



**OFERTA** PROGRESSIVO  
**2º PAR** E MONOFOCAL



**OPTICALIA**

Promoção válida de 08-09-24 a 30-11-24. Os dois pares de óculos terão lentes Vatesoft monofocal ou progressivas com a mesma graduação e tratamento. Será sempre cobrado o par de óculos com o PVP mais elevado. 1º Par qualquer armação de qualquer marca disponível no estabelecimento. 2º Par sem custos: armação a escolher entre as marcas Pull&Bear, Trendi e Kooba. Não acumula com outras campanhas, protocolos e descontos em vigor.

www.maissemanario.pt • Diretor: Virgílio Tavares • Sai às quartas • 29 janeiro 2025 • Preço Avulso: 1,50€ • Ano 13 • Nº 608

MAIS/Semanário



**APP**

**JUNQUEIRA Nº1**

**MEMÓRIA E MOBILIDADE EM SENIORES?**  
AS RESPOSTAS ESTÃO AQUI

**ATUALIDADE**  
**João Gomes**  
**distinguido**  
**Profissional**  
**do Ano pelo**  
**Rotary da Póvoa**  
Página 7



| Na freguesia de Balasar



**Santuário de Alexandrina**  
**inaugurado em outubro**

Página 12

**O Poupá**  
**Shaker**  
**voltou para**  
**agitar!**

**CUPÕES**  
**DIFERENTES**  
**TODOS OS DIAS**

NA APP  
**OMEU**  
pingo doce

**BARBOSA**  
ourivesaria

**41 ANOS**

**POLÍTICA**  
**Carta Educativa**  
**prevê 40 milhões**  
**de investimento**  
**no concelho**

Página 4

**POLÍTICA**  
**Militantes do PSD**  
**da Póvoa apoiam**  
**candidatura**  
**de Andrea Silva**

Página 2



**DESPORTO**  
**Varzim na**  
**2ª fase e Paneira**  
**sente que fez**  
**trabalho válido**

Página 15

**VILA DO CONDE**  
**Claúdia Marques**  
**faz história**  
**na Juventude**  
**Socialista**

Página 20

**CA**  
Crédito Agrícola

O Banco nacional  
com pronúncia local

PUBLICIDADE 05/2024



**CA SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO**  
**A solução que procura**  
**mora aqui**

Sujeito a decisão de risco de crédito  
Para mais informações: [creditoagricola.pt](http://creditoagricola.pt) | f @   
Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L. registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000 | M.C.R.C de Lisboa e Pessoa Colectiva nº 501 464 301  
Capital Social € 314.938.565,00 (variável) | Rua Castilho nº 233, 233 A, Lisboa



# Andrea Silva escolhida por unanimidade no PSD para liderar candidatura à Câmara da Póvoa

O nome de Andrea Silva foi aprovado por unanimidade e aclamação pelos cerca de 150 militantes que participaram na assembleia do PSD da Póvoa de Varzim, para ser a candidata dos social-democratas à presidência da Câmara Municipal. A sessão do plenário decorreu na noite de sexta-feira, no salão do Museu Municipal

No final, Andrea Silva, vereadora do executivo liderado por Aires Pereira, disse ao MAIS/Semanário que se sentia “feliz pelo voto de confiança dos militantes e com um grande sentimento de responsabilidade. Assumo, e assumi aqui com eles, o meu compromisso de continuar a servir as pessoas, que foi sempre isso que eu fiz ao longo destes mandatos em que estive na Câmara Municipal”.

Questionada se a sua candidatura representa continuidade ou rejuvenescimento de ideias, Andrea Silva disse ser “um misto de ambas as coisas”, visto que “é importante nós reconhecermos a continuidade do projeto do PSD, porque eu fiz parte dele durante estes últimos 20 anos e, portanto, sempre me identifiquei com este projeto”, mas “cada pessoa tem uma identidade própria” e “o mundo é diferente”.

O nome de Aires Pereira tem sido ventilado para vir ocupar uma posição na futura estrutura camarária, mas sobre isso a candidata à Câmara não adiantou nenhuma informação. “A seu tempo, iremos saber todas essas informações”, disse apenas.

## “Mudança geracional”

Por sua vez, Aires Pereira, presidente do PSD da Póvoa de Varzim, destacou que “mais do que uma aprovação, foi uma aclamação” da candidatura da Andrea Silva, acrescentando: “já ando na vida política há muitos anos, e o ambiente que aqui se viveu é um ambiente muito especial e de grande mobilização do PSD em torno

da dra. Andrea Silva”.

“É uma mudança geracional, a mais significativa que nós temos, porque quando Macedo Vieira deixou de ser presidente da Câmara e eu me apresentei como candidato, era uma continuidade que estava dentro do trabalho que vínhamos fazendo”, afirmou.

Aires Pereira referiu, ainda, que por isso “é fundamental este apoio para podermos conduzir para os próximos 12 anos os destinos da Póvoa de Varzim, e que consigamos materializar os nossos projetos. Estamos com uma equipa grande a trabalhar as propostas que vamos apresentar”.

## “Estou disponível para ajudar”, diz Aires Pereira

O MAIS/Semanário perguntou a Aires Pereira se o nome de Andrea Silva foi uma escolha pessoal ou de todo o partido, ao que o líder da concelhia respondeu que “é um processo muito democrático, em que se começa por escolher um perfil, ajustamos aquilo que era a pessoa que pretendíamos para o cargo e, portanto, hoje viu-se aqui o grande ambiente de quando foi anunciado o nome da dra. Andrea”.

Sobre a apresentação da restante equipa candidata à Câmara Municipal, Assembleia Municipal, e Juntas de Freguesia, foi apontado o mês de março para a “apresentação pública”. Se Aires Pereira irá integrar a equipa candidata à Câmara, disse que “estou

forma decidir sozinho, em vez de dar lugar e responsabilidade às novas gerações e protagonistas”, escreveu Trocado em nota de imprensa.

Por isso, defende que esta é “uma falsa escolha, já que o único critério de seleção, como se depreende ao fim de todo este processo, é permitir que Aires Pereira continue a controlar os destinos da Câmara Municipal, caso o PSD não perca as próximas eleições autárquicas”.

João Trocado adianta, também, que “a confirmar-se que se prepara, ele próprio, para ser candidato à Assembleia Municipal, os poveiros sabem o que esperar desta manobra, porque conhecem a experiência do concelho vizinho e os riscos que a Póvoa corre se ficar refém destes estratégias, que mais não são do que jogos de preservação do poder e não de serviço às pessoas e à comunidade”.

## Candidatura de Andrea Silva é uma “falsa escolha”

João Trocado, líder da concelhia do PS e candidato à Câmara da Póvoa, reagiu à escolha de Andrea Silva para candidata do PSD à Câmara Municipal, e em comunicado afirmou que “este é o plano de Aires Pereira para tentar a todo o custo manter-se agarrado ao poder”, sendo esta uma “falsa escolha”.

O socialista afirmou, ainda, que “há três anos, afastou Afonso Oliveira da presidência do partido na Póvoa de Varzim, ao promover contra ele a candidatura de Luís Diamantino, desencadeando uma guerra fratricida que não passou despercebida. Depois, já no ano passado, assumiu ele próprio a presidência do PSD/Póvoa, preterindo o vice-presidente, para controlar totalmente o processo autárquico e desta



sempre disponível para ajudar. Vamos ver a seu tempo se poderei fazer parte do processo”.

Já se mantém a firmeza de que vai assumir o mandato de presidente da Câmara até ao fim, afirmou ter “esse compromisso”, mas que “hoje somos desafiados para muitas missões. O governo tem tido também alguma necessidade de recorrer a quadros mais experientes para novas funções. Vamos ver o que o futuro nos reserva, uma vez que o trabalho aqui na Póvoa de Varzim está bem encaminhado para o futuro”.

## Miguel Sousa Neves apoia candidatura de Andrea Silva

Miguel Sousa Neves, que em 2022 fez parte da lista encabeçada por Afonso Oliveira à liderança da concelhia do PSD, e que em 2024 apoiou a candidatura da Aires Pereira, afirmou à nossa redação apoiar “incondicionalmente a dra. Andrea Silva na sua candidatura à presidência da Câmara Municipal”.

Para Sousa Neves, “a decisão da Comissão Política do PSD Póvoa de Varzim, no perfil e na pessoa, foi muito feliz. Integridade, ética, empatia com a população com foco nos jovens e idosos, capacidade de inovação e de gestão, experiência política e capacidade de liderança, são características essenciais, em minha opinião, para uma candidatura. A dra. Andrea encaixa muitíssimo bem neste perfil”.

“Há espaço de trabalho e projetos possíveis nas áreas de mobilidade, turismo, solidariedade social, saúde, educação, inovação digital, habitação, sustentabilidade ambiental e de urbanismo, para além do excelente trabalho e desenvolvimento das últimas décadas com o PSD no poder local”, terminou.



# PCP apresenta nova Comissão Concelhia da Póvoa

O PCP/Póvoa aprovou com unanimidade a composição da nova Comissão Concelhia, na Assembleia da Organização realizada a 18 de janeiro, no auditório da Junta de Freguesia da Póvoa. Composta por 16 membros, quase todos integrantes da Comissão Concelhia cessante, a nova equipa é marcada pela entrada de quatro novos elementos

Para o PCP, a entrada destes novos membros, todos com menos de 30 anos, “permite conjugar experiência acumulada com quadros em formação, com uma média de idades de 45,9 anos”. Na equipa, o elemento mais novo tem 22 anos e o mais velho 74 anos. Dos 16 elementos, seis têm menos de 35 anos.

Além de aprovada a Comissão Concelhia, a Assembleia da Organização serviu também para analisar e votar a Resolução Política, também aprovada unanimemente. O documento retrata a situação política e social da Póvoa, faz uma avaliação da atividade partidária desde a última assembleia, há 4 anos, e define linhas orientadoras para o reforço e intervenção do PCP junto dos poveiros.

## Necessária “visão estratégica para o concelho”

Entre os temas discutidos estão os problemas da Saúde, como a construção do novo Hospital, a Habitação “e o que não avançou no plano público”, a Educação e a Carta Educativa, a Mobilidade e Transportes, “como as

portagens e a rede UNIR”, a Cultura e a “liberdade da sua fruição e acesso”, bem como a Agricultura, Pescas e respetivos apoios.

“Os direitos dos trabalhadores, nomeadamente salários, horários e precariedade foram abordados num concelho de baixos salários”, diz o PCP.

Quanto ao Município, o partido critica o PSD por dar “prioridade a obras de grande dimensão que não respondem aos reais problemas da população”, não tendo uma “visão estratégica para o concelho”. Para o PCP, a estratégia a adotar no futuro “terá de passar pelo aumento da população residente com condições, a criação de emprego com direitos e melhoria das condições de vida, assegurando um vasto conjunto de serviços públicos de qualidade”.

Na Assembleia da Organização, foi ainda analisada a atividade do coletivo partidário no concelho, suas atividades e ações, bem como “as debilidades e dificuldades decorrentes seja dos problemas e insuficiências da organização, seja por linhas de ataque e condicionamento que impõem ao PCP”.



### Membros da Comissão Concelhia

António Fernando Moreira, Célia Vareiro, Catarina Feiteira, Dolores Cunha, Fernando Oliveira,

Guilherme Festas, Inês Ferreira, João Miguel Martins, Jorge Machado, José Rui Ferreira, Luá Nova, Mónica Varga, Miguel Andrade, Nuno Rodrigues, Rui Lopes, Sabrina Margarido.

PUB



LIC. AMI 4073

**EXCLUSIVOS**



MORADIA T5  
MONTGERON

Póvoa de Varzim  
junto Centro  
Grande Jardim  
e Piscina Ótimas  
Áreas, 4 Frontes  
Super Equipada

BAIXA DE PREÇO € 850.000

T2 PÓVOA  
ZONA BALNEAR



Como Novo e Cozinha Equipada,  
2 Passos da Praia e Centro  
Varanda c/ Lindíssimas Vistas  
Roupeiros e 2 WC

€ 225.000

MORADIA  
T3 PÓVOA



Junto Centro e Praia, Lote c/ 332 m2  
Moradia 4 Frontes, 3 WC, Grande Jardim  
Localizada na Rua Leonardo Coimbra

€ 350.000

MORADIA  
T3 PÓVOA



Junto Praça do Almada, Como Nova,  
Ótimas Áreas, Construção  
Qualidade, 2 Terraços  
e Equipada, R/C - 1º - 2º - Sótão

€ 395.000

T4 FRENTE  
MAR PÓVOA



Aver-o-Mar, Póvoa de Varzim  
Varanda c/ Vistas Mar, 2 Suítes  
Cozinha Equipada, Pisos em Mármore  
Lugar Garagem

€ 447.500

[www.imoleite.com](http://www.imoleite.com)  
969 008 314 • 252 624 666

# Atualização da Carta Educativa aprovada pelo executivo municipal

O executivo da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim aprovou a atualização da Carta Educativa, que abrange o decénio 2024-34. A anterior versão da Carta tinha terminado a sua vigência em 2016

Para esta atualização do documento, participaram todos os Agrupamentos de Escolas, professores, Comissões de Pais e a Federação de Pais e Encarregados de Educação, segundo Aires Pereira. A Carta “teve a aprovação por unanimidade quer do Conselho da Educação, quer do Ministério da Educação”, disse.

Luís Diamantino, vice-presidente e vereador da Educação, explicou que a nova Carta está sustentada em três eixos: “requalificação, reabilitação e modernização dos estabelecimentos escolares”; “promoção da qualidade do sucesso educativo formativo nos estabelecimentos escolares”; e “incentivo à oferta do ensino profissionalizante”.

Este último eixo, afirmou, é um dos grandes compromissos assumidos na Carta, visto que “a Póvoa é um dos concelhos que tem mais baixo índice de ensino profissional”. “Vamos ter de investir bastante” nesse aspeto, comprometeu-se Luís Diamantino, apontando já ao Fórum de Opções Profissionais como uma forma de divulgar o ensino profissional junto dos jovens.

Referiu ainda que “o Conselho Nacional de Educação deu um parecer positivo à criação de uma escola profissional privada na Póvoa de Varzim. Esperamos que, para o próximo ano, tenhamos já novidades acerca disso, com novos cursos, mais atrativos, que tenham a ver com as necessidades da sociedade. Vamos tentar dar a volta a essa falha que temos e que foi detetada”, esclareceu.

## Aprovados contratos-programa para 2025

Em reunião de Câmara, foram também aprovados vários contratos-programa para este ano de 2025, nomeadamente com os Bombeiros, A Beneficente, o MAPADI, o Clube Naval Povoense, a Capela Marta, a Associação da Banda Musical, entre outros. De acordo com Aires Pereira, o valor dos contratos-programa é o mesmo do ano passado, com “ligeiras correções em algumas instituições, pelo facto de terem mais uma modalidade ou mais uma atividade”. “São acertos de pormenor. De resto, o valor é o valor do contrato-programa anterior, para todos eles”, disse.



