



## MÚSICO VAGUENSE QUER PÔR O “PLANETA A CANTAR”

Paulo Gravato aventura-se no mundo das canções infantis, com disco e com espetáculo que engloba música e teatro

PÁG. 5

### VAGOS SENSATION GOURMET ARRANCA NO DIA 30

PÁG. 4



### PRIMEIRO MINISTRO VISITOU FÁBRICA EM SOZA

PÁG. 6



### IMIGRANTES VENEZUELANOS CRIAM ASSOCIAÇÃO “REGÂSPERANÇA”

SUP. III

### CAMPANHA QUER PREVENIR AFOGAMENTOS NAS PRAIAS

PÁG. 4

## EDITORIAL “Made in” Portugal

Há poucos dias, em conversa com amigos após uma entrevista que fiz, constava o óbvio – que não é por ser óbvio que deixa de indignar: continuamos a não valorizar o que é nosso. Os nossos – seja o nosso país, a nossa terra ou a nossa empresa, por exemplo – são, muitas vezes, os últimos a valorizar-nos. Não sei se isto está no sangue português, ou se o ser humano é assim no geral. Mas o certo é que continua a ser uma realidade.

Há uma tendência crescente, desde há alguns anos, para se tentar valorizar, cada vez mais, produtos com origem em Portugal. Certifica-se queijo, azeite e ovos moles. Depois, acena-se aos clientes com o selo “made in Portugal”, seja nas roupas, nos bikinis ou no calçado. E, na

verdade, parecem existir cada vez mais consumidores preocupados em adquirir produtos e serviços cem por cento portugueses, de forma a impulsionarem a nossa economia. Mas, depois, apostamos assim tanto nas nossas pessoas? Não. A realidade é que não apostamos.

A emigração não é, de todo, o único exemplo da falta de aposta no que é “nosso”, mas é, talvez, a mais flagrante. Somos um povo de emigrantes há décadas e, em pleno 2023, continuamos a sê-lo. Se é certo que já houve épocas em que os números da emigração foram mais altos do que aqueles que se registam atualmente, isso não significa que, hoje em dia, não continuem a sair

de Portugal, todos os dias, portugueses em busca de uma vida melhor, deixando para trás um país que não os valorizou.

São esses mesmos portugueses que, chegado o verão, regressam. Não tarda, em julho ou agosto, estão aí. E mesmo que muitas vezes sejam olhados com desdém e rotulados de uma forma pejorativa, são os primeiros a chegarem e a suspirarem com o nosso sol, as nossas praias e as nossas planícies, ao mesmo tempo que aconchegam a alma numa fatia de broa com uma sardinha assada.

São esses mesmos portugueses, muitos deles, que “lá fora”, durante os restantes 11 meses do ano, são vistos pelos patrões estrangeiros como o melhor servente, o



melhor engenheiro, o melhor enfermeiro ou a melhor empregada de limpeza. São nossos, tão “made in Portugal” como os sapatos que veem à venda numa loja em França e que os fazem dizer ao vendedor, com orgulho: “isto é feito no meu país”. Num país seu, que os deixou ir. Abracemo-los, pelo menos, quando regressarem.

DIRETORA DO JORNAL

## EFEMÉRIDE

### Quando Carlos Lopes foi campeão a passo... de vitelo

**RECORDISTA CANSADO.** Faz 39 anos em agosto que Carlos Lopes venceu a prova de maratona dos Jogos de 1984, tornando-se o primeiro atleta português a ser medalhado, com ouro, nos Jogos Olímpicos. E terá sido, nessa qualidade, que marcou presença em Vagos, um ano depois (maio de 1985), na confraternização do VII Dia do Agricultor.

Os tempos ainda eram de abundância, embora a produção leiteira tivesse registado acentuada quebra, menos 1,7 milhões de litros, no concelho. Aliás, por força do aumento das taxas de juro, e da subida generalizada dos materiais e equipamentos das salas de ordenha, tinham sido onerados os encargos daquela organização. Ou seja, em 1984 apresentava resultados positivos de “apenas” 4.334 contos, contra os 17.313 registados no ano anterior. «Os tempos que se

avizinham não vão ser fáceis, e a lavoura em Vagos pode vir a sofrer um duro golpe com a entrada, em breve, na CEE», tinha avisado o técnico da cooperativa, João Domingos Paula.

Mas voltemos a Carlos Lopes. O campeão olímpico era amigo de João Pandeirada, presidente da direção da Cooperativa. Daí ter aceite o convite (trouxe a mulher Teresa e um dos filhos, Pedro), para se juntar ao “povo” de Vagos. E seria em festa que o atleta foi recebido, no estádio municipal, onde dezenas de populares, na sua maioria jovens, lhe pediram autógrafos e o pegavam ao colo, em delírio. A certa altura já não podia mais, estava mesmo esgotado. Prontamente recolhido pela ambulância dos Bombeiros, foi levado para sítio seguro, onde repousou. «Uff, cansei-me mais hoje aqui a dar autógrafos, do que quando ganhei a maratona olímpica em Los Angeles» - desabafava, satisfeito.



No meio da festa, o inesperado viria a acontecer. Na hora da despedida, Carlos Lopes seria chamado ao palco, onde havia vários ranchos folclóricos... e um vitelo! Fazendo as honras da casa, o presidente da Cooperativa entregou a sogra e o vitelo ao atleta. E explicou, com a simplicidade que lhe era peculiar, as razões da referida oferta: «em terra de gente do campo, em terra que é familiar aos animais, não seria descabido a oferta, pois também Carlos Lopes saiu de

gente humilde, do povo, e conseguiu guindar-se ao mais alto pódio do atletismo mundial».

Agradecido e sensibilizado com o gesto, Carlos Lopes ficou com um problema. «E agora, o que vou fazer com o vitelo?», questionou. Alguém alvitrou que o bicho fosse leiloado, entre os presentes, e o dinheiro entregue de imediato ao campeão. Porém, a esposa opôs-se firmemente, tendo mostrado desejo de conservar o vitelo, com o argumento de que o filho «nunca vai esquecer esta dádiva».

E não é que o vitelo do campeão, com direito a estábulo, foi mesmo parar a Lisboa? Enquanto tal não aconteceu, o animal acabaria por ser carinhosamente tratado, por Luís Real, reputado agricultor do Lombomeão.

Eduardo Jaques

## CONSULTÓRIO

### Défice Cognitivo Ligeiro - não é demência, não é envelhecimento saudável, o que será?

O Défice Cognitivo Ligeiro (DCL), atualmente chamado Perturbação Neurocognitiva Menor, é uma condição que fica entre o envelhecimento normal e formas mais graves de declínio cognitivo, como a demência. O envelhecimento natural caracteriza-se por um declínio natural das capacidades físicas e cognitivas, enquanto o DCL apresenta uma deterioração cognitiva mais agravada, porém não afeta significativamente o funcionamento diário.

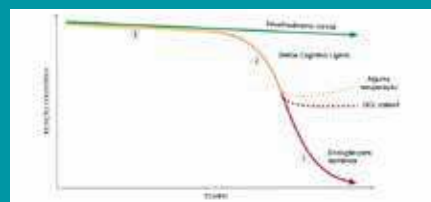
Esta doença apresenta diversos fatores de risco e o envelhecimento é dos que tem mais impacto. Assim,

o DCL afeta cerca de 10-20% das pessoas com 65 anos ou mais. Além da idade, outros fatores de risco são o tabagismo, consumo de álcool, obesidade, depressão e, as doenças cardiovasculares, como a hipertensão arterial e diabetes.

Um estilo de vida saudável, com atividade física regular, alimentação cuidada - seguindo uma dieta mediterrânica -, conviver com amigos ou conhecer novas pessoas e ter atividades de lazer são fatores que podem permitir um melhor envelhecimento, protegendo o nosso cérebro.

A deteção precoce desta entidade é

fundamental para a intervenção adequada, de modo a prevenir um agravamento cognitivo rápido e marcado. Os sinais precoces de DCL incluem lapsos de memória frequentes, problemas de atenção, dificuldade em encontrar palavras adequadas, particularmente nomear objetos.



O DCL serve como uma ponte entre o envelhecimento cognitivo normal e a demência. Entender e compreender esta doença é essencial para uma deteção precoce e intervenção adequada. Uma abordagem proativa, tanto pelos utentes como pelos profissionais, pode permitir implementar estratégias que consigam retardar o declínio cognitivo e melhorar a qualidade de vida.

Afonso Carvalho, Médico Interno USF Senhora de Vagos



\*Imagem adaptada de Hampel, H., Lista, S. The rising global tide of cognitive impairment. Nat Rev Neurol 12, 131-132 (2016). <https://doi.org/10.1038/nrneuro.2015.250>

## 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, Eduardo Jaques, João Ferreira, José Almeida, Agrupamento de Escolas de Vagos, Paulo Branco, Joaquim Plácido, Afonso Carvalho, João Domingues, UCC Vagos, 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:** [ecodevagos.pt](http://ecodevagos.pt)

**Design e Paginação** Madideias.com | **Impressão** FIG - INDÚSTRIAS GRÁFICAS, SA . Rua Adriano Lucas, nº 161 . 3020-265 Coimbra

## O sentido justo da vida

“.... No percurso fomos algumas vezes incomodados pelos lobos que nos atacavam, já nos Pirenéus...”

Esta frase está no livro de Manuel Martins Costa, de título “A gesta do emigrante pioneiro” relatando episódios reais da Gafanha da Boa Hora e do seu povo nos anos 50 até 2008. Terminada uma leitura de uma forma de sofrimento que levava os gafanhões a procurar trabalho no estrangeiro, imaginei que aqueles guerreiros estão agora retratados (o lado mais pobre) no livro que estou a ler de Lídia Jorge.

“Misericórdia” é o título que me despertou a atenção. Todos conhecemos a benevolência da amplitude semântica desse termo.

As palavras escritas são a narrativa da vida de uma senhora idosa durante o último ano da sua vida numa residência para a terceira idade, construída a partir da conversão de um hotel: o Hotel Paraíso. Nome fictício, mas ao qual se associa, por um lado, o simbolismo de um lugar de bem-estar e de felicidade, o céu e, por outro, nele se antevê a ironia, pois todos sabemos, mais ou menos, que

as instituições com este fim não são habitualmente vistas como paraísos.

