



PULL&BEAR x OPTICALJA
**THE
BEACH CLUB**
Endless summer Ocean mood



OPTICALJA
PÓVOA DE VARZIM
Praça do Almada, 52 A | Tel. 252043205 / 92718

www.maissemanario.pt • Diretor: Virgílio Tavares • Sai às quartas • 22 julho 2026 • Preço Avulso: 1,50€ • Ano 15 • Nº 680

MAIS/Semanário



APP
JUNQUEIRA Nº1
MEMÓRIA E MOBILIDADE EM SENIORES?
AS RESPOSTAS ESTÃO AQUI

DESPORTO
**Futebol
amador de
Vila do Conde
eternizado
em livro**

Página 22



Ministro garante reforço de recursos para PSP e GNR da Póvoa de Varzim

Página 4

| 50 mil euros em obras no posto da GNR e mais agentes da PSP para 2027

ATUALIDADE

UNIR garante viagens entre Póvoa, Aeroporto e polo Universitário

Página 6



DESPORTO

Varzim garante 11 reforços e começa Liga 3 na Trofa

Página 18

VILA DO CONDE

“Prainha” das Caxinas com vigilância garantida

Página 23

Receba todos os meses 10% da fatura de energia em saldo Pingo Doce

edp pingo doce

Para novos e atuais clientes EDP. Consulte todas as condições em edp.pt e em pingodoce.pt

BARBOSA
ourivesaria
42 ANOS

CULTURA

Festival de Música termina sábado no Cine-Teatro Garrett

Página 12

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

CA Crédito Agrícola

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.



Diocese nomeia novo pároco para Balasar e redefine equipa pastoral

Por decisão do Arcebispo Metropolitano de Braga, D. José Cordeiro, o padre Carlos Manuel Gonçalves foi nomeado pároco de São Miguel de Arcos e Santa Eulália de Balasar, do arciprestado de Vila do Conde/Póvoa de Varzim

Na missão pastoral, o novo padre de Balasar, que vai entrar em funções no mês de agosto, contará com a colaboração do padre Krzysztof Balbaczynski, que exercerá funções de vigário paroquial.

A mudança marca o fim do serviço paroquial do padre Manuel Neiva na paróquia de Balasar. Recentemente distinguido com o título de Monsenhor, o sacerdote deixará a condução diária da paróquia para se dedicar em exclusivo à gestão do novo Santuário de Alexandrina de Balasar, cuja inauguração está agendada para os dias 10 e 11 de outubro, bem como à presidência da Fundação Alexandrina de Balasar.

A reorganização pastoral surge numa fase particularmente importante para a comunidade de Balasar, que se prepara para a abertura do novo santuário dedicado à Beata Alexandrina, projeto que deverá reforçar

a dimensão religiosa e de peregrinação da freguesia.

Freguesias vilacondenses com novo padre

Além das funções em Balasar, o padre Krzysztof Balbaczynski foi também nomeado vigário paroquial das paróquias de Santa Marinha de Ferreiró, Santo André de Parada, Santa Maria de Bagunte e São Martinho de Outeiro, sob a moderação pastoral do padre Carlos Manuel Fernandes Gonçalves.

As nomeações anunciadas inserem-se no conjunto de alterações promovidas por D. José Manuel Garcia Cordeiro para responder às atuais necessidades pastorais da Arquidiocese de Braga, que assegura a continuidade da ação evangelizadora e do acompanhamento das comunidades locais.



Padre da paróquia das Caxinas assume também a de Argivai



A Arquidiocese de Braga anunciou, no domingo, 19 de julho, um conjunto de novas nomeações pastorais que abrangem o Arciprestado de Vila do Conde/Póvoa de Varzim. Entre as alterações destaca-se a nomeação do padre Daniel de Sousa Neves como pároco de São Miguel de Argivai, acumulando esta missão com os restantes serviços pastorais que já desempenha.

A decisão surge na sequência da transferência do padre Pedro Fraga da Cunha, que foi dispensado das paróquias de Nosso Senhor dos Navegantes das Caxinas, São João Batista de Vila do Conde e São Miguel de Argivai. O sacerdote foi nomeado colaborador das paróquias de Santa Ana de Vimieiro e São Lourenço de Celeirós, no Arciprestado de Braga.

Com esta reorganização pastoral, a comunidade de Argivai passará a estar sob a orientação do Padre Daniel Neves, sacerdote na Igreja

dos Navegantes, Caxinas, e que assume agora a responsabilidade de conduzir a vida pastoral da paróquia de São Miguel de Argivai.

Outra das decisões anunciadas pelo Arcebispo de Braga, D. José Cordeiro, prende-se com o envio do Diácono Pedro Martins para realizar o seu estágio pastoral nas paróquias de São Miguel de Argivai e Nosso Senhor dos Navegantes das Caxinas. Durante este período, o diácono ficará sob a moderação do Padre Daniel Neves, podendo assim aprofundar a sua experiência pastoral junto das comunidades locais.

Embora o decreto das nomeações tenha sido divulgado a 19 de julho, não foi indicada a data concreta para a entrada em funções dos novos responsáveis. No entanto, à semelhança do que tem acontecido em anos anteriores na Arquidiocese de Braga, as mudanças pastorais deverão concretizar-se durante o mês de setembro.

Vilacondense ordenado sacerdote na Sé de Braga

Carlos José Furtado Ferreira, natural da paróquia de São Martinho de Outeiro Maior, em Vila do Conde, foi ordenado sacerdote no passado domingo, na Sé de Braga, numa celebração presidida pelo arcebispo D. José Cordeiro.

A cerimónia assinalou o culminar de vários anos de formação no Seminário Maior de Braga e de um ano de estágio pastoral realizado em diferentes comunidades da Arquidiocese. Carlos Furtado exerceu o seu ministério diaconal em paróquias do Arciprestado de Fafe, enquanto Bruno Pinto realizou o estágio na Paróquia de Nosso Senhor dos Navegantes, nas Caxinas, e Diogo Antunes em comunidades de Vila Nova de Famalicão.

Com 35 anos de idade, o sacerdote vilacondense escolheu como lema de ordenação a expressão bíblica "Servidor da vossa alegria", retirada da Segunda Carta de São Paulo aos

Coríntios. Para Carlos Furtado, esta frase traduz a forma como entende o sacerdócio: uma vocação vivida ao serviço dos outros e inspirada pelo Evangelho.

Exercício de funções em Fafe

"Não somos senhores, mas servidores. Queremos ajudar as pessoas a crescer na fé e a encontrar a verdadeira alegria em Deus", afirmou o novo sacerdote, sublinhando que o ministério presbiteral deve ser exercido numa atitude de proximidade, humildade e dedicação às comunidades cristãs.

Após a ordenação, Carlos Furtado foi nomeado administrador paroquial das paróquias de Santa Maria de Antime, São Martinho de Armil e São Clemente de Silvares, no Arciprestado de Fafe, sob a moderação do padre José António Ribeiro de Lima Carneiro.



Bicicletas e motas antigas promovem Festas de Aguçadoura



Centenas de bicicletas e motas antigas desfilaram, nos últimos dois domingos, entre Aguçadoura e a cidade da Póvoa de Varzim, em dois passeios tradicionais promovidos pela Comissão de Festas de Nossa Senhora da Boa Viagem que voltou a reunir apaixonados pelos clássicos de duas rodas.

Integrado no programa das Festas de Nossa Senhora da Boa Viagem, os eventos transformaram-se numa verdadeira celebração do património motorizado e velocipedico, ao juntar desde as tradicionais motorizadas e bicicletas portuguesas que marcaram várias gerações até modelos clássicos internacionais de grande valor histórico e sentimental.

Os passeios começaram em Aguçadoura e percorreram várias artérias do concelho até chegar ao centro da Póvoa de Varzim. Um dos momentos mais marcantes aconteceu na

Praça do Almada, onde centenas de motas e de bicicletas estiveram expostas, preenchendo o espaço do centro da cidade. A presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Andrea Silva, associou-se às duas iniciativas que tem vindo a ganhar dimensão e reconhecimento ao longo dos últimos anos.

As Festas de Nossa Senhora da Boa Viagem, um dos momentos mais aguardados da freguesia de Aguçadoura, tem o seu ponto alto esta semana. O programa inclui vários espetáculos ao ar livre, momentos de animação popular e os habituais atos religiosos, com destaque para esta quinta-feira com a Procissão de Velas, e no domingo, com a missa solene e a majestosa procissão em honra de Nossa Sra. da Boa Viagem, que voltará a percorrer as ruas da freguesia.



Junto ao Mercadona
Moradias c/ R/C
e 1.º Andar
Cozinha equipada (BOSCH)
Garagem fechada

€ 475.000

Cozinha equipada
Boas Áreas c/ Terraço
Garagem fechada c/ arrumos

€ 339.500

Junto à Rua da Junqueira
Garagem individual

€ 427.500

Grd jardim, Cozinha equipada
Terraço, Garagem p/2 carros

€ 750.000

Terraço c/40 m2, Cozinha equip.
Garagem fechada c/ arrumo

€ 375.000

www.imoleite.com

966 907 039 • 252 624 666

NINO abre portas no Casino Barrière Póvoa com vista privilegiada para o mar



O Casino Barrière Póvoa inaugurou o NINO, um novo restaurante que promete tornar-se um dos espaços de referência da restauração na cidade durante este verão. Localizado ao cimo da escadaria principal do casino, antes da zona de identificação e acesso ao espaço de jogo, o restaurante está aberto a todos os públicos, permitindo a entrada de famílias com crianças e adolescentes.

Instalado na emblemática varanda voltada para a marina, o NINO oferece uma vista privilegiada sobre o mar e o porto de pesca da Póvoa de Varzim, proporcionando o cenário ideal para um jantar ao pôr do sol ou para um agradável início de noite junto à costa.

Inspirado no conceito italiano da dolce vita, o novo espaço apresenta uma carta assente na cozinha transalpina, mas enriquecida com influências portuguesas e um toque poveiro. Entre as propostas gastronómicas destacam-se pizzas artesanais, diversas variedades de massas, pratos tradicionais portugueses como

o bacalhau e especialidades internacionais, incluindo o clássico escalope à milanesa.

A decoração foi concebida para recriar o ambiente descontraído dos dias quentes de verão, apostando numa atmosfera acolhedora e familiar. O restaurante integra ainda um bar dedicado a cocktails e uma programação de animação regular, com música ao vivo às quartas-feiras e aos sábados, reforçando o carácter festivo do espaço.

Esta é a segunda localização da marca NINO, depois da sua estreia na Baía de Saint-Tropez, em França, e surge integrada na estratégia de renovação da oferta de restauração do Casino Barrière Póvoa, cuja gestão passou para o Grupo Barrière em maio deste ano.

Aberto de quarta-feira a domingo, entre as 19h30 e as 22h30, o NINO apresenta-se como uma nova proposta gastronómica para quem procura combinar boa comida, vistas únicas sobre o Atlântico e o espírito de verão que caracteriza a Póvoa de Varzim.



Ministro confirma investimento na PSP e GNR da Póvoa de Varzim

A visita do ministro da Administração Interna à Póvoa de Varzim, realizada na manhã de terça-feira, marcou um dia de trabalho dedicado ao reforço da segurança no concelho, com medidas concretas e uma aposta clara na proximidade entre forças policiais e população.

Luís Neves reuniu-se com a presidente da Câmara Municipal, Andrea Silva, e visitou a Esquadra da PSP. A deslocação integrou um roteiro mais amplo, que incluiu também Valongo e Maia, e teve como objetivo avaliar no terreno projetos, infraestruturas e necessidades específicas das comunidades.

Durante a reunião, o ministro ouviu as preocupações e prioridades apresentadas pela presidente da Câmara, que destacou a necessidade de garantir mais meios humanos e melhores condições de trabalho para quem assegura diariamente a segurança dos poveiros.

Entre as medidas anunciadas, destaca-se o investimento de 50 mil euros, ainda este ano, para obras de beneficiação no Posto Territorial da GNR da Póvoa de Varzim, considerado essencial para melhorar a capacidade operacional da força.

O Governo comprometeu-se também a manter o efetivo de 49 agentes da PSP na Esquadra da Póvoa de Varzim, e garantiu que este número será reforçado de forma gradual a partir de 2027, após a conclusão dos cursos de formação que decorrem este ano.

A GNR da Póvoa também será reforçada com mais recursos humanos e três viaturas de patrulhamento, quando anteriormente existia apenas uma. Esta evolução traduz-se numa maior capacidade de resposta operacional e numa presença mais consistente no território.

Outro ponto central da reunião foi o reforço da articulação entre Polícia Municipal, PSP e GNR. A criação de soluções conjuntas, como brigadas mistas, foi destacada como uma via para melhorar a eficácia das operações e garantir que os poveiros beneficiam de uma atuação coordenada, rápida e adaptada às necessidades reais do concelho.

Andrea Silva satisfeita com compromissos do ministro

À margem da reunião de Câmara, Andrea Silva reforçou a satisfação com os compromissos assumidos pelo ministro. Questionada sobre a futura inauguração da nova esquadra de Vila do Conde e o impacto que poderia ter na Póvoa de Varzim, a presidente foi clara: “o Sr. ministro mostrou total disponibilidade para

manter a nossa esquadra, que é considerada complexa, e para reforçar o número de agentes no próximo ano. Fiquei bastante satisfeita com essa clareza.”

A autarca destacou ainda que a visita permitiu abordar três áreas essenciais: PSP, GNR e Polícia Municipal. Sobre a GNR, sublinhou que o reforço recente de meios humanos e viaturas deixa agora espaço para avançar com a requalificação das instalações. Já no que toca à Polícia Municipal, recordou que a Póvoa de Varzim foi pioneira na sua criação, em 2001, e que o município aguarda as revisões nacionais das carreiras e competências, que poderão trazer novas oportunidades de reforço.

Andrea Silva sublinhou que a segurança “constrói-se com investimento, cooperação e decisões concretas”, garantindo que o município continuará a acompanhar de perto a execução dos compromissos assumidos pelo Governo. Para a presidente, este é mais um passo decisivo para assegurar uma Póvoa de Varzim mais protegida, mais preparada e mais próxima das expectativas dos seus habitantes.



Acesso à plataforma Vortal e canal de denúncias une forças políticas

A reunião do executivo municipal da Póvoa de Varzim, realizada ao final da tarde de terça-feira, ficou marcada pelo debate em torno de uma proposta apresentada pelos vereadores da Aliança Poveira destinada a reforçar os mecanismos de transparência e fiscalização da atividade municipal, nomeadamente através do acesso à plataforma de contratação pública Vortal e do acompanhamento do canal de denúncias do município

A proposta acabou por ser retirada para reformulação, depois de recolher contributos do executivo liderado por Andrea Silva e dos vereadores do Chega, existindo, contudo, consenso político quanto aos objetivos centrais da iniciativa.

Relativamente à plataforma Vortal, utilizada pelo município para a tramitação dos procedimentos de contratação pública, a presidente da Câmara, Andrea Silva, explicou que já existe uma decisão anterior, de 5 de maio, no sentido de disponibilizar aos vereadores acesso à ferramenta. Contudo, a concretização da medida está dependente de desenvolvimentos técnicos na própria plataforma.

“Passa a ser exigível que a plataforma tenha um módulo informático para que os ajustes diretos simplificados fiquem registados através dessa plataforma e não por e-mail, como é até agora aceite pelo município”, explicou a autarca, acrescentando que o executivo aguarda a disponibilização dessa funcionalidade para implementar a medida.

Andrea Silva sublinhou ainda que a informação relativa à contratação pública já é pública, pelo que o acesso direto à Vortal permitirá sobretudo facilitar a consulta por parte dos eleitos. “A única coisa que isto lhes tira é trabalho de ir procurar nas outras plataformas. Têm uma password e têm acesso direto à contratação pública”, afirmou.

