaresma, de manhã e de tarde, o Santíssimo exposto, para a adoração dos fiéis.

4. A Renúncia Quaresmal, este ano, será destinada para os cristãos em Gaza e para o trabalho com os sem-abrigo da Caritas Diocesana e das IPSS que se dedicam a este trabalho em favor dos mais desfavorecidos.

Nesta Quaresma, procuremos escutar Deus, que continuamente nos acolhe e, acalentados pelo seu sonho, sejamos construtores de um mundo mais justo e fraterno, à luz do Evangelho.

António Manuel Moiteiro Ramos,
Bispo de Aveiro

Atrações turísticas do concelho em destaque na BTL

O “Vagos Sensation Gourmet”, as experiências a bordo do moliceiro “Os Violas” e o Museu do Brincar foram apresentados na Bolsa de Turismo de Lisboa, entre os dias 12 e 16 de março

Aquilo que de melhor há para ver e para fazer no concelho de Vagos foi apresentado, entre os dias 15 e 16 de março, na Bolsa de Turismo de Lisboa, que é a maior feira turística do país. O espaço da Região de Aveiro serviu de palco à divulgação dos projetos vaguenses, com destaque para o evento gastronómico “Vagos Sensation Gourmet”, para o Museu do Brincar e para uma novidade: as experiências turísticas a bordo do moliceiro “Os Violas”.

em cinco municípios: Vagos, Águeda, Albergaria-a-Velha, Sever do Vouga e Nelas. O programa do evento ainda não foi divulgado, mas já se sabe que contará com a participação de cerca de 15 associações, que vão proporcionar mais de 50 experiências.

No que à promoção do património molinológico diz respeito, a Câmara de Vagos também anunciou, recentemente, que os moinhos e azenhas do concelho



A partir de abril, o moliceiro “Os Violas” vai realizar viagens ao longo do rio Boco, integrando experiências como provas de vinhos da Bairrada, “showcooking” com o chef Tony Martins e música a bordo. Está prevista, também, uma degustação de produtos típicos locais (papas de abóbora com rojões, sainhas em pão de Cornos e vinhos da região), assim como a iniciativa “Tradições a Bordo” – que incluirá cantares e a degustação de produtos da Gândara – e observação de aves (“birdwatching”).

Na BTL, o município aproveitou a oportunidade para apresentar também o Museu do Brincar – cuja mascote “Biskinho” não faltou – e a sua exposição “Este brinquedo não me é estranho”. O museu marcou presença, ainda, no espaço Kids Route, com os seus “Jogos de Hoje e de Sempre”, no stand da Turismo Centro de Portugal.

Ao mesmo tempo, Artur Rosa, “Seven” e o apresentador João Paulo Sousa publicitaram a edição deste ano do “Vagos Sensation Gourmet”, divulgando em primeira mão alguns dos nomes que vão estar presentes. Os chefs Diego Sacilotto (vencedor do Masterchef Profissionais do Brasil), Carlos Teixeira (da Herdade do Esporão, com uma Estrela Michelin) e Carlos Afonso (do canal 24 Kitchen) vão marcar presença no festival, que acontece, na praia da Vagueira, entre os dias 4 e 13 de julho.

Festival dos Moinhos

Também no stand da Região de Aveiro, no âmbito da Rota dos Moinhos de Portugal, aconteceu a apresentação do 1º Festival dos Moinhos de Portugal, que vai acontecer nos dias 12 e 13 de abril,

vão estar de portas abertas, com visitas gratuitas, aos domingos, entre março e setembro, das 14 às 16.30 horas. A iniciativa acontece numa parceria entre o município e os proprietários dos moinhos e das azenhas. E inclui o acompanhamento por parte de um guia local, que vai acompanhar as visitas. A autarquia fez a ressalva, no entanto, que a atividade está dependente das boas condições climatéricas.



Para já, nos dias 13 e 30 de março, as visitas vão acontecer no Moinho Giratório Gandarês – Casa-Museu Gandaresa de Santo António de Vagos. Os eventos seguintes serão depois anunciados.

S.F.

Silvério Regalado repõe verdade após acusação do Chega

Deputado afirmou na CNN que Luís Montenegro havia nomeado um familiar de Silvério Regalado, como presidente do Banco de Fomento, o que não aconteceu



Bruno Nunes, deputado na Assembleia da República eleito pelo Chega, disse na CNN, num espaço de comentário, que o primeiro-ministro, Luís Montenegro, havia nomeado dois primos, de Vagos, para cargos públicos: Silvério Regalado, como secretário de Estado da Administração Local e Ordenamento do Território, e Gonçalo Regalado, como presidente do Banco de Fomento. Mas, na realidade, apesar de serem ambos oriundos do concelho vaguense e de terem o mesmo apelido, os dois não são familiares. Silvério Regalado já fez questão de desmentir publicamente a afirmação do representante do Chega.

Bruno Nunes falou do “problema todo que aconteceu da nomeação de Silvério Regalado, depois dos ajustes diretos na

Câmara Municipal [ao gabinete de advocacia de Montenegro, na altura deputado do PSD]”. E, depois, referiu “o primeiro de Silvério Regalado ser nomeado para o Banco de Fomento, como presidente, quando não tinha currículo para tal”.

“O Zé Regalado é de Vagos e é, de facto, um grande quadro do país. Mas nem somos da mesma família e ainda se dá a curiosidade de termos estado, muitas vezes em desacordo politicamente”, deixou claro Silvério Regalado, na sua página de Facebook, depois de partilhar uma notícia do “Polígrafo” que confirmava a inexistência de qualquer relação familiar entre ambos.

Segundo o antigo presidente da autarquia vaguense, “a mentira em questão, dita e repetida, causa perplexidade em Vagos”. “Mas os milhares de pessoas que veem esta acusação e que são de fora podem, eventualmente, acreditar. Está aqui, de forma clara, o desmentido”, escreveu o secretário de Estado. Silvério Regalado aproveitou a ocasião, ainda, para sublinhar que “na política não pode mesmo valer tudo” e para acusar o Chega de querer “tornar a mentira normal na política”.

S.F.

Vagos vibrou com a adrenalina do Rali da Bairrada

A prova regressou à vila, após dois anos de interregno, e o público fez a festa. André Cabeças sagrou-se vencedor

O Rali da Bairrada prometeu e cumpriu: o fim de semana de 2 e 3 de março, em Vagos, foi repleto de adrenalina. As ruas encheram-se de gente para ver os pilotos ao volante dos seus automóveis de competição e os mais aficionados puderam, mesmo, conhecer as “máquinas” de perto. A vitória, essa, foi renhida, mas no fim seria André Cabeças a levar para casa o primeiro lugar.



Com organização do Targa Clube, o Rali da Bairrada regressou, após um interregno de dois anos. Mas, desta vez, a incerteza quanto ao vencedor manteve-se até à última prova especial, depois de duelos nas classificativas de asfalto, que fizeram o público vibrar. Houve três pilotos que durante todo o fim de semana disputaram a vitória final: André Cabeças, Jorge Perez Alonso e Miguel Caires. Mas

o primeiro viria a sagrar-se vitorioso, ao volante de um Ford Fiesta R5 e acompanhado por Miguel Castro, depois de vencer, por apenas 6,5 segundos, Jorge Perez Alonso, que competiu com um Porsche 991 GT3 Cup e que havia sido o vencedor da prova em 2023. Cabeças ficou, dessa forma, a liderar o Campeonato Centro de Ralis.

“Foi uma vitória muito exigente, pois o nosso Fiesta tinha menos velocidade de ponta que o Porsche do Alonso. Com pneus usados, levámos o carro ao limite e conseguimos segurar o primeiro lugar nos últimos troços”, explicou o vencedor, à chegada a Vagos.