A narrativa sobre a idosa que, na vida real, é uma senhora de posses que decide instalar-se nesta residência, soa melhor que o lar. A idosa desde que começou a sentir o peso da sua incapacidade física para cuidar de si, decidiu instalar-se neste hotel de muitas estrelas. Como não conseguia ler como lia antes e escrever a sua história, já não tinha força para segurar as canetas, os papéis e os livros, nas suas mãos cada vez mais débeis, tem um pequeno bloco de folhas brancas A8, onde vai escrevendo, a custo, com um lápis pequeno, pequenas frases, pequenas notas, pequenos versos. Além disso, tem um gravador para o qual vai falando. São deliciosos os diálogos da idosa com a filha, com a qual procura manter uma relação de autoridade maternal. Diálogos onde respiramos o cruzamento entre a realidade e a ficção.

Trata-se do relato dos acontecimentos que vão decorrendo naquele lugar, vistos por quem os vive. Das rotinas diárias pautadas pelas horas da higiene, das refeições e da medicação, do levantar e

do deitar. Dá-nos o testemunho das rivalidades entre os utentes, das paixões, dos ciúmes, dos arrufos, das conversas sobre o passado, da percepção que têm da vida lá fora, dá outra vida, aos que assistem sentados nos cadeirões ou nas cadeiras de rodas, as “charretes” como muitas lhe chamam, alinhadas num grande Salão Rosa, frente a uma televisão que os adormece e anestesia. Revela-nos as suas forças e as suas fraquezas.

Nos dias de festividades e horas destinadas às visitas há interrupções no calendário, dos outros dias, que mal se distinguem. Vestem-se ou vestem-nos com os melhores fatos. Penteiam-nos com mais cuidado. Neste livro, não assistimos apenas a episódios tristes, alguns motivados por comportamentos de falsos tratadores, assistimos, de igual modo, a atos de humanidade e amor por parte de outros que deles cuidam delicadamente, os acarinhos como se fossem seus, que os respeitam. Em todos os lados da vida há os dois grupos. De uma forma brilhante, leva-nos a uma reflexão aprofundada sobre aquilo que nos espera, a uma tomada de consciência sobre a inutilidade da vida



a partir do momento em que deixamos de servir para uma sociedade que valoriza o trabalho, o rendimento acelerado, o materialismo desenfreado, a ascensão social alucinada, sem tempo para viver e para amar. Não é fácil ler um livro como este, que nos coloca questões, que nos interpela, que nos provoca, que nos desafia. Trata-se de um exercício de leitura de uma beleza cruel. Faz-nos parar e indagar o sentido justo da vida.

Misericórdia!

Voltarei....e todos devemos ter um final de vida com sentido de justiça humana.

Joaquim Moreira Plácido

## Estatuto do Cuidador Informal (ECI)

O Estatuto do Cuidador Informal foi aprovado a 6 de setembro pela Lei nº 100/2019, que regula os direitos e os deveres do cuidador e da pessoa cuidada.

Para ser cuidador informal: possuir residência legal em território nacional; ter idade igual ou superior a 18 anos; apresentar condições físicas e psicológicas; ser conjugue ou unido de facto, parente ou afim, até ao 4º grau da linha reta ou linha colateral da pessoa cuidada; não ser titular de pensão de invalidez; o rendimento de referência do agregado familiar do Cuidador Informal Principal não pode ser igual ou superior a 1,3 do IAS (Indexante de Apoios Sociais).

Vantagens de ser Cuidador Informal: beneficiar de descanso do cuidador, de medidas de apoio, pertencer a grupos de autoajuda, obter formação especializada e promover a integração no mercado de trabalho quando termina a prestação de cuidados.

Por outro lado, o Cuidador Informal Principal deve cuidar da pessoa de forma permanente, sem ter emprego remunerado, viver na mesma habitação que a pessoa cuidada, ter a mesma

morada, não receber subsídio de desemprego e não receber remuneração pelos cuidados à pessoa cuidada. As vantagens de ser Cuidador Informal Principal são as de ter direito ao subsídio de apoio ao cuidador, se elegível, e acesso ao Seguro Social Voluntário.

Existe ainda o Cuidador Informal não Principal que beneficia da possibilidade de prestar os cuidados com a sua vida profissional, tendo acesso a teletrabalho por 4 anos e podendo beneficiar do regime de trabalhador-estudante.

Para pedir o estatuto do cuidador informal é necessário o documento de identificação válido, comprovativo de residência legal em Portugal, atestado médico da pessoa cuidada que ateste pleno uso das faculdades intelectuais ou ter regime de maior acompanhado, consentimento da pessoa cuidada, ter regulação do exercício das responsabilidades parentais quando aplicável e pertencer ao agregado familiar.

Alguns dos constrangimentos relativos ao cuidador informal devem-se ao facto do processo de candidatura ao estatuto

ser demasiado burocrático, o descanso do cuidador no âmbito da RNCCI implicar custos, os cuidadores sentirem-se defraudados por não terem direito ao Sistema de Apoio ao Cuidador de Idosos e o processo demorado do Sistema de Atribuição de Produtos de Apoio.

O Estatuto do Cuidador Informal tem assim como objetivos reconhecer e valorizar o papel do Cuidador, apoiar o Cuidador e proteger a Pessoa Cuidada, evitar/retardar o acolhimento institucional da Pessoa Cuidada, disponibilizar apoio institucional, operacionalizar um Plano de Intervenção Específico, prever acesso à proteção social - Seguro Social Voluntário ou registo de contribuições por equivalência (a definir em diploma próprio), atribuir Subsídio de Apoio, mediante condição de recursos, facilitar a conciliação da prestação de cuidados com a vida profissional e com a persecução de percursos de ensino e de formação, promover a reentrada no mercado de trabalho, preconizar benefícios fiscais (aguarda legislação específica) e capitaliza experiências e saberes através de processos de Reconhecimento Validação e Certificação de Competências do Estatuto do



Cuidador Informal.

O Estatuto do Cuidador Informal cessa com a invalidez permanente ou dependência do cuidador, não cumprimento dos deveres de Cuidador Informal, desistência ou morte do cuidador e/ou da pessoa cuidada e cessação da residência habitual ou legal em território nacional do cuidador e /ou da pessoa cuidada.

(Diário da República, 2019)

Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC Vagos)

Bibliografia: Diário da República. (2019). Assembleia da República Lei n.º 100/2019 de 6 de setembro do Diário da República (Estatuto do Cuidador Informal). In Diário da República. <https://data.dre.pt/eli/lei/100/2019/09/06/p/dre>

## Campanha “O Afonso Alerta” lançada para prevenir perigos balneares

### Nome da iniciativa é uma homenagem da Câmara de Vagos ao jovem que morreu, no ano passado, na praia da Vagueira

Afonso Cardoso, de 14 anos, morreu em junho do ano passado, no mar da praia da Vagueira, numa zona não vigiada. Agora, um ano volvido, o ex-aluno do Colégio Nossa Senhora da Apresentação de Calvão dá nome a uma campanha de sensibilização para os perigos da época balnear, lançada pela Câmara de Vagos, no início do mês, junto de mais de 1000 estudantes do 3º ciclo e do ensino secundário, que frequentam as escolas do município. “O Afonso Alerta” vai estar presente nas praias o verão todo, com conselhos para que novas tragédias não se repitam.

que devem ser adotados pelos jovens, nomeadamente, em caso de emergência, ser importante chamar o nadador salvador ou ligar, no imediato, para o 112, quando se depararem com alguém que esteja na água em aflição.

“Respeito é mesmo a palavra a utilizar em termos de prevenção. Tudo o que existe pode servir para efeitos, simultaneamente, positivos ou negativos, dependendo do uso que cada um de nós lhe queiramos dar”, sublinhou, por seu turno, Luís Oliveira, diretor do colégio que Afonso Cardoso frequentava,



Silvério Regalado, presidente da Câmara, adiantou que o nome da campanha “resulta de uma promessa feita à família do Afonso, para que a tragédia que ele sofreu possa, de alguma forma, contribuir para que outros jovens possam ficar mais sensibilizados e, assim, evitar situações de risco”.

Os agueiros existentes no mar, nas praias da região, estiveram em destaque no lançamento da iniciativa “O Afonso Alerta”, com Vítor Conceição Dias, comandante da Capitania do Porto de Aveiro, a dirigir a sua intervenção para o perigo que os mesmos representam, dando dicas de “como os identificar e o comportamento que se deve ter numa situação deste tipo”.

Miguel Sá, coordenador municipal de Proteção Civil da Câmara Municipal, também deu uma atenção especial à questão dos agueiros e aos comportamentos

recordando aos jovens presentes a tragédia que vitimou o colega. “Que não volte a suceder. Isso só acontecerá se todos cumprirmos as medidas de prevenção”, frisou o diretor.

Na sessão de apresentação da campanha, foram deixados aos jovens vários conselhos, para disfrutarem da época balnear – que teve início a 10 de junho – em segurança. E Hugo Martinho, diretor do Agrupamento de Escolas de Vagos, referiu que “tem existido, ao longo do tempo, uma preocupação de todos os alunos saberem nadar e frequentarem aulas de natação”.

A campanha “O Afonso Alerta”, segundo a Câmara, vai nortear “toda a estratégia de prevenção no que toda à boa utilização das praias diz respeito daqui em diante” e terá “ações diretas junto da comunidade escolar”.

S.F.

## Recarga de areia nas praias e alterações nos passadiços

As praias do concelho de Vagos vão receber recargas de areia, nomeadamente, a sul do Esporão da praia do labrego e entre as praias da Vagueira e do Labrego. Além disso, no âmbito de um protocolo de colaboração técnica financeira, assinado com a Agência Portuguesa do Ambiente, a 19 de junho, serão feitas alterações nos passadiços e colocadas paliçadas de madeira, com vista à regeneração dunar. As intervenções terão um custo de 82 mil euros.