## FÓRUM FORMAÇÃO E OPÇÕES PROFISSIONAIS



Fórum será uma oportunidade para aproximar alunos e empresas

Atualmente, do pré-escolar até ao ensino secundário, estão identificados cerca de 10 mil alunos na Póvoa de Varzim, e a previsão é que, nos próximos 10 anos, “não haverá uma grande variação” desse número, adiantou também o vereador.

Já quanto a obras no parque escolar, “prevemos investir na Educação 41,5 milhões de euros”, com o grosso desse investimento a ser aplicado na renovação das escolas Cego do Maio, Campo Aberto, de Rates e Eça de Queirós, mas não há data para a aprovação das candidaturas aos fundos comunitários para realizar essas obras.

A Carta Educativa segue agora para a Assembleia Municipal. Depois de aprovada, será novamente remetida para o Ministério da Educação.

## “Temos de refletir sobre medidas a tomar”

João Trocado, vereador eleito pelo Partido Socialista (PS), lembrou que a atualização da Carta Educativa era há oito anos necessária, sendo que o documento é “um diagnóstico da situação do concelho em termos

das suas valências educativas, identificando os pontos fracos para onde se devem, depois, concentrar as soluções”. Apontou também que é verdade que os investimentos previstos para a década entre 2006 e 2016 foram efetuados, mas posteriormente à vigência da Carta.

Por outro lado, salvaguardando que “há muita coisa boa na Póvoa”, disse que “temos de refletir sobre que medidas temos de tomar”, e por isso apontou, igualmente, à baixa taxa de frequência no ensino profissional.

Para o vereador, é preciso “encontrar formas de multiplicar o ensino profissional”, desde logo com o setor privado. Além disso, defende que “a Póvoa deve pugnar por se aproximar das instituições de ensino superior, com vista a conseguir um polo no nosso concelho que consiga fazer esta ligação entre o último ciclo de estudos e o ensino superior”.

Referiu também a dificuldade que existe em inscrever os bebés em creches, e resolver esta situação “a criação de creches públicas é essencial”, algo que está a dar os primeiros passos com a criação de uma creche na antiga Obra de Santa Zita.

Em termos de investimentos, enumerou as escolas do Desterro, de Refojos e de Igreja, em Beiriz, bem como as escolas de Rates, Beiriz e Cego do Maio, estas três identificadas como “muito urgentes” no acordo de transferência de competências – contudo, referiu que “a Câmara, por atraso, terá perdido a oportunidade” de receber o financiamento para a renovação.

Olhando particularmente para o caso da Escola de Rates, frisou que esta escola precisa de um pavilhão que, “se fosse feito com verbas exclusivamente municipais, seria dinheiro muito bem empregue, uma vez que a própria freguesia e as freguesias limítrofes poderiam beneficiar de ter esse equipamento desportivo”.

## Centro do Clima à procura de novo diretor executivo

Os vereadores do PS questionaram o presidente da Câmara Municipal sobre a situação no Centro do Clima, após as notícias divulgadas nas últimas semanas.

Como explicou João Trocado, um grupo de cidadãos ligados ao Centro tornou pública “uma carta aberta, manifestando preocupação sobre a continuidade da atividade do Centro do Clima, na sequência do despedimento do diretor executivo”, Pedro Macedo.

O PS queria saber quais as atitudes que levaram à demissão do diretor, e a resposta de Aires Pereira “foi que concorda com a decisão de despedimento e que subscreve o comunicado” da Associação Póvoa em Transição. Além disso, adiantou que está aberto um concurso público para a contratação de um novo diretor executivo.

Os vereadores mantêm a

preocupação sobre o tema, sendo “importante que a associação continue a sua atividade com a maior envolvimento possível junto dos cidadãos”. Segundo João Trocado, “não subscrevo aqueles que pedem a demissão da vereadora, nem pouco mais ou menos”, mas “a minha interpretação é que há uma sintonia, uma solidariedade entre presidente e vereadora e, portanto, a partir daí também não existe qualquer questão política que estivesse relacionada com isso”.

Aos jornalistas, Aires Pereira não acrescentou nada, dizendo apenas que “as instituições são sempre maiores do que as pessoas que as servem” e que o Centro do Clima “teve um problema com um colaborador que não se ajustava às diretrizes da Direção dessa Associação e, portanto, tomaram a medida que entenderam mais oportuna”. “Em nada são alterados os princípios do Centro do Clima e aquilo que se pretende com o Centro do Clima”, declarou.



# POUPE esta SEMANA no seu *pingo doce*

De 28 jan a 03 fev

# 45 ANOS

**3,59€** kg

**PÁ DE PORCO C/OSSO**  
A granel  
~~4,49€~~/kg



**2,80€** Pack

**LEITE UHT C/CHOCOLATE AGROS**  
Pack 8x200ml  
~~3,36€~~/Pack



**LEVE 2 OU MAIS**

Fica a: **4,49€** Emb.

**FILETE DE PEIXE GATO RISCADO**  
Emb. 1kg  
~~5,29€~~/Emb.



**PACK POUPANÇA**

**15,49€** kg

**COMIDA SECA P/CÃO ADULTO**  
Croquetes de carne  
20kg

Fica a: **0,77€** kg



**MAIS DE 30%**

**99,99€** Unid.

**DESUMIDIFICADOR HOFFEN**  
DJHS-H081  
~~149,99€~~/Unid.



**JÁ PROVOU? É NOVO!**

**COMBINADO CHURRASCO MISTO**



**7,99€** Comb.

Salvo rutura de stock ou erro tipográfico. Sugestão de apresentação.

*pingo doce*  
sabe bem pagar tão pouco

Promoção válida de 28 de janeiro a 03 fevereiro de 2025 em todas as lojas Pingo Doce de Portugal Continental, em compras iguais ou superiores a 5€ em toda a loja, exceto PD&Go nos postos de abastecimento BP e Pingo Doce Express. Salvo rutura de stock ou erro tipográfico. Não acumulável com outras promoções em vigor. Alguns destes artigos poderão não estar disponíveis em todas as lojas Pingo Doce. A venda de alguns artigos poderá estar limitada a quantidades específicas, ao abrigo do Decreto Lei N.º 28/84. As ações Poupa Mais são exclusivas para clientes com cartão Poupa Mais registado até 24 horas antes da compra. Serviço de Apoio ao Cliente Pingo Doce | 212 41 08 74 ou 808 20 45 45 (chamada para a rede fixa nacional). Encomendas Take Away | 21 753 24 21 ou 808 200 120

é tão bom poupar assim :)

SIGA-NOS EM: f @ y d

## Concerto junta coros juvenis na Igreja Paroquial de Beiriz

O Coro Infantojuvenil da Paróquia de Beiriz, dirigido por Tiago Carriço, e o Coro Infantil de Eiriz 'Amigos de Jesus', de Paços de Ferreira, dirigido por Daniela Nunes, integraram o programa do Concerto de Ano Novo, que teve lugar a 18 de janeiro, na Igreja Paroquial de Beiriz. Além dos dois coros, a sessão contou ainda com interpretações de

Gabriel Silva (trompete), Roberto Silva (oboé), Daniel Sousa (piano), e Daniela Cunha (violino).

O momento foi de partilha e, na presença de dezenas de pessoas, as crianças e os jovens transmitiram através das suas vozes, a Esperança, Paz, Saúde e o Amor, de forma que estejam presentes em todos os dias do ano.



JOHNNY SILVA



JOHNNY SILVA



JOHNNY SILVA

## Parlamento desagrega uniões de freguesias na Póvoa de Varzim e Vila do Conde

A Assembleia de República aprovou, a 17 de janeiro, o diploma que separa 135 uniões de freguesias de todo o país, dando origem a 302 'novas' freguesias. Assim, o concelho da Póvoa de Varzim volta a ter 12 freguesias com gestão autónoma, com a desagregação das três uniões de freguesias, enquanto em Vila do Conde foram quatro. No entanto, no concelho vilacondense outras três uniões, Touguinha e Touguinhó; Bagunte, Ferreiró, Outeiro Maior e Parada; e Vilar e Mosteiró permanecem juntas

O projeto de lei foi aprovado com os votos a favor do PSD, PS, Bloco de Esquerda, PCP, Livre, CDS e PAN. A Iniciativa Liberal votou contra e o CHEGA absteve-se.

Póvoa de Varzim, Beiriz, Argivai, Aver-o-Mar, Amorim, Terroso, Aguçadoura e Navais: na sequência das eleições autárquicas, estas freguesias terão, novamente, a sua própria Junta de Freguesia, regressando à situação administrativa pré-2013. Em Vila do Conde, nem todas as uniões de freguesia foram a votação, tendo sido desagregadas as uniões de Rio Mau e Arcos, Retorta e Tougues, Malta e Canidelo, e Fornelo e Vairão.

### Diploma tem de ser agora homologado por Marcelo Rebelo de Sousa

Agora, o diploma segue para Belém, para a homologação pelo presidente da República, sendo depois publicado em Diário da República. As uniões de freguesias terão 30 dias para nomear uma comissão de extinção, cujo trabalho será discriminar os bens, os direitos, as obrigações e os funcionários a transferir para cada freguesia a repor. Até 31 de maio, este inventário tem de ser aprovado pelas uniões. A comissão de extinção tem até 15 de junho para aprovar os mapas finais de transferência, que devem ser ratificados pela Assembleia de Freguesia até ao final desse mês.

Para além da comissão de extinção, será criada também uma comissão instaladora, responsável por todas as ações necessárias à instalação dos órgãos autárquicos das 'novas' freguesias. Essa comissão tem de ser nomeada, também, até 31 de maio, tomando posse em julho.

As comissões trabalham paralelamente aos órgãos autárquicos eleitos em 2021, que mantêm funções até às eleições de setembro/outubro. Só após as eleições é que as freguesias voltam oficialmente ao estado administrativo antigo.

### “Culminar de um compromisso”

Autarcas do PSD/Póvoa de Varzim estiveram presentes na Assembleia da República para assistir à tão desejada aprovação da desagregação das Freguesias. Em declarações à imprensa, Andrea Silva reforçou a importância de marcar presença

“neste que é o culminar de um compromisso que o PSD Póvoa de Varzim fez com os poveiros”.

Destacou “que, embora unidas no papel, o executivo municipal nunca deixou de olhar para as diferentes necessidades das 12 freguesias, continuando a investir no desenvolvimento individual de cada uma”.

Confiante no trabalho realizado nos últimos 12 anos, Andrea Silva fez questão de reforçar que “o PSD Póvoa de Varzim está por isso preparado e mobilizado para vencer todas as freguesias do município” nas próximas eleições autárquicas a realizar no presente ano.

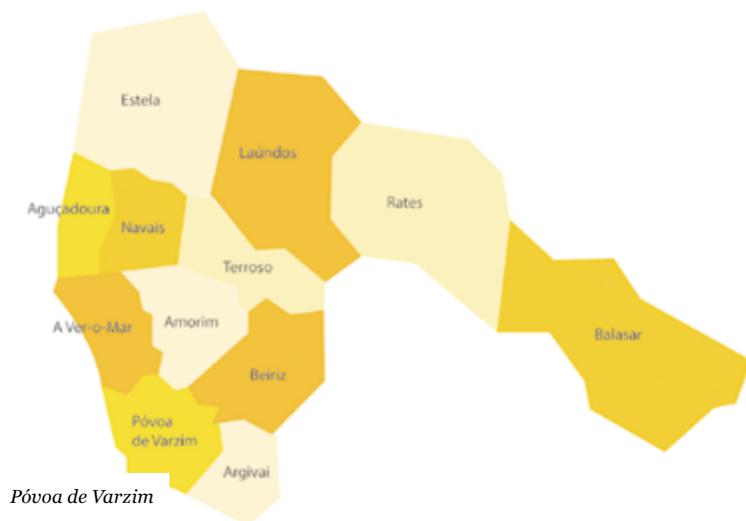
### “Grande vitória do povo”

Vários elementos do PS/Póvoa es-

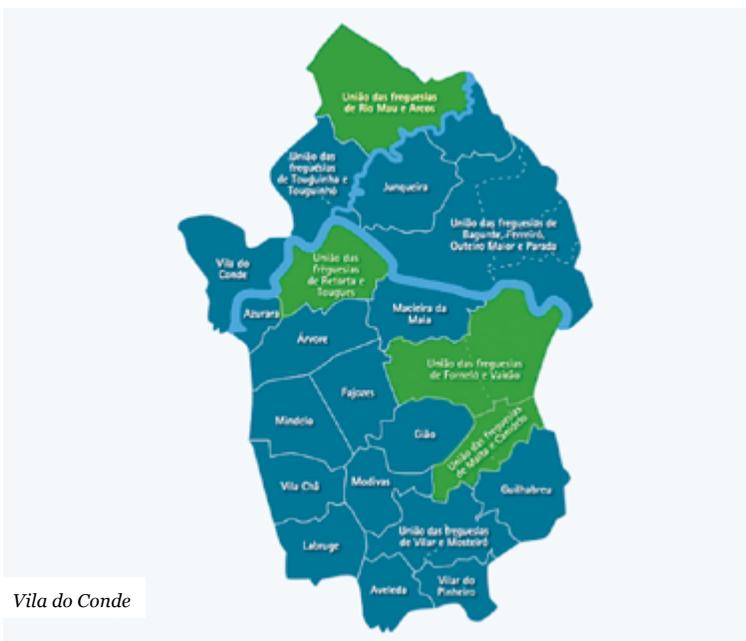
tiveram também na Assembleia da República para assistir à aprovação da lei. Para João Trocado, líder da concelhia socialista, estas uniões “nada trouxeram de melhoria para as populações das freguesias”, sendo esta “uma grande vitória do povo”.

“O processo teve diversos avanços e recuos. Há somente três semanas, o líder parlamentar do PSD, Hugo Soares, afirmava ter muitas dúvidas sobre a legalidade da proposta que é agora votada, apelando indiretamente ao veto presidencial”, indica.

Contudo, termina: “partidos e políticos hipócritas à parte, esta é sem sombra de dúvida, uma grande vitória do povo. É essa a vitória que viemos a Lisboa testemunhar”.



Póvoa de Varzim



Vila do Conde

# Rotary homenageia João Gomes pelo profissionalismo e humanidade

O Rotary Club da Póvoa de Varzim homenageou João Gomes como Profissional do Ano. A cerimónia teve lugar na noite de segunda-feira, no Hotel Axis Vermar, e reuniu companheiros rotários, amigos e família do empresário

Ao longo dos quase 61 anos de existência, o Rotary Clube da Póvoa de Varzim tem distinguido pelo mérito profissional várias personalidades. Este ano, o escolhido foi o empresário João Gomes, que detém no concelho alguns restaurantes bem conhecidos, entre os quais, a mítica Casa dos Frangos, o Tourigalo e o Marinheiro.