Do lado da Aliança Poveira, o vereador João Trocado considerou que a iniciativa reforça o papel fiscalizador da oposição. O eleito defende que os vereadores devem poder consultar os processos em tempo real, sem necessidade de pedidos prévios ou de esperar pela publicação dos procedimentos.



Reunião do executivo regressou à tradicional sala de reuniões, após alguns meses

“Entendemos que o facto de todos os vereadores terem acesso a esta ferramenta pode ser importante na prevenção de eventuais problemas relacionados com a contratação pública”, afirmou, referindo que a proposta mereceu unanimidade e não gerou divergências na discussão.

Também o vereador do Chega, José Luís Vasconcelos, manifestou apoio à medida. “O Partido Chega é totalmente a favor da transparência contra a opacidade”, afirmou, defendendo a criação de um acesso exclusivamente para consulta dos processos. “Não

queremos interferir nos procedimentos, mas queremos escrutiná-los e saber o que se passa”, acrescentou.

Canal de denúncias em estudo

Outro dos temas em destaque foi o canal de denúncias do município, uma plataforma destinada à comunicação de situações relacionadas com corrupção, assédio, conflitos de interesse ou outras irregularidades, numa proposta da Aliança Poveira.

A presidente da Câmara revelou que um parecer do Mecanismo Nacional Anticor-

rupção (MENAC) apontou para limitações. “Os decisores políticos não têm acesso a esse canal, precisamente para que ele não seja um canal político, mas sim um canal técnico, tratado de forma justa e equitativa”, explicou Andrea Silva.

João Trocado, da Aliança Poveira, defende a importância da ferramenta, alertando para a necessidade da população conhecer e utilizar o canal existente. Segundo o vereador, trata-se de um instrumento que garante o anonimato dos denunciante e que pode contribuir para a prevenção de situações de corrupção, assédio laboral, abuso de poder ou conflitos de interesse. “O que nós queremos é transmitir à população que este canal existe e deve ser utilizado sempre que tenham conhecimento de situações irregulares”, afirmou.

O autarca da Aliança Poveira acrescentou que a solução em estudo passará por encontrar um mecanismo que permita aos eleitos acompanhar periodicamente as denúncias registadas, sem comprometer as regras legais de proteção de dados e de confidencialidade.

Também neste ponto o Chega manifestou abertura para uma solução consensual. José Luís Vasconcelos explicou que o partido defende a entrega de relatórios periódicos ao executivo, salvaguardando os requisitos do Regulamento Geral de Proteção de Dados. Segundo o vereador, qualquer consulta mais detalhada deverá obedecer a procedimentos formais e à assinatura de compromissos de confidencialidade.

A nova versão da proposta deverá regressar à discussão numa próxima reunião de Câmara.

Caso Varzim Lazer chega ao Ministério Público

A reunião da Câmara terminou com uma intervenção do público, de Daniel Sousa, representante de um grupo de trabalhadores da Varzim Lazer, que denunciou na última Assembleia Municipal alegadas situações de assédio moral na empresa municipal. Desta vez, Daniel Sousa anunciou ter participado o caso ao Ministério Público, pedindo a abertura de um inquérito.

Segundo Daniel Sousa, após denúncias e pedidos de esclarecimento, não existiram respostas concretas por parte da administração da empresa municipal nem da Câmara Municipal, razão pela qual decidiu avançar com uma participação junto das autoridades judiciais.

Questionada pelos jornalistas sobre esta nova etapa do processo, a presidente da Câmara, Andrea Silva, evitou comentar o conteúdo da participação entregue ao Ministério Público. “A única reação é dizer que, naturalmente, já conforme eu tinha dito na Assembleia Municipal, este não é o fórum para se tratarem assuntos, em primeiro lugar, da Varzim Lazer, e em segundo lugar, naturalmente, que os assuntos estão a ser tratados nas instâncias devidas, que é através do Conselho de Administração da Varzim Lazer”, afirmou.

A autarca referiu ainda que as reuniões públicas de Câmara dispõem de um período destinado à intervenção dos munícipes, mas considerou que a intervenção realizada assumiu uma natureza mais política do que propriamente relacionada com a resolução de um assunto municipal específico. “Neste caso, encarei como uma intervenção mais política do que propriamente uma intervenção numa reunião ordinária da Câmara”, acrescentou.

Presença dos trabalhadores reforça críticas à gestão da empresa

Também ouvido pelos jornalistas, o vereador da Aliança Poveira, João Trocado, mostrou-se surpreendido pela presença de funcionários da empresa municipal na sala de reuniões. O vereador recordou que a última vez que uma reunião de Câmara registou semelhante mobilização de funcionários da empresa tinha ocorrido durante a discussão da proposta de internalização da Varzim Lazer.

Trocado aproveitou para reiterar as críticas que a Aliança Poveira tem vindo a fazer ao modelo de gestão da empresa municipal, ao considerar que as denúncias agora tornadas

públicas acabam por reforçar a posição que o movimento político tem assumido ao longo dos anos. “Continuamos a entender que aquilo que está a ser retratado e que foi hoje mais uma vez denunciado são práticas e factos que alegadamente terão sido praticados e que não são de agora”, declarou.

O vereador lembrou ainda que a Aliança Poveira apresentou anteriormente uma participação à Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), e defende que agora caberá às entidades competentes, incluindo o Ministério Público, apurar os factos. “Vamos ver se nas instâncias próprias, seja a ACT, seja agora o Ministério Público, esta questão avança”, referiu.

Mário Lima garante tranquilidade

Já o vereador do Chega e simultaneamente administrador da Varzim Lazer, Mário Lima, comentou diretamente a informação avançada por Daniel Sousa sobre a existência de uma queixa-crime. Segundo o autarca, a participação terá sido dirigida a toda a administração da empresa. “Foi apresentada uma queixa-crime no Ministério Público que visa todos os admi-

nistradores. Obviamente responderei pela parte que me toca e apresentarei os documentos e os argumentos que tiver de apresentar. Estou tranquilo”, afirmou.

Mário Lima defendeu que sempre procurou esclarecer os assuntos relacionados com a empresa municipal e disse não temer o apuramento dos factos pelas entidades competentes.

O vereador criticou ainda aquilo que considera ser uma ausência de resposta às solicitações de informação apresentadas pela oposição, tanto relativamente à gestão da Varzim Lazer como a outros assuntos municipais. “Pedimos documentos várias vezes e eles não são enviados. Isso fragiliza a transparência e obriga-nos a insistir sucessivamente para obter informação”, declarou.

Mário Lima aproveitou ainda para criticar o comportamento de elementos da maioria PSD durante as intervenções da oposição e dos cidadãos. Segundo o vereador, ocorreram comentários paralelos e risos enquanto Daniel Sousa utilizava da palavra, situação que diz já ter testemunhado em anteriores reuniões e sessões da Assembleia Municipal. “Não dignifica a democracia nem fica bem a ninguém. O respeito por todos é obrigatório”, afirmou.

Marginal sem carros mas com animação durante 24 horas ao fim de semana

O corte de trânsito na Avenida dos Banhos, na Póvoa de Varzim, entre as 14h de sábado e as 14h de domingo, vai continuar em vigor até ao último fim de semana de agosto. Com a medida, a autarquia pretende transformar a marginal num espaço privilegiado de lazer, convívio e animação para residentes e visi-

tantes.

Para aproveitar o encerramento da via, a Câmara Municipal já tem apresentado um ciclo de eventos que promete prolongar por mais seis fins de semana, com música e entretenimento junto do mar.

A presidente Andrea Silva explicou que o objetivo passa por inte-

grar a marginal na dinâmica de verão da cidade e proporcionar novas experiências a quem frequenta aquele espaço. “A ideia é, uma vez que vamos ter a marginal fechada durante estas 24 horas durante os meses de julho e agosto, permitir que ela também faça parte da animação da cidade. As pessoas já a

utilizavam antes, mas queremos que encontrem também momentos de diversão e de animação ao longo dos vários fins de semana”, afirmou.

Segundo a edil, a programação foi pensada para atrair diferentes públicos e complementar a oferta habitual da zona costeira. “Quem quiser visi-

tar e vir até à Póvoa de Varzim terá naturalmente vários motivos para o fazer. Mesmo que não queira estar na praia ou apenas andar de bicicleta, pode vir com a sua família, com os seus filhos, e aproveitar a animação e a música que serão o mote da animação de verão na Póvoa de Varzim”, acrescentou.



Centro do Clima debate sobre futuro costeiro

O Centro do Clima promove uma nova sessão do ciclo ‘Entre o Clima e a Paisagem’, desta vez dedicada ao mar enquanto espaço de memória, conhecimento e transformação. O encontro realiza-se na sede do Clube Naval Povoense, a 23 de julho, entre as 18h00 e as 19h30, com participação gratuita, limitada à lotação.

A conversa Histórias do Mar procura compreender como o oceano ajuda a ler o futuro das comunidades costeiras num momento em

que as alterações climáticas tornam mais visíveis os impactos na paisagem, na biodiversidade e nos modos de vida ligados ao litoral.

A sessão reúne Abel Coentrão, jornalista e dinamizador das Leituras de Livros de Marear, Carlos André, marítimo, e Joana Xavier, investigadora do Ciimar. A moderação fica a cargo de Raquel Xavier, do Biopolis Cibio, que garante o enquadramento científico e ambiental da discussão.

UNIR com ligações da Póvoa ao Aeroporto, Polo Universitário e Campanhã

A Rede UNIR estreou, a 15 de julho, a Linha 3535, que assegura ligação direta entre a Póvoa de Varzim, que passa também por Vila do Conde, e o Aeroporto Francisco Sá Carneiro, Polo Universitário da Asprela, Politécnico (Campus II) e a Estação de Campanhã, através da A28.

A nova linha oferece oferta uma mobilidade mais ampla à região e responde às necessidades de estudantes, trabalhadores, residentes e visitantes que dependem de deslo-

cações rápidas e eficientes.

Com horário alargado, a Linha 3535 funciona das 05h00 até perto das 03h00, o que garante um serviço quase contínuo ao longo do dia. A última chegada a Campanhã está prevista para as 02h55, o que permite viagens em horários mais flexíveis, para utilizadores do Aeroporto e profissionais com turnos diferenciados.

O serviço é realizado com autocarros modernos equipados com bagageira, garantindo maior conforto

aos passageiros, sobretudo a quem viaja com malas de ou para o Aeroporto.

A presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Andrea Silva, destacou que esta expansão representa “mais mobilidade, mais ligações e mais oportunidades para os poveiros, em especial para os estudantes”, sublinhando o compromisso municipal em melhorar o acesso a serviços essenciais e infraestruturas de transporte.

Histórias do Mar.
O que o mar nos ensina sobre o futuro.

Ciclo de conversas
Entre o Clima e a Paisagem

Sede do Clube Naval Povoense
Rua da Ponte, n.º 2

VIAJE
NA REDE UNIR

NOVA LINHA 3535

DE 21 A 27 DE JULHO

POUPE ESTA SEMANA

pingo doce
sabe bem pagar tão pouco

**POUPE
10%**

BIFANAS DE PORCO

A granel
4,99€/kg

**4,49€
kg**



**19,99€
kg**

POUPE 2€/kg

**BACALHAU GRAÚDO
DE 1º DA NORUEGA
PINGO DOCE**
21,99€/kg



**11,99€
kg**

**DOURADA/ROBALO GRANDE
+800G**

Aquacultura de mar. Costa Mediterrânica
Origem: Marrocos



**POUPE
20%**

**EM TODO O ARROZ
PINGO DOCE**

Na compra de
2 Unid. ou mais.



pingo doce

**0,79€
Unid.**

**LEITE UHT
TERRA ALEGRE**

Meio gordo 1lt
0,89€/Unid.



**POUPE
20%**

VINHO VERDE GAZELA

Branco/Rosé 75cl
3,99€/Unid.

**3,19€
Unid.**

**E GANHE
0,63€
Unid.
EM SALDO**



Seja responsável, beba com moderação.

Promoção válida de 21 a 27 de julho 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**



Rotary da Póvoa com nova presidência e novos membros

O Rotary Club da Póvoa de Varzim viveu, a 13 de julho, a cerimónia de transmissão de tarefas com a passagem de testemunho entre o presidente cessante, Afonso Pinhão Ferreira, e o novo presidente, Fernando Barbosa. O ato marcou a entrada de quatro novos membros, num clube que conta com cerca de 30 companheiros



Manuela Marques, Praveen Kumar, Rosa Torrão, Shelly Praveen, Pedro Martins e Fernando Barbosa

Os novos rotários são: Rosa Torrão, licenciada em Matemáticas Aplicadas/Informática e colaboradora do Crédito Agrícola da Póvoa de Varzim; Pedro Martins, licenciado em Engenharia Eletrónica e profissional do Grupo Altice; e o casal indiano Shelly Praveen, investigadora, e Praveen Kumar, antigo membro do Governo da Índia, com vasta experiência nas áreas da liderança estratégica, finanças públicas e administração.

Ao assumir a presidência do clube, Fernando Barbosa destacou o legado deixado pelo antecessor e apelou à continuidade do trabalho desenvolvido. “O Rotary é constituído por profissionais que acreditam que podem fazer a diferença. É a vontade de servir o outro, de criar laços de companheirismo e contribuir para comunidades mais fortes”, afirmou.

O novo presidente reconheceu que recebe “uma tarefa difícil”, ao elogiar o mandato de Afonso Pinhão Ferreira, marcado por atividades culturais, sociais e de convívio. Fernando Barbosa assegurou que uma das prioridades passará por manter a relevância do Rotary na comunidade poveira. “Temos de continuar a criar impacto duradouro. A tradição, por si só, não sustenta a relevância, e a história não garante presença. O Rotary só continua a ser necessário enquanto a comunidade sentir a sua falta”, sublinhou.

Entre os objetivos para o novo mandato, destacou a continuidade de projetos como a Universidade Sénior, as bolsas de estudo e os prémios de mérito escolar, admitindo ainda o desenvolvimento de novas iniciativas em parceria com outros clubes e instituições.

Despedida de Pinhão Ferreira

Na despedida da presidência, Afonso Pinhão Ferreira agradeceu o apoio recebido ao longo do último ano, salientando que o trabalho realizado resultou do esforço coletivo dos companheiros. “Procurei exercer esta função não como um líder, mas em permanente diálogo e consenso com todos os companheiros. Por isso, tudo o que foi alcançado pertence a todos”, afirmou.

Presente na cerimónia, o vice-presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Octávio Correia, transmitiu os cumprimentos da presidente do município, Andrea Silva, e enalteceu o papel desempenhado pelo Rotary Club ao longo dos seus 62 anos de história.

Ao recordar que o clube fundado em 1964, como o 26.º Rotary Club criado em Portugal, o autarca destacou o impacto de várias iniciativas promovidas pela instituição, nomeadamente a Universidade Sénior, que atualmente envolve mais de 170 alunos e 17 professores

voluntários.

“O lema do Rotary é simples e exigente ao mesmo tempo: servir acima de si mesmo. É precisamente por isso que cerimónias como esta têm um valor que vai além do protocolo”, afirmou.

Distinção a Luís Diamantino

O anterior vice-presidente da Câmara da Póvoa de Varzim, Luís Diamantino, foi galardoado com a distinção Paul Harris, a mais elevada homenagem atribuída pela Fundação Rotária.

Ao apresentar o homenageado, Afonso Pinhão Ferreira, destacou o papel que Luís Diamantino desempenhou ao longo de décadas na ligação entre o município e o movimento rotário. “Há pessoas cuja presença discreta, mas constante, deixa uma marca indelével nas instituições e nas comunidades que servem. O senhor doutor Luís Diamantino é, indiscutivelmente, uma dessas personalidades”, afirmou.

Afonso Pinhão Ferreira recordou os vários mandatos exercidos por Luís Diamantino como vereador da Cultura da Câmara Municipal, ao sublinhar a disponibilidade permanente demonstrada para apoiar as iniciativas promovidas pelo Rotary Club da Póvoa de Varzim. “A sua presença assídua nos nossos eventos nunca constituiu um mero gesto protocolar. Foi antes a expressão de uma genuína proximidade e de um inequívoco reconhecimento pelo serviço que o Rotary presta à comunidade”, referiu.