Numa única sessão, a Agência Portuguesa do Ambiente assinou um protocolo com as Câmaras de Vagos, Ílhavo e Mira, com

vista à concretização de intervenções nos referidos concelhos. Assim, no município de Ílhavo, o protocolo inclui a requalificação e a valorização do sistema dunar das praias da Barra e da Costa Nova, numa intervenção de 70 500 euros.

No caso de Mira, será feita uma recarga de areia a sul do esporão da praia do Poço da Cruz, assim como colocadas paliçadas e plantações de estorno nas praias do município. Também serão realocizadas partes dos passadiços que foram obstruídos pelo sistema dunar, numa intervenção com custo previsto de 37 500 euros.

S.F.

## Vagos Sensation Gourmet promete “viagem” pelos Descobrimentos

### Evento que decorre de 30 de junho a 2 de julho será também homenagem à “mãe” da cozinha tradicional, Maria de Lourdes Modesto

A tradição, a memória e a modernidade voltam a aliar-se para mais uma edição do Vagos Sensation Gourmet, o festival gastronómico que decorre, de 30 de junho a 2 de julho, na praia da Vagueira. No início do mês, foi apresentado o mote deste ano: “O Receituário e a rota pelos Descobrimentos”. Ao mesmo tempo, segundo a organização do evento, a edição deste ano será também um tributo àquela que é considerada a “mãe” da cozinha tradicional portuguesa, a gastrónoma Maria de Lourdes Modesto, que faleceu no ano passado, aos 92 anos.



“O Vagos Sensation Gourmet une as gentes da terra e os cozinheiros amadores do município aos mais conceituados chefs nacionais. Em sintonia, comprometem-se a mostrar que a cozinha tradicional portuguesa é repleta de histórias, de irreverência e, sobretudo, de rigor e de ousadia na escola dos melhores produtos”, sublinha a organização, que conta com parceria com a Câmara Municipal.

Os chefs Michelin Michel Van Der Kroft, Javi Oleros e António Loureiro vão marcar presença na edição deste ano do Vagos Sensation Gourmet, que contará também com outros nomes internacionais, entre os quais Rodrigo Oliveira, novo jurado do Masterchef Brasil. Joana Barrios, Ann Kristin e Jefferson Dias – que foi eleito “Cozinheiro do ano 2023” – são alguns dos nomes nacionais que integram o programa.

Workshops, showcookings, degustações, palestras e provas comentadas são

algumas das iniciativas que vão decorrer ao longo dos três dias de Vagos Sensation Gourmet. E haverá, ainda, animação musical. A entrada no festival é gratuita, apesar de os workshops requererem inscrição prévia. No entanto, a organização sublinha que “para poder usufruir de todas as experiências do evento, e das iguarias preparadas pelos chefs, é necessário adquirir o ‘kit’, no valor de seis euros, que inclui copo de prova e o tão famoso garfo que caracteriza o evento e a praia da Vagueira”.

As instalações da Porcelanas Costa Verde receberam a apresentação da oitava edição do evento gastronómico, onde não faltaram carapaus, confeccionados pelo “Ti João da Murtosa” e pelo chef Paulo Paiva, que serviram como aperitivo do que os visitantes do Vagos Sensation Gourmet vão saborear, aquando da realização do mesmo. Entre várias entidades, a sessão contou também com a presença de João Paulo Sousa, apresentador de televisão e atual “embaixador” da iniciativa.

A Costa Verde aproveitou a ocasião, também, para lançar um prato ambientalmente sustentável, feito com recurso a lamas, que resultam dos desperdícios da produção de louça.

S.F.

## Vagueira Ria Race com 1200 participantes



Cerca de 1200 pessoas participaram na 5ª Vagueira Ria Race, no dia 18 de junho, naquela que foi a edição mais concorrida de sempre do evento. A prova contou com a organização da associação Always Young, que teve o apoio da Câmara Municipal, e incluiu as modalidades de corrida e de caminhada.

S.F.

## Paulo Gravato cria projeto musical para crianças

### Saxofonista vaguense aventura-se pela primeira vez no mundo das canções, com o disco “Planeta a Cantar”, que é acompanhado por um espetáculo teatral

Faz da música vida há cerca de 20 anos. Nascido e criado em Vagos, mas a residir na zona do Porto desde que se iniciou na profissão, Paulo Gravato, aos 42, é um saxofonista de renome, que acompanha músicos como Pedro Abrunhosa, Os Azeitonas ou Bezegol. Agora, está a aventurar-se pela primeira vez no mundo das canções, como compositor, letrista e cantor do projeto que criou de raiz, em 2021, e ao qual chamou “Planeta a Cantar”. Destinado a um público infantil, com o objetivo claro de sensibilizar os mais novos para a causa ambiental, o “Planeta a Cantar” não é só um disco de 10 canções, que foi editado digitalmente, em janeiro, pela editora Universal. Este mês, estreou-se no palco, com um espetáculo que inclui música e teatro. E é assim que espera percorrer o país, ensinando as crianças a cuidarem do presente e a anteciparem o futuro.

isso, os primeiros passos num mundo no qual nunca se tinha aventurado: o das canções.

“Nessa altura, houve a possibilidade de concorrer a um programa do Estado, o Garantir Cultura. Decidi candidatar-me, como tantos outros artistas, mas queria fazer algo que perdurasse. Algo que não fosse apenas um negócio, mas sim um produto a que me pudesse dedicar, à parte do trabalho que faço como performer. Foi aí que decidi enveredar pela música infantil”, recorda o saxofonista, que até àquele tempo tinha trabalhado mais para outros artistas, apesar de ser também compositor e produtor, essencialmente, em publicidade e em bandas sonoras.

#### “Produto educativo”

O “Planeta a Cantar” começou, então, a desenhar-se, com Paulo Gravato a

além do entretenimento, apostando “num produto educativo, que pudesse ajudar as crianças, os educadores e os professores”.

Aquela primeira música, a que compôs para os seus alunos da Santa Casa, foi o “Clique”, mas não integra o projeto. Paulo compôs de raiz 10 canções, com títulos intuitivos para um público de “palmo e meio”. “Água poupar”, “Cuidar da floresta”, “Vamos reciclar”, “Vem plantar” ou “Vamos proteger o planeta” são algumas delas, que funcionam quase como uma chamada de atenção, um incentivo à ação e à proteção do meio ambiente. E o disco acabaria publicado, digitalmente, pela Universal, editora com cartas dadas no registo da música infantil, com projetos como “O Panda e os Caricás”, “Miss Cindy” ou “Xana Toc Toc”.

#### Parceria com “conterrâneos”

Este mês, o “Planeta a Cantar” subiu finalmente ao palco, no festival “Agir pelo Planeta”, organizado pela Câmara de Vila Nova de Gaia. Mas não foi apresentado em forma de concerto, nem nunca assim será. “O projeto, neste momento, não é só o disco. Tem um espetáculo associado, com componente

Albergaria-a-Velha, e Luciana Sanhudo, da Gafanha da Nazaré, atrizes. “E ainda tenho uma colaboração estreita a associação cultural Quinto Palco, de Ilhavo. Temos trabalhado em conjunto e ajudaram-me na composição do texto. Entre músicas, existem pequenos atos teatrais, que as vão ligando. O tema do ambiente está sempre presente”, revela Paulo.

O músico vaguense tem consciência que tem “um bebé nas mãos”, que está a dar os primeiros passos. O programa Garantir Cultura garantiu-lhe mil unidades do disco, para serem distribuídas por IPSS ou por municípios. E autarquias como a de Estremoz e a de Porto Santo já deram “feedback”. “Os miúdos gostam. Mas temos consciência que o trabalho não é perfeito, logo à partida, mas estamos a tentar trabalhar o espetáculo para o consolidar. Não temos pressa, tudo terá, certamente, o seu tempo. E estamos abertos a todo o tipo de propostas, de qualquer sítio do país”, assegura Paulo Gravato, que não deixa de frisar o apoio que tem da sua agente, Mariana Faria Costa.

No final, para o futuro próximo do projeto



Estávamos em 2021, em plena pandemia. Os artistas a ressacarem de palco, as cabeças a fervilharem de preocupações, o país e o mundo em estado de sítio. Sem concertos, Paulo Gravato, entretanto, estava a trabalhar com a Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, tanto com idosos como com crianças. E como o tempo, naquela altura, sobrava – apenas tinha uma aula semanal de expressão musical com os alunos –, começou a compor uma música para os mais pequenos. Eles, aparentemente, gostaram. Eram, por

arriscar como compositor, letrista, cantor, produtor e técnico. Sozinho em tudo, por sua conta. Mas porquê a proteção do meio ambiente como tema, quando tinha tantos à sua disposição? “Foi tudo muito pensado, não foi por acaso. É porque, realmente, é um tema preocupante e ao qual todos temos que dar o devido valor. Não só as crianças, obviamente. Mas as crianças são um veículo de informação. Pensei que falar disto de uma forma mais ligeira, e talvez até divertida, fosse bom para passar a mensagem”, explica o músico, que teve como preocupação ir



musical e teatral”, conta Paulo Gravato.

O planeta surge em palco humanizado, em forma de um boneco, louro, olhos azuis e microfone na mão. “Pode ser ou pode não ser Paulo” que está dentro do disfarce. E é acompanhado por mais personagens, interpretadas por Bruno Pato, músico, oriundo do distrito de Aveiro, e por Bruna Herculano, de

, o desejo de Paulo é só um: “Quero que o ‘Planeta a Cantar’ seja ouvido e visto, porque acho que vai ajudar toda a gente. Quero que as crianças ouçam, gostem e repitam – porque elas repetem muito as coisas de que gostem –, para ser uma forma de incentivar também os adultos que têm por perto para as questões do ambiente”.

S.F.

## João Carlos Sarabando apresenta livro na Biblioteca



“Do giz ao 3D Studio – A arquitetura do consenso” é o nome do mais recente livro do vaguense João Carlos Sarabando, apresentado, recentemente, na Biblioteca Municipal João Grave. A par da obra, foi inaugurada uma exposição sobre o tema.

S.F.

