

23 A 29 JUNHO

POUPE
ESTA SEMANA

pingo doce
sabe bem pagar tão pouco

2,49€
Unid.

BROA DE MILHO DA SERRA PINGO DOCE

Cozida em forno de pedra
800g

É novo!

FEITO COM MASSA MÃE



TERÇA A DOMINGO

20%

EM SALDO
NESTAS MARCAS
ACUMULÁVEL COM TODAS AS
PROMOÇÕES EM FOLHETO

SEM VALOR
MÍNIMO DE
COMPRA



MAGNUM
DOVE

POUPE
20%

POSTA DE SALMÃO

Aquacultura Fresco
14,99€/kg

11,99€
kg



0,99€
Unid.

BOLA DE BERLIM C/RECHEIO DE BISCOFF®
120g

BOLA DE BERLIM C/RECHEIO DE KITKAT®
120g

0,99€
Unid.

MAIS DE 10%

BOLA DE BERLIM C/CREME
110g
0,89€/Unid.

É novo!

0,79€
Unid.



MAIS DE 10%

PÁ C/OSSE DE PORCO

A granel
4,49€/kg

3,99€
kg



MAIS DE 30%

ABACAXI

A granel
1,49€/kg

0,99€
kg

AQUI NÃO PAGA O CORTE



Promoção válida de 23 a 29 junho de 2026 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. Por FVPR deve entender-se o preço de venda sugerido ou recomendado pelo fabricante, produtor ou fornecedor. 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.

DESCARREGUE
A APP



Rusga da Póvoa no Pingo Doce





Rock in Rio
LISBOA
Eyewear Collection
Não dispensa consulta das condições em loja.

desde
99€
com lentes incluídas.

OPTICALIA
PÓVOA DE VARZIM
Praça do Almada, 52 A | Tel. 252043205 / 927186818

www.maissemanario.pt • Diretor: Virgílio Tavares • Sai às quartas • 23 junho 2026 • Preço Avulso: 1,50€ • Ano 15 • Nº 676



CULTURA
É já esta semana:
São Pedro traz
festa, música
e multidão
à Póvoa
Páginas 6 a 12



Decisão histórica à vista: SAD pode mudar o Varzim

Páginas 32 e 33



RELIGIÃO
Novo adro
da igreja celebra
data icónica
em Balasar
Página 4

SOCIEDADE
Tapete do Desterro
brilha na rua
mais comprida
do Bairro Norte

Página 30



DESPORTO
Atleta do Atlético
da Póvoa garante
presença
no Europeu

Página 34

VILA DO CONDE
Bombeiros
estreiam-se nas
tradições com
Cascata de S. João

Página 41

Quem não quer perder tempo, avança com o Crédito Agrícola.
Descubra as nossas soluções de Crédito Habitação para comprar casa.



Saiba mais em creditoagricola.pt
Sujeito a decisão de risco de crédito - Caixa Central - Caixa Central de
Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L., registada junto do Banco de Portugal sob
o n.º 9000 | M.G.R.C. de Lisboa e Pessoa Coletiva n.º 501 464 301 | Capital
Social: € 33174415500 (variável) | Rua Castilho, n.º 233, 233 A, Lisboa.



Grupo Barrière traz nova vida ao Casino da Póvoa com noite de gala

O Casino da Póvoa de Varzim abriu as portas a uma noite de festa, brilho e emoção, acolhendo a apresentação oficial do Grupo Barrière à cidade e à comunidade poveira

Entre música, dança e um espetáculo envolvente inspirado na elegância dos casinos clássicos, a sala encheu-se de convidados, parceiros e figuras institucionais que testemunharam o arranque de um novo ciclo para um dos espaços mais emblemáticos da cidade.

Foi neste ambiente de grande celebração, vivido na quinta-feira, 18 de junho, que o grupo francês assumiu formalmente a concessão do casino pelos próximos 15 anos, perante uma plateia que respondeu com entusiasmo a uma apresentação marcada pela cultura, pela memória e pela ambição de futuro.

A cerimónia contou com a presença dos copresidentes do grupo francês, Alexandre Barrière e Joy Desseigne-Barrière, que sublinharam a importância do momento e a ligação emocional à herança familiar da empresa, fundada em 1912, na Normandia. “É com emoção que abrimos um novo capítulo desta casa excecional. A nossa missão é criar lugares de vida, onde se partilham emoções e se constroem memórias”, referiram, destacando a ambição de valorizar o casino enquanto espaço de experiência e encontro.

Os responsáveis destacaram ainda a aposta do grupo em Portugal, que se inicia com a concessão do Casino da Póvoa e se complementa com a abertura do futuro hotel Maison Barrière em Lisboa. “Portugal vive uma dinâmica que toda a Europa observa, e encontramos aqui valores que reconhecemos: o apreço pelo património,

a cultura e o sentido de acolhimento”, afirmaram.

No imediato, o plano passa pelo reforço da programação artística e da oferta gastronómica. Já a partir de 15 de julho, será inaugurado um novo restaurante nas varandas do casino, com vista para o oceano, inspirado numa cozinha mediterrânica que cruza influências portuguesas, francesas e italianas. Paralelamente, o espetáculo “The Great Party” marca o início de uma programação própria, que será reforçada após o verão.

A médio prazo, está prevista uma renovação global do espaço ao longo de três anos, com o objetivo de modernizar o equipamento sem perder a sua identidade histórica.

Espaço também com cultura e gastronomia

Também presente na cerimónia, Teresa Monteiro, vice-presidente do Turismo de Portugal, destacou a importância estratégica da concessão ao Grupo Barrière, sublinhando a sua experiência internacional e o compromisso com um modelo de casino assente no entretenimento e não exclusivamente no jogo. “Queremos espaços dinâmicos, onde as pessoas encontrem cultura, gastronomia, espetáculos e lazer. O jogo deve ser apenas mais uma das componentes”, afirmou.

A responsável salientou ainda o impacto económico do projeto, con-



Alexandre Barrière



Joy Desseigne-Barrière

siderando o casino um “ativo âncora” para o desenvolvimento do território, com capacidade para gerar emprego e potenciar a atratividade turística da região.

Por sua vez, a presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Andrea Silva, recordou o papel histórico do casino ao longo de 92 anos, enquanto motor de crescimento da cidade. “Foi este equipamento que ajudou a colocar a Póvoa no mapa, atraindo turistas, criando emprego e permitindo investimentos em todo o concelho”, afirmou.

No discurso, a autarca destacou a ligação pessoal ao espaço, onde iniciou a sua vida profissional, e reforçou as expectativas em relação ao novo ciclo: “A visão do Grupo Barrière de transformar o casino num destino completo, que alia jogo, cultura, gastronomia e entretenimento, está alinhada com aquilo que queremos para a nossa cidade.”

Andrea Silva deixou ainda uma palavra de reconhecimento ao anterior concessionário, o Grupo Estoril Sol, pelo trabalho desenvolvido ao longo de décadas, e garantiu total apoio do município ao novo projeto.

A noite terminou com o espetáculo de apresentação, antecipando o que promete ser uma nova fase de afirmação do Casino da Póvoa enquanto espaço de referência cultural, turística e económica, reforçando a visibilidade e notoriedade da cidade a nível nacional e internacional.

Juntos Reduzimos!

RDUZ
Gestão Global de Resíduos, S.A.

R. dos Balazeros Nº 280,
Zona Ind. de Argivai I Lt 4.5 e 6
4490-232 P. Varzim I Portugal

NIF: 507 225 740
Licença G. Resíduos Nº 55/2012/CCDRV
Aversã Transportes nº66666

WWW.RDUZ.PT
geral@rdvz.pt
www.facebook.com/rdvz.pt

212 mil euros no maior jackpot do ano

O maior jackpot de 2026 na Póvoa de Varzim, 212.000 euros, foi entregue a 13 de junho, no recém renovado Casino Barrière Póvoa, apenas um mês e meio após a entrada do grupo francês na gestão do espaço.

A sorte bateu à porta ao final da tarde, quando uma jogadora habitual que apostava 40 euros, bastaram algumas jogadas para que os símbolos se alinhasssem e o jingle do jackpot ecoasse pela sala. Com discrição, mas visível entusiasmo,

recebeu o maior prémio da sua vida, e o maior atribuído pelo casino em 2026.

O diretor geral, Jean Charles Pitt, destacou que este prémio representa “o início de uma nova fase”: “Apenas alguns dias após a minha nomeação, é uma enorme satisfação anunciar esta primeira grande história de vencedor. Este jackpot representa alegria para quem o ganhou e para toda a nossa equipa. Queremos proporcionar emoções únicas e estamos

a trabalhar diariamente para transformar o Casino de Póvoa num espaço de entretenimento incontornável em Portugal.”

O novo diretor sublinha ainda que a transformação do casino já está em curso e continuará nos próximos meses. Entre as novidades, anuncia a abertura, já este verão, de uma brasserie mediterrânica, um conceito do grupo Barrière que pretende atrair tanto clientes habituais como turistas que visitam a cidade.



Terraplanagem no terreno marca arranque do Póvoa Retail Park

Já decorrem desde o início do mês de junho, os trabalhos de terraplanagem no terreno onde será edificado o futuro Póvoa Retail Park. O empreendimento vai ficar situado à entrada da cidade, junto ao nó da A28 e em frente ao Parque da Cidade

O retail, atualmente em fase de comercialização, prevê a instalação de 21 lojas, e oferece uma diversidade de produtos e serviços orientados para o quotidiano dos consumidores. De acordo com o grupo promotor, trata-se de um espaço pensado para proporcionar “uma experiência de compras cómoda, moderna e acessível”, reforçada pela criação de 500 lugares de estacionamento gratuito, além da inclusão de um supermercado e de uma gasoleneira.

Projetado pela FVC Group, empresa sediada no Porto, o Póvoa Retail Park beneficia de uma localização considerada estratégica, com acessos privilegiados que o colocam numa posição relevante ao nível da captação de fluxos rodoviários, tanto locais como de passagem.

Nova rotunda na avenida do Mar

A intervenção no terreno que agora decorre insere-se nos preparativos para o arranque da obra principal, cuja conclusão está apontada para finais de 2027. Em paralelo, está prevista uma reorganização viária na zona envolvente, nomeadamente a criação de uma nova rotunda na Avenida do Mar, essencial para garantir o acesso ao futuro espaço comercial e melhorar o escoamento do tráfego pelas ruas Vale Maior e Comendador Francisco Quintas.

Este novo elemento da rede viária assume também um papel central no debate mais amplo sobre a mobilidade na entrada da cidade.

Recorde-se que a decisão de avançar com esta solução contribuiu para adiar a realização de um estudo alternativo sobre o atravessamento da rotunda oval, uma proposta defendida por partidos da oposição. A avaliação do impacto real do Póvoa Retail Park na circulação automóvel apenas será possível após o início da sua atividade, sendo expectável que venha a influenciar significativamente a dinâmica do trânsito não só naquele ponto específico, como em toda a área envolvente.

Andrea Silva comenta avanço do Retail Park

Para a presidente de Câmara, Andrea Silva, “o projeto está efetivamente em execução”, mas confessou que, embora não tenha conhecimento detalhado do plano da empresa promotora, acredita que os prazos serão respeitados. “Naturalmente, para as empresas, o tempo é dinheiro”, acrescentou.

A edil destacou ainda que o avanço do projeto só foi possível após a obtenção das autorizações necessárias junto das Infraestruturas de Portugal, nomeadamente no que diz respeito às acessibilidades rodoviárias e à construção da rotunda inicialmente prevista.

Andrea Silva clarificou que a criação destas infraestruturas era uma condição obrigatória para o arranque da obra, razão pela qual a promotora só avançou após garantir luz verde por parte das entidades competentes.



MORADIA NOVA T2 JUNTO AO TEATRO GARRET

Centro da Cidade
Rua José Malgueira,
equipada
Garagem
fechada

€ 427.500

MORADIA P/ RESTAURO AVER-O-MAR

Lote com 300 M2, Moradia T3 com projeto aprovado, Excelentes acessos a todos os serviços

€ 178.500

MORADIA PÓVOA JUNTO IGREJA MATRIZ

Lote com 200M2, 2 Pisos Independentes, Possib. conversão p/ 4 apartamentos

€ 425.000

VILA DO CONDE APARTAMENTO T2 FRENTE MAR

Gr. Terraço, Aquecimento Central, Cozinha Equip. Garagem Fechada

€ 385.000

QUINTINHA TOUGUINHÓ

Grande terraço Terreno extenso Ótimo p/ Investimento

€ 265.000

www.imoleite.com
966 907 039 • 252 624 666

Balasar inaugura novo adro da igreja em dia marcado pela tradição da Santa Cruz

Foi inaugurado na manhã de último domingo o adro da Igreja Paroquial de Balasar, obra que representou um investimento de cerca de 660 mil euros e que marca um momento considerado histórico para a comunidade local



A cerimónia contou com a presença do arcebispo primaz de Braga, D. José Cordeiro, da presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Andrea Silva, bem como de diversas entidades civis, religiosas e popula-

ção. A data escolhida para a inauguração, 21 de junho, assume um simbolismo especial, ao assinalar o 194.º aniversário da Aparição da Santa Cruz naquele local, um marco profundamente enraizado na identidade espiritual de Balasar e que continua a atrair peregrinos de todo o país e do estrangeiro.

Durante a cerimónia, o pároco de Balasar, padre Manuel Casado Neiva, destacou que a conclusão do adro representa o encerramento de um ciclo iniciado em 2010, quando assumiu funções na paróquia. O responsável sublinhou a importância da cooperação entre paróquia, Junta de Freguesia e Câmara Municipal, que permitiu concretizar um conjunto de investimentos ao longo dos anos,

incluindo o parque verde, o centro paroquial e outros equipamentos. “O adro da igreja é a sala de visitas da aldeia”, afirmou, citando o Papa João XXIII, e acrescentou que este espaço deve ser também um lugar de encontro, preparação e convivência para toda a comunidade.

Requalificação desejada pela comunidade

Já o presidente da Junta de Freguesia de Balasar, Marco Silva, salientou que a requalificação do adro era uma ambição antiga da comunidade, reivindicada ao longo de várias décadas. O autarca destacou o papel determinante dos promotores do projeto, bem como o contributo das equipas técnicas e da construção, sublinhando a complexidade da intervenção. Marco Silva evidenciou ainda o envolvimento direto do município na resolução do processo, considerando que esta obra devolve à população um espa-



ço central da freguesia, agora renovado e valorizado para usufruto de todos.

Também o presidente da Assembleia de Freguesia, José Araújo, reforçou a importância da colaboração institucional que permitiu dar forma ao projeto, tendo classificando o resultado final como “uma bela obra” ao serviço da população.

Por sua vez, a presidente da Câmara Municipal, Andrea Silva, destacou o valor simbólico e comunitário do espaço, salientando que o adro não é apenas um local de culto, mas também um ponto de encontro da vida social da freguesia. A autarca sublinhou ainda a forte identidade espiritual de Balasar, marcada pela devoção à Santa Cruz

e à Beata Alexandrina, que projeta a freguesia a nível nacional e internacional.

Local de encontro

Na sua intervenção, o arcebispo de Braga enalteceu o espírito de cooperação entre as instituições, considerando o novo adro como “um lugar de encontro” que reflete as várias dimensões da vida comunitária. D. José Cordeiro destacou ainda a importância simbólica do espaço, que liga fé, tradição e vivência diária da população.

A cerimónia ficou também marcada pela bênção do novo adro e pela celebração de uma eucaristia, integrada nas comemorações religiosas associadas à data.

Padre de Balasar distinguido com título de monsenhor por decisão papal

O pároco de Balasar, padre Manuel Casado Neiva, foi distinguido com o título de monsenhor, numa nomeação formalizada pelo Papa Leão XIV. A entrega da carta pontifícia ocorreu durante a eucaristia celebrada na Igreja Paroquial de Balasar, integrada nas comemorações do 194.º aniversário da Aparição da Santa Cruz, e foi assinalada pelo arcebispo primaz de Braga, D. José Cordeiro.

Na ocasião, o prelado sublinhou que esta distinção constitui não apenas um reconhecimento pessoal do percurso do sacerdote, mas também “uma carícia de Deus” para toda a comunidade de Balasar, profundamente ligada à vivência da fé e à figura da Beata Alexandrina.

A nomeação honorífica destaca o trabalho pastoral desenvolvido por Manuel Casado Neiva ao longo dos anos na paróquia, sendo acolhida com orgulho e emoção pelos fiéis presentes na celebração.



6^a EDIÇÃO

SABE O QUE FAZ O SEU BAIRRO MAIS FELIZ? AS SUAS IDEIAS.

INSCRIÇÕES ATÉ 13 DE JULHO
EM PINGODOCE.PT



Entre ensaios e tradição: rusgas preparam grande noite de São Pedro

As festas de São Pedro na Póvoa de Varzim voltam a mobilizar os seis bairros tradicionais: Norte, Regufe, Matriz, Mariadeira, Belém e Sul, reunindo centenas de jovens num esforço prolongado de ensaios, organização e dedicação. As rusgas, peça central das celebrações, espelham a identidade de cada bairro e o orgulho coletivo que atravessa gerações



No Bairro Norte, a ambição de se destacar mantém-se firme. “No ano passado correu tudo muito bem e acredito que pessoalmente, por exemplo, fomos os melhores e este ano vamos esforçar-nos para ser outra vez”, afirma Nuno Figueiro. A competitividade acompanha a criatividade numa necessidade de surpreender, como explica Maria Fonseca: “tentamos sempre fazer coisas diferentes e sempre surpresa. Ninguém sabe de nada até à noite.”

O sentimento de pertença assume um papel central em todas as zonas da cidade. No Bairro de Regufe, Verónica Craveiro sublinha o

orgulho coletivo: “nós saímos à rua saímos sempre orgulhosos daquilo que fazemos e mostramos a nossa vaidade e o brilho que temos sempre connosco.” Paulo Costa sublinha a importância de marcar presença em várias iniciativas, valorizando tanto os momentos maiores como os mais pequenos, ao afirmar: “Vamos estar nos pequenos santos como nos grandes. 24 pares e vamos sair com a vaidade e mostrar a nossa força.”

Na Matriz, a ligação emocional às festas destaca-se tanto quanto o esforço necessário. Bruno Sampaio descreve a experiência como “uma alegria” e reforça a gratidão e orgu-

lho presentes nesta ocasião: “muito gratificante pertencer à Póvoa e orgulhar as cores do nosso bairro”. Antes da grande noite, existe um trabalho exigente, feito de detalhes que muitas vezes passam despercebidos, mas que definem a identidade de cada bairro, como explica Rita Simão: “é muito trabalho, demora-se muito tempo e depois para planear o desenho, planear os tecidos é sempre também uma alegria.”

A Mariadeira também intensifica os preparativos, com foco na superação anual. Lucas Canossa garante que o bairro trabalha “todos os anos para ter a melhor festa possível” e re-

vela confiança para este ano: “acho que este ano vimos fortes e prontos para brilhar”. Sofia Fernandes descreve a fase atual dos trabalhos: “estamos a começar a preparar as coisas, as danças, tudo.”

No Bairro de Belém, os ensaios decorrem a ritmo intenso. Guilherme Cadilhe refere que estão a ser feitos “três ensaios por semana”. Já Inês Marques indica que os preparativos se encontram na fase final, com o traje praticamente concluído: “ainda está a ser feito, mas já está mesmo a ficar pronto.”

No Bairro Sul, o esforço prolonga-se ao longo de meses. Pedro Novo

destaca a dimensão da organização: “são muitos meses de preparos e muitos meses a mentalizar-nos do que vamos fazer. Acima de tudo queremos é que corra bem.” Tatiana Campinho reforça o espírito coletivo das tricanas, salientando que “é muita preparação, muita beleza a ser preparada”.

Este envolvimento evidencia a continuidade de uma tradição profundamente enraizada na comunidade, onde o sentido de identidade e o orgulho local se afirmam através da música, dança e apresentação estética.



Bairro Norte:
Carlos Moita, Leonor Miranda,
Nuno Figueiro e Maria João



Bairro Matriz:
Rita Simão, Bruno Sampaio,
Dinis Novo e Lara Cunha



Aceda ao QR Code e veja a entrevista completa



Bairro Regufe:
Verónica Craveiro, Paulo Costa,
Luís Figueiro e Beatriz Fernandes



Bairro Mariadeira:
Lucas Canossa, Sofia Fernandes,
David Pontes e Maria Clara



Bairro Belém:
Vitor Moreira, Joana Figueiredo,
Guilherme Cadilhe e Inês Marques



Bairro Sul:
José Silva, Bárbara Castro,
Pedro Novo e Tatiana Campinho



Gracinda Morais

Psicóloga Clínica e da Saúde, Diretora Clínica: Clínica da Mãe na Póvoa de Varzim. Fundadora da Mala dos Afectos: Centro de Psicologia&Educação em Vila do Conde, registada na Ordem dos Psicólogos Portugueses com a Cédula Nº 16677 e registada na Entidade Reguladora da Saúde

Envelhecimento Ativo, Estimulação Cognitiva e Saúde Psicológica: uma abordagem centrada na pessoa

O envelhecimento é um processo natural e inevitável, acompanhado por alterações físicas, emocionais, psicológicas e sociais. Contudo, envelhecer não significa deixar de viver, de aprender ou de participar ativamente na sociedade. Pelo contrário, a forma como a pessoa idosa enfrenta esta etapa influencia significativamente a sua qualidade de vida e o seu bem-estar.

Em Portugal, cerca de 26,6% da população tem mais de 65 anos, prevendo-se que este valor ultrapasse os 40% até 2050. Este cenário exige uma mudança de paradigma: em vez de encarar a velhice como uma fase de perdas e limitações, é fundamental promover um envelhecimento ativo, saudável e participativo, baseado na dignidade, na autonomia e na valorização da história de vida de cada pessoa.

A estimulação cognitiva desempenha um papel importante na manutenção das capacidades mentais, na prevenção do declínio cognitivo e na promoção da autoestima. No entanto, esta estimulação não deve limitar-se a exercícios realizados em salas fechadas ou a atividades descontextualizadas.

A verdadeira estimulação acontece quando está ligada aos interesses, às experiências e às rotinas que acompanham a pessoa ao longo da vida.

Muitos idosos tiveram percursos profissionais, familiares e sociais ricos e ativos antes da reforma. Por isso, a intervenção deve respeitar a sua identidade e favorecer a continuidade dos seus papéis sociais, promovendo atividades significativas e funcionais. Passeios ao ar livre, visitas culturais, participação em eventos comunitários, contacto com a natureza, atividades intergeracionais e experiências relacionadas com antigas profissões ou hobbies constituem formas privilegiadas de estimular a memória, a atenção, a linguagem e a interação social.

Além dos benefícios cognitivos, estas experiências reforçam o sentimento de utilidade, autonomia e pertença à comunidade. A manutenção da capacidade de decidir, participar e continuar a construir

projetos de vida é um dos pilares fundamentais da dignidade na velhice.

Importa também refletir criticamente sobre algumas práticas ainda presentes em determinados centros e instituições para pessoas idosas. Apesar da intenção de proporcionar ocupação e convívio, é frequente observar atividades excessivamente infantilizadas, centradas em pinturas para colorir, trabalhos manuais repetitivos ou tarefas desprovidas de significado para muitos adultos que tiveram vidas profissionais, familiares e sociais ricas e ativas.