“Com o apoio do município de Vagos e a promoção da X Racing, a prova voltou a demonstrar a vitalidade e a paixão pelos ralis na região. Os troços desafiantes, a competição acesa e a enorme afluência de público confirmaram o sucesso do evento, que deverá regressar já no próximo ano”, prometeu a Câmara, em comunicado. Este ano, o Rali da Bairrada contou, como novidade, com uma Super Especial Vagueira, que aconteceu na noite de sábado.

S.F.

Rui Cruz e Hugo Santos na corrida à Câmara

PSD e CDS já apresentaram, ambos, os candidatos às eleições autárquicas deste ano, que ainda não têm data marcada

Já são conhecidos dois dos nomes que vão disputar a liderança da Câmara de Vagos nas eleições autárquicas deste ano. O PSD anunciou que a sua escolha recaiu sobre o ex-edil Rui Cruz, que volta a tentar ficar à frente da autarquia que geriu entre 2011 e 2013. Por seu turno, o CDS apresentou Hugo Santos, atual presidente da Junta de Freguesia de Ouca, como candidato.



Doze anos após ter deixado a liderança da Câmara, Rui Cruz volta a candidatar-se pelo PSD, depois de já ser público que o atual presidente, João Paulo Sousa, quer ficar de fora da corrida. Advogado de profissão, depois de sair da autarquia, Cruz assumiu funções como diretor distrital da Segurança Social de Aveiro e, depois, como deputado na Assembleia da República, ao longo de três legislaturas – função que deixou no ano passado.

A confirmação do nome do antigo presidente foi dada, no final de fevereiro, à Vagos FM, por Juan Martins, presidente da Comissão Política de Secção do PSD local. No entanto, a apresentação oficial só estava agendada para acontecer a 21 de março.

De acordo com Juan Martins, a escolha de Rui Cruz aconteceu após uma sondagem, “ouvindo as pessoas”. À rádio local, o candidato assumiu também a candidatura, adiantando que tem “muitas coisas em mente” para o futuro do concelho, sendo uma delas “a reorganização dos serviços municipais”. “Arranjar soluções para a habitação” é outro dos seus objetivos.

Na corrida para encabeçar a lista do PSD à Câmara de Vagos estava, além de Rui Cruz, Nuno Moura, também advogado, líder da bancada do PSD na Assembleia Municipal e presidente da direção da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos. Num comunicado, “com um enorme sentimento de tristeza e desilusão”, Moura anunciou que a escolha do partido não havia recaído sobre si. No entanto, segundo o próprio, da sondagem feita pelo PSD resultou uma conclusão: “os dois possíveis candidatos [Nuno Moura e Rui Cruz] ganhariam esta eleição”.

“Estou contente que o prenúncio de uma candidatura independente, por parte do Dr. Rui Cruz, poderia levar a que o PSD se dividisse e assim essa questão fica ultrapassada. São opções e resta-me aceitar”, deixou claro Nuno Moura. O advogado fez questão, ainda, de referir que travou “uma disputa desigual”, dado que Rui Cruz “tem um nível de popularidade muito superior”.

“Forte compromisso”

Enfermeiro de profissão e presidente da Junta de Freguesia de Ouca, há oito anos, Hugo Santos é a escolha do CDS para tentar liderar a Câmara. A Comissão Política Concelhia do partido realçou, em comunicado, que o candidato tem “um forte compromisso com a comunidade” e a que “a sua visão para Vagos é centrada no desenvolvimento sustentável” e “na melhoria da eficiência financeira do município, com a diminuição da dívida, diminuição dos prazos médios de pagamentos aos fornecedores e melhorias nas taxas de execução”.



Além disso, Hugo Santos, que recentemente foi reconduzido na liderança do CDS de Vagos, afirmou pretender “melhorar os serviços públicos, promovendo uma maior rentabilidade e eficácia dos recursos internos, além de uma diminuição progressiva do recurso a serviços externos”, entre outros objetivos. A apresentação oficial da candidatura ainda não tinha, à hora de fecho desta edição, data agendada.

S.F.

Confraria “As Sainhas” homenageou “Mulher Gandaresa”



A Confraria Gastronómica “As Sainhas” celebrou, no dia 8 de março, o seu XIII Capítulo, na Igreja Matriz de Calvão, seguindo-se um almoço no Colégio da Nossa Senhora da Apresentação. O evento contou com a presença de representantes de cerca de 50 outras confrarias, de vários pontos do país, e incluiu uma homenagem à “Mulher Gandaresa”.

S.F.

Peditório anual dos bombeiros de Vagos está de volta

Valor angariado porta-a-porta, até maio, será utilizado para a compra de equipamentos de proteção individual

Está em marcha, desde o dia 16 de março, o peditório anual porta-a-porta dos Bombeiros Voluntários de Vagos. Com uma calendarização que se estende até maio, o objetivo da associação humanitária é angariar fundos para adquirir equipamentos de proteção individual. Capacetes, botas, luvas e aparelhos respiratórios estão no topo de lista das necessidades dos bombeiros, devido ao desgaste dos materiais atualmente existentes. Todas as freguesias do concelho são chamadas a ajudar.

A iniciativa arrancou no centro de Vagos. Seguem-se as freguesias de Lombomeão, no dia 22, e de Ouça e de Ponte de Vagos,

a 23. No dia 30, os bombeiros rumam a Soza e a Santa Catarina. Já em abril, o peditório vai acontecer nos dias 13 (em Fonte de Angeão e Covão do Lobo) e 27 (em Santo André e Santo António de Vagos). Por fim, em maio, no dia 11, o último dia de “porta-a-porta” está destinado para Calvão e para a Gafanha da Boa Hora.

“Ajuda a ajudar com o teu contributo. Unidos somos mais fortes”, é o apelo dos Bombeiros de Vagos, que apelam à participação da população vaguense. A associação garante, ainda, que a totalidade do valor angariado será utilizada nos equipamentos em causa.

S.F.

Os “campeões” municipais da leitura já foram apurados

Fase municipal decorreu no auditório da Biblioteca João Grave e contou com alunos de todos os ciclos de ensino

O auditório da Biblioteca Municipal João Grave recebeu, no dia 27 de fevereiro, a fase municipal do Concurso Intermunicipal de Leitura, que contou com a participação de alunos de todos os ciclos de ensino: 1º, 2º, 3º e secundário. Antes, cada um dos participantes já tinha sido apurado na fase escolar, realizada no Agrupamento de Escolas de Vagos, no Colégio Diocesano de Nossa Senhora da Apresentação e na Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Vagos.

Adriana Santos Vidal, do 4º ano da EB de Quintã, foi a vencedora do 1º ciclo. No 2º, por seu turno, sagrou-se campeã Leonor Mariz Moreira, do 6º ano do Colégio Diocesano de Nossa Senhora da Apresentação, e no 3º ciclo venceu Leonor Augusto Rosete, do 7º ano, aluna do mesmo colégio.



No que ao ensino secundário diz respeito, o primeiro lugar foi atribuído a Luís Daniel Almeida, do 11º ano da Escola Secundária de Vagos. Todos os vencedores, de cada nível de ensino, vão representar o concelho, a 17 de maio, no Concurso Intermunicipal de Leitura, que reúne representantes de vários concelhos no Centro de Educação e Recreio de Vagos.

S.F.

Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense



1860 – 2025: 165 anos de Música, por Vagos

ASSEMBLEIA GERAL DO DIA 14/3/2025

Conforme estava previsto, realizou-se no passado dia 14 a Assembleia Geral para apresentação, discussão e votação do Relatório, Contas e Parecer do Conselho Fiscal, documentos todos relativos ao exercício do passado ano. Do Relatório de atividades apresentados aos presentes podemos verificar que, para além dos serviços habituais da Banda Vaguense em festas e eventos religiosos, se destacaram também:

Audições de encerramento da escola de música do ano letivo 2023/2024, Recitais de Professores da Escola de Música, realização da 2ª Rapsódia de Sopas, atuação da Banda no Aniversário da Confraria da Abóbora, deslocação da Banda a Zamora, Espanha, para atuar na Semana Santa, participação da Banda nas Festas de Miranda do Douro, Concerto da Banda Vaguense nas Festas de Vagos, com o artista FF, realização do Concerto de Primavera da Banda, do III Encontro de Bandas de Vagos, do Concerto “Música e Filmes”, do Concerto de Natal e atuações várias no “Vagos, o nosso Natal”. Igualmente, estivemos a fazer Visitas de Natal aos lares e IPSS do Concelho.

A Filarmónica e a Banda estiveram ativamente empenhados na Exposição “Instrumentos com História”, aberta ao público na Biblioteca Municipal. A Banda também foi solicitada para atuar na abertura do 7º RF Vagos Open | Campeonato do Mundo de Danças.

A Escola de Música, frequentada permanentemente por cerca de 80 alunos, foi e continua a ser uma referência no ensino da música em Vagos, com jovens a realizarem progressos extraordinários a cada ano. Após a adoção, em 2023, de um novo software de gestão administrativa intitulado MUSA, este veio influenciar diretamente os processos da Escola de Música com novas funcionalidades.

A nossa associação organizou um estágio de Orquestra Juvenil, em dezembro de 2024, em parceria com a Escola de Música da Banda Ressurreição de Mira e com a Academia de Música da Banda de Ilhavo. A nossa orquestra juvenil esteve envolvida no estágio, tendo sido essa a nossa intenção principal. Os documentos em apreço na Assembleia Geral foram aprovados por maioria.

PRÓXIMOS EVENTOS

Ciclo religioso da Semana Santa no concelho:
Dia 23 de Março, Procissão dos Passos em Soza
Dia 30 de Março, Procissão dos Passos em Ouça
Dias 5 e 6 de Abril, Procissões dos Passos em Vagos.

E ainda:

Dia 12 de Abril, CONCERTO da Banda Vaguense com o Coro de Santa Cecília, de Calvão, na Igreja de Soza, pelas 21h. Apoio da Confraria das Abóboras, de Soza
Dia 18 de Abril, deslocação da Banda Vaguense a Zamora, para participação na Semana Santa local.

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

Violência doméstica em debate no II Encontro da CPCJ

Evento decorre em maio e é aberto tanto a profissionais como à comunidade

Dois anos depois da primeira edição, realizada em 2023, vai acontecer, a 23 de maio, o 2º Encontro da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) de Vagos. Subordinada ao tema “Violência doméstica”, a iniciativa vai reunir várias personalidades da área, com relevância na proteção na infância e na juventude,

e é dirigida não só a profissionais como também à comunidade em geral.

“Este encontro tem como objetivo criar momentos de partilha de saberes e dotar a comunidade profissional de ferramentas e estratégias para prevenir situações de maior fragilidade e, sempre que

necessário, intervir eficazmente”, adianta a Câmara de Vagos.

Atores políticos locais e nacionais, representantes das forças de segurança, investigadores, profissionais de saúde e profissionais da área da justiça e de serviço social vão fazer parte dos painéis

em debate. “O direito da criança e do jovem à proteção no âmbito do processo de violência doméstica” e “a intervenção na proteção da vítima de violência doméstica” são os dois temas que serão discutidos. As inscrições são gratuitas e podem ser feitas, online, até dia 5 de maio.

S.F.

ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 84 . MARÇO 2025

Tem a Palavra a Mesa

A sustentabilidade das instituições da economia social

Caro leitor, a Santa Casa da Misericórdia de Vagos, é uma IPSS, Instituição Particular de Solidariedade Social. Este carimbo, significa, grosso modo, uma organização focada no serviço em vez do lucro.

Não quero elaborar muito, sobre o porquê deste modelo de financiamento, em que o Estado paga, no todo ou em parte, para prestarmos um serviço aos cidadãos. Mas a verdade, é que genericamente estas instituições tem problemas de sustentabilidade financeira. Uns clamam que o setor está subfinanciado. Poderá estar, contudo, uma gestão rigorosa e inovadora em todas as dimensões, é um caminho que atenua este desafio, do qual, que me lembre, sempre ouvi falar. Temos vários exemplos, onde colocar dinheiro em cima de problemas, é apenas paliativo. O bicho morre temporariamente e depois ressuscita.

Deixando a filosofia e a retórica de lado,

quero agora falar, sobre uma dimensão da gestão das organizações, que é transversal a todas as áreas de atividade da mesma. A manutenção programada (dita também preventiva) de equipamentos, e o seu contributo para a redução do custo operacional da organização. Este conceito, é obrigatório nos ditos "sistemas críticos" por razões óbvias, mas hoje está generalizado. Experimentem não fazer a manutenção programada do vosso automóvel e esperem pela surpresa. É uma questão de tempo, até que a prenda apareça no sapatinho, em forma de "multa" e na pior altura. Lei de Murphy.

Vamos então aos dados. As faturas de energia (gás mais eletricidade), na nossa instituição, nos 10 anos de 2012 a 2022 representaram 3% do total da receita. A tendência, é crescente (em 2022 foi 4,2%), não só por razões de aumento do custo em si, mas também porque os padrões de consumo aumentaram. As exigências

de conforto térmico são maiores, e bem. Para não complicar, estou a deixar de fora o custo dos equipamentos e os respetivos ciclos de vida (que podem ser aumentados com a tal manutenção referida acima).

Esse valor anda muito próximo do 1% ao ano sob a forma de depreciação do investimento e custo do próprio serviço de manutenção / reparação.

Qual é então o desafio? É travar o crescimento deste custo, o mais que pudermos! A nossa estratégia assenta no caminho ditado pela consciência ambiental, de redução da geração direta de dióxido de carbono, pelo consumo de gás, e transferir faseadamente essas funções para tecnologias que usem a eletricidade, a exemplo das bombas de calor elétricas, e ao mesmo tempo, aumentarmos a nossa capacidade de geração de eletricidade para autoconsumo, com o aumento da área

de painéis fotovoltaicos e respetivo sistema de conversão. A juntar a isto, temos os sistemas solares térmicos para ajuda na geração de águas quentes sanitárias. Como se depreende, todo este sistema para gerar conforto térmico, é diversificado, e para que funcione afinado, obriga a manutenção preventiva e registos semanais de funcionamento, para que possamos aferir do bom desempenho dos mesmos (conforme as especificações). Como disse Peter Drucker, embora para um contexto mais abrangente, "Ninguém consegue gerir o que não consegue medir".

Voltando ao título, a sustentabilidade também se potencia pela via da poupança. E é verdade em todas as áreas.

Votos de uma Páscoa Feliz: para os nossos colaboradores, leitores, clientes e amigos.

João M. C. Domingues
Mesário Vice-Provedor

"Partidas de Carnaval de antigamente"

O Carnaval não é Carnaval sem partidas. Algumas brincadeiras eram muito divertidas e algumas eram também um pouco perigosas. No entanto, estas partidas eram muito populares durante o Carnaval há alguns anos atrás. Quem não se lembra destas:

- Raspas (bocados de papel que eram raspados em paredes e muros e estalavam, deixando os dedos a cheirar a queimado. Era fascinante...);
- Bombinhas de mau cheiro;
- Estalinhos;
- Bombinhas de água...