António Areal, presidente do Rotary Clube da Póvoa de Varzim, começou por mencionar que este prémio “se destaca por reconhecer o valor, o trabalho e a ética profissional”, mas “na atual conjuntura nacional e internacional, este prémio não é apenas um reconhecimento da competência de realizações, é uma homenagem ao impacto positivo que cada profissional pode ter na sua área e na sua comunidade”. Para o líder do Rotary poveiro, “João Gomes é um exemplo perfeito do que este prémio representa”, pelo seu trabalho e aposta nas cadeias de restauração e pelos “negócios, que não apenas contribuem para a economia local, mas também promovem o convívio, a família e o sentido de comunidade”, afirmou.

“João Gomes destacou-se pela sua visão, inovação e liderança ética, friso essa parte, ele é um exemplo de como o trabalho, quando guiado por valores sólidos, pode ser uma força extraordinária na transformação social”, terminou o presidente do Rotary Clube da Póvoa de Varzim.

## Movimento que começou com empresários escolhe um empresário

Depois da intervenção do presidente do clube, foi Afonso Pinhão Ferreira, tesoureiro do Rotary Clube da Póvoa de Varzim, que lembrou como começou este movimento internacional, “foi criado em 1905, nos Estados Unidos da América, e começou por ser um grupo de comerciantes e industriais que efetivamente empregavam e faziam andar a economia”. Para Afonso Pinhão Ferreira, “esta homenagem tem todo o sentido ser feita a um empresário, pelo movimento rotário, porque eles empregam pessoas e fazem muito pela comunidade”.

Sendo João Gomes, na opinião de Afonso Pinhão Ferreira, um empresário que preenche os critérios de um bom profissional e de uma boa pessoa, “uma pessoa empática”, que “merece a nossa deferência” por ter sido escolhido para receber este prémio. O rotário Afonso Pinhão Ferreira terminou acrescentando que “nós somos um movimento de profissionais que eleva a ética no nosso comportamento como paradigma social”.



António Areal e João Gomes



João Gomes, Macedo Vieira e Aires Pereira, na saudação das bandeiras

## O homem do leme que se tornou empresário

José Macedo Vieira, rotário e amigo do homenageado, teve o papel importante de descrever João Gomes, não só enquanto empresário, mas também enquanto pessoa.

“Felicitó o presidente do Rotary Clube da Póvoa de Varzim e os seus proponentes, por ter decidido nomear João Gomes o profissional do ano 24/25, que é um profissional de grande dimensão, que se fez por si próprio ao ponto de fazer escola no desempenho das funções nas numerosas áreas da sua intervenção”, lembrou Macedo Vieira.

Entretanto falou da pessoa, “João Gomes nasceu em Monção em 1937. Cedo emigrou, em 1956, aos 19 anos, para a Venezuela”, e foi lá que teve a “sua primeira ocupação, que foi de

timoneiro. Um timoneiro é alguém que vai ao leme, que conduzia um barco, presságio futurista”, disse Macedo Vieira.

## Como chegou ao ramo da restauração

Continuando a história da vida de João Gomes, Macedo Vieira recordou que esse trabalho “durou pouco tempo”, pois “a sua inteligência, irreverência e capacidade intuitiva, impulsionavam-no para voos mais altos, levando a fazer incursões em negócios na área da restauração”.

Sobre o empresário e amigo, Macedo Vieira terminou acrescentando que João Gomes tem “uma capacidade visionária”, “um conciliador no seio dos grupos, com uma habilidade notável na gestão de conflitos”. No final, Macedo Vieira terminou salien-

tando que “não é à toa que costuma dizer «sou poveiro de coração, amo a Póvoa. É a cidade em que gosto de viver»”.

O presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Aires Pereira, também presente no encontro, mostrou a sua admiração pelo empresário, “Sr. João Gomes é uma inspiração para todos nós. Quer pela sua jovialidade, quer pela forma como ele encara a vida e a vida para ele não vai acabar, com certeza, porque todos os dias tem mais um projeto, tem mais um negócio, tem mais uma ideia”.

## “Fé em Deus” oferecida por Aires Pereira como símbolo de resiliência

Aires Pereira reconheceu que “o Sr. João Gomes é muito mais que um empresário, porque o seu trabalho não se resume só à vida empresarial, mas também passa pela vivência social e pela partilha”. Já perto do final do discurso, o presidente da Câmara, sublinhou “o Sr. João Gomes chegou aqui cheio de coragem e fez um restaurante que é um barco, e hoje, quero oferecer-lhe um barco, mas um barco muito especial, porque traduz a tenacidade dos poveiros e a sua capacidade de resiliência” que é comum a João Gomes, “que nunca desistiu”. Aires Pereira ofereceu, em nome do município, uma Lancha Poveira designada “Fé em Deus que queria entregar-lhe como símbolo da sua resiliência, da sua luta e da sua tenacidade ao longo destes seus 87 anos”, reconheceu Aires Pereira.

O agraciado da noite, João Gomes, agradeceu ao núcleo do Rotary Clube da Póvoa de Varzim a escolha: “este prémio é para mim, hoje, um momento de muita satisfação, de muita alegria, quase dizia que estou babado de receber um prémio deste importante clube”. Da chegada à Póvoa, João Gomes lembra que “fui muito bem recebido na cidade e na área comercial”.

## A paixão leva o empresário a trabalhar todos os dias

João Gomes admitiu “tenho uma paixão enorme por aquilo que faço. Levanto-me ainda todos os dias com uma ilusão grande de tentar fazer melhor do que o que faço”, mas isso só possível por estar rodeado da família. “Querida dividir este prémio que me foi atribuído, em especial com a minha mulher, com os meus dois queridos filhos e queridos netos e restante família”.

No final, o empresário acrescentou que sem “os colaboradores, os clientes e os fornecedores não seria possível estar aqui”.



# Buscas encerradas por homem desaparecido no mar

Depois de três dias de buscas pelo homem avisado a flutuar no mar, na praia da Salgueira, na Póvoa de Varzim, no passado domingo, dia 26 de janeiro, a comandante da Polícia Marítima da Póvoa de Varzim e Vila do Conde, Mónica Martins, disse ao MAIS/Semanário que as buscas foram dadas como terminadas na terça-feira, depois do pôr-do-sol.

Durante todo o dia da última terça-feira, logo de manhã cedo, o helicóptero da Força Área, esteve no local das buscas, mas devido às condições meteorológicas pouco foi possível fazer. Mais tarde, Mónica Martins afirma que tentaram novamente, mas sem sucesso. As buscas por terra foram encerra-

das às 14h25 de dia 28 de janeiro, hora da maré cheia.

Dado que o agravamento da agitação marítima e as más condições meteorológicas se vão manter até ao final da semana, a comandante da Polícia Marítima afirma dar por encerradas as buscas, ao final do dia de terça-feira.

Sobre a identificação do corpo, surgiu segundo a comandante da Política Marítima, Mónica Martins, a informação de que um homem de 62 anos estaria desaparecido, na Póvoa. Sobre a correlação do caso, Mónica Martins refere que só poderia haver certezas se o corpo fosse encontrado.



No local, durante as buscas estiveram os seguintes meios: a Polícia Marítima, os Bombeiros Voluntários da Póvoa de Varzim, a Associação de Nadadores-Salvadores Os Golfi-

nhos, a Proteção Civil, a Estação Salva-Vidas da Póvoa de Varzim, a PSP, a Polícia Municipal e os Bombeiros Voluntários de Vila do Conde.



MAIS/Semanário nº 608 . 25-01-2025

CARTÓRIO NOTARIAL  
VILA DO CONDE  
João Gabriel Gonçalves Notário

## EXTRATO

Certifica narrativamente para fins de publicação, que neste Cartório, por escritura de 2025.01.17, exarada a folhas 44 e seguintes, do livro de notas para escrituras diversas número 119-A, foi lavrada uma escritura de Legitimação de Posse, na qual foram outorgantes, : i)- Maria Adelaide da Silva Martins Miguel (NIF 175 491 640) e marido Domingos da Fonte Miguel (NIF 234 418 567) casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais ela da freguesia de Amorim, concelho de Póvoa de Varzim e ele Vila Real e na primeira residentes na Rua dos Professores Eirado Costa e Silva, 365; e ii). Joela Leonor Martins (NIF 211 318 078) solteira, maior, natural de França, de nacionalidade portuguesa, residente na dita Rua dos Professores Eirado Costa e Silva, 365. **DECLARARAM:**

Que são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, do seguinte bem imóvel, localizado na freguesia Amorim, concelho da Póvoa de Varzim, prédio rústico, composto de lavradio, com a área de l .436,25m2, sito na Rua dos Professores Eirado

Costa e Silva, que confronta do norte com caminho público (R. dos Professores Eirado Costa e Silva), nascente com Herdeiros de João da Silva Martins e do poente e sul com José Manuel Alves Cruz, omissos na matriz predial rústica.

Que o prédio identificado foi adquirido no ano de mil novecentos e noventa e sete, por doação meramente verbal efetuada por Abel da Silva Martins e Deolinda da Silva Leonor, casados que foram sob o regime da comunhão geral de bens, residentes que foram na dita Rua dos Professores Eirado Costa e Silva, 365, aos aqui primeiros outorgantes, identificados nas alíneas i) e ii).

Que assim, não são detentores de qualquer título fonnal que legitime o domínio do identificado prédio para obter a respetiva inscrição matricial no competente Serviço de Finanças e subsequentemente procederem ao respetivo registo de aquisição na competente conservatória do registo predial, porquanto e para tal, deverá o mesmo prédio já estar inscrito na respetiva matriz.

Está conforme o original e, na parte omitida, nada há que amplie, restrinja, modifique a parte extratada.

Vila do Conde, 17 de janeiro de 2025.

## Póvoa de Varzim e Vila do Conde propõem 15 praias para o verão deste ano

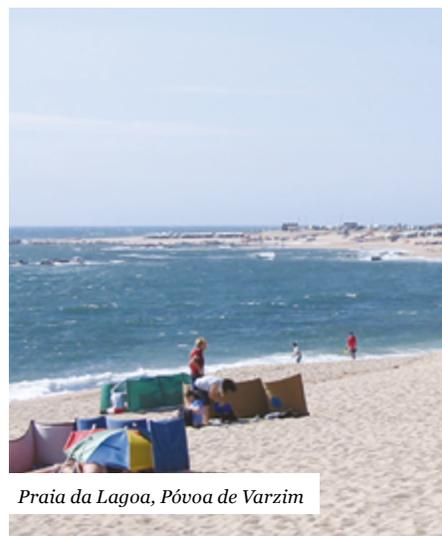
A Agência Portuguesa do Ambiente (APA) tem em consulta pública a lista provisória de águas balneares costeiras e de transição identificadas para este verão. Nos concelhos da Póvoa de Varzim e Vila do Conde, estão novamente propostas 15 praias – nove na Póvoa e seis na Vila.

As praias propostas no concelho da Póvoa de Varzim são as praias da Codixeira, Estela-Barranha, Fragosa, Lagoa, Paimó, Quião, Zona Urbana Norte, Zona Urbana Sul I e Zona Urbana Sul II.

Em Vila do Conde, são as praias de Árvore, Frente Urbana Norte, Frente Urbana Sul, Labruge, Mindelo e Vila Chã.

Assim, não há alterações relativamente a 2024, em ambos os concelhos.

Esta lista está em consulta pública até 2 de fevereiro, no portal Participa. Este ano, está identificado em Portugal continental um total de 515 águas balneares, mais oito que no ano passado. Destas, 352 estão no Litoral e 163 no Interior.



Praia da Lagoa, Póvoa de Varzim



Praia da Ladeira (Frente Urbana Sul), Vila do Conde

# Antigo parque de campismo da Estela transformado em hotel de luxo

O grupo hoteleiro Tivoli vai ser o gestor do novo hotel de luxo, que já está em fase de construção, nos antigos terrenos do parque de campismo da Estela, na Póvoa de Varzim.

A abertura da unidade hoteleira, que terá como nome Tivoli Estela Golf & Lodges, está pensada para o primeiro dia do mês de maio. O Parque de Campismo do Rio Alto foi adquirido pelo grupo Nelson Quintas em 2018, que posteriormente estabeleceu uma parceria com o grupo Tivoli. O investimento previsto para a transformação do espaço é de 18 milhões de euros.

O Tivoli Estela Golf & Lodges, que já está a aceitar reservas de acordo com o site da uni-

dade hoteleira, conta com 80 quartos e suites, 2 restaurantes e dois bares, um campo de golfe de 18 buracos, piscinas interiores e exteriores, dois campos de padel, um centro de bem-estar com banho turco, hammam e sauna, ginásio, parque infantil, espaços para eventos e estacionamento no exterior. Os eco-lodges vão ter diferentes tipologias, o maior vai chegar a ter uma área de 72 metros quadrados e capacidade para receber até cinco pessoas.

No hotel, os hóspedes terão à disposição sabores portugueses, entre os quais “o peixe e marisco da zona, ervas aromáticas dos nossos jardins orgânicos e, claro, os famosos vinhos da região”.



TIVOLI ESTELA GOLF &amp; LODGES

TIVOLI ESTELA GOLF &amp; LODGES

## A atualidade de Estela 50 anos depois de Abril

José Alberto Ramos Moreira, professor aposentado, foi convidado a escrever sobre a freguesia de Estela para a edição 55 do Póvoa de Varzim – Boletim Cultural. Agora, foi novamente convidado para escrever sobre a sua terra natal, mas desta vez para o MAIS/Semanário

Natural e residente em Estela, José Alberto Moreira está “ligado a famílias conhecidas e tradicionais, dedicadas ao trabalho agrícola e com forte participação na vida política, social, cultural e religiosa, ao longo do século XX”. Desde jovem que “particpei em atividades culturais, sociais, desportivas e políticas na freguesia, nalgumas até com responsabilidades”, e nas últimas décadas no século passado envolveu-se diretamente na vida da freguesia, “enquanto membro e presidente da assembleia de freguesia, assim como dirigente associativo nas áreas cultural e desportiva”.

Olhando para o período desde 25 de abril de 1974 até aos dias de hoje, o trabalho dos autarcas estelenses “alavancou a freguesia, vista como das menos desenvolvidas, para um patamar de equilíbrio e reconhecimento de todos, usufruindo no presente de serviços públicos e privados que a enobrecem, seja no domínio do setor agrícola, desenvolvimento industrial, turístico, equipamentos desportivos e de recreio/lazer e ambiental, etc.”.

Nesse sentido, “são imensas as diferenças a destacar na freguesia” nestes 50 anos, “sobressaindo a nível rodoviário a pavimentação de todas as suas ruas e caminhos, pois predominava o piso em terra batida, à exceção da antiga estrada nacional, que embora degradado, manteve o piso em asfalto, permitindo circulação de pessoas e meios de transporte com rapidez e segurança”.

