



PAVILHÃO MUNICIPAL RECEBE 1500 DANÇARINOS DE 70 PAÍSES

RF Vagos Open é organizado pela escola Ritmo das Formas e já vai na sexta edição. Decorre nos dias 28 e 29 de outubro

PÁG. 5

“CASTELOS DE PAPEL” UNE VAGUENSE JOÃO MARTINS E MIGUEL ARAÚJO

PÁG. 4



VAGOS JOGÁ HISTÓRIA

A causa do Projeto Memorizar em votação popular

SUP. II



OPINIÃO SOBRE ISRAEL E PALESTINA POR OSCAR GASPAR

PÁG. 3

COMANDANTE DOS BOMBEIROS MANTÉM-SE EM FUNÇÕES

PÁG. 4

EDITORIAL

Alimentação sem prazo de validade

Uma ida ao supermercado, nos dias que correm, pode ser uma verdadeira aventura para o cérebro humano. E para o coração. Porque se é difícil encaixar no orçamento semanal (ou mensal) todas as compras que seriam necessárias para alimentar o agregado familiar, mais difícil é não ter uma arritmia ao ver uma garrafa de azeite marcada, no mínimo, com um preço de sete euros.

Há contas, comparações de preços, e mais contas, a fazer enquanto se percorrem os corredores das grandes ou das pequenas superfícies, que estão apinhados de produtos que nem sempre podem entrar no nosso cesto e ir morar connosco para casa. E a tarefa torna-se mais árdua ainda quando falamos de

alimentação dita “saudável”. Quanto mais “limpas” quisermos que sejam as nossas refeições, mais o preço da fatura sobe. Problema disto tudo: não é uma piada, é uma triste realidade, da qual não se vislumbra um fim à vista.

Parece-me cada vez mais longe o dia em que todos os portugueses se vão poder alimentar com dignidade, todos os dias. Que não possam só comprar carne, peixe e produtos frescos nos dias que se seguem ao pagamento do ordenado e que não passem a segunda metade do mês a juntar salsichas ou atum em lata a um punhado de massa. Imagino uma realidade justa, uma espécie de “alimentação sem prazo de validade”, uma alimentação que não fosse

prejudicada pelo ápice do esvaziamento da conta bancária. Só que esse dia parece, cada vez mais, inalcançável. À boleia da constatação das dificuldades crescentes das famílias, algumas instituições de solidariedade e autarquias têm reforçado os apoios a quem deles necessita – sendo que temo que qualquer dia a questão seja “quem é que não necessita?”. É o caso da Câmara de Vagos, que, no final deste mês de outubro, anunciou o programa municipal “Alimentar+”, uma iniciativa que prevê a atribuição de um cartão de compras aos agregados familiares que dele necessitem – mediante avaliação prévia do Serviço de Acompanhamento e Ação Social, que determinará o montante e a frequência do apoio.



Arrisco-me a dizer que será uma boa ajuda, mas que, infelizmente, não vai sanar o problema. E com isso não retiro o mérito ao programa, que o tem (muito). Entendo, apenas, que enquanto os preços dos alimentos não baixarem, ou os salários não subirem, uma boa alimentação é algo que vai continuar a não estar acessível a todos.

SALOMÉ FILIPE
DIRETORA DO JORNAL

EFEMÉRIDE

A “festa” do povo com direito a selo

INAUGURAÇÃO. O distrito de Aveiro estava na agenda do então Primeiro-Ministro, Aníbal Cavaco Silva. Dois dias intensos, com comitiva reforçada, de atividades e inaugurações, que arrancaram em Espinho, estendendo-se por Santa Maria da Feira, Ovar, Estarreja e Aveiro. Almoçando na Costa Nova, Cavaco Silva visitou o porto de Aveiro, no forte da Barra, estaria ainda com os jovens, em Aveiro, para inaugurar o Centro Inforjovem, tendo depois assistido à largada de paraquedistas e visitado a Feira de Março. Ao final da tarde, então na qualidade de presidente do PSD, rumaria a Viseu onde se avistou com quadros e militantes do partido.

O segundo dia foi dedicado aos municípios de Ílhavo, Vagos, Oliveira do Bairro e Mealhada, onde almoçou. Militante confesso das porcelanas da Vista Alegre, o Primeiro-Ministro presidiu, em Ílhavo, à sessão solene evocativa da elevação do município a cidade. No final da cerimónia foi-lhe oferecida uma peça inédita, da

fábrica de porcelana, da autoria do pintor vaguense Armando Pimentel.

Em Vagos, onde inaugurou os novos Correios, Cavaco Silva chegou atrasado e demorou-se pouco tempo, mas foi recebido com foguetes. Acompanhado pelo Governador Civil, Gilberto Madail, recebeu cumprimentos do Presidente da Câmara, João Rocha, vereadores, e demais entidades. Saudado por centenas de populares, teve honras de Estado, prestadas pelos Bombeiros Voluntários, na presença da Banda Vaguense e Grupo Folclórico de Santo António.

A nova infraestrutura, benzida pelo Pe. Teixeira das Neves, arcebispo de Vagos, tinha custado cerca de 40 mil contos. Um esforço de investimento que era «garantia de que os Correios acompanham a evolução das necessidades da população de Vagos», disse o presidente da administração dos CTT, Silva Marques. À margem da inauguração, João Rocha diria, aos órgãos de comunicação social, que se sentia «particularmente feliz» pela presença do

Primeiro-Ministro em Vagos. «É um momento alto na vida do concelho», referiu, fazendo notar que «o povo estava todo em festa».

MEMÓRIA. Implantados no centro da Vila há mais de um século, numa casa particular junto à Igreja, os Correios de Vagos viriam a ser alojados, posteriormente, na década de 30, em



edifício próprio. Reconstruídos em 1991, deram lugar a novas e modernas instalações, em resposta à “dinâmica do desenvolvimento que se fazia sentir”, na Vila e arredores.

Recorde-se que, aquando da inauguração, a nova Estação abriu ao público com dez trabalhadores, seis dos quais afetos ao centro de distribuição postal. Dispunha de três balcões de atendimento, duas cabines telefónicas e cento e cinquenta apartados – uma área total de 261 m², dos quais 45 m² destinados à sala de público e 80 m² ao Centro de Distribuição Postal (CDP). Segundo dados disponibilizados, o Centro distribuía cerca de 110 mil objetos postais, e efetuava a recolha e encaminhamento, para todo o país, de 30 mil. Servindo uma população a rondar os 30 mil habitantes (vila e freguesias), a distribuição domiciliária era apoiada por seis giros.

Eduardo Jaques

CONSULTÓRIO

Já pensou em deixar de fumar?

O tabagismo, segundo o European Lung White Book de 2003, é considerado uma doença crónica. Desde 1950 que os perigos do tabaco têm sido estudados, de entre os quais: risco de cancro de pulmão, doença cardíaca, AVC, infeções respiratórias, doença pulmonares como a DPOC, contribui para a disfunção erétil e infertilidade, entre outros.

Fumar não só prejudica a saúde do próprio, mas também das pessoas

expostas ao fumo do tabaco. O tabagismo é atualmente reconhecido como a principal causa de morte, doença e incapacidade evitável no mundo. Sabia que cada cigarro consumido tira em média 5,5 minutos de vida?

Assim deixar de fumar permite uma melhoria do estado de saúde, com benefícios imediatos e a longo prazo. Sabia que logo após 20 minutos de deixar de fumar a sua pressão arterial e frequência cardíaca voltam ao normal e

que após 15 anos o risco de enfarte é semelhante ao de uma pessoa não fumadora?

Deixar de fumar pode ser um desafio, em que lidar com os sintomas de adaptação do corpo à ausência da nicotina pode ser desagradável e difícil de suportar sem apoio. Mas com ajuda pode tornar-se mais fácil. O apoio comportamental e farmacológico, com medicamentos que ajudam a diminuir o desconforto provocado pela falta de



nicotina, podem aumentar o sucesso em deixar de fumar. Sabia que existem consultas de apoio à cessação tabágica? Procure ajuda diferenciada, fale com o seu médico de família ou ligue para o SNS 24 (808 24 24 24).