Luís Diamantino agradeceu a homenagem. “Quem deve agradecer sou eu. Quero agradecer aquilo que os rotários fizeram. Fui testemunha sempre presente do muito que os rotários fizeram ao longo do tempo”, afirmou.

O antigo autarca recordou os seus 32 anos de ligação à Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, período durante o qual acompanhou de perto a atividade do clube. “Durante os anos que estive na Câmara, estive sempre aqui presente convosco a admirar o vosso trabalho, porque eu é que admiro o vosso trabalho”, disse.

Luís Diamantino elogiou o espírito de voluntariado e serviço que caracteriza os membros do Rotary, considerando-os um exemplo para a sociedade. “Ninguém vos pede nada e vocês dão tudo. Isto é extraordinário. São um exemplo na nossa sociedade e cada vez há menos gente que segue o vosso exemplo”, salientou. “Muito obrigado por este gesto. Jamais o esquecerei”, concluiu.



Rotaract assinala mudança de liderança

A cerimónia de transmissão de tarefas ficou também marcada pela renovação na liderança do Rotaract Club da Póvoa de Varzim, com Gabriel Moreira a concluir o seu mandato e Miguel Carmelita a assumir a presidência para o ano rotário 2026/2027.

No momento de despedida, Gabriel Moreira fez um balanço emotivo dos dois anos em que liderou o clube jovem rotário, destacando os desafios, as aprendizagens e o crescimento pessoal proporcionado pela experiência. “É um privilégio ter sido du-

rante dois anos seguidos o timoneiro deste barco chamado Rotaract, nesta maravilhosa terra banhada pelo mar que é a Póvoa de Varzim. Foram dois anos marcantes, repletos de desafios, aprendizagens e momentos inesquecíveis”, afirmou.

Ao assumir a liderança, Miguel Carmelita agradeceu a confiança depositada na sua equipa e homenageou o trabalho desenvolvido pelo antecessor. “Quero deixar uma palavra profunda de agradecimento a todos os companheiros, sócios, parceiros e amigos que fizeram parte deste percurso”, afirmou, desejando igualmente as maiores felicidades a Gabriel Moreira.

Rotary de Vila do Conde inicia novo ciclo

O Rotary Club de Vila do Conde assinalou a mudança de liderança com a tomada de posse de Manuel Santos Silva. A cerimónia ficou marcada pela entrega simbólica do martelo e do sino, gesto que formaliza a passagem de responsabilidades dentro do movimento rotário.

Com o lema “Crie Impacto Duradouro”, o novo presidente inicia reafirmou o compromisso do clube com projetos de intervenção comunitária. A sessão contou com a presença do Rotary de Ferrol, que participou na atribuição do Prémio Amizade, distinção alternada entre estudantes de mestrado dos dois concelhos.

Este ano, o galardão regressou a Vila do Conde e foi atribuído ex aequo a Pedro Capelão (ESMAD) e Ruben Guerreiro (ESHT), reconhecidos pelos trabalhos apresentados nas áreas do documentário etnográfico e da inclusão de hóspedes com surdez profunda.

A noite ficou igualmente marcada por distinções internas. Marta Miranda recebeu o título Paul Harris pelos serviços prestados ao clube, enquanto Santos Silva e Carla Ferreira foram reconhecidos pelas doações realizadas no polígono rotário. Já Neves Oliveira foi homenageado pelo trabalho desenvolvido no Banco de Cadeiras de Rodas e Camas Articuladas, estrutura de apoio social mantida pelo clube.



Miguel Carmelita e Gabriel Moreira

AVENIDA DOS BANHOS
PÓVOA DE VARZIM
AO FIM DE SEMANA

É BOM PASSEAR AQUI



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

11 18 25 julho
1 8 29 agosto

ANIMAÇÃO DE RUA
14H30 > 19H30

BANDAS DE ANIMAÇÃO
17H00 > 19H00

SUNSET DJ
18H00 > 22H00
ESPLANADA DO CARVALHIDO

NOITE BRANCA
22H00 > 02H00

22 23 agosto
PRAÇA DO ALMADA
PRAÇA DA REPÚBLICA
LARGO ANTÓNIO NOBRE
PASSEIO ALEGRE
ESPLANADA DO CARVALHIDO

 www.cm-pvarzim.pt
 www.facebook.com/
 www.instagram.com/cmpvarzim/

**Rute Cravo**

• solicitadora •

Mais-valias imobiliárias: o que mudou em 2026

No artigo anterior falei sobre a aplicação do IVA a 6% em determinadas empreitadas de construção e reabilitação. Contudo, o novo diploma sobre habitação não se limitou a criar incentivos à construção, trouxe também alterações relevantes ao regime das mais-valias imobiliárias, procurando incentivar a colocação de mais imóveis no mercado de arrendamento.

Convém, como sempre, começar pelo essencial: quando uma pessoa vende um imóvel por um valor superior àquele pelo qual o adquiriu, pode existir uma mais-valia sujeita a IRS. Em regra, tratando-se de um residente fiscal em Portugal, apenas 50% do ganho apurado é considerado para tributação, sendo englobado com os restantes rendimentos.

Já existia, contudo, uma exclusão bem conhecida: quando é vendida uma habitação própria e permanente e o respetivo valor de realização é reinvestido noutra habitação com o mesmo destino, dentro dos prazos e condições legais, a mais-valia pode ficar total ou parcialmente excluída de tributação.

O que mudou foi a criação de uma nova possibilidade de reinvestimento, agora orientada para o arrendamento habitacional. Passaram a poder ser excluídos de tributação os ganhos resultantes da venda de outros imóveis destinados a habitação, desde que o valor obtido seja reinvestido na aquisição de imóveis, situados em Portugal, destinados ao arrendamento habitacional com renda moderada. O regime aplica-se às transmissões realizadas entre 1 de janeiro de 2026 e 31 de dezembro de 2029.

Ao contrário do regime já existente, o imóvel vendido não tem de ser a habitação própria e permanente do proprietário. Pode tratar-se, por exemplo, de uma segunda habitação ou de um imóvel anteriormente arrendado. Por

sua vez, o imóvel adquirido não se destina à residência do proprietário, mas à sua colocação no mercado de arrendamento.

Não basta, contudo, reinvestir apenas o valor da mais-valia. Deve ser reinvestido o valor obtido com a venda, depois de deduzida a amortização de eventual empréstimo contraído para a aquisição do imóvel. Quando o reinvestimento seja apenas parcial, a exclusão de tributação é reduzida na mesma proporção.

Quanto aos prazos, o reinvestimento pode ocorrer nos 24 meses anteriores ou nos 36 meses posteriores à venda, devendo essa intenção ser indicada na declaração de IRS relativa ao ano da alienação. Por outro lado, o imóvel adquirido deve ser arrendado, em regra, no prazo de seis meses após o reinvestimento ou após a realização da mais-valia, se esta ocorrer posteriormente.

A renda mensal não pode ultrapassar o limite legalmente considerado moderado, atualmente correspondente a 2.300 euros, sem prejuízo de futuras atualizações. Durante os primeiros cinco anos, deve permanecer arrendado por, pelo menos, 36 meses, seguidos ou interpolados, não podendo ser vendido ou doado nesse período.

Com tantas condições, a questão que vem à cabeça é: o que acontece se não forem cumpridas? A falta de arrendamento, a cobrança de uma renda superior ao limite, a venda antecipada do imóvel ou o incumprimento do período mínimo podem determinar a perda do benefício e a posterior tributação da mais-valia, acrescida, quando aplicável, de juros.

Mais uma vez, tal como sucede com o IVA a 6%, o incentivo fiscal existe, mas só um planeamento cuidadoso permite garantir que a oportunidade de hoje não se transforma num imposto inesperado amanhã.

Bailarina poveira conquista lugar no Hungarian National Ballet

A assinatura de Filipa Bacelar com o Hungarian National Ballet, a maior e mais prestigiada companhia de dança da Hungria, marca um momento histórico para a jovem bailarina da Póvoa de Varzim, que transforma anos de esforço numa conquista internacional

Natural da Póvoa de Varzim, Filipa descobriu a dança aos três anos no Centro do Corpo, onde Ricardo Rios e Joana Batista lhe despertaram a paixão que rapidamente se tornou vocação. Aos nove anos decidiu que queria ser bailarina profissional, ingressando na Escola Domus Dança, onde Alexandre Oliveira e Sílvia Boga lhe deram o rigor e a exigência que moldaram a sua evolução artística.

O talento cedo chamou a atenção além-fronteiras. Filipa recebeu um convite para estudar na prestigiada Academy Princess Grace, no Mónaco, mas optou por permanecer em Portugal para concluir o ensino secundário. Aos 18 anos integrou o Ballet do Douro e, pouco depois, partiu sozinha para Itália, onde concluiu a formação profissional na ABA – Alen Bottaini Academy, orientada por Alen Bottaini e Leonor de Távora.

Neste processo fora de Portugal a poveira conquistou dois contratos de curta duração com a Ópera de Bordeaux, experiências que confirmaram a sua capacidade técnica e artística num contexto internacional exigente.

Chegar ao topo do Ballet europeu

Agora, chega o momento que redefine o seu percurso: Filipa Bacelar assinou contrato com o Hungarian National Ballet, companhia sediada na Hungarian State Opera House, em Budapeste, reconhecida pela excelência técnica, pela dimensão internacional do elenco e por um repertório que inclui alguns dos maiores clássicos da história do ballet. Esta oportunidade representa um salto para um dos palcos mais respeitados da Europa.

A jovem poveira deixa também uma mensagem aos muitos bailarinos que enchem as escolas de dança da cidade: “não desistam dos vossos sonhos. O caminho nunca é fácil, mas, se é isso que vos faz acordar todos os dias com vontade de ser melhores, vão com tudo. Procurem evolução e uma competição saudável com vocês mesmos, cada dia é um desafio interno e isso é o mais bonito da nossa profissão!”



Clínica Moreirinha inicia nova etapa com Mafalda Moreira e reforça apoio às crianças e famílias

A Clínica Materno-Infantil Moreirinha viveu, no domingo, 19 de julho, um momento histórico e de simbolismo com a passagem de testemunho entre gerações. Após várias décadas dedicadas ao acompanhamento de centenas de crianças da Póvoa de Varzim e dos concelhos vizinhos, o médico pediatra Jorge Moreira entregou a direção da clínica à sua filha, Mafalda Moreira, que assume agora a liderança do projeto familiar, com a continuidade de um legado construído ao longo de mais de quatro décadas

A cerimónia reuniu dezenas de amigos, utentes, pais e crianças, num ambiente marcado pela emoção, gratidão e esperança no futuro. O evento contou ainda com a presença da vereadora da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Carina Moreira, que se associou a este momento de reconhecimento público pelo percurso do médico poveiro e de incentivo à nova fase da instituição.

Fundado em 1983, o então Consultório Dr. Jorge Moreira tornou-se uma referência na área da pediatria, acompanhando sucessivas gerações de famílias. Agora, sob a designação de Clínica Moreirinha, a unidade prepara-se para alargar a sua oferta de cuidados de saúde, mantendo a pediatria como principal área de intervenção.

Jorge Moreira agradeceu a confiança que ao longo dos anos lhe foi depositada pelos seus utentes e respetivas famílias. “Quero agradecer a todos pela oportunidade que me deram de cuidar dos vossos filhos e netos. Foi um privilégio poder exercer a medicina com a melhor atenção e dedicação possíveis para cada criança que passou por este consultório”, afirmou.

Dirigindo-se à filha, o médico destacou os valores que sempre procurou transmitir ao longo da sua vida pessoal e profissional. “Procurei passar-lhe os valores da família e da vida médica, mas sobretudo a importância da dignidade da vida humana. Esse é o maior ensinamento que um médico pode levar consigo”, referiu, perante a plateia.

Cuidar e ajudar crianças e apoiar famílias

A sucessão acontece de forma natural numa família onde a medicina sempre esteve presente. Aos 35 anos, Mafalda Moreira, especialista em Pediatria, representa uma nova geração de profissionais dedicados à saúde infantil, uma vez que também a sua mãe, Conceição Casanova, é médica pediatra.

Curiosamente, a nova responsável pela clínica admite que o seu percurso nem sempre apontou para a medicina. “Sempre estive rodeada por pediatras. O meu pai é pediatra e a minha mãe também. Mas, em criança, aquilo que mais via eram os sacrifícios da profissão. Via os meus pais a trabalhar à noite, aos fins de semana e em datas festivas e isso afastava-me um pouco da ideia de seguir medicina”, recorda.

Com o passar dos anos, porém, a perceção mudou. “Percebi que existe muito mais para além disso. Existe o cuidar, o ajudar crianças e apoiar famílias. Foi esse lado humano que me conquistou. Hoje tenho a certeza de que fiz a escolha certa”, afirma.

A médica considera que a missão da nova fase da Clínica Moreirinha passa por continuar a cuidar das crianças, mas também por oferecer um acompanhamento mais abrangente às famílias. “Queremos continuar a cuidar das crianças, mas também ajudar os pais, os avós e toda a família. Quando ajudamos uma criança, estamos a ajudar todos aqueles que fazem parte da sua vida”, sublinha.

Embora continue apaixonada pela prática clínica e pelo acompanhamento pediátrico, Mafalda Moreira assume agora um novo desafio: conciliar a medicina com a gestão da clínica. “Vou manter aquilo que mais gosto de fazer, que é acompanhar crianças, ajudar nos diagnósticos e apoiar as famílias. Mas agora tenho também a



responsabilidade de gerir este projeto e de o preparar para o futuro”, explica.

Novas valências

Entre as principais novidades encontra-se a aposta num serviço mais integrado e multidisciplinar. A clínica vai passar a disponibilizar novas valências destinadas a responder às necessidades cada vez mais diversificadas das famílias. “Vamos contar com apoio especializado na amamentação, enfermagem de reabilitação respiratória, consultas de nutrição e de psicologia. São áreas complementares que nos permitem oferecer um acompanhamento mais completo e próximo”, adianta.

Segundo Mafalda Moreira, esta aposta resulta das necessidades identificadas nas próprias consultas. “Os pais procuram-nos cada vez mais por questões relacionadas com a amamentação, alimentação ou desenvolvimento infantil. Sentimos que fazia sentido reunir estes profissionais no mesmo espaço para conseguirmos responder melhor aos desafios das famílias.”

Além da ampliação dos serviços, a clínica também foi alvo de uma profunda remodelação. O espaço conta com novos gabinetes, equipamentos atualizados e uma imagem renovada, mais

moderna e funcional. “Queremos manter o legado que recebemos, mas também abrir novos horizontes. Mantemos a identidade e os valores que fizemos deste espaço uma referência, mas introduzimos novas especialidades, melhores condições e uma visão mais adaptada às necessidades atuais”, refere.

O próprio nome Clínica Moreirinha traduz essa intenção de continuidade. “Manter o nome é uma forma de preservar a história, o trabalho desenvolvido pelos meus pais e o carinho que tantas famílias têm por este projeto.”

O horário de funcionamento também será alargado, acompanhando o crescimento da atividade e as solicitações dos utentes. “Vamos aumentar os dias de atendimento e ajustar os horários às necessidades das famílias. Sabemos que muitos pais procuram consultas durante a tarde por causa da escola e estaremos atentos para continuar a responder da melhor forma possível”, explica.

A cerimónia de passagem de testemunho ficou ainda marcada por momentos de convívio e alegria. As crianças foram protagonistas de uma sessão de magia especialmente preparada para elas, proporcionando animação e muitos sorrisos entre os mais pequenos e as suas famílias.