“O fornecimento de energia elétrica alargado a toda a freguesia construindo-se cabines de distribuição, pois, durante anos só existiu uma, permitindo haver uma ‘verdadeira’ iluminação pública para todos”, acrescenta.

Para além disso, “se na minha juventude a prática desportiva na freguesia era inexistente em espaços próprios”, hoje verifica-se “uma dinâmica desportiva muito forte em variadas modalidades, como futebol, ténis de mesa, atletismo, ciclismo (BTT), galgos, resultando em títulos concelhios, regionais e até mesmo nacionais”.

O professor destaca ainda a evolução das fes-



tividades em honra de S. Tomé e Sra. do Alívio, tanto a nível religioso, “com a sua majestosa procissão”, como a nível lúdico e artístico.

### É preciso corrigir o que de “menos bom se fez”

Mesmo assim, “nem tudo está no melhor caminho”, considera. José Alberto Moreira defende que é necessário corrigir o que de “menos bom se fez e especialmente não cair em novos erros que em muito poderão prejudicar o futuro da freguesia e do seu povo”.

Como exemplo, aponta a questão ambiental, “associada às estufas na nobre zona do Rio Alto, da Estela, que erradamente é associada a outra freguesia, só porque são maioritariamente proprietários e exploradores dos antigos ‘campos masseira’. E as que já estão desaproveitadas e poluem os solos?”, pergunta.

E ainda: “em termos ambientais é degradante o abandono a que estão muitas dessas estruturas. Porque será? Serviram só para candidaturas a obtenção de fundos europeus por parte dos produtores hortícolas? Mas o mesmo acontece com a transformação que vai ocorrendo na zona

de bravo e pinhal, mudando para exploração agrícola, aumentando-se as áreas para concorrer a fundos e sementeiras subsidiadas”.

O professor alerta também que “também na freguesia se verifica a fixação de comunidades de imigrantes, especialmente de origem asiática”, algo semelhante à vaga de imigração de cidadãos ucranianos e romenos no princípio do século.

A maioria destes imigrantes asiáticos trabalha no setor agrícola, diz, e devem ser tidas em atenção as suas condições de trabalho, além de “apoiados no seu alojamento, por forma a não serem ‘encaixotados’ em armazéns junto às estufas em que trabalham, sem condições de dignidade humana e, pior ainda, sujeitos à exploração excessiva dos seus empregadores. Precisam de proteção a vários níveis”.

### Ideia de reabilitar Quinta dos Mineiros

José Alberto Moreira deixa, por fim, “um desa-

fio às nossas entidades públicas, desde o nível central ao local”: readaptar a Quinta dos Mineiros num lar de terceira idade.

“Vivemos num tempo em que as preocupações sobre a população idosa merecem toda a nossa preocupação e esta freguesia, não dispondo de equipamento próprio e específico para o efeito, poderia aproveitar a abandonada Quinta dos Mineiros, no lugar de Barros, propriedade da família do nosso benemérito Comendador Araújo, adquirindo-a e adaptá-la para um Lar, servindo quem não tem condições económicas e/ou familiares, no resto dos seus anos de vida”, aponta.

Para o professor, “seria um equipamento ímpar no concelho, tendo em conta a sua localização central, dimensão e áreas envolventes já consolidadas”. Esta conversão, diz, “seria mais um elemento a reforçar o que no artigo do Boletim Cultural designei como ‘centralidade’ de equipamentos”. “Assim seja escutado e este sonho depois concretizado. Bem-haja a todos e bom ano 2025”, termina.



# Festa de Gala e reconhecimento marca 20<sup>o</sup> aniversário da Fisiomar

Foi num grande ambiente de festa, de comemoração e reconhecimento, que no passado sábado, 25 de janeiro, a Fisiomar - Saúde Integrada reuniu num jantar de gala, cerca de 250 pessoas, no Restaurante Theatro. Durante várias horas foi celebrado o crescimento ao longo de duas décadas da clínica de fisioterapia

A festa, que contou na abertura com os sons da Orquestra de Cordas da Escola de Música da Póvoa de Varzim, assinalou os 20 anos da data de fundação da Fisiomar - Saúde Integrada, a 22 de janeiro de 2005, momento que surgiu do sonho de três amigos e tornado realidade. Nuno Vitorino, Ricardo Martins e Vítor Zeferino são os sócios-gerentes da empresa de saúde.

Entre os convidados que se associaram à festa de celebração da clínica, desde atletas de vários pontos do país e representantes de clubes, destacaram-se as presenças de Aires Pereira e Andrea Silva, presidente e vereadora da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Ricardo Nunes, presidente do Varzim Sport Club, Sérgio Duarte, presidente do Clube Desportivo da Póvoa, e José Oliveira Pereira, presidente do Póvoa Andebol Clube.

Na altura, o edil Aires Pereira deixou um agradecimento público e um reconhecimento com a oferta de uma réplica da Lancha Poveira 'Fé em Deus', e expressou palavras de elogio "a estes três jovens, pelo que tem sido esta caminhada de sucesso, que começou numa antiga leitaria em Aguçadoura, em 2005, e hoje são responsáveis por um conjunto de espaços". E continuou, o autarca: "Para a Póvoa de Varzim é um orgulho muito grande, porque estes senhores têm também uma vertente muito ligada ao desporto amador e àquilo que é a promoção desportiva na Póvoa de Varzim. Regozijo que após 20 anos eles continuam os três juntos, com o mesmo objetivo, com o mesmo propósito, e isso, hoje em dia, é muito difícil".

Refira-se que depois de se terem conhecido na Escola Superior de Saúde do Porto, onde os três amigos concluíram a licenciatura em Fisioterapia, e mais tarde a Pós-Graduação, construíram uma relação de confiança que se tornou em amizade. Passados 20 anos contam já com dois espaços e uma equipa de 11 elementos.



Presidente da Câmara distingue empresa com réplica da Lancha Poveira



Equipa da FISIOMAR - Saúde Integrada

terapia, e mais tarde a Pós-Graduação, construíram uma relação de confiança que se tornou em amizade. Passados 20 anos contam já com dois espaços e uma equipa de 11 elementos.

A Fisiomar - Saúde Integrada é uma marca gerida pela empresa NRV Fisioterapeutas Lda. que está associada a duas clínicas no concelho da Póvoa de Varzim. Os seus gerentes explicam que "há 20 anos, a maioria dos serviços de fisioterapia estavam centrados em clínicas convencionadas com subsistemas de saúde, e com as quais não nos identificávamos, no que aos seus protocolos de atuação diz respeito".

## Práticas inovadoras na criação da clínica

Os três fisioterapeutas afirmam que "a criação da Fisiomar nasceu de uma vontade enorme de prestar um serviço diferenciado e de máxima qualidade na área da Fisioterapia".

A forma de trabalhar das clínicas de Fisioterapia há 20 anos, não era a forma com que os sócios-gerentes da Fisiomar se imaginavam a trabalhar. "Acreditávamos que era possível realizar uma prática muito mais efetiva e personalizada, centrada nas necessidades do paciente", afirmam.

O principal serviço prestado na Fisiomar é a Fisioterapia, no entanto, não é a fisioterapia comum, mas sim a denominada Fisioterapia avançada, onde usam protocolos mais vanguardistas, quer em termos clínicos, quer em termos científicos. "Somos pioneiros na aplicação de intervenções percutâneas ecoguiadas em Portugal", contam os sócios, e acrescentam que possuem "também uma equipa especialista em exercício clínico, medicina desportiva, fisioterapia de intervenção, além de sermos uma



Cristina Neves e o Presidente da C.M. da Póvoa de Varzim, Aires Pereira



Ana Alves e Pedro Alves

referência em podoposturologia”.

## Prestados serviços de referência

Na Fisiomar, a equipa é multidisciplinar e atua em vários serviços, sendo disso exemplo a medicina de fisioterapia de intervenção e outros nos quais são especialistas, como lesões músculo-esqueléticas. Neste último os três amigos explicam que “com todas as valências, formação pós-graduada e tecnologia, oferecemos uma resposta completa nesse ramo de atuação”.

A clínica está preparada, assim como toda a equipa, nas especialidades de Fisioterapia Avançada, Exercício Clínico e Medicina Desportiva, para além dos já acima mencionados.

## Parceiro de clubes da terra e em outros

A equipa da Fisiomar - Saúde Integrada é um dos suportes à condição física das equipas seniores do Varzim Sport Club e de basquetebol do Clube Desportivo da Póvoa. Também os atletas da modalidade de atletismo do Sporting Clube de Portugal são acompanhados na clínica, a par dos atletas da Associação Flash Taekwondo, localizada na Maia.

Ao longo destes 20 anos, os três fisioterapeutas acreditam já ser possível terem atendido “mais de 15 mil clientes”, que permitiu à Fisiomar chegar às duas décadas de vida com sucesso. Nuno Vitorino, Ricardo Martins e Vítor Zeferino sublinham que foram “os valores que nos acompanham desde o início, seriedade, honestidade e profissionalismo”.

## Marcos da empresa em 20 anos

O que diferencia a clínica de fisioterapia para os três sócios-gerentes é o facto de assumirem um compromisso com os pacientes desde o primeiro dia. “Fazer um trabalho sério e com a máxima dedicação e profissionalismo”. Há 20 anos que a estrutura da Fisiomar está assente em valores “que não se dissipam e alavancam todos os projetos a que nos propomos”, afirmam os sócios.

“Logo na nossa génese alcançamos o principal marco, pois uma ideia que parecia utópica para muitos, e até que fazia desacreditar outros tantos, vingou e veio para ficar”, lembram os três amigos. A ideia destes, em tempos, estudantes “está mais do que consumada e com alegria vemos por todo o território nacional essa mesma fórmula a ser replicada na prática clínica privada”, confessam.

Os três sócios destacam “o trabalho de equipa. Somos uma verdadeira equipa desde o primeiro dia. A maioria das clínicas de sucesso que vemos na praça pública, iniciam o seu caminho, centradas numa figura principal e depois vão acrescentando elementos. Nós iniciamos o nosso trajeto com 3 fisioterapeutas, sócios e amigos, logo à partida apontando na direção do trabalho de equipa. Saber ouvir, saber integrar pontos de vista diferentes, aglutinar, ajudar e dividir fazem parte do nosso caminho desde o dia 22/01/2005”. E explicam o crescimento da equipa. “Todos os elementos que se juntaram a nós, fizeram-no de forma muito orgânica e sempre com o intuito de acrescentar valor à equipa. A nossa equipa e os nossos valores enquanto empresa, são o nosso maior património e um grande motivo de orgulho próprio”, acrescentam os sócios-gerentes.

## Objetivos a incrementar no futuro

Para os próximos anos, a gerência quer melhorar “ainda mais” as instalações, baseado num plano de crescimento “em termos de melhoria de infraestruturas de forma a po-



Orquestra de Cordas da Escola de Música da Póvoa de Varzim



Inês Estevão, Nuno Vitorino, Vítor Zeferino, Sérgia Lopes, Ricardo Martins e Patrícia Moutinho



Pedro Filipe Maia e Mariana Rocha (Miss Fit)



Vítor Zeferino, Nuno Vitorino, Ricardo Nunes, presidente do Varzim SC, e Ricardo Martins

dermos expandir a equipa e termos melhoria de condições operacionais”, contam os sócios-gerentes.

Quanto à possibilidade de se abrirem novas clínicas em outros pontos do país, é uma porta que os gerentes deixam em aberto. No entanto, ainda não se concretizou “essencialmente pela dificuldade em replicar uma prestação de serviços que pretendemos que seja de elevada

qualidade sem estar presente permanentemente no local”, afirmam.

Ainda em relação ao futuro, “há um projeto na gaveta” que passa pela área digital e pela incorporação da Inteligência Artificial, para ajudar na gestão e planeamento do trabalho, os sócios garantem que “a médio prazo esse projeto poderá avançar, havendo meios para tal”.



## Fisiomar Póvoa de Varzim

Alameda da Linha da Póvoa, 173  
4490-479 Póvoa de Varzim  
252 681 049  
geral@fisiomar.pt

## Aguçadoura

Rua da Aldeia, 144 L  
4495-020 Aguçadoura  
TELEFONE 252 602 978  
www.fisiomar.pt



## Aceda ao Facebook da FISIOMAR



## “Ciclo Aberto” da Fundação Dr. Luís Rainha chega ao 14º episódio



Na próxima sexta-feira, 31 de janeiro, às 18 horas, a Fundação Dr. Luís Rainha acolhe o 14º episódio do “Ciclo Aberto”, que vai ter como tema “Francisco Marques, o Bibliófilo”.

O convidado deste episódio é Francisco Marques, conhecido bibliófilo, que já tem na sua vasta coleção muitos livros impressos nos primeiros tempos da imprensa com tipos móveis e algumas edições raras dos séculos XVI e XVII.

Esta iniciativa cultural tem como coordenadores Aurelino Costa e Sousa Lima, que mensalmente promovem os episódios do “Ciclo Aberto”.

## Aeroindoor reúne pilotos no pavilhão municipal

O pavilhão municipal da Póvoa de Varzim volta a acolher, no dia 1 de fevereiro, o Aeroindoor. O evento vai decorrer entre as 10 e as 18 horas.

Esta será a 22ª edição do encontro de aeromodelismo promovido pelo Aeroclube do Norte, que todos os anos se realiza na Póvoa de Varzim.



# Santuário de Alexandrina em Balasar inaugurado em outubro

O Santuário em honra da ‘Santinha’ de Balasar, Alexandrina Maria da Costa, vai ser inaugurado no próximo mês de outubro, nas celebrações do aniversário de falecimento da religiosa. A data foi apontada pelo pároco de Balasar, padre Manuel Casado Neiva



Ao MAIS/Semanário, o também arcepreste do Arciprestado de Vila de Conde/Póvoa de Varzim revelou que as obras estão em bom andamento. “A obra de pedreiro está completa. Agora, faltam os acabamentos exteriores e interiores do edifício”, adiantou.

“A obra ainda não tem cobertura, que deverá ser feita em março”, disse, referindo que as vigas para a cobertura “vêm de Áustria” por ser uma cobertura “especial”. Feita essa parte, “ficará completa toda a estrutura e a obra em si. Depois, é só acabamentos, obras de arte, vitrais, pinturas, e todas essas coisas”, avançou.

Por isso, na festa em honra da beatificação de Alexandrina, realizada todos os anos em abril, o Santuário ainda não estará aberto. Mas, em outubro, “se Deus quiser” será inaugurado - “nem que a obra esteja incompleta, vamos fazer. Disso pode ter a certeza”, frisou o padre Casado Neiva. “É como uma casa, depois o resto vai-se fazendo, mas o essencial vai ficar completo”, terminou.