Não era raro um rapaz disfarçar-se de velhote e ser "atacado" por outros rapazes ou cair ao chão. Qual não era o espanto dos passantes que querendo ajudar o "velhote", viam todos os rapazes fugirem e rirem às gargalhadas pela rua

fora. Outras vezes, usavam-se linhas de pesca presas a um porta-moedas. Assim que as pessoas se aproximavam-se para apanhar o porta-moeda, puxavam-no de repente.

Os rapazes prendiam ainda linhas de pesca a uma meia preta para imitar um bicho e durante a noite colocavam esses fios num muro. quando as pessoas passavam junto ao muro, enrolavam-se nas linhas e arrestavam o "bicho". As pessoas amedrontavam-se com tal situação.

Outra partida popular consistia em prender latas presas aos carros para fazerem um barulho ensurdecedor quando andavam na rua.

Como diz o ditado: "É Carnaval, ninguém leva a mal!"

Colaboradora de SAD

Histórias de Maria... correm nas veias!



Maria tem a pele mais macia do mundo...

E muitas histórias, nestas veias, para contar...

É, para nós, cuidadores, um verdadeiro privilégio estar, dia a dia, ao lado destes seres repletos de sabedoria, De vida, vida tão vivida, Cheia, repleta, de tantas, e tantas, histórias para contar!

Sim...nestas veias correm muitas histórias, e nós somos gratos ao escutá-las...

Correm como um rio...

Histórias deste, e de outros tempos, Histórias felizes, alegres, Histórias tristes, com muitas lágrimas, choros, agonias...

Histórias, muitas histórias!

Bem hajam todos os idosos desta casa, que nos enchem a alma e o coração, com as suas histórias!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

Quaresma com Cérebro Ativo!

A Quaresma é tradicionalmente um período de reflexão, disciplina e renovação espiritual. No entanto, esta também pode ser uma ótima oportunidade para treinar a sua cognição e manter o cérebro ativo, promovendo tanto o bem-estar mental quanto o crescimento pessoal. Com uma rotina mais focada e o desejo de blindar o cérebro propomos algumas atividades:

1. Desafios de Memória

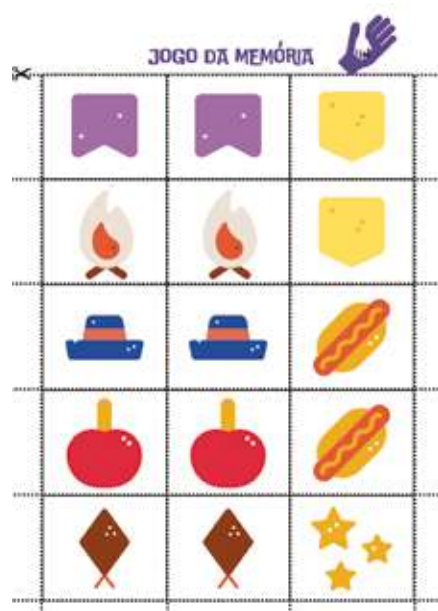
A memória é uma das capacidades cognitivas mais importantes e que, com o tempo, pode ser aprimorada com a prática constante. Pode desafiar-se a recordar tradições religiosas, pormenorizadamente, ou memorizar pequenas listas ou até mesmo passagens de textos que tenha lido.

2. Palavras Cruzadas e Sudoku

Quebra-cabeças são formas clássicas de treino cognitivo. Estes jogos ajudam a melhorar a capacidade de raciocínio lógico, a memória e a resolução de problemas.

3. Leitura

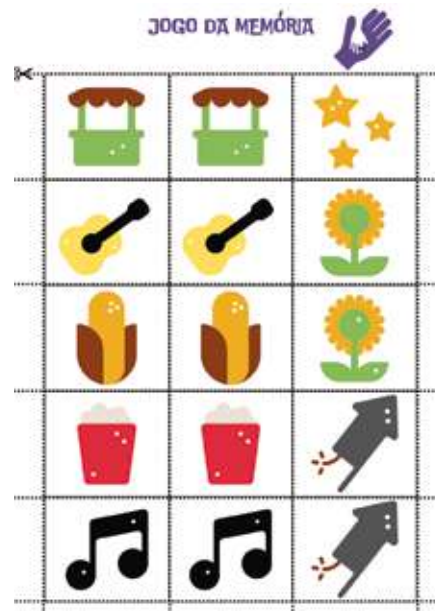
Ler livros ou textos que estimulem a reflexão e o autoconhecimento podem ser uma maneira excelente de manter o cérebro ativo. Pode escolher literatura mais densa, ou outro tipo mais simples ou que vá simplesmente ao encontro das suas áreas de interesse. Com a leitura



está a desafiar o seu pensamento, as memórias e até a ampliar o seu conhecimento.

4. Aprender Algo Novo

A Quaresma é um ótimo momento para aprender algo novo, seja uma nova competência, uma prática manual ou um conhecimento mais intelectual. Isso pode incluir uma nova língua, técnicas de fotografia, renda, receitas ou até mesmo competências digitais.



5. Jogos de Estratégia

Jogos de tabuleiro ou que envolvam estratégias, como xadrez, damas, ou até jogos de cartas, são uma maneira divertida de treinar o cérebro. Estes estimularão a tomada de decisões rápidas, o planeamento executivo e a resolução de problemas complexos. Além disso, se jogado com outras pessoas, está a promover a interação social, muito importante para o seu bem-estar geral.

6. Escrita Criativa ou Diário

Escrever é uma atividade altamente recomendada, seja escrever histórias curtas ou escrever reflexões sobre o seu dia. A escrita ajuda a melhorar a criatividade, a memória e o bem-estar geral. Durante a Quaresma, pode definir o objetivo de escrever todos os dias sobre as suas experiências, sentimentos ou até mesmo criar pequenos contos.

7. Exercícios de Atenção e Foco

Existem diversos exercícios que ajudam a melhorar a atenção e o foco. Ao olhar uma tarefa rotineira de forma consciente, observando cada detalhe, ajuda o cérebro a manter a concentração em situações mais complexas e melhorar a capacidade multitarefa. Outro exercício pode ser elaborar listas de palavras pertencentes a uma mesma categoria, ou desafiar-se a encontrar várias coisas de uma mesma cor à sua volta.

Em suma, ao aproveitar a Quaresma para realizar desafios cognitivos e manter o cérebro ativo, não está apenas a estimular diferentes áreas do cérebro, mas também a criar maior plasticidade neuronal e a favorecer a sua reserva cognitiva. Ao incluir estes desafios na sua rotina, consegue um equilíbrio entre estimulação cognitiva, relaxamento e renovação espiritual e mental.

EQUIPA MEMORIZAR

O que vivemos em março

Março é um mês bonito porque traz a primavera e os dias grandes. Na CAR é um mês importante porque para além das festas de aniversário habituais, traz também o Dia do Pai e o início da feira de março que significa na nossa casa, farturas, carroceis e concertos.

Este março trouxe para a nossa casa mais duas jovens e não sabemos se não poderá acontecer ainda outro acolhimento. Somos uma casa sempre pronta para receber e acolher!



O acolhimento de jovens em risco, representa, mesmo com a resistência delas, uma oportunidade de mudança e um caminho novo e diferente para um futuro mais seguro e promissor. Muitas destas jovens, mesmo sem terem consciência, enfrentam situações de grande vulnerabilidade, que comprometem o seu desenvolvimento pessoal e emocional. Criar espaços

seguros para estas meninas é fundamental para lhes proporcionar a estabilidade necessária para reconstruírem as suas vidas.

As casas de acolhimento residencial, como a nossa, desempenham um papel essencial ao oferecer não apenas o abrigo, mas também acompanhamento psicológico, educação e oportunidades de integração social. Um ambiente acolhedor e estruturado, com as regras e os limites claros e bem definidos, permite que estas jovens recuperem a sua autoestima e desenvolvam competências essenciais para a vida adulta responsável.