252 685 816

Praça dos Combatentes, Edifício Saza, Póvoa de Varzim

Horário
segunda-feira
terça-feira
quarta-feira
sexta-feira
Das 14h às 19h



Gracinda Morais

Fundamentação: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2015), O Papel dos Psicólogos no Envelhecimento. Documento de revisão de dados e literatura científica. Psicóloga Gracinda Morais Nº16677 registo na Ordem dos Psicólogos Portugueses e Registo na Entidade Reguladora da Saúde

Os nossos pais envelhecem enquanto estamos ocupados: a importância de um acompanhamento familiar atento

Envelhecer é inevitável. Perceber que os nossos pais estão a envelhecer é, muitas vezes, mais difícil. A vida acontece depressa. Trabalhamos, cuidamos dos filhos, cumprimos horários, respondemos a mensagens. Entretanto, quase sem darmos conta, os nossos pais envelhecem. Nem sempre esse envelhecimento se anuncia de forma evidente. Por vezes, começa numa chamada menos frequente, numa saída que deixou de acontecer, numa refeição feita sem vontade ou numa frase aparentemente banal: “Está tudo bem, não te preocupes.”

Mas nem sempre está!

Enquanto psicóloga, considero que um dos grandes desafios atuais não é apenas aumentar os anos de vida, mas garantir que esses anos são vividos com qualidade, dignidade, autonomia e ligação aos outros. A **Ordem dos Psicólogos Portugueses** salienta precisamente a importância de promover um envelhecimento ativo, saudável e com envolvimento social, identificando também a solidão, o isolamento, a depressão e as alterações cognitivas como áreas importantes de prevenção e intervenção.

E é aqui que a família tem um papel essencial!

Acompanhar não significa controlar. Não significa retirar autonomia, decidir tudo pela pessoa ou tratá-la como se tivesse deixado de ser capaz. Significa estar suficientemente próximo para reconhecer mudanças e agir antes de os problemas se agravarem.

O pai que sempre saiu de casa e deixou de o fazer. A mãe que cuidava da sua aparência e começou a desinteressar-se. O esquecimento que se tornou mais frequente. A irritabilidade que surgiu sem explicação aparente. A perda de apetite. As noites mal dormidas. A medicação tomada de forma irregular. A frase repetida de que “já não vale a pena”.

Estes sinais não devem ser automaticamente atribuídos à idade.

Um dos erros mais comuns é considerar que a tristeza, o isolamento, a perda de interesse

ou o sofrimento emocional são consequências naturais do envelhecimento. Não são. A saúde psicológica continua a ser saúde em qualquer idade. A própria evidência reunida pela Ordem dos Psicólogos Portugueses reforça a relação entre saúde física e saúde psicológica e a importância do diagnóstico, da prevenção e da intervenção precoces. [papel_psic_envelhecimento-2.pdf](#)

Mas, concretamente, o que pode uma família fazer?

Pode começar por criar uma rotina de contacto real. Não apenas uma chamada apressada para perguntar se “está tudo bem”, mas conversas que permitam perceber como a pessoa está verdadeiramente a viver os seus dias. Perguntar como tem dormido, com quem tem falado, se continua a sair de casa, o que lhe dá prazer ou se alguma coisa a preocupa.

Pode observar mudanças sem invadir. Uma alteração persistente no humor, no sono, na alimentação, na memória, na higiene, na organização da casa ou na vontade de conviver merece atenção.

Pode também ajudar a manter uma rotina com significado. Ter compromissos, objetivos e atividades não é importante apenas na infância ou na vida profissional. Continua a ser fundamental ao longo de todo o ciclo de vida. Caminhar, aprender algo novo, participar numa atividade de grupo, estimular capacidades cognitivas, conviver ou simplesmente ter um motivo para sair de casa pode fazer uma diferença significativa.

Nem todas as pessoas mais velhas precisam de um centro de dia! Este é também um ponto que merece reflexão.

Durante muitos anos, quando uma família percebia que um pai ou uma mãe começava a ficar mais isolado, a resposta parecia quase automática: procurar um centro de dia. Os centros de dia têm um papel social e assistencial muito importante e são fundamentais para muitas pessoas e famílias. Mas não são, nem têm de ser, a única resposta possível.

Há pessoas mais velhas que são autónomas, vivem nas suas casas, tomam as suas decisões e não necessitam de uma resposta assistencial. **Precisam, contudo, de oportunidades de prevenção, estimulação, acompanhamento psicológico, convivência e participação social.**

Nestes casos, é importante que as famílias conheçam também espaços clínicos e especializados dirigidos ao envelhecimento, onde a pessoa possa ser acompanhada por profissionais e participar em programas adequados às suas necessidades, sem sentir que perdeu a sua autonomia ou que passou a ser definida apenas pela idade.

Estes espaços podem desenvolver programas de estimulação cognitiva, acompanhamento psicológico, grupos de promoção da saúde psicológica, treino de competências, atividades de socialização, promoção da autonomia e apoio às famílias e aos cuidadores. Podem também permitir identificar precocemente alterações emocionais, comportamentais, cognitivas ou funcionais que, de outra forma, poderiam passar despercebidas.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses reconhece precisamente a importância da avaliação, da intervenção psicológica individual, familiar ou em grupo, da prevenção, da promoção da saúde psicológica e do desenvolvimento de programas dirigidos ao envelhecimento. Destaca ainda que os psicólogos podem intervir em diferentes contextos da vida das pessoas mais velhas e contribuir para um envelhecimento ativo e para a manutenção da qualidade de vida.

Procurar um espaço clínico não significa procurar um lugar para “deixar” os nossos pais.

Prevenir também é cuidar!

Não devemos esperar que exista um diagnóstico de demência, uma depressão instalada ou uma situação de dependência para procurar apoio.

Depende de continuar a ter razões para viver esses anos com significado!

Espetáculo de excelência fecha Festival Internacional de Música



O Festival Internacional de Música da Póvoa de Varzim aproxima-se do fim da sua 48.ª edição, depois de 20 dias que voltaram a confirmar o estatuto do evento como um dos mais relevantes acontecimentos culturais do país.

Salas cheias, diversidade estética e a valorização de espaços patrimoniais marcaram uma edição que manteve a fasquia artística em níveis de referência.

A reta final do festival apresentou propostas de grande impacto, como o regresso de Arcadi Volodos, que voltou a encher o Cine-Teatro Garrett, e o recital em Rates com Beatriz Rosão e Teresa Macedo Ferreira, duas intérpretes premiadas que reforçaram a aposta do FIMPV na nova geração de músicos portugueses.

ses.

Até ao encerramento, o festival mantém o ritmo elevado, na secção dos jovens intérpretes: esta quarta-feira inclui ainda o concerto do trio Altstaedt-Lonquich-Elbert, que junta violoncelo, piano e voz num programa de forte intensidade expressiva, e a atuação da Orquestra das Beiras com o espetáculo ‘Amália na América’, protagonizado por Cristina Branco, Raquel Tavares e Ricardo Ribeiro.

A edição termina este sábado, 25 de julho, no Cine Teatro Garrett, com a Companhia Portuguesa de Bailado Contemporâneo, com um espetáculo pensado para fechar o festival com a mesma excelência e ecletismo que marcaram toda a programação.



Casa Agrícola Faria: 44 anos ao lado de quem faz crescer a terra

Na Rua da Aldeia, em Apúlia, existe uma empresa que há mais de quatro décadas acompanha a evolução da agricultura da região. A Casa Agrícola Faria, atualmente liderada pelos irmãos Luís Faria e João Pedro Faria, é hoje uma referência no apoio técnico e comercial aos produtores agrícolas Entre Douro e Minho, mantendo vivo um legado familiar iniciado pelos seus pais

A história da empresa começou há 44 anos, quando os fundadores regressaram de França e criaram a então conhecida Drogaria Faria, um espaço que, desde cedo, incorporou produtos destinados à agricultura, respondendo às necessidades da região Entre Douro e Minho profundamente ligada à produção hortícola.

Ao longo dos anos, a atividade foi crescendo e acompanhando as transformações do setor. O que começou como uma drogaria tradicional evoluiu para um parceiro técnico especializado, dando origem à atual Casa Agrícola Faria.

“São 44 anos de aprendizagem diária com quem trabalha a terra e de respeito pelas tradições. Fomos evoluindo de forma natural para aquilo que somos hoje: um parceiro técnico completo ao serviço dos agricultores”, explicam os irmãos Luís Faria e João Pedro Faria.

Atualmente, a empresa dedica-se exclusivamente ao setor agrícola, fornecendo fatores de produção e soluções técnicas direcionadas para os desafios que os agricultores enfrentam diariamente.

Apoio técnico especializado faz a diferença

Um dos grandes fatores diferenciadores da Casa Agrícola Faria é o acompanhamento técnico prestado diretamente no terreno. Para responder às crescentes exigências da agricultura moderna, a empresa reforçou a sua equipa com competências especializadas, disponibilizando aos produtores um apoio permanente e próximo.

Através do trabalho desenvolvido pelo agrónomo e responsável técnico, David Araújo, a Casa Agrícola Faria acompanha os agricultores em todas as fases da produção, desde a fertilização às recomendações fitossanitárias, sempre de acordo com as normas legais e com as boas práticas agrícolas.

“Sentimos que o agricultor precisa cada vez mais de acompanhamento técnico. A agricultura tornou-se mais exigente e o nosso objetivo é estar ao lado dos produtores para os ajudar a tomar as melhores decisões”, referem Luís Faria e João Pedro Faria.

Este acompanhamento é realizado diretamente nas explorações agrícolas, permitindo uma intervenção



Luís Faria, David Araújo e João Pedro Faria

ajustada às necessidades de cada cultura e de cada momento produtivo. A proximidade ao terreno possibilita ainda uma resposta rápida aos desafios que surgem ao longo das campanhas agrícolas.

Mais do que vender produtos, a Casa Agrícola Faria posiciona-se como uma estrutura de apoio ao agricultor, contribuindo para que a produção regional continue a destacar-se pela qualidade, segurança alimentar e cumprimento das exigências dos mercados.

Uma agricultura cada vez mais moderna e exigente

Os responsáveis da empresa consideram que a região tem assistido a uma evolução notável da agricultura nos últimos anos. A profissionalização

dos produtores, a aposta na tecnologia e o crescente rigor dos mercados levaram a uma melhoria significativa da qualidade dos produtos agrícolas locais.

Segundo os irmãos Faria, muitos consumidores desconhecem a verdadeira dimensão da produção existente nesta zona do país.

“Produz-se muito e produz-se com enorme qualidade. Hoje encontramos explorações altamente tecnológicas, produtores com grande conhecimento e produtos que cumprem elevados padrões de segurança alimentar. Esta região é um exemplo a nível nacional”, sublinham.

A empresa destaca ainda o trabalho desenvolvido pelos agricultores para garantir produtos seguros, com um controlo rigoroso dos resíduos e com elevados padrões de qualidade,

fatores essenciais para o abastecimento das grandes cadeias de distribuição.

Ao mesmo tempo, a Casa Agrícola Faria procura promover a partilha de conhecimento técnico, colaborando com parceiros especializados e instituições de ensino superior. Nos últimos anos, a empresa tem acolhido visitas técnicas e iniciativas com a participação de docentes e estudantes universitários, dando a conhecer a realidade agrícola da região e a evolução que esta tem registado.

“Quem visita esta região fica muitas vezes surpreendido com o nível tecnológico das explorações agrícolas e com a qualidade do que aqui se produz. É uma agricultura moderna, dinâmica e preparada para os desafios do futuro”, afirmam Luís Faria e João Pedro Faria.

HORPOZIM: um parceiro estratégico para a agricultura regional

Para a Casa Agrícola Faria, o trabalho desenvolvido pela HORPOZIM tem sido determinante na valorização da horticultura e dos produtores da região.

A empresa reconhece o papel da associação na representação dos agricultores, na prestação de serviços especializados e na promoção dos produtos locais junto dos mercados.

“A HORPOZIM tem uma importância enorme para esta região. Os produtores precisam de instituições capazes de valorizar o seu trabalho, divulgar aquilo que se produz aqui e ajudar a abrir novas portas. Esse papel tem sido fundamental para reforçar a visibilidade e o reconhecimento da agricultura local”, destacam Luís Faria e João Pedro Faria.

Além disso, a colaboração entre as duas entidades permite que cada uma se concentre nas suas áreas de especialização. Enquanto a Casa Agrícola Faria assegura o apoio técnico e o fornecimento de fatores de produção, a HORPOZIM presta apoio noutras componentes essenciais da atividade agrícola, criando uma complementaridade benéfica para os produtores.

Um compromisso que continua

Quarenta e quatro anos depois da sua fundação, a Casa Agrícola Faria mantém intacto o compromisso que esteve na origem do projeto familiar: apoiar quem trabalha a terra.

Hoje, sob a liderança de Luís Faria e João Pedro Faria, a empresa continua a crescer, reforçando a proximidade aos agricultores e contribuindo para o desenvolvimento de um setor que continua a ser um dos pilares económicos da região.

Com experiência, conhecimento técnico e uma relação próxima com o terreno, a Casa Agrícola Faria afirma-se como um parceiro de confiança para os produtores que, todos os dias, ajudam a manter viva a excelência da agricultura Entre Douro e Minho.



CASA AGRÍCOLA FARIA
Desde 1982 a crescer consigo

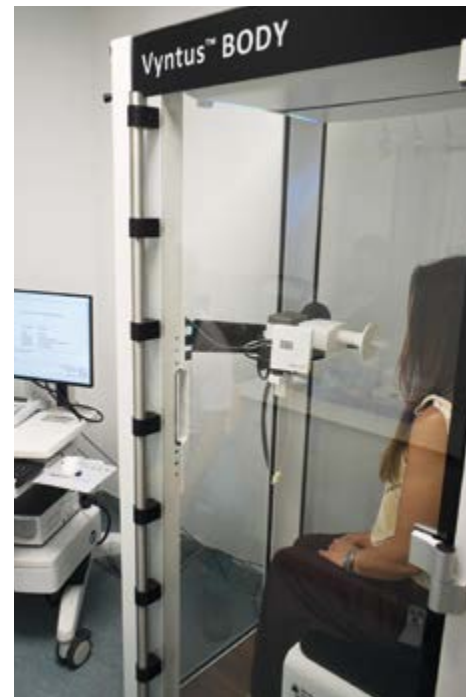
Rua da Aldeia 9, 4740-103, Apúlia, Esposende
935 274 418 | comercial@casaagricolafaria.com



Hospital da Luz – Póvoa de Varzim

Dormir bem para viver melhor: a importância da regulação do sono

Num tempo em que se valorizam cada vez mais hábitos saudáveis, da alimentação ao exercício físico, o sono emerge como um dos pilares fundamentais para o equilíbrio do organismo. O Dr. António Sousa Fernandes, coordenador de Pneumologia do Hospital da Luz da Póvoa de Varzim e especialista em Medicina do Sono, sublinha que “as pessoas reconhecem atualmente que o sono é fundamental para manter uma boa atividade cognitiva e física”



A procura por consultas de Medicina do Sono tem aumentado significativamente, motivada sobretudo por queixas de fadiga, dificuldade em dormir ou despertares frequentes durante a noite. Muitas vezes, são os próprios companheiros que identificam sinais como o ressonar ou pausas respiratórias, alertando para a necessidade de avaliação clínica.

Hoje sabe-se que dormir bem não é apenas uma questão de conforto, mas uma exigência biológica essencial. Um sono de qualidade permite melhor desempenho ao longo do dia, maior capacidade de decisão e equilíbrio emocional. Quando negligenciado, pode comprometer seriamente a saúde e a qualidade de vida.

Rotina, hábitos e equilíbrio: a base de um sono saudável

A regulação do sono começa com algo simples, mas muitas vezes esquecido: a rotina. “Um ponto fulcral para termos uma boa noite de sono é termos horários regulares para deitar e acordar”, explica o especialista. Este padrão ajuda a estabilizar o ritmo circadiano, o relógio biológico responsável por regular o ciclo sono-vigília.