## “Vagos em Ação Júnior” volta a ocupar as férias das crianças

### Campos de férias do município decorrem nos meses de julho e de agosto

Porque as férias dos mais novos não têm que ser aborrecidas, e porque os pais não têm o verão todo para ficar em casa sem trabalhar, o programa municipal “Vagos em Ação Júnior” regressa, nos meses de julho e de agosto, numa parceria entre a Câmara Municipal e o Agrupamento de Escolas de Vagos. Os campos de férias destinam-se a crianças e jovens, dos 6 aos 15 anos, e as inscrições estão abertas.

De acordo com o programa divulgado pela Autarquia, o “Vagos em Ação Júnior” decorre em três momentos distintos: de 3 a 14 de julho, de 17 a 28 de julho e de 31 de julho a 11 de agosto. Nesses períodos, as atividades decorrerão nos dias úteis, entre as 8 e as 18.30 horas. As inscrições podem ser realizadas na Piscina Municipal de Vagos ou na do Colégio de Calvão e a participação em cada campo de férias tem um custo de 90 euros. Para quem se inscrever nos três, o preço é de 250 euros. Quem se inscrever até dia 15 de julho, pode fazê-lo, em Vagos, de segunda a sexta-feira, das 9.30 às 15 horas e das 16.30 às 21.30 horas. No caso de Calvão, o horário é das 9 às 13 horas e das 14 às 20.30 horas. Ao sábado, é possível realizar as inscrições em ambas as piscinas, das 9 às 13 horas.

A Câmara adiantou, ainda, que quem efetuar as inscrições a partir de 17 de julho só poderá fazê-lo, em ambas as piscinas, nos dias úteis, das 14 às 19 horas; ao sábado, das 9 às 13 horas. É também possível fazer inscrições por email, através de piscina@cm-vagos.pt, com a ficha de inscrição preenchida e com uma declaração da entidade patronal de um dos encarregados de educação (caso o local de trabalho dos mesmos ser critério de seleção).

Para quem quiser frequentar o campo de férias na primeira data, de 3 a 14 de julho, as inscrições têm que ser realizadas até 25 de julho. Para o segundo momento, podem ser feitas até 9 de julho. E, finalmente, para o terceiro, até 23 de julho. O “Vagos em Ação Júnior” tem um limite máximo de 120 participantes.

De acordo com as normas de participação do programa, “as crianças que residam no concelho de vagos, que frequentem escolas do concelho e cujos encarregados de educação trabalhem no concelho têm prioridade sobre as outras”. As que não reúnem nenhuma das condições, ficam em lista de espera e só são chamadas em caso de vaga.

S.F.

## Roteiro do primeiro-ministro arrancou na Unibike em Soza

### António Costa visitou a fábrica que produz bicicletas elétricas, acompanhado por António Costa e Silva, ministro da Economia e do Mar

A Unibike, fábrica situada no Parque Empresarial de Soza que produz bicicletas elétricas, recebeu o primeiro-ministro, a 14 de junho, naquele que foi o arranque do roteiro Agenda + Crescimento, uma iniciativa que levará António Costa a um conjunto diversificado de empresas, em várias regiões do país. Em Vagos, o líder do Governo mostrou-se confiante de que a economia portuguesa vai continuar a crescer, adiantando que “é preciso continuar a pedalar”.

“Quando se deixa de pedalar, naturalmente, a inércia é suficiente para que o movimento prossiga. Para isso, é fundamental continuarmos a pedalar”, sublinhou António Costa, utilizando terminologia referente ao ciclismo para aludir à economia portuguesa. Após uma visita às instalações da fábrica, o primeiro-ministro frisou que o crescimento que o país tem registado “vai continuar a aumentar”, mostrando-se confiante com o futuro. E deu, mesmo, o exemplo da própria Unibike, em que 95% da faturação assenta na exportação, prevendo crescer 20%, este ano, comparativamente ao ano passado.

“Cada empresa tem perspetivas de, este ano, acrescentar um pouco também à



sua produção”, referiu António Costa, para quem isso “significa que a economia nacional vai continuar a crescer e, se continuar a crescer, vai continuar a gerar emprego e emprego de mais qualidade e emprego mais bem remunerado”.

Na visita a Vagos, o líder do Governo fez-se acompanhar por António Costa e Silva, ministro da Economia e do Mar, e foi recebido na Unibike por Silvério Regalado, presidente da Câmara de Vagos. De seguida, o primeiro-ministro rumou a outras duas empresas do distrito de Aveiro, ambas de componentes para a indústria automóvel: a AAPICO, em Águeda, e a KIRCHHOFF Automotive, em Ovar.

S.F.

## Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense



1860 – 2023: 163 anos de Música, por Vagos

2023 ANO DE EFEMÉRIDES

ANIVERSÁRIO DA BANDA VAGUENSE / FILARMÓNICA VAGUENSE

Como já é do conhecimento geral, a Banda Vaguense apresentou-se ao público pela primeira vez em 24 de junho de 1860, pelo que este ano completa 163 anos de existência.

Devido a compromissos musicais assumidos pela Banda para o mês em curso, este ano o aniversário vai comemorar-se em julho, logo no dia 9, com o habitual hastear da bandeira da associação na sede, edifício CER, pelas 10 h. A missa de ação de graças, acompanhada pela orquestra e coro da Banda Vaguense, terá lugar às 11h30 na igreja matriz de Vagos. No final a direção, Banda e acompanhantes deslocam-se até ao Cemitério da Vila, para homenagear todos os fundadores, dirigentes e músicos já falecidos.

**Padre João de Miranda Ascenso**

Era o prior de Vagos em 1859, quando decidiu reunir na residência paroquial um grupo de pessoas para discutir e aprovar a criação de uma Banda residente em Vagos, a qual pudesse animar doravante todas as festividades da vila. Desse grupo faziam parte, além do Prior, do Presidente da Câmara e do Secretário, António Máximo Branco de Melo, morgado proprietário, Dr. Cipriano dos Santos Graça, médico, Manuel José Pinto Camelo Coelho, escrivão de direito e tabelião, João Ferreira da Cruz, proprietário e administrador do concelho, Manuel José da Trindade, professor primário e José Caetano Santiago, proprietário. Tornou-se, assim, o primeiro e mais importante fundador da Banda Vaguense, a qual veio a iniciar a sua atividade musical numa festa dedicada ao S. João, que teve lugar a 24 de junho do ano seguinte, no centro de Vagos. O prior Ascenso nasceu em Mira em 06 de Setembro de 1803 pelo que este ano assinalamos 220 anos sobre o seu nascimento.

Faleceu em 1891, com a idade de 88 anos, e está sepultado em Vagos.

**Maestro Berardo Pinto Camelo**

Em 06/01/1866 nasceu em Vagos aquele que viria a ser uma das mais emblemáticas figuras do panorama musical vaguense: Berardo Pinto Camelo. Estreou-se em público com 9 anos como executante de flautim mas atingiu grande notoriedade ao dedicar-se a tocar cornetim. Com 41 anos, o Sr. Berardo assumiu pela primeira vez a regência da Banda Vaguense em 1901 até 1906 e mais tarde de 1936 a 1943.

Faleceu a 28/01/1943, com 77 anos.

Neste ano de 2023 completam-se precisamente 80 anos sobre a sua morte.

**Maestro Duarte Gravato**

Nasceu em Vagos no ano de 1910 pelo que este ano se completam 113 anos do seu nascimento.

Iniciou os seus estudos musicais na escola de música da Banda da Fábrica da Vista Alegre. A carteira profissional de regência de Bandas Cívicas foi-lhe atribuída pelo Sindicato dos Músicos em 1955.

Assumiu a direção artística da Banda Vaguense de 1954 até 1963 e de 1982 a 1986.

Faleceu em Vagos no ano de 1989, com 79 anos.

**João Batista Ribeiro**

Outra figura incontornável na história mais recente da Banda/Filarmónica Vaguense é, sem dúvida, João Batista Ribeiro (o “São Martinho” como era vulgarmente conhecido), um vaguense de alma e coração, que dedicou grande parte da sua vida ao serviço da nossa coletividade. Tendo aprendido música com mestres vaguenses iniciou a sua colaboração como hábil executante de “caixa”; mais tarde passou para “um instrumento do seu tamanho” - a tuba, que o acompanhou no seu posterior percurso musical.

Também foi professor da nossa escola de música, ensaiou e dirigiu a Banda e fez parte dos corpos diretivos por diversas ocasiões.

Nas horas mais difíceis da Banda e quando quase todos desanimavam lá se impunha ele, “carregando” às costas o destino da música vaguense. Faleceu em 1998, pelo que se completam 25 anos sobre a sua morte.

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

José A. Almeida - colaborador

# ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 63 . JUNHO 2023

## Tem a Palavra a Mesa

### A Mordomia do Teatro, de volta a um novo normal

Caro leitor, o Teatro Fantástico, Mordomia da Santa Casa da Misericórdia de Vagos, voltou ao palco tradicional com uma comédia em três atos, "Um Fantasma chamado Isabel" de Miklos Marai, pseudónimo de Henrique Santana. Até agora fizemos seis atuações, quatro em Vagos no âmbito das festas da Vila e do Divino Espírito Santo, atingindo um universo de mil pessoas.

Um novo normal, o futuro o dirá, foram as provações que experimentámos para colocar em cena esta peça. Começámos em outubro de 2022 os primeiros ensaios, com um elenco que se mostrou disponível para o desafio. Até à primeira mostra pública em Manteigas em fevereiro 2023, o elenco mudou três vezes, por limitações pessoais dos atores escolhidos. O retomar já estava a ser difícil, muito pela mudança de rotinas a que a pandemia nos forçou, e em cima disso, juntaram-se as questões de saúde e trabalho, dentro do elenco, ou dos seus próximos. Contudo, olhando

do lado que dá o sol, o produto final saiu até refinado, porque os atores experimentaram vários papeis, e fixaram-se nas personagens mais confortáveis a cada um, com a vantagem de todos saberem os papeis uns dos outros ou quase.