## Ano Jubilar

Entretanto, teve início no último domingo o Ano Jubilar em Balasar. A catequese foi precedida por um concerto musical interpretado

pelo grupo Capela Marta da Póvoa de Varzim, como também os seus jovens cantores.

Seguiu-se a catequese feita por Frei João Costa, que abordou o tema do sacramento da Reconciliação. A próxima catequese jubilar está marcada para 23 de fevereiro, sendo conferencista D. Jorge Ortega, arcebispo emérito de Braga. Nesse dia, a animação musical será feita pelo grupo Coral Litúrgico da Paróquia de Balasar. Antes, a 16 do mesmo mês, será celebrado o Dia do Doente. Fazem parte do programa, o sacramento da Reconciliação, sacramento da Santa Unção, uma Missa e um convívio familiar.



## Mais de 130 mil visitas ao túmulo em 2024

Questionado sobre os números de visitas relativos a 2024, o padre Manuel Casado Neiva afirmou que se registaram mais de 130 mil visitas ao túmulo, e mais de 250 mil entradas na Igreja para as celebrações e eucaristias. Visitaram o túmulo de Alexandrina crentes de 18 países, disse, de quatro continentes.

# Parlamento autoriza mais estrangeiros nas embarcações de pesca

A Assembleia da República aprovou na última sexta-feira, a proposta de alteração dos requisitos do pessoal marítimo no setor das pescas. O novo diploma permite o aumento do número de tripulantes estrangeiros, e a razão é a falta de mão-de-obra nacional disponível

A proposta “autoriza o Governo a alterar os requisitos de acesso à profissão da atividade profissional dos marítimos e as regras quanto à nacionalidade dos tripulantes a bordo dos navios ou embarcações”.

PSD, PS e IL votaram a favor, enquanto Livre, Chega, BE e o deputado não inscrito Miguel Arruda abstiveram-se. O PCP e o PAN votaram contra.

Na quarta-feira passada, o ministro da Agricultura e Pescas, José Manuel Fernandes, explicou que as “pescas são um setor estratégico para Portugal”. Contudo, para tal, é necessário que “as embarcações tenham gente para operar” – atualmente, mais de 60% das embarcações de pesca “só consegue ter tripulação com marítimos estrangeiros”, explicou na altura, grande parte deles indonésios.

A atual lei permite que as embarcações operem com um máximo de 40% de tripulantes não nacionais, da União Europeia, do Espaço Económico Europeu ou de um país de língua oficial portuguesa. O novo diploma mantém esse limite, mas alarga as exceções, após acordos com as autoridades dos países de origem dos imigrantes, facilitando também o reconhecimento das certificações, outro dos problemas atuais.

## Associações de pesca do Norte recusam receber deputados do PCP e BE

As associações representativas do setor das pescas no Norte não aceitam receber deputados do PCP ou



do Bloco de Esquerda enquanto os deputados António Filipe e José Soeiro não pedirem desculpa pelas declarações feitas na discussão do diploma.

Na altura, António Filipe (PCP) criticou a opção de alargar o tempo de presença na mesma categoria profissional dos marítimos, e referiu que se os armadores “pagassem bons

salários, tinham trabalhadores nacionais e estrangeiros interessados”.

“Não vemos os imigrantes como uma ameaça”, disse, mas o que “se pretende é alimentar um setor económico à custa de mão-de-obra barata”.

José Soeiro (BE), concordou com estas críticas e afirmou que “foi com-

pletamente irresponsável acabar com as manifestações de interesse”, que permitia a regularização dos pescadores estrangeiros.

E acrescentou: “é preciso que, além de regular, estes marítimos tenham condições e sejam pagos de forma digna”.

Em comunicado, a VIANAPESCA, APROPESCA, APPLN, AAPN

e a Associação Pró-Maior Segurança dos Homens do Mar (APMSHM) lembram que a falta de mão-de-obra é um problema que assola o setor há “muitos anos”, mas que não é exclusivo deste.

Para tentar combater este problema, “os pescadores encontraram uma solução provisória para manter o setor em atividade, o recurso à mão-de-obra estrangeira”, nomeadamente trabalhadores indonésios, aos quais estão “profundamente gratos”.

A APMSHM refere que assegura condições dignas a esses trabalhadores, como o “pagamento das viagens de ida e volta”, o “alojamento e alimentação”, e “remuneração nunca inferior ao salário mínimo nacional”.

Mais lembra que “a verdade é que não há portugueses interessados em trabalhar na pesca”, e que por isso as declarações dos dois deputados “são profundamente graves” e “revelam total desconhecimento do setor e desconsideram o esforço de centenas de armadores que lutam diariamente para manter as suas empresas em funcionamento”.

“Deputado António Filipe e deputado José Soeiro, convidamo-los a sair do conforto do vosso gabinete e a visitar os portos do Norte. Vejam de perto a realidade dos nossos pescadores e compreendam os desafios que enfrentamos, e tenham a coragem de experimentar uma, apenas uma maré no mar”, lê-se no comunicado, que exige “um pedido de desculpa” e “que se retrate publicamente perante os pescadores que ofendeu”.

# ASAE confisca uma tonelada de marisco e fecha armazém de Fábio Coentrão

A Autoridade de Segurança Alimentar e Económica (ASAE) suspendeu a atividade pelo exercício ilegal da atividade e da colocação no mercado de produtos sem marca de identificação. O armazém, situado no interior do porto de mar da Póvoa, pertence ao ex-futebolista Fábio Coentrão

Em comunicado de imprensa, a ASAE explicou que a suspensão dos estabelecimentos, localizados em Guimarães, Fafe e Póvoa, resultou de uma operação de fiscalização a estabelecimentos industriais de armazenamento.

Na operação, foram apreendidas “mais de 17 toneladas de diversos géneros alimentícios e ainda 313 quilos de crustáceos vivos, tudo no valor estimado superior a 68 mil euros”, diz a entidade.

O comunicado adianta também que foram instaurados três processos de contraordenação devido à falta de número de controlo veteri-

nário, “que garante que as normas de segurança alimentar e as disposições legais dos regulamentos aplicáveis sejam cumpridas, tanto perante os consumidores como pelas autoridades de controlo”.

Segundo relatos publicados na imprensa nacional, no armazém de Fábio Coentrão havia 12 tanques com água do mar cheios de lavagante, camarão e santola, num total de 1.073 quilos de marisco. Destes, 760 não tinham faturas e foram apreendidos pela Direção-Geral de Recursos Naturais, Segurança e Serviços Marítimos (DGRM). Os restantes 313 quilos foram confiscados pela

ASAE.

## Coentrão garante “que a verdade será apurada”

Nas redes sociais, Fábio Coentrão reagiu às notícias com um breve comunicado, no qual transmite “a certeza de que todos os esclarecimentos serão dados às autoridades competentes e que a verdade dos factos será devidamente apurada, com a garantia prévia de que pauto a minha vida pela lisura e que continuarei a fortalecer os meus sonhos e projetos”.



# MAIS/Semanário

## CONTAMOS AS HISTÓRIAS DA PÓVOA DE VARZIM E DE VILA DO CONDE.

O Jornal MAIS/Semanário está  
na Avenida Vasco da Gama, nº 60.  
Mais perto de si e também online.

Faça-nos uma visita!



### Contactos

geral@maissemanario.pt  
252 623 032 ou 963 288 522  
[maissemanario.pt](http://maissemanario.pt)

# MAIS Desporto

**Roady**  
CENTRO AUTO  
VILA DO CONDE

## “Senti que fiz mais um trabalho válido”, afirma Vítor Paneira

Na última antevisão da fase regular, realizada no passado sábado, o treinador do Varzim, além do jogo, abordou temas como renovação de contratos de jogadores e até mesmo dos objetivos da equipa, como falou sobre o seu trabalho. Paneira deixou rasgados elogios à Direção, liderada por Ricardo Nunes

**Inicialmente os objetivos do Varzim passavam por garantir a manutenção e tentar entrar no grupo das quatro equipas que vão disputar a fase de subida. Com a conclusão da primeira fase do campeonato, pensou no início da época e dado à juventude e à construção de um renovado plantel, que podia, agora, estar nesta posição tranquila de até ter entrado na fase final, mesmo antes de terminar a 1ª fase?**

“Nós começamos esta época, como sabe, a trazer jogadores a conta-gotas e devagarinho. As coisas foram bem pensadas, fomos recuperando jogadores e lembro-me do Ivanildo, por exemplo, que tivemos de andar a recuperá-lo. Os jogadores foram percebendo a dinâmica da equipa e fomos retificando os nossos objeti-



vos. Tínhamos como objetivo principal a manutenção, para uma equipa que se construiu de novo. Construímos uma equipa e tinha de haver alguma paciência e muito trabalho. Fomos retificando. É claro que fomos sentindo que podíamos ficar nos primeiros 4 e garantir a fase de subida rapidamente. Acho que superamos as melhores expectativas, mas nós queremos sempre isso. A verdade é que o cenário que se apresentava no início, até pelo contexto da época passada, não era favorável para nós, mas fizemos com que as coisas acontecessem. A equipa foi crescendo, foi percebendo o campeonato. Os jogadores foram também entrando na dinâmica da equipa e felizmente tenho um grande grupo. É importante dizer que foi constituído aqui um grande grupo de jogadores que se dão muito bem, são um bom grupo que nos

dá confiança a qualquer momento e os jogadores vão percebendo isto.

**E para si, qual o sentimento de ter conseguido a passagem à fase de subida?**

É só mais um trabalho que fica no Varzim. Acho que é isso. Senti que fiz mais um trabalho válido. Vamos ver o que é que vai acontecer no futuro.

**Os responsáveis do clube realizaram recentemente algumas renovações de contratos. Presumo que esteja também envolvido neste processo?**

O processo das renovações tem sido feito pela direção. Naturalmente comunicam e perguntam, e eu vou dando as minhas respostas, mas as decisões são única e exclusivamente da direção e com todo o mérito, acho que têm feito um excelente trabalho, um grande trabalho até.

## Derrota pesada e perda do 1º lugar

O Varzim perdeu, por 4-1, no domingo em São João de Ver, na última jornada da primeira fase da Liga 3. Com o desaire, terminou a fase regular no 2º lugar da série A, dado que o Lourosa venceu no campo do Trofense, por 0-1.

Foi uma derrota pesada, num terreno que também esteve pesado devido às condições climatéricas, com muita chuva e vento, que dificultaram as ações das duas equipas. O encontro foi aproveitado pelo treinador Vítor Paneira para promover várias alterações, ao dar minutos a jogadores menos utilizados, incluindo o terceiro guarda-redes do plantel.

O jogo ficou marcado pela estreia do jogador da equipa B, Lucas Moreira, e as entradas de Miguel Vila Cova e Renato Miranda, como também do jovem Ruben Ribeiro, autor dos golos das vitórias frente ao Braga B e Trofense (ver foto).

O Lourosa terminou a série no 1º lugar com 36 pontos, seguido do Varzim com 35, enquanto o Fafe ficou em 3º lugar com 31 pontos. Amaranter terminou em 4º com 30 pontos.

### Sporting B de João Pereira na fase final

Além dos quatro clubes da Série A, juntam-se mais 4 emblemas da Série B: Atlético, 1º de Dezembro, Belenenses e Sporting B. As oito equipas vão a partir do fim de semana de 8 e 9 de fevereiro disputar 14 jornadas. No final, o 1º classificado será o campeão da Liga 3 e subirá à II Liga, juntamente com o segundo classificado. A equipa que alcançar o 3º lugar nesta fase final, terá o direito de disputar um play-off com o 16º classificado da II Liga, para designar quem irá ocupar o lugar na II Liga da próxima época.



### Gala do 109º aniversário

Após vários anos sem o tradicional jantar de aniversário do Clube ou sessão de convívio para reunir dirigentes, associados e amigos, os atuais dirigentes do Varzim Sport

Club escolheram o próximo dia 22 de março (mês em que no ano de 1916 foi aprovado o nome em definitivo da coletividade: Varzim Sport Club), para a realização da Gala 109 anos do Clube. O evento vai decorrer no Espaço Agros, em Argivai.

## Varzim perde antes de receber FC Porto



A equipa feminina do Varzim perdeu, no domingo, na deslocação ao campo do Moreirense, por 2-0, em jogo da 2ª fase do campeonato nacional da 3ª divisão.

Esta foi a segunda derrota da equipa poveira em 4 jogos desta fase e agora as varzinistas ocupam o 5º lugar com 6 pontos, a outros tantos pontos do líder FC Porto, próximo adversário do Varzim, partida marcada para a tarde do próximo domingo, 2 de fevereiro.

Por sua vez, o Rio Ave prossegue o ciclo vitorioso, ao averbar a sua sexta vitória em 6 jogos da fase de apuramento de campeão e de subida à 1ª divisão. As vilacondenses, no sábado, foram a Alcochete vencer o Sporting B, por 0-1.

O Rio Ave lidera a prova com 18 pontos, seguido pelo Benfica B com 15 pontos, os mesmos pontos do 3º classificado, o Vitória de Guimarães, próximo adversário das rioavistas, encontro que terá lugar sábado, 1 de fevereiro, a partir das 15h.

## Balasar volta a vencer no distrital

O Balasar foi a única equipa poveira a alcançar os 3 pontos nos campeonatos distritais da Associação de Futebol do Porto, com a vitória alcançada no terreno do Perosinho, por 1-2, em jogo da divisão de honra. Com este triunfo, o Balasar regressou às vitórias e agora ocupa o 9º lugar com 23 pontos.

Na mesma série e divisão, o Beiriz cedeu um empate caseiro a um golo, perante o Serzedo. O Beiriz ocupa o 2º lugar com 34 pontos, a um ponto do líder Castelo da Maia, e dia 2 de fevereiro vai jogar ao campo do Inter Milheirós, 10º com 20 pontos. Já o Balasar nesse dia vai receber o S. Félix da Marinha, que ocupa o 5º lugar com 28 pontos.

Já na divisão de elite, o Varzim B empatou a um golo, no campo do Alfenense, em partida do campeonato de elite da AF Porto. Domingo, o Varzim B, 10º classificado com 20 pontos, joga em casa, frente ao Pedroso, 6º com 27 pontos.



# Regufe lidera campeonato sénior do Inter-Freguesias

A equipa sénior do Regufe continua na frente da prova depois de derrotar, no fim de semana, o Rates, por 3-1. A seguir, os resultados e classificações após a 10ª Jornada.

**Seniores:** Estela 2 Amorim 3; Regufe 3 Rates 1; Averomar 6 Terroso 2 e Argivai 4 Laúndos 2. **Classificação:** 1º Regufe com 21 pontos; 2º Amorim 19 pontos. Filipe Santos, do Regufe é o melhor marcador com 13 golos em 9 jogos.

**Juvenis:** Beiriz 2 Navais 6; Estela 3 Amorim 2; Aguçadoura 1 Matriz 1; Regufe 3 Rates 3; Averomar 3 Terroso 0 e Argivai - Laúndos (sem informação oficial). **Classificação:** 1º Averomar com 27 pontos, 2º Laúndos com 24 pontos.