No entanto, os hábitos modernos têm vindo a prejudicar este equilíbrio. A exposição prolongada à luz artificial, sobretudo de ecrãs como telemóveis e tablets, interfere com a produção de melatonina, a hormona que induz o sono. A isso juntam-se refeições tardias, consumo de álcool e ingestão de cafeína no final do dia, fatores que comprometem a qualidade do descanso.

“Não basta deitar e querer dormir instantaneamente. É necessário preparar o sono”, reforça António Sousa Fernandes. Esse processo passa por reduzir estímulos à noite, evitar alimentos excitantes e criar um ambiente propício ao relaxamento.

Também o conceito de duração ideal do sono

O sono como pilar da saúde física e mental

deve ser desmistificado. Nem todas as pessoas necessitam de oito horas. O essencial é acordar revigorado e funcional. “Há quem precise de sete horas, outros de nove. O importante é respeitar as necessidades individuais”, esclarece.

Doenças do sono: um problema silencioso e frequente

Entre as patologias mais comuns destacam-se a insónia e a apneia obstrutiva do sono. A insónia, frequentemente associada a ansiedade ou stress, pode tornar-se crónica se não for tratada atempadamente. Já a apneia caracteriza-se por pausas repetidas na respiração durante a noite, levando a um sono fragmentado e não reparador.

“Embora a pessoa pense que dorme, tem vários despertares e acorda cansada”, explica o médico. Esta condição está associada a riscos sérios, como doenças cardiovasculares, hipertensão, arritmias e até acidentes vasculares cerebrais. Estima-se que até 40% da população possa apresentar algum grau desta doença, muitas vezes sem diagnóstico.

O Hospital da Luz da Póvoa de Varzim dispõe de uma abordagem multidisciplinar, envolvendo várias especialidades médicas e exames específicos, como a polissonografia, um estudo do sono que permite avaliar a sua qualidade e detetar alterações. Este exame pode ser realizado em ambiente hospitalar ou no domicílio.

Além disso, existem tratamentos eficazes, como o uso de dispositivos respiratórios (CPAP), que ajudam a manter as vias aéreas abertas durante o sono. O acompanhamento regular é essencial para ajustar terapias e garantir a sua eficácia.

Uma mensagem clara: é preciso dar prioridade ao sono

Apesar da crescente sensibilização, António Sousa Fernandes alerta para um risco atual: a desinformação. As redes sociais têm contribuído para divulgar a importância do sono, mas também geram práticas exageradas ou sem base científica. “Procurar o sono de forma obsessiva pode ser contraproducente”, refere, destacando o equilíbrio como chave.

A mensagem final é inequívoca: dormir bem não é um luxo, é uma necessidade. Tal como cuidamos da alimentação ou da forma física, devemos cuidar do sono. “Uma noite mal dormida pode ser recuperada; anos a dormir mal não”, alerta o especialista.

A regulação do sono é, hoje, uma prioridade de saúde pública e um investimento direto na qualidade de vida. Prevenir, diagnosticar precocemente e adotar bons hábitos são passos fundamentais para garantir um descanso reparador, e uma vida mais saudável.

Diagnóstico rigoroso com tecnologia especializada

No Hospital da Luz da Póvoa de Varzim, o diagnóstico das perturbações do sono assenta numa combinação entre avaliação clínica detalhada e meios tecnológicos avançados. Segundo o médico António Sousa Fernandes, um dos exames mais importantes é a polissonografia, considerada o método de referência para estudar o sono.

Este exame permite analisar, durante a noite, múltiplos parâmetros: desde a respiração, o ritmo cardíaco e os níveis de oxigénio, até às

várias fases do sono. Através desta monitorização, é possível perceber se o doente rressona, se apresenta pausas respiratórias, ou se o seu sono é fragmentado e pouco reparador. A polissonografia pode ser realizada em contexto hospitalar, com acompanhamento técnico permanente, ou no conforto do domicílio, oferecendo maior comodidade ao utente.

Além disso, o hospital dispõe de outros instrumentos complementares, como a actigrafia, um exame que avalia os padrões de movimento ao longo do dia e da noite, ajudando a perceber os hábitos de sono. Estes equipamentos permitem um diagnóstico preciso, fundamental para definir o tratamento mais adequado.

Tratamentos personalizados e acompanhamento contínuo

Depois de feito o diagnóstico, o Hospital da Luz assegura um acompanhamento multidisciplinar, envolvendo especialistas de várias áreas, como pneumologia, neurologia e otorrinolaringologia. Este trabalho em equipa é essencial para abordar as diferentes causas das perturbações do sono.

Entre os tratamentos disponíveis, destaca-se o uso de dispositivos de pressão positiva contínua (CPAP), muito utilizados nos casos de apneia obstrutiva do sono. Este equipamento, frequentemente descrito como uma “máscara para dormir”, mantém as vias respiratórias abertas durante a noite, evitando as pausas na respiração e melhorando significativamente a qualidade do sono.

A adaptação a estes dispositivos é acompanhada de perto pelos profissionais de saúde, com ajustes regulares e consultas periódicas. “Muitos doentes têm alguma dificuldade inicial, mas com o apoio adequado há uma elevada taxa de sucesso”, explica o especialista.



Um concelho
em **forma!**

VERÃO DESPORTIVO

20
26

AERÓBICA DE PRAIA

13 julho > 28 agosto | 2ª > 6ª feira | 11H00

Parque Lúdico e Desportivo Bruno Alves

NOITE DE TÊNIS DE MESA

07 agosto | 18H00

Esplanada do Carvalhido

VÓLEI DE PRAIA "NUNO RIOS"

22 > 23 agosto

Praia Verde

Escola de Aver-o-Mar vence prémio nacional

A Escola Básica de Aver-o-Mar reuniu dois resultados de relevo em iniciativas nacionais, com a participação dos projetos SARAH-ACC e Fogo em Foco no programa Apps for Good e a conquista dos Prémios Zinkers, que garantiu à escola um apoio financeiro de 10 mil euros



A Escola Básica de Aver-o-Mar foi a vencedora nacional da 2.ª edição dos Prémios Zinkers na categoria do 3.º Ciclo, recebendo um prémio de 10.000 euros. A distinção foi anunciada numa gala realizada no Convento do Beato, em Lisboa, perante representantes das nove escolas finalistas selecionadas entre 1500 utilizadoras da plataforma.

O projeto premiado, coordenado pela professora Graça Pinheiro, envolveu 375 alunos e 63 docentes em atividades que promoveram pensamento crítico, criatividade, cooperação e procura de soluções para desafios ambientais. O trabalho desenvolvido na plataforma Zinkers colocou os estudantes no centro da aprendizagem e reforçou competências essenciais ligadas à sustentabilidade.

Alunos criam soluções tecnológicas

Os projetos SARAH-ACC e Fogo em Foco integraram o Apps for Good, programa que desafia alunos e

equipas educativas a criar soluções tecnológicas com impacto social e comunitário.

O SARAH-ACC, aplicação de Comunicação Aumentativa e Alternativa, marcou presença na Final Regional Norte. A solução foi desenvolvida para apoiar utilizadores com dificuldades de comunicação, através de uma interface visual baseada em pictogramas, voz sintetizada e pacotes adaptáveis a diferentes contextos. Funciona como aplicação web, acessível em telemóveis, tablets e computadores, mesmo sem ligação à internet.

O Fogo em Foco, focado na avaliação de risco de cheias e deslizamentos de terras em áreas afetadas por incêndios, foi considerado de valor pelo júri e apurado para a Grande Final Nacional, que decorrerá em setembro, em Lisboa. A aplicação demonstra como dados sobre áreas ardidas, precipitação, saturação do solo e características do terreno podem apoiar a identificação de zonas vulneráveis e contribuir para o planeamento local.



De pai para filho: a alfaiataria que vestiu a cidade durante 75 anos

A Alfaiataria JCastroLopes revela uma história rara: a de um mestre que começou aos 12 anos, ergueu uma casa de referência na Póvoa de Varzim e transmitiu ao filho um legado que atravessou 75 anos de trabalho. A alfaiataria encerrou portas em 2025, mas a história de Joaquim Castro Lopes e do filho permanece como uma das mais marcantes narrativas de trabalho, rigor e identidade artesanal



A vida de Joaquim Castro Lopes começou na Matias Quilores, onde aprendeu os primeiros gestos da alfaiataria. Seguiram-se J. Nunes, Antero Ferreira e a Loja do Sol, etapas que consolidaram o rigor técnico que mais tarde definiria a sua própria casa. Em 1950 nasceu a Alfaiataria JCastroLopes, na Rua Gomes Amorim, e ganhou dimensão na Avenida Mouzinho de Albuquerque, era uma oficina familiar, com oficiais experientes e jovens aprendizes que procuravam um ofício tradicional.

Nos anos 60, a casa atingiu o apogeu: 13 profissionais, 150 calças e 30 fatos por mês, além de smokings, casacos, fracs, togas, becas e fardas académicas para estudantes de várias cidades. A clientela incluía famílias de prestígio, engenheiros estrangeiros e frequentadores do Casino da Póvoa, atraídos pela qualidade dos tecidos ingleses da Scabal e Holland & Sherry, dos italianos Ermenegildo Zegna e Loro Piana e das flanelas nacionais dos Lanifícios de Coimbra.

Entrar no negócio de família

O filho, José Castro Lopes, recorda que também entrou no ofício sem hesitar: “fiz a quarta classe, mas como não gostava de estudar preparei-me para trabalhar com o meu pai.” A partir daí, passou por todas as fases da aprendizagem: “começar a chulgar, tratar de botões... depois passa para umas calças, depois casacos, sempre com desenvolvimento.”

A reportagem revela uma história paralela que marcou a vida de José.



Para evitar que os fatos se amachussem nas camionetas, começou a entregá-los de bicicleta: “o meu pai dizia: ‘mas és capaz de ir ali?’ sou.” Primeiro numa pastelaria, depois numa bicicleta especial comprada pelo pai, José percorreu Barcelos, Porto, Viana, Braga e Esposende. Desses trajetos nasceu uma carreira inesperada: “fiz todas as provas dos campeonatos regionais, nacionais, prémios vários. Fiz Porto-Lisboa e participei em duas Voltas a Portugal.” Tornou-se o primeiro poveiro a integrar a prova, um feito que ainda hoje recorda com orgulho.

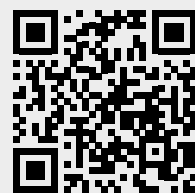
Mais tarde, dedicou-se ao judo, onde construiu outro legado. “Vai fazer 50 anos em setembro”, diz sobre o Ginásio Clube Vilacondense, que dirige e onde formou campeões nacionais, europeus e mundiais, incluindo o próprio filho.

Fechar de portas depois de décadas

Com a chegada da confeção industrial, muitos oficiais partiram para as fábricas têxteis. A casa resistiu,

mantendo um nicho fiel de clientes que continuavam a preferir fatos feitos à medida. Após a morte do fundador, em 2010, José assumiu a gestão. Em 2025, aos 81 anos, decidiu encerrar a alfaiataria, concluindo um ciclo que marcou a cidade.

No final da reportagem, José veste um casaco e mostra a etiqueta da casa, símbolo de prestígio e identidade, e afirma: “isto era do senhor Joaquim Castro Lopes. Eu vi isto hoje e parece que é feito ontem.”



Aceda ao QR Code e veja a entrevista completa

Rates acolhe feira com foco no desenvolvimento rural

A Casa Escola Agrícola Campo Verde, em Rates, volta a abrir portas à Feira da CEACV e do Desenvolvimento Rural, marcada para sexta-feira e sábado, 24 e 25 de julho, reunindo momentos de formação e momentos de festa

O primeiro dia abre às 10h30 com uma sessão institucional que reúne direção, parceiros e entidades ligadas ao desenvolvimento rural, num momento em que a CEACV reafirma a sua missão enquanto polo de formação e inovação para o território de Rates e da região. Às 10h45 segue-se a primeira conferência, dedicada ao papel da formação na sustentabilidade, na modernização das práticas agrícolas e na renovação geracional, destacando a escola como espaço de cooperação entre produtores, técnicos, autarquias e startups.

A tarde traz novo momento de aprendizagem com a apresentação sobre o uso da inteligência artificial na produção pecuária, tema que tem vindo a transformar processos de monitorização, bem estar animal e gestão de explorações.

A programação prolonga-se até ao final do dia com o sunset e, mais tarde, com a atuação dos ranchos folclóricos de São Pedro de Rates e São Martinho de Courel, num registo que celebra identidade e tradição. A noite encerra com música ao vivo.

Sábado com entrega de diplomas e festa

O segundo dia abre com a missa na capela da CEACV, celebrada pelas intenções de alunos e familiares já falecidos. É um momento de memória e ligação afetiva à história da escola, que há décadas forma profissionais para o setor agrícola.

Às 16h00 chega um dos pontos altos do certame: a entrega de diplomas aos alunos das promoções 46.^a, 47.^a e 48.^a, numa cerimónia que as-

signala a transição para o mercado de trabalho e reforça o papel da CEACV na qualificação de novos técnicos. Logo depois, a assinatura de protocolos de cooperação formaliza parcerias estratégicas com entidades do setor, consolidando a rede de inovação e desenvolvimento rural que a escola tem vindo a construir.

O encerramento da feira mantém o ambiente festivo. O final de tarde traz novo sunset e, depois das 23h, a noite DJs prolonga a celebração pela noite dentro.



“Póvoa ao Ar Livre” começa com peixe e vai encerrar com sabores poveiros



Até 5 de setembro prolonga-se a edição do “Póvoa ao Ar Livre”, iniciativa que transforma o Auditório da Lota num espaço onde se cruzam as tradições mais emblemáticas da cidade com a gastronomia típica do concelho.

Nesta edição, a Câmara Municipal conta com oito associações poveiras, cada uma responsável por um dos oito fins de semana que compõem a programação, garantindo diversidade, identidade e continuidade ao maior ciclo de arraiais do verão na Póvoa de Varzim.

O arranque foi no passado fim de semana, onde o ‘Peixe do Nosso Mar’, promoveu na tenda instalada junto ao Auditório da Lota, em frente ao Casino, o peixe fresco vindo diretamente dos barcos das associações da Apropesca. O peixe grelhado, o marisco acabado de chegar à lota, a música e a animação criaram um ambiente que rapidamente se tornou

num ponto de encontro obrigatório.

Festa e gastronomia

A programação prossegue a partir desta quinta-feira à noite com o ‘Arraial Poveiro’, dinamizado pelo Grupo Tricanas Poveiras, entre 23 e 26 de julho, seguindo-se o ‘Convívio Varzinista’, do Varzim Sport Club, de 30 de julho a 2 de agosto.

O mês de agosto conta com a ‘Festa do Mar’, dos Leões da Lapa, de 6 a 9; a ‘Festa da Sardinha, da Juventude’, de 12 a 16; a ‘Festa da Francesinha’, promovida pela Paróquia da Matriz, de 20 a 23; e o ‘Arraial Popular’, da ACD Mariadeira, entre 27 e 30.

A edição encerra a 4 e 5 de setembro com o convívio que será dinamizado pela Confraria dos Sabores Poveiros, que fecha o ciclo com a valorização dos produtos locais e da tradição gastronómica poveira.

F

I

M

P

V

FESTIVAL
INTERNACIONAL
DE MÚSICA
DÁ PÓVOA DE VARZIM

05-25 JUL 26

4

8

Organização

Associação PRO-MÚSICA DA PÓVOA DE VARZIM

Apoios Institucionais

Póvoa de Varzim

ARTES

MUSEU DE PORTUGAL

Parceria Institucional

CCP

CCP

Gold sponsor

CA

Silver Sponsor

CCR

Media Partner

RTP

Fleet Partner

Macedo & Macedo

Port Reception Partner

ROZES

Mecenato

Ortopóvia

Vendeiro

FAMINHO

OTIIMA

ROUZ

Apoios à Divulgação

RTP antena 2

PORTO canal

/VOZ-POVOA

MAIS/Semanário

ondaviva

AFES

Porto

EGM NEW SERIES

Apoios Diversos

FRICON

AMADEU COELHO SEGUROS

patio

THEATRO

Barca

frangento

AV

MAIS Desporto

Conselho Varzinista analisa projeto da SAD para Varzim. Câmara diz não ter conhecimento

O assunto foi levantado na reunião de Câmara da passada terça-feira, pelo vereador da Aliança Poveira, João Trocado, ao questionar a presidente da Câmara da Póvoa de Varzim, Andrea Silva, sobre um projeto apresentado na reunião do Conselho Varzinista realizada a 16 de julho, que prevê a requalificação do Estádio do Varzim SC, a intervenção no Complexo Desportivo da Póvoa e ainda nos terrenos do clube localizados no Parque da Cidade.