O desenvolvimento do argumento: por vezes, na vida, a verdade nua e crua, é inconveniente em determinadas circunstâncias. Mas o problema está no destinatário da mensagem, que vai sempre achar que está a ser enganado. Depois juntam-se as teorias filosóficas conservadoras de há duzentos anos, mas ainda seguidas por alguns na nossa sociedade, e está feita a trama. A necessidade de camuflar a verdade com uma pequena mentira, porque "um homem quando fala com mulheres, só deve recorrer à verdade quando lhe faltam as mentiras!", invocando a proteção do pensamento do filósofo Arthur Schopenhauer que sugere que "as

mulheres são criaturas de cabelos compridos e ideias curtas", provocam o público até aos apupos ruidosos em desabono destas correntes de pensamento. Mas esta comédia controversa, sendo despreziosa, tem duas funções: a de fazer rir e limpar a alma; deixar o subconsciente a pensar, porque os direitos, liberdades e garantias do nosso tempo, necessitam sempre de vigilância.

A última atuação: a pedido da organização das Jornadas Mundiais da Juventude (COP Vagos), acordamos que esta reposição serviria para atenuar os gastos económicos, associados ao acolhimento na nossa Paróquia, dos cinquenta jovens de todo o Mundo que por aqui vão andar, antes do epílogo em Lisboa. Mas seria muito redutor, olharmos só deste ponto de vista imediato, como fazem a maior parte dos comentadores; Portugal e Vagos, precisam de se mostrar ao Mundo, falar

da nossa cultura e dos nossos valores, e deixar a mensagem a esta comunidade de jovens, que acolhemos todos, e com maior facilidade os que partilham os nossos valores. Nunca tanto se falou como agora, que precisamos de um saldo migratório para combater o envelhecimento do País. Ora, aqui está um investimento certo!

Para terminar: agradecer à Camara Municipal de Vagos o suporte protocolar a esta Mordomia; agradecer à Santa Casa da Misericórdia de Vagos a disponibilidade económica e de meios; agradecer ao público que não se cansa de nos ver e aplaudir, tendo nós a percepção que somos cada vez mais referenciados, o que só aumenta a nossa responsabilidade.

Votos de boas férias: para os nossos colaboradores, leitores, clientes e amigos.

João M. C. Domingues  
Mesário Vice-Provedor

## Na CAR, já estamos de férias? Não, continuamos a fazer coisas ...

A vida é uma roda em constante rotação. Na Casa de Acolhimento sentimos este movimento de uma forma mais intensa do que nas outras famílias, acreditamos nós. Ainda estão nas lembranças frescas, como foram as férias de Natal e a azáfama da festa, do jantar, da compra das prendinhas, do levar algumas meninas a casa da família, e já passámos a celebração do dia dos namorados, do carnaval, do dia do pai, do dia da mãe, das férias da Páscoa, o nosso primeiro acampamento, o festejar de 10 aniversários (ainda nos faltam outros 10...) para estarmos novamente a concluir mais um ciclo de vida escolar.

A conclusão da escola, na nossa, casa não significa verdadeiramente férias... senão vejamos, o calendário escolar anunciou o fim, mas temos meninas a prepararem-se para os exames do 11.º ano e do 9.º ano. Algumas, em cursos profissionais, ainda se vão manter pela escola durante o mês de julho e só depois podem saborear o dormir até não querer mais... um grupo jeitoso, está a fazer as suas experiências de estágio fora do ninho. Algumas ficaram por perto de casa, outras por Aveiro. A maioria voou para longe, desceram até ao Algarve e outras estão agora na Ilha da Madeira. Benditos telemóveis que nos ajudam a manter a proximidade para saber como estão e para ajudá-las a resolver aquelas

pequenas grandes dúvidas que lhe surgem quando ficam por sua conta e risco e têm que saber responder responsabilmente.



Nas intermitências das férias estamos já a realizar atividades que ocupem de



forma divertida e saudavelmente as nossas jovens.

Foi assim que na semana passada conjugando todas as disponibilidades das nossas meninas, para sermos muitas, respondemos com um enorme sim ao desafio da Ferneto. Fomos aprender a fazer pão, nas modernas instalações na zona industrial de Vagos. Fazer pão é juntar, nas doses certas, farinha, água, sal e fermento, meter ao forno e já está ... parece... A tarde passada na padaria da Ferneto foi muito mais do que isso. Visitamos as instalações para perceber como se fazem as máquinas que estão espalhadas pelo mundo inteiro. Ouvimos a história do pão desde a sua ancestralidade e depois de uma forma moderna, metemos a farinha na amassadeira e logo de seguida metemos as mãos na massa para com a farinha fazer arte. Entrançamos pão, fizemos decorações com sementes, desenhamos à faca os relevos que haveriam de dar formas especiais ao pão, tornando-o lindo e apetitoso aos olhos. Devidamente enfarinhadas e para dar tempo à fermentação da massa, chegamos à hora do lanche que nos foi oferecido e tinha umas natas e uns croissants divinais. Com a barriga a rebotar e a massa fermentada a tarefa foi meter o pão no forno e deixa-lo

alourar até sair crocante. A tarde ainda não tinha acabado! Faltava aprender a fazer aqueles croissants húmidos e bons que estavam na nossa barriga. Voltamos à massa e à manteiga, muita manteiga e muitas voltas e dobras e mais dobras, para que fiquem com aquele aspeto folhado. Bem dobrada, com a ajuda das máquinas passamos ao corte dos triângulos que haveriam de ser croissants depois de enrolados e metidos no forno.



O pão que fizemos e o cheirinho a pão quente veio connosco. Não imaginam como ficamos orgulhosas das nossas obras de arte em massa de pão. Quem não foi ficou com pena e vamos ter que ir lá outra vez ...

Obrigado Ferneto, pelo acolhimento, sentimo-nos em família.

## Festa de Finalistas

*"Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós."*  
Antoine de Saint Exupéry

Como tem sido habitual fizemos a Festa de Finalistas com todas as crianças que vão transitar para o 1º Ciclo do Ensino Básico, no dia 16 de junho.



Este ano dramatizámos algumas situações das vivências diárias da rotina familiar, em que foram retratadas algumas birras das crianças e atitudes dos familiares em lidar com as mesmas. Mas como não são só as crianças a ter dificuldade em gerir frustrações, também foram representadas posturas que pais e avós adotam no dia a dia com os seus



filhos. Foi uma forma divertida de abordar realidades que as próprias crianças identificam nos seus contextos familiares. Qualquer semelhança com a realidade é pura coincidência!

Contámos com a presença de pais e familiares para assinalar este momento. Agradecemos a presenças do Sr. Provedor Paulo Gravato e da Diretora do Centro Infantil Argentina Santos.

No final partilhámos o bolo dos Finalistas que estava delicioso!

Para as nossas crianças desejamos que a próxima etapa seja feliz e de muitos sucessos.

CENTRO INFANTIL

## Trança Recheada

O Memorizar pretende continuar a sensibilizar as pessoas da comunidade de Vagos uma vez que as mesmas ainda se sentem inseguras relativamente à Demência e à forma como devem agir quando uma família amiga se depara com esta problemática. A comunidade muitas vezes tende a afastar-se, com receio de incomodar ou interferir com as novas rotinas. Receiam ainda destabilizar a família, não sabem como comunicar com a pessoa com demência e/ou como ajudar devidamente o cuidador. Neste sentido, e de forma metafórica, deixamos a receita perfeita para guardar no bolso.

### RECEITA DE TRANÇA RECHEADA

**Massa:**  
250gr de respeito  
1 chávena de chá de compreensão  
2 dedos de conversa  
Uma pitada de ternura a gosto

**Recheio:**  
1 pacote de informação



Sumo de um coração que escuta  
Uma mão cheia de pepitas de dedicação  
Preparação:

Para a massa misturar tudo, mexendo firmemente. Deixar repousar, cuidando também de si e estender delicadamente assim que levedar. Cobrir com o recheio que preparou envolvendo todos os ingredientes atentamente. Colocar a coser, com carinho, durante toda a vida. Pode regar a trança com uma calda de diversão e empatia.

EQUIPA MEMORIZAR

## Misericórdia

Misericórdia é a junção de duas palavras latinas: miseratio e cordia. Assim, pode-se entender como "coração que se debruça sobre a miséria ou coração compadecido".

Foi Santo Agostinho que chamou a misericórdia "tão antiga e tão atual". No catolicismo, a misericórdia também se refere a uma devoção que tem origem nas aparições de Jesus, referidas por Santa Faustina no início do séc. XX, na Polónia. No seu diário, a religiosa escreveu ter recebido instruções de Cristo para que desse a conhecer ao mundo a divina misericórdia.

No islamismo, a misericórdia é uma forma de piedade, o quarto dos cinco pilares do Islão e um dos requisitos muito importante para os fiéis.



No contexto social e legal, a misericórdia pode-se inferir ao comportamento humanitário, como por exemplo, uma missão misericordiosa com o objetivo de tratar vítimas de guerra.

O que significa Misericórdia? No fundo é um sentimento de pura compaixão e piedade.

J.S., cliente de SAD  
SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

## Dependência(s)

Ontem conseguia mexer a minha mão, levar a minha comida à boca e, subitamente, hoje já não consigo... A dependência é uma coisa difícil de gerir, de ambas as partes, ou de vários ângulos, se assim o preferirmos... Um dia os nossos filhos dependeram de nós, vários meses, anos, de dependência, que nos limitou, mas, também, que nos proporcionou tanta felicidade, amor na plenitude!

Agora, nesta fase da nossa vida, somos nós, os adultos, a depender, somos nós que conhecemos a outra face, perdemos autonomia(s)!... É duro? Pode ser! É triste? Pode ser!



Pode ser sim, tudo dependerá da forma como o encaramos (nós e os outros) ... Se a realidade é um ponto de vista, nós poderemos escolher o nosso, e sim, a dependência pode ser dura e triste, mas, pode, também, ser uma alavanca para uma nova perspectiva de vida, para uma nova vida, pode abrir uma janela de oportunidades novas e tão distintas da realidade que teremos vivido até à data. Mas, muitas vezes, traz-nos tristeza, agonia, lágrimas de saudade do tempo em que eramos autónomos ou lágrimas de vontade de partir para outros planos, lágrimas de raiva até!

A natureza é como é, dizem-na perfeita! Sim? Não? Talvez?