A pessoa idosa não regressa à infância pelo simples facto de envelhecer. Tratar a velhice como uma segunda infância constitui uma forma de idadismo e pode contribuir para a perda da autoestima, da autonomia e do sentimento de utilidade. O simples facto de uma atividade de manter as pessoas ocupadas não significa que seja cognitivamente estimulante ou promotora do seu bem-estar.

Mais importante do que preencher o tempo é proporcionar experiências significativas, compatíveis com os interesses, competências e percursos de vida de cada pessoa.

Um antigo agricultor poderá beneficiar mais de atividades ligadas à natureza ou a hortas comunitárias; um professor poderá apreciar debates e visitas culturais; um artesão poderá sentir-se realizado ao transmitir conhecimentos às gerações mais novas; alguém com uma vida social ativa encontrará maior satisfação em passeios, projetos intergeracionais ou participação em iniciativas da comunidade.

A estimulação cognitiva não deve ser confundida com entretenimento passivo ou com ocupações padronizadas. Deve assentar no respeito pela dignidade, pela individualidade e pelo direito de cada pessoa continuar a exercer os seus papéis sociais e a manter uma vida ativa e significativa. Mais do que "ocupar" os idosos, importa envolvê-los em experiências que façam sentido para eles e que preservem a sua identidade.

O envelhecimento pode igualmente ser acompanhado por crises

emocionais, perdas e dificuldades de adaptação que favorecem o aparecimento de depressão, ansiedade ou isolamento. Nestes casos, o psicólogo assume um papel fundamental, ajudando a pessoa idosa a compreender as mudanças inerentes ao envelhecimento, a lidar com os desafios emocionais e a desenvolver estratégias de adaptação que preservem a sua qualidade de vida e o seu equilíbrio psicológico.

As instituições e os profissionais têm, por isso, uma responsabilidade ética e técnica acrescida. Não basta assegurar cuidados básicos ou proporcionar atividades de ocupação. É necessário desenvolver programas que promovam a participação, a mobilidade, o contacto com a comunidade, o acesso à cultura e a manutenção dos laços sociais, evitando práticas infantilizantes que, ainda que bem-intencionadas, podem representar uma forma subtil de desvalorização da pessoa idosa.

Mais do que acrescentar anos à vida, importa acrescentar vida aos anos.

Uma sociedade verdadeiramente inclusiva é aquela que reconhece o valor dos seus membros mais velhos, combate os estereótipos associados à velhice e investe em políticas públicas que favoreçam a participação social, a acessibilidade, a promoção da saúde e o envelhecimento ativo. Envelhecer com qualidade significa continuar a viver com significado. Significa respeitar a história de cada pessoa, promover a sua autonomia e proporcionar oportunidades para que permaneça ativa, integrada e em contacto com a comunidade, a cultura e a natureza.

A estimulação cognitiva mais eficaz é aquela que acontece na vida real, em contextos ricos em experiências, relações e emoções, porque é através delas que se preservam não apenas as funções cognitivas, mas também a identidade, a dignidade e o sentido de pertença de cada pessoa.

Uma sociedade que trata os seus idosos como cidadãos ativos e não como crianças envelhecidas é uma sociedade mais humana, mais justa e mais consciente do valor inestimável da experiência e da sabedoria acumuladas ao longo da vida.

Concursos: barquinho poveiro, varandas e montras



A Junta de Freguesia da Póvoa de Varzim volta a promover, este ano, o concurso de selfies com o 'barquinho poveiro', iniciativa que alia tradição, criatividade e participação jovem no âmbito das Festas de São Pedro.

Após o sucesso das anteriores edições, o desafio passa por captar uma selfie original com o doce oficial das festas, criado há dois anos com o objetivo de valorizar a gastronomia local e dinamizar o comércio tradicional. A proposta pretende ainda criar um elemento identitário associado às celebrações, incentivando visitantes a levar consigo uma recordação típica da cidade.

"Não tínhamos um produto gastronómico ligado às festas e o barquinho poveiro veio preencher essa lacuna", explicou o presidente da Junta, Ricardo Silva, destacando que a iniciativa funciona também como incentivo às pastelarias e confeitarias locais.

A participação é simples: basta tirar uma selfie com o doce e submetê-la dentro do prazo definido. Os prémios, direcionados sobretudo para o público jovem, incluem uma consola Nintendo Switch, uma máquina fotográfica instantânea e auscultadores, para os três primeiros classificados.

O concurso decorre até ao final do mês, sendo as avaliações feitas por um júri jovem, renovado todos os anos. A organização espera, assim, continuar a envolver a comunidade e, sobretudo, as novas gerações, na promoção das tradições poveiras. As inscrições podem ser feitas junto da Junta de Freguesia ou por via digital.

Desafio de varandas e montras promove tradição

Por sua vez, o concurso de varandas e montras de São Pedro, pretende valorizar a tradição de decoração espontânea associada às festividades.

Historicamente, eram os próprios moradores e comerciantes que ornamentavam ruas, janelas e espaços comerciais com elementos ligados à vida piscatória e à cultura local. Com o crescimento das festas e a profissionalização das decorações, esse hábito foi-se perdendo, levando a Junta a criar este concurso como forma de incentivar o seu regresso. "O objetivo é promover a identidade das festas na sua forma mais genuína, com redes, remos, boias e outros elementos tradicionais", explicou Ricardo Silva.

Aberto tanto a particulares como ao comércio local, o concurso valoriza a criatividade e o envolvimento comunitário. Apesar de não haver prémios monetários de grande expressão, os participantes recebem troféus e distinções simbólicas, reforçando o reconhecimento pelo contributo dado às festas.

A adesão tem sido positiva, sobretudo em zonas como o Bairro Sul, Bairro Norte e área da Matriz, mantendo-se também viva a tradição em Caxinas e Poça da Barca, onde muitas casas continuam a ser decoradas durante esta época.

As inscrições são simples e podem ser feitas junto da Junta de Freguesia ou por via digital. Os resultados serão divulgados no início de julho, num momento de celebração da participação e criatividade local.

Memória das Festas de São Pedro de 2025 ganha destaque em livro

A Junta de Freguesia da Póvoa de Varzim apresentou a quarta edição do livro dedicado às Festas de São Pedro, uma obra que regista os momentos, protagonistas e tradições da edição de 2025

A iniciativa, que tem vindo a afirmar-se como um importante contributo para a preservação da memória coletiva memória coletiva poveira. O livro conta novamente com textos de Tomás Postiga e fotografias de José Carlos, e reúne reportagens, testemunhos e imagens das festividades.

Durante a sessão, que decorreu no Posto de Turismo a 13 de junho, o presidente da Junta, Ricardo Silva, destacou a importância do projeto, como sublinhou que o livro pretende "honrar a memória de quem faz as festas", desde dirigentes e ensaiadores a participantes anónimos que, todos os anos, dão corpo à maior celebração popular do concelho. "As festas são efémeras, mas este registo permite, no futuro, recordar quem foram os protagonistas de cada edi-

ção", afirmou.

O autarca lembrou ainda que esta publicação surgiu após o contacto com antigos anuários das festas, onde encontrou referências familiares, reforçando a necessidade de não perder esse legado. A obra já vai na sua quarta edição, depois dos registos de 2022, 2023 e 2024, e promete ter continuidade: no próximo ano será editado o livro relativo às festas que vão decorrer nos próximos dias.

Promover tradições

A sessão contou com a participação de várias entidades locais, incluindo representantes dos bairros, associações e comunidade, bem como da Associação Cultural Póvoa Ontem e Hoje, parceira da Junta em várias iniciativas. O dirigente Raúl Leitão

destacou o envolvimento da associação em projetos como os concursos de varandas, montras e selfies, que ajudam a promover as tradições e a participação popular nas festas.

Já o vice-presidente da Câmara Municipal, Octávio Correia, enalteceu a importância da obra, e considerou que o verdadeiro valor destes registos será ainda mais evidente no futuro. O responsável sublinhou também o impacto das Festas de São Pedro fora do concelho, apontando-as como uma referência reconhecida a nível regional e nacional.

No final da sessão, foram distribuídos exemplares pelos bairros poveiros, simbolizando o papel central destas comunidades na construção de uma das maiores manifestações culturais da cidade.





É bom
viver aqui!
It's good to be here!

FESTAS S. PEDRO 2026

25 JUNHO ~ 05 JULHO

Tronos nos Bairros
Noitada
Majestosa Procissão
Concertos
Espetáculo Rusgas
Cortejo Noturno

www.cm-pvarzim.pt

Câmara mantém limite das 4h da madrugada fora dos bairros na noite de S. Pedro



A Câmara da Póvoa de Varzim decidiu manter o limite das 4 horas da madrugada para o término da noite de São Pedro fora dos bairros, à semelhança do que tem sido adotado nos últimos anos.

A medida aplica-se sobretudo às zonas extra bairros, com destaque para a área da marginal e do Passeio Alegre.

A presidente da autarquia, Andrea Silva, explicou que a decisão resulta de um processo de auscultação alargado aos diferentes intervenientes nas festas. “Não tomo decisões sozinha. Ouvimos várias pessoas envolvidas nas festas de São Pedro, incluindo concessionários de praia e outros participantes ativos na organização”, sublinhou.

Bairros mantêm tradição

Segundo a autarca, a distinção mantém-se clara entre o ambiente vivido nos bairros e nas restantes zonas da cidade. Nos bairros, a tradição da festa prolongada durante toda a noite vai continuar a ser respeitada. “Nos bairros, a noite pode manter-se durante a noite, como é habitual”, afirmou.

Já fora desses núcleos tradicionais, a festa terá de terminar mais cedo, numa tentativa de equilibrar a animação com a gestão urbana e os

impactos logísticos do evento.

Limpeza e organização pesam na decisão

Andrea Silva justificou o limite das 4h com a necessidade de garantir condições adequadas na cidade logo nas primeiras horas da manhã de dia 29. “Isto permite que os serviços consigam atuar, porque as pessoas ainda demoram algum tempo a dispersar, e assim é possível limpar as ruas a tempo de quem sai para a missa de S. Pedro ou para a procissão”, explicou.

A autarca alertou que um prolongamento da festa para além desse horário dificultaria significativamente a operação de limpeza urbana antes das celebrações religiosas e momentos centrais do programa.

Prevenção de danos

Outro dos fatores que motivou a decisão prende-se com a prevenção de estragos, que têm sido registados em anos anteriores nas zonas mais movimentadas da marginal durante as horas mais tardias. “Depois dessa hora acontecem muitas vezes estragos nessas zonas, e entendemos que é importante evitar esse prolongamento”, referiu.



Rusga da Póvoa leva tradição de S. Pedro ao Pingo Doce de Argivai



A Rusga da Póvoa levou, na tarde do último sábado, a tradição e o espírito das Festas de São Pedro até ao interior do Hipermercado Pingo Doce, em Argivai, surpreendendo clientes com uma atuação cheia de cor, música e identidade poveira.

Mantendo uma tradição consolidada nos últimos anos, o grupo percorreu vários corredores do espaço comercial, transformando o ambiente habitual de compras num momento de festa popular. Ao longo do percurso, os doze pares da rusga, representando os seis bairros tradicionais da Póvoa de Varzim, brindaram o público com momentos de dança e animação, acompanhados pela tocata e pelo coro.

Para além da marcha de São Pedro, a atuação incluiu um medley com músicas características das rusgas da cidade, proporcionando uma viagem pelas sonoridades e tradições de cada bairro. A interação direta com os clientes, ue foi surpresa para muitos, marcou o momento e reforçou a proximidade entre a rusga e a comunidade.

No final da atuação, a Direção do Hipermercado Pingo Doce de Argivai agradeceu a presença da Rusga da Póvoa, e ofereceu uma lembrança especial a cada um dos bairros, num gesto de reconhecimento pelo contributo dado à animação e valorização das tradições locais.



Aceda ao QR Code e conheça o programa São Pedro 2026



CONCURSO VARANDAS & MONTRAS S. PEDRO



Cupão de Participação

Nome _____

Pseudónimo _____

Morada _____

Cód. Postal _____

Telefone _____

Assinale em que concurso pretende participar:

☐ Varandas

☐ Montras

Entregar este cupão em qualquer balcão da Junta de freguesia, nas instalações do MAIS/Semanário, ou enviar para o email: geral@jfpvarzim.pt



Mais Junta de si!

O Concurso de Montras e Varandas de São Pedro é uma iniciativa promovida em conjunto pela Junta de Freguesia da Póvoa de Varzim, o Mais Semanário e a Ass. Cultural Póvoa Ontem e Hoje. Tem como principais objetivos incentivar o embelezamento das ruas da cidade assinalando as Festas de São Pedro.

Normas de Participação

O presente documento destina-se a estabelecer regras para o concurso de ornamentação de Montras e varandas, com a temática de São Pedro Pescador. O Concurso analisará apenas os elementos que estão visíveis da via pública.

Destinatários

Podem participar neste concurso todos os moradores e estabelecimentos comerciais da Póvoa de Varzim, a título individual e colectivo e todas as entidades públicas ou privadas, que possuam ou ocupem imóveis na cidade.

Inscrições

As inscrições podem ser efectuados com o preenchimento do Cupão próprio no Mais Semanário e entregue em mãos (formato papel), no Jornal ou em qualquer delegação da Junta de Freguesia da Póvoa de Varzim, ou ainda através de email para: geral@jfpvarzim.pt

As inscrições têm início a 1 de junho e terminam a 23 de junho. A inscrição é gratuita e implica a aceitação integral das presentes normas. Não serão aceites inscrições posteriores à data limite. As Varandas e Montras têm de estar visíveis até ao dia 2 de julho.

CrITÉRIOS de apreciação

Contam para apreciação do júri do concurso os seguintes fatores:

1. Riqueza e harmonia dos elementos
2. Originalidade dos elementos utilizados
3. Ligação da decoração às tradições Poveiras
4. Enquadramento na arquitetura do edifício em causa
5. Inovação e originalidade
6. Cumprimento dos Requisitos das Presentes normas e correta inscrição

Júri do Concurso

O Júri será constituído por cinco elementos convidados, pessoas idóneas e de áreas diversificadas. Todos os atos relativos aos concursos, designadamente a apreciação, votação e atribuição de prémios, são da competência e da responsabilidade do júri, cuja decisão tomada não caberá recurso. As dúvidas e casos omissos serão resolvidos pelo júri do concurso.

Responsabilidade

A responsabilidade civil por qualquer acidente ou dano provocado com as exposições das Montras e Varandas, cabe ao respectivo concorrente.

Divulgação dos resultados e entrega dos prémios

Os resultados do Concurso serão divulgados até ao dia 3 de julho. A entrega de prémios será feita a 4 de julho, em local e hora a marcar.

Prémios Concurso de Montras

- 1º Prémio Troféu "S. Pedro" em lã Poveira
- 2º Prémio Troféu "Pescadeira" em lã Poveira
- 3º Prémio Coleção Livros da Junta
- Prémio Inovação Troféu S. Pedro em lã Poveira

Prémios Concurso de Varandas

- 1º Prémio Troféu "S. Pedro" em lã Poveira
- 2º Prémio Troféu "Pescadeira" em lã Poveira
- 3º Prémio Coleção Livros da Junta
- Prémio Inovação Troféu S. Pedro em lã Poveira



1º “A Princesa da Póvoa”

**Tricana salta a fogueira
Com teu coração ardente
Mostra a alma poveira
Entre tanta e tanta gente!**

2º “Velho Pescador”

Entre o mar e o coração,
Mora a alma poveira,
São Pedro é a união,
Da cidade marinheira.

3º “Triquiteira”

Tricana mulher guerreira
Na arena desfilas sem par.
Como é linda a mulher poveira!
Como é bela a Póvoa do Mar!

Quadras de São Pedro 2026 destacam criatividade e tradição poveira

O passatempo das Quadras de São Pedro 2026 voltou a afirmar-se como um dos momentos de celebração da criatividade popular em torno das Festas da Cidade da Póvoa de Varzim, ao reunir este ano um total de 206 quadras inspiradas no espírito, nas tradições e na identidade poveira.

De acordo com o regulamento e após a apreciação do júri, foram distinguidas as 10 melhores quadras, reconhecendo-se a qualidade poética, a originalidade e a forte ligação às tradições sanjoaninas e à cultura local. Para além das premiadas, o júri decidiu ainda destacar três quadras adicionais, não classificadas, mas consideradas meritórias de divulgação.

O Júri, a Direção do jornal, entidade promotora da iniciativa, e o Hipermercado Pingo Doce de Argivai, parceiro desta edição, felicitam todos os participantes pela sua dedicação, criatividade e entusiasmo, e sublinham a importância desta participação coletiva na valorização das tradições poveiras.

A todos, o mais sincero agradecimento pela expressiva adesão e pela inspiração partilhada.

Póvoa de Varzim, 22 de junho de 2026

4º “fredo”

S. Pedro, festa mais bela
Que a Póvoa vai festejar
Ó povo vinde à janela
Ver o nosso Santo passar

7º “Pantera”

Os bairros todos convidam
Com grande generosidade
Oferecendo a quem passa
Sardinhas por toda a cidade

5º “Apaixonado”

Quem vai fica apaixonado
Quem não vai, arrependido
Ver tricanas ao meu lado
Nunca é tempo perdido!

8º “Morato”

No São Pedro todos bailam
Assim é a tradição
As ruas estão enfeitadas
Com toda a dedicação

6º “Lisa”

As rusgas, fogueira de tronos
Estão nos bairros principais
Mas como a Póvoa somos todos
Folgamos todos iguais

9º “Tradição”

No S. Pedro todos bailam
Assim manda a tradição
As rusgas trazem encanto
Enchendo o nosso coração

10º “Cahumm”

Não há praia mais bonita,
Nenhum vento é mais forte!
São Pedro torna a Póvoa única
Do bairro Sul ao bairro Norte.

Quadras de Mérito

“Colorida”

S. Pedro não tem partido,
Gosta de todas, como são.
Não fica comprometido,
E a festa, é sensação.

“Vidé”

Bela tricana da Póvoa
Minha linda namorada
Mulher jeitosa toda boa
Serei teu para toda vida.

“Lua”

Este ano é especial
Temos S. Pedro e o Mundial
Nos bairros as cores misturam-se
Para apoiar Portugal.

SÃO PEDRO

Desejamos aos leitores do jornal **Mais Semanário** um **feliz São Pedro**, repleto de **alegria, tradição e bons momentos.**



LABEL & PACKAGE PRINTING

PRJ

PRINTING SOLUTIONS LDA.



Aniversário da cidade destaca força das freguesias na Póvoa de Varzim

A Póvoa de Varzim assinalou, a 16 de junho, o 53.º aniversário da elevação à categoria de cidade, numa sessão solene que, pela primeira vez, decorreu no Póvoa Arena. A cerimónia, com a presença de mais de 500 pessoas, ficou marcada pela homenagem ao poder local democrático, num ano em que se celebram 50 anos das primeiras eleições autárquicas, com destaque para o papel das juntas de freguesia e a sua proximidade às populações



A sessão reuniu autarcas, representantes institucionais, coletividades e sociedade civil, num momento de reconhecimento pelo trabalho desenvolvido ao longo de meio século de democracia local.

Na sua intervenção, a presidente da Câmara, Andrea Silva, valorizou o percurso de desenvolvimento do concelho ao longo das últimas décadas, destacando que esse crescimento resulta de um esforço coletivo e contínuo de várias gerações.

A autarca reforçou o compromisso assumido desde que tomou posse, em novembro passado, centrado no “cuidar”, do concelho e das pessoas. Um verbo que, sublinhou, traduz proximidade, atenção e responsabilidade na ação política.

Andrea Silva destacou ainda o significado da homenagem deste ano, dirigida às juntas de freguesia, considerando-as a expressão mais próxima da democracia local e fun-

damentais na ligação entre cidadãos e poder político. Evocou o trabalho muitas vezes silencioso dos autarcas locais, bem como o papel decisivo que tiveram na melhoria das condições de vida, desde o acesso a infraestruturas básicas até à coesão social e territorial.

A presidente lembrou igualmente a importância da identidade das 12 freguesias do concelho, defendendo que a Póvoa de Varzim é a soma dessas comunidades distintas, unidas por um sentimento comum de pertença e desenvolvimento.

Aires Pereira recorda autarcas

O presidente da Assembleia Municipal, Aires Pereira, começou por assinalar a data como um momento de memória coletiva, evocando todos os autarcas que, ao longo dos últimos 50 anos, contribuíram para o desen-

volvimento do concelho, incluindo aqueles que já faleceram, homenageados com um minuto de silêncio.

No seu discurso, destacou o papel determinante das juntas de freguesia no processo de crescimento do território, sublinhando a sua ligação direta às populações e a capacidade de mobilização das comunidades.

Aires Pereira recordou os tempos em que muitas freguesias careciam de infraestruturas essenciais e como, graças ao esforço conjunto entre autarcas e populações, foi possível acelerar o desenvolvimento local, muitas vezes com contributos diretos dos próprios habitantes.

O responsável evidenciou ainda a dimensão humana do poder local, considerando que as freguesias são espaços de proximidade onde se preserva o sentido de comunidade, cada vez mais raro em sociedades urbanas. Salientou que os autarcas de freguesia são “vizinhos de todos”,

disponíveis e conhecedores das realidades concretas das pessoas.

Defendeu também a necessidade de reforçar competências e recursos das juntas de freguesia, apontando-as como peças essenciais para uma administração mais eficiente e próxima dos cidadãos.

José Araújo valoriza legado dos autarcas de freguesia

Em representação das 12 juntas de freguesia, usou da palavra José Araújo, antigo presidente da Junta de Balasar, que destacou o trabalho muitas vezes invisível dos autarcas locais.

Num discurso marcado por um tom emotivo, sublinhou que a missão dos presidentes de junta passa pela resolução de problemas concretos do dia a dia das populações, frequentemente longe dos holofotes. Recordou o contributo de gerações anteriores, incluindo

o seu próprio pai, também autarca, ao reforçar a ideia de continuidade e legado no serviço público.

José Araújo enfatizou o espírito de proximidade que caracteriza o poder local, descrevendo o presidente de junta como a primeira referência para muitos cidadãos em momentos de necessidade. Destacou ainda a disponibilidade permanente e o compromisso com a comunidade como marcas essenciais desta função.

Deixou também uma mensagem dirigida às novas gerações de autarcas, incentivando-as a seguir o exemplo dos que as antecederam e a assumir o trabalho com sentido de responsabilidade e dedicação.

Terminou com um apelo à continuidade do compromisso com o território e as populações, sublinhando que o futuro da democracia local depende do trabalho realizado no presente.



30 ANOS | ORTO-M
CLÍNICA MÉDICO DENTÁRIA
sorrisos com arte

A equipa da Orto-M deseja-lhe um **Bom S. Pedro!**

Póvoa de Varzim • Porto • Canidelo • Rio Tinto

Agende já a
sua consulta!

www.orto-m.com



Quanto vale, afinal, o trabalho de quem pesca?

Quando o consumidor chega à peixaria, ao mercado ou ao restaurante e olha para o preço do peixe, é natural que pense que esse valor corresponde, em grande parte, ao que recebeu quem o pescou. Mas a realidade é bem diferente. Entre o preço de venda em lota e o preço que chega ao consumidor final há um caminho longo, com vários intervenientes, custos, perdas e margens. E, no início desse caminho, está quase sempre quem menos capacidade tem para influenciar o preço final: o pescador.