A. Raquel Dias,
médica interna na USF
Senhora de Vagos

FICHA TÉCNICA

Proprietário e Editor Santa Casa da Misericórdia de Vagos | **Sede de redação / Sede do Editor / Morada / Contactos** Rua Padre Vicente Maria da Rocha n.º 555 . 3840 - 453 Vagos
Telefone 234 799 180 . **Email** misericordiadevagos@scmvagos.eu | **N.º de contribuinte** 501 181 164 | **N.º de registo na ERC** 126 915

Depósito legal 436462/18 | **Diretora** Salomé Filipe | **Tiragem** 1500 exemplares | **Preço** Distribuição gratuita | **Patrocinaram esta edição** Câmara Municipal de Vagos, Farmácia Giro, Mistolin, Caixa de Crédito Agrícola, Eml e J. Prior | **Colaboraram nesta edição** Salomé Filipe, Eduardo Jaques, João Ferreira, José Almeida, Paulo Branco, A. Raquel Dias, Óscar Gaspar, Joaquim Plácido, 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, nº 161 . 3020-265 Coimbra

Um Mandela para Israel, precisa-se

Nas minhas estantes tento que os livros descansem em paz, pelo menos até que impertinentes palavras saiam das lombadas para abanar a consciência, a sensibilidade ou a razão. (Não) sei porquê mas, na mesma prateleira, os livros de Nelson Mandela encostam-se aos de Yitzhak Rabin e, por estas semanas, a ligação ganha ainda mais significado.

Nos catecismos que também tenho em casa encontra-se uma Terra Santa que há dois mil anos falava da Palestina, da Judeia, da Galileia, da Samaria, etc. Passados tantos séculos Jerusalém é considerada cidade santa para judeus, cristãos e muçulmanos. Partilhamos muita história e agora também esta dor.

O ataque terrorista do Hamas de 7 de outubro, que matou indiscriminadamente centenas de pessoas em algumas horas e mantém cerca de 200 reféns, é horrendo e não tem qualquer justificação. Os extremistas são os que berram sempre mais alto e os que têm menos razão. Nesta como em outras paragens, tenta-se embulhar determinados projetos numa capa de zelo religioso que Deus (sim, no singular, as 3 religiões referidas são monoteístas: acreditamos que há um só Deus) não quererá aceitar.

Os dias sucedem-se com uma mortalidade desumana, mas calculada.

Morrem israelitas, vítimas do terror de alucinados. Morrem palestinianos, apanhados entre fogo e vítimas de uma vingança de Estado, com má consciência e muitos anos de práticas discriminatórias.

Os israelitas merecem viver em paz. Os palestinianos merecem viver em paz. E, vivendo em paz, todos viverão melhor e terão todas as condições para reforçar os laços de irmandade e cultura comum que os unem.

Claro que na realidade a situação é difícil e dolorosa. As feridas são profundas e estão abertas. Mas a solução não é a guerra, nem o terrorismo. A solução é política e escreve-se com 3 letras: paz.

Bem sei como deve ser difícil para um político dizer o Pai Nosso até ao fim mas, ainda que não seja crente nem necessariamente um idealista, é no perdão maduro que se encontra a raiz para um novo rumo à vida.

Quem viu o filme *Invictus* percebe como compete às lideranças políticas construir pontes com forças antagónicas, pilares diferentes e peças que não parecem encaixar. No caso de África do Sul, uma nação multirracional que rompeu legalmente com o apartheid e continua a aprender formar uma comunidade

inclusiva. E que vibra em uníssono com os Springboks. Às mãos de um homem que esteve 27 anos preso por um ideal político e que estendeu a mão ao inimigo.

Yitzhak Rabin, Primeiro Ministro de Israel, assinou o segundo acordo de Paz com Yasser Arafat no dia 28 de setembro de 1995. Foi assassinado por um extremista judeu 37 dias depois. Foi um daqueles dias em que o mundo andou para trás. Este crime, verdadeiramente de lesa-pátrias, também demonstra que a

iniciativa política está sujeita a todo o tipo de (a)provações e que, contrariamente aos gingões de soluções rápidas e “por decreto”, as decisões têm sempre múltiplos implicados e a sua atuação, por muito injusta que seja, pode influenciar no impacto final.

No funeral de Yitzhak Rabin, com o planeta todo presente, o Rei da Jordânia, seu velho inimigo tratou-o por irmão e colega e declarou “viveste como um soldado, morreste como um combatente da paz”.

A falta que um Rabin nos faz! De forma a que as mortes não enterrem o sonho bem real da paz. No caso de Mandela era preciso unir uma nação e no caso de Israel é encontrar o caminho para que duas possam coexistir. Que apareça



um(a) estadista capaz de fazer história, mesmo que com isso não abra os telejornais, para estancar o sangue, a raiva, a insegurança, frustração e a intolerância.

Sabemos que mesmo que tudo corra bem, não será no imediato que se secam as lágrimas e que passa a haver confiança. Será sempre um processo feito por homens e mulheres, com avanços e recuos, (e muitas vezes é a falta de resultados diretos na vida das pessoas que leva a novas desconfianças e ressentimentos) mas é preciso que comece de forma determinada.

Lutar pela paz pode ser uma luta de vida ou morte mas é a única solução de vida.

Oscar Gaspar
 Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Santa Casa da Misericórdia de Vagos

O Mito Político

São poucas as personagens do século XX portuguesas que tenham sido tão mitificadas como Francisco Sá Carneiro. O seu percurso de vida permitirá tal mitificação: membro da Ala Liberal, depois do 25 de Abril aproximou-se do centro-direita. Foi um lutador no Período Revolucionário, em curso, junto das forças militares moderadas pela instauração de um regime democrático e pró-ocidental. Fundador e líder do Partido Popular Democrata (PPD), que passou a chamar-se Partido Social Democrata (PSD), em 1976, Sá Carneiro teve uma carreira política envolta em polémicas. Em 1979, chegou ao poder numa coligação com o Centro Democrata Social (CDS). A minha melhor referência sobre Sá Carneiro foi a sua definição estratégica como político: “Primeiro, Portugal; depois, o partido; por fim, a circunstância pessoal de cada um de nós”. Cabe-nos, hoje, reflexionar sobre este pensamento e observar se os atuais políticos, a nível nacional ou regional, ouviram ou leram alguma vez Sá Carneiro, embora muitos falem dele como se o tivessem conhecido como ativo político.

Em meu entender, viver em democracia, significa que cada um de nós tem direito à sua livre opinião. Viver num Estado de

direito democrático significa que todos nós temos os mesmos direitos e deveres e que ninguém está acima da lei. Ser político significa honrar o compromisso eleitoral assumido com a população e, acima de tudo, defender as instituições democráticas, o erário e os superiores interesses da população pela qual foram eleitos.

E esta defesa intransigente tem de ser superior a qualquer interesse pessoal. É isto que cabe a cada um dos eleitos nos órgãos políticos realizar, sejam membros de órgãos executivos ou deliberativos. Defender a sua terra, acima de qualquer interesse. Como ponto de partida, todo o cidadão tem o Direito à Informação e Acesso aos Documentos Administrativos nos órgãos deliberativos das autarquias locais. Se este direito não está disponível, significa que está a ser negado e viola-se a Constituição da República Portuguesa (CRP) em matéria de direito à informação, concentrando-nos preferencialmente nos seus reflexos nos órgãos deliberativos da administração autárquica.

No campo político, quem opta por aproveitar-se do cargo para sobreviver

não passa de um “mágico político”. E, infelizmente, a política está cheia de mágicos, que são mestres na arte da dissimulação e conhecem o verdadeiro poder que as aparências têm sobre a mente do povo. E usam-no com a toda a propriedade, para iludir o povo com a sua dissimulação.

Estes políticos que fazem “malabarismo político” no seu dia a dia, inclusive às pessoas que lhe são mais próximas, da forma mais ignóbil e cruel, não têm consciência moral e são os primeiros a acharem-se os superiores donos da razão e não têm pudor em pregar falsos princípios e valores em público. É o auge da hipocrisia.

Mas um dia são descobertos, porque a verdade vem sempre ao de cima. E nesse momento, nem o malabarismo mais criativo consegue ludibriar a realidade dos factos. E quando o povo descobre que estava a ser manipulado por políticos mágicos, todo o respeito que nutria passa a escárnio e desilusão.

Há quem considere a hipocrisia um dos males da democracia, na medida em que os políticos, para angariarem o maior número de votos, acabam por mentir e



mascarar a sua verdadeira essência para obterem a simpatia do povo. São uma espécie de ditadores, mas de forma velada.

Após quase 49 anos de democracia no nosso país, importa ressaltar isto, pois a hipocrisia é um dos perigos da mesma e, infelizmente, está instalada no nosso sistema político nacional e local. A bem da democracia e do interesse público, cabe a todos nós, combatê-la de forma a que o nosso sistema político nunca se transforme numa “democracia ditatorial”, regida por hipócritas.

Voltarei....lutando como Sá Carneiro.