**Infantis:** Beiriz 5 Navais 1; Estela 3 Amorim 1; Aguçadoura 1 Matriz 4; Regufe 1 Rates 5; Averomar 7 Terroso 1 e Argivai - Laúndos (sem informação oficial). **Classificação:** 1º Amorim e Argivai com 23 pontos, 3º Beiriz e Matriz com 22 pontos.

**Escolinhas e Traquinice.** Os jogos destes 2 escalões foram adiados devido ao mau tempo do passado domingo. Classificação atual: Em Escolinhas há dois líderes, Estela e Aguçadoura, ambos com 25 pontos cada, enquanto na Traquinice, Amorim lidera com 17 pontos, seguido pelo Aguçadoura com 15 pontos.

No género **feminino**, o Rates goleou a Matriz, por 17-0, enquanto o Estela perdeu por 1-7, frente ao Laúndos. Após a 3ª jornada, Rates lidera com 9 pontos.

## Jornada com 46 golos mantém Aveleda na liderança

O Aveleda goleou (5-0) em Vilar e mantém a liderança do campeonato de futebol de Vila do Conde, com seis pontos de vantagem sobre o segundo classificado, o Arcos.

Os golos do líder contribuíram

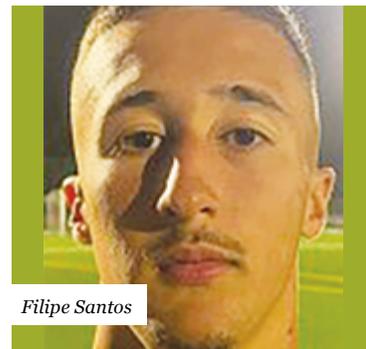
para os 46 golos que foram marcados nos 9 jogos da jornada realizada no fim de semana, numa média de 5,1 golos por jogo.

Resultados da 20ª jornada: Touguinha 1 Rio Mau 5; Vila Chã 3 Mindelo 4; Gião 7 Fajozes 0; Tougues 3 Fornelo 1; Bagunte 2 Vairão 0; Guilherme 2 Retorta 7; Vilar o Aveleda 5; Malta 3 Macieira 0 e Arcos 3 Árvore o. Folgou o Labruge.

Classificação dos primeiros: 1º Aveleda com 53 pontos (19 jogos); 2º Arcos com 47 pontos, 3º Tougues e Fornelo (-1 jogo), ambos com 46 pontos, e 5º Rio Mau com 40 pontos.

## Melhor marcador já fez 40 golos

Carlos Magalhães, do Tougues, já marcou 40 golos em 19 jogos, e lidera a lista dos melhores marcadores, seguido por Joaquim Santos, do Arcos, que fez 29 golos no mesmo número de desafios.



Filipe Santos



Carlos Magalhães

## Desportivo assustou líder



A equipa sénior masculina de futebol do Desportivo da Póvoa esteve muito perto de surpreender o líder Valpaços no jogo referente à 12ª jornada do campeonato nacional da 3ª divisão.

Os poveiros entraram melhor com Diogo Santas a inaugurar o marcador apenas com 1m jogado. Contudo, logo a seguir, num lance infeliz Hugo Batista marcou na própria baliza, dando a igualdade aos visitantes. Aos 7m e aos 11m, o Valpaços fez jus à liderança e embalou para uma vitória que parecia ser uma questão de números.

No entanto, a réplica dos comandados de Rui Casanova levou a decisão do jogo até aos instantes finais. Aos 25m, Hugo Batista redimiou-se e reduziu diferenças, mas os homens conterrâneos de Jorge Brás voltaram a marcar o estatuto de favoritos, ampliando a vantagem em dose dupla. Bruno Vieitas aos 38m e Tiago Veloso no último lance do

jogo, adornaram mais uma derrota poveira num campeonato em que ainda não conseguiram nenhum ponto.

## Caxinas apurado para final eight

A equipa sénior do Caxinas garantiu a qualificação para a final eight da Taça da Liga, depois de vencer em Ponte de Sôr, no pavilhão do Elétrico, por 2-1. Além da equipa vilacondense, estão apuradas para a fase derradeira desta prova as equipas Leões de Porto Salvo, Fundão, Sporting, Benfica, Quinta dos Lombos, Sporting de Braga e Torreense.

Por sua vez, o Rio Ave começa no sábado, 1 de fevereiro, a disputar a fase de apuramento de campeão da 2ª divisão e subida de divisão. Nesta fase estão mais 7 equipas: Belenenses, CS São João, Famalicão, Modicus, Nogueiró e Tenões, Portimonense e UPNV.

## Rio Ave defronta FC Porto após vitória no Algarve

Na próxima segunda-feira, o Rio Ave recebe no seu estádio o FC Porto, agora liderado pelo treinador argentino Martín Anselmi, que fará em Vila do Conde a sua estreia na liga portuguesa.

O jogo, marcado para as 20h45, terá certamente ao vivo milhares de espetadores, que desde terça-feira já podem adquirir o seu ingresso. Para o público em geral, estão disponíveis bilhetes, a 25 euros cada, para a Bancada Poente Lateral Sul, com venda exclusivamente online – <https://smartfan.tickets/>, sendo a venda limitada a 2 bilhetes por pessoa.

Para os associados do Rio Ave com lugar anual, a entrada está incluída no pagamento anual, enquanto o sócio sem lugar anual, pode ir por 20 euros para a Banca-

da Poente Coberta, ou por 10 euros para a Bancada Poente Descoberta. Todos os sócios rioavistas devem ter a quota de janeiro.

## Vitória em Faro

Para este encontro frente ao FC Porto, a equipa liderada por Petit está motivada, até pelo triunfo conseguido no Algarve, contra o Farense (1-2), na última jornada. Com os três pontos que trouxe do Sul do país, o Rio Ave passou a ocupar o 9º lugar da classificação com 23 pontos, a apenas 3 pontos do sétimo lugar, ocupado pelo Vitória de Guimarães.

Recorde-se que em Faro, Kiko Bondoso e Clayton foram os autores dos golos, numa partida que segundo a Liga Portugal teve 49 minutos e 58 segundos de tempo útil.



RIO AVE FC

# Basquetebol em tempo de decisões

As três equipas seniores de basquetebol do Clube Desportivo da Póvoa vivem tempos competitivos diferentes, mas que perfilam já condicionantes decisivas para as suas ambições.

No escalão sub23, o apuramento para a fase de subida e a garantia de manutenção na CNB1, acabou por ser um feito alcançado pelos pupilos de Ivo Luciano já há oito dias. Na recepção ao Guifões, o frente a frente entre poveiros e alguns ex. atletas do CDP como: Eduardo Coelho, Rafael Costa, Miguel Barros e Paulo Sereno, acabou por ser a nota de interesse maior num jogo em que a equipa poveira acabou fragilizada nos instantes finais. Por isso mesmo a vitória dos guifonenses por 71x57, acabou por ser natural, já que a equipa de Matosinhos apresenta valores mais experientes a este nível competitivo.

Já a equipa feminina, viajou até ao arquipélago dos Açores e arrecadou uma preciosa vitória sobre a sua congénere do Boa Viagem por 63x59. Apesar da classificação das açorianas, e do conseqüente favoritismo das comandadas de Pedro Dias, nunca foi fácil jogar nas Ilhas, depois de viagens nunca fáceis.

## Reforços ajudam mas não evitam derrota

O francês Ray Embo e o cabo-verdiano Keven Gomes, foram as caras novas nos convocados de José Ricardo na deslocação à Casa do Povo de Esgueira. Com um parcial inicial de 19x0 para os locais, tudo apontava para mais uma deceção da equipa liderada por José Ricardo. Contudo, e sobretudo depois do intervalo, foram os poveiros a mandar no jogo. A recuperação no marcador foi galopante, com contributos individuais importantes, nomeadamente do base/extremo francês. A diferença chegou aos 4 pontos, mas também o bom momento do Esgueira não permitiu a consumação da reviravolta, finalizando o jogo com o 93x80 final.

No próximo jogo, a 2 de fevereiro, será a recepção ao Quéluz, desafio importante para que a equipa consiga os objetivos, que passa por chegar ao play-off, facto que tem sido alcançado nas últimas épocas. Após 13 jogos, o CDP ocupa o 9º lugar com 16 pontos.



## Masters carimbam nova vitória

A equipa de Masters do Clube Desportivo da Póvoa (CDP) tem conquistado vitória após vitória no campeonato da Liga Inatel, e o jogo frente à Portuguesa de

Leça não foi diferente. Apesar da vitória por 58-46, no Pavilhão Municipal da Póvoa de Varzim, a equipa não esteve ao nível habitual, especialmente no setor defensivo, permitindo alguns cestos fáceis e demonstrando menor intensidade ao longo da partida.



# Poveiros vencem dérbi do mar

A falta de árbitros levou a que o jogo entre Desportivo e Leixões, no escalão de juvenis, fosse apitado por um voluntário na bancada, que apesar da costela leixonense, demonstrou competência e idoneidade para merecer o elogio pelo excelente trabalho realizado.

Na qualidade de líder na série, e com o estatuto de favorito, o Leixões acabou vítima do orgulho poveiro. Uma exibição a roçar a perfeição dos pupilos de Nuno Pereira, ele mesmo o espelho de quem representa o emblema poveiro com toda a raça. Num jogo bastante disputado, foram os jovens poveiros a dominar todos os sets, acabando por vencer por 3x0. O voleibol masculino está definitivamente a crescer as ténues, mas fortes, raízes implantadas no trabalho realizado nas bases, sobretudo na captação de atletas para a modalidade. Hoje, já são duas as equipas com boas performances nos campeonatos AVP, com os mais novos também a serem exemplarmente liderados pela professora Tita.



## Seniores vencem com jogo limpo

Também a equipa sénior feminina conquistou mais um triunfo, mantendo-se na luta por estar na fase de subida de divisão. Depois do contratempo da derrota na última jornada por 3x2 no reduto do Esmoriz, a equipa liderada por Tó Ferreira sabia que não podia falhar e acabou o jogo com um merecido 3x0. No entanto, a forte

réplica do Gueifães, alienada às muitas falhas no serviço das poveiras, levaram os sets a momentos de decisão críticos, nomeadamente com o segundo a acabar num renhido 26x24. Faltam um par de jogos para o final desta fase, e matematicamente ainda será possível garantir a manutenção. Para que tal aconteça há que somar vitórias, e esperar que outros rivais não consigam resultados surpreendentes.



## Póvoa Andebol reestrutura plantel para atacar 2ª fase da época

Com a paragem no campeonato devido à presença de Portugal no Mundial, o mês de janeiro tem servido para que Tiago Cunha, treinador do Póvoa Andebol, vá trabalhando com o plantel, renovado com algumas caras novas e também algumas saídas.

De regresso ao clube, João Saavedra terminou a sua aventura no andebol francês e está motivado para ajudar a equipa a conseguir a manutenção. Também o dinamarquês Magnus Toxvaer já faz parte da família andebolista poveira, tendo participado nos dois jogos-treino entretanto realizados. Duas vitórias sobre Boavista e ABC, que não dando pontos, revelam o sentido positivo para encerrar os últimos jogos.

De fora, e de forma definitiva, Cleryston Novais e Daniel Barge já não farão mais parte das convocatórias de Tiago Cunha, rumando a outros destinos.



Fora da quadra, o clube levou a efeito uma palestra, onde o fisioterapeuta Miguel Mata falou de como 'Evitar o Risco de Lesão, Adotando Rotinas de Pré-Ativação'. Um trabalho de informação, a ser implantado na estrutura geral do clube, que segundo o seu presidente José Oliveira Pereira "tem que se modernizar, promovendo toda uma informação que englobe várias vertentes, e que ajude os atletas, treinadores e pais a desenvolverem capacidades que os torne mais capazes de ajudar o clube a chegar mais além".

## Melhor resultado que exibição



Ao receber o lanterna vermelha na última jornada da 1ª volta, a equipa sénior de hóquei em patins do Clube Desportivo da Póvoa, sabia que estava proibida de perder pontos para continuar no topo da tabela classificativa.

Perante o Leiria e Marrazes um rival com apenas 1 ponto conquistado, a palavra de ordem era vencer, e a interrogação seria apenas por quantos golos. Contudo, e apesar do golo madrugador de Tiago Pereira, conquistar os 3 pontos não foi tão fácil. A vitória por 4x2 acaba por expressar as dificuldades dos pupilos de Vitor Silva num jogo menos conseguido, e onde o guarda-redes do CDP, Rodolfo Sobral, até foi o melhor em campo.

No final do jogo, ficou o alerta que a 2ª volta irá apertar, e para chegar aos dois lugares que darão a subida e o acesso a lutar por ela, exigirão sempre um grupo de trabalho focado e disponível em todos os jogos, seja contra os rivais diretos, mas também contra aqueles que poderão estar na luta pela despromoção.

MAIS/Semanário



## Tenha acesso a informação exclusiva

Póvoa de Varzim e Vila do Conde diariamente em destaque

Seja assinante e tenha acesso a informação exclusiva da Póvoa de Varzim e Vila do Conde



**252 623 032**

(chamada rede fixa nacional)

[geral@maissemanario.pt](mailto:geral@maissemanario.pt)

### Assinatura E-PAPER

Edições em PDF enviadas via email

**€ 17,00 /ano**

### Assinatura papel, local e nacional

2 Edições/Mês em papel + 4 Edições/Mês E-PAPER

**€ 35,00 /ano**

Nome: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Código Postal: \_\_\_\_\_

Localidade: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_

NIF: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Assinatura 1 ano: E-paper: 15€

Papel + E-paper Nacional: 29€

Papel + E-paper Europa: 65€

Póvoa de Varzim, \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

Preencha o formulário com os seus dados, entregue-o no MAIS/Semanário.

Se preferir, contacte-nos através do email [geral@maissemanario.pt](mailto:geral@maissemanario.pt) ou pelo telefone 252 623 032 para mais informações.

(Chamada para a rede fixa nacional)

# Torneio de natação do Naval envolve mais de 250 atletas

O Clube Naval Povoense (CNP) organizou, no passado sábado, o “10º Torneio de Natação do CNP”, na piscina olímpica da Varzim Lazer, prova que contou com a participação de 260 nadadores de 21 clubes.

Neste encontro desportivo, o CNP obteve dois pódios através de Sérgio Araújo, 3º nos 100 bruços, e David Gomes, 3º nas 100 costas, dois dos mais de 65 nadadores que

competiram pelo clube poveiro em todos os escalões.

Também durante o fim de semana, a nadadora master do CNP, Beatriz Dias, esteve em evidência nos “Campeonatos Nacionais de Masters em Torres Novas” onde entre a presença de mais de 600 atletas, alcançou várias classificações no top 5 nacional, nomeadamente nas técnicas de costas e de estilos.