O peixe que chega fresco à nossa mesa não aparece simplesmente na lota. Antes disso, houve uma embarcação que se preparou e saiu para o mar, muitas vezes de madrugada, enfrentando frio, mau tempo, incerteza e risco, suportando desde logo custos com combustível, gelo, manutenção de motores e equipamentos, reparação de redes, cabos, anzóis, alcatruzes, covos ou outras artes de pesca, seguros, vistorias, licenças, comunicações, equipamentos de segurança e trabalho da tripulação. A isto acresce o desgaste natural da embarcação e do material, que existe mesmo nos dias em que o mar não deixa trabalhar, em que a pesca é fraca ou em que o preço obtido em lota não chega para compensar o esforço e a despesa da faina.

É por isso que importa desfazer a ideia de que tudo o que o pescador vende corresponde a lucro. A realidade é bem diferente. Uma embarcação é uma pequena empresa em movimento, sujeita a despesas constantes e, ao mesmo tempo, dependente de fatores que ninguém controla totalmente: o estado do mar, a abundância do pescado, as quotas, os defesos, as avarias, o preço do combustível, a procura do mercado e o valor que os compradores estão dispostos a pagar naquele dia.

Depois da captura, o peixe entra em lota, onde é vendido em primeira venda. É aqui que se fixa o primeiro valor comercial do pescado. Só que esse valor está muitas vezes muito distante daquele que o consumidor virá a pagar na banca, no supermercado ou no restaurante. Na lota, espécies comuns na nossa costa podem ser vendidas por valores que surprenderiam muitos consumidores.

Em dados recentes de primeira venda, encontram-se exemplos como carapau a pouco mais de dois euros por quilo, cavala a pouco mais de um euro por quilo, faneca perto dos três euros por quilo, pescada abaixo dos cinco euros por quilo e polvo acima dos oito euros por quilo. Na lota da Póvoa de Varzim, surgem também valores muito expressivos — carapau a 1,64 €/kg, faneca entre 2,51 €/kg e 4,00 €/kg, pescada-branca a 3,83 €/kg e polvo-vulgar a 5,83 €/kg —, mostrando bem como o **valor inicial do pescado pode estar longe daquele que o consumidor encontra mais tarde na banca.**



Naturalmente, estes valores variam consoante o dia, a quantidade descarregada, o tamanho, a categoria, a frescura do pescado e a procura existente. Ainda assim, ajudam a perceber uma realidade muitas vezes esquecida: o preço que chega ao consumidor não é o preço pago ao pescador.

A partir da lota, o peixe segue para compradores, armazenistas, transportadores, mercados, peixarias, supermercados ou restaurantes. Pelo caminho há conservação em frio, transporte, mão de obra, quebras, desperdício, impostos, custos de funcionamento e margens comerciais. Todos estes elementos ajudam a explicar por que razão o preço final pode ser bastante superior ao valor inicial pago em lota. Ainda assim, a diferença impressiona: numa comparação meramente indicativa entre algumas espécies vendidas em lota na Póvoa de Varzim e os preços praticados numa grande superfície da mesma cidade, encontram-se exemplos como carapau a 1,64 €/kg em lota e a 4,99 €/kg no retalho, pescada-branca a 3,83 €/kg em lota e a 10,99 €/kg no retalho, ou polvo-vulgar a 5,83 €/kg em lota e a 12,99 €/kg no retalho, mostrando bem como o **valor pago pelo consumidor pode ficar muito distante daquele que chega a quem captura o peixe.**

Mas essa explicação não deve

esconder o essencial: o pescador é o primeiro elo da cadeia e, muitas vezes, o mais frágil. É ele quem assume o risco de sair para o mar sem garantia de captura, sem garantia de bom preço e sem garantia de que a viagem compense os custos suportados. Tal como acontece noutros setores primários, **quem produz ou captura o alimento é frequentemente quem tem menor capacidade para influenciar o valor final pago pelo consumidor.**

Na nossa costa, espécies como a sardinha, o carapau, a cavala, a faneca, a pescada, o polvo, a raia, o linguado ou o peixe-espada fazem parte da identidade piscatória local. São espécies que representam trabalho, conhecimento, tradição e economia. Cada uma delas carrega consigo muito mais do que um preço por quilo: carrega horas de mar, investimento, experiência e uma forma de vida que tem passado de geração em geração.

Por isso, quando se fala no preço do peixe, é importante olhar para toda a cadeia. O consumidor paga um valor final que resulta de muitos custos acumulados, mas o pescador recebe apenas o valor da primeira venda, depois de já ter suportado grande parte do risco e da despesa. Muitas vezes, quando se fazem as contas ao combustível, à tripulação, à manutenção, aos seguros, às licen-

ças e ao material perdido ou danificado, percebe-se que uma boa venda em lota nem sempre significa uma boa margem para quem foi ao mar.

Também por isso, é injusto olhar para o preço do peixe apenas quando ele chega à banca. A história começa muito antes. Começa no cais, na preparação da embarcação, no investimento feito antes de saber se haverá captura, no esforço da tripulação, nas noites mal dormidas, nos dias de mau tempo, nas artes que se perdem, nas avarias que surgem e no risco permanente de uma atividade que continua a ser das mais duras e exigentes.

Valorizar o pescado local não é apenas escolher peixe fresco e de qualidade. É também reconhecer o trabalho de quem o trouxe até terra. É perguntar de onde vem o peixe, preferir produto nacional sempre que possível, respeitar a sazonalidade e compreender que, por trás de cada caixa vendida em lota, há uma embarcação, uma tripulação e uma comunidade inteira dependente do mar.

Quando se diz que o peixe está caro, talvez devamos perguntar também: caro para quem? Para o consumidor, muitas vezes é caro. Mas para quem o pescou, o preço recebido em lota nem sempre traduz, com justiça, o trabalho, o risco e os custos que estão por trás de cada quilo de pescado.

O preço que o consumidor paga no final da cadeia não conta toda a história. A história começa muito antes, ainda no cais, quando a embarcação se prepara para sair, e deve obrigar-nos a pensar numa cadeia de valor mais equilibrada, onde **quem captura o peixe, assume o risco e suporta os primeiros custos receba uma parte mais justa do valor que chega ao consumidor.**



CONTACTOS

Morada:
Zona Portuária
4494-909 Póvoa de Varzim

Tlm: **912 358 275**
(CHAM. REDE MÓVEL NACIONAL)

Tlf: **252 620 253**
(CHAM. REDE FIXA NACIONAL)

Email: **geral@apropesca.pt**

Segunda a Sexta
09h00 às 17h00

Mais de 100 doentes da região acompanhados na luta contra a paramiloidose

A Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Varzim assinalou o Dia Nacional da Paramiloidose, 16 de junho, com uma missa e a deposição de uma coroa de flores junto do busto de Corino de Andrade, médico pioneiro no estudo da doença na comunidade poveira.

A iniciativa reuniu entidades locais e representantes da Associação Portuguesa de Paramiloidose, num momento de evocação, mas também de alerta para uma doença que continua a marcar muitos doentes e famílias, particularmente na região Norte.

Na cerimónia, o provedor da Misericórdia, Virgílio Ferreira, sublinhou a importância de manter o apoio social e os cuidados de saúde aos doentes, apelando à continuidade da colaboração institucional. “A doença é devastadora e é fundamental continuarmos a trabalhar para tornar menos pesada a vida destas pessoas”, referiu, destacando ainda o papel das entidades públicas e sociais neste acompanhamento.

Apoio a doentes poveiros e vilacondenses

Também presente, o presidente da Associação Portuguesa de Paramiloidose, João Miguel Silva, lembrou os avanços registados nos últimos anos, nomeadamente ao nível dos tratamentos disponíveis, mas alertou que o combate está longe de estar concluído. Segundo o responsável, mais de uma centena de doentes dos concelhos da Póvoa de Varzim e de Vila do Conde



encontram-se atualmente a receber medicação, integrando um número mais alargado de doentes a nível nacional que beneficiam de terapêuticas recentes.

João Miguel Silva destacou ainda que os novos medicamentos têm demonstrado eficácia no controlo da doença, sobretudo quando exis-

te um diagnóstico precoce, embora ainda não constituam uma cura definitiva. Nesse sentido, reforçou a necessidade de continuar a investir na informação, sensibilização e deteção atempada.

A vereadora da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim com o pelouro da Coesão Social, Carina Moreira, reforçou o compromis-

so da autarquia no apoio aos doentes e às suas famílias. “É fundamental assinalar esta data para que a doença não seja esquecida e para lembrar que continua a existir no nosso concelho. O município continuará presente e disponível para apoiar em tudo o que for possível”, afirmou.



S. PEDRO NA SANTA CASA

Tradição, alegria e quadras dos nossos utentes

Na festa de S. Pedro, a Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Varzim celebra a tradição poveira com alegria, memória e partilha. Entre o trono, as bandeirinhas, a fogueira e a sardinha, juntam-se as quadras dos utentes e o espírito festivo de uma Instituição que cuida, acolhe e serve a comunidade.

Quadras dos utentes

“São Pedrinho, ajuda-me
a ser melhor a cada dia,
quero pescar momentos bonitos
e viver a tua festa com alegria!”

Lurdes Duarte

“Sou do Bairro Sul,
de outra forma não podia ser;
amarei sempre o meu bairro,
sou verde e branco até morrer.”

Ana Marques

“São Pedro é pescador,
veio para a Póvoa pescar.
Na Santa Casa lhe fazemos a festa,
com lindas tricanas a dançar!”

“Ó S. Pedro, traz as sardinhas,
o pão e o vinho a acompanhar;
traz as concertinas e a rusga,
para a todos o teu dia lembrar.”

Valências da Instituição

ERPI • ERPI-Pensionato • Centro de Dia
Apoio Domiciliário • Unidade de Cuidados Continuados
de Longa Duração • Unidade de Cuidados Continuados
de Média Duração • Paramiloidose • Fisioterapia

Contactos

Largo da Misericórdia, s/n
4490-421 Póvoa de Varzim

252 290 520

geral@scmpvarzim.pt

ORCOPOM®

Workwear & Protective Equipment

Orcopom: 20 anos a proteger e vestir quem trabalha

Da energia à indústria, da logística à hotelaria, a Orcopom afirma-se hoje como uma referência nacional em vestuário profissional e proteção individual

Celebrar 20 anos de atividade é sempre um marco relevante na vida de qualquer empresa. Mas quando esse percurso é feito de crescimento sustentado, investimento contínuo, relações duradouras e reconhecimento do mercado, o significado torna-se ainda maior.

A Orcopom, SA celebra em 2026 duas décadas de existência afirmando-se hoje como uma referência nacional e internacional no fornecimento de vestuário profissional e equipamentos de proteção para empresas dos mais diversos setores de atividade.

Com sede na Póvoa de Varzim, a empresa cresceu de forma consistente ao longo dos anos, acompanhando a evolução das necessidades do mercado e consolidando uma posição assente na especialização, na proximidade ao cliente, nas soluções individualizadas e na capacidade de resposta.

Atualmente, a Orcopom equipa empresas de norte a sul do país, exportando ainda para 4 continentes, desenvolvendo soluções completas de uniformização e proteção para os mais variados setores de atividade.

Mais do que comercializar produtos, a empresa especializou-se no desenvolvimento de soluções adaptadas à realidade operacional de cada cliente, desde a seleção técnica de produtos, personalização e desenho de sistemas logísticos.

A consistência do percurso da empresa tem sido também reconhecida através da distinção consecutiva como PME Líder e PME Excelência, um reflexo da sua sustentabilidade, solidez financeira e desempenho empresarial.

A origem do projeto

A história da Orcopom, SA tem raízes profundas num contexto familiar ligado ao setor têxtil, onde o conhecimento da confeção, a exigência da “qualidade escandinava”, o rigor e a cultura de trabalho sempre fizeram parte do dia a dia.

A criação da Orcopom, SA resultou de uma visão de especialização e crescimento numa área que, na altura, começava a ganhar cada vez maior importância nas empresas: o vestuário profissional e os equipamentos de proteção individual. Numa fase embrionária, o projeto desenvolveu-se no seio da Orcopom, Lda, empresa familiar dedicada à confeção de vestuário desde 1985 e que continua ainda hoje em atividade.

Foi em 2006 que este novo projeto ganhou identidade própria. Ao longo destes 20 anos, Pedro Araújo, fundador e administrador da empresa, liderou o desenvolvimento deste novo projeto, transformando uma ideia de negócio, numa empresa de



referência nacional no fornecimento integrado de vestuário de trabalho, equipamentos de proteção individual e soluções técnicas para os mais diversos setores de atividade.

Atualmente, a Orcopom trabalha com empresas de todo o país e exporta para vários mercados internacionais, mantendo uma posição assente na proximidade ao cliente, na personalização das soluções e na capacidade técnica da equipa.

Pedro Araújo faz questão de reconhecer a importância do contexto familiar na construção do projeto: “A Orcopom, SA nasceu num contexto familiar muito ligado à confeção de vestuário e beneficiou desde o início desse know-how e dessa experiência. Tenho também um enorme reconhecimento pelos valores de trabalho, seriedade e dedicação que os meus pais sempre me transmitiram e pela forma como contribuíram para o início desta caminhada.”

O que faz a Orcopom

A Orcopom, SA especializou-se no fornecimento integrado de:

- Vestuário de Trabalho;
- Vestuário Técnico de Proteção;
- Calçado de Segurança;
- Luvas de trabalho;
- Proteção ocular e auditiva;
- Proteção facial e craniana;
- Equipamentos antielectrica;
- Design de Uniformes.

A empresa trabalha tanto projetos standard como soluções totalmente personalizadas, acompanhando todas as fases do processo, desde a conceção inicial até à implementação logística final.

PME Líder e PME Excelência

Ao longo dos anos, a Orcopom tem sido consecutivamente distinguida com os estatutos PME Líder e PME Excelência, reconhecimentos atribuídos às empresas com elevados níveis de desempenho, solidez financeira e qualidade de gestão.

Estas distinções refletem o crescimento sustentado da empresa e a consistência do seu posicionamento no mercado.



Equipamos dos pés à cabeça!

Qualidade, Proteção, Conforto e Imagem



Pedro Araújo: fundador e administrador da Orcopom, SA

“Nunca quisemos ser apenas mais um fornecedor”

Passados 20 anos, o que sente ao olhar para o percurso da Orcopom?

É um sentimento de enorme orgulho, sobretudo porque foi um crescimento construído de forma sólida e sustentada. Começámos com uma estrutura pequena, numa área que ainda não tinha o nível de exigência e especialização que existe hoje, e fomos evoluindo passo a passo.

Hoje trabalhamos com empresas de todo o país e também exportamos para mais de 25 países em vários continentes. Temos uma equipa muito competente e somos reconhecidos no mercado pelo nosso know-how técnico, pela capacidade de resposta e pela flexibilidade e adaptação às necessidades individuais de cada cliente.

O que distingue atualmente a Orcopom no mercado?

Qualidade e foco no serviço a cliente.

Transmito diariamente à nossa equipa que o nosso trabalho vai muito além da venda de produtos. Temos de ser um verdadeiro parceiro técnico com a missão de criar soluções individualizadas para cada cliente. O vestuário profissional não pode ser tratado como vestuário publicitário de baixa qualidade, onde muitas vezes o principal critério é apenas o preço. Na Orcopom sempre seguimos um caminho diferente, procurando desenvolver soluções que combinem os quatro vetores que consideramos essenciais: Imagem, Qualidade, Proteção e Conforto.

A nossa missão

Desenvolver soluções de Vestuário de Trabalho e Equipamentos de Proteção Individual que combinem Imagem, Qualidade, Proteção e Conforto, adaptadas às exigências técnicas e à realidade operacional de cada setor de atividade.



Nunca quisemos ser apenas mais um fornecedor de roupa de trabalho. Procuramos compreender verdadeiramente a realidade operacional de cada cliente e desenhar soluções adequadas às suas necessidades técnicas e logísticas. É precisamente essa especialização, proximidade e capacidade de adaptação que nos tem permitido consolidar a nossa posição no mercado ao longo destes 20 anos.

A empresa atua em muitos setores diferentes?

Sim, praticamente em todos.

Hoje temos capacidade para equipar um cliente dos pés à cabeça em todas as áreas de atividade. Tanto desenvolvemos projetos personalizados

de raiz, incluindo design e produção, como somos um distribuidor multi-marca de mais de 200 marcas.

Temos clientes nos setores da energia, indústria, petroquímica, construção, logística, manutenção industrial, hotelaria, saúde, serviços e muitas outras áreas.

Cada setor tem exigências próprias e o nosso conhecimento técnico permite apoiar o cliente na escolha das soluções mais rentáveis e adaptadas à sua realidade.

O reconhecimento como PME Líder e PME Excelência tem significado especial?

Sem dúvida. Não trabalhamos com esse objetivo, mas reconhecemos que são

distinções importantes porque refletem consistência, sustentabilidade do projeto e transmitem confiança ao nosso cliente. Não basta crescer, é preciso crescer com estabilidade, responsabilidade e visão de longo prazo.

Esses reconhecimentos representam o rigor do trabalho diário de toda a equipa e a confiança que os clientes depositam em nós.

O que gostaria que o mercado associasse à Orcopom?

Confiança, qualidade e fiabilidade.

Queremos ser vistos como um parceiro sério, próximo e tecnicamente competente. Uma empresa que responde, que acompanha os clientes e

A empresa Orcopom, SA

- Fundação: 2006
- Instalações: Argivai – Póvoa de Varzim
- Número de colaboradores: 27
- Número médio de empresas equipadas / ano: 1700

que entrega soluções fiáveis.

Num mercado cada vez mais competitivo, acreditamos muito no valor bilateral das relações de longo prazo.

E como vê o futuro da empresa?

Vejo-o com ambição, mas também com responsabilidade.

Queremos continuar a crescer, reforçar a nossa capacidade de resposta, investir na evolução de processos e consolidar ainda mais a nossa posição no mercado nacional e internacional.

Estamos a investir fortemente em soluções tecnológicas e inteligência artificial para elevar ainda mais o nosso padrão de serviço ao cliente, otimizar processos e reforçar a experiência e a capacidade de resposta que oferecemos aos clientes. Mas sem perder aquilo que nos trouxe até aqui: proximidade, capacidade de adaptação e foco no cliente.

Homenagem a clientes, parceiros e colaboradores

“Chegar aos 20 anos só foi possível graças à confiança dos nossos clientes, parceiros e colaboradores, que ao longo dos anos contribuíram para o crescimento e consolidação da Orcopom. A todos, o nosso sincero obrigado pela confiança.”

“Há 20 anos a construir confiança. Preparados para os próximos 20.”

20
ANOS

2006 - 2026

20 ANOS

OBRIGADO PELA CONFIANÇA

Câmara da Póvoa com plano de requalificação de parques infantis

Andrea Silva, presidente da Câmara da Póvoa de Varzim, apresentou, na reunião do executivo de 15 de junho, o ponto de situação e o plano de ação para a requalificação dos parques infantis e outros espaços de desporto do concelho, num projeto que se estende até ao longo de vários meses

De acordo com a edil, o município está a implementar um conjunto de intervenções estruturadas com base num mapeamento técnico das necessidades, em dezenas de equipamentos municipais, muitos dos quais com desgaste associado à utilização intensiva.

A informação da presidente foi transmitida aos senhores vereadores da oposição, dado que tinham solicitado o ponto de situação do estado dos parques infantis.

Intervenções já concluídas e em curso

Entre as intervenções já concluídas, destacam-se os trabalhos recentes realizados no Parque da Cidade, que abrangeram tanto o parque infantil como os equipamentos de fitness. No terreno, estão atualmente a decorrer várias obras de manutenção e renovação, incluindo:

- Parque infantil do Barco, na marginal da Póvoa de Varzim;

- Parque infantil das Peixeiras;
- Parque infantil e equipamentos de fitness Bruno Alves;
- Parque infantil da Escola de Aldeia, em Aguçadoura;
- Colocação de novo pavimento no parque infantil da Escola do Século, em parceria com a Associação de Pais.

Obras prestes a arrancar

A autarquia informou ainda que existem três intervenções já contratadas, cujo arranque está iminente:

- Parque infantil da Praia da Fraga, em Aver-o-Mar;
- Skate park da Póvoa de Varzim;
- Parque desportivo de Almeida Garrett.

Plano para os próximos meses

No horizonte do planeamento municipal, estão já identificados vários equipamentos que irão ser alvo de intervenção até meados de 2027. A lista inclui:

- Parque lúdico e desportivo de Almeida Garrett;

meida Garrett;

- Parque infantil da Agra Nova (Aver-o-Mar);
- Parque infantil da Praceta Teixeira de Pascoaes;
- Parque infantil da Mariadeira;
- Parque infantil da Agonia Frasco;
- Parque infantil da Praça dos Combatentes;
- Parque infantil do Teso, na freguesia da Estela;
- Campo de basquetebol da Praia da Fraga.

Rede renovada no próximo ano

Segundo Andrea Silva, o objetivo do executivo é garantir que todos estes espaços se mantenham em boas condições de utilização e segurança, respondendo às exigências atuais da população.

O plano agora apresentado poderá sofrer ajustamentos ao longo do tempo, em função de novas necessidades identificadas nas vistorias regulares ou de prioridades operacionais.



Cemitério nº2 terá crematório e acessos melhorados

O executivo da Câmara da Póvoa de Varzim aprovou a construção e exploração de um centro crematório no cemitério n.º 2, localizado na freguesia de Beiriz, junto à A28. O projeto foi adjudicado à empresa Funerária Palhares, único concorrente admitido ao concurso.

A presidente da autarquia, Andrea Silva, confirmou que o processo ficou concluído com a escolha da empresa vencedora. “Foi quem ganhou o concurso”, referiu, e acrescentou que o município tem também prevista a melhoria das acessibilidades ao local. “Vamos trabalhar durante o próximo ano para melhorar os acessos ao cemitério n.º 2, o que já é necessário face à dimensão que o espaço tem”, explicou.

O modelo aprovado prevê que o investimento na construção seja assumido pelo concessionário, ficando este autorizado a explorar o equipamento e os serviços associados.

Valorização do equipamento

Para oposição, trata-se de um investimento relevante para o concelho. O vereador Mário Lima, do Chega, destacou a importância da infraestrutura, e sublinhou que “faz falta à Póvoa”, não só enquanto serviço, mas também pelo potencial de criação de emprego. “É uma valência muito importante e, por isso, votámos a favor”, afirmou.



Também João Trocado, da Aliança Poveira, reconheceu o avanço do processo, após vários constrangimentos ao longo do tempo. “Este concurso já foi aberto, fechado, reaberto e alterado. Finalmente foi adjudicado ao único concorrente que não foi eliminado, a funerária Palhares”, referiu.

O vereador salientou ainda que o projeto não se limita à instalação do forno crematório, prevenindo também a reorganização e valorização do complexo existente no cemitério n.º 2, incluindo as capelas mortuárias. “Estamos a falar de um pequeno complexo que será ampliado e que ficará sob exploração do concessionário”, disse.