Em resposta, a edil afirmou não ter qualquer informação sobre o assunto, e explicou que não integra aquele órgão consultivo do clube. “Segundo o Dr. João Trocado, houve uma reunião do Conselho Varzinista que eu nem sequer sabia que tinha decorrido, e nem tenho de saber porque não faço parte do Conselho Varzinista, e que nessa reunião do Conselho Varzinista foi apresentado um projeto para o Varzim. Portanto, eu vou aguardar por informações sobre essa questão”, declarou Andrea Silva.

A reunião do Conselho Varzinista decorreu no âmbito do processo de análise da eventual constituição de uma Sociedade Anónima Desportiva (SAD) no Varzim Sport Club. Os potenciais investidores foram convidados a participar na sessão para apresentarem aos conselheiros o projeto, bem como o respetivo plano de ação para o clube.

O MAIS/Semanário, entretanto apurou, que o Conselho Varzinista deverá voltar a reunir após o verão, altura em que os investidores deverão apresentar informação mais detalhada sobre o investimento previsto. Caso o projeto recolha parecer favorável deste órgão consultivo, o processo seguirá posteriormente para apreciação e votação em Assembleia Geral do Varzim, onde caberá aos sócios a decisão final sobre a eventual constituição da SAD.

Varzim joga na Trofa na abertura da Liga 3

O sorteio da 1.ª fase da Liga 3 para a época 2026/27 decorreu esta quinta-feira na Cidade do Futebol, num evento conduzido por Cândido Costa. Foi ali definido o calendário completo da competição, que arranca no fim de semana de 9 de agosto, e que colocou o Varzim, orientado por Carlos Fernandes, a visitar o Trofense na jornada inaugural.

A Série A volta a reunir dez equipas com forte identidade regional e ambições distintas. Além de Varzim e Trofense, integram o grupo São João de Ver, Fafe, Marco 09 e Vitória SC B, bem como quatro novas presenças: Leça, Vianense, Paredes e Paços de Ferreira. O alinhamento mantém o perfil competitivo habitual da série norte, marcado por deslocamentos curtos, rivalidade histórica e equilíbrio entre projetos consolidados e equipas recém che-

gadas.

Na última temporada, o Trofense, por momentos, foi uma verdadeira “pedra no sapato”, vencendo os três primeiros confrontos, incluindo um expressivo 5-1 que ditou a eliminação poveira da Taça de Portugal. Contudo, a tendência mudou na fase de acesso de campeão, onde o Varzim venceu os dois duelos e recuperou confiança no confronto direto.

Depois da deslocação à Trofa, o Varzim recebe o Marco 09 (16 de agosto) na segunda jornada, reencontrando um adversário habitual da série norte. Segue-se uma saída de elevado grau de dificuldade ao terreno do Paços de Ferreira (23 de agosto), que desce à Liga 3 com ambição reforçada. Estes três primeiros jogos desenharam um mês de agosto exigente e determinante

para um percurso vencedor nesta 1.ª fase.

Torneio de Verão para arrancar agosto

Nos dias 1 e 2 de agosto, o Varzim Sport Club organiza a edição do tradicional Torneio de Verão, que se realiza no estádio do clube poveiro. Além da formação alvinegra, que competirá na Liga 3, o torneio contará com três históricos do futebol português: o Vitória SC, da I Liga, o Académico de Viseu, também da I

Liga, e o GD Chaves, representante da II Liga.

A presença de duas equipas do principal escalão, uma formação da II Liga e o emblema anfitrião promete elevar o nível competitivo da prova, que tradicionalmente serve de preparação para a nova temporada e constitui um dos momentos altos da pré época poveira. O torneio volta a assumir-se como um teste relevante para avaliar ritmo, dinâmica coletiva e primeiras impressões do trabalho técnico antes do arranque oficial da Liga 3.

Onze contratações para as mãos de Carlos Fernandes

O Varzim já conta com 11 reforços para a nova temporada. Aos dez nomes confirmados na edição anterior do MAIS/Semanário junta-se agora Pedro Matos, avançado de 29 anos que chega proveniente do Persekat, da Liga Indonésia, acrescentando

experiência e presença física ao setor ofensivo.

No ataque, além de Pedro Matos, o clube conta com Rodrigo Pereira e Francisco Silva. Nas alas surgem João Couto e Valentim Sousa, enquanto o meio campo integra Marcelo Cunha, Bruno Peres e Diogo Rebelo. Na defesa, o Varzim reforçou-se com Rúben Fernandes, André Guedes e Kauã Oliveira, garantindo profundidade e soluções em todas as posições.



VARZIM SC



Carlos Fernandes



Pedro Matos



VianaCar
Comércio de Automóveis

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



919 959 545

www.vianacar.com



[vianacarviladoconde](https://www.instagram.com/vianacarviladoconde)



Rates Park: um mundo de aventuras que continua a conquistar famílias

No coração do Parque Verde de São Pedro de Rates, freguesia do concelho da Póvoa de Varzim, existe um espaço onde a natureza, a diversão e a aventura se encontram para criar experiências memoráveis. O Rates Park tem vindo a consolidar-se, ano após ano, como uma das principais referências do lazer familiar no Norte do país e em 2026 tem sido mais procurado do que nunca e com novidades que prometem surpreender visitantes de todas as idades

Depois de um crescimento sustentado ao longo dos últimos anos, o parque vive atualmente um momento de enorme notoriedade nacional. A recente divulgação do espaço pela plataforma Portugal With Kids, uma das maiores referências nacionais na promoção de atividades para famílias, transformou o Rates Park num verdadeiro fenómeno viral. Um vídeo partilhado nas redes sociais alcançou centenas de milhares de visualizações em poucos dias, aproximando-se da marca de um milhão, e originou uma autêntica corrida às reservas.

O impacto foi imediato. O parque registou milhares de novos seguidores nas redes sociais, um aumento significativo de pedidos de informação e uma procura sem precedentes por parte de famílias oriundas de diferentes pontos do país. Este fenómeno veio confirmar aquilo que muitos visitantes já sabiam: o Rates Park é hoje um dos destinos de eleição para quem procura diversão ao ar livre, contacto com a natureza e experiências capazes de marcar crianças, jovens e adultos.

As novidades que fazem a diferença

Se o ano passado ficou marcado pela criação do Lago Jurássico e pelo reforço da temática dos dinossauros, em 2026 a criação do SAFARI JURÁSSICO é a grande novidade, consistindo num passeio em Mini-jipes elétricos ao longo de todo o trilho fazendo uma visita inter-activa pelo mundo dos dinossauros.

O Trilho Jurássico continua a assumir-se como uma das grandes estrelas do parque. Ao longo do percurso, os visitantes encontram réplicas gigantes de dinossauros integradas na paisagem natural, proporcionando uma experiência que combina descoberta, aventura e aprendizagem. É uma proposta especialmente apreciada pelas crianças, que podem sentir-se verdadeiros exploradores numa viagem ao passado remoto da Terra.

O Lago Jurássico, introduzido recentemente, tornou-se também um dos espaços mais fotografados do recinto. Inserido harmoniosamente na envolvente natural, oferece um ambiente único que complementa o universo temático dos dinossauros e cria novos cenários para momentos de lazer em família.

Ao mesmo tempo, o parque continua a investir na valorização do espaço verde, na arborização com espécies autóctones e na criação de zonas de convívio cada vez mais acolhedoras. A aposta na sustentabilidade ambiental mantém-se como uma das marcas distintivas do projeto, que procura crescer sem perder a ligação à natureza que o tornou especial.

Mais de 30 atividades para todas as idades

Uma das grandes vantagens do Rates Park é a enorme diversidade de experiências disponíveis. Com mais de três dezenas de atividades, o espaço consegue responder aos interesses de visitantes com perfis muito diferentes.

Para os amantes da aventura, continuam disponíveis propostas como arborismo, escalada, slide, circuito aventura e salto de



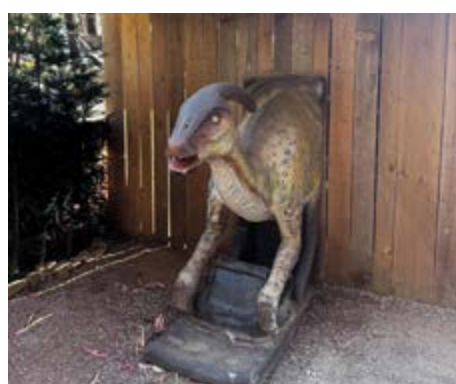
queda livre, atividades que proporcionam adrenalina em total segurança e sob acompanhamento especializado.

Quem prefere desafios de grupo encontra no paintball, nos jogos de exploração e nas atividades de equipa excelentes oportunidades para fortalecer laços e criar momentos inesquecíveis.

Já os mais novos dispõem de um vasto conjunto de atrações concebidas especialmente para si. Insufláveis, pedal karts, parque infantil, carrossel ecológico e diversos percursos temáticos garantem horas de diversão num espaço seguro e integrado na natureza.

O parque disponibiliza ainda atividades como mini-jipes, mini moto 4, minigolfe, trampolins e outras experiências que tornam cada visita diferente da anterior.

Esta combinação entre aventura, desporto, descoberta e contacto com o meio natural é precisamente uma das razões que explicam o sucesso crescente do projeto.



Destino para famílias, escolas, empresas e grupos

Muito mais do que um parque de diversões, o Rates Park está preparado para receber diferentes tipos de visitantes e eventos.

As famílias encontram um local ideal para passar um dia completo em contacto com a natureza. Os grupos de amigos dispõem de inúmeras atividades de convívio e aventura. As escolas beneficiam de programas pedagógicos e recreativos adaptados a diferentes faixas etárias. Já as empresas encontram condições para ações de teambuilding, eventos corporativos e programas de motivação.

As festas de aniversário continuam igualmente a ser uma das áreas de maior procura. Os programas dedicados permitem proporcionar aos mais novos uma celebração diferente, recheada de desafios, brincadeiras e experiências ao ar livre.

A oferta é suficientemente diversificada para abranger participantes dos 3 aos 80 anos, promovendo momentos de partilha entre várias gerações.

Referência regional em crescimento

O sucesso alcançado pelo Rates Park reflete também a experiência acumulada pelo Grupo AK-TIVSPORT, empresa responsável pela gestão do espaço e que opera outros parques temáticos e de aventura no Norte do país.

O resultado está à vista. O crescente reconhecimento público, o impacto das redes sociais e a procura cada vez mais elevada demonstram que o Rates Park se transformou numa referência incontornável do turismo de lazer familiar.

Em 2026, o Rates Park continua assim fiel ao seu lema de proporcionar "um mundo de emoções e aventuras". Com novas atrações temáticas, uma oferta diversificada, forte aposta na sustentabilidade e uma popularidade que ultrapassa fronteiras regionais, o espaço afirma-se cada vez mais como um destino obrigatório para quem deseja viver momentos únicos em plena natureza. Afinal, há lugares onde a aventura acontece. E há outros onde a aventura se transforma numa memória para toda a vida.

Estacionamento gratuito

A entrada no RATES PARK tem um custo de 2€ / pax, incluindo a visita ao trilho jurássico e acesso ao parque infantil e parque de merendas. A utilização dos equipamentos e atividades estão sujeitas a tarifas diferenciadas consoante a escolha do cliente.



Varzim vence dérbi e segue na liderança do Nacional de Futebol de Praia

O Varzim venceu, no sábado, o Caxinas por 3-1, na 9.ª jornada do Campeonato Nacional de Futebol de Praia, e passou a liderar isolado a classificação da Série Norte quando faltam cinco jornadas para o final da primeira fase da competição.

A equipa varzinista colocou-se em vantagem aos 12 minutos, por intermédio de Aitor Rey. Os poveiros continuaram por cima e ampliaram a diferença aos 24 minutos, através de Luan Gomes, ficando a vencer por 2-0. O Caxinas reagiu logo de seguida e reduziu a desvantagem aos 25 minutos, com um golo apontado por Nuno Rego, e relançaram a discussão do resultado. No entanto, o Varzim voltou a mostrar eficácia ofensiva e, aos 36 minutos, Luan Gomes bisou na partida, fixando o resultado final em 3-1.

Mais perto da fase decisiva

Com este triunfo, o Varzim ascende ao primeiro lugar da classificação com 22 pontos, e ficou com uma vantagem de três pontos sobre o Caxinas, que ocupa a segunda posição com 19. A luta pelo apuramento segue intensa, recordando que os dois primeiros classificados da Série Norte garantem presença na fase decisiva da prova, onde se juntam aos dois primeiros da Série Sul para disputar as duas vagas de acesso à Divisão de Elite do futebol de praia nacional.

A próxima jornada está marcada para 15 de agosto, no Campo de Areia das Caxinas. O Varzim terá pela frente o Porto Mendo, último classificado, e procura dar mais um passo rumo ao objetivo da subida.



FAST leva Vila do Conde à Volta a Portugal à Vela

A FAST – Foz do Ave Sailing Team vai representar Vila do Conde na Volta a Portugal à Vela 2026, uma das provas mais marcantes do calendário nacional e que volta a unir o país de norte a sul.

A competição decorre entre 25 de julho e 1 de agosto, destinada à Classe Cruzeiro, e reúne embarcações de grande porte num percurso exigente ao longo da costa portuguesa. A equipa vilacondense apresenta-se com três embarcações, Foz do Ave, Jotacassy e Yemaia, que no total integram cerca de 20 atletas.

A edição de 2026 será disputada em oito

etapas, e liga Viana do Castelo a Portimão, com passagem por Porto, Figueira da Foz, Cascais, Lisboa e Sines. Para além da vertente competitiva, a Volta a Portugal à Vela promove valores associados à modalidade, como a sustentabilidade, a superação e o espírito de comunidade, reforçando a ligação histórica do país ao mar.

Com ambição e determinação, a FAST encara esta participação como um desafio de afirmação, procurando alcançar resultados de relevo e representar condignamente Vila do Conde.



Homenagem a Maia Rodrigues marca Gala do Ginásio Clube Vilacondense

O Pavilhão de Desportos de Vila do Conde encheu-se de emoção, cor e talento na 55.ª Gala de Ginástica do Ginásio Clube Vilacondense, espetáculo que assinalou o encerramento da época desportiva 2025/2026 e que teve como ponto alto a homenagem prestada ao professor Maia Rodrigues, uma das figuras mais marcantes da história da ginástica vilacondense.

Sob o tema “VOAMOS JUNTOS – Uma Viagem pelas Emoções”, a gala conduziu o público por uma narrativa que retratou o percurso de crescimento de um ginasta, desde os primeiros passos no Baby Gym até aos escalões de competição. Ao longo da noite, centenas de ginastas deram corpo a atuações que combinaram rigor técnico, criatividade e expressividade artística, transportando os espectadores para um universo onde as emoções, os desafios e os sonhos assumiram papel central.

Os figurinos, a iluminação, a música e a cenografia foram cuidadosamente preparados para acompanhar cada etapa desta viagem simbólica, mostrando como a ginástica contribui para a formação desportiva e humana de crianças e jovens. Desde os mais pequenos, que conquistaram o público pela espontaneidade, até aos atletas de competição, todas as classes demonstraram o trabalho, a dedicação e a paixão que caracterizam o clube.