Isso que importa? Importa o que cada um de nós sente, o que cada um de nós vive... Como se manifesta em nós esse turbilhão de emoções, de sensações, de vivências... Importará, também, a nossa consciência (se a tivermos, ainda) de tudo isso! Importará o trabalho da ERPI!

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

**Depressa e bem, não há quem.**

E a qualidade não se apressa.  
Carne maturada com preceito e sabedoria, durante 40 dias.  
Cada garfada é um hino ao sabor, inesquecível desde o primeiro momento.

**eml**  
COMERCIO DE CARNES S.A.

Rua António Carlos Vidal, 3840-411 Vagos | Tel. 234 791 170  
Horário: Segunda a Sábado · 9:00-13:00 / 14:00-19:00



## O projeto CLDS 4G Vagos ConVida está a chegar ao fim

No dia 15 de junho, no salão Paroquial de Vagos (a quem agradecemos desde já a cedência do espaço) tivemos a casa cheia, no nosso evento de despedida, onde partilhámos com a comunidade os resultados que obtivemos ao longo dos 3 anos do projeto.

O evento contou com 3 momentos diferenciados:

1º momento - uma mesa redonda com a temática "Incêndios: Impacto nos territórios e nas pessoas" com 3 oradores a quem deixamos um especial agradecimento (Engenheiro António Patrão - Engenheiro Florestal com 27 anos de experiência profissional em gestão de riscos naturais; Engenheiro Miguel Sá - Proteção Civil do Município de Vagos e 2.º Comandante Vitor Ferreira - Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos)

2º momento - Lançamento do livro "Raízes de Vagos", resultante da nossa atividade 4, que consistiu na recolha de entrevistas junto da comunidade vaguense.

Estas entrevistas foram recolhidas ao longo dos 3 anos do projeto, onde procurámos que as pessoas partilhassem connosco as suas histórias de vida e tradições dos seus tempos de juventude. Raízes de Vagos é agora um livro de memórias, momentos, histórias de outros tempos que nos trouxeram aos dias de hoje! Representa testemunhos, mas também as partilhas de gerações diferentes.

A sua apresentação foi levada a cabo pelo vaguense Dr. Oscar Gaspar - Economista e Presidente da Assembleia Geral da Santa Casa da Misericórdia de Vagos - a quem deixamos também o nosso grande agradecimento. 3º momento - Apresentação de resultados da execução física do projeto CLDS 4G Vagos ConVida pela nossa coordenadora, Dr.ª Inês Martinho.

No final houve tempo para distribuir alguns livros pelas pessoas presentes. O livro estará disponível para consulta em vários locais no concelho de Vagos (IPSS, Juntas de Freguesia, Associações, Município de Vagos, Escolas, etc). Queremos deixar também um agradecimento ao Gustavo Neves, por ter moderado o encerramento do nosso projeto de forma tão sublime e graciosa. E ao técnico de som, Pedro Rodrigues. Por último e não menos especial, à Santa Casa da Misericórdia de Vagos e à Associação Betel pela excelente coordenação e orientação de um projeto tão rico como este. Ao Município de Vagos, por todo o apoio prestado ao longo dos 3 anos. A todas as Juntas de freguesia, IPSS e Associações do concelho de Vagos que também nos abriram as suas portas, trabalharam connosco e também estiveram presentes na sessão de encerramento.

As pessoas, que nos abriram as portas das suas casas, das suas vidas, e que partilharam connosco os seus sábios ensinamentos. MUITO OBRIGADA!

CLDS 4G VAGOS CONVIDA

## Finais Felizes

Por vezes, um ponto final não significa o fim, mas o início de uma nova história, de um novo capítulo. No dia 30 de junho será fim do capítulo Envolver, tendo como sua continuação a Regáesperança - Associação de Imigrantes.

O Projeto Envolver termina, atingindo todos os objetivos ao qual se propôs. Chegámos a 201 beneficiários e conseguimos aumentar o seu Bem-Estar Social em 46.14%. O Bem-Estar Social foi medido através da administração da Escala do Bem-Estar Social (Keyes) no início e no final do projeto.

Ao longo destes 16 meses, foram lecionadas 370 aulas de português e realizadas 20 ações de capacitação na área das TIC, 16 ações de capacitação para a promoção da empregabilidade e 16 ações de informação/sensibilização sobre cidadania. Foram efetuados 190 atendimentos sociais, 13 ações de sensibilização dirigidas à comunidade, 12 ações de interculturalidade e 17 ações de convívio. Ocorreram 206 atendimentos psicológicos e 18 grupos de autoajuda.



Agora, a sua continuidade passará pela Regáesperança - Associação de Imigrantes. Esta associação foi criada no dia 06 de junho de 2023, sendo os seus membros fundadores a Professora Paula Ferreira e o Sr. Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Vagos, Paulo Gravato. Esta associação tem como objetivos: 1) desenvolver a cooperação e solidariedade entre os seus associados, nomeadamente, através da criação de uma "Loja Social"; 2) defender e promover os direitos e interesses dos imigrantes venezuelanos e seus descendentes; 3) promover o acolhimento e acompanhamento de imigrantes venezuelanos, inclusivamente mediante apoio psicológico; 4) desenvolver ações que permitam a plena integração dos imigrantes oriundos da Venezuela, nomeadamente através da disponibilização de aulas de português; e 5) promover e estimular a cultura e gastronomia da Venezuela.

A equipa técnica do Projeto Envolver agradece a todos os seus beneficiários a sua disponibilidade e a todos os que nos apoiaram para que conseguíssemos alcançar todos os nossos objetivos e poder prestar o melhor atendimento e apoio.

Desejamos que o legado do Projeto Envolver continue na Regáesperança - Associação de Imigrantes, que os nossos beneficiários continuem a sentir-se acolhidos e que quem chegue, encontre aqui um apoio e um novo começo de vida.

PROJETO ENVOLVER

# DESINTOXICAÇÃO

KIT DE DESINTOXICAÇÃO  
DRENAGEM 3 SISTEMAS:  
LINFÁTICO, HEPATO-INTESTINAL E RENAL



raulvieira  
grupo farmacêutico

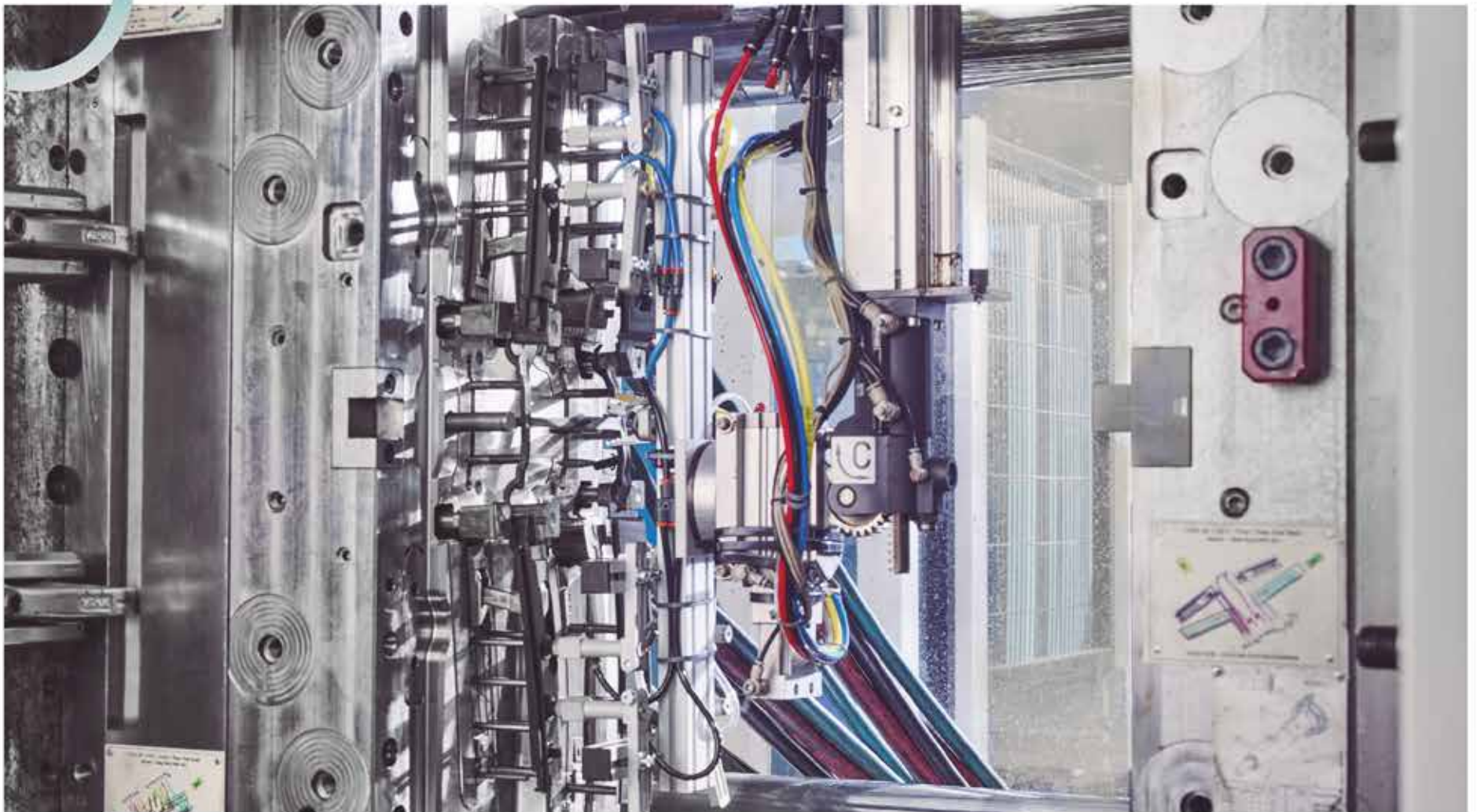
Farmácia  
Ciro





# INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



## Centro Social Paroquial de Santo António

No nosso lar o mês de maio foi muito especial. Desde a saída para o Museu Marítimo em Ilhavo, oficinas de culinária com os doces maravilhosos, passeios na nossa quintinha a aproveitar o bom tempo, a celebração de Eucaristia no Dia da Ascensão em que se comemora o Dia da Espiga, o 38º aniversário da nossa Instituição, até ao Dia da Família que foi a data mais marcante de todas.