Projeto de literacia mediática abrange alunos da escola Eça de Queirós

O projeto “Literacia dos Media” do MAIS/Semanário chegou no dia 22 de maio, à Escola Secundária Eça de Queirós para uma sessão dedicada aos alunos do 7.º ano. Depois da apresentação, seis estudantes das turmas A e B quiseram partilhar o que aprenderam e refletir sobre temas que marcam o seu dia a dia: fake news, TikTok, redes sociais, algoritmos e o impacto da informação que consomem

Depois de ter passado pela Escola Campo Aberto de Beiriz, a 7 de maio, e, no dia seguinte, pela Escola Básica de Aver o Mar, o projeto continua a crescer, aproximando os mais jovens do jornalismo e alertando-os para o uso responsável da inteligência artificial e para os desafios que o consumo de informação nas redes sociais levanta.

A sessão, conduzida por Catarina Pessanha, percorreu temas centrais da literacia mediática. Começou pelas fake news e incluiu o já habitual jogo “Verdade ou Fake News”, no qual os alunos testaram os conhecimentos adquiridos durante a palestra.

As redes sociais e os seus algoritmos foram outro ponto em destaque, com especial atenção ao TikTok enquanto fonte de informação e ao seu papel na propagação de conteúdos falsos entre os mais novos.

Ao longo da apresentação, Catarina mostrou exemplos reais, explicou como verificar uma notícia e alertou para a importância de parar, refletir e agir antes de partilhar conteúdos online — uma regra simples, mas decisiva num tempo em que a informação circula mais depressa do que nunca.

“Têm muita informação, mas às vezes pouco conhecimento”

A professora Paula Lopes, responsável pela visita do MAIS/Semanário à Escola Secundária Eça de Queirós, explicou que a decisão de envolver os alunos mais novos da ESEQ, 7.º ano, foi totalmente intencional. “Normalmente este tipo de iniciativa é orientado para o secundário, mas eu quis quebrar o estereótipo de que os mais novos não têm interesse por um jor-

nal.” Antes de avançar, consultou as turmas e percebeu que a ideia fazia sentido: “eles aceitaram logo, ficaram muito contentes e até lisonjeados por serem o público alvo.”

Para a docente, começar com estas idades é essencial. “Eles têm muita informação, mas às vezes pouco conhecimento. Deixam-se levar pela facilidade, pela rapidez, pelo não pensar. Aquilo aparece e eles reagem sem refletir”, por isso, quis investir no 7.º ano, “porque ainda vão começar o percurso e têm todos os anos pela frente para se tornarem alunos mais informados”.

“Ficaram muito contentes quando souberam que iam receber o jornal fisicamente”

A professora Paula Lopes não conse-

guiu assistir à sessão na íntegra, mas falou com os alunos logo na primeira oportunidade, e o que ouviu deixou a francamente satisfeita. “Eles conseguiram reproduzir os pontos mais relevantes, fizeram resumos em grupo e até partilharam as entrevistas dos colegas para reverem o que não tinham ouvido.” Para a docente, esta capacidade de síntese e de partilha mostra que os alunos não só estiveram atentos, como quiseram prolongar a discussão para lá da apresentação. Recordou ainda que, para muitos, foi a primeira vez que viram colegas a serem entrevistados e sentiram curiosidade em ouvir todas as opiniões.

No final da sessão final da sessão, como habitual, a equipa do MAIS/Semanário distribuiu jornais e revistas aos participantes — um momento que, segundo Paula Lopes, teve um impacto especial. “Ficaram muito

contentes quando souberam que iam receber o jornal fisicamente. Para eles, isso fez nos sentir já crescidos.”

A proximidade com um jornal local também marcou a diferença. “Eles perceberam que, se houver coisas importantes, sabem onde se dirigir. Aprenderam que há factos, documentos, protocolos, que nada se publica à toa.” Para a professora, esta consciência é fundamental para contrariar a ideia de que tudo o que circula online tem o mesmo valor. “Não é só ‘é bonito’. É preciso perceber se tem base, se tem fundamento.”

“Ninguém está totalmente preparado para ensinar este mundo digital”

Na entrevista com a professora Paula Lopes, um dos temas centrais foi o



Paula Lopes





ensino e a capacidade — ou falta dela — dos docentes se adaptarem aos “novos tempos”. Questionada sobre se os professores estão preparados para lidar com redes sociais, fake news e exposição digital, a docente foi direta: “não creio. Ninguém está totalmente preparado.”

Explicou que os professores têm experiência e espírito crítico, mas não conseguem acompanhar tudo o que muda diariamente. “A nossa profissão não nos permite tanto tempo livre para investigar. Temos noção de nichos de realidade, não da vastidão toda.” Por isso, considera essencial trazer especialistas de fora para complementar o trabalho dos professores dentro da sala de aula.

A professora refletiu também sobre a evolução dos alunos ao longo dos anos. “Quando comecei a tra-

balhar não havia telemóveis nem internet. Era tudo muito diferente.” Hoje, observa jovens que usam redes sociais e inteligência artificial com naturalidade, mas nem sempre com consciência. “Eles acham que, se o computador (inteligência artificial) respondeu, está certo. Não param (para pensar). Isso é mau.” Ainda assim, acredita que os alunos começam a ter mais cautela, sobretudo depois de vários casos de desinformação que já afetaram quase todos.

Sobre a proibição dos telemóveis, Paula Lopes admite que nunca conviveu com essa abordagem. “A minha atuação é mais no sentido de não proibir, mas aconselhar. Vamos parar um bocadinho, vamos fazer exercício físico ou brincar, à moda antiga.” Confessou que costuma propor exercí-

cios imaginando o “apagão”, para que os alunos percebam que o conhecimento não pode depender apenas do digital. A professora nota também que os mais velhos já começam a usar o telemóvel de forma mais equilibrada, ao contrário dos mais novos, que ainda se isolam facilmente.

A inteligência artificial também já entrou nas suas aulas — com resultados mistos. “A IA vai buscar informação a qualquer lado. Encontra uma palavra e responde, mas muitas vezes responde disparates.” Fez até uma experiência: sugeriu um teste feito apenas com IA. “Claro que não quiseram”, contou. Para ela, o essencial é ensinar os alunos a dominar a ferramenta. “Eles têm de perceber o que querem e serem eles a mandar na IA, não aceitar qualquer coisa que venha.”

Colaboração com o MAIS/Semanário é “para continuar” e os alunos já “querem mais”

O balanço da sessão foi extremamente positivo. Professores permaneceram na sala mesmo depois do seu horário, o que, para a docente, mostra que “o que estava a acontecer ali era importante”. Os alunos, por sua vez, ficaram entusiasmados com a possibilidade de colocar questões livremente e de participar em entrevistas. “Foi uma coisa nova para eles. Gostaram muito.”

Paula Lopes acredita que esta colaboração deve continuar e até aprofundar-se. “Eles querem saber como se faz uma composição, como se elabora um artigo. Têm curiosidade

e escrevem bem.” No final, resumiu o que espera que os alunos levem da experiência: “eles tinham a expectativa de conhecer algo novo — e a expectativa foi superada. Agora querem mais.”



Aceda ao QR Code e veja a reportagem completa

Os alunos: o olhar dos mais novos sobre fake news, redes sociais e inteligência artificial



A sessão de Literacia dos Media na ESEQ não terminou com a apresentação. Seis alunos do 7.º ano quiseram partilhar o que aprenderam, como consomem informação e de que forma lidam com redes sociais, algoritmos e inteligência artificial. As respostas revelam consciência, dúvidas, hábitos distintos e uma vontade clara de perceber melhor o mundo digital que os rodeia.

Marcelo Peixoto, 7.º A: “as fake news foram o que mais me marcou”

Para o Marcelo Peixoto do 7.ºA, o tema mais impactante da sessão foram as fake news e a forma como se espalham nas redes sociais. “Chamou-me a atenção o que a Catarina disse sobre o TikTok e sobre o que as pessoas são capazes de fazer por coisas mínimas.”

Se tivesse de explicar a alguém o que aprendeu, diria que “um jornal da Póvoa veio explicar coisas muito importantes, como fake news e jornalismo”. Para o Marcelo, fake news

“são notícias falsas criadas para interesse próprio” e a sessão ajudou-o a perceber melhor como identificá-las.

Benjamim Macedo, 7.º B: “o TikTok espalha informação depressa... e nem são verdadeiras”

Benjamim usa TikTok e YouTube para ver vídeos e admite que muitas vezes encontra lá notícias. Quando vê algo informativo, tenta confirmar “se tem data, se tem escritor e se tem informações importantes” como fonte que sejam credíveis. Reconhece, no entanto, que o TikTok é terreno fértil para desinformação: “é bom para espalhar conhecimento, mas também espalha fake news muito depressa. É triste, mas é verdade.”

Como exemplo claro de uma fake news em que já acreditou, Benjamim recordou duas “notícias” ligadas ao futebol, como a alegada vinda de determinados jogadores para o Futebol Clube do Porto, que mais tarde se

revelaram falsas. Percebeu que isso acontece sobretudo quando não verifica datas, fontes ou a credibilidade de quem publica.

Carlota Pais, 7.º A: “o título diz logo muito, costuma ser demasiado chamativo”

Carlota consome notícias com bastante frequência, sobretudo pela televisão, quando vê notícias com os pais e para ela, o primeiro sinal de alerta numa fake news é título diz logo muito, costuma ser demasiado chamativo”. Também repara quando não há autor, fontes ou detalhes que sustentem a informação.

Se tivesse de explicar a uma criança o que é uma fake news, usaria um exemplo simples: “dizem que doces fazem bem à saúde. Não é verdade. Logo, é fake news.” Acredita que estas notícias se propagam porque “o título atrai” e porque a partilha rápida cria um efeito de cadeia difícil de travar.



Marcelo Peixoto



Benjamim Macedo



Carlota Pais





Mathéo Inácio, 7.º A: “as redes sociais ajudam... mas também atrapalham”

Mathéo destacou três aprendizagens principais: o que é uma fake news, o que é jornalismo e de que forma as redes sociais influenciam a vida das pessoas. Para ele, as plataformas digitais têm dois lados: “ajudam porque as notícias chegam mais rápido e as pessoas veem mais redes sociais do que jornal.” Mas também atrapalham, porque “há mais fake news que enganam as pessoas” e que se espalham com a mesma rapidez.

Para identificar notícias falsas ou de pouca credibilidade, guia se por sinais claros: títulos exagerados, ausência de autor e mensagens que contrariam o senso comum — como

uma notícia que afirmasse que “o mar não tem perigos”, quando todos sabem que isso não corresponde à realidade. uma notícia que afirmasse que “o mar não tem perigos”.

Leonor Vaz, 7.º B: “aprendi a verificar tudo antes de partilhar”

Leonor elogiou a clareza da apresentação e a forma como todos conseguiam ouvir, mesmo ao fundo da sala. Disse ter aprendido que, antes de partilhar qualquer conteúdo, deve verificar “as fontes, o autor e a data”. Um dos aspetos que mais a marcou foi perceber todo o processo que está por trás da redação de um jornal — desde a escrita ao acesso às fontes — algo que, apesar de não lhe despertar vontade de seguir a área, confessou ter achado particularmente curioso.

Esperança Costa, 7.º B: “a IA também se engana... e eu já vi isso acontecer”

Esperança costuma consumir informação tanto pela televisão como pelo telemóvel, mas admite que muitas vezes fica a par das notícias simplesmente por ouvir outras pessoas a comentar. Apesar de usar inteligência artificial para trabalhos escolares, recorda que já encontrou erros flagrantes: “perguntei ao Gemini sobre um livro e ele disse que a autora era outra. Concordou com algo que não era verdade.” Para ela, este episódio mostrou que a IA não é infalível e que é sempre necessário confirmar a informação. Sobre a sessão, destacou que gostou de todos os temas e que saiu mais consciente dos cuidados a ter quando lê ou partilha conteúdos online.



Mathéo Inácio



Leonor Vaz



Esperança Costa

Informação: uma competência essencial

A iniciativa do MAIS/Semanário voltou a mostrar que a literacia mediática não é apenas um tema do secundário, mas uma necessidade urgente entre os mais novos. A for-

ma como os alunos reagiram, questionaram, refletiram e partilharam o que aprenderam confirma que, mais do que terem vivido um momento diferente no contexto escolar, compreenderam que saber consumir informação é hoje uma competência essencial — tão importante como qualquer disciplina do currículo.

Alexandrina & Lino: duas gerações ao serviço da agricultura poveira

Com raízes que remontam a 1984 e uma refundação formal em 2002, a empresa Alexandrina & Lino, Lda., sediada em Aguçadoura, afirma-se como um dos pilares de apoio ao setor agrícola na região Norte. Dedicada à comercialização de produtos fitofarmacêuticos, adubos e matérias orgânicas, a empresa representa hoje a continuidade de um projeto familiar que alia experiência e inovação



Manuel Morim Lino, de 70 anos, é o rosto fundador desta casa. Filho de agricultores, cresceu profundamente ligado à terra, acumulando conhecimento prático e técnico que viria a orientar o seu percurso profissional. “Sempre gostei desta área e já tinha muito conhecimento da agricultura. Foi natural criar um negócio que servisse diretamente os produtores”, explica.

Inicialmente ligada ao nome de Maria Alexandrina Carvalho, sua esposa, a atividade começou em nome individual antes de evoluir para sociedade em 2002. Desde então, a Alexandrina & Lino tem vindo a expandir a sua atuação, acompanhando a evolução do setor agrícola e adaptando-se às exigências do mercado.

A empresa oferece uma vasta gama de produtos, desde a chamada “farmácia agrícola”, produtos destinados ao tratamento de doenças das plantas, até fertilizantes e soluções nutricionais. “Tal como na saúde humana, temos os medicamentos para tratar e os ‘alimentos’ para fortalecer. O objetivo é sempre o mesmo: garantir plantas saudáveis e produtivas”, sublinha Manuel Lino.

Com uma forte componente de distribuição, a empresa trabalha com marcas nacionais e

internacionais, oferecendo múltiplas soluções aos agricultores. O seu alcance vai além da Póvoa de Varzim, estendendo-se a várias regiões do Norte, Espanha e até aos arquipélagos dos Açores e da Madeira.

“Mercado muito exigente”

Para o empresário, a agricultura atual exige cada vez mais profissionalismo. “Quem não se modernizou ficou para trás. Hoje, o produtor tem de investir, produzir com qualidade e cumprir requisitos rigorosos. O mercado é muito exigente”, afirma. A certificação, o controlo de resíduos e a rastreabilidade são fatores determinantes para garantir o acesso aos circuitos comerciais, sobretudo às grandes superfícies.

Esse caminho de futuro está agora a ser trilhado pela segunda geração. Ana Luísa Lino, engenheira agrónoma com mestrado e formação complementar em gestão de empresas, assumiu funções a tempo inteiro em 2020, após concluir os estudos. Embora tenha crescido no negócio familiar, foi necessário um processo de adaptação. “Não foi imediato, mas hoje sinto-me realizada. Trago uma visão mais inovadora e procuro melhorar continuamente o funcionamento da empresa”, refere.

A jovem gestora reconhece a responsabilidade de dar continuidade ao projeto, mas encara-a como um desafio motivador. “É gratificante poder aplicar o conhecimento académico e contribuir para a evolução da empresa, sobretudo no apoio técnico ao cliente”, explica.

Ambos destacam ainda a importância da formação contínua, tanto para a equipa como para os agricultores. A empresa promove regularmente ações informativas com parceiros internacionais, apresentando novos produtos, técnicas e exigências legais. “A agricultura está em constante mudança. Quem não se atualiza fica rapidamente desfasado”, alerta Manuel Lino.

Num contexto em que persistem algumas dúvidas por parte dos consumidores, Ana Luísa deixa uma mensagem clara: “A agricultura profissional é hoje altamente controlada. Existe a ideia de que usar produtos significa menor segurança, mas é precisamente o contrário. Quem segue as regras produz com qualidade e segurança”.

A conclusão é consensual entre pai e filha: consumir produtos hortícolas da Póvoa de Varzim é seguro e de elevada qualidade, resultado do rigor e profissionalismo dos agricultores locais.

HORPOZIM: parceiro essencial para valorizar a agricultura

A HORPOZIM – Associação Empresarial Hortícola da Póvoa de Varzim desempenha um papel central no desenvolvimento e valorização da agricultura local, sendo considerada um parceiro estratégico por empresas e produtores da região.

Para Manuel Lino, a atuação da associação é fundamental, sobretudo no apoio aos agricultores em matérias como custos de produção, acesso a apoios e dinamização do setor. “A HORPOZIM move-se bem junto da agricultura e tem sido importante na defesa dos interesses dos produtores”, afirma.

Entre as iniciativas mais relevantes destaca-se a valorização de produtos locais com certificação de origem, como o tomate ‘Coração de Boi’ e a ‘penca da Póvoa’, promovidos como produtos de denominação de origem protegida (DOP). Este reconhecimento contribui para aumentar o valor de mercado e reforçar a identidade agrícola da região.

Além disso, a associação aposta na divulgação e promoção dos produtos junto dos consumidores, ajudando a criar confiança e reconhecimento. “Se o consumidor não conhece, não consome. É essencial mostrar a qualidade do que se produz aqui”, sublinha Ana Luísa.

A região litoral da Póvoa de Varzim beneficia de condições naturais únicas, com solos férteis e um clima ameno, ideais para a produção hortícola. Aliado a isso, existe hoje um conjunto de agricultores altamente qualificados e profissionalizados.

“Há muito rigor e controlo. Os produtos são analisados, cumprem todas as normas e apresentam níveis mínimos ou nulos de resíduos. Isso garante segurança alimentar e qualidade”, reforça Manuel Lino.

Neste contexto, a HORPOZIM assume-se como um elo agregador, promovendo não só a competitividade do setor, mas também a confiança dos consumidores nos produtos locais, contribuindo para uma agricultura mais sustentável, moderna e valorizada.



Alexandrina & Lino, Lda.
PRODUTOS PARA AGRICULTURA

Rua da Aldeia nº156, Aguçadoura | Telefone: 252 602 403

geral@alexandrinaelino.pt

HORPOZIM
ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL HORTÍCOLA



Chega denuncia alegadas situações laborais na Varzim Lazer



Mário Lima (ao centro)

O Chega da Póvoa de Varzim realizou, ao final da tarde de segunda-feira, uma conferência de imprensa para denunciar alegadas situações “de assédio moral laboral” na empresa municipal Varzim Lazer, bem como aquilo que considera serem falhas graves de gestão e transparência.

A comunicação foi feita por Mário Lima, vereador no executivo camarário e também administrador da empresa, que apresentou aos jornalistas um conjunto de factos que, segundo afirmou, exigem apuramento urgente e independente.

De acordo com o responsável, as denúncias tiveram origem numa reunião realizada a 23 de abril de 2026, no pavilhão municipal, onde vários trabalhadores terão relatado episódios de assédio moral por parte de uma responsável interna. Cerca de uma dúzia de funcionários esteve presente, tendo pelo menos meia dúzia apresentado testemunhos diretos sobre situações vividas no local de trabalho.

Face às denúncias, o administrador afirma ter solicitado a abertura de um inquérito de averiguações e o registo formal das acusações em ata. No entanto, acusa os administradores nomeados pelo PSD de resistência em avançar com o processo e de estarem a dificultar o apuramento dos factos.

Outro dos pontos destacados prende-se com o alegado regresso à Câmara Municipal dessa funcionária visada nas acusações, poucos dias após a reunião onde os factos foram relatados. Segundo Mário Lima, o pedido de transferência terá sido feito a 29 de abril, sendo que o conselho de administração só teve conhecimento formal da situação a 21 de maio.

O vereador questiona a atuação do executivo municipal, considerando que, tendo tido conhecimento das denúncias a 23 de abril, permitiu o regresso da funcionária sem que fosse desencadeado qualquer processo disciplinar. Para o Chega, esta decisão pode configurar uma tentativa de “abafar o caso” e evitar consequências formais.

Acusações ao PSD

Além disso, Mário Lima alertou para even-

tuais irregularidades legais, referindo que até recentemente a Varzim Lazer não dispunha de um código de conduta para prevenção e combate ao assédio laboral, nem de um canal de denúncias, requisitos previstos na legislação. O código terá sido aprovado apenas a 9 de junho de 2026.

O responsável acusa ainda a maioria do PSD de estar a deixar passar o tempo legal para a instauração de procedimentos disciplinares, que é de 60 dias após o conhecimento dos factos, podendo conduzir à prescrição do caso.

Na última reunião do conselho de administração, realizada a 18 de junho, Mário Lima afirma ter travado uma tentativa de arquivamento do processo, sustentada num parecer jurídico que considerou inadequado. Segundo disse, foi defendido que a saída da funcionária da empresa impediria a investigação, argumento que rejeita, considerando-o uma “mentira jurídica”.

Entre outras críticas, o vereador apontou também o estado de degradação dos equipamentos da empresa municipal, referindo problemas estruturais no pavilhão e nas piscinas, elevados custos de manutenção e a decisão de não abrir a piscina exterior este verão por razões de segurança.

Administrador admite sair

O Chega anunciou que pretende levar o tema às próximas reuniões de Câmara e da Assembleia Municipal, defendendo a realização de um inquérito independente que permita apurar a veracidade das denúncias e identificar eventuais responsabilidades.

Mário Lima admitiu ainda que estão a ser ponderadas consequências políticas, incluindo a possibilidade de pedir a demissão da administração da Varzim Lazer ou mesmo a destituição do conselho de administração, caso continue a existir, no seu entendimento, bloqueio ao esclarecimento da situação.

O partido defende que sejam ouvidos todos os trabalhadores, atuais e antigos, de forma a garantir uma investigação completa e transparente.

unanimidade em reunião do conselho de administração e teve como base o estado de degradação do equipamento, nomeadamente do telhado da estrutura, onde existe o risco de queda de elementos.

“Não vai abrir a piscina porque pode cair alguma placa de cima e haver ali um acidente com algum utente”, afirmou e sublinhou que a prioridade é de evitar qualquer situação de perigo para os utilizadores.

Poveiro eleito para órgão nacional do PSD

O social-democrata poveiro André Tavares Moreira foi eleito para integrar o Conselho de Jurisdição de 1.ª Instância – Norte, no âmbito da eleição dos novos órgãos nacionais do PSD.

A presença de um militante da Póvoa de Varzim neste órgão nacional destaca-se como um sinal de representação do concelho nas estruturas internas do partido. O Conselho de Jurisdição de 1.ª Instância – Norte abrange os distritos de Braga, Bragança, Porto, Viana do Castelo e Vila Real, desempenhando um papel essencial no funcionamento interno da organização.

De acordo com as competências definidas nos estatutos do PSD, este órgão é responsável por apreciar a legalidade da atuação dos órgãos distritais, secções e núcleos, podendo mesmo anular atos que contrariem a lei ou os

regulamentos internos. Compete-lhe igualmente proceder a inquéritos solicitados por militantes ou estruturas partidárias, bem como instruir e julgar, em primeira instância, processos disciplinares.

Entre outras funções, o Conselho de Jurisdição assegura ainda a fiscalização dos processos eleitorais internos e a interpretação de regulamentos, podendo intervir em casos omissos. As suas decisões podem ser objeto de recurso para o Conselho de Jurisdição Nacional.