Contudo, um dos momentos mais emocionantes da noite surgiu com a homenagem ao professor Maia Rodrigues, reconhecido como o grande impulsionador e mentor do projeto



gímico do Ginásio Clube Vilacondense. Num ambiente de profunda gratidão, o clube destacou o legado de quem lançou as bases de uma modalidade que, ao longo de cerca de seis décadas, formou milhares de jovens, conquistou títulos nacionais e internacionais e ajudou a afirmar Vila do Conde como uma referência da ginástica portuguesa.

A distinção simbolizou o agradecimento de várias gerações de ginastas, treinadores, dirigentes e famílias a uma personalidade que dedicou grande parte da sua vida ao desenvolvimento da modalidade. A emoção sentida no pavilhão espelhou o impacto humano e desportivo da sua obra, construída através da dedicação, da visão e do compromisso com a formação de atletas e cidadãos.

A SUA BATERIA USADA VALE

10€ EM CARTÃO*

Um universo de benefícios nas suas mãos

*Desconto em cartão válido para a compra de baterias ROADY mediante a entrega da bateria usada, equivalente à adquirida.

Desportivo reforça equipa de hóquei

A equipa sénior de hóquei em patins do Clube Desportivo da Póvoa, já conseguiu três reforços para a nova temporada, colmatando deste modo outras tantas saídas.

Confirmada a ida de Luís Melo e

Gonçalo Silva para o Maia HC, e com a despedida de Rodolfo Sobral da modalidade, o técnico Vitor Silva apostou na vinda de jovens com muito talento, e com um historial de presenças nas seleções jovens considerável. É o caso

do guarda-redes Martim Oliveira, que defendeu a baliza do Óquei de Barcelos B, e com apenas 19 anos, poderá ser o titular da baliza poveira. João Pereira vem do Valongo B, um clube com um potencial enorme na formação, e onde

nem todos chegam à equipa principal. Guilherme Leitão é o terceiro reforço e esteve na última temporada no FAC. Curiosamente as aquisições vão chegar de clubes rivais do Clube Desportivo da Póvoa na próxima tempo-

rada. Entretanto e ainda com o mês de agosto pela frente, o plantel poveiro poderá ter mais alguma novidade, até porque há hoquistas no CDP cobiçados por emblemas do 1º escalão.



João Pereira



Martim Oliveira



Guilherme Leitão



Desportivo promove festa de final de época

O próximo fim de semana vai ser alargado para os sócios e simpatizantes do Clube Desportivo da Póvoa. Na noite de sexta-feira, os responsáveis do clube levam a efeito uma cerimónia de encerramento da época desportiva 2025/2026, com entrega de galardões aos premiados. Depois seguir-se-á um convívio com música e dança.

Neste final de semana, também a secção de voleibol promove o tradicional torneio das 24h de voleibol, que reúne no pavilhão Fernando Linhares de Castro mais de

duas centenas de jovens. Com inscrições individuais, a prova começa no princípio da tarde de sábado e estende-se sem interrupções até muito perto do meio-dia do dia seguinte. Para quem não jogar durante a noite, poderá pernoitar e dormir no corredor e na bancada, um cenário muito característico da competição.

Ao longo dos últimos anos, atletas dos mais variados pontos do país acorrem ao evento que já pode ser considerado um ex-libris da secção do clube.



ARQUIVO



ARQUIVO

O futuro fazemos agora

INSCRIÇÕES ABERTAS



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

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



grande Colégio
O futuro fazemos agora.

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

PUB

“Futebol entre Aldeias e Paixão” eterniza a história do futebol amador de Vila do Conde

O Centro Municipal da Juventude de Vila do Conde recebeu, na passada sexta-feira, a apresentação do livro “Futebol entre Aldeias e Paixão”, da autoria de João Costa, numa sessão que reuniu mais de uma centena de pessoas e diversas figuras ligadas ao movimento associativo e desportivo do concelho.



A obra retrata a história do futebol amador em Vila do Conde e documenta o percurso da Associação de Futebol Amador de Vila do Conde (AFAVCD), prestando homenagem a dirigentes, atletas, treinadores, árbitros, clubes e a todos aqueles que, ao longo de várias décadas, contribuíram para o desenvolvimento da modalidade e para a sua afirmação nas freguesias vilacondenses.

A mesa de honra foi composta pelo presidente da Câmara Municipal de Vila do Conde, Vítor Costa, pelo presidente da AFAVCD, Luís Costa, pelo primeiro presidente da associação, Agostinho Campos, pelo diretor da Associação de Futebol do Porto, Álvaro Correia, e pelo autor da obra, João Costa.

Ao longo da sessão, os intervenientes refletiram sobre a importância do futebol popular na identidade das comunidades locais, destacando o papel desempenhado pela modalidade na promoção de valores como a amizade, o espírito de equipa, o voluntariado e o sentido de pertença às aldeias e freguesias.

Na sua intervenção, o presidente da Associação de Futebol Amador de Vila do Conde sublinhou a relevância do livro como testemunho histórico e como forma de transmitir às novas gerações o legado construído por milhares de pessoas que dedicaram tempo e esforço ao futebol amador.

Por sua vez, Agostinho Campos, primeiro presidente da AFAVCD, recordou os desafios enfrentados nos tempos da fundação da associação e manifestou satisfação por ver consolidado um projeto que continua a mobilizar clubes, dirigentes e atletas em todo o concelho.

Também Álvaro Correia, da Associação de Futebol do Porto, destacou a importância do futebol amador na formação humana dos jovens e na descoberta de talentos, lembrando que muitas carreiras desportivas tiveram origem nos campos das freguesias.

Um dos momentos mais aguardados da sessão foi a intervenção de João Costa, que partilhou o percurso de investigação e recolha documental que deu origem ao livro. O autor destacou o contributo de centenas de testemunhos recolhidos ao longo do processo e referiu a emoção de revisitar histórias marcantes que ajudam a compreender a dimensão social e cultural do futebol popular em Vila do Conde.

No encerramento da sessão, o presidente da Câmara Municipal de Vila do Conde, Vítor Costa, destacou a importância de preservar a memória coletiva do concelho e reconheceu o contributo do associativismo desportivo para a coesão social e para a construção da identidade vilacondense.

Escola de Futsal do Beiriz prepara criação de novo escalão

A Escola de Futsal da União Desportiva de Beiriz encerrou a 12 de julho, a época desportiva 2025/2026 com uma jornada de celebração que reuniu atletas, famílias, equipa técnica, direção e convidados, assinalando uma temporada marcada pelo crescimento do projeto e por resultados de elevado mérito desportivo.

O encerramento incluiu jogos entre os quatro escalões da Escola de Futsal da UD Beiriz e os respetivos escalões da AD Tarrío, com momentos de competição saudável, convívio, fair play e partilha entre os jovens atletas. No final, todos os participantes receberam medalhas, seguindo-se um dos momentos mais simbólicos da cerimónia, com a entrega das taças de Campeão de Série aos escalões de Benjamins (Sub11) e Infantis (Sub13), que se destacaram ao longo da temporada pelas excelentes prestações competitivas.

De acordo com Ricardo Guimarães, coordenador da Escola de Futsal, a temporada 2025/2026 confirmou a evolução sustentada do projeto. A escola participou nas competições organizadas pela Associação de Futebol do Porto com os escalões de Petizes (Sub7), Traquinas (Sub9), Benjamins (Sub11) e Infantis (Sub13), com resultados de relevo. “Destaque para a conquista do título de Campeão de Série pelos Benjamins, na 1.ª Divisão – Série 2, e pelos Infantis, na 2.ª Divisão – Série 2,

feito que reflete o empenho, dedicação e qualidade do trabalho desenvolvido por atletas, treinadores, dirigentes e famílias”, sublinhou.

Ao longo da época, a Escola de Futsal da UD Beiriz contou com cerca de 70 atletas, com idades entre os 4 e os 13 anos, números que evidenciam a confiança crescente das famílias no projeto formativo do clube.

Estrutura com 12 pessoas

A estrutura técnica integra atualmente um coordenador, três treinadores, quatro diretores e quatro técnicos certificados em Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa (SBV-DAE), no sentido de assegurar uma formação desportiva e humana assente em valores como o respeito, a disciplina, a inclusão, o espírito de equipa e o desenvolvimento integral dos jovens.

Ao olhar para a próxima temporada, Ricardo Guimarães revelou que a principal novidade será a criação do escalão de Iniciados (Sub15), medida que permitirá dar continuidade ao percurso dos atletas que têm vindo a crescer na escola de futsal. “A criação deste novo escalão responde também ao desejo manifestado por atletas e encarregados de educação de permanecerem integrados na nossa estrutura, reforçando a continuidade do projeto formativo da UD Beiriz”, explicou.



MAIS/Vila do Conde

Vigilância garantida na “Prainha” das Caxinas

A Capitania de Vila do Conde e da Póvoa de Varzim garante que a “Prainha”, nas Caxinas, não está sem vigilância nesta época balnear. Apesar de não ser classificada como água balnear, o areal integra o dispositivo de segurança definido para a orla marítima dos dois concelhos

Segundo a comandante Mónica Martins, a vigilância é assegurada por um nadador salvador móvel, que parte do apoio de praia do Senhor dos Navegantes e cobre toda a zona, incluindo as duas baías naturais que tornam a “Prainha” especialmente procurada.

O dispositivo inclui ainda uma moto de água com nadador salvador, pronta a atuar a partir da Marina do Porto de Pesca da Póvoa de Varzim. Na mesma área estão posicionados os meios do Instituto de Socorros a Náufragos e da Polícia Marítima, que reforçam a capacidade de resposta. A carrinha da associação Os Golfinhos, com apoio médico diferenciado, circula de forma contínua entre os dois concelhos.

Praia não classificadas como águas balneares

A situação decorre do facto de a

“Prainha”, a praia do Senhor dos Navegantes, a praia junto à Quinta do Eng. Carvalho e de Azurara não integrarem a lista oficial de águas balneares definida pela portaria dos ministérios do Ambiente e da Defesa. Nessas zonas, a presença de nadadores salvadores não é obrigatória.

Em Vila do Conde, apenas cinco áreas têm essa classificação, incluindo a Frente Urbana Norte e a Frente Urbana Sul, onde todas as praias concessionadas são obrigadas a garantir vigilância permanente.

As zonas excluídas ficam fora da obrigatoriedade sobretudo por questões relacionadas com a qualidade da água, que não pode ser monitorizada de forma consistente. No entanto, a portaria permite a colocação de meios de salvamento “por razões de segurança”,

o que levou a capitania a integrar estes locais no Plano Integrado de Salvamento.

À entrada da “Prainha” estão colocados dois cartazes que desaconselham os banhos. A área não dispõe de vigilância analítica ao longo do verão e tem histórico de episódios de poluição costeira, incluindo contaminações provocadas por ligações clandestinas às condutas de águas pluviais.

No ano passado, a “Prainha” chegou a ter nadador salvador, bandeira de estado do mar e um bar em funcionamento. Este ano, o espaço existe, mas o licenciamento de bares depende da Docapesca, que em alguns casos estabelece contratos de gestão com as câmaras municipais. Não foi possível confirmar se este areal está incluído nesses acordos.



Município lança nova plataforma digital

Vila do Conde passa a dispor de uma ferramenta digital que concentra, pela primeira vez, toda a informação sobre as respostas sociais existentes no concelho



O novo espaço digital agrega mais de quatro centenas de equipamentos e serviços sociais, como: creches, centros de dia, projetos comunitários, unidades de saúde e forças de segurança, organizados de forma georreferenciada e com dados atualizados sobre capacidade instalada e vagas disponíveis em tempo real. A consulta é livre e permite filtrar recursos por área de intervenção, aceder a contactos, descrições e verificar de imediato a disponibilidade de respostas.

Na apresentação, o presidente da Câmara, Vítor Costa, sublinhou o impacto da plataforma na relação entre serviços e comunidade, defendendo que o concelho ganha proximidade e um instrumento que



pode inspirar outros municípios. Já a vereadora da Ação Social, Carla Peixoto, destacou que o projeto resulta de financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência e responde a uma necessidade identificada pelas entidades parceiras: a informação estava dispersa e exigia centralização.

Acesso facilitado a informação

Além da pesquisa pública, a plataforma integra um Observatório Social que reúne e analisa dados sobre a cobertura de respostas por freguesia e por área de intervenção. Este instrumento apoia o planeamento estratégico, a preparação de candidaturas e

a tomada de decisão, complementado por um repositório documental organizado por eixos prioritários.

Numa dimensão colaborativa dirigida às entidades da Rede Social, existe uma área privada onde cada parceiro atualiza o seu perfil, consulta documentação interna e participa na construção do Plano de Ação anual.

A Plataforma Digital Colaborativa da Rede Social de Vila do Conde marca um avanço na forma como o concelho organiza o seu conhecimento social, reunindo num único espaço digital informação essencial para quem procura apoio e para quem trabalha diariamente na coesão social. A ferramenta está disponível em redesocial.cm-viladoconde.pt.

Jacintos-de-água removidos para proteger ecossistema

O município de Vila do Conde deu início à limpeza do rio Ave, com prioridade para a proteção da Ponte Românica D. Zameiro face à presença crescente de jacinto-de-água, espécie invasora que ocupa zonas significativas do curso de água. A intervenção decorre no segmento mais crítico, entre Junces, em Macieira da Maia, e Carvalheirada, em Tougues.

A operação concentra-se na envolvente da ponte, onde equipas especializadas procedem à remoção de plantas invasoras, troncos acumulados e resíduos sólidos que dificultam o escoamento natural. A

intervenção poderá ser alargada a outros troços caso se verifique nova acumulação de jacinto-de-água.

Além de melhorar a circulação da água, os trabalhos reforçam a qualidade ecológica do meio aquático e contribuem para a preservação estrutural da ponte, cuja proteção depende de um leito desobstruído e com menor pressão hidráulica.

As ações inserem-se numa estratégia de controlo de espécies invasoras, considerada essencial para recuperar habitats, reduzir riscos de cheias e garantir maior equilíbrio ambiental ao longo do Ave.



Artesanato nacional em destaque a partir de sábado

A maior Feira de Artesanato do país regressa entre 25 de julho e 9 de agosto aos Jardins da Avenida Júlio Graça, reunindo práticas e expressões culturais classificadas pela UNESCO e três tradições identitárias que Vila do Conde prepara para candidatura internacional

A 48.ª Feira Nacional de Artesanato assume este ano uma dimensão singular ao homenagear o Património Cultural Imaterial reconhecido pela UNESCO em Portugal. Durante mais de duas semanas, o certame reúne saberes, técnicas e expressões que continuam a ser transmitidos de geração em geração, preservando um legado que define a identidade cultural do país.

O pavilhão temático da Feira é "inteiramente" dedicado às manifestações culturais portuguesas inscritas nas listas da UNESCO, apresentando conteúdos expositivos e recursos multimédia.

Novas candidaturas

A escolha do tema acompanha o processo de preparação das futuras candidaturas das Rendas de Bilros, da Construção Naval em Madeira e dos Tapetes de Flores às listas do Património Cultural Imaterial da UNESCO.

As três práticas integram a exposição temática, estabelecendo um diálogo entre patrimónios já distinguidos internacionalmente e expressões

de forte valor histórico, artístico e comunitário que o concelho pretende ver reconhecidas à escala mundial.

Ao reunir manifestações já classificadas e práticas em preparação para candidatura, a Feira reforça o papel das comunidades e das entidades responsáveis pela salvaguarda destes saberes, sensibilizando para a importância da sua transmissão às gerações futuras.

As manifestações portuguesas representadas

Entre as práticas presentes no certame encontram-se o Fado, a Dieta Mediterrânica, o Cante Alentejano, a Falcoaria, o Figurado de Estremoz, os Caretos de Podence, as Festas do Povo de Campo Maior e a Arte Equestre Portuguesa.

A Feira integra também elementos inscritos na lista de salvaguarda urgente: o Fabrico de Chocalhos, a Olaria Negra de Bisalhães e o Barco Moliceiro.