Joaquim Plácido

Comandante José Santos mantém-se ao leme dos Bombeiros de Vagos

Sucessor de Fernando Cheganças ponderou abandonar o cargo, por indisponibilidade profissional, mas apelo do restante corpo convenceu-o a mantê-lo

José Santos, comandante dos Bombeiros Voluntários de Vagos desde maio, quando sucedeu a Fernando Cheganças, ponderou abandonar o cargo no final do próximo mês de novembro e demonstrou essa vontade à direção da associação humanitária. Em causa estariam razões de índole profissional, que o impediam de ter a disponibilidade que entendia ser necessária para se manter à frente do comando. No entanto, após um apelo feito pelo restante corpo de bombeiros, que prometeu apoiá-lo na liderança, o comandante aceitou manter-se em funções.

No início do ano, aquando da demissão, por motivos pessoais, de Fernando Cheganças do cargo de comandante dos Bombeiros de Vagos, o oficial José Santos – que tinha vindo de Vouzela e era, à época, o elemento mais graduado do quartel – assumiu, de imediato, funções como comandante interino. No entanto, pouco tempo depois, viria a ser convidado pela direção da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos (AHBVV) para assumir o cargo de forma permanente.

Nuno Moura, presidente da direção da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Vagos (AHBVV), recordou

ao Eco de Vagos que, quando foi convidado para assumir funções, José Santos “já tinha alertado que seria complicado conciliar, durante muito tempo, a sua vida profissional, como mediador de seguros, com o cargo de comandante”. “Sabendo dessa sua condição, aceitámos na mesma, por entendermos que era a pessoa indicada e porque queríamos ter o comando em plenas funções no início da época crítica dos incêndios”, adiantou Nuno Moura.

Motivações

Foi este mês que José Santos interpelou a direção da associação, com a constatação do que já previra meses antes. “Informou-nos que só ficava até ao final de novembro, porque, efetivamente, estava a ser muito complicado conciliar a vida profissional com a de comandante [cargo desempenhado como voluntário], que acarreta muitas responsabilidades. Nós lamentámos, mas percebemos as suas motivações”, esclareceu o presidente da AHBVV.

Numa reunião geral de imediato convocada, este mês de outubro, a direção comunicou a decisão de José Santos ao restante corpo de bombeiros.



Créditos: AHBVV

E os apelos para que o comandante se mantivesse em funções não tardaram. “Todo o corpo ativo se mostrou disponível para ajudar o comandante no que ele precisasse, de modo a aliviar a sua carga. E foi-lhe sugerido que completasse o comando com dois adjuntos, de modo a repartir o trabalho. Isto porque, atualmente, o comando é apenas composto pelo comandante José Santos

e pelo segundo comandante, Vítor Bento”, realçou Nuno Moura.

Assim, depois de ponderar, José Santos aceitou manter-se na liderança do corpo de bombeiros. Agora, ao que tudo indica, serão nomeadas duas pessoas para o adjuvar, cujos nomes ainda não estão escolhidos.

S.F.

Vaguense João Martins e Miguel Araújo juntos em “Castelos de Papel”

Projeto é resultado do trabalho de doutoramento do arranjador natural de Vagos, que convidou o cantautor português para uma parceria

O músico e arranjador vaguense João Martins lançou, este mês de outubro, a primeira música do álbum que o une ao cantautor português Miguel Araújo. “Castelos de Papel” é a música de apresentação de “João Martins Ensemble & Miguel Araújo – Ao Vivo na Escola de Artes e Ofícios de Ovar”, um álbum cuja edição está prevista para o próximo dia 1 de dezembro.

Foi no âmbito do seu doutoramento na Universidade de Aveiro, que aborda o papel do arranjador na música popular portuguesa contemporânea, que João Martins convidou Miguel Araújo para a parceria. “Naturalmente, não me passou pela cabeça convidar outro cantautor que não fosse o Miguel, dado o nosso histórico de colaboração e, sobretudo, pela profunda admiração que tenho por ele. Deu-me um gozo gigante ter trabalhado estas canções do Miguel que, como é seu hábito, transportam sempre

histórias incríveis, contadas através do seu olhar singular e talento inato”, deixou claro o vaguense João Martins, em comunicado.

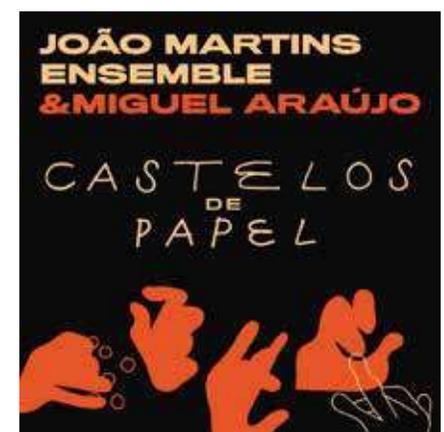
Composto por sete canções da autoria de Miguel Araújo que receberam novos arranjos – entre as quais o inédito “Castelos de Papel” – o álbum foi gravado com uma formação instrumental pouco convencional, de 21 músicos, na Escola de Artes e Ofícios de Ovar, com o apoio do município local. Até dezembro, as novas versões das canções vão ser dadas a conhecer ao público, estando “Castelos de Papel” já disponível em todas as plataformas de streaming, com vídeo oficial no YouTube de Miguel Araújo.

“O João Martins e eu fazemos música juntos há muito tempo. Ele tem a capacidade de pegar nas minhas canções e, mantendo intacta a natureza primitiva com que elas vêm ao mundo, lhes

oferecer uma dignidade muito singular, através daquilo que se pode chamar de ‘arranjo’, em sentido simultaneamente lato e estrito”, sublinhou, por seu turno, o cantautor português.

Miguel Araújo revelou, ainda, que as canções que compõe o novo álbum “fazem parte daquelas que se vão tresmalhando do rebanho” que é o seu reportório. “Uma delas inédita, escrita em 2015 para um filme. São canções que ficam, de facto, esquecidas. Este trabalho do João tem o mérito de, para além de tudo o resto, significar uma segunda vida para canções que foram amarelando com o tempo”, frisou o artista.

João Martins é multi-instrumentista, compositor e pedagogo e tem colaborado como músico e como arranjador com artistas como Miguel Araújo, Dino d’Santiago, António Zambujo, Pedro



Abrunhosa, Os Quatro e Meia e muitos outros. É também docente na Universidade de Aveiro, onde assume a direção artística do Campus Jazz – Festival de Jazz da UA.

S.F.

FAAVA só regressa no próximo ano

Segundo ciclo da feira de artesanato chegou ao fim com a edição de outubro de 23

O segundo ciclo da FAAVA – Feira de Artesanato e Antiguidades de Vagos chegou ao fim, com a edição que teve lugar no centro da vila, a 1 de outubro. Depois de se ter realizado ao longo de sete meses consecutivos, sempre no primeiro domingo de cada mês, o certamente só vai regressar a Vagos na primavera do próximo ano.

Em jeito de balanço, a Câmara Municipal, que organiza o evento com a colaboração do Núcleo Empresarial de Vagos, revelou que, de abril a outubro, participaram na FAAVA uma média de 58 expositores por edição. A feira aconteceu sempre entre as 9 e as 18 horas, na pérgula situada no centro da vila, com o objetivo de “valorizar o artesanato e promover os valores patrimoniais, culturais e turísticos do concelho, assim como a promoção, venda, compra e troca de velharias, antiguidades e colecionismo, designadamente artefactos etnográficos, bibelots, quinquilharias, livros, discos, jornais, revistas, selos, postais, moedas, relógios, máquinas, mobiliário, artigos para o lar e peças de arte”.



À parte das trocas comerciais, em cada edição da FAAVA houve momentos culturais, entre os quais performances teatrais e musicais, ateliers criativos e animação de rua, além de ter havido também espaço para diversão, principalmente direcionada aos mais novos, com a presença de insufláveis.

Para 2024, que será o terceiro ano em que a feira se realiza, a Câmara prometeu que “serão mais as novidades, os espaços e a programação, tudo numa perspetiva de melhor divulgar a cultura, as artes e os saberes”.

S.F.

Vagos volta a receber a “maior competição de dança desportiva” do país

Pavilhão Municipal Dr. João Rocha recebe o evento que vai reunir cerca de 1500 atletas, oriundos de 70 países

O primeiro dia da sexta edição do RF Vagos Open, que decorre entre 28 e 29 de outubro, vai ter “casa cheia”. Essa foi a garantia dada pela organização, aquando da apresentação pública do evento que é considerado “a maior competição de dança desportiva realizada em Portugal” e que vai receber 1500 atletas, oriundos de 70 países. O palco vai ser, como tem sido habitual, o Pavilhão Municipal Dr. João Rocha e a organização está a cargo da escola Ritmo das Formas, sediada em Vagos, em parceria com a Câmara Municipal.