Como todos sabemos, a Família é um lugar onde começa a vida e o Amor nunca acaba. E foi mesmo isso que nós sentimos nesse dia. Ficamos com os corações cheios a ver a casa repleta de familiares a partilhar os sorrisos, os abraços e as gargalhadas na festa/lanche convívio para comemorar o Dia Mundial da Família que teve lugar no dia 15 de maio.



Com um grande orgulho podemos dizer a nossa Casa é uma Grande Família.



## Centro Social da Freguesia de Soza

As crianças da creche de Soza foram brindadas com uma semana dedicada a comemoração do seu dia (Dia Mundial da Criança). Ao longo dessa semana as



crianças puderam participar em diversas atividades pedagógicas, que envolveram materiais diferentes dos habituais. Assim elas exploraram uma caixa de luz, realizaram pinturas com tintas néon numa sala escura, utilizando uma lâmpada de luz negra, realizaram jogos e atividades motoras no campo do sosense, participaram num baile com bolas de luzes e música infantil, e ainda foram de autocarro visitar o Museu do Brincar. Foi uma semana repleta de diversão, descobertas, sorrisos, alegria, brincadeira, que a equipa de educadoras planeou com muito carinho!

É fulcral que as crianças vivenciem atividades pedagógicas diversificadas que lhes despertem sensações variadas e estimulantes!

## CASD Santa Catarina

### II Caminhada Solidária

No dia 3 de junho realizou-se a II Caminhada Solidária, uma atividade promovida pela Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina.

A atividade iniciou-se com uma breve aula de Zumba, dinamizada pelo Prof. Marco.

Os cerca de 200 participantes caminharam / correram pelas ruas da freguesia de Santa Catarina, rumo à Lagoa do Covão do Lobo, como uma forma de dar a conhecer o território natural que nos circunda.

contribuíram para a realização e sucesso desta iniciativa. Aos nossos patrocinadores: Prifer, ConceiSeguros e Mário Carapinha. Aos nossos fornecedores que nos apoiaram: Duarte Oliveira, Eixorientador e José Ferreira. Ao Atelier Um Dó Li Tá, pela oferta dos prémios; ao DJ Hugo Simões e seu colega Pedro, pela animação durante toda a tarde; ao prof. Marco Aurélio Neves, pela fantástica e dinâmica aula de Zumba; A todos os participantes da Caminhada e do Trail; a todos aqueles que se inscreveram, mesmo sabendo que não



Para além dos objetivos desportivos e de bem-estar, a CASDSC realça também que este género de evento tem como motivo o convívio da população de Vagos e dos concelhos vizinhos, procurando estimular a integração e a solidariedade na comunidade.

iriam estar presentes; e ainda um agradecimento especial a todos os Colaboradores da CASDSC que vestiram a camisola para que este evento fosse possível!

Até ao próximo evento!

E, por fim, mas não menos importante, agradecer a todos aqueles que

#casdsc #santacatarina  
#caminhadasolidaria #solidariedade

## Centro Social e Paroquial de Fonte Angeão

### Junho o Mês das Festividades!

Iniciámos o mês com a comemoração do Dia Mundial da Criança. Houve muitas surpresas e lambarices também! Para entusiasmo e delícia de pequenos e graúdos o Panda fez-nos uma visita.

Continuámos com a comemoração dos Santos Populares, mais propriamente com o Santo António, havendo venda de manjericos com um trabalho realizado pelas crianças, entre outras atividades de expressão plástica.



Até ao final do mês falaremos sobre o São João e o São Pedro, com atividades em conformidade.

"Nestes Santos Populares um Manjerico vou comprar, de Arco e Balão na Mão para o Centro Ajudar!"



# Soluções de A-Z para a limpeza e desinfeção



## ALGARVE

Edifício Rogel Park Armazém B  
Estrada Nacional 125 - Sítio do Rogel  
8365-011 Alcantarilha  
E-mail: algarvegeral@mistolinsolutions.com

## AÇORES

AZORES PARK Rua Eng.º Rolando de Sousa Lima, 100,  
R/C, Arm. 3.6, 9500-794 Ponta Delgada  
E-mail: acoresgeral@mistolinsolutions.com

## COIMBRA NOVA

Mondego Residence, Rua O' Conimbricense, Lote 21, 40  
3030-504 Coimbra  
E-mail: info@mistolinsolutions.com

## FAMALICÃO

Rua da Agra, 93 - Avidas  
4770-826 V.N. Famalicão  
E-mail: famalicaogeral@mistolinsolutions.com

## LISBOA

Rua José Carlos Ary dos Santos  
Quinta de Santo António, A-das-Lebres  
2660-173 Santo António do Tojal  
E-mail: lisboageral@mistolinsolutions.com

## MADEIRA

Imposse da Rua da igreja, 24, Fração D  
9125-132 Funchal, Madeira  
E-mail: andre.pereira@mistolinsolutions.com

## OLIVEIRA DO HOSPITAL

Estrada Principal, Nogueirinha, 18  
3405-378 Meruge  
E-mail: oliveirahospitalgeral@mistolinsolutions.com

## PAREDES

Rua Central de Casconha, 339  
4585-685 Sobreira, Paredes  
E-mail: paredesgeral@mistolinsolutions.com

## PENICHE

Rua da Escola de Pesca, Lote 13, P3, 8  
2520-627 Peniche  
E-mail: oestegeral@mistolinsolutions.com

## UISEU

Quinta da Carreira, LT 53 Armazém  
3500-147 Viseu  
E-mail: viseugeral@mistolinsolutions.com

## VAGOS

Rua Principal, 308, R/C  
3840-326 Ponte de Vagos  
E-mail: info@mistolinsolutions.com

## SEDE

Rua Principal, 172, 1º D  
3840-326 Ponte de Vagos  
Telefone: (+351) 234 799 120  
Móvel: (+351) 967 082 174  
E-mail: info@mistolinsolutions.com

VISITE-NOS NAS NOSSAS REDES SOCIAIS

[@MISTOLINSOLUTIONS](#) [f](#) [i](#) [in](#)

## Associação Betel - Ponte de Vagos

Depois de 3 anos à espera devido à pandemia chegou o tão esperado dia em que demos vida ao Panda. É isso mesmo... O PANDA veio à BETEL. Não há melhor dia da criança do que dançar e cantar ao som do Panda e os Caricas e ter como anfitrião o verdadeiro PANDA. As canções e as coreografias envolveram os mais novos num ambiente de grande euforia animação e movimento.



A atuação contou com a participação das colaboradoras que acabaram por se divertir tanto como as crianças. No fim do dia, foi com muito entusiasmo que todas as famílias registaram o momento com o amigo PANDA, numa sessão fotográfica envolvendo crianças e toda a família.



## Centro Social e Bem Estar de Ouca

O Centro Social e Bem Estar de Ouca, promoveu uma ação de solidariedade social, em colaboração com todos os colaboradores, utentes, crianças e seus familiares.

Uniram-se e participaram nesta causa nobre de angariação de fundos, para reparação do barco pertencente aos Bombeiros Voluntários de Vagos. Nesta ação conseguimos angariar o valor de 446.70€ que foi entregue aos bombeiros.



Com este valor, ajudamos na aquisição do equipamento necessário para a reparação do barco.

Um bem haja a todos que se associaram, contribuindo financeiramente e não só para o desenvolvimento desta acção



## Centro Social e Paroquial de Calvão

### Festa final de ano letivo

Cada etapa da nossa vida deve ser gravada, uma vez que a história de vida de cada um é escrita pela passagem por essas etapas.

A passagem pela Creche, pelas Atividades de Animação e Apoio à família, pelo Centro de Atividades de Tempos Livres e pelo Centro de Dia e Apoio Domiciliário, foi um marco que retratou o nascimento de amizades e descobertas do que representa o mundo e daquilo que ele exige.



Assim sendo concluímos que a criatividade é essencial para a comunicação, o desenvolvimento e o resultado dos profissionais e das organizações.

Celebrámos no passado dia 17 junho (sábado), a nossa festa de final de ano letivo, desta forma o Centro Social e Paroquial de Calvão, organizou-se juntamente com as colaboradoras desta instituição para proporcionar às suas crianças, séniores e às suas famílias um momento de apresentações,



apresentações essas ensaiadas por estes mesmos profissionais durante o ano letivo decorrente.

Assim sendo contámos com apresentação dos nossos séniores com a dança de roda coreografada "Indo eu, indo eu a caminho de Viseu", de seguida a Creche que nos presenteou com a canção "Senhora Dona Anica" e com a "Dança Coelhoinho", de seguida atuou Atividades de Animação e Apoio à Família- AAAF, com a música "Ora ponha aqui o seu pezinho" e com "Amizade e União" e por fim apresentação do Centro de Atividades de Tempos Livres- CATL com percussão corporal de "Stand by me" e dança de "Happy".



Para adoçar ainda mais terminamos com um lanche partilhado e com o cantar dos parabéns aos finalistas.

Foi bom ter estas crianças connosco! Foi bom aprender com elas...

Parabéns a todas as crianças, séniores e seus familiares!

A todos, bem-haja por nos deixarem fazer parte da vossa história.

## Associação Boa Hora

O mês de junho é vivido na nossa Instituição com muito amor, entrega e dedicação. Iniciámos o mês com a comemoração do Dia da Criança! As crianças desde tenra idade despertam em nós sentimentos de amor, ternura, proteção e admiração por tudo aquilo que representam, seres indefesos que numa primeira instância das suas vidas requerem de cuidados na satisfação das suas necessidades básicas e afetivas. A medida que vão crescendo estas necessidades mantem-se exigindo de nós cuidadores mais atenção e interação quer seja pelas suas traquinices quer pelo seu crescimento e desenvolvimento das suas capacidades intelectuais e de socialização.

Trabalhar com crianças é um desafio constante e um enriquecimento sem medida que nos deixa de coração cheio!