A eleição de André Tavares Moreira reforça assim a ligação da estrutura local do PSD da Póvoa de Varzim às instâncias nacionais do partido, garantindo presença poveira num órgão com responsabilidades relevantes ao nível da disciplina e do cumprimento estatutário na região Norte.



PS/Póvoa tem novo líder eleito por 91% dos votantes

Gonçalo Angeiras, foi eleito como presidente do PS/Póvoa, com os votos a favor de 35 militantes que se dirigiam à mesa de voto. O ato eleitoral, realizado no sábado, registou 2 nulos e 1 branco. Estavam inscritos 104 socialistas com direito a voto. O novo líder substituiu João Trocado, que pretende agora dar continuidade ao projeto Aliança Poveira.

Para Gonçalo Angeiras, o seu programa passa por assumir a “Póvoa Inteira”, com a perspectiva de superar as desigualdades internas do concelho, porque segundo o socialista “hoje continua a haver várias ‘Póvoas’” e aponta para a existência de freguesias que “continuam a sentir-se esquecidas”. Neste sentido, defende um partido mais próximo, mais descentralizado e com maior capacidade de resposta às realidades locais.

Habitação entre as prioridades

O novo líder do PS/Póvoa aponta para áreas prioritárias de atuação, com especial destaque para a habitação, que classifica como “a nossa principal prioridade nos próximos tempos”. Gonçalo Angeiras alerta para o agravamento dos preços no concelho, referindo que “o preço da habitação se tornou incomportável para muitas famílias e para muitos jovens”, após uma subida acentuada na última década.

Defende uma resposta estrutural ao proble-

ma, assente no aumento da oferta e no reforço da habitação pública, e sublinha que “não é com remendos que resolvemos um problema estrutural”.



Piscina exterior da Varzim Lazer não abre por razões de segurança

A piscina exterior da Varzim Lazer não irá abrir ao público durante o verão, por falta de condições de segurança. A informação foi avançada por Mário Lima.

Segundo explicou o administrador da Varzim Lazer, a decisão foi tomada por

Cardiologia do Hospital da Luz da Póvoa reforça diagnóstico precoce e salva vidas

A valência de cardiologia do Hospital da Luz da Póvoa de Varzim apresenta-se como uma unidade diferenciada na região, combinando tecnologia avançada, equipa experiente e uma abordagem centrada na prevenção e diagnóstico precoce das doenças cardiovasculares, que continuam a ser a principal causa de mortalidade em Portugal e no mundo

Coordenada pelo cardiologista Dr. Paulo Ferreira, de 64 anos, descendente de pai poveiro, natural de Aver-o-Mar, a unidade integra uma equipa de 10 cardiologistas, um especialista em cardiologia pediátrica e um cirurgião cardiorácico, apoiados por diversos profissionais de saúde, numa lógica de trabalho multidisciplinar.

“Temos uma equipa preparada para responder aos desafios atuais”, sublinha o responsável, destacando a experiência acumulada e também a entrada de novos profissionais, que reforçam a capacidade de resposta da unidade.

Prevenção e rastreio: a principal arma contra a doença cardíaca

O especialista alerta para a importância da prevenção, lembrando que cerca de 25% das mortes em Portugal estão relacionadas com doenças cardiovasculares.

“Muitas dessas mortes seriam evitáveis com rastreio adequado e alterações no estilo de vida”, afirma.

Nesse sentido, deixa recomendações claras:

- Realização de rastreios cardíacos pelo menos uma vez por ano;
- Adoção de alimentação equilibrada;
- Prática regular de exercício físico com acompanhamento médico;
- Controlo da tensão arterial e colesterol;
- Evitar o tabagismo.

O médico alerta ainda para um fenómeno crescente: a desinformação.

“Vivemos numa era de pseudociência. Há muita informação errada a circular, muitas vezes promovida por influencers, que são um verdadeiro atentado à saúde pública”, critica.

Tecnologia avançada ao serviço do diagnóstico cardíaco

A cardiologia do Hospital da Luz dispõe de um conjunto alargado de exames e equipamentos de última geração, permitindo uma avaliação detalhada e precisa das patologias cardíacas.

Entre os principais meios destacam-se:

- ECG com equipamentos de topo;
- Provas de esforço;
- AngioTAC coronária;
- Ressonância magnética cardíaca;
- Tilt test (exame pouco comum na região, essencial no estudo das perdas de consciência);
- Estudos eletrocardiografia e monitorização prolongada (Holter/MAPA/Registador de Eventos).

Segundo o Dr. Paulo Ferreira, esta diversidade de meios permite “dar uma resposta muito adequada” na fase de diagnóstico e acompanhamento clínico. Apesar disso, o coordenador admite que a unidade ambiciona crescer, nomeadamente na vertente de intervenção, como a realização de angioplastias e colocação de stents, atualmente asseguradas em unidades do grupo fora da Póvoa.



Testemunhos reais: dois casos graves com final feliz

Ana Ferreira tinha 45 anos quando sentiu um aperto no peito durante a noite de São Pedro, em 2016. Sem fatores de risco aparentes, não fumadora, com alimentação cuidada e sem histórico clínico relevante, decidiu procurar ajuda médica.

Após exames iniciais inconclusivos, foi submetida a uma angioTAC, que revelou uma obstrução de 95% numa artéria principal do coração. “Foi uma surpresa total”, recorda.

Encaminhada para intervenção, realizou um cateterismo com colocação de stent, que resolveu o problema. Desde então, mantém acompanhamento regular e leva uma vida normal. “Foi detetado a tempo, e isso fez toda a diferença”, sublinha o cardiologista.

Doença silenciosa descoberta em exame de rotina

Diferente foi o caso de Augusto Leite, hoje com 72 anos, diagnosticado há cerca de três anos com doença coronária grave, envolvendo vários vasos.

Apesar de apresentar fatores de risco, tabagismo, hipertensão e histórico familiar, não tinha sintomas evidentes. “Fazia uma vida normal. Nunca senti dor”, explica.

Um check-up revelou alterações numa prova de esforço, levando à realização de uma ressonância magnética que confirmou uma extensa área do coração sem irrigação adequada.

Encaminhado para cirurgia, foi submetido a um bypass coronário, com sucesso. Hoje mantém uma vida ativa, com fatores de risco controlados e acompanhamento clínico regular.

A importância do acompanhamento contínuo

Após o tratamento, os doentes cardíacos necessitam de vigilância permanente e medicação continuada. Entre os fármacos mais comuns estão: Aspirina; Estatinas (controlo do colesterol) e Betabloqueadores (consoante o caso).

O médico reforça a segurança destes tratamentos, contrariando mitos frequentes. “Não há evidência científica que comprove que as estatinas são prejudiciais. São fundamentais na redução da mortalidade cardiovascular”, garante.



Um serviço com raízes locais e visão de futuro

Com uma ligação pessoal à Póvoa de Varzim, Paulo Ferreira destaca a satisfação em contribuir para a saúde da população local. “Esperamos que continuemos a crescer e a prestar um serviço cada vez melhor”, afirma.

A aposta passa pela melhoria contínua

dos meios técnicos, reforço da equipa e expansão de serviços, com o objetivo de aproximar todos os cuidados aos utentes.

Num contexto em que a doença cardiovascular continua a liderar as estatísticas de mortalidade, a mensagem é clara: prevenir, diagnosticar cedo e tratar adequadamente pode salvar vidas — como demonstram os casos de sucesso acompanhados na unidade poveira.



Ana Ferreira



Augusto Leite



LUÍS RAMOS
PROFESSOR UNIVERSITÁRIO

Fugindo da espuma dos nossos dias

PARA QUANDO O ALARGAMENTO DA A28 E O NÓ COMPLETO DA PÓVOA DE VARZIM?

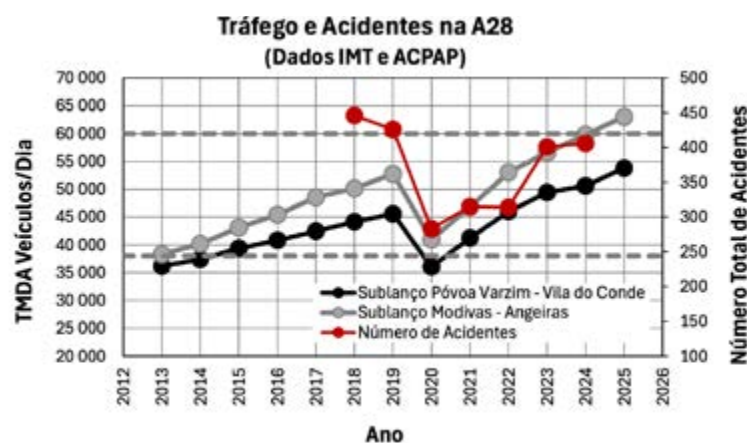
No sublanço Modivas-Angeiras, os veículos chegam frequentemente a parar, não por acidente, mas por excesso de tráfego. E, no sublanço Póvoa de Varzim-Vila do Conde, na saída da Póvoa de Varzim para quem vem de sul, são frequentes as infundáveis filas de trânsito em plena autoestrada (situação de elevado risco de acidente), pelo facto de o nó da Póvoa de Varzim não estar completo.

Para quem utiliza diariamente a A28 nestes sublanços, trata-se de um retrocesso na qualidade de vida, com um risco acrescido de ocorrência de acidentes devido à saturação da infraestrutura.

Mas vejamos os números para não falarmos apenas por convicção. Segundo os dados públicos do Instituto da Mobilidade e dos Transportes (ver gráfico), o tráfego nos sublanços Póvoa de Varzim-Vila do Conde e Modivas-Angeiras da A28 tem aumentado progressivamente ao longo da última década, atingindo, em 2025, um Tráfego Médio Diário Anual (TMDA) de 53.800 e 63.009 veículos, respetivamente. Apenas a pandemia da COVID-19 fez cair estes valores, que rapidamente voltaram a ser ultrapassados.

A Autoestrada A28, para o concelho da Póvoa de Varzim e para o norte de Portugal e a Galiza, é um dos mais importantes eixos de transporte de passageiros e mercadorias. No concelho da Póvoa de Varzim, na década de 1990 começou por ser uma útil “Estrada Variante” à Nacional N13 para se tornar numa autoestrada e ser concessionada em 2001. É, de longe, a maior porta de entrada e saída de tráfego do nosso concelho.

Todavia, nos últimos anos temos assistido à saturação da infraestrutura devido ao elevado volume de tráfego. Acontece todos os dias, sem exceção, sejam dias úteis, fins de semana ou feriados. Há períodos do dia em que uma viagem do centro da Póvoa de Varzim ao centro do Porto pode demorar mais de 1h30. Também a saída da cidade do Porto está frequentemente congestionada.



E se a estes dados juntarmos o número de acidentes publicados pela Associação Portuguesa das Concessionárias de Autoestradas e Pontes (ver gráfico), nos mesmos sublanços, verifica-se uma relação direta entre o número de acidentes e o volume de tráfego. Se nada for feito, o risco de acidentes continuará a aumentar.

Ora, a questão óbvia é: “Para quando o alargamento da A28 e o nó completo da Póvoa de Varzim?”

O contrato de concessão da A28 (Decreto-Lei n.º 234/2001, de 28 de agosto, Anexo I, Base XXXIV) é muito claro: o “aumento do número de vias da Autoestrada (...) será realizado em harmonia com o seguinte: nos sublanços com quatro vias [duas em cada sentido], terá de entrar em serviço mais uma via em cada sentido dois anos depois daquele em que o TMDA atingir 38.000 veículos; nos sublanços com seis vias, terá de entrar em serviço mais uma via em cada sentido dois anos depois daquele em que o TMDA atingir 60.000 veículos.”

Ou seja, deveriam existir três vias em cada sentido desde 2015 no sublanço Modivas-Angeiras e também três vias em cada sentido desde 2017 no sublanço Póvoa de Varzim-Vila do Conde. E, mantendo-se o crescimento

do tráfego, em 2027 deveriam existir quatro vias em cada sentido, desde Modivas até ao Porto.

Para que as obras de alargamento aconteçam, é necessária a prévia negociação entre o Concedente (Governo) e a Concessionária. Ou seja, o Governo terá de se sentar à mesa com a concessionária e autorizar/obrigar a execução dos alargamentos, com o devido e justo reequilíbrio financeiro da concessão.

Por outro lado, a Concessionária tem o projeto de alargamento pronto desde 2010, não sendo necessário expropriar terrenos nem demolir ou alargar viadutos, existindo ainda um parecer favorável da Agência Portuguesa do Ambiente ao Estudo de Impacte Ambiental desde julho de 2011.

É caso para perguntar: “De que é que estão à espera?! Será que estamos por aqui esquecidos?”

Cabe aos Autarcas, desde Viana do Castelo até ao Porto, fazerem a devida e justificada pressão junto do Governo central, mas cabe sobretudo a este último decidir e sentar-se à mesa com a Concessionária para melhorar a qualidade de vida, quer dos Poveiros, quer de todos os que utilizam esta importante infraestrutura de Portugal.



JOÃO MARTINS
ADVOGADO

Há algum tempo que temos vindo a assistir a discussões sobre temas que, não sendo novos, julgávamos terem sido enterrados com as conquistas de direitos sociais do século passado.

Veja-se, por exemplo, como agora nos incutem o preconceito contra a imigração, colocando na cabeça do povo a ideia falsa de que os imigrantes nos roubam os empregos, as casas, as escolas, a língua, o sossego, as tradições... chegando ao ponto de dizer que com eles aumentou a criminalidade.

Ora, se pensarmos que o povo português tem milhões de emigrantes espalhados por todo o mundo, e que, por isso, sabe o quão duro é ter de sair do nosso país à procura de uma vida decente, torna-se difícil entender como podemos ser, agora, tão intolerantes perante todos os seres humanos que vieram para Portugal à procura de um futuro melhor.

Mas mais, sem os imigrantes a Segurança Social enfrentaria a insustentabilidade financeira, e sem eles, aqui na Póvoa de Varzim, determinados setores de atividade, como as pescas e atividades marítimas, a restauração, a hotelaria e o comércio, a indústria têxtil e do vestuário, a agricultura e a pecuária, não conseguiriam sobreviver, nem prosperar, por falta de trabalhadores.

A lógica é velha e conhecida: em vez de se discutir quem concentra a riqueza, quem beneficia dos baixos salários ou quem lucra com a degradação dos serviços públicos, apontam-se culpados mais fáceis. Primeiro os imigrantes. Agora os pobres.

Em Maio de 2023, o Estado comprometeu-se, no âmbito do PRR, a tornar mais eficiente o sistema de prestações sociais de carácter não contributivo, agregando várias prestações numa só “... contribuindo para eliminar sobreposições entre os regimes existentes, e a sua conceção deve promover um acesso mais simples e direto às prestações sociais.”. Assim nasceu a Prestação Social Única.

Logo, o que sempre esteve em causa era uma questão de eficiência administrativa e, jamais, a retirada de quaisquer direitos.

Contudo, ao invés de perseguir o fito que serviu de base à criação da PSU – “Calibrar as prestações sociais para que sejam mais eficazes na redução estrutural da pobreza em Portugal” –, o Governo resolveu lançar mais um claro ataque ideológico ao Estado Social.

À Ministra Palma Ramalho já não lhe bastava criar a imagem de que as mães trabalhadoras são todas umas oportunistas que usam a maternidade para

A QUEM SERVE O ÓDIO?

trabalharem menos duas horas por dia, como agora vem dizer que em cada beneficiário de prestações sociais há um trapaceiro que não quer trabalhar.

E assim, nos vendem ideias falsas, criando sentimentos de revolta e ódio, colocando trabalhadores contra trabalhadores, vizinhos contra vizinhos, enquanto eles continuam levando a água ao seu moinho.

Ao contrário do que propaga, o Governo não pretende criar medidas que combatam de forma eficiente a pobreza, pelo contrário, com esta proposta, o que o Executivo pretende é castigar os pobres, que trata como sendo gente marginal e mandriona, lembrando-lhes que hão de sempre ser pobres, colocando em causa os direitos mais básicos de cidadania.

O verdadeiro combate à pobreza faz-se através da distribuição equitativa da riqueza, do investimento no SNS, em políticas de habitação, na valorização do trabalho, no acesso à educação e cultura, para que todos possam ter acesso ao que merecem alcançar nesta vida.

O combate à pobreza não pode ser concretizado com medidas punitivas e persecutórias como as que contam da proposta do Governo, como a obrigatoriedade do trabalho social não remunerado, a exclusão de quem pertence a um agregado familiar com património mobiliário superior a 16.000 euros, ou o canal de denúncias.

O Governo prefere castigar quem não realize 15 horas semanais de “atividade de solidariedade social”, retirando-lhes o direito a beneficiar da PSU.

Com esta medida, além de colocar os beneficiários a trabalharem de forma absolutamente precária, o Governo está a transformar o trabalho em punição.

Por outro lado, é claro que esta medida não combate a pobreza, nem contribui para a inserção destas pessoas no mundo do trabalho, pois, além de se tratar de trabalho não remunerado, estaremos a colocar cegamente pessoas ao serviço de autarquias ou IPSS sem qualquer critério, sabendo que muitas destas pessoas além da situação de privação material sofrem de problemas do ponto de vista da sua saúde física e/ou mental.

Aliás, a medida pode atingir níveis elevados de perversidade se as instituições beneficiárias deste trabalho escravo começarem a recorrer ao mesmo vorazmente.

Muitos milhares de pobres serão excluídos da PSU, pelo facto de terem algumas poupanças acumuladas para doença, estudos, emergência familiar, ou ainda, por terem mota ou carro.

E assim se semeia a ideia de que o pobre não pode ter direito a deixar de ser pobre, porque o pouco que conseguiu aforrar ao longo de uma vida de trabalho pode, agora, virar-se contra ele.

Que não haja quaisquer dúvidas que o que estas novas medidas irão trazer é o aumento da pobreza e da exclusão social.

Lions da Póvoa festeja aniversário com entrada de novos membros

O Lions Clube da Póvoa de Varzim celebrou o seu 49.º aniversário, numa cerimónia que reuniu dezenas de associados, clubes convidados e representantes institucionais.

A cerimónia festiva teve como um dos pontos altos, a entrada de seis novos companheiros: Eugénia Silva, Marco Silva, José Manuel Moura, Ondina Neto, Daniel Serra e Cristina Gonçalves. O clube passa agora a ter 118 sócios.

O presidente dos Lions da Póvoa de Varzim, Miguel Matos, destacou o orgulho de integrar pessoas “que encontram tempo para servir os

outros”, sublinhando que cada novo elemento acrescenta valor ao movimento.

A tarde incluiu também a entrega de duas Comendas Melvin Jones, atribuídas aos companheiros Américo Campos e Margarida Silva, gesto que reconheceu o contributo continuado de ambos para a Fundação Internacional Lions.

Dois anos de liderança

No seu último grande evento enquanto presidente, Miguel Matos fez um balanço dos dois anos de liderança. Recordou as atividades que o clu-

be mantém como marca identitária, prémios escolares, cabazes de Natal, jantar de Natal para associações, Cartaz da Paz, Dia da Paz, projeto “O Mar Começa Aqui” e Feira da Saúde, e destacou novas iniciativas, como reuniões alternadas, a caminhada nos passadiços de Arcos de Valdevez, as Jornadas dos Cuidadores e a visita à Santa Casa da Misericórdia.

Referiu ainda melhorias tecnológicas na sede e a preparação de uma remodelação do espaço. “Foi muito trabalho, mas valeu a pena”, afirmou, agradecendo aos companheiros que o apoiaram “com prémios,

com palavras ou simplesmente com presença”.

Passagem de testemunho

A cerimónia assinalou também a apresentação do próximo presidente, Manuel Carregosa, que assumirá o clube após o término do mandato de Miguel Matos. Na sua intervenção, Carregosa agradeceu a confiança e a responsabilidade que lhe foram atribuídas, sublinhando que desempenha estas funções “com toda a vontade de servir” e com o compromisso de honrar o movimento.

Num registo descontraído, des-

tacou o ambiente único do almoço comemorativo, lembrando que esta é “a cerimónia onde temos o prazer de ter o nosso Governador como convidado de honra” e saudando todos os companheiros e clubes presentes.

O futuro presidente sublinhou a importância do espírito de união e companheirismo, lembrando que todos os Lions “estão aqui porque um dia decidiram fazer parte deste movimento” e que os novos membros agora recebidos “também são diferentes, também vão ter a honra de servir os outros”.



Atual presidente (à direita) acompanhado por antigos dirigentes

F
I
M
P
V

FESTIVAL
INTERNACIONAL
DE MÚSICA
DÁ PÓVOA DE VARZIM

05-25 JUL 26

4
8

Organização

Apoios Institucionais

Parceria Institucional

Gold sponsor

Silver Sponsor

Media Partner

Fleet Partner

Port Reception Partner

Mecenato

Apoios à Divulgação

Plano reforça emprego, habitação e inclusão social na Póvoa de Varzim

O plano do município poveiro para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (PMIA), foi apresentado a 8 de junho, iniciativa estruturante que reforça a aposta do município na coesão social, na inclusão e na melhoria da qualidade de vida das populações mais fragilizadas



O plano integra-se numa estratégia mais ampla de intervenção social da autarquia, articulando-se com outros programas municipais, nomeadamente o PAIOITI (Plano de Ação Integrada para as Operações de Inclusão em Territórios Prioritários), que tem vindo a desenvolver respostas direcionadas a públicos em situação de maior vulnerabilidade social.

O PMIA define como prioridades a promoção da igualdade de oportunidades, o combate à exclusão social e à discriminação, bem como o reforço de respostas dirigidas a grupos como pessoas em situação de sem-abrigo, idosos, pessoas com deficiência e cidadãos em risco de marginalização. Paralelamente, aposta no aumento da empregabilidade e da autonomia pessoal, procurando quebrar ciclos de pobreza e exclusão.

Compromisso com a coesão social

Na sessão, a vereadora da Coesão Social, Carina Moreira, destacou a necessidade de articulação entre a autarquia, instituições e parceiros para garantir uma resposta eficaz. A responsável sublinhou que a inclusão deve traduzir-se em práticas concretas e envolver toda a comunidade.

O PMIA afirma-se, assim, como mais um instrumento estratégico na política social do município, complementando iniciativas já em

curso e reforçando o compromisso da Póvoa de Varzim com uma intervenção social integrada, sustentável e orientada para resultados.

Três eixos para uma intervenção

Financiado pelo Programa Regional Norte 2030, o plano organiza-se em três eixos de intervenção que procuram dar resposta a diferentes dimensões da vulnerabilidade social.

O eixo “Cuidar com Amor” centra-se no acompanhamento próximo das populações, através de programas de estimulação cognitiva e multissensorial, visitas domiciliárias, serviços de teleassistência e ações de formação dirigidas a técnicos. Esta abordagem visa reforçar a qualidade dos cuidados e promover o envelhecimento ativo e digno.

Já o eixo “PVPI Inclusão ConVida” foca-se na intervenção junto de pessoas em situação de sem-abrigo, prevendo acompanhamento individualizado, estratégias de reintegração social e profissional e a criação de respostas habitacionais temporárias, fundamentais para a estabilização destas situações.

Por sua vez, o eixo “Inclusão em Movimento” aposta numa vertente comunitária, através da promoção de atividades desportivas e psicossociais, destacando-se a melhoria das condições de acessibilidade nas praias do concelho, tornando estes espaços mais inclusivos.