Segundo a Autarquia, o evento “está a gerar uma forte expectativa no espectro da dança desportiva a nível nacional e internacional”, estando “já garantida presença de meios de comunicação social audiovisuais de várias proveniências mundiais”.

Durante os dois dias de evento, vão ser disputadas várias provas nacionais e internacionais, que são abertas a vários escalões etários, de alguns estilos de dança desportiva. A Câmara realçou, ainda, o facto de o RF Vagos Open atrair “à região e ao nosso país centenas de praticantes e milhares de simpatizantes desta modalidade, que aproveitam para visitar Portugal e conhecer a nossa cultura, gastronomia e turismo”. A Autarquia atribuiu um apoio financeiro à organização da competição, no valor de 25 mil euros, colaborando também com apoio logístico.

Depois de a venda antecipada de bilhetes ter terminado no passado dia 11, os ingressos para assistir à competição só podem ser adquiridos nos próprios dias do evento, na bilheteira do pavilhão desportivo, mediante disponibilidade. Os preços para assistir na bancada são de 15 euros, para o público geral, e de 7,5 euros para crianças com idades compreendidas entre os seis e os 12 anos. As crianças até aos seis anos não pagam entrada.

Reconhecido pela Federação Mundial de Dança Desportiva e pela Federação Portuguesa de Dança Desportiva, o RF Vagos Open vai congrega dois Campeonatos do Mundo, nas categorias de júnior e de sénior, na vertente de danças latinas. Os juniores competem no sábado e os seniores no domingo.

Apesar de a sexta edição do RF Vagos Open ainda não se ter realizado, tanto a Federação Portuguesa de Dança Desportiva como a Câmara de Vagos já anunciaram que a sétima edição vai acontecer no próximo ano, também no final do mês de outubro.

S.F.

Depressa e bem, não há quem.

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

eml
 COMÉRCIO DE CARNES S.A.

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

A “maior abóbora” pesa 392 quilos



A XI Feira da Abóbora decorreu em Soza, entre os dias 29 de setembro e 1 de outubro, com um leque variado de atividades, entre os quais tasquinhas gastronómicas, música e workshops. E um dos grandes chamarizes do evento acabou por ser o concurso “A maior abóbora”, cujo primeiro lugar foi arrebatado por uma abóbora de 392 quilos, propriedade de João Cardoso, que viajou desde Duas Igrejas, em Paredes.

S.F.

Pavilhão Municipal acolheu almoço com mil idosos

Mês Sénior termina dia 30, com uma “Tarde Gandaresa” que ainda tem inscrições abertas

“A velhice é, simultaneamente, negativa, porque acarreta o desgaste do passar do tempo, mas também muito positiva, porque é repositório de sabedoria e experiência, que merecem ser elevadas e destacadas com toda a dignidade”. Foi dessa forma que D. António Moiteiro, Bispo de Aveiro, se dirigiu aos cerca de mil idosos – provenientes das onze IPSS do concelho – que encheram o Pavilhão Municipal de Vagos, no início do mês, no âmbito das atividades do Mês Sénior 2023. Primeiro, celebrou-se a eucaristia. Depois, houve tempo para o já habitual almoço, que foi seguido de animação musical.



Última atividade

O Museu Santo António de Vagos vai receber, no dia 30, a última iniciativa do Mês Sénior, depois de os idosos vaguenses terem viajado de autocarro até Viseu. A “Tarde Gandaresa” acontece a partir das 14.30 horas e é uma iniciativa que tem inscrições limitadas, mas ainda abertas (através do contacto 924 463 307).

A “Tarde Gandaresa” será composta por uma visita guiada à Casa Museu de Santo António de Vagos, que culminará com um momento musical e com um lanche que remeterá, promete a Autarquia, aos “sabores de antigamente” – e onde não vão faltar o “café de borras feito ao lume”, papas de abóbora e a broa mimosa a acompanhar. A atividade conta com a colaboração da Confraria da Abóbora.

S.F.

Câmara apoia famílias com cabazes alimentares

Programa municipal “Alimentar+” lançado este mês, no âmbito do Dia Mundial da Alimentação

A Câmara Municipal de Vagos vai apoiar famílias que estejam em dificuldades financeiras com um cartão de compras, destinado a adquirir bens alimentares. O programa municipal “Alimentar+” foi apresentado este mês de outubro, no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Alimentação, e surge, segundo a Autarquia, para fazer face ao “atual desafio colocado às famílias pelo aumento do custo de vida”.

De forma a contextualizar, a Câmara adiantou que, atualmente, “as famílias identificam dificuldade em dar resposta aos encargos com a alimentação, com duas consequências imediatas: redução da compra de alimentos e diminuição da qualidade da sua alimentação”.

Foi nesse sentido, de forma a possibilitar o acesso a uma alimentação “rica e

diversificada”, que a Autarquia avançou com o “Alimentar+”, que será integrado no Serviço de Acompanhamento e Ação Social (SAAS) e que “pretende chegar a todos os municípios que identificam essas necessidades”. Até porque, “o número de famílias a necessitar deste tipo de apoio aumentou” e “não se situa mais apenas no grupo de pessoas mais carenciadas”.

O cartão de compras será atribuído a famílias previamente avaliadas pelo SAAS e o montante do mesmo será definido de acordo com o número de elementos de cada agregado familiar. Segundo a Câmara, também a frequência e a duração do apoio “será definida com cada família, desenhando uma resposta individualizada e ajustada à realidade de cada uma”.

S.F.

Notas...Soltas Banda Vaguense Filarmónica Vaguense



1860 – 2023: 163 anos de Música, por Vagos

II CONGRESSO MUNDIAL O SISTEMA

De 18 a 23 de Setembro passado, na cidade venezuelana de Caracas, decorreu o II Congresso Mundial O Sistema, que congregou 140 participantes de 43 países do mundo.

Para este importante evento mundial foram convidados dois elementos da Filarmónica Vaguense: Leonel Ruivo, o nosso maestro, e o oboísta Miguel Martins.

Foi uma campanha muito trabalhosa e exigente mas que fica a constituir mais um importante marco na história recente quer da nossa instituição quer dos nossos elementos.

Das inúmeras informações oriundas da Organização do evento, transcrevemos:

“Com uma clara linha de ação plasmada pelo Mestre José Antonio Abreu e por sete maravilhosos dias do II Congresso Mundial O Sistema, o diretor executivo, Eduardo Mendez, juntamente com sua equipe diretiva, musical, académica, administrativa, operacional, técnico e operário recebeu, no Centro Nacional de Ação Social por Música de 18 a 23 de setembro, 140 participantes internacionais, 86 programas inspirados no Sistema e representantes de 43 países do mundo para ligar e dar uma primeira aproximação ao Sistema Mundial de Orquestras e Coros.

Representantes de 60 programas inspirados no Sistema celebraram acordos de entendimento com o objetivo de estreitar laços orientados para um objetivo comum, a música. Em conformidade e harmonia eles se juntaram ao manifesto de princípios e ideias levantadas, onde se concorda que o Núcleo é um espaço de liberdade, onde sonhar, reinventar e transformar acontece ao reconhecer e respeitar o outro. Onde das relações humanas e do encontro constante surge a capacidade de se cuidar, defender e desenvolver laços que ajudam a progredir. De tal forma que a “Prática Colectiva da Música” se consolida lá como metodologia concreta e, por sua vez, estimula os valores, deveres e direitos que permitem a transformação social dos seus integrantes.

Após dias de palestras, intercâmbios académicos, mesas operacionais de trabalho, visitas a núcleos capitalinos e do interior do país, os resultados obtidos fornecem uma base substancial para a consolidação de uma linha de trabalho comum onde convergem ferramentas que permitem a incorporação metodológica do Sistema imediatamente ou a adaptação da mesma, de acordo com as necessidades próprias de cada região.”

A Direção da Filarmónica Vaguense agradece o elevado sentido de responsabilidade demonstrado pelo maestro Leonel e pelo Miguel Martins, que souberam dignificar o nosso país e a nossa Instituição. Parabéns a ambos.

ESCOLA DE MÚSICA DA FILARMÓNICA VAGUENSE

E eis que o ano letivo 2023/2024 já começou!...

Já estão a decorrer a bom ritmo as aulas das várias classes a que os nossos alunos se inscreveram, com o empenho habitual da Direção Pedagógica, professores e alunos.

A todos desejamos um ano muito profícuo.

PAGAMENTO DE COTA DE ASSOCIADO

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

Obrigado a todos.

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

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

José A. Almeida

ECO DA SANTA CASA

IV SÉRIE . Nº 67 . OUTUBRO 2023

Tem a Palavra a Mesa

Quem mora aí em cima?