Esperamos que o impacto positivo do acolhimento se reflita posteriormente na sociedade como um todo. Ao apoiar estas jovens, acreditamos que estamos a ajudar a reduzir o risco da perpetuação dos ciclos de violência e exclusão social. Muitas das jovens acolhidas tornam-se exemplos de resiliência e inspiração para outras jovens na mesma situação. Investir no acolhimento de jovens em risco não é apenas um ato de solidariedade, mas uma aposta no futuro. Com a boa vontade delas e a nossa ajuda, estas jovens têm a possibilidade de quebrar barreiras, superar desafios e alcançar os seus sonhos, tornando-se agentes de mudança e esperança na nossa sociedade.

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

A importância da Higiene Oral na Infância

A higiene oral infantil pode influenciar de forma positiva o bem-estar das crianças. Nesta fase da vida, adquirimos hábitos que irão acompanhar-nos até sermos adultos. Os pais são então responsáveis por criar rotinas de saúde oral que motivem os seus filhos a manter hábitos saudáveis durante toda a sua vida.

As cáries aparecem quando não há uma boa higiene oral e estão presentes em maus hábitos alimentares, seja em bebés, crianças ou adultos. A melhor forma de prevenir o seu aparecimento é escovar os dentes regularmente desde a mais tenra idade. Como as crianças, e principalmente os bebés, não conseguem fazer uma limpeza mais profunda, dependem dos seus pais para que os dentes sejam limpos corretamente, e do médico para acompanhar a criança e perceber se está tudo a ser realizado da forma mais correta.

A dieta de uma criança também é um



fator determinante no aparecimento de cáries, sendo que existe um risco mais elevado de estas se formarem sobretudo quando a dieta é rica em alimentos com muito açúcar. Por isso, o mais importante é mesmo prevenir, adotando uma alimentação saudável, criando desde muito cedo hábitos de higiene oral, bem como idas regulares ao dentista.

CENTRO INFANTIL

"Partidas de Carnaval de antigamente"

O Carnaval não é Carnaval sem partidas. Algumas brincadeiras eram muito divertidas e algumas eram também um pouco perigosas. No entanto, estas partidas eram muito populares durante o Carnaval há alguns anos atrás. Quem não se lembra destas:

- Raspas (bocados de papel que eram raspados em paredes e muros e estalavam, deixando os dedos a cheirar a queimado. Era fascinante...);
- Bombinhas de mau cheiro;
- Estalinhos;
- Bombinhas de água...

Não era raro um rapaz disfarçar-se de velhote e ser "atacado" por outros rapazes ou cair ao chão. Qual não era o espanto dos passantes que querendo ajudar o "velhote", viam todos os rapazes fugirem e rirem às gargalhadas pela rua

fora. Outras vezes, usavam-se linhas de pesca presas a um porta-moedas. Assim que as pessoas se aproximavam-se para apanhar o porta-moeda, puxavam-no de repente.

Os rapazes prendiam ainda linhas de pesca a uma meia preta para imitar um bicho e durante a noite colocavam esses fios num muro. Quando as pessoas passavam junto ao muro, enrolavam-se nas linhas e arrestavam o "bicho". As pessoas amedrontavam-se com tal situação.

Outra partida popular consistia em prender latas presas aos carros para fazerem um barulho ensurdecido quando andavam na rua.

Como diz o ditado: "É Carnaval, ninguém leva a mal"!

Colaboradora de SAD

Histórias de Maria... correm nas veias!



Maria tem a pele mais macia do mundo...

E muitas histórias, nestas veias, para contar...

É, para nós, cuidadores, um verdadeiro privilégio estar, dia a dia, ao lado destes seres repletos de sabedoria, De vida, vida tão vivida, Cheia, repleta, de tantas, e tantas, histórias para contar!

Sim... nestas veias correm muitas histórias, e nós somos gratos ao escutá-las...

Correm como um rio...

Histórias deste, e de outros tempos, Histórias felizes, alegres, Histórias tristes, com muitas lágrimas, choros, agonias...

Histórias, muitas histórias!

Bem hajam todos os idosos desta casa, que nos encham a alma e o coração, com as suas histórias!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS



SERVIÇOS
DE NUTRIÇÃO
MARQUE
A SUA AVALIAÇÃO
GRATUITA

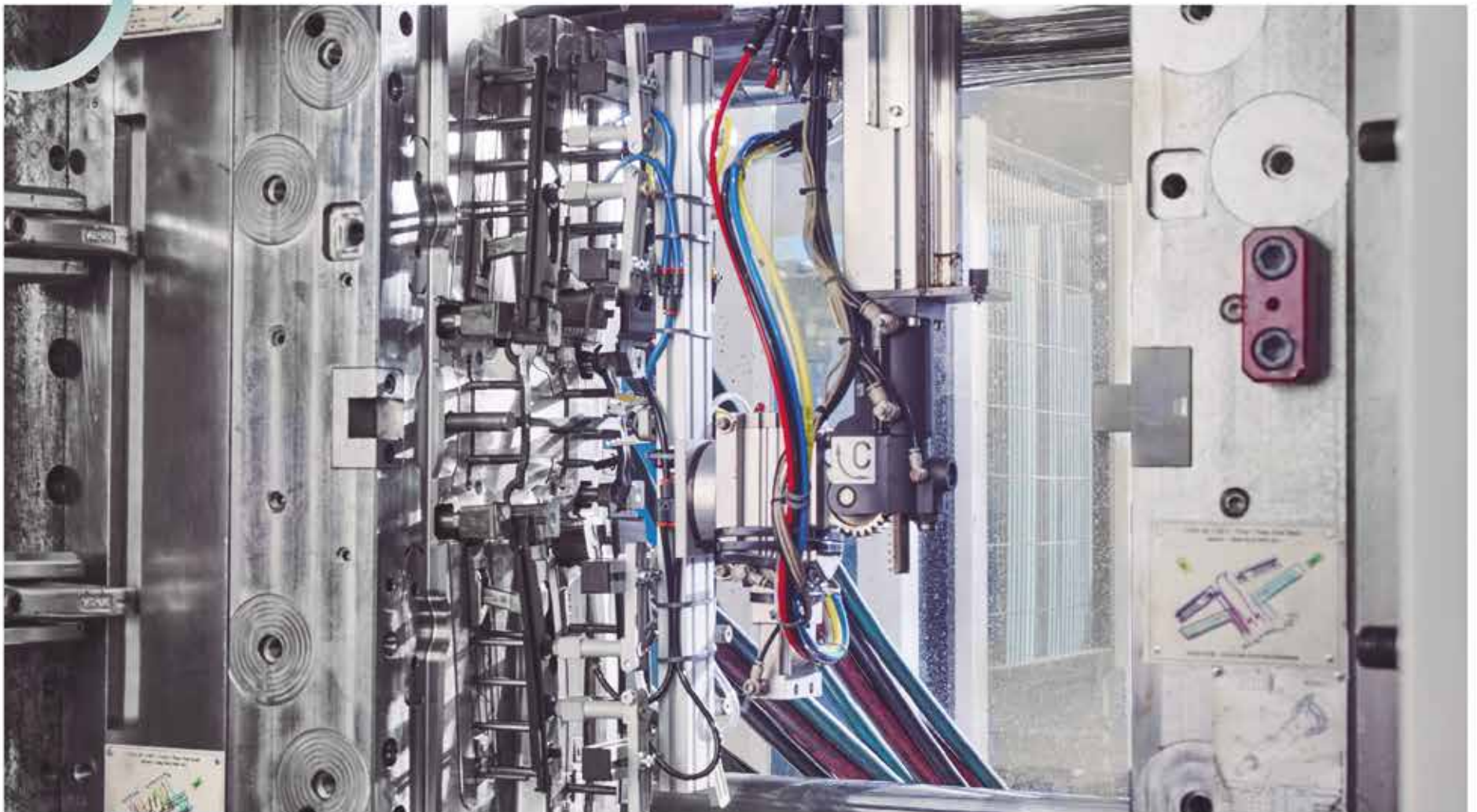
☎ 962 303 009

farmácia
tiro



INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



BREVES

CULTURA. A Biblioteca Municipal João Grave vai receber, a 2 de abril, mais uma sessão do atelier “A 2 é Melhor”, na sua sala de leitura. O projeto em causa, segundo informação divulgada pela Câmara, “pretende promover o contacto com o livro e a leitura desde o nascimento, reforçando as competências do bebé e da família” e baseia-se no pressuposto de que “não há idade para começar a ler”. A sessão começa às 10 horas.