Tapete na Senhora do Desterro exalta símbolos maiores da identidade poveira

As Festas em Honra de Nossa Senhora do Desterro, realizadas no fim de semana de 14 de junho, na zona Norte da Póvoa de Varzim, voltaram a destacar-se pela força da tradição e pela beleza dos emblemáticos tapetes que acolhem a passagem da procissão

Entre os vários trabalhos apresentados, sobressaiu o tapete instalado na Rua Latino Coelho, no troço mais extenso, que este ano assumiu uma forte dimensão identitária e cultural.

Dedicado aos símbolos maiores da comunidade poveira, o tapete teve como elementos centrais as siglas poveiras, a lancha poveira e a camisola poveira, numa composição que prestou homenagem às raízes piscatórias da cidade e à memória coletiva do seu povo.

As siglas poveiras, verdadeiro património imaterial, evocam uma antiga forma de identificação familiar ligada às comunidades piscatórias,

transmitida de geração em geração. Já a lancha poveira surge como símbolo da bravura e resiliência dos homens do mar, recordando uma atividade que moldou a identidade local. Por sua vez, a camisola poveira, com os seus motivos tradicionais e marítimos, destacou-se como elemento central da composição, emocionando muitos visitantes pela forte carga simbólica que representa para a cidade.

Tradição familiar

O tapete, construído com sal, serim e outros materiais cuidadosamente trabalhados, resultou de um exigente processo criativo e logístico, onde cada detalhe foi pensado ao pormenor. A conceção gráfica esteve a cargo de Lucinda Pontes (Belita), responsável pela adaptação artística dos elementos à linguagem do tapete, enquanto Andrea Pontes assumiu a execução das partes centrais, dando forma

aos principais símbolos desta homenagem.

Este trabalho, fruto de uma dedicação contínua que atravessa gerações, sendo já a terceira geração envolvida na preservação desta tradição. Sob a inspiração de Lucinda Soares, figura marcante desta prática, a equipa manteve viva a ligação entre fé, cultura e identidade poveira.

Apesar das condições meteorológicas adversas, com chuva durante a noite de execução, o grupo demonstrou espírito de união e compromisso, conseguindo apresentar um trabalho amplamente elogiado pela sua criatividade, harmonia e autenticidade.

Mais do que um simples tapete, a obra afirmou-se como um verdadeiro tributo à Póvoa de Varzim, às suas gentes, ao mar e à sua história, mantendo nas Festas da Senhora do Desterro, a tradição continua viva e profundamente sentida.



MAIS / Desporto

Médica poveira faz 1000 km de bicicleta para ajudar equipa de ginástica do filho

A poveira Ana Cardoso pedalou de norte a sul de Portugal para financiar um novo trampolim de competição para o Acro Clube da Maia, onde treina o filho, Lucas Mendes, de apenas 9 anos

Ana Cardoso, médica de família da Póvoa de Varzim, atravessou Portugal de bicicleta durante uma semana para ajudar a equipa de trampolins do Acro Clube da Maia a angariar 18.314 euros. A poveira integra a primeira edição da GranDiagonal, uma das provas de ultraciclismo em autonomia mais exigentes realizadas no país, que liga Caminha a Vila Real de Santo António ao longo de cerca de mil quilómetros e mais de 16 mil metros de subida acumulados.

A iniciativa solidária, intitulada “Pedalar para os fazer voar”, já reuniu 3400 euros, através de donativos, cerca de 19% do objetivo. O valor permitirá ao clube adquirir um trampolim moderno, essencial para elevar a qualidade e a segurança dos treinos e aproximar as condições de preparação das principais competições nacionais e internacionais.

Um desafio físico com motivações familiares

A motivação da médica nasceu também dentro de casa. O filho, Lucas Mendes, de 9 anos, treina no Acro Clube da Maia e tem-se destacado a nível nacional, ao somar títulos em trampolim e duplo minitrampolim. O crescimento competitivo da equipa e o potencial dos jovens ginastas tornaram evidente a necessidade de renovar o equipamento.

A poveira decidiu então transformar o desafio pessoal numa causa coletiva. A travessia é feita em total autonomia, cada participante gere descanso, alimentação, navegação e eventuais imprevistos, e tem sido marcada por longas horas de esforço, temperaturas elevadas e um percurso exigente de norte a sul do país. Ainda assim, Ana Cardoso destaca o apoio recebido ao longo do caminho, tanto dos restantes ciclistas como das comunidades que vai encontrando.



A campanha ganhou maior visibilidade depois de o ciclista poveiro Rui Costa ter partilhado a iniciativa nas redes sociais, com elogios públicos do gesto solidário da médica. A divulgação ajudou a levar a causa a um público mais vasto e a reforçar o

impacto da mensagem.

Fim da prova, mas não da campanha

Ana Cardoso partiu de Caminha a 14 de junho e chegou ao Algarve no últi-

mo domingo, 21 de junho. Apesar da prova ter terminado, a angariação de fundos continuará ativa até que o valor necessário seja alcançado, garantindo que o novo trampolim possa beneficiar não apenas os atuais atletas, mas também as futuras gerações de ginastas do clube.



Aceda ao QR Code e participe nesta campanha

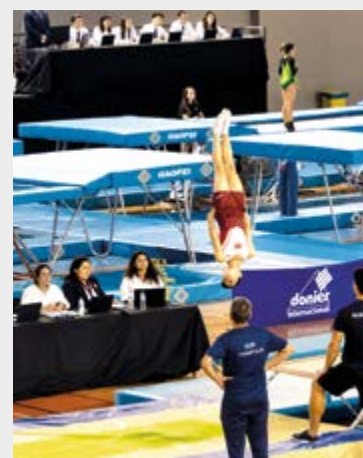
Lucas Mendes é campeão nacional de trios em Sines

Com apenas 9 anos, o filho de Ana Cardoso, Lucas Mendes sagrou-se campeão nacional de trios no campeonato nacional de trampolins, realizado a 6 e 7 de junho no Pavilhão Multiusos de Sines.

O título nacional foi conquistado na prova de trampolim por equipas, onde o poveiro integrou o trio vencedor ao lado de Mi-

guel Ribeiro e Diogo Monteiro. A mesma formação alcançou ainda o título de vice campeã nacional em duplo mini trampolim, reforçando a consistência do grupo.

Nas provas individuais, Lucas somou resultados de destaque: 5.º lugar no trampolim individual, 4.º lugar no trampolim sincronizado — novamente em dupla com Miguel Ribeiro — e 12.º lugar no duplo mini trampolim. Competiu ainda em Tumbling, mas terminou apenas na 20.ª posição, ainda assim contribuiu para o 4.º lugar coletivo.



Roady+
CENTRO AUTO

O SEU CARTÃO DIGITAL
PARA QUILOMETROS DE VANTAGENS



10€
POR CADA
300€
EM COMPRAS



Disponível para

Varzim limpa passivo e abre porta à criação de SAD

A Assembleia Geral do Varzim Sport Club, realizada na noite da passada sexta-feira na Biblioteca Diana Bar, ficou marcada por dois momentos: a confirmação da conclusão dos processos especiais de revitalização (PER) e a abertura de um debate sobre a eventual criação de uma Sociedade Anónima Desportiva (SAD)

Com o encerramento dos PER (Clube e Varzim SDUQ), a direção anunciou que o Varzim parte para a época 2026/2027 livre de passivo, e que agora entra numa nova fase de estabilidade. Para a próxima temporada, o orçamento prevê cerca de 1,75 milhões de euros em receitas e 1,73 milhões em despesas.

No entanto, o ponto que dominou a reunião foi a auscultação aos associados sobre a constituição de uma SAD, vista como um caminho para reforçar a competitividade desportiva e melhorar as infraestruturas. Apesar de ainda não existir qualquer proposta concreta, a direção quis medir o sentimento dos sócios antes de dar passos formais.

Entre os mais de 200 sócios presentes, apenas quatro intervieram, mas ficou evidenciado um sinal claro: há vontade de ambição desportiva e de encontrar soluções que permitam ao Varzim regressar às ligas profissionais, ainda que persistam dúvidas sobre os moldes de um eventual acordo com investidores.

Assembleia apenas para tratar da SAD

O presidente da Assembleia Geral, André Tavares Moreira, esclareceu os procedimentos necessários para avançar com uma SAD, que terá de cumprir rigorosamente os estatutos e a lei. Entre as exigências, destacou: convocação de uma Assembleia Geral dedicada exclusiva-

mente ao tema; parecer obrigatório do Conselho Fiscal e restantes órgãos sociais; apresentação completa de todos os elementos do negócio (investidores, valores, prazos, modelo de governação); disponibilização da documentação aos sócios com antecedência mínima de 20 dias e uma votação final por escrutínio secreto. “Não será convocada qualquer Assembleia Geral sem que toda a documentação esteja disponível”, garantiu, e assegura transparência e tempo para reflexão por parte dos associados.

Também o presidente do clube, Ricardo Nunes, assumiu uma posição clara: o Varzim precisa de pensar o futuro com realismo. Recordou o caminho recente, destacou o trabalho das equipas que permitiram ultrapassar a crise financeira e retirar o clube de uma situação “completamente negra” (ler entrevista).

Ainda assim, alertou para as limitações atuais. Segundo o dirigente, o Varzim enfrenta dificuldades estruturais: forte dependência de subsídios e receitas limitadas; redução do orçamento em cerca de 300 mil euros face à época anterior; incapacidade de competir financeiramente com clubes profissionais e carências nas infraestruturas e na formação. “O Varzim não tem, neste momento, condições para competir nas ligas profissionais”, assumiu, e alertou que subir sem sustentabilidade poderia significar voltar a um ciclo de endividamento”.

Ricardo Nunes destaca recuperação financeira e aponta novo ciclo para o Varzim

Após a assembleia geral do Varzim Sport Club, o presidente da direção, Ricardo Nunes, fez um balanço do momento do clube, abordando a recuperação financeira, o orçamento aprovado e as perspetivas para a nova época desportiva



Dois anos depois da entrada em funções, mostrou satisfação pelo trabalho realizado. O Varzim está finalmente estabilizado financeiramente?

Sim, é um facto. Mas esse mérito tem de ser repartido. A Comissão Administrativa fez um excelente trabalho numa fase muito difícil, ajudando a estabilizar o clube e a suspender dívidas e penhoras. Quando entrámos, já havia esse caminho iniciado, o que nos permitiu avançar com a liquidação do PER. Com a ajuda da Câmara, através da compra do campo de treinos e da venda da sede, conseguimos liquidar todos os credores. O trabalho está feito e o Varzim pode agora respirar de alívio e começar uma nova vida.

Foi referido que houve pelo menos um credor que não aceitou o perdão. Há explicação?

Só essas pessoas poderão responder. Vamos publicar um documento onde todos poderão consultar quem perdoou, quem não perdoou e em que condições. Queremos total transparência. Ainda não há data definida para a apresentação do documento, mas será disponibilizado assim que todo o processo estiver concluído.”

O orçamento aprovado para a nova época é mais contido. Isso limita a ambição do clube?

Assumimos desde o início que seríamos responsáveis. Não vamos fazer apostas de risco à procura de subidas rápidas. Queremos que o Varzim cresça, mas de forma sustentada. Fazemos orçamentos que possamos cumprir rigorosamente para não voltar a criar dívida, como aconteceu no passado. A prioridade é a estabilidade financeira.

A nova época pode ser de transição para um Varzim mais ambicioso no futuro?

Mesmo com um orçamento mais reduzido, não falta ambição. Queremos representar bem o clube, mas sabemos que competimos

com equipas com maior capacidade financeira. Temos de ter consciência da realidade atual. O caminho do clube será sempre decidido pelos sócios.

A assembleia deixou sinais positivos sobre a criação de uma SAD?

Foi uma assembleia construtiva. Os sócios deram opiniões importantes sobre o que gostariam de ver numa futura SAD. Ainda é cedo para conclusões, mas foi muito útil para percebermos a sensibilidade geral.

Na sua opinião, o Varzim deve avançar para um modelo mais ambicioso?

O futebol está a mudar. Para o Varzim voltar a patamares mais elevados, terá de dar esse passo. Caso contrário, teremos de ajustar expectativas, porque os orçamentos das ligas profissionais são hoje muito elevados. Precisamos de pensar o clube a 10, 15 ou 20 anos, não apenas época a época.

O que já está definido sobre a próxima temporada?

A época está a ser preparada há algum tempo. Posso garantir que na próxima (esta) semana vamos anunciar novidades sobre treinador, diretor desportivo e reforços. A equipa está a ser estruturada.

O treinador já está escolhido e André André é o diretor desportivo?

Sim, o treinador já está contratado, assim como alguns reforços. Vamos anunciar tudo no momento certo. Do André André, não confirmo, nem desminto.

Os jogadores com contrato mantêm-se?

Quem tem contrato faz parte do grupo, mas haverá avaliação durante a pré-época. As decisões finais cabem ao treinador.

Quando começa a nova época?

O primeiro treino oficial deverá realizar-se a 6 de julho. Também estamos a preparar o torneio de verão, faltando apenas a confirmação de uma das equipas. Já temos definido quem são as outras equipas, mas, entretanto, divulgaremos.



Casa Leo
RELOJOARIA

DESEJA
BOAS FESTAS
DE SÃO PEDRO

Av. Mouzinho de Albuquerque, 117
4490-409 Póvoa de Varzim
Tel.: 252 602 295
Email: casaleo@sapo.pt
 [casaleoloja](https://www.facebook.com/casaleoloja)

Debate sobre constituição de SAD reúne diferentes visões

Apenas quatro associados do Varzim, entre os mais de 200 presentes na assembleia geral, partilharam perspetivas sobre a eventual criação de uma Sociedade Anónima Desportiva (SAD), num momento de reflexão estratégica para o futuro do clube. Entre posições mais favoráveis, críticas cautelosas e alertas para riscos estruturais, Carlos Alberto, David Marques, Paulo Costa e Pedro Costa contribuíram para um debate marcado pela preocupação comum com o crescimento desportivo, a sustentabilidade e a preservação da identidade varzinista



Carlos Alberto



David Marques



Paulo Costa



Pedro Costa



Carlos Alberto defende urgência de uma SAD para travar estagnação

Carlos Alberto manifestou-se favorável à criação de uma Sociedade Anónima Desportiva (SAD), defendendo que o clube precisa de tomar decisões estruturais para inverter o atual rumo. O associado assumiu preocupação com a estagnação desportiva e com a falta de condições, sobretudo ao nível da formação.

Referindo exemplos recentes vividos no estádio, apontou fragilidades organizativas e estruturais, considerando "triste" o cenário atual. Destacou também a ausência de condições adequadas para reter jovens talentos, que acabam por sair para outros clubes.

Carlos Alberto sublinhou a necessidade de modernização, incluindo a reestruturação do estádio e o aproveitamento dos terrenos destinados a uma futura academia, defendendo que o clube não pode continuar nos escalões inferiores. Para o associado, a criação de uma SAD poderá ser determinante para garantir cresci-

mento e competitividade.

Apelou, por isso, à união dos sócios caso surja uma proposta concreta, reforçando que o futuro do clube depende de decisões corajosas.

David Marques alerta para falta de informação antes de decisão

O sócio David Marques levantou reservas quanto ao processo de auscultação dos associados sobre a eventual criação de uma SAD, considerando prematuro fazê-lo sem informação concreta.

Na sua intervenção, começou por reconhecer a frustração dos adeptos face ao desempenho desportivo recente, mas sublinhou que decisões desta dimensão exigem transparência e dados objetivos. Criticou, assim, a discussão baseada em cenários hipotéticos e sem propostas definidas.

David Marques questionou diretamente a direção sobre o impacto que este contexto poderá ter no planeamento da época 2026/27. Entre as dúvidas, destacou a necessidade de perceber se o clube está a estru-

turar a nova temporada num cenário autónomo ou se existe expectativa de entrada de investimento externo durante a época.

O associado alertou para a importância de uma estratégia clara e consistente, defendendo que o planeamento desportivo não deve ficar dependente de incertezas.

Paulo Costa defende equilíbrio entre controlo do clube e investimento externo

Paulo Costa manifestou abertura à criação de uma SAD, mas defendeu que qualquer solução deve salvaguardar o controlo do clube e garantir mecanismos de proteção a longo prazo.

O associado admitiu compreender a dificuldade de discutir o tema sem propostas concretas, considerando, ainda assim, relevante recolher sensibilidades. No entanto, deixou clara a sua preferência por um modelo em que o clube mantenha mais de 50% do capital social, assegurando a sua posição dominante.

Caso esse cenário não seja possível, Paulo Costa propôs a inclusão

de cláusulas que permitam ao clube exercer o direito de recompra, evitando situações de perda de controlo irreversível. Referiu ainda o caso do Belenenses como exemplo a ter em conta, destacando os riscos associados à dissociação entre clube e SAD.

Outro ponto defendido passou pela possibilidade de envolver os sócios na estrutura acionista, ainda que com uma percentagem minoritária, como forma de reforçar o vínculo ao clube e preservar a sua identidade.

Para Paulo Costa, o essencial é garantir que qualquer investimento externo não comprometa, a médio e longo prazo, a soberania e o futuro do Varzim.

Pedro Costa sublinha riscos estruturais e apela a decisão consciente

Pedro Costa apresentou uma reflexão mais abrangente sobre a criação de uma SAD, sublinhando que a decisão deve ser tomada de forma consciente e informada, longe de posições absolutistas.

O associado alertou para o risco de o clube perder influência, mesmo mantendo uma posição maioritária no capital, caso a gestão seja entregue a investidores externos. Questionou também a eficácia de cláusulas como o direito de recompra, especialmente em cenários de endividamento elevado.

Recorrendo a exemplos do futebol português, como os casos do Belenenses e do Desportivo das Aves, destacou a importância de compreender os diferentes contextos jurídicos e financeiros. Por outro lado, apontou o modelo alemão, que prevê a regra do "50+1", como uma possível referência, sobretudo pela proteção da identidade dos clubes.

Pedro Costa enfatizou ainda o risco de revenda das participações por parte de investidores, defendendo a necessidade de salvaguardas que impeçam mudanças de controlo sem ligação ao clube.

No final, considerou que a decisão se resume a uma escolha estratégica: ou o clube ambiciona crescer, aceitando riscos associados ao investimento externo, ou assume uma dimensão mais local e sustentável, mantendo a sua identidade associativa.

VianaCar
Comércio de Automóveis

Estrada Nacional 13 nº 120,
4480-055 Árvore - Vila do Conde

919 959 545 www.vianacar.com vianacarviladoconde

Balasarense faz história com entrada na Premier League

O futebol poveiro atinge um marco histórico com a chegada de Costinha à Premier League. O defesa direito, natural de Balasar, assinou a 15 de junho um contrato válido por cinco temporadas com o Brighton, tornando-se no primeiro jogador da Póvoa de Varzim a chegar ao principal campeonato inglês.

A concretização da transferência confirma o que o MAIS/Semanário já havia avançado há semanas, quando o processo se encontrava bem encaminhado. Agora, o acordo está fechado e oficializado, e coloca o atleta num dos campeonatos mais competitivos do mundo.

Na cerimónia de assinatura, o jogador esteve acompanhado por elementos próximos, incluindo a sua mulher e o empresário, bem como pelo poveiro André Tavares Moreira, advogado que representou o atleta neste processo.

De Balasar à montra europeia

O percurso de Costinha começou precisamente em Balasar, onde deu os primeiros passos no futebol. Chegou ao Rio Ave ainda com idade jú-

nior, onde prosseguiu a formação e se afirmou como um dos jovens talentos promissores da posição.

Na última época, o defesa direito jogou pelo Olympiacos, da Grécia, onde ganhou experiência internacional e competitividade ao mais alto nível. As exibições consistentes nesse contexto despertaram o interesse de vários clubes europeus, culminando agora na mudança para Inglaterra.

Salto para a elite do futebol

Ao ingressar no Brighton, Costinha passa a integrar uma liga considerada das mais exigentes e mediáticas do planeta. A Premier League é amplamente vista como o palco máximo do futebol de clubes, reunindo alguns dos melhores jogadores e equipas do mundo.

Este passo representa não só a evolução natural da carreira do jogador, como também um motivo de orgulho para a região que o viu nascer e crescer, reforçando a presença poveira nos grandes palcos do desporto internacional.



André Tavares Moreira, Costinha e mulher, e empresário do jogador

Tougues conquista Taça de Vila do Conde e fecha época com dobradinha



O GD Tougues venceu o Bagunte FC por 3-2 na final da Taça Sénior de Vila do Conde 2025/2026, disputada este domingo, no Estádio do Rio Ave, conquistando assim o troféu e confirmando a dobradinha na temporada.

Ao intervalo, o Bagunte vencia por 1-0, numa final equilibrada e disputada até ao apito final. Na segunda metade, o Tougues deu a volta ao marcador de forma a conseguir a vitória perante um valioso adversário.

Com este triunfo, o GD Tougues encerra uma época de grande nível, depois de já se ter sagrado vencedor do campeonato de forma

destacada, juntando agora a Taça Sénior ao palmarés da temporada.

36 vitórias no campeonato

No campeonato, o Tougues em 38 jogos, somou 36 vitórias e consentiu apenas 2 derrotas. Fez 108 pontos, marcou 122 golos e sofreu 28.

Melhores marcadores: Carlos Magalhães, do Fornelo, 45 golos; o 2.º foi Filipe Fernandes, também do Fornelo, com 37 golos. Estes dois jogadores contribuíram com 82 golos do Fornelo (4.º classificado), equipa mais goleadora da prova, com 144 golos.



Atlético da Póvoa brilha com títulos e qualificação europeia

O Atlético da Póvoa voltou a afirmar-se como uma das principais referências do atletismo jovem nacional, ao protagonizar um fim de semana de grande nível competitivo, marcado por títulos, pódios e pela qualificação europeia de Pedro Vieira.

Nos dias 20 e 21 de junho, o Estádio 1.º de Maio, em Braga, recebeu o Campeonato Zona Norte e Regional do Porto de Sub20, onde a formação poveira esteve em destaque com um desempenho coletivo e individual de elevado nível. A equipa masculina conquistou um total de 18 medalhas, 7 de ouro, 8 de prata e 3 de bronze, e assegurou ainda o 2.º lugar na classificação da Zona Norte, com 63 pontos, e o título de Campeã Regional, somando 88 pontos.

Entre os principais protagonistas estiveram atletas como Pedro Vieira, Mateus Alves, Francisco Silva, Luís Araújo e João Torres, que contribuíram de forma decisiva para o sucesso coletivo. Particular destaque para a estafeta masculina de 4x100 metros, composta por João Torres, Francisco Silva, Mateus Alves e Pedro Vieira, que se sagrou campeã tanto a

nível regional como da Zona Norte.

Velocista apurado para campeonato europeu

O momento alto do fim de semana pertenceu, contudo, a Pedro Vieira. O jovem velocista alcançou os mínimos de qualificação para os Campeonatos da Europa de Sub18, que terão lugar entre 16 e 19 de julho, em Rieti, Itália. O atleta cumpriu os exigentes critérios da Federação Europeia de Atletismo ao completar os 100 metros em 10,78 segundos e os 200 metros em 22,01 segundos, garantindo presença numa das mais importantes competições internacionais da sua categoria.