A história faz-se de muitas histórias. Outubro é mês de grandes datas. Comemoramos a luta contra a pobreza e reconhecemos a importância dos que atingem uma fase da vida avançada, a que vamos chamando vários nomes e designações, mais ou menos felizes.

É bem certo que vamos colhendo o que ao longo da vida semeamos.

Quando damos amor, quando pegamos ao colo, é previsível, não garantido, que, se necessitarmos virão ao nosso socorro e nos mimem e confortem.

Mas se por um lado toda uma vida fomos egoístas e não pudemos ou soubemos dar colo, poderá chegar o momento em que as nossas forças cedam, mas que ninguém se mobilize para nos cuidar.

Será que quando confrontados com as incapacidades do outro que não nos cuidou, mas que agora necessita de nós conseguimos ultrapassar e fazer de conta que o passado não dói?

Que significativo e crescente é o número de idosos que são abandonados nos hospitais?

Quantas vezes se acionam os Serviços para exigir responsabilidades...

A história dos abandonos emocionais e a atitude de desapego perante o outro está a transformar-nos em seres pouco humanos.

A velhice...esta capacidade de vivermos cada vez mais anos, a que nos levará...??

Mesmo quando tivemos a sorte de ser muito amados e que tivessem vivido para nos dar tudo o que temos e somos, mesmo quando reconhecemos o esforço que fizeram para podermos ter uma vida melhor do que a sua, mesmo assim, custa a aceitarmos quando as capacidades dos nossos se vergam.

Mas eu ainda sou seu;

Mas a outra pessoa, sendo a mesma, é outra, que é diferente, mas que continuo a amar.

Quem passou a ocupar o espaço das lembranças de si e dos outros, parecendo esquecer que um dia nos acolheu?

Que bicharoco será o que nos rouba aqueles com os quais vivemos e que agora estão tão diferentes.

Quem mora agora aí em cima?

Temos que aprender, temos que nos dedicar a conhecer estas novas pessoas. Que não deixamos de amar, mas que nos obrigam a ginastar os nossos afetos e perceber que estas pessoas transformadas são o resultado de toda uma história escrita num livro que gostamos de reler.

Teresa Gaspar
Mesária

Projeto Ativa(Mente)

No mês de outubro teve início um novo projeto na ERPI, implementado pela Sr.ª Isabel Alves, professora reformada, atualmente voluntária, na nossa instituição.

O Projeto Ativa(Mente) pretende criar um espaço com atividades de estimulação para trabalhar as funções cognitivas da população institucionalizada, tais como: orientação espaço-temporal, memória, raciocínio e lógica, linguagem. Para além do trabalho cognitivo procura-se criar um ambiente de convívio e companheirismo, de forma a fortalecer o relacionamento interpessoal e a aumentar a autoestima.

O arranque do Projeto tem sido uma novidade muito boa junto dos idosos da ERPI, com uma adesão entusiástica por parte de todos.



Deixamos uma palavra de carinho para a voluntária Isabel, que tem dedicado o seu tempo para desenvolver um espaço interativo, nas instalações da ERPI, em prol do bem-estar dos mais velhos.

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS



Alimentação na Infância

A alimentação na infância tem um papel determinante no crescimento e desenvolvimento das crianças e é neste período que se moldam gostos e preferências alimentares, sendo uma etapa crucial na promoção da saúde.

Uma alimentação saudável é um dos fatores mais importantes na saúde e, nos primeiros anos de vida, tem uma importância ainda maior. Os pais devem dar o exemplo de bons hábitos alimentares, pois as crianças aprendem com eles. A família é o primeiro núcleo fundamental para aquisição desses hábitos. Comer saudável deve ser uma aprendizagem contínua.

A alimentação deve ser diversificada e equilibrada, contendo todos alimentos que estão referenciados na, já conhecida, roda dos alimentos. As quantidades devem ser ajustadas consoante as necessidades de cada criança, bem como o seu gasto energético. É importante que as crianças façam várias refeições por dia, para um melhor equilíbrio do organismo.

O pequeno almoço é uma das refeições mais importantes, pois garante que o dia comece com toda a energia necessária ao bom funcionamento do organismo. A falta desta refeição associa-se, segundo alguns estudos, à falta de concentração das crianças por falta de energia (glicose)



a ser utilizado pelo cérebro.

Na creche verificamos que, desde cedo as crianças começam a expressar as suas preferências alimentares e é, também, nesta fase que surgem as recusas alimentares para alimentos como legumes, peixe, carne e fruta. Muitos pais têm dificuldade em que as crianças aceitem e consumam estes alimentos.

É importante que as famílias em parceria com a creche, partilhem informação, unam esforços de modo a minimizar estas dificuldades.

Todos devemos contribuir para uma alimentação saudável.

CENTRO INFANTIL

Setembro em mais um recomeço na CAR!

Outubro traz à CAR o tempo de navegar à bolina. As meninas já estão envolvidas com o novo ano escolar e a frequentar as atividades extracurriculares que escolheram. Com as regras e rotinas destes tempos de trabalho já retomadas e antes que surja a preparação do natal a equipa técnica e educativa dedica-se às questões burocráticas que cada processo exige.

A última jovem, das cinco que completaram o 12.º ano e saíram do ninho. A sua vida já está orientada, com casa para viver e trabalho para lhe garantir autonomia e sobrevivência. Gostamos de as ver partir assim...e lançamos-lhe o último desafio! Pedimos-lhe que escrevesse sobre a sua passagem pela CAR durante os anos que a vimos transformar-se de menina em mulher.

Deixamos o seu registo:

"A minha entrada na CAR não foi fácil, eu era uma menina com apenas 12 anos.

No dia da minha entrada, estava

chateada e revoltada e entrei de cara fechada e braços cruzados, não queria proximidade com ninguém. Um dia, umas senhoras, que na altura não achei simpáticas, mandaram-me encontrar o meu quarto, mas quando descobri o meu nome na porta do quarto vi que tinha um "s" a mais, comecei logo a reclamar, nem o meu nome sabiam escrever...

Acho que os inícios foram complicados, havia regras e mais regras e eu não estava habituada. Foi complicado habituar-me a dar-me com as meninas mais velhas. Reconheço que no princípio fui uma menina complicada e difícil de lidar, mas com a ajuda das doutoras que eu no início não gostava e fui aprendendo a gostar, tudo melhorou. Sem dúvida que elas marcaram a minha vida e vou-me lembrar sempre o quanto me ajudaram a crescer.

Desde que entrei que sempre sonhei com o dia da saída, o momento de me ver livre da CAR. O desejo de voltar à minha família era a coisa com que mais sonhava.



Hoje no dia da minha despedida vejo que graças às pessoas da CAR, consegui concluir o meu curso e tornar-me uma

pessoa menos revoltada. Hoje consigo olhar para trás e ver que nem tudo o que eu pensava de uma casa de acolhimento é a realidade. Vou ter imensa pena de deixar as doutoras e funcionárias que sempre me apoiaram e estiveram lá para mim mesmo quando tudo corria mal. Na instituição aprendi a descobrir o melhor de mim. Sou menos revoltada e sinto-me realizada como pessoa. Graças ao apoio e incentivo e muitas lições que guardo na minha bagagem acredito que vou conseguir uma vida saudável e diferente daquela que estava destinada se tivesse ficado na casa da minha família.

Passado seis anos da minha entrada saio acreditando que sou uma pessoa diferente. Sou melhor e a CAR ajudou-me. Voltarei sempre que puder...beijinhos a todas".

Ficamos de olho em ti, M., ficamos de olho em vocês todas que vão deixando a nossa casa. Cá esperamos as vossas visitas! A porta continua aberta, como sabem!

CASA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Vagos jogá história

Foi com enorme orgulho que a Equipa do Projeto Memorizar recebeu a notícia de que tinha chegado à fase de votação popular, na Loja Pingo Doce de Vagos, com a sua ideia Vagos Jogá História. Apesar de nos encontrarmos muito satisfeitos com este feito, apelamos agora, a toda a comunidade, para que vote nesta iniciativa. Estamos a falar em saúde cognitiva, em interação social, num momento de lazer, em memórias de lugares significativos e em memórias emocionais, num jogo de tabuleiro pensado à medida dos Vaguenses.

As caixas, com o jogo de tabuleiro de estimulação cognitiva, motora, emocional e puzzle serão distribuídas por entidades/serviços do concelho, que trabalham com pessoas idosas e/ou

tenham Demência. Por isso, vão chegar até si, com certeza! Através da resolução de desafios, do contacto com imagens de lugares familiares, a interação social e a conquista de peças do puzzle, você, jogador, viaja pelas memórias Vaguenses e, ao mesmo tempo, promove a sua saúde.