FORMAÇÃO. No âmbito da iniciativa “Formação+Próxima”, vai acontecer, nos dias 24 e 25 de março, entre as 18.30 e as 21.30 horas, a formação “Fotografia para comércio nas redes sociais – sessões práticas”. Com Romeu Bio como formador, a ação tem como objetivo fornecer aos agentes económicos ferramentas de promoção e de divulgação dos seus produtos e serviços. Decorre no Núcleo Empresarial de Vagos.

ARTESANATO. A FaaVa – Feira de Artesanato e Antiguidades de Vagos regressa ao centro da vila de Vagos, a 6 de abril, e tem inscrições abertas para expositores. Todos os anos, o certame tem acontecido, entre março e outubro, no primeiro domingo de cada mês. “Podem participar todos os cidadãos, artesãos, empresários em nome individual e coletivo, associações sociais, culturais, desportivas e recreativas, que residam ou tenham sede no concelho de Vagos”, convida o município.

DESPORTO. A praia da Vagueira (Praia Nova) volta a receber, nos dias 22 e 23 de março, uma competição de surf, com o Circuito Regional de Surf do Norte. Vão estar em competição as categorias de sub-16 e sub-18 femininas, além das de sub-12 e de sub-16. A organização está a cargo da Federação Portuguesa de Surf, com apoio da Associação de Surfistas de Vagos e da Câmara Municipal.

S.F.

DESPORTO

A centralização das receitas TV e a competitividade do Futebol Português

Em setembro de 2023 realizámos nesta coluna uma análise à competitividade do Futebol português, servindo-nos de vários indicadores, entre os quais os orçamentos dos clubes /SADs participantes na Liga Profissional portuguesa.

Concluimos, então, que 13 dos 18 clubes participantes (cerca de 70%) tinham orçamentos entre os 5 e os 8 milhões de Euros; os 3 “grandes” orçamentos a rondar os 100 milhões de euros (20 vezes superiores aos “outros” e, no meio, o Braga e o Guimarães com orçamentos intermédios de 20-40 milhões de Euros.

Concluiu-se, portanto, pela grande desigualdade competitiva do Futebol português e dissemos, então, que seria importante diminuir o “fosso” entre os 3 “grandes” e os restantes clubes e que isso só seria possível pela redistribuição das receitas televisivas. Só assim se garantiria um aumento dos orçamentos dos clubes, da qualidade dos atletas e do equilíbrio competitivo da Liga Portuguesa.

As receitas televisivas

Atualmente os 3 “grandes” negociam diretamente com as televisões (recebendo cada um, valores entre os 50 e os 60 milhões anuais) e tendo contratos válidos até 2025/26 (Benfica) e 2027/28 (Sporting e FC Porto). Os restantes clubes têm receitas distribuídas diretamente pelas televisões que correspondem a 7 milhões de euros anuais.

Ora, a Lei estabelece que a partir de 2028/29 (com o fim dos contratos dos 3 “grandes”) os direitos televisivos deverão ser negociados de forma centralizada pela Liga de Clubes e as respetivas receitas distribuídas pelos clubes (de forma mais equitativa, subentende-se).

Mas, para que isso aconteça, a Liga de Clubes e a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) terão de apresentar, até junho de 2026, uma proposta de modelo de centralização de receitas, que terá de ser submetida (e aprovada) à Autoridade da Concorrência. Caso não exista acordo entre os clubes, será o Governo a decidir, legislando nesse sentido.

É claro que os acordos vão ser difíceis de

obter, porque os 3 “grandes” não querem perder o valor das receitas atuais e os clubes mais pequenos, que têm nas receitas televisivas a principal fonte de receita, querem subir (e muito) essas receitas.

RANK	LEAGUE	COUNTRY	MARKET VALUE
1	PREMIER LEAGUE	ENGLAND	€2.39B
2	LALIGA	SPAIN	€1.20B
3	SERIE A	ITALY	€1.05B
4	BUNDESLIGA	GERMANY	€1.01B
5	LIGUE 1	FRANCE	€1.00B
6	LIGA NOS	PORTUGAL	€1.20B
7	CHAMPIONS	EUROPE	€1.20B
8	EUROPA LEAGUE	EUROPE	€1.00B
9	PREMIER LEAGUE	ENGLAND	€1.00B
10	EREDIVISIE	NETHERLANDS	€844.5M

A Liga de Clubes, num cálculo muito otimista, calcula que a receita global andará pelos 300 milhões de euros – que seria o valor a distribuir por todos os clubes

participantes.

Vamos aguardar, portanto, os novos desenvolvimentos (porque o financiamento é uma questão estrutural e de grande importância) e a eleição da nova direção da Liga de Clubes é um fator de grande importância, neste processo. Terminamos com o que escrevemos aqui em setembro de 2023 (há mais de ano e meio): “O Sporting, o Benfica e o FC Porto arrecadam a maior parte destas receitas televisivas: por um lado, é justo, porque têm grandes massas de adeptos; por outro é injusto, porque não jogam sozinhos e os restantes clubes não são parceiros menores. A melhoria da qualidade do Futebol português passa por um maior nivelamento dos 18 clubes da primeira Liga”.

Vamos aguardar para ver... mas, quem quiser, sempre pode consultar a Tese de Mestrado “Os direitos televisivos do Futebol Português: análise do modelo atual e de um modelo alternativo” (Nuno Brissos de Almeida, FMH, Universidade de Lisboa)

Paulo Branco

Centro Social Paroquial de Santo António

Este mês de fevereiro começou com uma doce celebração: o Dia da Nutella! Os nossos idosos reuniram-se para confeccionar deliciosos crepes, que foram um verdadeiro sucesso no lanche.

Para além de saborear essa iguaria, também aproveitamos para celebrar o Amor, a Amizade e o Carinho, criando o kit Valentim, uma forma carinhosa de oferecer afeto aos nossos amigos e familiares. Aproveitamos e gravamos um pequeno vídeo com mensagens de carinho para aqueles que mais amamos tendo tido sucesso nas redes sociais!

Mesmo com os dias chuvosos e cinzentos, a alegria e a dedicação brilharam ao longo do mês, especialmente na confeção das ornamentações para o Carnaval que foram utilizadas numa atividade interinstitucional alusiva as “Tradições do Mundo”. O Nosso Lar teve a honra de representar o Havaí, trazendo cores e ritmos tropicais. Foi uma tarde cheia de animação onde não faltou a dança, queremos agradecer às Instituições organizadoras que tornaram este evento inesquecível!



Além das festividades, ainda encontramos tempo para as atividades cognitivas, físicas e de manualidades, todas essenciais para o bem-estar e a



socialização dos nossos residentes. Fevereiro, sem dúvida, foi um mês repleto de folia, alegria e momentos bem vividos!