No dia 02 de junho presenteamos as nossas crianças da Creche, AAAF e CATL com um insuflável, com almoço e lanche especial. Recordamos aos mais velhos os direitos das crianças, lamentando existirem ainda crianças que são privadas dos seus direitos.

Os idosos do Centro de Dia também



quiseram homenagear os mais novos elaborando um moinho, simbolizando a vida que com a força do vento o faz rodar, relembrando o tempo em que os seus filhos e netos eram crianças que enchiam a casa de vida e alegria à semelhança do que sentimos na Instituição nestas crianças que acolhemos onde cada gargalhada, choro, colo, abraço e mimo nos recordam o quão somos frágeis e precisámos do outro para crescer, tornando-nos homens e mulheres com princípios de valores.

CA **SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO**

# Do Crédito Agrícola à tua nova casa são só 5 passos

Estamos com as famílias por um bem maior.

Se precisas de uma ajuda para comprar a tua primeira casa, fala com o Crédito Agrícola. Porque do Crédito Agrícola à tua nova casa são só 5 passos.



**CA**Vida

**CA**  
Seguros

Para mais informações:

[creditoagricola.pt](https://creditoagricola.pt) |     

 **CA**  
Crédito Agrícola

Caixa Central – Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, CRL registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000

## Como continuar os desportos náuticos em Vagos? (cont.)



### Os 8 anos do projeto do AEV

De 2014 a 2023 muito se fez, mas muito há, ainda, que fazer e é disto que nos iremos ocupar seguidamente: O que se fez: criaram-se 2 Centros Náuticos provisórios (em 4 contentores), na Quinta do Ega, em Vagos e na Vagueira; adquiriu-se muito material náutico de Vela (14 embarcações), Canoagem (55 caiaques, de diversas tipologias), Surf e Paddle (14 pranchas), 3 barcos a motor, de apoio à segurança e material individual (fatos térmicos, sapatos náuticos, coletes de flutuabilidade, etc.). Há o necessário e, até, bastante mais do que isso. Durante estes anos, houve cerca de 25 mil utilizações do CFD: todos os alunos, do 1º ao 12º ano (são mais de dois mil), experimentam pelo menos uma aula por ano e existem equipas de competição escolar de Canoagem, Vela e Surf, que treinam semanalmente e fazem competições escolares. O AEV também colabora em eventos locais e incentiva a prática de lazer, durante o verão, para a população adulta (cedendo os seus equipamentos náuticos e colaborando com a Associação de Surfistas de Vagos (ASV) na dinamização da ria da Vagueira. Fizeram-se protocolos com organizações que podem colaborar (como o Clube de Vela da Costa Nova, o Vagos Sport Clube, a Federação Portuguesa de Canoagem, a Balsa, etc) e contrataram-se treinadores das 3 modalidades, a

quem se paga, mas que, pela sua competência, acrescentam valor.

Fez-se muito? Evoluiu-se muito em 8 anos? Sem dúvida que sim. No canal de Mira da ria de Aveiro, no rio Boco e nas praias da Vagueira e do Labrego, já se vêem veleiros, caiaques e pranchas de surf, já há alguma dinâmica, já se venceu a inércia, já se perdeu o medo e já se fazem algumas atividades.

O que falta fazer? Bom, aí está o principal tópico da reflexão, porque tem de se continuar, de se evoluir, de se fazer mais e melhor. Tem de se criar sinergias, juntar vontades e entidades, tem de se gastar (investir) dinheiro e concretizar ideias. Este vetor pode ser estratégico para o desenvolvimento do concelho: o turismo náutico, dirigido quer para os vagueses, quer para quem visitar Vagos. Atingido o primeiro patamar, têm de se criar condições para se atingir outro, mais evoluído. Vejamos, então, o contributo de cada um dos parceiros para um projeto comum:

O Agrupamento de Escolas de Vagos-pouco mais pode fazer, do que aquilo que tem sido a sua prática nos últimos anos: sensibilizar os seus dois mil alunos para projetos náuticos, manter os grupos-equipa das 4 modalidades náuticas (e interagir com o clubes náuticos locais), ir adquirindo novas embarcações, manter a sua rede de parceiros (locais, regionais e nacionais), colaborar em eventos dirigidos à comunidade, ir melhorando a formação dos professores e manter os

seus Centros Náuticos provisórios, atualmente alojados em contentores.

A sociedade civil-deveria organizar-se para criar um clube náutico. Nas décadas de 80/90 existiu o Clube de Canoagem e Aventura de Vagos que, após alguns anos de excelente atividade, se tornou inativo. É o momento de se voltar a organizar (ou de renascer), para assumir, pelo menos, a vertente da competição em Canoagem e Vela. As várias tentativas desenvolvidas neste sentido, nos últimos anos, falharam por falta de dirigentes benévolos e é fundamental que exista um clube local que dê continuidade ao trabalho de formação de base do AEV. A Associação de Surfistas de Vagos (ASV), dedicando-se ao Surf e numa escala reduzida não consegue, para já, preencher esta lacuna.

Os operadores privados- as escolas desportivas náuticas, mesmo que com caráter lucrativo, são fundamentais e o exemplo da Secret Surf School, entidade privada organizada como secção autónoma do Vagos Sport Clube é um excelente exemplo, até pela interação que tem tido com o AEV e pelos excelentes resultados obtidos quer na competição, quer na generalização da prática surfista.

As instalações náuticas- necessitam de melhorar, porque não se pode viver eternamente na precariedade. Os contentores que serviram inicialmente, terão de ser substituídos por Centros Náuticos definitivos (na Vagueira e em Vagos). Têm de existir rampas de acesso aos planos de água (para as embarcações

terem entrada e saída) e “guinchos”, para facilitar estas operações.

Técnicos especializados- O elemento humano é fundamental e a ação dos professores de Educação Física, com um perfil generalista, tem de ser completada pela ação mais especializada de treinadores das modalidades náuticas. Vagos, para evoluir neste domínio, terá de ter ao seu serviço técnicos com este perfil e em regime de tempo integral. O AEV, com os seus reduzidos recursos, tem contratado alguns treinadores “para ajudar” algumas horas por mês, mas muito mais é necessário.

A Câmara Municipal- Já se referiu em textos anteriores que as autarquias deverão ser as entidades liderantes do sistema desportivo local e, por isso, só com um forte empenhamento autárquico (investindo esforço e recursos e mobilizando os restantes agentes) será possível dar o salto qualitativo que se pretende, passando para um patamar mais evoluído. A criação de uma Estação Náutica (integrada na rede nacional) e o projeto de construção das instalações náuticas definitivas na ria da Vagueira são iniciativas que se registam neste percurso de melhoria. Esperamos que outras cresçam...

Paulo Branco

## O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA AS “FESTAS DE VAGOS” DE ANTIGAMENTE

O “Cantinho de João Ferreira”, a partir desta edição, passará a ter um novo formato, mais em tom de entrevista, que contará com a participação do meu neto Tiago Matos.

Começaremos por falar das Festas de Vagos, abordando como essas eram antigamente e como, até João Grave, grande escritor Vaguense, as descreveu, num dos seus romances. As Festas de antigamente que vou referir decorreram faz mais de oitenta anos (durante os meus verdes anos). A festa tinha, a um quilómetro antes do Santuário da Nossa Senhora de Vagos, dezenas de mendigos que vinham de toda a parte para pedir esmola, e alguns diziam: “dai esmola a este pobre mendigo que tem o braço todo comidinho por “câncaru”, e as pessoas comovidas davam o que podiam. Enquanto ao redor do santuário havia muito povo, que dentro da capela orava à Nossa Senhora, cá fora havia a distribuição do bodo, tradição que se mantém até aos dias de hoje... até distribuía pão pelas irmandades que vinham de Cantanhede. E pergunta o meu neto: “que mais havia de redor do Santuário?”

Havia senhoras com cântaros de água que vendiam um púcaro por cinquenta centavos, ou seja, meio escudo, enquanto apregoavam “quem quer comprar um púcaro de água fresquinha?”. Essa água era trazida pelas mulheres de poços próximos, sendo que não havia água canalizada. Havia também jogos de roleta e venda de moinhos de papel para crianças. Havia, mais que isso, jogos com três bolas de madeira no chão, uma espécie de bilhar cego, mas jogado à mão. Tudo isto durante a segunda-feira da festa em honra à Senhora de Vagos. À noite, era a chegada da procissão das velas que terminava na igreja com a imagem da Nossa Senhora, e pergunta o meu neto: “isso era na segunda... como era na terça?”

Na terça-feira rezava-se a missa matinal, ainda no Santuário, e, quando o povo de Cantanhede vinha à despedida no centro de Vagos, havia fogueteiros a lançar cada um o seu foguete em fila desde o Palacete Visconde de Valdemouro até ao edifício dos Bombeiros. À tarde, a festa dava-se no pinhal de São João e as pessoas comiam o almoço que traziam

de casa, ficando ali até ao entardecer (hoje em dia dá-se a tradicional sardinhada na Quinta do Ega). Na noite de terça-feira, havia um humilde concerto na Praça da República onde tocava a banda Vaguense.



É digno de salientar que em maio decorrem também, em Aveiro, as festas em honra a Santa Joana, padroeira da cidade, da qual falarei mais em pomenor no próximo número, não ficando, no entanto, aqui esquecida. Farei ainda menção, no próximo número, a um livro,

que comprei faz 23 anos, em Aveiro no centro comercial Glicínias e ao próprio autor, Monsenhor João Gonçalves Gaspar que teve a amabilidade de me autografar o exemplar. O livro, já na sua segunda edição, reza a história da padroeira Santa Joana que morreu em Aveiro em 1490.

A foto foi tirada na Quinta do Ega enquanto comíamos e bebíamos na tradicional sardinhada na tasca do Reinaldo dos Frangos.

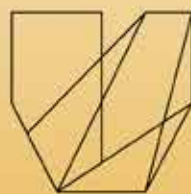
João dos Santos Ferreira



**O AFONSO  
ALERTA!**



**CAMPANHA DE SENSIBILIZAÇÃO DA ÉPOCA BALNEAR  
CÂMARA MUNICIPAL DE VAGOS**



município de  
**vagos**