Ao receber uma moeda verde, depois de realizar as suas compras no Pingo Doce de Vagos, dirija-se aos mealheiros com as iniciativas a concurso e coloque a moeda na ideia A, "A" de Abraço à Demência (à pessoa com a doença, ao seu cuidador, à comunidade). Envolver e sensibilizar a comunidade reduz o estigma associado à Demência e permite cuidar melhor de quem cuidou de nós.

EQUIPA MEMORIZAR



"Sobre a Guerra..."

A guerra é um intenso conflito armado, geralmente extremamente violento. Esta situação pode ocorrer entre países ou entre grupos, como tribos.

Historicamente, existiram duas grandes guerras mundiais travadas pela humanidade. Estas aconteceram no séc. XIX e, como tantas outras, trouxeram para além da morte, a fome e as epidemias que matam como as armas.

antigos que eram tempos de muita fome...

Para curiosidade, a guerra mais curta da História durou apenas 37 minutos e ocorreu em África.

João Grave, o escritor vaguense, escreveu sobre a guerra de 1914 no seu romance "O Mutilado" (1918).



Lembro-me que em Portugal, durante a 2ª Guerra Mundial, os alimentos eram racionados através de senhas e muitas pessoas alimentavam-se do que produziam nos seus quintais. Dizem os

Em jeito de conclusão, deixo estas palavras: "A paz demora a chegar, temos de lutar..."

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



covid + gripe
vacinação gratuita,
acima dos 60 anos

☎ 962 303 009

farmácia
giro

Recrutamento

Estágios

Auxiliares de Ação Educativa

Candidaturas até 01/11/2023

Entre em contacto!
234799180

Enviar currículo para:
misericordiadevagos@scmvagos.eu

ou para:

www.misericordiadevagos.pt
no espaço de recrutamento

santa casa da
misericórdia
de vagos

Estágios Recrutamento

A Santa Casa da Misericórdia de Vagos encontra-se em processo de recrutamento de dois/duas candidatos(as) para estágio Profissional do IEFP em Auxiliar de ação Educativa (M/F) nível IV a desenvolver no Centro Infantil.

Duração: 9 meses.

Escolaridade: 12.ª ano.

Candidaturas até dia 01/11/2023.

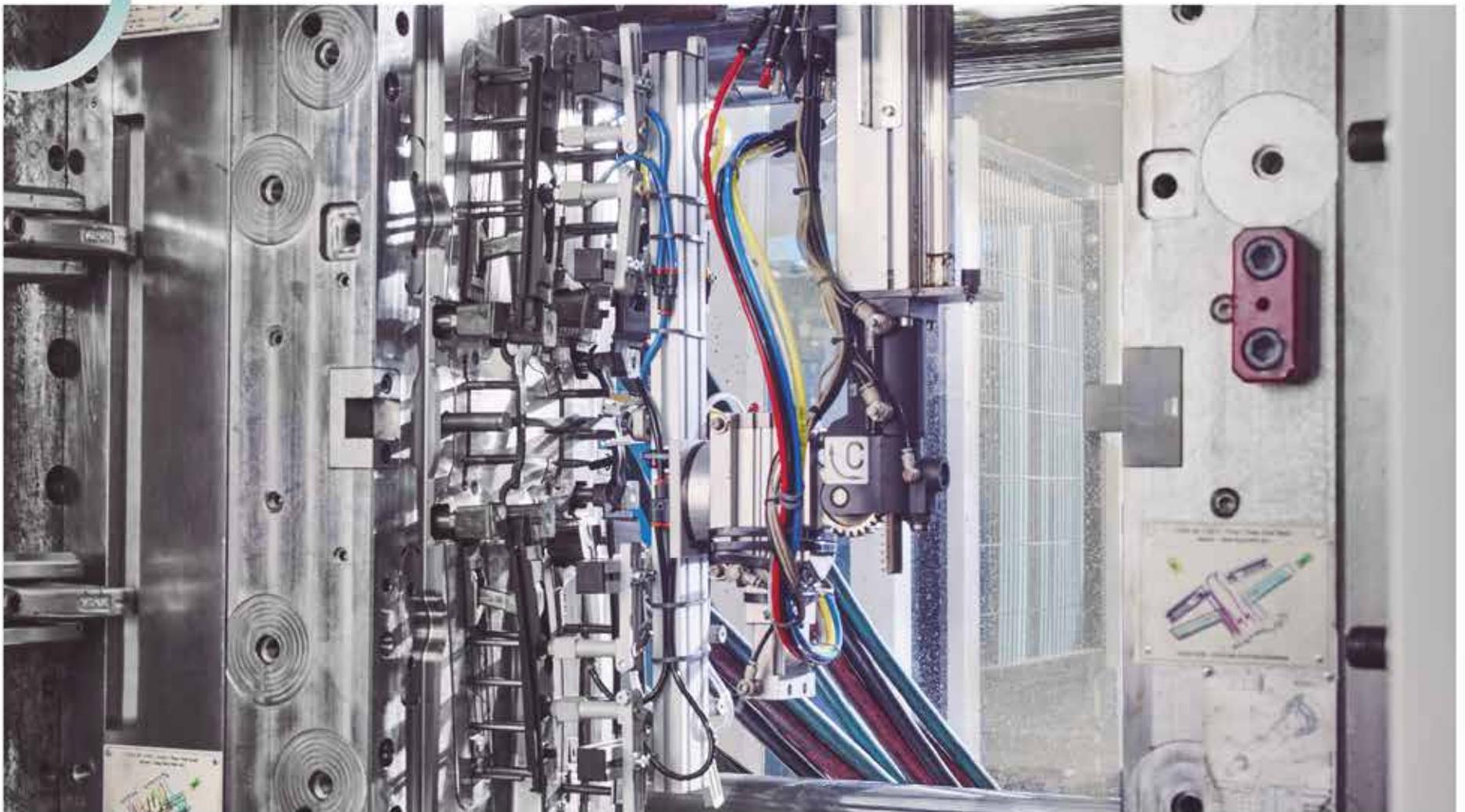
Pode consultar mais informações sobre requisitos para estágio profissional no site do IEFP.

Candidaturas: CV para misericordiadevagos@scmvagos.eu, telefone 234799180 ou no espaço recrutamento do site institucional



INJEÇÃO DE PEÇAS PLÁSTICAS

FORÇA DE FECHO : 50 TON ATÉ 1150 TON



J.PRIOR



Museu do Brincar já reabriu portas



Depois de ter sido alvo de melhoramentos ao longo de um mês, o Museu do Brincar voltou a reabrir portas, a 3 de outubro, Mercado Municipal de Vagos, estando de novo ao dispor dos visitantes. O espaço, que atualmente tem gestão municipal, conta agora com zonas requalificadas e com novas zonas expositivas, que serão novidade para miúdos e graúdos. Exemplo disso é um “mercado municipal” em miniatura (na foto), que permite às crianças darem asas à imaginação e descobrirem novas brincadeiras.

S.F.

BREVES

CPCJ. O auditório do Centro de Educação e Recreio recebeu, recentemente, o 1º encontro da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Vagos, que reuniu cerca de cem participantes. Em discussão estiveram três temáticas principais: “Novos Desafios no Acompanhamento de Jovens”, “A multiculturalidade, o desafio da inclusão social” e “Sinalização e acompanhamento pelas instituições de saúde”.

INDÚSTRIA. O grupo Costa Nova Indústria, sedado na Zona Industrial de Vagos, inaugurou a sua quarta unidade fabril, resultado de um investimento de 14 milhões de euros e construída na Zona Industrial da Mota, em Ílhavo. A nova estrutura vai ser dedicada ao fabrico de coleções de artigos de mesa a partir de uma matéria-prima reciclada e prevê criar 150 postos de trabalho, assim como produzir 15 a 20 mil peças por dia, numa primeira fase. A inauguração da nova unidade fabril contou com a presença de Ana Abrunhosa, ministra da Coesão Territorial.

DESPORTO. A Associação Ruralidades e Memórias vai organizar, a 5 de novembro, mais uma edição do trail “Por Terras de Fontes e Lobos”, em Fonte de Angeão e Covão do Lobo. A atividade consiste numa prova de trail - corrida em ambiente de trilhos selvagens - de 15 quilómetros ou, para quem preferir, numa caminhada de seis quilómetros. As inscrições estão abertas até 31 de outubro - 15 euros o trail e sete a caminhada - e garantem almoço, uma t-shirt técnica, medalha e diploma digital.