## Judo poveiro marca presença em prova juvenil

Vários atletas do Judo Clube da Póvoa participaram na Liga Nacional de iniciados e juvenis, que decorreu no último sábado, em Vila Nova de Gaia.

Na categoria de iniciados, o clube promoveu a estreia dos atletas Enzo Silva e João Gonçalves, ambos na categoria de -38Kg. Realizaram um primeiro combate entre eles, terminando empatados, indo para um longo Golden Score de 7 minutos num combate muito equilibrado.

Os dois atletas venceram ainda os 3 encontros seguintes, terminando empatados com o vencedor, sendo o desempate realizado por

pontos e confronto direto, com Enzo Silva a ficar no segundo lugar e João Gonçalves no 3º lugar.

Já na categoria de Juvenis, os resultados foram: Daniel Viana dominou os -73Kg alcançando o 1º lugar, ao vencer todos os encontros por Ippon. Vitória também em -57Kg, com as manas gémeas, Juno Rodrigues e Ziva Rodrigues, a dominarem a categoria, alcançando os dois lugares mais altos do pódio.

Já, em -42Kg, João Sousa arrecadou a medalha de prata, deixando fugir o ouro por uma pequena distração.



# Ana Catarina Monteiro distinguida pelo Comité Olímpico de Portugal

Ana Catarina Monteiro, nadadora portuguesa que alcançou o 11.º lugar nos 200m mariposa em Tóquio 2020, foi no passado dia 20 deste mês homenageada pelo Comité Olímpico de Portugal (COP) e pela Comissão de Atletas Olímpicos (CAO)

“O reconhecimento pessoal e da comunidade é o que nos vai motivando para chegar mais longe”, disse Ana Catarina Monteiro, que se mostrou reconhecida ao COP e aos que lhe são mais próximos, depois de em 2024 ter deixado de competir: “Há um agradecimento muito grande que tenho de fazer, que é aos meus pais. Foram eles que me permitiram chegar aqui. Sem o suporte de casa não conseguimos dar o passo em frente. Eles acreditaram em mim, não na Catarina desportista, mas na Catarina que queria ser feliz”.

## Da natação para a política

Licenciada em Bioengenharia pela Universidade do Porto, Ana Catarina Monteiro, de 31 anos, natural da Póvoa de Varzim, mas que faz a sua vida em Vila do Conde, representou a nível competitivo o Clube Fluvial Vilacondense e assume atualmente o cargo de vereadora na Câmara Municipal de Vila do Conde. Na homenagem, a antiga atleta internacional deixou também palavras de reconhecimento para os seus treinadores, o último dos quais foi Fábio Pereira, “uma das minhas maiores referências”, lembrou.

Depois de ter passado em revista a sua carreira que incluiu também a participação no Festival Olímpico da Juventude Europeia, Ana

Catarina Monteiro considerou que “chegar a Tóquio foi um grande sonho tornado realidade”.

Na cerimónia, o presidente do COP, Artur Lopes, expressou elogios à homenageada. “Conseguiste fazer uma carreira dual, muito complicada, sabendo gerir a tua própria vida, nos estudos, no desporto e no trabalho. E fazer isso tudo no cimo da onda não é fácil. Coordenar tudo a seu tempo, no seu lugar, com equilíbrio, não é fácil e a Catarina fê-lo. Ela tem uma marca, é completa”.



Da Federação Portuguesa de Natação esteve no evento o seu vice-presidente, Alexis Santos, membro da CAO e companheiro de Ana Catarina Monteiro na Equipa Portugal. Dirigindo-se-lhe diretamente, disse: “Foste uma inspiração para toda a natação feminina. Deste um passo

de gigante. Acho que há uma natação feminina antes de ti e outra depois”.

## Elogios e agradecimentos

Diana Gomes, presidente da CAO, destacou a superação encontrada pela homenageada para vencer os obstáculos que se lhe foram colocando. “Foram poucos os momentos fáceis, foram muitos os momentos difíceis, os entraves que foste tendo e superaste sempre com este sorriso que te marca e é a referência da Catarina Monteiro. Só tenho a agradecer tudo o que conquistaste.”

A finalizar, Diana Gomes voltou a sublinhar o sucesso de Ana Catarina Monteiro na transição de carreira: “Normalmente faço sempre um desafio aos atletas que se despedem, que é o de continuarem a dar. A ti não o posso fazer, porque tu já estás a dar.”

Ana Catarina Monteiro tem no seu currículo desportivo a participação nos Jogos Olímpicos Tóquio 2020, as medalhas de prata conquistadas nos Jogos do Mediterrâneo Tarragona 2018 e Oran 2022, e o 5.º lugar alcançado no Mundial de piscina longa, mais o 6.º e o 7.º lugar nos mundiais de piscina curta.

Com base em dados do Comité Olímpico de Portugal

## Almoce Connosco

De 2ª a 6ª Feira, das 12h às 14h

Adquira a sua refeição, comprando a senha no dia anterior ou até às 10h do próprio dia. Composição da refeição: Sopa, prato do dia, pão e sobremesa (fruta ou doce)

Custo por refeição: 6 €



### MAPADI está a contratar

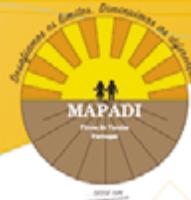
#### Terapeuta Ocupacional e Terapeuta da Fala

O MAPADI, Movimento de Apoio de Pais e Amigos ao Diminuído Intelectual, está a contratar TO e TF, com contrato de 35h semanais a termo resolutivo para apoio a Centro de Recursos para Inclusão (CRI).

#### Perfil do Candidato:

Licenciatura ou Mestrado em TO e TF | Alinhamento com a missão e valores da instituição | Boa capacidade de comunicação e trabalho em equipa | Viatura própria obrigatória | Cédula profissional (fator obrigatório).

As candidaturas deverão ser enviadas para geral@mapadi.pt, devendo ser anexado o curriculum vitae, certificado de habilitações e comprovativo de cédula profissional.



### MAPADI está a contratar

#### Fisioterapeuta

O MAPADI, Movimento de Apoio de Pais e Amigos ao Diminuído Intelectual, está a contratar fisioterapeuta.

#### Perfil do Candidato:

Licenciatura ou Mestrado em fisioterapia | Alinhamento com a missão e valores da instituição | Boa capacidade de comunicação e trabalho de equipa | Proatividade e sentido de responsabilidade | Viatura própria obrigatória | Gosto pela área da hidroterapia (fator preferencial, não eliminatório) | Formação em pilates clínico (fator preferencial, não eliminatório) | Inscrição na Ordem dos Fisioterapeutas (fator obrigatório).

As candidaturas deverão ser enviadas para geral@mapadi.pt, devendo ser anexado o curriculum vitae, certificado de habilitações e comprovativo de cédula profissional.



### MAPADI está a contratar

#### Ajudante de Estabelecimento de Apoio a Pessoas com Deficiência

O MAPADI, Movimento de Apoio de Pais e Amigos ao Diminuído Intelectual, está a contratar Ajudantes de Estabelecimento de Apoio a Pessoas com Deficiência (AEAPD) para o Lar Residencial, Pólo de Terroso, com contrato de trabalho a tempo completo.

#### Perfil do Candidato:

Disponibilidade para trabalhar aos fins de semana e noites | Alinhamento com a missão e valores da instituição | Carta de condução e viatura própria (preferencial) | Cumprimento das leis de vacinação obrigatórias.

As candidaturas deverão ser enviadas para geral@mapadi.pt, devendo ser anexado o curriculum vitae e o certificado de habilitações.

Desafiamos os limites, Diminuímos as diferenças

Rua de José Régio 614, 4490-648 Póvoa de Varzim TEL: 252683211 \*  
\* Chamada para rede fixa nacional

# MAIS Vila do Conde

## Cláudia Marques é a primeira mulher presidente da JS vilacondense

A Juventude Socialista (JS) de Vila do Conde elegeu, no sábado (25), a nova presidente da estrutura. Cláudia Marques faz história ao ser a primeira mulher líder da JS vilacondense

A nova presidente assume a liderança após as eleições intercalares, realizadas na sequência da renúncia do anterior presidente, Tiago Gomes, “por questões de incompatibilidade pessoais”, indica a concelhia em nota de imprensa.

Cláudia Marques fazia já parte da anterior Comissão Política Concelhia, e apresentou-se ao sufrágio “com uma equipa renovada e cheia de ambição, determinada a marcar uma nova etapa para a JS Vila do Conde”, lê-se na nota.

João Vinhas é o novo presidente da Mesa da Assembleia de Militantes, “consolidando o compromisso da nova liderança em trabalhar de forma coesa e dinâmica para enfrentar os desafios futuros”.

O mandato estará centrado na preparação das autárquicas, mas já foi adiantado que está em fase de planeamento “um grande projeto” que promete “agradar e envolver os jovens do concelho”. Este projeto “trará novas oportu-



nidades e que acreditamos ser um marco importante para a nossa juventude”, adiantou Cláudia Marques, que promete revelar mais detalhes em breve.

A nova líder da JS vilacondense comprometeu-se também em “construir uma JS ativa e próxima dos jovens de Vila do Conde. Este será um mandato de diálogo, inovação e proximidade, com o objetivo de ouvir e integrar todas as vozes na construção de um futuro melhor para

o nosso concelho”.

Para a concelhia, a eleição de Cláudia Marques é um “marco na história da JS Vila do Conde, reafirmando o papel das mulheres na política e inspirando uma nova geração de líderes”. “O novo ciclo que agora se inicia promete ser de inovação e dinamismo, com iniciativas que procuram dar respostas concretas às necessidades e aspirações dos jovens do concelho”, acrescenta.

## Feira Grande de Janeiro cumpre tradição

A Feira Grande de Janeiro, tradição centenária de Vila do Conde, esteve na Praça de São João, local onde foram colocadas à venda cerca de 2.500 colheres de pau decoradas com mensagens de amor.

A iniciativa contou com a participação de alunos e de utentes de Instituições Particulares de Solidariedade Social do concelho de Vila do Conde. A venda ficou a cargo dos alunos da Escola Básica 2º e 3º ciclo Frei João de Vila do Conde, e os momentos de animação com encenações históricas de recriação da época contaram com o apoio de alunos da

Escola Profissional de Vila do Conde.

Também o comércio local se uniu à iniciativa, decorando as suas montras com colheiras de pau e quadras alusivas ao tema.

A Feira Grande de Janeiro, também conhecida como Feira dos Vinte ou Feira dos Namorados, nasceu em 1704, quando D. Pedro II instituiu a Feira Franca de Santo Amaro, no dia 20 de cada mês. Além do comércio, a feira era conhecida pelos ‘namoricos’ entre rapazes e raparigas, com as colheiras de pau a serem oferecidas como símbolos de amor.



## Paróquia Senhor dos Navegantes assinala 80º aniversário

A Paróquia Senhor dos Navegantes, Caxinas, comemorou o seu 80º aniversário de fundação, com um almoço realizado no passado dia 19 de janeiro.

O evento, que teve lugar no salão do Rancho do Monte, contou com a presença de várias centenas de pessoas. Além do convívio, os presentes foram brindados com as atuações do Rancho Caxineiro e do Grupo Folclórico dos Pescadores das Caxinas e Poça

da Barca.

Ao almoço, compareceu o padre Daniel de Sousa Neves, sacerdote que dirige a Paróquia, o Monsenhor Domingos Araújo, anterior padre da paróquia, e ainda Vítor Costa, presidente da Câmara, Isaac Braga, presidente da Junta de Freguesias, além de outras individualidades locais.

Durante o evento foi realizado um sorteio de um cabaz entre os presentes.



## Damista vilacondense presente em torneio de mestres

Carlos Bastos, jogador de damas do Ginásio Clube Vilacondense, classificou-se no 4º lugar do Torneio de Mestres em Damas Clássicas Rapid – 2025, que teve lugar no passado sábado, no Auditório Municipal de São João da

Madeira.

Na prova participaram 10 mestres, em que o vencedor foi José Carlos Anjos, do GMI, e antigo damista do Ginásio, ao totalizar 4,5 P.



## Atletas do Ginásio com tiro certo no alvo

No domingo realizou-se, no pavilhão de Labruge, a 8ª prova de Sala em Tiro com Arco, competição na qual o Ginásio Clube Vilacondense participou com 26 arqueiros

nos diversos escalões e divisões de arco. Os arqueiros da equipa vilacondense alcançaram 6 vitórias individuais e 4 triunfos coletivos.



SOFIA TAVARES, ENFERMEIRA E AMIGA DA ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE SANTA CRISTINA DE MALTA (SANCRIS)

## COMO PODE A FAMÍLIA CONTRIBUIR PARA A INCLUSÃO DO SEU FAMILIAR IDOSO?

MAIS/Opinião

Segundo dados da PORDATA\*, mais de 2,5 milhões de pessoas a residir em Portugal são idosas, o que corresponde a cerca de 23,6% da população portuguesa (+/- 10.6M) com tendência para aumentar.

Vivemos mais anos, a inovação tecnológica a nível da saúde evolui de forma a dar resposta aos problemas de saúde que vão surgindo e, no entanto, nem sempre é uma velhice de qualidade no que diz respeito ao modo como se vive.

Aumenta a probabilidade de sermos dependentes dos cuidados de alguém e por vezes esse alguém não existe ou não quer ter esse papel.

No passado, o idoso tinha um papel importante na sociedade – era o ancião – validava decisões numa família e por vezes numa comunidade. Era conselheiro, sábio, mestre...bem cuidado e estimado pelos mais novos.

Atualmente, ser idoso é sinónimo de velho, inútil para uma sociedade que vive de consumos e de interesses materiais, que teve de se adaptar rapidamente a toda esta evolução tecnológica não permitindo que todos a acompanhassemos; aí se incluem os idosos.

A internet que ligou o mundo e tornou-o numa aldeia global acabou por isolar as pessoas e a prendê-las a dispositivos eletrónicos aos quais nem todos têm habilidade ou capacidade para aceder. E aqueles que não acompanham esta evolução acabam por se isolar. Nesse mundo encontramos os idosos, sem literacia tecnológica. Foram afastados dos restantes membros da família, porque não fazem publicações, não veem vídeos, nem sabem tirar uma selfie. Mas carregam experiência de vida, conhecimento e acima de tudo têm todo o tempo livre para dar aos outros.

Por outro lado, temos esta sociedade que não os questiona, que os ignora, que não os inclui, acabando por os abandonar mesmo partilhando a mesma casa.

A família tem o papel mais importante para pôr termo a toda esta exclusão. Incluir um idoso na família, promove o seu bem-estar físico e psicológico, dando-lhe qualidade de vida... qualidade no final da sua vida.

Como pode a família resolver esta questão?