DJ padre Guilherme nas festas do Senhor dos Navegantes



As festas do Senhor dos Navegantes, que vão decorrer entre 24 de julho e 7 de agosto, voltam a afirmar-se como um dos momentos mais identitários da comunidade piscatória das Caxinas.

Entre concertos, celebrações religiosas, atividades para famílias e o brilho das iluminações festivas, a edição deste ano destaca-se pela presença de artistas muito acarinhados, como José Malhoa, Badoxa e o padre Guilherme que, para além de sacerdote da paróquia de Amorim, é um fenómeno mundial como DJ.

A festa inicia-se a 24 de julho com a sessão de fogo às 21h15, seguida da inauguração da iluminação festiva, momento simbólico para a comunidade piscatória. Pouco depois, o Coro Infantojuvenil de Caxinas atua na Igreja, abrindo o programa cultural. No dia seguinte, a escadaria da Igreja recebe uma sessão de fados às 22h00.

O fim de semana seguinte traz um dos concertos mais aguardados, com José Malhoa a subir ao palco às 22h00. Já a 1 de agosto, o destaque recai sobre o padre Guilherme, sacerdote da paróquia de Amorim, que assume duplo protagonismo: participa como convida-

do entre as 21h30 e as 22h30 e às 22h30 sobe a palco como DJ.

Pescadores transportam andores

A madrugada abre com o espetáculo piromusical, por volta das 00h15, seguido de nova atuação do padre Guilherme até às 02h00. O domingo prossegue com a Eucaristia Solene às 11h00 e, às 16h00, a Majestosa Procissão, ponto alto das celebrações religiosas e comunitárias. A Procissão integra dezasseis andores conduzidos pelos homens do mar, reforçando a ligação histórica das Caxinas à vida piscatória.

No adro da Igreja, a Banda de Música atua às 19h00, antes do concerto dos 4 Mens, às 22h00. A 4 de agosto assinala-se o 41.º aniversário da Dedicção da Igreja, com cerimónia às 18h30. No dia seguinte, o Laetare Ensemble apresenta um concerto na Igreja às 21h30. A 6 de agosto, o Dia do Padroeiro é celebrado com Missa Solene às 18h30, seguida do concerto de Badoxa às 22h00, um dos momentos mais esperados desta edição.

FEIRA NACIONAL DE ARTESANATO

VILA DO CONDE

2026

25 JULHO - 9 AGOSTO

ENTRADA LIVRE

ARTESANATO E PATRIMÓNIO VILA DO CONDE



CÂMARA MUNICIPAL
DE VILA DO CONDE

Visite Vila do Conde

A capital do artesanato
deste verão

No Norte de Portugal, junto ao mar, Vila do Conde
convida a viver um grande evento nacional:

48.^a Feira Nacional de Artesanato
25 julho > 9 agosto 2026

Vila do Conde. Este verão,
Portugal passa por aqui.



+ info

MAIS/Semanário nº 680 22-07-2026

VARZICOOP
COOPERATIVA AGRÍCOLA DA PÓVOA DE VARZIM

CONVOCATÓRIA ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

28 de agosto de 2026

Nos termos do nº 3 do artigo 30º dos Estatutos desta Cooperativa Agrícola da Póvoa de Varzim, CRL, com o número único de matrícula na Conservatória do Registo Comercial de Póvoa de Varzim e Identificação Fiscal 500 928 177, convoco todos os Associados que se encontrem no pleno uso dos seus direitos, a reunirem-se em Assembleia Geral Extraordinária, no próximo dia 28 de agosto (sexta-feira), pelas 13:30 horas, na sede em Amorim, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

Ponto Único: Por imposição legal, deliberar a constituição de sociedade, detida apenas pela Cooperativa, com o objeto de comércio de medicamentos veterinários e similares.

Nota: Se à hora marcada não estiver presente número suficiente de Associados para a Assembleia Geral Extraordinária, esta funcionará uma hora depois, com qualquer número de Associados.

Póvoa de Varzim, 22 de julho de 2026
O Presidente da Assembleia Geral
António Amorim Ferreira Matos
(Engº Téc. Agr.)

Póvoa de Varzim / Vila de Aver-o-Mar

**Albino Ramos Gomes Pedrosa**

Agradecimento e Missas de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, noras, netos, bisnetas e restante família vêm, por este meio, agradecer muito reconhecidamente a todas as pessoas que tomaram parte no funeral do saudoso familiar e, do mesmo modo, a todas as que, de alguma forma, lhe manifestaram o seu pesar.

Comunicam que mandam celebrar as seguintes **missas de 7º dia**:

- **Quarta-feira, dia 22 de julho, pelas 18:30 horas, no Salão Paroquial de Aver-o-Mar – Póvoa de Varzim.**
- **Quinta-feira, dia 23 de julho, pelas 19:00 horas, na Igreja de S. José de Ribamar – Póvoa de Varzim**

Agradecendo, desde já, a todos os que se dignarem a assistir a estas eucaristias.

Agência Funerária Palhares, Lda. – Balasar – Póvoa de Varzim

OPTICALJA

OPTICÁLIA
ESTABELECE PARCERIAS
COM O TECIDO EMPRESARIAL
DA PÓVOA DE VARZIM

Através da Opticália Póvoa de Varzim, a OTIIMA associou-se a uma iniciativa que promove a saúde visual, a prevenção e o bem-estar dos seus colaboradores, aceitando o desafio lançado pelo Grupo EOL.

Esta iniciativa tem como principal objetivo sensibilizar os colaboradores da empresa para a importância dos cuidados com a visão e da prevenção em saúde ocular.

Durante o mês de julho, foram disponibilizadas consultas de optometria totalmente gratuita nas instalações da OTIIMA. Os exames foram assegurados pela Dra. Kátia Rodriguez, optometrista licenciada da Opticália da Póvoa de Varzim.

As consultas de diagnóstico incidiram sobre duas vertentes essenciais para o bem-estar ocular:

- Avaliação da Acuidade visual: identificação rigorosa da necessidade de correção refrativa (óculos ou lentes de contacto).

- Rastreamento e Saúde Ocular: Exame detalhado da retina para auxiliar no diagnóstico precoce de patologias graves, tais como Glaucoma e a Retinopatia Diabética.

Acesso Facilitado à Correção Visual

Para garantir que a componente financeira não é uma barreira ao bem-estar, foi criado um Pack de Preços Fechados exclusivo. Esta solução disponibiliza opções de correção visual com valores altamente competitivos e acessíveis face ao mercado, dirigidas a todos os colaboradores que necessitem de óculos.

Duas Empresas, Um Compromisso Comum

A missão da Opticália assenta em proporcionar “**Uma visão de excelência para todos**”, aliando um serviço personalizado de qualidade ajustado às necessidades de cada pessoa.

Através da sua estratégia de Responsabilidade Social Corporativa, a marca de ótica assume um papel interventivo ao democratizar o acesso a cuidados de saúde visual primários, defendendo convictamente que todos temos “**O Direito a Ver Bem**”.

Por sua vez, a OTIIMA reforça o seu compromisso com o capital humano ao integrar este benefício no seu plano de bem-estar corporativo. Para a empresa, a Responsabilidade Social vai muito além de uma simples estratégia de gestão, é um pilar fundamental para promover a qualidade de vida dos seus colaboradores.

PÓVOA DE VARZIM, 17/07/2026

MAIS/Semanário

Seja assinante
e tenha acesso
a informação
exclusiva

Faça aqui a sua assinatura

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

www.maissemanario.pt
geral@maissemanario.pt

t 965 288 532
t 252 623 032

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!

Prémios das Quadras de S. Pedro entregues no Pingo Doce de Argivai

O hipermercado Pingo Doce de Argivai recebeu, na passada quinta-feira, 16 de julho, a cerimónia de entrega dos prémios do passatempo das Quadras de S. Pedro 2026, iniciativa promovida pelo jornal MAIS/Semanário que continua a valorizar uma das mais genuínas tradições populares poveiras.

O momento decorreu ao final da tarde e reuniu os vencedores desta edição, num ambiente de celebração da criatividade e da cultura local. A Direção do jornal agradeceu a participação de todos os concorrentes e destacou o papel fundamental do Pingo Doce de Argivai enquanto parceiro deste projeto, que ano após ano contribui para manter viva a tradição das quadras associadas às Festas de São Pedro.

Nesta edição, foram apresentadas cerca de duas

centenas de quadras, demonstrando mais uma vez o entusiasmo da comunidade pela iniciativa. Entre todas as participações, foram selecionadas e premiadas as 10 melhores composições, reconhecendo a originalidade, a inspiração e a ligação às tradições poveiras.

Os prémios foram entregues por representante do Pingo Doce de Argivai, entidade que voltou a associar-se ao passatempo, reforçando o seu apoio às manifestações culturais e populares da Póvoa de Varzim.

O MAIS/Semanário felicita todos os participantes e, em especial, os vencedores desta edição, agradecendo o contributo de todos para o sucesso de mais um concurso que continua a ser uma referência nas celebrações de São Pedro.



Alunos do Colégio de Amorim premiados em projeto da história

O Colégio de Amorim esteve em destaque em duas iniciativas nacionais, com três dos seus alunos reconhecidos no Concurso História Militar e Juventude 2026 e no projeto Eco código no âmbito do programa Eco Escolas, que juntou investigação histórica e ação ambiental desenvolvidas ao longo do ano letivo.

Três estudantes do Colégio de Amorim foram premiados na 5.ª edição do Concurso História Militar e Juventude, dedicada ao tema “Descolonização e retornos (1975 1976)”. A participação envolveu turmas dos 9.º, 10.º e 12.º anos, mantendo a continuidade de presença desde a primeira edição.

O concurso representa uma oportunidade para aprofundar investigação, interpretação crítica e reflexão sobre momentos decisivos da História portuguesa. O Colégio de Amorim conquistou um 3.º lugar para Maria Carvalho, do 10.º C, e distinguiu Miguel Dinis e Sofia Cardoso, ambos do 9.º A, com um 3.º lugar e uma Menção Honrosa.

Eco código alia tecnologia e cidadania ambiental

Alunos do 9.º ano criaram o Eco código do Colégio de Amorim no âmbito do programa Eco Escolas, transformando tecnologia em

ferramenta de ação ambiental. O projeto percorreu temas como Ação Climática, Biodiversidade, Espaços Exteriores, Água, Resíduos e Energia, resultando num conjunto de compromissos definidos pelos próprios estudantes.

A primeira fase decorreu nas aulas de Cidadania, onde foram redigidas frases orientadoras e apresentadas propostas de ilustração. O desenho de Helena Lin foi selecionado para representar visualmente toda a campanha.

Nas aulas de TI, os alunos recorreram ao Canva para integrar texto e imagem, respeitando as normas do concurso nacional. Decidiram ainda inovar com a inclusão de um QR Code, criando uma camada de interatividade e modernizando o formato tradicional do cartaz. Entre todas as propostas, o trabalho de Sofia Cardoso foi escolhido para representar oficialmente o colégio na fase nacional.

Tertúlia Fest espera 5000 festivaleiros no Parque Verde de Balasar

O Tertúlia Fest regressa ao Parque Verde de Balasar nos dias 31 de julho e 1 de agosto, numa edição organizada pela Tertúlia Valasarense que promete reforçar o estatuto de grande encontro de verão da freguesia.

A organização aponta para um crescimento significativo: depois de reunir cerca de 3500 participantes em 2025, o festival espera agora 4500 a 5000 festivaleiros ao longo das duas jornadas.

A sexta-feira abre com Amigo Simão, autor de “De Tasco em Tasco”, seguindo se os Cromos da Noite e DJ Cozta. No sábado, o destaque vai para Master Jake, conhecido por temas como “Jajão” e “Teu Fã”, além das atuações de Kiss Kiss Bang Bang e DeeJay

Perez. O DJ Biggie assegura a cabine em ambas as noites.

O programa inclui ainda um sábado à tarde com várias atividades para todas as idades, com especial foco no Torneio Inter Lugares de Jogos Tradicionais, apontado como o grande momento da tarde.

O tema da edição de 2026 é “Safari”, com o Parque Verde a receber uma decoração imersiva que pretende transportar o público para um ambiente selvagem. O festival apresenta também uma linha de merchandising, sweats, t-shirts, chapéus e meias, produzida integralmente na Póvoa de Varzim e alinhada com o conceito visual deste ano.



SAVE THE DATE

No próximo dia 5 de agosto, chega às mãos dos leitores a 3.ª edição da Revista EM VOGA, suplemento do Jornal MAIS/Semanaário. Antes disso, no dia 2 de agosto, a nova edição será apresentada num evento exclusivo para convidados. Com um olhar inspirador sobre o bem viver, esta edição convida a desacelerar e a aproveitar o melhor do verão. Histórias de pessoas que inspiram, novos projetos, turismo, gastronomia, moda, beleza e experiências que merecem ser descobertas fazem parte de uma revista pensada para acompanhar as suas férias. Marque na agenda. A próxima EM VOGA está quase a chegar e promete surpreender.



MODA

Depois de conquistar o título de Miss Póvoa de Varzim em 2015, Filipa Gomes continua a escrever o seu percurso na moda com a mesma paixão e determinação. A mais recente etapa chama-se 'Amara', uma marca que nasceu da palavra "amar" e da vontade de ajudar cada mulher a sentir-se ainda mais bonita, confiante e fiel à sua essência. Sempre ligada ao universo da moda, Filipa transforma agora esse gosto num projeto empreendedor, que arranca em formato online, mas com o objetivo de, num futuro próximo, ganhar também um espaço físico. Mais do que uma marca de roupa, a 'Amara' pretende celebrar o amor-próprio, a personalidade e a confiança feminina. Um novo desafio que desejamos ver crescer.



BELEZA

Desde que conquistou o título de Miss Póvoa de Varzim 2024, Gabriela Fernandez tem dado continuidade ao seu percurso no universo dos concursos de beleza, conciliando-o com os estudos em Gestão de Marketing e com a conquista de cada vez mais trabalhos como modelo. No próximo dia 26 de julho, Gabriela sobe ao palco do Miss Douro, etapa que integra a caminhada rumo à final do Miss Portugal 2026, em Amarante. Em representação do Douro, Gabriela leva

consigo as suas raízes poveiras, que estarão também presentes no traje criativo que preparou para a competição. Mais do que disputar uma faixa, Gabriela abraça a causa da saúde mental nos jovens através do projeto #SomosImportantes, mostrando que a beleza também pode ser um veículo de inspiração, sensibilização e impacto social. Um percurso que orgulha a organização do Miss Póvoa de Varzim e demonstra que os sonhos se constroem com trabalho, dedicação e propósito.



TALENTO

A Dancing Rebels Dance Studio, dirigida por Jenifer Machado, voltou a afirmar-se além-fronteiras ao representar Portugal no All Dance Greece 2026, um dos mais prestigiados campeonatos internacionais de dança, realizado entre 12 e 19 de julho. A escola participou com uma comitiva de 13 bailarinos e conquistou o reconhecimento da comunidade internacional, alcançando vários lugares de pódio: cinco títulos de campeã, dois segundos

lugares e um terceiro, em diferentes categorias. Um resultado que não só confirma a excelência da Dancing Rebels no panorama internacional da dança, mas também reflete o talento, a dedicação e o rigor dos alunos e professores, e claro, o apoio dos pais. No dia 3 de agosto, a escola sobe ao Palco de Pedra, às 21h, para a segunda edição do espetáculo Hits, onde apresentará algumas das coreografias distinguídas no campeonato europeu.



Parabéns, Vanessa!

No próximo dia 24, Vanessa Moreira, Miss Póvoa de Varzim 2022, celebra mais um ano de vida, e não poderíamos deixar passar esta data sem lhe desejar um novo ciclo repleto de saúde, felicidade e muitos motivos para sorrir. Que este seja mais um ano de crescimento, novas oportunidades e momentos inesquecíveis. Que a vida lhe continue a oferecer motivos para sorrir e a iluminar o seu caminho com novas oportunidades. Muitos parabéns!