Em paralelo, no domingo, uma comitiva do clube composta por atletas dos escalões de formação participou no Meeting de Atletismo Jovem RunRiver, em Gondomar. Os jovens poveiros conquistaram 11 medalhas individuais, alcançando vários lugares de pódio em provas de velocidade, meio-fundo, saltos e lançamentos, contribuindo para o 3.º lugar coletivo, com 110 pontos.



Sócios do Póvoa Andebol aprovam contas

Foram "os do costume", como é habitual dizer-se, que compareceram à Assembleia Geral do Póvoa Andebol Clube. Contas com um saldo positivo a rondar os 7.000€, revelaram um exercício económico que agradou aos associados que votaram unanimemente, aprovando com um forte aplauso a direção presidida por José Oliveira Pereira.

Esta seria também uma AG para apresentação de listas para a sucessão diretiva, mas pela

sua ausência, e porque os sócios presentes apelaram à continuidade do projeto ao presidente, tudo ficou adiado para o dia 9 de julho, com José Oliveira Pereira a apresentar os componentes dos novos Corpos Sociais, naturalmente com muitos a transitarem para o novo mandato.

Líder prepara novo mandato

O presidente teve a oportunidade de eluci-

dar os presentes sobre alguns dos assuntos pelos quais continua a lutar, nomeadamente o projeto Academia, e anunciou a contratação do técnico Luís Santos para coordenador técnico da Formação do clube. Denominado "o treinador dos treinadores", já que dos formadores de treinadores mais credenciados no país, o técnico de 44 anos, natural de Vila Nova de Gaia, será mais um trunfo para o

crescimento do universo atlético do clube, que irá acentuar um trabalho de divulgação nas escolas do concelho.

O futuro continua a passar pela liderança de José Oliveira Pereira, que também continua a acreditar que a modalidade ainda irá dar mais alegrias aos poveiros e irá continuar a promover a cidade, tanto no país com além-fronteiras.



Oliveira Pereira, presidente da Direção



Manuel Francisco, presidente da Assembleia Geral



ENTRE O MAR E A CIDADE,
UM JARDIM AO SEU ALCANCE

JARDINS D'AVENIDA

CONTACTOS
Rua 25 de Abril,
4490-489 Póvoa de Varzim
(chamada para o número nacional)

PROMOTOR
Vendeiro
invest

PUB

Jovem piloto poveiro vence em Castelo Branco e segura top 5 na geral

O piloto poveiro Afonso Santos brilhou, ao volante do Peugeot 208 Rally4 da PT Racing, no Rali de Castelo Branco e Vila Velha de Ródão, onde conquistou uma vitória no Campeonato de Portugal Júnior de Ralis e garantiu um excelente 5.º lugar nas contas do CPR 2RM

Afonso, que integra a recuperada secção de automobilismo do Desportivo da Póvoa, chegou a Castelo Branco focado em cumprir a estratégia definida e foi crescendo ao longo da prova.

A regularidade demonstrada permitiu-lhe vencer entre os Júniores e alcançar o seu melhor resultado de sempre numa prova pontuável para o principal campeonato nacional de ralis.

“Foi um rali positivo, tendo em conta os objetivos que tínhamos definido”, afirmou o piloto. “Decidimos não arriscar nada e procurámos aprender o máximo possível. Como cereja no topo do bolo, conseguimos a vitória nos Júniores e um bom 5.º lugar nas 2RM.”

O desempenho reforça também a competitividade e fiabilidade do Peugeot 208 Rally4, que voltou a entregar uma viatura eficaz e consistente, capaz de responder às exigências do traçado e às elevadas temperaturas sentidas ao longo do fim de semana.

Sem tempo para abrandar, Afonso Santos e o seu navegador Alexandre Rodrigues já apontam ao próximo desafio: o Rally Rías Baixas, na Galiza, que marcará a primeira participação internacional do piloto poveiro e um novo passo no seu processo de crescimento, enfrentando a forte armada da Peugeot Rally Cup Ibérica.



Afonso Santos, 3.º a contar da direita

Open S. Pedro de ténis de mesa anima pavilhão do CDP



Desde os mais novos até aos menos jovens, foram cerca de 240 atletas que participaram no Open S. Pedro em Ténis de Mesa, organização conjunta entre o Clube Desportivo da Póvoa e os Leões da Lapa Futebol Clube, com jogos no sábado e domingo. No recinto, 16 mesas com jogos em simultâneo, e uma organização irrepreensível que agradou aos participantes.

Num fim de semana de calor, o espaço exterior das piscinas do clube, e toda uma logística de apoio, com os tradicionais "comes e bebes" e os insufláveis, animaram os mais jovens, e não só.

A competição decorreu com bom ritmo, sem grandes atrasos, e com jogos de muito

bom nível. No final, todos ficaram a ganhar, mas houve entrega de prémios para premiar os vencedores. Na cerimónia marcou presença o vereador do pelouro do Desporto Marco Barbosa, que enalteceu a parceria entre os dois clubes para a realização do evento. Sérgio Duarte, presidente do CDP, e Pedro Casanova, líder dos Leões da Lapa, também revelaram estar satisfeitos pela parceria e pelos elogios recebidos dos participantes, que prometeram voltar.

Este foi o primeiro do que se espera de muitos torneios de S. Pedro nesta modalidade, num mês de grande tradição para a cidade, com a celebração das Festas do patrono poveiro.

Judoca poveiro no pódio de prova em Coimbra

A comitiva do Judo Clube da Póvoa esteve em Coimbra para o Open de Cadetes pontuável para o ranking nacional, numa prova exigente que trouxe para a Póvoa mais uma medalha de prata.

Juno Rodrigues competiu acima da sua categoria habitual, nos -57 kg, e voltou a demonstrar maturidade competitiva. Superou adversárias medalhadas em edições anteriores e garantiu presença na final. No derradeiro combate, muito equilibrado, acabou por ceder, conquistando a medalha de prata.

Nos -60 kg, o sempre concorrido peso com cerca de 30 atletas, João Atroch foi somando vitórias até à meia final, onde uma lesão no ombro o condicionou. Ainda subiu ao tatami para

disputar o bronze, mas as limitações físicas impediram-no de lutar ao máximo, e terminou num honroso 5.º lugar. Daniel Viana, ainda em fase de adaptação aos -73 kg, rubricou uma prestação sólida que lhe valeu o 7.º lugar.

Já Ziva Rodrigues, nos -63 kg, regressou à competição ainda em recuperação de uma lesão no pé. Apesar dos bons combates, não ultrapassou a fase de poules. O foco passa agora pela recuperação total para os próximos desafios.

Nos Juvenis, Gaspar Acúrsio competiu nos -50 kg. Depois de cair para a repescagem, venceu sucessivamente até chegar ao combate pelo bronze. Uma distração acabou por afastá-lo do pódio, e fechou a prova no 5.º lugar de mérito.



Treinadora poveira orienta Vilacondense a título nacional

A treinadora poveira Tita Lima sagrou-se campeã nacional de voleibol no escalão de infantis femininos, ao liderar o Ginásio Clube Vilacondense a uma conquista histórica na Final 8 realizada entre 12 e 14 de junho, no pavilhão comunitário das Caxinas. A Final 8 destacou-se pelo elevado nível técnico apresentado pelas equipas.

O Ginásio Clube Vilacondense apresentou uma exibição sólida e consistente du-

rante toda a competição, impondo-se pelo rigor tático e pela qualidade individual das jovens atletas. O Sporting Clube de Braga terminou no segundo lugar, enquanto o Sporting Clube de Arcozelo Gaia completou o pódio.

Este título representa um reconhecimento claro do trabalho de formação desenvolvido no clube vilacondense e reforça o papel da poveira Tita Lima na evolução das atletas.



Varzim vence e Caxinas lidera no futebol de praia



O Varzim somou mais três pontos na Série Norte do segundo escalão do campeonato nacional de futebol de praia, ao vencer a Casa do Benfica de Viseu por 4-3, em jogo referente à quarta jornada da competição.

Também o Caxinas voltou a vencer, batendo o Porto Mendo por 3-2, resultado que permite à equipa manter-se isolada na liderança da série, agora com 10 pontos somados. Já o Varzim ocupa o terceiro lugar, com 9 pontos, os mesmos do Nazaré, continuando assim na perseguição aos lugares cimeiros.

Na próxima jornada, o Varzim terá pela frente uma "dose dupla", medindo forças com o Amieira e o Ilha, enquanto o Caxinas defrontará a Casa do Benfica de Viseu e o Amieira. Os jogos terão lugar no Complexo Desportivo do Averomar FC.

Futevólei: poveiros no pódio mas sem vitória

O Campeonato Nacional de Futevólei arrancou com a realização da primeira etapa na Praia Internacional do Porto, com a vitória a sorrir à dupla do Politécnico do Porto, composta pelos brasileiros Rodrigo Otero e Juan Silva.

Apesar de não terem subido ao lugar mais alto do pódio, os atletas poveiros voltaram a demonstrar a sua qualidade com a dupla do Desportivo da Póvoa formada por Filipe e Vítor Vilaça, a alcançar o 2º lugar.

Também em evidência esteve a presença de atletas ligados à realidade poveira noutros lugares cimeiros da classificação. A dupla brasileira Dyego Sousa e João Sousa terminou na quarta posição, enquanto o terceiro lugar foi ocupado por uma equipa algarvia do Santa Luziense, que contou com o campeão poveiro Beto Correia.



O Grupo Escolas de Condução
e Centro de Formação de condutores
Ala-Arriba deseja a todos
os clientes e amigos

Feliz S. Pedro

www.alaarriba.com



Saiba mais em: www.alaarriba.com • geral.alaarriba@gmail.com • 252 615 416 • 961 942 320



Póvoa de Varzim e Vila do Conde diariamente em destaque

Seja assinante
e tenha acesso
a informação exclusiva

252 632 032

(chamada rede fixa nacional)

geral@maissemanario.pt



Assinatura E-PAPER

4 edições/mês digital
+ 2 edições revista EM VOGA
+ newsletter

€ 20,00 /ano

Assinatura papel, local e nacional

2 edições em papel/mês
+ 4 edições/mês digital
+ 2 edições/ano revista EM VOGA
+ newsletter

€ 37,00 /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 ou pelo telefone 252 623 032 para mais informações.

MAIS Vila do Conde

Avança processo da nova ponte sob o rio Ave que promete aliviar trânsito na cidade

Protocolo entre Câmara e Infraestruturas de Portugal marca arranque do projeto de uma travessia de 70 metros e um custo estimado em 20 milhões de euros. Não foi adiantado data para início e fim da construção

A construção de uma nova ponte rodoviária sob o rio Ave, em Vila do Conde, deu na semana passada um passo decisivo com a assinatura de um protocolo entre o Município e a Infraestruturas de Portugal (IP), que permitirá avançar com o projeto de execução da futura travessia. A infraestrutura, considerada estratégica para a mobilidade local e regional, terá cerca de 70 metros de extensão e representa um investimento estimado em 20 milhões de euros.

O acordo foi formalizado a 16 de junho, numa cerimónia que contou com a presença do ministro das Infraestruturas e Habitação, Miguel Pinto Luz, e do presidente da Câmara Municipal de Vila do Conde, Vítor Costa. O documento foi assinado pelo autarca e pelo vice-presidente do Conselho de Administração da IP, Rui Coutinho, marcando o início formal de um processo há muito aguardado.

Na ocasião, Vítor Costa classificou o momento como “um dia histórico para Vila do Conde”, salientando que o protocolo agora firmado garante o arranque do desenvolvimento técnico da obra. “É o primeiro passo de um processo que nos dá a certeza de que vamos ter uma nova ponte sob o rio Ave”, afirmou o autarca, recordando que esta é uma necessidade identificada há várias décadas no concelho.

A nova travessia surge como resposta a um dos principais estrangulamentos da circulação rodoviária na cidade. A atual ponte da EN13, principal ligação entre as duas margens, regista um volume de tráfego diário superior a 26 mil veículos, cenário que provoca congestionamentos fre-



quentes, sobretudo na entrada sul de Vila do Conde.

Reorganizar mobilidade

Nesse sentido, a futura ponte tem como objetivo redistribuir o tráfego e melhorar significativamente as condições de mobilidade, não apenas dentro da cidade, mas também nas ligações à rede viária envolvente. Segundo o presidente da Câmara, a nova ponte integra uma intervenção mais ampla, que inclui a reorganização dos acessos rodoviários e a articulação com a A28, permitindo retirar pressão do centro urbano.

“Estamos a falar de uma solução estruturante, que vai contribuir para desviar o trânsito de atravessamento e melhorar a circulação interna”, sublinhou Vítor Costa, destacando o impacto positivo que a obra terá na qualidade de vida da população e na dinâmica económica do concelho.

Também o ministro Miguel Pinto Luz enquadrou a assinatura do protocolo como o cumprimento de um

compromisso assumido anteriormente com o município e com os vilacondenses. O governante referiu que o objetivo passa agora por avançar com os estudos e projetos necessários para viabilizar a nova ligação rodoviária, considerada essencial para a coesão territorial e para o desenvolvimento da região.

Com o acordo agora assinado, segue-se a fase de elaboração do projeto de execução, etapa considerada determinante para a definição do traçado final, das soluções técnicas e do enquadramento ambiental da obra. Só depois estará reunido o quadro necessário para avançar para a fase de construção.

A questão do financiamento será tratada numa fase posterior, envolvendo diferentes entidades e tendo em conta o carácter intermunicipal e estratégico da infraestrutura. Ainda assim, a autarquia reforça a determinação em concretizar o projeto, independentemente dos apoios que venham a ser assegurados.

Assembleia de Freguesia de Vila do Conde volta a reunir-se sexta-feira

A Assembleia de Freguesia de Vila do Conde vai reunir em sessão ordinária na próxima sexta-feira, 26 de junho, às 20h30, no Salão Nobre da Junta, numa reunião que ganha especial relevância após semanas marcadas por tensão política, renúncias no Executivo e forte confronto entre PS e oposição

A convocatória para a Assembleia de Freguesia de Vila do Conde confirma uma ordem de trabalhos extensa. Entre os pontos centrais estão a substituição de vogais do Executivo por motivo de renúncia, a verificação da conformidade do regime de desempenho de funções da presidente da Junta, Sílvia Ferreira, e a apreciação da informação escrita sobre a situação financeira da Junta até abril de 2026.

Serão ainda votadas as atas das reuniões anteriores, analisados compromissos plurianuais, discutida uma alteração ao Regimento da Assembleia e deliberada a atribuição do Cheque Bombeiro.

PS promete auditoria às contas

A sessão decorre poucas semanas depois do Executivo socialista ter anunciado um conjunto de medidas para reforçar a transparência, incluindo uma auditoria abrangente às contas da Junta entre 2017 e maio de 2026, envolvendo a Inspeção Geral de Finanças e uma auditoria externa independente. O Executivo propõe igualmente a criação de um regime permanente de prestação pública de contas, com

divulgação trimestral da situação financeira.

O PS tinha indicado que o Relatório e Contas de 2025 seria apreciado e votado na assembleia do próximo dia 26 de junho, contudo, a convocatória oficial não inclui esse ponto na ordem de trabalhos.

Expectativa elevada

Com a auditoria anunciada, a substituição de membros do Executivo em agenda e um ambiente político ainda marcado pela renúncia de Isaac Braga, a sessão ordinária de 26 de junho deverá ser um dos momentos mais relevantes do atual ciclo autárquico em Vila do Conde.

A reunião acontece também após a polémica assembleia extraordinária de 5 de junho, que terminou abruptamente ao fim de pouco mais de vinte minutos, sem debate, e que levou à intervenção da PSP para acalmar o ambiente no Salão Nobre. A oposição continua a exigir esclarecimentos e, no caso do CDS-PP, a defender a convocação de eleições intercalares.

A conjugação destes fatores torna a assembleia de sexta-feira decisiva para avaliar a estabilidade interna da freguesia e o grau de confronto entre maioria e oposição.

Críticas e dúvida do PCP

A assinatura do protocolo, porém, não recolheu consenso político. A Comissão Concelhia de Vila do Conde do PCP reagiu ao anúncio com forte reserva, e classificou o momento como “mais um capítulo de uma longa história de adiamentos”. Em comunicado, os comunistas recordam que a terceira travessia sob o Ave “não é nova nem inovadora”, sublinhando que se trata de “uma promessa antiga, repetida ao longo de mais de uma década por sucessivos responsáveis políticos”.

Para o PCP, a cerimónia de 16 de junho não representa um avanço real no terreno, mas antes a repetição de um padrão que, afirmam, tem marcado o processo: “anúncios, estudos, intenções e compromissos que nunca se materializaram”. O partido lembra que, enquanto isso, a atual ponte da EN13 continua sobrecarregada, com mais de 26 mil veículos diários, contribuindo para congestionamentos, riscos acrescidos de acidentes e prejuízos para quem circula diariamente entre as duas margens.

Os comunistas criticam ainda

o facto do acordo agora assinado não garantir qualquer calendarização concreta para o início ou conclusão da obra. Apesar de reconhecerem a importância estratégica da nova ponte para a mobilidade e segurança rodoviária, os comunistas contestam “a demora injustificável” e a “repetição de promessas sem resultados visíveis”. O partido defende que Vila do Conde “não precisa de mais anúncios”, mas sim de “compromissos concretos, com prazos definidos, financiamento e execução efectiva”.



Aqueduto de Vila do Conde na final regional das “7 Maravilhas”

O Aqueduto de Vila do Conde alcançou um importante reconhecimento ao garantir a passagem à Final Regional da Zona Norte das “7 Maravilhas de Portugal”, na categoria de Grandes Obras, tendo sido a candidatura mais votada nesta fase do concurso.

A distinção coloca o emblemático monumento no topo das preferências do público, refletindo o forte envolvimento da comunidade e o orgulho no património local.

A votação permitiu assegurar o primeiro lugar nesta etapa, o que reforça a visibilidade do aqueduto enquanto símbolo histórico e identitário do concelho.

O percurso segue agora para a próxima fase, com a Final Regional agendada para 8 de agosto, onde o Aqueduto de Vila do Conde voltará a disputar um lugar de destaque entre as melhores candidaturas da região Norte.



Polícia Municipal reforçada com 10 novos agentes

A Polícia Municipal de Vila do Conde vai ser reforçada com 10 novos agentes, na sequência da abertura de um concurso anunciado pela Câmara durante a cerimónia dos 25 anos da instituição, realizada a 16 de junho. A decisão já havia sido aprovada na reunião do executivo.

A celebração do 25.º aniversário da Polícia Municipal reuniu agentes, responsáveis municipais e convidados numa sessão evocativa que destacou o percurso, a dedicação e o serviço prestado por esta força de proximidade ao longo de um quarto de século. O momento ficou marcado pela entrega individual de divisas, num gesto simbólico de reconhecimento pelo papel essencial que os agentes desempenham na promoção da segurança, da proximidade e da qualidade de vida no concelho.

Para o presidente da Câmara, Vítor Costa, o reforço agora anunciado representa “a concretização de um compromisso assumido perante os vilacondenses”. O autarca sublinha que “investir na segurança é investir na confiança, na tranquilidade e na qualidade de vida de todos”.



Bebé nasce em casa com apoio dos Bombeiros

Uma recém-nascida veio ao mundo no início da madrugada do passado sábado, no interior de uma habitação em Vila do Conde, após a mãe ter entrado em trabalho de parto. O alerta foi dado aos Bombeiros de Vila do Conde às 00h36.

Para o local foi mobilizada uma equipa composta pelo chefe Valdemar Maia e pelo bombeiro de 1.ª Nuno Silva, que rapidamente avaliou a situação. À chegada, e perante o cenário encontrado, os operacionais solicitaram apoio diferenciado, tendo sido acionada a ambulância de Suporte Imediato de Vida (SIV) de Vila do Conde.

No entanto, a evolução rápida do trabalho de parto obrigou a equipa a intervir de imediato, realizando o parto no interior da residência dos pais. A operação decorreu com sucesso, permitindo o nascimento da bebé em segurança.

Após a assistência no local, a mãe e a recém-nascida foram transportadas para a unidade hospitalar, acompanhadas pelos bombeiros e pela equipa da SIV, garantindo o necessário acompanhamento clínico durante o trajeto.

Fonte da corporação manifestou satisfação pelo desfecho positivo da ocorrência e endereçou votos de felicidades aos pais, desejando “muita saúde, alegria e sorte para esta nova etapa das suas vidas”.



Rui Maia distinguido como Profissional do Ano pelo Rotary

O Rotary Club de Vila do Conde distinguiu Rui Maia, Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde, com o prémio “Mérito ao Profissional do Ano”, numa cerimónia que reuniu mais de duas centenas de pessoas e destacou um percurso marcado pela excelência, liderança e profundo compromisso social.

A distinção surge como reconhecimento do trabalho desenvolvido por Rui Maia ao longo de décadas, evidenciando não apenas a sua competência técnica e visão estratégica, mas também a dimensão humana que tem pautado a sua atuação, especialmente no serviço à comunidade vilacondense.

Rui Maia desenvolve atividade empresarial no setor da construção e na administração de entidades de ensino privado. Paralelamente, tem construído uma ligação sólida à Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde, instituição que integra desde 1984, ano em que foi admitido como irmão. Em 1990, assumiu funções como Mesário e, já em 2020, foi eleito



Provedor, sucedendo a seu pai, Arlindo Maia, reconhecido como um dos principais impulsionadores da obra social da Misericórdia no concelho.

Sob a sua liderança, a instituição, fundada em 1510, continua a afirmar-se como uma referência na área social, disponibilizando respostas diversificadas que incluem apoio à infância, cuidados de saúde, lar, centro de dia e apoio à deficiência, com presença em várias freguesias do concelho.

O Rotary Club de Vila do Conde, fiel ao ideal de “Servir”, reconhece anualmente um profissional que se destaque não apenas no exercício da sua atividade, mas também pelo impacto positivo gerado na comunidade. Este ano, a escolha recaiu sobre Rui Maia, considerado um exemplo de dedicação ao desenvolvimento social e ao bem comum.

A cerimónia de entrega do prémio decorreu no passado dia 19, num ambiente de grande companheirismo, e contou com a presença de diversas personalidades e entidades.

Rendas de Bilros protagonistas nos 50 anos do Avante

A celebração dos 50 anos da Festa do Avante vai destacar um dos mais delicados e emblemáticos saberes tradicionais vilacondenses: as Rendas de Bilros. No renovado Espaço Central, o público será convidado a mergulhar na história, na técnica e no simbolismo desta arte que atravessa séculos e continua profundamente ligada à identidade cultural do país.

A exposição nasce de uma parceria com a Associação para a Defesa do Artesanato e Património de Vila do Conde, entidade que há décadas preserva e promove o legado rendilheiro. O espaço expositivo reunirá materiais associados à prática — bilros, almofadas, padrões, e contará com a presença de rendilheiras de Vila do Conde e Peniche, os dois grandes centros produtores nacionais.

A origem das Rendas de Bilros permanece envolta em mistério, embora se admita que a técnica tenha chegado a Portugal vinda do Nor-

te da Europa, pelo menos desde o século XVI. Durante séculos, o rendilhado foi símbolo de luxo e distinção social, chegando mesmo a ser alvo de proibições devido ao seu carácter ornamental e ao valor económico que representava.