Mistolin Pro celebra conquistas e novos projetos em Gala Anual

No passado dia 21 de fevereiro, a **Mistolin Pro** reuniu-se na Quinta das Azenhas do Boco, em Vagos, para a sua Gala Anual, um evento marcado pela partilha, inovação e reconhecimento. A gala contou com diversos momentos distintos, incluindo apresentações sobre temas estratégicos, como a **importância da comunidade, sustentabilidade e certificações de qualidade**, bem como a apresentação da nova marca **Momami** e o **lançamento de novos projetos e produtos para 2025**. Os gestores de conta da empresa também tiveram oportunidade de abordar as suas áreas de atuação, com especial foco nos setores Horeca, Facility Service e Economia Social.

O evento foi ainda palco de **entregas de prémios, reconhecimentos e menções honrosas**, distinguindo colaboradores e parceiros pelo seu desempenho excecional em categorias como Melhor Vendedor (>20.000€ e >30.000€ mensais), Jovem Empreendedor e Envolvimento na Comunidade Digital, entre outras. Destacou-se a empresa Nordhigiene, distribuidor da região de Bragança, que conquistou o 1.º lugar no Campeonato Mistolin Pro na categoria de Distribuidor e Lavandaria.

Nordhigiene conquista 1º lugar no Campeonato Mistolin Pro



Para a **Diretora Executiva da Mistolin Pro, Inês Ribau**, esta gala representou um momento de grande significado: *'Estar junto dos nossos parceiros e distribuidores, partilhando este espírito de união e proximidade, reforça aquilo em que acreditamos: crescemos mais e melhor quando caminhamos lado a lado. Este evento foi a celebração das nossas conquistas, mas, acima de tudo, a reafirmação do compromisso que nos une aos nossos parceiros.'* Com esta iniciativa, a **Mistolin Pro** reforça a sua aposta na inovação, na qualidade e no fortalecimento das relações com a sua comunidade de colaboradores e distribuidores, preparando-se para mais um ano de crescimento e desafios.



Associação Betel - Ponte de Vagos

Sabemos que, nos dias de hoje, é um desafio encontrar alternativas saudáveis e saborosas para os lanches das crianças, especialmente quando o tempo é limitado e as opções prontas estão ao alcance de todos.

Vivemos numa era em que a alimentação das crianças está cada vez mais centrada em opções rápidas, mas muitas vezes pouco saudáveis. O consumo elevado de açúcares adicionados nos primeiros anos de vida torna-se uma preocupação crescente, pois pode influenciar o desenvolvimento infantil e aumentar o risco de problemas de saúde a longo prazo.

No âmbito da Formação Parental, a Associação BETEL realizou, no mês de fevereiro, um workshop e showcooking direcionados a pais e familiares. O workshop, direcionado para as questões alimentares, teve o seu foco no tema "O papel do Açúcar na Criança" e foi orientado pela Nutricionista Maria João Rosa, que mostrou como é possível oferecer alternativas saborosas, simples e cheias de nutrientes, às crianças, de forma mais saudável, sensibilizando as famílias para a importância de escolhas alimentares mais conscientes.

Foi realizado um showcooking, em que foram elaborados alguns lanches



alternativos e bastante saborosos. A degustação foi o culminar da sessão em se aproveitou o momento de convívio para partilhas, dúvidas e algumas sugestões.



Associação Boa Hora

Associação Boa Hora abre o mês de março com a folia e animação característica desta época carnavalesca, marcada pelo desfile interjocional - com as respostas sociais da Infância e Terceira Idade, durante as interrupções letivas de Carnaval.

Para além desta atividade, a Associação Boa Hora, juntamente com a Santa Casa da Misericórdia de Vagos, organizou a festa de Carnaval Interinstitucional, com o objetivo promover o convívio entre utentes das IPSS's do Município de Vagos e Extrajenária. O local escolhido foi o Polo de Eventos da EPADRV - Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Vagos, palco de um emocionante desfile com o tema "Viagens pelo Mundo". Todos os idosos das instituições participantes exibiram fantasias e coreografias inspiradas em diferentes países e culturas, proporcionando um verdadeiro espetáculo de cor, música e tradições. A criatividade na execução dos trajés típicos obteve destaque, com fantasias que iam dos charmosos trajés minhotos até às exóticas vestes egípcias. Além do convívio e diversão, a iniciativa também teve como objetivo celebrar a diversidade cultural, promover a integração entre os nossos utentes, criando um impacto positivo na comunidade em geral.

Para sinalizar o Dia Internacional da Mulher, os idosos do Centro de Dia realizaram um vídeo especial com humor. Este vídeo retrata cenas engraçadas e esquetes humorísticas resultantes da consciencialização sobre os direitos das



mulheres, reconhecendo conquistas e a luta pela igualdade de género. A iniciativa foi de um grande sucesso, fortalecendo conexões sociais, o sentimento de pertença e de inclusão entre os nossos idosos.

Com aproximação do Dia do Pai, as várias respostas sociais da Infância estão-se a preparar para celebrar esta data especial com lembranças criativas e personalizadas. As preparações destas lembranças envolvem dedicação e carinho, resultando em presentes que carregam um significado especial. Cada presente é uma demonstração de amor e gratidão, tornando a data ainda mais especial para os pais.

A todos estes, votos de um Feliz Dia!

receitas

Papas de avoia no forno

- 160g flocos de avoia grandes
- 230ml leite magro
- 2 bananas maduras (cruzadas)
- 1 ovo
- 1 colher de sopa de canela
- 1 quadrado de chocolate preto 85%

Pré aquecer o forno a 190°C. Misturar os ingredientes base tanto o sopping (mistura de leite e ovos), levar ao forno durante 20 a 25min, até esquentar bastante por cima.

MANÍZITOS de chocolate

- 170g de farinha de avoia
- 1 colher de chá de fermento para bolos
- 200g de polvilho preto de baunilha
- Pinela de Sal
- Pipetas de chocolate negro para o recheio (opcional)
- Ocoo pinças (opcional)

Misturar bem a farinha, o sal e o pinela numa teca, até obter um preparado homogêneo. Tapar com um pano e deixar repousar 10 minutos. Dispor a massa numa superfície polvilhada com bastante farinha e amassar novamente. Estender e dividir a massa em 10 mini bolinhas, recheá-las com pipetas de chocolate e pinçar com um pouco de ovo batido (opcional). Levar ao forno pré aquecido a 190°C durante 10 minutos.

Centro Social da Freguesia de Soza

No dia 8 de março, comemoramos o Dia Internacional da Mulher, uma data que simboliza a luta por direitos, igualdade e reconhecimento das conquistas femininas ao longo da história. Este ano, o Centro Social fez questão de celebrar esta data de forma especial, demonstrando apreciação a todas as mulheres que contribuem diariamente para o bem-estar das nossas crianças.

As educadoras do centro social, sempre atentas às necessidades das mulheres que trabalham na creche, prepararam um gesto carinhoso para marcar esta ocasião. Cada mulher recebeu um miminho, uma forma simples, mas significativa, de agradecimento pelo seu esforço e dedicação. Esses gestos de carinho são essenciais para criar um ambiente de reconhecimento e valorização das mulheres que, com empenho e amor, moldam o futuro das nossas crianças.

Este gesto simbólico é um lembrete da força feminina e da importância do apoio mútuo.

Neste Dia da Mulher, celebramos não apenas as conquistas que já foram alcançadas, mas também a força e a resiliência de todas as mulheres da nossa Instituição. Que continuemos a lutar por um mundo mais igualitário, onde todas as vozes sejam ouvidas e valorizadas.