Cabe à família incluir o idoso nas tarefas familiares, como é o caso da preparação de algumas refeições, perguntando como preparavam alguns pratos, questionar o que gostam de comer, conversar sobre temas que o idoso domine, mais relacionados com a sua antiga atividade profissional, questões políticas, futebol, ouvindo a sua opinião.

**Incluí-los em jogos familiares.** Muitos idosos gostam e sabem jogar às cartas, xadrez, damas ou outros jogos de estratégia. No fundo, é ir ao encontro dos seus interesses e das suas capacidades. Incentivar à ocupação dos seus tempos com atividades para as quais tenham mais habilidade, como por exemplo: andar de bicicleta, fazer jardinagem, croché, costura, bricolage, entre outras.

**Respeitar a sua autonomia.** Dar a oportunidade de o idoso tomar decisões, sentir-se independente e apoiá-lo sempre que seja necessário. Acompanhar o idoso às compras, saber o que precisa, quais os produtos que prefere.

Dar-lhe atenção e ouvi-lo. Demonstrar interesse sobre o que pensa sobre um determinado assunto. Fazê-lo sentir-se importante e valorizado enquanto elemento da família e enquanto indivíduo.

**Grupos de apoio.** Durante o dia, enquanto a restante família está ocupada entre o trabalho e a escola, incentivar o idoso a frequentar um Centro de Dia que tenha atividades adequadas à estimulação cognitiva, que possa conviver com outras pessoas com idades próximas da sua, com recordações de tempos antigos, ouvir músicas da altura em que era mais jovem e não esquecer a promoção da atividade física.

**Ambiente e o espaço da casa.** Frequentemente a família é alertada para eliminar barreiras arquitetónicas que possam pôr em risco a mobilidade de um idoso mais debilitado, prevenindo quedas e as consequências que essas podem trazer. Ao eliminar alguns objetos, tapetes, colocar barras de apoio nas casas de banho, promovemos a segurança do idoso e o seu conforto no lar e também garantimos que possa deambular em todas as divisões da casa evitando que se isole no seu quarto, incluindo-o na família reunida.

**Não infantilizar.** Um idoso não é uma

criança em tamanho crescido. A comunicação deve ser sempre de uma forma adequada, clara, dando tempo ao idoso para responder.

**Alimentação e hidratação.** O idoso tem necessidades nutricionais muito diferentes de uma criança. É muito comum vermos idosos que têm um regime alimentar pobre em termos proteicos, fazendo refeições semelhantes às crianças com papas, apenas sopa e fruta ao jantar. Cada idoso tem um metabolismo diferente do outro, no entanto as necessidades calóricas devem ser respeitadas e deve fazer várias refeições ao longo do dia e ingerir todos os nutrientes da roda dos alimentos, desde que não haja qualquer restrição na sua dieta. A ingestão de água deve ser incentivada porque o idoso tem menor sensação de sede, prevenindo-se assim situações de desidratação associados à toma de alguns medicamentos como diuréticos e laxantes, e a diminuição da ingestão hídrica, pode originar infeções urinárias (que são muito frequentes nos idosos), quedas com prováveis sequelas graves e internamentos hospitalares prolongados.

**Higiene.** É do senso comum que no passado os cuidados de higiene eram escassos. As pessoas tomavam banho com menos frequência, não aplicavam qualquer tipo de creme hidratante. O envelhecimento, a perda de mobilidade, o medo de cair com a perda de algum equilíbrio, privam muitos idosos de manterem a sua higiene pessoal de forma autónoma. Cabe à família o papel de dar apoio, de incentivar os cuidados de higiene sem que o idoso se sinta sem privacidade naquele momento. Adaptar a casa de banho para as necessidades que o idoso apresenta pode ser o suficiente para que este consiga cuidar da sua higiene pessoal de forma autónoma, só necessitando de alguma supervisão. A aplicação de um creme hidratante pode ser um momento relaxante para o idoso aproveitando-se para massajar algumas partes do corpo que sofrem alguma pressão e aproveitar para vigiar o estado da pele das zonas com proeminências ósseas.

**Direitos.** Com o envelhecimento surgem algumas incapacidades físicas ou mentais que devem ser avaliadas por uma equipa médica especializada. Desta avaliação pode

resultar um relatório que ateste um determinado grau de incapacidade ao idoso o qual poderá beneficiar de um complemento de incapacidade que pode ser de 1º ou de 2º grau. Em caso de ter um baixo rendimento pode candidatar-se ao complemento solidário para o idoso, solicitar produtos de apoio como cadeira sanitária, cama articulada, colchão antiescaras, entre outros, e quando começar a perder capacidades cognitivas, de memória deve-se reunir toda a família e iniciar o processo de regime de maior acompanhamento, de forma a garantir que o idoso através de uma pessoa designada por si ou em conselho de família veja assegurado todos os seus bens e interesses.

Para um idoso sentir que vive em família é incluí-lo em toda a dinâmica familiar; é fazer parte da mesma tendo a sua opinião tanto peso como a de qualquer outro elemento.

Estas estratégias contribuirão para um envelhecimento mais feliz, incluído no seio familiar, onde mora o amor. Amor esse que nasceu há muitos anos atrás quando, ainda jovens, construíram famílias e que hoje só precisam que esse amor seja retribuído cuidando deles como cuidaram dos seus. Querem ver os seus filhos serem bem-sucedidos nas suas atividades profissionais, ver os netos crescerem.

Querem amor, companhia e compreensão nesta fase das suas vidas que, apesar de serem de declínio, podem ser vividas em família e não de forma isolada.

\*FFMS. (2024). Perfil da população portuguesa. PORDATA, dezembro 20, 2024, <https://www.pordata.pt>



Associação de Solidariedade Social de Santa Cristina de Malta

# Grupo ANA.VI reúne 200 pessoas em Gala Solidária

O ANA.VI Group, fundado por uma equipa de jovens, e no qual integra o poveiro Daniel Leal, promoveu a 10 de janeiro a Gala Solidária 'O Poder da Conexão'. O evento reuniu cerca de 200 participantes, e teve o objetivo de angariar fundos para premiar o empreendedorismo jovem a estudantes do Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Para o grupo, composto por empresas que operam em setores diversos, este evento "refletiu o compromisso do grupo com a valorização da educação e a formação de novos talentos, reafirmando o desejo dos fundadores de retribuir o apoio recebido durante a sua jornada académica".

A Gala foi marcada pela entrega da Bolsa Projeta+ referente a 2023, atribuída a Vítor Gonçalves, natural de Monção e criador do projeto 'Vela Há'aquí'. "Este gesto reforça o compromisso do ANA.VI Group com a educação e o desenvolvimento da próxima geração de profissionais, devolvendo à comunidade académica parte do que os fundadores receberam no início das suas trajetórias", refere o grupo.

Na ocasião, o ANA.VI Group assinou também um acordo com a Câmara Municipal de Viana do Castelo para a cedência de um espaço que será a sua nova sede.

O ANA.VI Group é constituído por um ecossistema de onze empresas que operam em diversas áreas de negócio, desde a construção civil, às piscinas de luxo, soluções contra incêndios, tecnologia de climatização, indústria e distribuição, consultoria, até à criatividade e à comunicação e marketing.

Com uma equipa de mais de 75 colaboradores a tempo inteiro e um volume de faturação conjunta que ultrapassou os seis milhões de euros em 2024, o grupo projeta que em 2025 totalize 10 milhões de euros em faturação conjunta.



6 fundadores do Grupo Ana.Vi (Manuel Antunes, Raúl Peixoto, Vítor Afonso, Daniel Leal, Carlos Mello, Rui Araújo)

# Colégio de Amorim ensina Matemática através da Camisola Poveira

Os alunos do 8º ano do Colégio de Amorim assistiram, no passado dia 16 de janeiro, a um workshop sobre a Camisola Poveira, no âmbito de um projeto de autonomia e flexibilidade curricular. A atividade visou enriquecer culturalmente os alunos, ao aprender sobre a peça típica da Póvoa de Varzim.

Foi também feita uma ligação entre a Camisola Poveira e a disciplina de Matemática, adiantou o Colégio: "o design das Camisolas feitas à mão inclui padrões geométricos simples ou mais elaborados, refletindo um tipo de simetria ou repetição que pode ser associada a transformações isométricas, tema trabalhado

nas aulas de Matemática".

Durante a atividade, os alunos "estiveram sempre muito atentos e mostraram-se bastante curiosos, procurando, sempre, aprofundar os seus conhecimentos", diz o estabelecimento de ensino.

## Mais de 400 alunos participam em desafio Bebras

Um total de 413 alunos do Colégio participou na sexta edição do desafio internacional de pensamento computacional Bebras. O desafio, que decorreu entre os dias 4 e 15 de novembro, teve



a duração de 45 minutos e um total de 15 problemas em cada categoria, divididos em três níveis de dificuldade, com cinco perguntas cada.

Sete alunos do Colégio de Amorim ficaram no Top 1% nacional: Eduardo Festa (6º ano), Rafael Reis (6º ano), Filipa Romão (9º ano), Miguel

Correia (10º ano), Diogo Pereira (10º ano), Salma Arcos (12º ano) e André Lin (12º ano).

Além destes, 53 alunos alcançaram o Top 10% a nível nacional e 70 alunos o Top 25%. No total, o desafio contou com a participação de mais de 135 mil jovens.

**FUNERÁRIA DE BEIRIZ, LDA.**  
(IRMÃOS CABAÇAS)

ARMAZÉM: Rua do Aqueduto, 86  
4495-372 BEIRIZ - Póvoa de Varzim  
Tel/Fax 252 696 458 Tlm 919 070 386

ESCRITÓRIO: Rua de Pelames, Loja 76  
4495-150 AMORIM - Póvoa de Varzim  
E-mail: funeraria\_beiriz@hotmail.com

A morte é o princípio de uma nova vida!



**Agência Funerária de Beiriz**

R. do Aqueduto N.º 86,  
4495-372 Beiriz  
252 696 458  
919 070 386  
funeraria\_beiriz@hotmail.com

### José Maria Lopes Mineiro

Faleceu aos 68 anos, em Beiriz. O funeral realizou-se no dia 21 de janeiro, na Igreja Paroquial de Beiriz. Depois, as cerimónias fúnebres continuaram no cemitério de Beiriz, onde foi sepultado no jazigo de família.



### Maria Luísa Ferreira da Costa

Faleceu com 86 anos, tendo as cerimónias fúnebres, sido celebradas no passado dia 18 de janeiro, na Igreja Paroquial de Beiriz. No final, da cerimónia religiosa foi a sepultar no cemitério da freguesia de Beiriz.



### Laura Lopes Ferreira

Faleceu com 88 anos, e o funeral vai realizar-se na próxima sexta-feira, dia 31 de janeiro, às 15 horas, na Igreja Paroquial de Beiriz, onde vai estar em câmara ardente, a partir das 13 horas de sexta-feira. No final vai a ser sepultada no cemitério da freguesia de Beiriz.





# Obrigado!





# EM VOGA



## AÇÃO SOCIAL

No último sábado, algumas das finalistas da Miss Póvoa participaram numa ação social em prol dos Animais Abandonados. Numa parceria com o Hipermercado Pingo Doce Argivai e a A Cerca – Abrigo dos Animais Abandonados, elas fizeram uma ação junto dos clientes, com o objetivo de incentivar a doação de ração, desparasitantes,

champôs, detergentes, trelas, entre outros.

Se você também deseja ajudar o abrigo, além do posto de recolha permanente do Pingo Doce, também pode fazer o seu donativo, adotar ou apadrinhar um dos bichinhos do abrigo por apenas 10 €/mês.

**Email: [cerca.abrigo@gmail.com](mailto:cerca.abrigo@gmail.com)**



## VIRALIZOU



No passado dia 16 de Janeiro, o Santuário do Cristo Redentor, no Rio de Janeiro, foi palco de um grande espetáculo comandado pelo Padre Guilherme.

Organizada pela Juventude pela Paz, a "Rave Católica" não só foi um sucesso aos pés de uma das 7 Maravilhas do Mundo, como também viralizou nas redes sociais. Somente no Tik Tok, os vídeos da apresentação do Padre Guilherme já ultrapassam as quinhentas milhões de visualizações.



ACEDA AO QR CODE  
E VEJA UM DOS MOMENTOS  
DO CONCERTO

## PARA OS APAIXONADOS

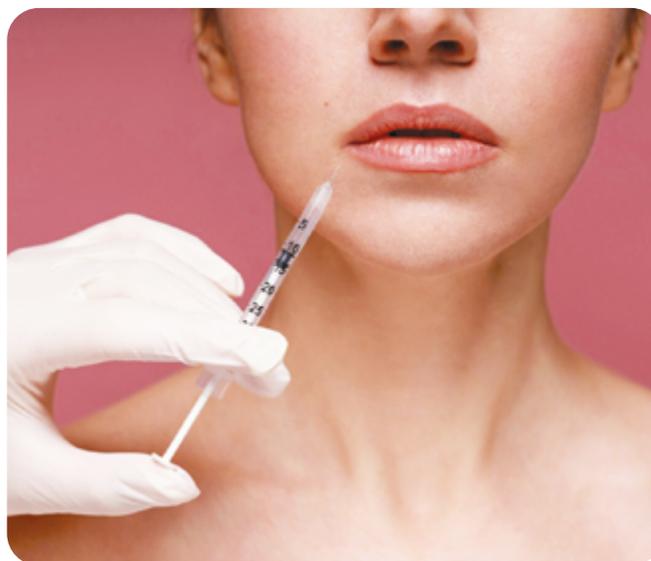


Com a proximidade do dia mais romântico do ano, que tal surpreender o seu amor com uma prenda repleta de significados? Para celebrar a data em 2025, a Barbosa Ourivesaria tem duas opções de Design do anel do romance poveiro, seja com os corações entrelaçados ou unidos, é possível escolher o design da sua preferência. Seja em prata e ouro ou todo em ouro, o anel do romance poveiro representa o amor em todas as idades.

ACEDA AO QR CODE  
E VEJA A PLAYLIST DOS VÍDEOS  
DA GALA MISS PÓVOA 2024



## BELEZA



**B**otox. Quando começar? Grande aliado na prevenção e tratamento dos sinais de envelhecimento, a toxina botulínica é indicada para quem deseja suavizar rugas e linhas de expressão, um procedimento rápido e não invasivo. Mas afinal de contas, quando começar? A aplicação de Botox pode ser iniciada a partir dos 25-30 anos, dependendo das características individuais de cada pele. Além de tratar rugas já existentes, o Botox previne o aparecimento das marcas mais profundas, dando à pele uma aparência mais descansada e natural. Testa, área dos olhos (pés de galinha) e entre as sobrancelhas, são algumas das áreas indicadas. Além de ser esteticamente eficiente, o Botox também trata condições como bruxismo, suor excessivo (hiperidrose), sorriso gengival, pescoço. Mas lembre-se, o segredo de um resultado natural é a moderação e a busca por profissionais qualificados.