FORMAÇÃO . No âmbito da iniciativa “Formação+Próxima”, o Município de Vagos está a promover, em parceria com a Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra, mais duas ações, com início em novembro. A primeira, que se realiza entre os dias 7 e 24, intitula-se “Inglês Atendimento - Qualidade na Informação Turística”. A segunda, “Dinâmicas, Turismo e Narrativas - Rio Boco”, começa a 28 de novembro e termina a 5 de dezembro. Ambas decorrem na Biblioteca Municipal João Grave e são gratuitas, apesar de carecerem de inscrição prévia obrigatória.

Programas de Férias Desportivas

AS FÉRIAS ESCOLARES

Em junho terminou um ano letivo, iniciando-se o novo ano escolar muito recentemente, em 15 de setembro. Entre estes dois momentos, decorreu o período de férias escolares que, para os alunos, varia entre 2 meses e meio e 3 meses, porque o ano letivo termina em momentos distintos (entre o início de junho, para os alunos do ensino secundário e final desse mês, para alunos da educação pré-escolar e 1º ciclo). Existe, ainda, a questão dos exames finais, recentemente reduzidos às disciplinas de acesso ao ensino superior e que abrange apenas o ano terminal, com cada vez menos alunos.

As férias são um direito de todos e corresponde a um período de descanso temporário de um mês, no final de um ano de trabalho, por forma a permitir a recuperação para um novo ciclo.

Efetivamente, manter crianças e jovens em casa, durante 2 meses e meio a 3 meses, normalmente sem acompanhamento familiar (os pais trabalham e as suas férias, quando existem, são mais curtas), constitui um problema e uma preocupação para as famílias. Onde os deixar? Com quem os deixar? A fazer o quê? Como ocupar o tempo livre destas crianças e jovens (dos 3 aos 17 anos, serão mais de um milhão, em todo o país), durante este longo período? Trata-se, portanto, de uma questão

que diz respeito quer ao Estado, quer às Famílias, porque é um problema com uma dimensão simultaneamente coletiva e individual. E não se trata, apenas, de ocupar o tempo de qualquer forma... a questão é mais complexa, porque se torna necessário ocupar o tempo de forma correta, com uma dimensão simultaneamente lúdica e formativa.

A TEORIA DO LAZER

Joffre Dumazedier (1915-2002), que no séc. XX estudou profundamente as questões da Sociologia do Lazer, considera que o tempo livre de qualquer cidadão deve ser ocupado respondendo a 3 necessidades: i) descanso; ii) divertimento e iii) desenvolvimento. Por outras palavras: qualquer programa deve considerar estas 3 dimensões de forma equilibrada, sejam os destinatários crianças, jovens, adultos ativos ou idosos - nem só descanso, nem só divertimento, nem só desenvolvimento, mas sim uma combinação equilibrada de tudo. Por outro lado, os promotores desses programas podem ser entidades públicas (Câmaras, Escolas, ...) ou privadas (clubes e associações culturais e desportivas, IPSSs, empresas, operadores privados, ...) ou uma combinação de ambas.

As respostas locais: Programa “VAGOS EM AÇÃO JUNIOR”

Sendo um problema global, é também um problema local, para o qual se tem procurado encontrar respostas em Vagos: desde 2016 que a Câmara Municipal de Vagos (em associação com o

Agrupamento de Escolas), tem promovido programas de férias, destinado a crianças e jovens dos 6 aos 15 anos, durante as pausas escolares de Natal, Páscoa e, sobretudo, no Verão.

Este Programa pretende a ocupação dos jovens de forma ativa, saudável e formativa nas férias escolares, propondo atividades estruturadas de natureza educativa, cultural, desportiva e social e metodologias lúdicas e participativas, subordinadas aos seguintes objetivos gerais: Proporcionar: i) Momentos de lazer e de divertimento; ii) Desenvolvimento harmonioso e integral; iii) Melhoria da autoestima; iv) Autonomia, iniciativa, criatividade, participação ativa e espírito crítico; v) Favorecer a ligação Escola/Família/CMV, com vista à rentabilização de recursos.

A CMV funcionou como promotora e gestora do Projeto, recrutando Professores e Monitores que assegurem o acompanhamento e orientação técnica dos jovens; o AEV contribuiu com a cedência de instalações, refeitório e apoio de Professores a algumas atividades desportivas (Ténis de Mesa, Canoagem, Jogos, Escalada, Bicicletas, Basquetebol, jogos de tabuleiro, etc). Para além destas, o programa inclui outras atividades desportivas (surf, dança criativa, capoeira, iniciação ao mergulho), visitas (a museus, a empresas, a salinas, moinhos e azenhas), robótica e visionamento de filmes e diversões, como idas à praia, à piscina e ao parque aquático.

Resta, por fim, acrescentar que em

2019 (ano anterior à pandemia COVID), o programa teve 381 participantes nos 3 momentos e em 2023, cerca de 420 participantes, o que dá uma ideia da dimensão do projeto. Mas para além da dimensão quantitativa, tem de se considerar a qualidade e essa tem sido, globalmente, muito boa - seguros, alimentação, vestuário específico, segurança, organização, monitores.

PARA CONCLUIR

A ocupação do tempo livre de crianças e de jovens durante as férias escolares apresenta-se como um problema global que, em Vagos, apenas tem resposta por parte de entidades públicas que, associando-se, proporcionam programas de inegável qualidade e utilidade social. Este não é um programa exclusivamente desportivo (o que está correto), mas a dimensão lúdico-desportiva ocupa um importante espaço.~

Bom seria que outras entidades - sobretudo entidades privadas como os clubes e associações e empresas especializadas em tempo livre - assumissem localmente, também, estas responsabilidades, porque as necessidades são muitas e a procura destes programas existe.

PB



MISTOLIN SOLUTIONS

Visita a loja online

+500 PRODUTOS

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

MSTN



DE NORTE A SUL DE PORTUGAL

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 - Avidos
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

Impasse 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: aestegeral@mistolinsolutions.com

UISEU

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

VAGOS

Rua Principal, 306, 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
E-mail: info@mistolinsolutions.com

Associação Boa Hora

O mês de outubro foi vivido por nós com muita intensidade, iniciamos com a Comemoração do Dia do Idoso. À semelhança dos anos anteriores a Câmara Municipal de Vagos convidou-nos para em Comunidade homenagear os seniores do Concelho de Vagos. A Eucaristia foi presidida pelo Bispo de Aveiro, D. António Moiteiro, seguido de um almoço convívio e de uma tarde muito animada onde não faltou a música e a boa disposição. A nível institucional dedicamos este mês à alimentação. Idosos e crianças dinamizaram atividades em torno desta temática. As crianças da creche com a colaboração dos encarregados de educação exploram alimentos e com a ajuda das educadoras e auxiliares fizeram uma sopa de legumes e uma salada de fruta que puderam levar para casa para em família degustar. Por

sua vez, os idosos fizeram a tradicional sopa de feijão com carne à semelhança do que faziam ao boralho, servindo de sustento para o árduo trabalho na terra. Em conjunto elaboramos de uma roda de alimentos coletiva que decora o nosso refeitório, lembrando-nos da importância de cada alimento. Confeccionamos ainda com a ajuda da nutricionista Márcia Martins uma sobremesa saudável. As crianças da Resposta social de AAAF comemoraram este dia, de forma mais lúdica e recreativa, onde através de jogos e dinâmicas explorando alimentos saudáveis e não saudáveis. De forma a encerrar o mês dedicado à alimentação, teremos agendada uma palestra dirigida aos Encarregados de Educação acerca da importância de termos uma alimentação saudável e equilibrada.



Centro Social e Bem Estar de Ouca

Formação em contexto de trabalho 2023/2024

É em parceria com a Escola Profissional de Aveiro que a estagiária, Daniela Monte, inicia mais um ano de formação em contexto de trabalho - Curso Profissional



Técnico de Ação Educativa - no Centro Social e Bem Estar de Ouca.

Que seja mais um ano repleto de novas experiências e muita partilha!

CASD Santa Catarina

DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO - 16 outubro

O dia foi assinalado com a participação de todos os utentes de todas as idades e condições, fosse em trabalhos ou em degustações.

Bons hábitos alimentares começam na infância. A nossa manhã foi mesmo divertida. Confeccionamos uma salada de fruta, uma magnífica experiência social que nos convidou a tocar, cheirar e provar várias frutas.



“Uhhh!” ouviu-se pela sala. E por aí, como foi o vosso dia?

Centro Social e Paroquial de Calvão

Desfolhada à Moda Antiga

É com muita alegria que queremos partilhar mais uma atividade do Centro Social e Paroquial de Calvão.

Foi no passado dia 11 de outubro que a valência do Centro de Dia, teve a iniciativa de recriar internamente uma desfolhada à Moda Antiga.