Centro Social e Paroquial de Calvão

Carnaval do CSPC: Alegria, Confetes e Serpentinhas!

No passado dia 3 de março, o Centro Social e Paroquial de Calvão viveu um dia de pura diversão e criatividade com o seu tradicional Carnaval! Os meninos, cheios de energia e imaginação, apareceram mascarados como mais gostavam. Houve de tudo um pouco: super-heróis, princesas, animais e até personagens de filmes que só existiam na fantasia de cada um.

A festa realizou-se dentro das instalações da instituição, garantindo a segurança e a alegria de todos, com a presença de todas as valências, que participaram a todo o vapor. Desde os pequeninos até

próximo ano! aos mais velhos, todos desfilaram e entraram no clima carnavalesco.

Os pais, ansiosos para verem as criações dos filhos, puderam acompanhar de perto este momento de pura magia e diversão. E como não podia faltar, houve uma chuva de confetes e serpentinas que fez com que todos entrassem no espírito de festa.

O Carnaval do CSPC foi um verdadeiro sucesso, onde a alegria e a criatividade dos pequenos brilharam mais do que nunca! Já estamos ansiosos para o



CA **SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO**

Ouvi dizer que procura casa!

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

SIMULE JÁ



TAXA MISTA



DECO PROTeste

O Crédito Agrícola obteve o selo "Escolha Acertada", da DECO PROTeste, na categoria de 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.

Sujeito a decisão de risco de crédito



Para mais informações:
creditoagricola.pt | [f](#) [@](#) [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


Crédito Agrícola

CASD Santa Catarina

Carnaval 2025

Este ano, infelizmente, no passado dia 3 de março a chuva impediu a realização do Carnaval na CASD Santa Catarina com a segurança e a qualidade que todos esperavam. A decisão de cancelar o desfile foi tomada com grande pesar, mas temos a certeza de que foi a melhor escolha para todos. Embora os festejos tenham sido mais restritos, realizaram-se de forma separada, em cada resposta social, com a promoção de um baile e um lanche de convívio para amigos e familiares.



O pré-escolar escolheu um tema livre, o CACI optou pelo tema "Música", e os seniores celebraram o Carnaval com o tema "Vila de Sorães". Já o pré-escolar, no dia 28 de fevereiro, promoveu um



desfile pela CASD Santa Catarina com o tema "Portugal".

Não faltou a animação habitual e a boa disposição que são características desta época festiva.



Associação de Solidariedade Social de Santo André de Vagos

Nomeação para a Gala Vaga D'ouro – Categoria Social



É com enorme satisfação e humildade que a Associação de Solidariedade Social de Santo André recebeu esta nomeação, que surge do empenho e dedicação de todos os colaboradores, membros da Direção e comunidade de Santo André que diariamente se dedicam a esta causa social. "Os sonhos comandam as obras" e estas surgem quando acreditamos, e foi assim que iniciámos a construção do Novo Centro Social em 2009 e passados 15 anos abrimos as portas com as novas respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, sem acordos com a Segurança Social que nos garanta a estabilidade financeira e mesmo assim, não baixámos os braços.

Queremos agradecer a todos os que acreditaram e continuam a acreditar em nós, certos de que iremos dar o nosso melhor por esta causa social que é de todos.

Obrigada ao Júri pela amabilidade.

Almoço de Carnaval

No passado dia 2 de março, a Associação promoveu um Almoço de Carnaval, de angariação de fundos para a Instituição. Mais uma vez contámos com a participação da Comunidade de Santo André e amigos que fizeram deste evento um sucesso. Um dia bem passado e animado, onde podemos disfrutar do Carnaval, ouvir música e dançar ao som da Animação promovida pelo grupo Duo Ricardo Silva. Agradecemos a todos os intervenientes que colaboraram direta ou indiretamente para que este evento fosse possível.



O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

Sobre uma foto: coisas antigas e de interesse!

Esta foto, onde aparecem o meu neto Tiago e a minha cunhada Alda, casada com o Sr. Armando Madaíl, traz-me muita recordação: era no tempo em que éramos felizes e nem sabíamos. Fazem cerca de trinta anos, e o local era o galinheiro meu e da Maria Lina, minha falecida esposa. O meu neto era um jovem de quatro ou cinco anos, fazia "diabruras" que nos levavam ao desespero: trepava aos telhados, dava machadadas na figueira da casa velha, inclusive, uma vez, nem sei bem porquê, lançou meia dúzia de ovos à parede, acabados de comprar (fica o reparo).

Era o tempo das festas de Soza, onde a minha mulher cozinhava para trinta: todas as sete irmãs, a contar com ela própria, e também os maridos e filhos e filhas das mesmas, e mais até os convidados. E havia vinho, havia leitão e chanfana, acima de tudo havia papas de abóbora e bilharacos, havia até pão cozido na lareira, como se fosse castanhas. Não faltava mesmo nada, nem companhia, nem festa, nem juventude, nem trabalho na realidade. Lembro-me mesmo muito bem, de lado a lado com a garagem onde montávamos a mesa para a festa: o meu humilde escritório.



Foi de lá que surgiram quase quatro décadas de "Eco de Vagos", que havia sido lançado sem registo em agosto do famoso ano abrilino de setenta e quatro. Os "donos" eram todos comunistas, não que isso tenha nada de mal, o que tinha de mal, era a lei do "agora já vale tudo" que se impôs a seguir à queda do Estado Novo. E muitos não queria que assim fosse, muitos queriam que a "outra senhora" voltasse, mas eu, João dos Santos Ferreira, nunca esqueci abril.

Das minhas cunhadas, principio pela Alda por aparecer na foto que ilustra o artigo: ainda hoje muito me acode e é muito minha amiga. Agora por ordem,

executando esta penúltima: Aldina que com noventa e um anos, vive na carvalheira com o seu marido Júlio "Caroço"; Emília já finada, vítima de muitas maleitas e um casamento que se viu terminado por viuvez do meu cunhado Lúcio, morte precoce a meu ver (mas a vida é mesmo assim); Maria de Lurdes, que já viuva do seu marido Telmo Barreto (que sofreu da doença de Parkinson's antes de partir), hoje sofre, como a minha mulher sofreu, de demência; Luísa, que casada com José Luís e sofrendo da mesma maleita, passa o tempo a cuidar do seu jardim lá para os lados de Bustos; e por último Virgínia, casada com Evaristo Silva, vive na Gafanha da Nazaré, onde a fui visitar faz cerca de três anos.

E eu, com os meus noventa e três, contados a dez de fevereiro desta volta ao sol, celebri com o meu único irmão vivo, Manuel Armando Ferreira, na sua casa, perto de Ílhavo. E houve bolachinhas e Porto... mas eu bebi tinto, que é a minha preferência.

É com algum saudosismo que vos falo de toda esta minha vida, pode parecer um lugar-comum, mas a vida é para aproveitar enquanto há. Deixo o exemplo: saudando todos e todas por quem

passo, hoje começo a notar o reraar na resposta, ou por não ouvirem ou por não quererem gastar saliva. E é com alento e felicidade que levo os dias, pelos menos o mais que posso. Até cedo, ávidos leitores da quarta e atual edição do "Eco de Vagos", pertença da Santa Casa da Misericórdia, para a qual, depois de chamado, ainda não falhei um número.

Mais haveria a falar, mas por ora, sublinho o que já me parece óbvio: o hoje é que importa.

João dos Santos Ferreira



02
abr. '25



Qual é a tua vocação?

Workshops | Expositores | Consultório | Performances

Pavilhão do Colégio de Calvão
10h00 - 17h00



WWW.CM-VAGOS.PT



/ MUNICIPIOVAGOS



município de
Vagos