O reconhecimento internacional surgiu de forma marcante na Exposição Universal de Paris de 1889, onde as rendilheiras portuguesas conquistaram elogios e visibilidade. Já no século XX, o ofício voltou a ganhar força, impulsionado por movimentos de valorização do artesanato e da cultura popular.

Depois de um período de declínio, assiste-se hoje a uma revitalização desta tradição, sustentada pelo trabalho de associações, escolas de rendas e artesãs que mantêm viva a técnica e a transmissão do saber. É precisamente este percurso — de resistência, reinvenção e afirmação cultural, que a exposição na Festa do Avante pretende evidenciar.



Bombeiros com estreia nas Cascatas de S. João

A tradição das Cascatas de São João volta a marcar o mês de junho em Vila do Conde, com doze instalações distribuídas por vários pontos da cidade. Entre as novidades deste ano destaca-se a participação, pela primeira vez, dos Bombeiros Voluntários de Vila do Conde, que integram o roteiro com uma cascata instalada na Rua D. Sancho I, junto ao quartel-sede.

Com cerca de 20 metros quadrados, a cascata dos bombeiros ocupa a área lateral do edifício e apresenta uma composição que cruza referências religiosas, históricas e quotidianas do concelho. “A cascata apresenta aproximadamente 20 metros quadrados, ocupando a área lateral do Quartel-Sede dos Bombeiros Voluntários de Vila do Conde”, refere a organização.

A estrutura reúne elementos emblemáticos, como a Capela de Nossa Senhora do Socorro e a Capela de Nossa Senhora da Guia, além de representações do Mosteiro de Santa Clara, da Nau Quinhentista e do Aqueduto, estes últimos através de pintura. A componente ligada ao mar também assume destaque, com referências à atividade piscatória, considerada central na identidade local.

A iniciativa mobilizou cerca de 25 pessoas. “A construção contou com o empenho de bombeiros do Corpo Ativo e do Quadro de Honra, elementos da instituição e familiares”, refere a instituição.

Desafios de uma primeira participação

A dimensão do projeto colocou alguns desafios, sobretudo ao nível da organização e dos recursos. “Os principais desafios prenderam-se com a dimensão do projeto, a coordenação dos trabalhos, a gestão do tempo disponível e a execução dos diversos detalhes que compõem a cascata”, explica a associação, ao referir ainda a necessidade de garantir materiais num ano de estreia. Apesar disso, as expectativas são positivas. “Esperamos uma forte adesão da população e dos visitantes, proporcionando um espaço de convívio e valorização das tradições sanjoaninas”, afirmam os responsáveis.

Para além da cascata dos Bombeiros, o roteiro inclui outras onze localizações: Paços do Concelho, Largo Dr. Cunha Reis, Praça de São João, Largo da Bajoca, Largo Dr. Acácio Barbosa, Largo Prof.ª Cristina A. Cordeiro, Rua Joaquim Maria de Melo, Largo Guilherme Gomes

Fernandes, Avenida Dr. Artur Cunha Araújo, Rua dos Benguiados e Largo Antero de Quental.

Noitada com muita tradição popular

Vila do Conde assinala, esta terça-feira, a noite mais emblemática das festividades sanjoaninas com um programa que conjuga tradição, animação popular e espetáculo, que inclui também a atuação do cantor Toy. A “Grande Noite de São João” prolonga-se pela madrugada, reunindo vários momentos distribuídos por diferentes pontos da cidade.

O arranque está marcado para as 22h00, com o desfile das Marchas Luminosas protagonizado pelos Ranchos do Monte e da Praça. Às 23h30, os dois ranchos voltam a assumir protagonismo com atuações no Monte do Mosteiro e na Praça de São João, dois espaços centrais associados à tradição festiva. Já após a meia-noite, à 01h00, o Estuário do rio Ave recebe um espetáculo de fogo de artifício que inclui vertentes aquática, piromusical e uma cachoeira.

A programação da noite prossegue com música ao vivo. À 01h30, o cantor Toy atua no Cais da Alfândega, encerrando um dos momentos mais aguardados das festas com um concerto dirigido ao público em geral.

Na quarta-feira, 24 de junho, feriado municipal dedicado a São João Batista, o programa assume um carácter mais solene, sem deixar de lado a componente cultural. As comemorações iniciam-se às 10h00, com a entrada da Banda Filarmónica de Amares e da Banda Musical São Vicente de Alfena no Largo dos Artistas. As duas bandas regressam às 14h30, desta vez na Praça Vasco da Gama.

A vertente religiosa ocupa lugar central durante a tarde. Às 15h30, realiza-se a eucaristia solene na Igreja Matriz, seguida da procissão em honra de São João Batista, padroeiro de Vila do Conde, marcada para as 17h00. As bandas filarmónicas voltam a atuar às 19h00, na Praça Vasco da Gama, com um concerto conjunto que encerra a programação musical diurna.

Ao início da noite, a tradição popular volta a ganhar destaque. Às 21h30, os Ranchos do Monte e da Praça protagonizam a habitual “Ida à Praia”, um dos momentos simbólicos associados ao São João na cidade.

As celebrações terminam à meia-noite, com uma sessão de fogo preso no Estuário do rio Ave, que assinala o encerramento das comemorações do feriado municipal.



O futuro fazemos agora

INSCRIÇÕES ABERTAS



Colégio Jardim das Cores
vila do conde
O futuro fazemos agora.

252 640 960
geral@ColégioJardimDasCores.com
www.ColegioJardimDasCores.com



grande Colégio
grande do vau
O futuro fazemos agora.

252 291 650
geral@GrandeColegioPV.com
www.GrandeColegioPV.com



Colégio de Amorim
povoia de varzim
O futuro fazemos agora.

252 692 900
geral@ColégioDeAmorim.com
www.ColegioDeAmorim.com

Creche

Jardim de Infância

1º CEB

2º CEB

3º CEB

Secundário

SERVIÇOS DISPONÍVEIS

Transportes

Programa de Férias

Atividades Extra Curriculares

Serviço de Psicologia

Catequese



MAIS/Semanário nº 675 23-06-2026

MUNICÍPIO DA PÓVOA DE VARZIM
ASSEMBLEIA MUNICIPAL

EDITAL

AIRES HENRIQUE DO COUTO PEREIRA, PRESIDENTE DA ASSEMBLEIA MUNICIPAL DA PÓVOA DE VARZIM, Torna público, em conformidade com o disposto nos artigos 27.º e 30.º, n.º 1, alínea b) do Regime Jurídico das Autarquias Locais (aprovado pela Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro), que no dia **25 de junho de 2026, pelas 21.00 horas,** terá lugar, no Salão Nobre dos Paços do Município, uma **SESSÃO ORDINÁRIA** desta Assembleia Municipal, com a seguinte

ORDEM DO DIA

1. Aprovação da ata da sessão de 29 de abril de 2026;
2. Apreciação da Informação do Presidente da Câmara acerca da atividade do Município;
3. Apreciação e votação de proposta de Regulamento de Funcionamento da Comissão Municipal de Proteção Civil da Póvoa de Varzim;
4. Apreciação e votação de proposta de Regimento do Conselho Municipal de Saúde;
5. Apreciação e votação de proposta de revisão do Regulamento do Conselho Municipal de Segurança;
6. Apreciação e votação de Pedido de Declaração de Utilidade Pública – Processo de Expropriação – Casa Típica dos Pescadores;
7. Apreciação e votação de Proposta de alteração da composição do Conselho Municipal de Educação;
8. Apreciação e votação de pedido de autorização para abertura de concurso público para adjudicação da Aquisição de Serviços na Área de Seguros e de pedido de autorização da assunção e repartição dos encargos emergentes do contrato a celebrar.

PÓVOA DE VARZIM, 2026-06-21

O PRESIDENTE DA ASSEMBLEIA MUNICIPAL,
AIRES HENRIQUE DO COUTO PEREIRA

MAIS/Semanário nº 675 23-06-2026

HACOP – IMOBILIÁRIA, LDA.

INSOLVÊNCIA

Proceder-se-á à venda, no âmbito do processo de insolvência nº 5024/24.OT8VNF do Tribunal Judicial da Comarca de Braga, Juízo de Comércio de Vila Nova de Famalicão – Juiz 4, de vários bens imóveis sítos em Chaves, Vila Nova de Famalicão e Póvoa de Varzim que integram a sociedade insolvente, **(a descrição dos bens poderá ser consultada em <http://www.nunooliveiradasilva.pt>)**.

O Administrador da Insolvência, até **22 de Julho de 2026**, facultará os termos e condições da venda e a relação dos bens objecto da venda a quem o solicitar. Os imóveis localizados no concelho de Chaves poderão ser vistos, **mediante marcação prévia até ao dia 14 de Julho de 2026**, e os imóveis localizados no concelho de Vila Nova de Famalicão e Póvoa de Varzim poderão ser vistos, **mediante marcação prévia até ao dia 15 de Julho de 2026**, nas condições estabelecidas no artigo 818º do Código do Processo Civil. Os termos e condições da venda estão disponíveis para consulta em <http://www.nunooliveiradasilva.pt>.

Administrador da Insolvência:	Contactos para informações:
Dr. Nuno Oliveira da Silva	Telefone: 252 921 115
Quinta do Agrelo	
Rua do Agrelo, 236	E-mail: vendas@nunooliveiradasilva.pt
4770-831 Castelões VNF	Http://www.nunooliveiradasilva.pt

Local, dia e hora para a abertura das propostas apresentadas para os bens imóveis sítos nos concelhos de Vila Nova de Famalicão e Póvoa de Varzim: **escritório do Administrador Judicial, sito na Quinta do Agrelo, Rua do Agrelo, 236, Castelões (Vila Nova de Famalicão), pelas 11 horas do dia 24 de Julho de 2026.**

Local, dia e hora para a abertura das propostas apresentadas para os bens imóveis sítos no concelho de Chaves: **Loja nº 29 do Centro Comercial Charlot, sito na Rua Cândido dos Reis, Chaves (5400-163), pelas 11 horas e 30 minutos do dia 23 de Julho de 2026.**

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!

MAIS/Semanário



Seja assinante
e tenha acesso
a informação
exclusiva



Av. Vasco da Gama, 60
4490-410 Póvoa de Varzim

www.maissemanario.pt
geral@maissemanario.pt

t 965 288 522
t 252 823 032

adn Group de empresário poveiro reúne decisores sob o mote “Humanizar o Digital”

O adn Connect 2026 juntou empresários, académicos e quadros de decisão no Meliá Braga, numa sala cheia, em torno de uma convicção clara: humanizar o digital não é uma tendência, é uma escolha



O adn Group realizou a 16 de junho, a segunda edição do adn Connect, o encontro anual dedicado ao futuro do digital nas empresas. Perante uma sala cheia de empresários, o evento reuniu nomes de referência da tecnologia, da cibersegurança e da liderança em torno do mote “Humanizar o Digital”. A condução esteve a cargo da jornalista Maria Luís Albuquerque (CNN Portugal/TVI).

A abertura coube ao poveiro Rui Leal, administrador do adn Group, que enquadrou o momento do grupo. “Este encontro mostra o momento do adn Group. A integração no Grupo Bernardo da Costa dá-nos



escala para uma ambição maior: colocar Braga e o Minho no centro da economia digital portuguesa, sem nunca perder de vista as pessoas”, afirmou.

Foi também essa a leitura de Susana Barros, Diretora Geral da adn Digital Partner, ao posicionar o papel da empresa junto das marcas. “O ‘Partner’ no nosso nome não é um detalhe, é a forma como trabalhamos: ao lado de quem decide, com estratégia e tecnologia próprias. Humanizar o digital não é uma tendência, é uma escolha”, sublinhou.

O programa cruzou três frentes que definem hoje a agenda digital

das empresas: cibersegurança, inteligência artificial e sucesso empresarial.

“Soluções que aproximam”

Para Bruno Soares, Diretor Geral da adn Tech, é aqui que se joga a verdadeira proposta de valor: “a tecnologia só tem valor quando serve as pessoas. Da cibersegurança à inteligência artificial, o que trouxemos a esta sala foi exatamente isso: soluções que aproximam, em vez de afastarem.”

A dimensão humana da liderança ganhou voz com Ricardo Costa, que

lançou o seu segundo livro, e que desenvolveu o tema às pessoas. “Falamos muito de transformação digital e esquecemo-nos de que a transformação que conta acontece nas pessoas. Liderar é, antes de tudo, um ato humano”, observou.

A par das intervenções, o encontro reservou amplo espaço ao networking entre os participantes, um dos elementos mais valorizados pela audiência. O adn Connect 2026 confirmou o adn Group como ponto de encontro do tecido empresarial em torno das lideranças, reforçando o papel de Braga e do Minho como motor da economia digital do país.

Homem interdetado pela Polícia Municipal após ameaças com arma branca

A Polícia Municipal da Póvoa de Varzim interdetou, na segunda-feira, 22 de junho, um homem suspeito de ter ameaçado vários cidadãos com uma arma branca, na Rua do Século.

De acordo com a informação apurada, o alerta foi dado pelas próprias vítimas, que reportaram a situação às autoridades. Na sequência da denúncia, uma patrulha da Polícia Municipal deslocou-se rapidamente ao local, conseguindo localizar e interdetar o suspeito.

Após a abordagem, foi acionada a Polícia de Segurança Pública (PSP), que assumiu a ocorrência. A PSP procedeu à recolha de provas no local e à formalização do respetivo procedimento criminal, com base nas queixas apresentadas pelos cidadãos envolvidos.

As autoridades não avançaram, até ao momento, com mais detalhes sobre a identidade do suspeito ou as circunstâncias concretas que estiveram na origem das ameaças.



Homem detido por agressão a trabalhador

A Polícia Municipal da Póvoa de Varzim deteve, a 19 de junho, um homem suspeito da prática de um crime de ofensa à integridade física, na Praça do Almada, confirmou fonte da Polícia Municipal.

A detenção ocorreu ao início da tarde, depois de o indivíduo ter agredido um trabalhador que se encontrava no local a proceder à instalação das iluminações para as Festas de São Pedro. A agressão terá acontecido sem qualquer justificação ou motivo aparente.

A autoridade referiu ainda que já existiam indícios que apontavam para uma eventual ligação do suspeito a outros episódios de agressão registados em vários pontos da cidade, igualmente sem explicação aparente.

Após a intervenção da Polícia Municipal, o homem foi entregue à PSP, ficando sob detenção e notificado para comparecer em tribunal.

Imoleite celebra 27 anos de excelência no setor imobiliário na Póvoa de Varzim

A Imoleite – Mediação Imobiliária assinalou, no sábado, o seu 27.º aniversário de existência na Póvoa de Varzim, numa celebração marcada pela proximidade, reconhecimento e espírito de gratidão.

O encontro teve lugar no estabelecimento da empresa, situado na Praça do Almada, onde o fundador António Carlos, acompanhado pela sua esposa Karla e pela filha Renata, recebeu amigos próximos, clientes de longa data e diversas entidades que, ao longo dos anos, têm acompanhado o seu percurso no setor imobiliário local.

Com uma vasta experiência no mercado, António Carlos tem sido uma referência na mediação imo-

biliária na região, construindo relações assentes na confiança e na dedicação. Durante o momento celebrativo, o empresário fez questão de agradecer a presença de todos e, em particular, a confiança depositada na sua pessoa, na sua família e no trabalho desenvolvido pela Imoleite ao longo de quase três décadas.

A celebração ficou marcada pelo tradicional cantar dos parabéns, seguido de um convívio descontraído, onde não faltaram boas conversas, partilhas de memórias e votos de continuidade e sucesso. Uma data simbólica que reforça o percurso sólido da Imoleite e projeta um futuro de continuidade e crescimento.



Muito além do traje os segredos de uma Tricana

Ser Tricana é muito mais do que vestir um traje bonito na noite de São Pedro. É carregar uma tradição que atravessa gerações, representar um bairro inteiro e preservar costumes que resistem ao tempo. Mas, por trás do brilho das rusgas, existem meses de preparação e curiosidades que poucos conhecem. O famoso puxo nos cabelos, uma das imagens de marca das tricanas, exige mais de duas horas de trabalho, incluindo cerca de 45 minutos apenas de secador. Hoje existem lacas, espumas e géis para fixar o penteado. Mas você sabia que antigamente as ondas do cabelo eram sustentadas com uma mistura de água e açúcar?

Os trajes, que se popularizaram entre as décadas de 1920 e 1960, eram compostos por xale, avental, saia, lenço e chinelos de salto alto. Com o passar dos anos, a moda popularizou-se, com a chegada da moda internacional na década de 70, a Tricana poveira tornou-se símbolo de tradição. Os trajes que antigamente não levavam brilhantes evoluíram e ganharam bordados elaborados e pedrarias

que iluminam as ruas da cidade. Dependendo do material usado, como as pedras de vidro, os trajes podem ter valores bem elevados. Ainda assim, durante as Rusgas, a tradição mantém-se viva em elementos indispensáveis, como as meias carrisca, o lenço, os brincos em movimento e, claro, o impecável puxo.

Para enfrentar os quilómetros da grande noite, os sapatos, chamados de 'chinelas', são hoje mais confortáveis e com maior investimento, principalmente para as Tricanas que não abrem mão de deixá-los almofadados. Já os pés, recebem cuidados especiais nas semanas que antecedem a festa, entre esfoliações, hidratações diárias e cuidados redobrados, tudo é pensado para aguentar as horas de desfile. No final, muitas Tricanas recorrem ao tradicional banho de água 'muito quente' com sal grosso para aliviar o cansaço. Afinal, no São Pedro, cada Tricana não representa apenas a sua beleza, mas uma herança que continua a desfilir, orgulhosamente, de geração em geração.

O TRAJE POVEIRO

(Tricana)

Póvoa de Varzim

BELEZA



Num ritmo de vida cada vez mais acelerado, reservar um momento para cuidar de si faz toda a diferença. A Inês Guimarães Estética nasceu precisamente com esse propósito: proporcionar um espaço acolhedor, moderno e dedicado à valorização da beleza e do bem-estar de cada cliente. Se procura renovar o visual, preparar-se para uma ocasião especial ou simplesmente desfrutar de um momento de cuidado pessoal, aqui encontrará serviços como cabeleireiro,

unhas e maquilhagem, aliados a tratamentos de estética e bem-estar, como Lipozero, drenagem linfática e pressoterapia. Com uma atenção especial aos detalhes e um acompanhamento próximo, a Inês Guimarães Estética distingue-se pela qualidade dos seus serviços e pelo compromisso de fazer cada cliente sentir-se mais confiante, bonita e bem consigo própria. Descubra mais sobre os serviços, trabalhos realizados e novidades através da página de Instagram @ines.guimaraes.estetica e acompanhe de perto tudo.

TRADIÇÃO E ELEGÂNCIA

A última edição do Miss Póvoa trouxe consigo uma curiosa ligação ao São Pedro. Este ano, quando a noite chegar às ruas da Póvoa, dois rostos bem conhecidos, do público do Miss Póvoa de Varzim, estarão a representar dois bairros emblemáticos.

Clara Feiteira, Miss Póvoa de Varzim 2025, Tricana do Bairro Norte e Daniela Vareiro, segunda Dama de Honor, Tricana do Regufe, partilham uma ligação especial e têm em comum muito mais do que os

títulos conquistados. Fora dos holofotes, é nas rusgas, nos trajes e nas tradições que vivem uma das suas maiores paixões. Um pormenor que mostra como o concurso de beleza e a maior festa poveira se cruzam, celebrando não só a elegância, mas também a identidade e o orgulho de ser poveiro.

Separadas pelas cores dos bairros, unidas pelo amor às tradições e pela mesma paixão que lhes corre nas veias desde pequenas. Ambas mostram que o verdadeiro encanto do São Pedro está precisamente

nesta união. Afinal, quando chega a grande noite, Norte, Regufe e toda a cidade dançam ao mesmo ritmo. Enquanto Clara carrega a tradição familiar e o orgulho de ser Tricana do Bairro Norte, Daniela vive a mesma paixão no Regufe, onde diz que ser tricana "não se explica, sente-se". Há poucos dias da grande noite de São Pedro, as duas eleitas mostram que a beleza poveira vai muito além da passerelle, elas também representam uma das mais genuínas expressões da identidade poveira.

Clara
Feiteira
Miss Póvoa de Varzim 2025

"Hoje, dizer 'sou Tricana do Bairro Norte' é carregar, com orgulho, uma herança que continua viva, é fazer parte de uma tradição que continua a passar de geração em geração. No Bairro Norte, a Tricana nunca é apenas uma participante, é o rosto de um bairro inteiro e, muitas vezes, a continuação da história da sua própria família"



"Eu danço no bairro de Regufe, desde pequena, ser Tricana já faz parte da minha essência. É algo que não se explica, sente-se, pois nos é incutido desde sempre. Poder representar a nossa tradição é um orgulho, no passado sábado, dia 20, por exemplo, fomos ao São João, de Fafe com a nossa Rusga e mostramos um pouco do São Pedro poveiro".

Daniela
Vareiro
2ª Dama de Honor
Miss Póvoa de Varzim 2025



Aceda ao QR Code e faça já a sua inscrição no Miss Póvoa de Varzim 2026



MAIS/Semanário



2026

Inscrições Abertas

Até 20 de julho

Faz a inscrição aqui!





23 A 29 JUNHO

POUPE
ESTA SEMANA*pingo doce*
sabe bem pagar tão pouco**XAU****60%**
SOBRE O PVPR**DETERGENTE LÍQUIDO
P/ROUPA XAU + VANISH**Tira nósdoas
80 Doses
PVPR: 24,99€/Unid.**9,99€**
Unid.**E GANHE****1,99€**
Unid.**EM SALDO****DETERGENTE EM PÓ
P/ROUPA XAU**Regular
85 Doses
PVPR: 29,99€/Unid.**50%**
SOBRE O PVPR**9,99€**
Unid.**E GANHE****1,99€**
Unid.**EM SALDO****TERÇA A DOMINGO****20%****EM SALDO**
NESTAS MARCAS
ACUMULÁVEL COM TODAS AS
PROMOÇÕES EM FOLHETO**SEM VALOR MÍNIMO DE COMPRA****SONASOL****POUPE**
25%**LAVA TUDO SONASOL**
Amoniacal 1,25lt
2,99€/Unid.**2,24€**
Unid.**E GANHE****0,44€**
Unid.**EM SALDO****RENOVA****POUPE**
25%**PAPEL HIGIÉNICO RENOVA**
Compact Extra XXL
Emb. 18=45 Rolos
11,85€/Emb.**8,84€**
Emb.**E GANHE****1,76€**
Emb.**EM SALDO****25%**
OU MAIS**EM MAIS DE 200 VINHOS
DO DOURO, DÃO, BEIRAS
E TRÁS OS MONTES**

Seja responsável. Beba com moderação.

16 A 29 DE JUNHO
TUDO PARA CUIDAR
DE SI E DA CASA**A PREÇOS
BAIXOS****APROVEITE**
+DE 70
MARCAS EM
PROMOÇÃOVeja o folheto em loja
ou em pingodoce.pt

Promoção válida de 23 a 29 junho de 2026 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. Por PVPR deve entender-se o preço de venda sugerido ou recomendado pelo fabricante, produtor ou fornecedor. 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.

DESCARREGUE
A APP