Esta iniciativa teve o propósito de dar a conhecer, os usos e costumes de um povo marcado pelas azáfamas do campo.



“A chamada escapadela”

Noutros tempos, a desfolhada, além de ser um momento importante da preparação do milho que ia servir para a confeção do pão, era igualmente um momento de festa e convívio.

Colaboradoras colocaram mãos à obra para proporcionar aos nossos seniores uma tarde de convívio e partilha de experiências culturais positivas.

Agradecemos também a todos aqueles que contribuíram de diversas formas para o êxito desta atividade.



CA EMPRESAS

Queremos dar mais ao seu negócio

Uma empresa mais sustentável é também mais resiliente. No CA apoiamos a sustentabilidade do seu negócio: para dar mais ao seu futuro e ao de todos nós.





 Para mais informações:
creditoagricola.pt |    

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



Centro Social Paroquial de Santo António

O Centro Social e Paroquial de Santo António marcou presença no Mercado à Moda Antiga, organizado pelo Município de Vagos que teve lugar no dia 27/08/2023. A nossa participação passou pela exposição de alguns trabalhos manuais executados pelos nossos idosos, doçarias, acessórios de decoração e vestuário. O dia foi bem passado destacando-se o convívio entre coletividades e animação folclórica!



Para finalizar o mês de agosto demos um lindo passeio pela praia da Vagueira lá pudemos apreciar o mar e comer um gelado!

Em setembro, destacamos o relembrar das nossas tradições entre elas a Desfolhada acompanhada de cânticos alusivos e recordando como era vivido no tempo dos nossos residentes.



Associação de Solidariedade Social de Santo André de Vagos

XII Caminhada Solidária

No dia 15 de outubro de 2023 realizámos o nosso habitual evento solidário. Já contamos com a XII Edição da Caminhada Solidária pela Freguesia de Santo André. Este evento tem como objetivo a angariação de fundos para a nossa IPSS, para o Centro Social de Santo André.

Apesar do tempo no dia não ter contribuído muito para que os participantes pudessem fazer o percurso a pé, muitos foram os que participaram no almoço. Este ano, contamos com a colaboração de mais de 200 participantes.

Não queremos deixar de nomear e agradecer a todos aqueles que contribuíram para que este evento fosse possível: um agradecimento especial: à Junta de Freguesia de Santo André, pela cedência do espaço; ao Município de Vagos, pelo apoio logístico; à Caixa de Crédito Agrícola de Vagos, ao Tuttipromo e à empresa Fernetto pelos brindes entregues aos participantes; e à Confraria dos sabores da abóbora pelas doces



papas de abóbora.

Um agradecimento especial aos nossos colaboradores da Associação e a todos os membros dos corpos Sociais que participaram e ajudaram na organização deste evento.

Mais uma vez, concluímos que se trata de evento de cariz solidário que supera sempre as nossas expectativas iniciais. O balanço foi bastante positivo e o evento realizou-se com êxito.



O CANTINHO DE JOÃO FERREIRA

Sobre as “Cegadas”

Ainda que na edição anterior tenha dito que ia falar sobre a Rua Padre Vicente Maria da Rocha, esse tema ficará para ocasião mais oportuna pois tenho outro assunto em mente: desta vez vou debruçar-me sobre o tempo passado, no qual proliferavam as “Cegadas” que eram de grande entretenimento para a população desse tempo, quando não havia ainda a diversão da TV, que viria a aparecer em Portugal pelo fim dos anos 50. As “Cegadas” são pequenas peças de teatro do tempo da Segunda Grande Guerra, em tom dramático sobre temas variados, na sua maioria inspiradas em casos verdadeiros. Vamos começar com



um caso real desses tempos sombrios que se chamava “O Racionamento”: uma peça da autoria do já falecido Sr. José Mateus de Almeida Jr., na qual atuavam familiares e amigos dos quais destaco, os Srs. Américo Mateus, Abel Mateus, José Santo e António “Pedrogo” (já todos falecidos, pois na altura ainda eu não tinha ainda dez anos).

N’“O Racionamento”, a dada altura, cantava-se assim: “Racionamento, foge de mim / Oh que tormento, viver assim / Se continuas... o caso é sério / E encham-se as ruas do cemitério”. Depois entravam personagens no papel do “A Candonga” e outro d’“O Mercado Negro”. O que fazia de “Candonga” ia bem vestido e de brincos, com um travesseiro a fazer de barriga, acompanhado pelo “Mercado Negro”, que cantava assim: “Eu sou o Mercado Negro / Que vivo ‘à barba longa’ / Com todas as faltas me alegre / Minha esposa a Candonga! // A fome a mim não me assusta / E vou cantando cantiga / Quando o povo barafusta / Eu à sua custa / Encho a minha barriga!”. Além desta “Cegada”, haviam outras, das quais faço exemplo “O bom e o mau Ladrão” onde participavam três pessoas que já faleceram também, mas aqui são recordadas: Sr. Domingos Sarabando no papel de “O bom ladrão”, Sr. Alberto dos Santos no papel de “O mau ladrão”, e no papel de pai de ambos, Sr. Alfredo “da Pescada”.

Nesta segunda cegada, versa-se a estória de um pai que era assaltado por um dos filhos, mas defendido pelo outro. O velho, amparava-se a uma bengala e cantava em alta voz: “Amparado ao meu bordão / Vacilo a cada segundo / Pode muito o coração / Que ao peso desta paixão / Vai até ao fim do mundo.”, na continuação o bom ladrão dizia: “Tenho vindo a mendigar / Sempre de porta em porta

/ Mas quando estendo a mão / Na esmola que dão não creio / Pois sou por toda a gente / Olhado com receio.” Ao que o mau ladrão tornava: “Todos têm o seu ‘sport’ / Às vezes arriscado / Mas o meu ‘sport’ é outro / Dá-me mais resultado! // Arrisco-me a perder / A própria liberdade / Mas neste meu escapar / Mostro facilidade.”. Aquando do mau assaltar o próprio pai, surge a questão pelo seu comparsa “o bom” filho, sempre em verso: “Venha daí meu pai / Com a gente viver”, ao que o pai responde: “Cumprida a minha missão / Só me resta morrer”, caindo no palco que era o largo.

Até eu, João dos Santos Ferreira, fiz uma “cegada” sobre o caso de uma passagem à qual dei o nome de “O Cadeado”. E versa assim, sobre assunto verdadeiro passado em 73, na Carvalheira: “A história que vou contar / E faço agora de qualquer maneira / Acabou por ter lugar / Na aldeia da carvalheira // Dois irmãos tinham comprado / Um terreno nesse lugar / E logo um homem malvado / Qui-lo com eles disputar // Terreno que eles compraram / Tinha uma bela passagem / Mas a mesma foi impedida / Por não quererem prestar vassalagem // É que esse homem que era / Uma espécie de malvado / Colocou na passagem / Um valente cadeado” À dada situação um dos donos inquiria: “Saberás tu que na passagem / Já lá temos um cadeado? / Não me digas tu tal coisa que eu não creio! Andará esse homem tresloucado?” E ao repararem que: “O cadeado lá está

/ É certo bem o estou a ver / Agora meu irmão diz-me tu cá / Sobre esse assunto que vamos nós fazer / Foste tu à guarda ou ao advogado / Ao advogado eu fui verdade é / E que disse ele que fizesses? / Que cortasse o cadeado, mas com gente ao pé.” E dava-se a cantoria: “Corta meu irmão corta / E corta sem qualquer medo / Porque esse homem danado / Há de vir a perder cedo” e terminava da seguinte maneira “A verdade é que a razão sempre triunfam / Caridade é um vilão: só faz maldade / Mas haverá um dia quem lhe corte a “trunfa” / E então deixará de ser o Caridade!”. Sobre este assunto termino dizendo que neste momento só se encontra vivo o Sr. Júlio de Sousa Almeida o qual se encontra na foto e era autor da música em clarinete nas partes cantadas da minha “cegada”: “O Cadeado”.

João dos Santos Ferreira





TRAIL

05
NOV
2023

POR TERRAS DE FONTES E LOBOS

LOCAL: FONTE DE ANGEAO E COVAO DO LOBO - VAGOS - AVEIRO

TRAIL
15 KM

CAMINHADA
6 KM

INSCREVE-TE

ATÉ 31 DE OUTUBRO : 15€
CAMINHADA : 7€

KIT INCLUI ALMOÇO, T-SHIRT
TÉCNICA, MEDALHA FINISHER
E DIPLOMA DIGITAL



Mais informações:
<https://lap2go.com/pt/event/trail-por-terras-de-fontes-e-lobos-2023>
trailfonteselobos@gmail.com

ORGANIZAÇÃO:



APOIOS:

