

# Jornal do Ave

Quinzenário 5 de outubro de 2023 N.º 260 Ano 8 | Diretor Hermano Martins | 0,80 €

JORGE  
OCULISTA

A CUIDAR DA SUA VISÃO DESDE 1964

PUB.  
**NT**

## Restaurante Churrasqueira de Finzes

Uber  
Eats

Glovo?

TAKE AWAY  
ENCOMENDAS

252 411 572  
925 349 940

TROFA  
RUA ANTÓNIO ADÃO, 58

15 ATUALIDADE



## MENINA DE ANO E MEIO ENCONTRADA SOZINHA DURANTE A MADRUGADA

PUB.  
**Intermarché**  
TROFA

Agora já pode  
abastecer  
no nosso posto



Aberto 24 h

23 DESPORTO

FAMALICÃO CRIA ATIVIDADE  
FÍSICA PARA GRÁVIDAS

05 SAÚDE

MÉDICO RECEBE  
PRÉMIO INTERNACIONAL

12 ATUALIDADE

OBRAS VÃO TRANSFORMAR  
VILA DAS AVES ATÉ 2025

SANTO TIRSO



# KANIMAMBO

## CAFÉ • BAR • RESTAURANTE

## ATUALIDADE



## Bombeiros da Trofa comemoram 47 anos

Estão marcadas para 14 de outubro as comemorações do 47.º aniversário da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários da Trofa.

A cerimónia protocolar inicia no exterior do quartel, com o ha-

bitual hastear das bandeiras às 15h30, e dá mote para a homenagem aos bombeiros, dirigentes e associados já falecidos, feita na Rotunda do Bombeiro.

Depois da bênção de novas viaturas, as comemorações pros-

seguem na sessão solene e culminam com o desfile apeado e motorizado, pelas 17h30.

Esta data assinala também o Dia Municipal do Bombeiro no concelho da Trofa.

## Antigos combatentes da Trofa em convívio a 21 de outubro

Os antigos combatentes da Trofa vão reunir-se em mais um convívio anual, a 21 de outubro.

A iniciativa, já tradicional no concelho, começa com uma concentração junto da Rotunda dos Ex-Combatentes, pelas 11h00, seguindo-se a romagem ao cemité-

rio de S. Martinho de Bougado, para homenagem a todos os combatentes já falecidos.

O almoço está marcado para as 12h30, na sede do Rancho das Lavadeiras da Trofa, em Mosteirô.

Os interessados em participar no evento podem inscrever-se

até 14 de outubro, na sede dos ex-combatentes da Trofa, no Centro Comercial da Vinha. A participação tem o custo de 25 euros.

Para mais informações, contactar Abel Ferreira, através do contacto telefónico 919 469 602.

## Fotolegenda



O SCOUTin Trofa 2023 juntou mais de 250 escuteiros dos quatro agrupamentos de escuteiros do concelho, a 30 de setembro, num dia preenchido com várias atividades e jogos.

“Reconhecer e promover o escutismo” é o objetivo do evento anual, promovido pela Câmara Municipal da Trofa, que conta com a participação dos agrupamentos 94, da Trofa, 447, de Santiago de Bougado, 635, de S. Romão do Coronado, e 1283, de Alvarelhos.



## Sons no Património levam CRUA à Igreja Matriz de S. Martinho

“Canção da vindima”, “Mãe dos trabalhos” e “barciademera” são três dos temas onde a banda CRUA explora a música tradicional, através de uma “viagem pessoal pela raiz ibérica, oferecida a quem vê e ouve como uma conversa de amigas em horas soltas”.

A banda de Ana Costa, Ana Trabulo, Diana Ferreira Martins, Isabel Martinez, Liliana Abreu e Rita Só vai estar na Igreja Matriz de S. Martinho de Bougado, para

um concerto intimista inserido na 6.ª edição do Sons do Património, às 17h00 de 22 de outubro.

O evento cultural, da chancela da Área Metropolitana do Porto, traz ao concelho a banda portuense, que anuncia um “repertório plural, com forte incidência portuguesa, onde o adufe assume lugar predominante”.

Antes do espetáculo musical, cerca das 15h30, há visita guiada à Igreja.

**ALARME** PUB

**ALARMES DA TROFA®**  
Sistemas Electrónicos

**Sistemas de Segurança**  
Sem manutenção e sem mensalidades

Deteção de Roubo e Incêndio  
Câmara de vigilância (C.C.T.V)  
Controle de Acessos  
Sistemas Anti Shoplifting

Desde 1975 - 4 Alvarás de Segurança

Rua João Paulo II, Nº 503 (Junto à Igreja Nova) 4785 Trofa  
Telf.: 252 413 672 (Chamada rede fixa nacional) [alarmesdatrofa@gmail.com](mailto:alarmesdatrofa@gmail.com)  
Tel.: 917 630 374 (Chamada rede móvel nacional)

H

TROFA HIDRÁULICA

- Acessórios para hidráulica e pneumática
- Tubos flexíveis para todos os fins, baixa e alta pressão



**TROFINDUSTRIA**  
COMÉRCIO DE MÁQUINAS E FERRAMENTAS, LDA.  
MÁQUINAS E FERRAMENTAS

Tel. 252 409 030 whatsapp: 919 319 665  
Lantemil Edifício Lantenópolis 4785-628 Trofa  
[geral@trofahidraulica.com](mailto:geral@trofahidraulica.com) | [geral@trofindustria.com](mailto:geral@trofindustria.com)

## Trofa é o 11.º concelho mais exportador do Norte

A Trofa foi o 11.º concelho da região Norte que mais exportou, em 2022. Segundo dados provisionais divulgados pela Pordata, em 2022, do município foram gerados 985.888.367 euros através do mercado externo, cerca de 30% mais que em 2021 (€760.411.694), a maior escala da desde 1993.

O concelho do Norte mais exportador é Vila Nova de Famalicão, com 2,6 mil milhões de euros gerados em 2022, e nesta ordem de grandeza só a Maia, que também atingiu os dois mil milhões de euros. Seguem-se Vila Nova de Gaia (€1,8 mil milhões), Braga (€1,7 mil milhões), Guimarães (€1,7 milhões), Santa Maria da Feira (€1,6 mil milhões), Oliveira de Azeméis (€1,1 mil milhões), Barcelos (€1,2 mil milhões), Porto (€1000 milhões) e Viana do Castelo (€996 milhões).

Numa imagem publicada nas redes sociais, a Câmara Municipal da Trofa anunciou ser o 4.º concelho do Norte que gerou mais exportações no Norte,



TROFA É UM DOS DEZ CONCELHOS DA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO COM BALANÇA COMERCIAL POSITIVA

o que não se verifica, através dos dados da Pordata, a mesma fonte referida por aquela edilidade.

No que respeita à diferença entre exportações e importações, a Trofa é um dos dez concelhos da Área Metropolitana do Porto com balança comercial positiva. Neste caso, chega quase aos

197 milhões de euros.

Por outro lado, registou-se também o maior crescimento em importações, desde 1993. O ano passado, o valor de bens e serviços importados foi de 789.084.687 euros, mais 150 milhões de euros do que em 2021.

Em Santo Tirso, as exportações

geraram, em 2022, 826.710.414 euros, mais 16,6% que o ano anterior. Com balança comercial positiva, o concelho tirsense registou, segundo a Pordata, 652.740.206 euros em importações, um aumento que superou os 20% quando comparado com o ano de 2021.

### Famalicão é o campeão do Norte e o 3.º do País

Vila Nova de Famalicão registou, em 2022, o maior volume de negócios de sempre, e nos últimos dois anos, o concelho cresceu três vezes mais que a queda sofrida em 2020, aquando da pandemia Covid-19. O município consolida assim a sua posição como o concelho mais exportador da região Norte e o terceiro mais exportador do país, logo a seguir a Lisboa e Palmela.

Vila Nova de Famalicão conseguiu apresentar um saldo positivo de quase 900 milhões de euros na balança comercial, resultado da diferença entre as exportações (€2,6 mil milhões) e as importações (€1,7 mil milhões), assumindo-se como o segundo município do ranking nacional com maior contributo líquido para a economia.

Apesar do número recorde de exportações, Portugal aumentou, em 2022, a sua dependência externa com as importações a superarem as exportações.



Clínica Pediátrica  
**CORONADO**

Saúde e Desenvolvimento:  
Da Infância até à Adolescência

Pediatria | Psicologia | Nutrição | Terapia da Fala

911 084 359

(Chamada rede móvel nacional)

coronado.pt

Rua Vale do Coronado

1366, R/C Loja 3

4745-417, S.M. Coronado



## ATUALIDADE



## Gerência promete “dar luta” na recuperação do Bosque Encantado

Numa mensagem publicada nas redes sociais, Pedro Silva, gerente do Bosque Encantado, Quinta d’Alegria, prometeu “dar luta” nas próximas semanas para reabrir o espaço de eventos, que foi destruído por um incêndio, na sexta-feira, 22 de setembro.

“Antes de mais, quero agradecer do coração o carinho pelas milhares de mensagens e chamadas de ajuda e conforto que não consegui atender, nem responder pela tragédia que toda a gente sabe que aconteceu”, começou por escrever Pedro Silva,

esta segunda-feira.

Testemunhando que o dia foi “realmente muito triste para toda a equipa”, o responsável do espaço referiu que foi possível, com “grande colaboração” dos clientes, organizar os eventos agendados para aquele fim de semana na Quinta do Palácio Rauliana, que “recebeu de braços abertos”. Será naquele local que vão continuar a ser realizados os eventos que estavam agendados para o Bosque Encantado.

“Como não sou nem somos de baixar os braços nem de vi-

rar costas, hoje, segunda-feira, e nos próximos dois dias, começamos de pá na mão a arrumar. Não sei se vamos demorar uma, duas, três ou quatro semanas a reconstruir um novo Bosque, mas vamos dar luta”, acrescentou Pedro Silva, que solicita que “quem quiser, pode sempre ajudar, é só aparecer”.

O fogo deflagrou ao início da tarde de 22 de setembro e a combater as chamas estiveram cerca de 45 operacionais de várias corporações de bombeiros, apoiados por 15 veículos.

## Sindicato cancela greve na Cerealis

O SINTAB (Sindicato dos Trabalhadores da Agricultura e das Indústrias de Alimentação, Bebidas e Tabacos de Portugal) cancelou a greve dos trabalhadores da Cerealis, na Trofa, que estava marcada para 4 de outubro.

“Esta decisão é tomada em função de sinais claros dados pela empresa de querer resolver, com o sindicato, os problemas apontados pelos trabalhadores, tendo solicitado uma reunião para os próximos dias”, fez saber o Sindicato em comunicado.

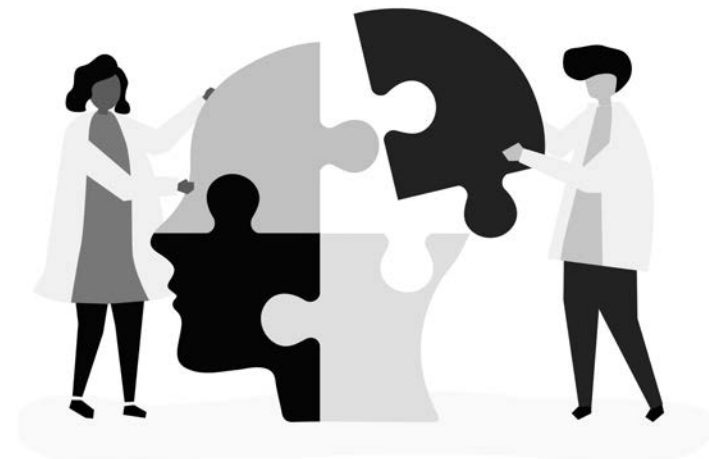
O aviso de greve foi emitido na sequência da alteração do horário de trabalho, para laboração contínua, medida que foi contestada pelo sindicato, que acusa a empresa de “impor” um regime de laboração “ilegal” e de “manter discriminação salarial”.



O sindicato acrescenta no comunicado que “ainda que não estejam solucionados os problemas e ilegalidades vários”, a reunião solicitada pela Cerealis “é

já um sinal claro de que a luta se mantém como a melhor ferramenta de melhoria das condições de trabalho e das vidas dos trabalhadores”.

## Ciclo de tertúlias assinala Dia Mundial da Saúde



O auditório do Fórum Trofa XXI será palco de um ciclo de tertúlias, que o Centro Hospitalar do Médio Ave (CHMA) vai promover a 10 de outubro, para assinalar o Dia Mundial da Saúde Mental.

A iniciativa, a cargo do Serviço de Saúde Mental do CHMA, com o apoio da autarquia trofense, conta com dois momentos de debate. O primeiro, às 11h00, alusivo ao tema “Cuidar para derrubar barreiras”, com a participação de Zélia Figueiredo, médica psiquiatra, dedicada ao acompanhamento de pessoas trans, Márcio Silva, enfermeiro voluntário na organização Médicos do Mundo, e Helena Maia,

presidente da direção da APPA-CDM da Trofa.

Segue-se a tertúlia “Ser diferente também é normal”, moderada pelo psiquiatra Pedro Horta e debatida por Lourenço Cunha, pessoa trans com processo de transição completo, e Fernanda Costa, da equipa técnica do Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes.

Este ano, a Organização Mundial da Saúde propôs que a efeméride seja assinalada sob o tema “A Saúde Mental é um Direito Universal”.

Além das palestras, há momentos de animação protagonizados pela Escolinha de Rugby e APPA-CDM da Trofa.

## Encontro de Cavaquinhos a 17 de outubro

Os cavaquinhos vão voltar a ouvir-se na Trofa, a 17 de outubro. A segunda edição do encontro terá lugar no auditório do Fórum Trofa XXI, no Parque Nossa Senhora das Dores, pelas 14h30, e vai reunir apreciadores da música tradicional portuguesa, e, especial dos cavaquinhos e outros instrumentos tradicionais.

Esta iniciativa está inserida no plano de atividades do Centro Comunitário Municipal da Trofa, cujo grupo de vozes e cavaquinhos assumirá papel de anfitrião.

“Iniciativas como esta são essenciais para a nossa população menos jovens. Momentos cheios de animação, música e acima de tudo de convívio. Na Trofa, ninguém fica para trás, e é por isso que vamos continuar a apostar

nestas atividades, que neste caso em específico são o reflexo dos workshops levados a cabo pelo nosso centro comunitário ao longo do ano”, refere, a propósito, Sérgio Humberto, presidente da autarquia.

A iniciativa é aberta a toda a comunidade, mas está já garantida a participação das instituições de seniores do concelho.



# Médico da Trofa é primeiro português com prémio europeu de neurorradiologia

O trofense Miguel Quintas Neves trouxe, pela primeira vez em Portugal, o prémio europeu de melhor trabalho científico na área da neurorradiologia.

O médico especialista de 39 anos recebeu a distinção, atribuída pela Sociedade Europeia de Neurorradiologia (ESNR), em Viena de Áustria, a 21 de setembro, no 46.º Congresso Anual da Sociedade Europeia de Neurorradiologia.

O objetivo do prémio é distinguir jovens cientistas com menos de 40 anos, que trabalhem na área de Neurorradiologia em centro europeu e com primeira autoria em trabalho científico de relevo.

O trabalho que lhe valeu a láurea foi desenvolvido no âmbito da tese de doutoramento que está a elaborar, na Universidade do Minho, e tem como objetivo “encontrar ferramentas diagnósticas, particularmente clínicas e imagiológicas, que permitam a distinção entre a doença de Alzheimer e uma

outra condição neuropatológica a que se dá o nome de tauopatia primária relacionada com a idade”. Segundo Miguel Quintas Neves, “foram dados alguns passos nesse sentido, quer pelos diferentes padrões de atrofia cerebral encontrados, quer pela diferente relação que estes estabelecem com a performance cognitiva nos dois grupos de doentes”.

Miguel Quintas Neves refere ter sido “um orgulho tremendo e uma grande honra” receber esta distinção e que a mesma vem “premiar o esforço e trabalho desenvolvidos por toda a equipa do projeto, sendo prova, uma vez mais, do incomensurável valor que os investigadores portugueses têm, mesmo perante investimentos consideravelmente inferiores aos seus congéneres europeus”.

Miguel Quintas Neves é natural de S. Martinho de Bougado e frequentou a Escola Secundária da Trofa, tendo cursado Ciências Farmacêuticas, cujo mestra-



MÉDICO ESPECIALISTA DE 39 ANOS RECEBEU A DISTINÇÃO, ATRIBUÍDA PELA SOCIEDADE EUROPEIA DE NEURORRADIOLOGIA

do obteve em 2008, na Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto.

“Com o início da minha vida profissional como farmacêutico, cresceu um profundo interesse pelas doenças e, sobretudo, pe-

los pacientes. Decidi então estudar medicina”, conta o médico num texto biográfico, publicado no Instituto de Pesquisa em Ciências da Vida e da Saúde da Universidade do Minho.

Após o contacto com a neu-

roanatomia, Miguel Quintas Neves interessou-se, particularmente pela neurorradiologia, tendo terminado com sucesso a residência no Hospital de Braga, onde hoje trabalha como neurorradiologista assistente.

## Autarquia da Trofa reforça atividades relacionadas com educação ambiental

São sete os temas que dão corpo ao Plano de Atividades de Educação Ambiental, que a Câmara Municipal da Trofa preparou para este ano letivo. As novidades para 2023/2024 passam pelo “aumento de iniciativas” e “alargamento dos públicos-alvo”, depois de, na época escolar anterior, terem sido realizadas “345” ações, que envolveram “6220 alunos”, segundo dados da autarquia.

Os programas Eco-Escolas e “A Natureza é a Melhor Sala de Aula”, o último desenvolvido em parceria com o Centro Regional de Excelência em Educação para o Desenvolvimento Sustentável da Área Metropolitana do Porto (CRE.Porto) serão promovidos “em todos os estabelecimentos de ensino”, enquanto no tema “Ar, Ruído e Mobilidade”, as atividades terão foco junto dos alunos do 1.º ciclo, a partir de ações de sensibilização sustentadas num vídeo captado em 360º, que pode ser visto com recurso a óculos



SERÁ DINAMIZADO UM CONCURSO DE POESIA “FALA DE ÁGUA COM AMOR” de realidade virtual.

Relacionados com a água, e com o apoio da empresa Águas do Norte, a autarquia vai dinamizar, para os alunos do 4.º ano, o programa “Planeta H2O”, enquanto o “Laboratório H2O” vai

estar acessível para os estudantes do 5.º ano. Já “Fábrica H2O” é uma visita virtual sobre a sustentabilidade ambiental, a economia circular, as alterações climáticas, disponível para os alunos do 8.º ano. Para todo o En-

sino Secundário e Instituições Particulares de Segurança Social (IPSS) do concelho, serão promovidas visitas a uma ETA – Estação de Tratamento de Água ou a uma ETAR – Estação de Tratamento de Águas Residuais.

Já em parceria com a Indaqua, será dado a conhecer aos alunos do 4.º ano o projeto educativo “Água Segura”, que assenta em três vertentes, aulas teóricas, prática e um concurso de desenho “Os Ciclos Natural e Urbano da Água”. Para os alunos do 2.º e 3.º Ciclos, serão ministradas palestras sobre “Uso sustentável da água”, integradas na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento.

Para os estudantes do 3.º e 4.º ano será dinamizado o concurso de poesia “Fala de Água com Amor”.

Na área dos Resíduos, há duas atividades para o pré-escolar, a “Oficina Papel Reciclado” e “Reciclar é Ganhar”. Já o Programa “Ecovalor” será dinamiza-

do em todos os estabelecimentos de ensino.

Com o apoio da Resinorte, que também lançará nove concursos para diferentes graus de ensino, a autarquia vai possibilitar aos alunos do 3.º Ciclo e Ensino Secundário uma visita à Estação de Triagem Riba de Ave.

“Caixa dos Ninhos” é a grande atividade relacionada com a Biodiversidade. Dirigida aos alunos do pré-escolar e 1.º Ciclo, a atividade desafia as caixas e a colocá-las no Parque das Azenhas e outros locais.

No tema da Energia, será projetado um filme, “Energia vs Sustentabilidade”, que abordará sobre “desperdício de energia e alteração de comportamento para atitudes sustentáveis para todos os alunos do 1.º Ciclo”.

A autarquia vai ainda dinamizar eventos temáticos, alusivos ao Dia Nacional da Energia e Dia Mundial do Ambiente e da Criança e o 4.º Fórum do Ambiente.

## ATUALIDADE

## Ligação ISMAI-Trofa avança em 2024

A expansão da linha do Metro do Porto e metrobus, entre o ISMAI e a Trofa, está prevista avançar em 2024, segundo o Plano de Avisos do Portugal 2030, publicado pelo Governo, na semana passada.

Este projeto, juntamente com a ligação entre a estação do Dragão e Souto, no Porto, contará com dotação global de 259 milhões de euros. O aviso, de acordo com o documento, deverá ser lançado entre maio e agosto de 2024.

O que não está explícito é de que forma será feita a ligação entre o ISMAI e Paradela, se em solução híbrida – com linha de metro até ao lugar Serra, no Muro, e o restante troço em metrobus –, se em linha de metrobus em toda a extensão.

Segundo fontes ouvidas pelo JA, o que continua definido pela Metro do Porto é “a extensão da linha Verde, desde o ISMAI a Para-



dela, com metro convencional até à freguesia do Muro, com estação final por definir, e BRT (metrobus) até à estação ferroviária”.

Segundo a ficha resumo do aviso, haverá uma dotação de 259 milhões de euros provenientes do Fundo de Coesão da União Europeia para os investimentos,

um valor que pode corresponder a um máximo de 85% do total, não estando ainda definido o valor da comparticipação nacional.

O investimento insere-se no Sustentável 2030 – Programa Temático para a Ação Climática e Sustentabilidade, inserido no Portugal 2030.

## ARU da Trofa aumentada

“Potenciar a requalificação do centro urbano da Cidade da Trofa”. Este é o objetivo da Câmara Municipal da Trofa com o aumento da Área de Requalificação Urbana do Núcleo Central da Cidade da Trofa, que foi aprovado recentemente.

A integração das novas áreas totaliza mais 167 hectares a somar aos 188 hectares de ARU já em vigor, o que perfaz um total de 355 hectares.

A poente a ARU já em vigor passam a integrar os núcleos habitacionais da Barca, de Finzes, da Samogueira, da Nova Trofa, das Pateiras e da área industrial das Pateiras. A sul, o núcleo habitacional de Mosteirô e a nor-

te e nascente o núcleo habitacional do Carqueijoso, da Corga e da Esprela.

Com esta delimitação, a Câmara Municipal da Trofa pretende reforçar a centralidade urbana, valorizar o espaço público, qualificar o parque edificado e consolidar o espaço urbano.

Esta alteração agrega à nova área um conjunto significativo de características que vão permitir a regeneração urbanística, entre estas, a definição dos benefícios fiscais associados aos impostos municipais sobre o património, assim como a atribuição aos proprietários do acesso aos apoios e incentivos fiscais e financeiros à reabilitação urbana”.

## AEBA promove Gala do Associado



A Associação Empresarial do Baixo Ave promove, a 25 de outubro, a Gala do Associado, que tem lugar na Quinta Palácio Rauliana, em Ribeirão, concelho de Vila Nova de Famalicão.

A iniciativa, que está inserida nas comemorações do 23.º aniversário da associação, terá como convidado de honra o comentador político e conselheiro de Estado, Luís Marques Mendes.

A AEBA vai aproveitar para homenagear as empresas com 10, 15 e 20 anos de ligação à associação e distinguir as que obtiveram o estatuto de PME Excelência.



## Loja da Mobilidade nasce na estação de comboios

Para já, serve para dar “informação atualizada das redes de transportes, das linhas disponíveis”, mas no futuro prestará ao utilizador dados sobre horários previstos de chegada de autocarros e dos lugares de estacionamento disponíveis, nos quatro parques que integram o projeto C-Street.

A Loja da Mobilidade da Trofa abriu, a 22 de setembro, no edifício da estação ferroviária, e segundo a Câmara Municipal

marca o início do projeto “MOVE-T” e é “o ponto de partida de um novo conceito de mobilidade em implementação no concelho”, que quer possibilitar às pessoas circular “a pé, de bicicleta, ou trotinete, para todos os pontos chave do dia a dia, desde serviços públicos, a escolas, a lazer, desporto ou saúde”.

A valência servirá também de centro de operações concelhio da rede de transportes públicos intermunicipal, que junta Tro-

fa, Famalicão e Santo Tirso, a funcionar a partir de 2024, e do projeto UNIR, Rede Metropolitana do Porto, previsivelmente em andamento a partir do final de 2023.

A loja funciona com horário alargado, das 07h30 às 19h30 e, “no futuro, permitirá também aos utentes terem acesso às bicicletas e trotinetas de uso partilhado, para fazer a ligação ao comboio, ao automóvel, ou ao autocarro”.

## Design de Interiores

RUA JOÃO PAULO II, 615  
4785-141 TROFA  
T. 252 418 358 F. 252 414 118  
bloft@bloft.com

B.LOFT

## Interiores Clássicos

RUA CESÁRIO VERDE, 7  
4785-252 TROFA  
T. 252 418 429 F. 252 414 118  
obibelot@obibelot.com  
www.obibelot.com

O Bibelot

## 45 técnicas de animação sociocultural garantem prolongamento do horário nas pré-escolas

Cerca de mil crianças que frequentam os jardins de infância públicos do concelho de Santo Tirso poderão usufruir de horário prolongado, numa medida concertada entre a Câmara Municipal e 31 associações de pais. Os protocolos que garantem o prolongamento do horário no período da manhã e após o termo das atividades letivas foram assinados a 25 de setembro e envolvem um investimento municipal de “cerca de 295 mil euros”.

Trata-se de uma “medida de apoio às famílias e encarregados de educação que a Câmara de Santo Tirso implementou e na qual vai continuar a apostar no novo ano letivo”, que também permite que “os períodos extraescolares sejam enrique-

cedores e favorecedores de um desenvolvimento integral das crianças”.

O projeto garante a colocação de 45 técnicas de animação sociocultural nas escolas do ensino pré-escolar. Para o presidente da Câmara Municipal, Alberto Costa, trata-se de dar resposta a um “tempo de mudança e às atuais necessidades das famílias”, para que as crianças “tenham uma educação de qualidade”.

“Temos uma série de projetos para continuar a ajudá-las a crescer e a serem pessoas competentes. O investimento em educação, no próximo ano letivo, ultrapassa os oito milhões de euros entre projetos, infraestruturas, transportes escolares e outros”, acrescentou.



PROTOS COLOS GARANTEM O PROLONGAMENTO DO HORÁRIO NO PERÍODO DA MANHÃ E APÓS AS ATIVIDADES LETIVAS

Diva Barros, membro da Associação de Pais da Escola Básica de S. Tomé de Negrelos, assumiu a palavra em representa-

ção dos encarregados de educação e deixou um agradecimento à Câmara Municipal pela “confiança que deposita nas associa-

ções para a concretização e dinamização deste projeto, que é cada vez mais necessário”.

## Mérito escolar premiado pela autarquia

O presidente da Câmara Municipal de Santo Tirso, Alberto Costa, e a vereadora da Educação, Sílvia Tavares, entregaram prémios de mérito escolar a 45 estudantes do concelho, a 21 de setembro.

“Este é um reconhecimento público pelo empenho dos alunos que pretende, ao mesmo tempo, sublinhar a importância do contributo de pais e professores no sucesso escolar”, referiu Alberto Costa durante a cerimónia, que decorreu nos Paços do Concelho.

Lembrando que “pessoas mais qualificadas terão mais ferramentas para a construção do futuro”, o autarca explicou que a Câmara tem investi-



FORAM 45 OS ALUNOS QUE RECEBERAM PRÉMIOS DE MÉRITO ESCOLAR

do “de forma a garantir condições de aprendizagem de excelência para todos”, com projetos multidisciplinares que pretendem promover a igualdade de oportunidades e do sucesso escolar.

Em representação dos alunos, Ana Raquel Casteleiro, antiga estudante do 12.º ano do Agrupamento de Escolas D. Afonso Henriques, fez, também, questão de agradecer a familiares, amigos e professores: “Foram fundamentais no caminho que tivemos que percorrer para estarmos aqui”.

Foram distinguidos alunos do 6.º, 9.º, 10.º, 11.º e 12.º anos, num investimento da Câmara Municipal de 12.900 euros.

## Arrancou empreitada de beneficiação da Rua Jaime Sampaio, na Lama

A Câmara Municipal de Santo Tirso deu início às obras de beneficiação da Rua Jaime Sampaio, na Lama. A empreitada, que abrange o troço entre a Estrada Municipal 510 e a Igreja Matriz, tem como principal objetivo dotar aquela via de melhores condições de segurança e conforto.

Os trabalhos envolvem a construção de infraestruturas de dre-

nagem de águas pluviais, a aplicação de um novo pavimento em betão betuminoso e a colocação de nova sinalização vertical e horizontal.

Com um investimento de cerca de 90 mil euros, a intervenção tem um prazo de execução de 90 dias, pelo que a sua conclusão está prevista para meados de dezembro.



## ATUALIDADE

## “Ensino de excelência” na nova Escola Básica de Avidos

A freguesia de Avidos, em Vila Nova de Famalicão, tem agora “uma escola funcional, preparada para um ensino de excelência, um investimento no futuro destes alunos, que aqui têm todas as condições para desenhar projetos de vida de sucesso”.

As palavras são de Mário Passos, presidente da Câmara Municipal de Famalicão, e descrevem a primeira impressão do autarca depois da visita que o levou a conhecer o novo edifício escolar de Avidos, guiado pelos alunos e pela diretora da escola, Fernanda Fonseca, que não escondiam a satisfação pela “qualidade e funcionalidade” da nova casa.

O antigo edifício escolar deu lugar a um novo, com quatro sa-



CRANÇAS NÃO ESCONDIAM A SATISFAÇÃO PELA NOVA CASA

las de aulas, uma minibiblioteca, refeitório, sala de professores, salão polivalente, recreio coberto e um renovado polidesportivo.

A obra foi inaugurada a 29 de setembro e representa um investimento de cerca de um milhão de euros, “que é mais um exemplo da renovação das condições do parque escolar e da aposta da autarquia na Educação, área que temos como pilar fundamental para a construção do nosso futuro coletivo”, acrescentou Mário Passos, que se fez acompanhar pelo vereador da Educação, Augusto Lima.

A escola acolhe 78 alunos do 1.º Ciclo, divididos em quatro salas e outros tantos níveis de ensino, da União de Freguesias de Avi-

dos e Lagoa.

O autarca de freguesia, António Gomes, expressou a sua satisfação por ver a obra concluída. Este novo edifício “resulta da escolha que fizemos de juntar em Avidos os alunos do 1.º Ciclo, e na Lagoa, os meninos do pré-escolar, robustecendo ambas as escolas, que se continuassem a existir de forma autónoma, corriam o risco de fechar por falta de alunos”, com a mais valia de “terem um novo edifício que servirá as gerações futuras”.

Recorde-se que neste novo ano letivo, o Município de Famalicão tem projetado investir mais de 6 milhões de euros em obras de manutenção e renovação do parque escolar.

## Close-Up leva a Famalicão o melhor do cinema infanto-juvenil

A infância e a juventude dão o mote para o 8.º episódio do Close-Up – Observatório de Cinema de Famalicão, que decorre de 14 a 21 de outubro, na Casa das Artes de Vila Nova de Famalicão e no Teatro Narciso Ferreira, em Riba de Ave. No total vão ser exibidos cerca de 50 filmes, em 30 sessões programadas.

Na apresentação do programa deste ano, no Parque da Juventude, o vereador da Cultura da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, Pedro Oliveira, destacou a importância da iniciativa no campo da formação de públicos e no contexto da valorização cultural, “uma área em que a Casa das Artes soube sempre apostar”, e o facto de o evento acontecer fora dos grandes centros urbanos de Lisboa e Porto, “algo que nos prestigia e valoriza”.

Já Álvaro Santos, diretor da Casa das Artes, sublinhou a aposta do teatro municipal no cinema, em particular nesta iniciativa, identificando-o como um projeto especial e basilar na programação anual do espaço cultural.

A programação da 8.ª edição do Close-Up inicia a 14 de outubro, pelas 21h45, com a presença de uma das bandas mais conhecidas do pop rock português, Sétima Legião, que irá musicar, em estreia, a banda sonora da curta-metragem “um Tesoiro” (1958), de António Campos, no grande

auditório da Casa das Artes.

O filme-concerto “East Atlantic” acontece a 18 de outubro, pelas 21h45, no Teatro Narciso Ferreira, sob o crivo do músico José Alberto Gomes e do videografo Miguel C. Tavares, numa performance inspirada pelo Arquipélago dos Açores e a viagem de Raúl Brandão ao mesmo, em 1924.

Já a “A Sibila” (2023), adaptação cinematográfica do romance homólogo de Agustina Bessa-Luís assinada por Eduardo Brito, terá exibição a 21 de outubro, pelas 21h45, na Casa das Artes, com a presença do realizador e do elenco.

Na rubrica “Paisagens Temáticas”, haverá duas figuras tutelares, Abbas Kiarostami e Maurice Pialat, com a projeção de “Onde Fica a Casa do Meu Amigo?” (1989), no dia 15, e “Aos Nossos Amores” (1983), no dia 20. A produção do presente, de várias latitudes, como “A Chiara” (2021), trabalho do cineasta Jonas Carpignano, terá destaque no dia 15; assim como dois dias depois, com a estreia de Simão Cayatte na longa-metragem, com “Vádio” (2023), estabelecido na juventude e no Alentejo. Na tela passarão também “Patti Smith, Poeta do Rock” (2022), de Sophie Peyrard e Anne Cutaia, a 18 de outubro, em torno da chegada de uma das grandes figuras da música popular americana

a New York; “Quando Neva na Anatólia” (2021), de Ferit Karahan, a 19 de outubro, numa trela que explora a infância numa escola nas montanhas da Turquia; e “X”, parceria reiterada do realizador Ti West com a atriz Mia Goth, no Texas de terror da América dos anos 70, a 20 de outubro.

Em ano de celebração do centenário do cinema de animação português, o protagonismo da “Fantasia Lusitana” será entregue a Regina Pessoa, uma das grandes figuras do cinema de animação contemporâneo. O programa incluirá a projeção de animações da cineasta e de um conjunto de filmes de animação com produção portuguesa, nas sessões “Integral” e “Carta Branca”, que acontecem, respetivamente, nos dias 20 e 21, assim como uma masterclasse pela cineasta no INA – Oficina, a 20 de outubro.

John Cassavetes e Glauber Rocha serão as vozes das “Histórias do Cinema”, uma retrospectiva, com cópias digitais restauradas, que coloca em diálogo os dois cineastas iconoclastas, representantes das Américas e de um fôlego, estético e político, que se mantém vivo e que serão testadas nas sessões comentadas que terão lugar de 14 a 21 de outubro, no pequeno auditório da Casa das Artes, com a presença de comentadores.

Em sessões divididas pelos



SERÃO EXIBIDOS CERCA DE 50 FILMES EM 30 SESSÕES PROGRAMADAS

auditórios do teatro municipal e por visitas às escolas do concelho, o Close-Up projeta o seu futuro na relação com a comunidade escolar no “Cinema Para Escolas”, que decorre de 16 a 20 de outubro. Em diálogo com o restante programa, haverá ficção, animação, documentário, mas também oficinas e sessões comentadas.

Numa nova e exploratória secção, as propostas de Yuri Ancarani e Jafar Panahi farão a pergunta “Isto Não É Um Filme?” nos dias 14 e 15 de outubro, com a projeção do documentário “The Challenge – O Voo do Falcão” (2016) e a longa-metragem “Ursos Não Há” (2022).

Na órbita do cinema, o “Café Kiarostami” receberá livros e música no Café-Concerto da Casa das Artes, com Barman Buñuel (Dj Set) a animar a noi-

te de abertura do Close-Up, no dia 14, e Roots & Revolution a noite de encerramento, no dia 21.

Pelo meio, haverá a apresentação dos livros “Paul Schrader – O Estilo Transcendental no Cinema”, por Duarte Mata, no dia 15, e “O Quarto Perdido do MOTELX – Os Filmes do Terror Português (1911-2006)” por Filipa Rosário e João Monteiro, no dia 21.

Também haverá sessões para Famílias, que junta “Elemental” (2023), a última aventura da Pixar, exibida no dia 15, e “Fil’Mus 2” (2010), no dia 21, uma criação da ACERT que estabelece a fusão do cinema e da televisão com a música e a interpretação, numa proposta para todas as idades.

Toda a programação do 8.º episódio do Close-Up pode ser consultada em <https://closeup.pt/>.

## Há teatro nas aldeias de Famalicão até ao fim do ano

O Teatro N'Aldeia vai levar a magia do teatro aos quatro cantos do concelho de Vila Nova de Famalicão, de 1 de outubro a 17 de dezembro, num total de 43 espetáculos protagonizados por atores e grupos de teatro locais.

As apresentações, com entrada gratuita, acontecem às sextas, sábados e domingos, em horários que variam entre as 16h00 e as 21h30.

A novidade deste ano vai para a realização de uma Oficina de Teatro, orientada por Ana Azevedo, atriz e professora de teatro famalicense, que decorrerá no Salão Paroquial de Castelões, nos dias 4, 11, 18 e 25 de novembro e 2 e 9 de dezembro. A ação de formação é aberta à comunidade e culminará com um espetáculo performativo desenvolvido pelos participantes, com estreia marcada para o dia 15 de dezembro, às 16h00, no mesmo espaço.

A sétima edição de Teatro N'Aldeia iniciou a 1 de outubro, com a peça "Uma Caixa de Poderes Para Mudar o Mundo", pela PASEC - Plataforma de Animadores Sócio Educativos e Culturais, no Salão Paroquial de Vale São Cosme.

No próximo fim de semana, há quatro apresentações: "Um Hotel Modelo", da GRECULEME, sobe a palco no sábado, dia 7, às 16h00, no salão paroquial de Abade Ver-



moim, enquanto "O Lobisomem", da GRUTACA, animará o serão da Casa do Povo de Ruivães, a partir das 21h30. À mesma hora, no Salão Paroquial de Bairro, a PASEC apresenta "Uma caixa de poderes para mudar o mundo".

"A Verdadeira história do lobo mau" é o epíteto da trama que o núcleo de teatro da ACV vai brindar o público, no Salão Paroquial de Calendário, no dia 8, às 16h00.

No dia 13, há "Bons Olhos o Vejam", do núcleo de teatro da ACV, pelas 21h30, no Salão Paroquial de Oliveira S. Mateus.

"Sozinha" é o espetáculo apresentado por Elsa Pinho, na Fundação Real Colégio, pelas 17h00 de 14 de outubro, dia em que o "Lobisomem", da GRUTACA é apresentado no salão paroquial de Vilarinho das Cambas, às 21h30.

"Salsada de Comédia - Temporada II", da Amarcultura, é apresentada no dia 15, às 16h00, no Salão da Junta de Freguesia de Brufe.

## Etnográfica vai andar às "Voltas do Linho" em Gondifelos

A tradição popular e a música tradicional são a base de "Etnográfica: As Voltas do Linho", iniciativa municipal que envolve cantares, ateliers, ensaios abertos, desfile de bombos, exposição, entre outras atividades dedicadas à etnografia. O evento decorre de 7 a 15 de outubro, no Salão Paroquial de Gondifelos.

A inauguração da exposição itinerante "Etnográfica: As Voltas do Linho", sobre o trabalho do linho, serve de arranque da iniciativa, pelas 18h00 do dia 7, seguindo-se "Cantares do Linho", pelas 18h30, com a presença Grupo Folclórico Santa Leocádia de Fradelos e Rancho Fol-

clórico da Associação Cultural de Gondifelos.

Até dia 15, haverá um programa de animação popular em torno da temática do linho, com a participação de vários grupos folclóricos do concelho entre outros intervenientes artísticos e musicais convidados para o efeito. Serão ainda desenvolvidas atividades pedagógicas em torno do tema, dirigidas ao público infantojuvenil e público em geral.

A entrada é gratuita em todas as atividades, cujo agendamento pode ser visto em [www.famalicao.pt/etnographica-2023---as-voltas-do-linho](http://www.famalicao.pt/etnographica-2023---as-voltas-do-linho).

## Deputada europeia do PCP em contacto com a população na Trofa e em Santo Tirso



SANDRA PEREIRA CONTACTOU COM COMERCIANTES E CLIENTES DO COMÉRCIO LOCAL

Dando continuidade a uma iniciativa que lançaram em setembro do ano passado, para percorrer todos os distritos e conhecer melhor a realidade de cada território, os deputados do PCP no Parlamento Europeu estiveram no Porto, durante quatro dias, numa jornada de trabalho, que também passou pela Trofa.

A deputada europeia Sandra Pereira passou pelo Catulo, no centro da Trofa, e na Rua Conde

S. Bento contactou com comerciantes e clientes, que lhe transmitiram um "sentimento", que tem sido "transversal por todo o país", do "aumento do custo de vida". "Antes estivemos na Feira de Pedras Rubras, na Maia, e também aí o que nos disseram foi que os salários estão a ser completamente absorvidos pela prestação da casa e pela conta do supermercado", frisou, em declarações ao Jornal do Ave.

Apesar de serem problemas da competência do Governo, Sandra Pereira sublinhou que este contacto serve para firmar o compromisso do PCP de que "esta é uma luta da qual não abdica". "É preciso aumentar os salários, as pensões e as reformas".

Da Trofa, Sandra Pereira seguiu para Santo Tirso, com o mesmo objetivo de contactar com comerciantes e população em geral.

## Liga dos Amigos do Hospital promove Caminhada Rosa

Estão abertas inscrições para mais uma edição da Caminhada Rosa, que a Liga dos Amigos do Hospital de Santo Tirso promove, anualmente.

A iniciativa acontece a 8 de outubro (domingo) e tem início na Praça 25 de Abril, junto aos paços do concelho de Santo Tirso, pelas 09h00.

Depois do aquecimento, a caminhada inicia em direção ao Parque Urbano Sara Moreira, onde haverá um momento simbólico de largada de pombos e um sorteio de vouchers. O zumba promete também animar os participantes.

As inscrições para fazer parte da caminhada e estar habilitado aos sorteios podem ser feitas na sede da Liga dos Amigos do Hospital de Santo Tirso, na Jun-



ta de Freguesia de Santo Tirso e no Café do Rio. Também há formulário online, no site da associação, em [www.lahst.org](http://www.lahst.org).

O valor da inscrição, 5 euros, dá direito a uma t-shirt do

evento.

A Caminhada Rosa visa sensibilizar a comunidade para a importância de se detetar, precocemente, o cancro da mama.

## ATUALIDADE

## Festival de Cinema Jovem de Famalicão homenageia Maria de Medeiros

Considerada uma das atrizes portuguesas mais internacionais, Maria de Medeiros é a grande homenageada da 9.ª edição do Ymotion - Festival de Cinema Jovem de Famalicão, que se realiza de 29 de novembro a 2 de dezembro.

A homenagem à atriz portuguesa é um dos pontos altos da sessão de encerramento do festival, que se realiza a 2 de dezembro, na Fundação Cupertino de Miranda.

“Há ícones e ícones. Maria de Medeiros é um dos nossos maiores. Uma atriz que também é um símbolo de resistência e de ativismo”, refere o comissário do festival, Rui Pedro Tendiinha, que salienta que a homenagem à atriz é “um reconhecimento mais do que justo, diria mesmo obrigatório, sobretudo como fonte de inspiração para todos os jovens que um dia sonhem em realizar ou protagonizar um filme”.

Maria de Medeiros começou a sua carreira como atriz no teatro, mas foi o cinema que lhe deu maior notoriedade. Com 17 anos, estreou-se no grande ecrã com “Silvestre” (1982), de João César Monteiro, e participou em grandes produções americanas como “Henry & June” (1990), de Philip Kaufman ou “Pulp Fiction” (1994), de Quentin Tarantino, e produções espanholas como “Huevos de Oro” (1993) de Bi-



gas Luna, “O detective e a morte” (1994) de Gonzalo Suarez, ou “Airbag” (1997) de Juanma Bajo Ulloa, entre muitas outras.

Apesar de ter passado grande parte da sua vida fora de Portugal, Maria de Medeiros continuou a colaborar com cineastas portugueses, como Manoel de Oliveira, em “A Divina Comédia” (1991), Teresa Villaverde, em “Três Irmãos” (1994), no papel de “Maria”, que lhe valeu os prémios de Melhor Atriz no Festival de Veneza e no Festival de Cancun, e Joaquim Leitão, no filme “Adão e Eva” (1995), graças ao qual recebeu o Globo de Ouro de melhor atriz, pela sua interpretação de “Catarina”.

Além de atriz, Maria de Medeiros tem trabalhos desenvolvidos como realizadora, sendo o mais conhecido o filme “Ca-

pitães de Abril” (2000), vencedor do Grande Prémio da Mostra Internacional de São Paulo no Brasil, do prémio Globo de Ouro para melhor filme, em Portugal, e vários prémios do público em França. Para além desta longa-metragem, já realizou outras cinco, sendo “Aos Nossos Filhos” (2019), protagonizado pela atriz brasileira Marieta Severo, a mais recente obra cinematográfica.

Recorde-se que a competição de curtas-metragens da 9.ª edição do Ymotion tem candidaturas abertas, para jovens dos 12 aos 35 anos, até dia 13 de outubro, através do site [www.ymotion.org](http://www.ymotion.org), onde também pode ser consultada a programação e mais informações sobre o festival de cinema jovem de Famalicão.

## Escola de Instrumentos Musicais Portugueses com inscrições abertas

Guitarra portuguesa, guitarra clássica, viola braguesa, percussão tradicional, concertina e acordeão são os instrumentos musicais que os jovens famalicenses podem aprender na Escola de Instrumentos Musicais Portugueses, um projeto do Município de Famalicão, através do pelouro da Juventude, que também inclui aulas de canto e voz.

As aulas, aos sábados entre as 10h00 e as 12h00, vão decorrer na Casa da Juventude, com o primeiro período a começar a 14 de outubro e prolongar-se até 16 de

dezembro. O segundo trimestre decorre de 6 de janeiro a 23 de março e o terceiro entre 13 de abril e 15 de junho.

As inscrições para o novo ano letivo decorrem até 13 de outubro e podem ser feitas no portal da Casa da Juventude, em [www.juventudefamalicao.org](http://www.juventudefamalicao.org). Para mais informações, os interessados devem contactar o espaço, através de e-mail ou pelo telefone 252314582.

A Escola de Instrumentos Musicais Portugueses é uma iniciativa que se repete desde 2017 e

que se destina a jovens famalicenses dos 12 aos 35 anos, que podem conhecer melhor estes instrumentos e aprender a tocá-los, preservando o legado cultural do país, num espaço de aprendizagem onde a tradição e os sons clássicos destes instrumentos também se misturam com outros estilos e ritmos mais contemporâneos.

Mais de uma centena de jovens famalicenses já passaram por este projeto, sendo que as aulas de guitarra clássica e de canto e voz têm a maior frequência de alunos.



## Rui Sanches expõe “ET IN OPERA EGO?” na galeria Ala da Frente

O estímulo da leitura para além da palavra, por via de uma escultura e de desenhos metuculosos, é o desafio lançado pelo artista lisboeta Rui Sanches através da nova exposição da Ala da Frente, “ET IN OPERA EGO?”, patente até dia 12 de janeiro, com entrada gratuita.

É “uma obra que se desafia a si mesma no intuito de lançar o desafio da compreensão do mistério da criação”, refere o curador da galeria de arte contemporânea, António Gonçalves, que também destaca que os “desafios para o entendimento do espaço e da perceção, onde as letras se formam enquanto escultura, são estímulos de leitura para além da palavra”.

Rui Sanches iniciou a formação plástica no Ar.Co, prosseguindo-a no Goldsmiths’ College, em Londres, onde tirou um Bachelor of Arts em 1980, e na Yale University, New Haven, onde obteve um Master of Fine Arts, em 1982, sendo bolseiro da Funda-

ção Calouste Gulbenkian (FCG). De regresso a Portugal, deu aulas no Ar.Co, onde foi também responsável pelo Departamento de Escultura e membro da Direção, e no IADE. Expõe coletivamente desde 1985 e individualmente desde 1984, tanto em Portugal como no estrangeiro. Nos anos 80 e 90 esteve ligado à direção do Centro de Arte Moderna da FCG, desenvolvendo trabalho de curadoria de exposições. A partir de 1993, realiza também intervenções em espaços públicos. É representado em diversas coleções públicas e privadas no país e no estrangeiro, tendo sido premiado com o Prémio AICA/Ministério da Cultura em 2008.

“ET IN OPERA EGO?” poderá ser visitada de terça a sexta-feira, das 10h00 às 17h30, e aos fins de semana, das 14h30 às 17h30, no espaço da Ala da Frente, localizado no edifício do Museu Bernardino Machado, na Rua Adriano Pinto Basto.

A entrada é livre.

## ANDRADE & ANDRADE, LDA

Concessionário:  REPSOL GAS

- Aquecimento central
- Pichelaria
- Redes de gás
- Ar condicionado
- Aspiração central
- Assistência técnica

Rua Dr. José Cardoso Miranda, 280  
Santa Cristina do Couto  
4780-197 Santo Tirso  
[www.andrade-andrade.com](http://www.andrade-andrade.com)

Tm. 939 376 250/2  
Tel. 252 850 341  
Fax. 252 852 751  
e-mail: [andrade\\_andrade@iol.pt](mailto:andrade_andrade@iol.pt)



## Exposição de Mário Couto em Vila das Aves

O artista plástico Mário Couto leva a exposição “Sol de Outono” ao Centro Cultural Municipal de Vila das Aves (CCMVA), até 18 de novembro.

A mostra conta com cerca de 20 telas a óleo, em que, frequentemente, é utilizada a técnica de pintura a espátula. Mário Couto dá preferência a temas figurativos como paisagens sendo, contudo, bastante diversificado. Nos figurativos, o artista pinta motivações cheias de profunda espiritualidade, que o tornam um artista humanista e metafísico.

“Sol de Outono” pode ser visitada de segunda a sexta-feira, das 09h00 às 17h30, e aos sábados, das 14h30 às 18h30. A entrada é gratuita.

Mário Couto é natural de Vila Nova de Gaia e frequentou os

cursos de contabilidade, literaturas modernas, artes decorativas, arquitetura e psicologia. O artista tem 73 anos e ao longo da vida conta com dezenas de exposições de pintura. Recebeu a influência de diferentes professores e mestres da pintura, como do aquarelista português António Cruz, sendo adepto do impressionismo e do barroco.

Os seus trabalhos estão representados em muitos espaços e instituições culturais e incontáveis coleções particulares em Portugal, em diversos países da Europa e da América do Sul.

Mário Couto também escreve crónicas e poesia, mas é na psicologia que vive agora a “menina dos seus olhos”, pois só aos 70 anos conseguiu concretizar o maior sonho, formar-se na área.

## Nova Biblioteca Municipal Camilo Castelo Branco é “raiz para o futuro”

A Biblioteca Municipal Camilo Castelo Branco, de Vila Nova de Famalicão, reabriu portas, a 28 de setembro, depois de uma obra de renovação, ampliação e modernização que coloca o equipamento com melhores condições, mais bem apetrechado e com recursos tecnológicos e bibliográficos ao serviço de todos os famalicenses.

Ao devolver o espaço à população, o presidente de Câmara Municipal, Mário Passos, deu conta da importância do investimento. “A Biblioteca Municipal é um espaço multigeracional, com respostas para o público infantojuvenil, para os jovens, adultos e seniores, que consolidará a sua missão como um local privilegiado ao serviço da educação, da cultura e da aprendizagem, para as diversas gerações”.

Com investimento exclusivamente municipal, de 2,6 milhões de euros, entre empreitada e apetrechamento do espaço, a Biblioteca Municipal de Famalicão adapta-se às exigências contemporâneas do estudo e da leitura, a partir da criação, valorização e ampliação de diferentes espaços, entre os quais se encon-



BIBLIOTECA TEVE UM INVESTIMENTO DE 2,6 MILHÕES DE EUROS

tram a Biblioteca Eduardo Prado Coelho, a sala do Fundo Local, uma nova sala para audiovisuals, uma nova sala multifunções para utilização em grupo, uma nova área para albergar o espólio de Eduardo Prado Coelho e novos espaços de depósito de livros.

No dia em que Famalicão celebrou 188 anos de Concelho, Mário Passos lembrou o dever coletivo de escrever novas páginas na história de Vila Nova de Famalicão, apontando como exemplo o investimento estruturante que representa a nova Biblioteca. “Assumimos uma visão clara para o nosso concelho: con-

solidar Vila Nova de Famalicão como um território que valoriza o seu potencial humano, que incentiva o empreendedorismo, que promove a governança próxima e responsável, e que contribui para a salvaguarda da integridade ecológica do nosso planeta”.

O município de Famalicão fundou-se em 1835, a 28 de setembro, data da primeira reunião da Comissão Municipal sob a presidência de António Ribeiro de Queiroz Moreira, depois do restabelecimento da autonomia municipal de Vila Nova de Famalicão proclamada pela Rainha D. Maria II.

## Charters de Almeida instala “Jardim Suspenso” no centro de Famalicão

É ao lado de uma das suas obras mais icónicas, os painéis de azulejos que revestem a Fundação Cupertino de Miranda, que João Charters de Almeida se prepara para instalar a sua próxima criação, a última que realizará no espaço público.

A novidade foi avançada esta segunda-feira, 2 de outubro, pelo presidente da Câmara Municipal, Mário Passos, que aproveitou a presença do escultor em Famalicão nas comemorações do 60.º aniversário da Fundação Cupertino de Miranda para anunciar a nova obra de arte de Charters de Almeida no concelho - “Jardim Suspenso”.

Construída em aço corten e com cinco metros de altura, a obra ficará instalada na Praça D. Maria II, a sul do edifício da Fundação.

Na apresentação da peça que

vai nascer no centro urbano de Famalicão, Charters de Almeida explicou que “as sombras projetadas pela escultura são flores enquanto a luz as desenha” e que este “Jardim Suspenso” “será sempre um sinal de esperança”, apontando a arte como a resposta para as angústias da humanidade.

“Neste complexo suporte que nos mantém, que se chama Terra, o Homem continua sem resolver o conceito de tempo e, por isso, a angústia está sempre presente no seu subconsciente”, refere, acrescentando ainda que escolheu os jardins da Praça D. Maria II para intervir “pela novidade da sua expressão formal, de ter a presença dos elementos água, luz, flores, árvores”.

Mário Passos acredita que a nova escultura de Charters de Almeida vem reforçar a impor-

tância da Fundação Cupertino de Miranda no centro urbano de Famalicão e que a obra do artista no concelho sairá sedimentada e complementada com este “Jardim Suspenso”. “Um tratado ao valor da memória e à sua importância de permanecer viva. Um sinal de esperança sempre atual no espaço público a interpelar em permanência o visitante para os valores da arte, da identidade e do humanismo”.

O autarca felicitou ainda a Fundação Cupertino de Miranda “por estar há 60 anos a elevar o nome de Famalicão e a prestigiar a nossa comunidade” e pelo “trabalho que tão bem tem sabido desenvolver, sobretudo no que respeita à salvaguarda do espólio surrealista português”.

Segundo Charters de Almeida esta será a sua última intervenção no espaço público. “Des-



OBRA FOI CONSTRUÍDA EM AÇO CORTEN E TEM CINCO METROS DE ALTURA

de 1968 que me sinto ligado a Vila Nova de Famalicão. O tempo não nos afastou. Pelo contrário. As memórias foram sempre sentidas e cultivadas. O tempo

foi passando e as memórias do princípio da minha vida profissional lembraram-me, uma vez mais, que tudo tem um fim”.

## ATUALIDADE

## Obras “vão transformar” Vila das Aves até 2025

A “caminhar rumo ao futuro”. Foi esta a ideia transmitida pela Junta de Vila das Aves e pela Câmara Municipal de Santo Tirso na visita que os autarcas fizeram por aquela freguesia, no âmbito do roteiro “Presidência mais Próxima”, a 21 de setembro.

Do itinerário fizeram parte obras concluídas, empenhadas em curso e projetos de futuro, como a requalificação da Rua João Bento Padilha, num investimento de 800 mil euros, que deverá arrancar em janeiro de 2024.

Uma vez integrado no Plano Municipal de Mobilidade Sustentável, Vila das Aves contará com uma obra à imagem da que foi feita na cidade de Santo Tirso, “com a mesma qualidade de materiais, porque é zona urbana e merece, tal como tinha prometido, este cuidado especial”, afirmou Alberto Costa, presidente da autarquia.

A empreitada prevê a substituição do piso em paralelo por betão betuminoso, o alargamento dos passeios, a criação de pequenas praças e zonas ajardinadas e a instalação de semáforos de emergência junto ao quartel dos Bombeiros Voluntários de Vila das Aves.

Haverá um ligeiro aumento do número de estacionamento, de 20 para 24, e “serão também acrescentadas mais zonas de atravessamento para peões e

criadas passadeiras sobre-elevadas”, para obrigar os veículos a circularem em baixa velocidade.

Na apresentação do projeto, Alberto Costa detalhou ainda que a intervenção na Rua João Bento Padilha vai envolver, ainda, o reforço da estrutura arbórea, com a plantação de mais 40 árvores, para além das 35 já existentes.

“A intervenção tem como objetivo dar primazia ao peão, moderar a velocidade de circulação das viaturas, optar por pisos mais confortáveis para estimular a mobilidade suave, melhorar o mobiliário urbano e a qualidade do espaço público e, ainda, contribuir para cumprir as metas ambientais acordadas entre o Governo e a União Europeia até 2030”, explicou.

Com 7400 metros quadrados de área a intervir e um prazo de execução de oito meses, a concretização do projeto de requalificação da Rua João Bento Padilha representa – ainda segundo Alberto Costa – o cumprimento de um compromisso eleitoral.

E aproveitando o palco, o edil tirsense apressou-se a apresentar o próximo: a requalificação da Avenida 4 de Abril de 1955, cujo projeto, acrescentou, está “na fase final de execução”, devendo estar pronto em janeiro do próximo ano. Já a obra, propriamente dita, com um valor “estimado de 1,3 milhões de euros”, tem data prevista de conclusão “no segun-



AUTARCAS GARANTEM QUE A VILA FICARÁ “TRANSFORMADA” COM O PROJETO POLÍTICO QUE LHE FOI DESTINADO

do semestre de 2025”, adiantou.

Durante a visita que fez à freguesia, Alberto Costa e Joaquim Faria, presidente da Junta, deram a conhecer a última via em terra, Travessa do Caramulo, prestes a ser pavimentada, e anunciaram a renovação de todo o espaço exterior do Complexo Habitacional de Ringe.

Uma empreitada no valor de “1,3 milhões de euros”, revelou Alberto Costa, que contemplará a “reabilitação dos espaços exteriores e jardins e a construção de um campo de ténis, de um parque infantil e do parque de geriatria”.

Os autarcas garantem que Vila

das Aves ficará “transformada” com o projeto político que lhe foi destinado. “Estou ciente de que, em 2024 e 2025, teremos a freguesia em obras”, referiu Joaquim Faria, que afastou incómodos e até se atreveu a projetar “mais quatro anos, depois de 2025, para executar” outros projetos que apresentou a Alberto Costa, naquele dia, mas que, para já, “ficam no segredo dos deuses”, porque “necessitam de ser maturados”.

“Estes investimentos só demonstram que Vila das Aves não é esquecida e só lamentamos que os projetos agora em execução não tivessem sido maturados no

passado. Mas, agora, com esta visão e forma de trabalhar da Câmara Municipal, Vila das Aves há de ter aquilo que merece. Temos muita obra para fazer, só não podemos fazer tudo ao mesmo tempo”, sublinhou o autarca avense.

Durante a jornada pela Vila, Alberto Costa passou ainda pelo Complexo Habitacional da Barca, que será alvo de uma intervenção de 790 mil euros com vista ao melhoramento da eficiência energética, e ao jardim de infância que vai nascer, no antigo espaço da Associação do Infância de Vila das Aves, agora sob responsabilidade da Associação de Moradores de Ringe.





**OS MELHORES  
KEBAB'S DO MUNDO!**



**KEBAB  
KEBAB NO PRATO  
FRANCESINHA DE KEBAB,  
FRANCESINHA DE BIFE  
CACHORRO  
PIZZA, PANADO,  
HAMBURGUER  
BIFANA  
PREGO**



**MENU**



**ENTREGAS**

**Uber  
Eats**

**Glovo?**

**ENCOMENDAS  
T. 252 41 41 69**

Chamada para rede fixa nacional

EN 104 - Trofa / Vila do Conde  
junto ao acesso à Feira/Mercado

## ATUALIDADE

## 25 anos da Misericórdia da Trofa serão “de grande transformação”

“Temos um conjunto de obras para transformar a Santa Casa Misericórdia da Trofa numa instituição ainda mais diferenciadora”. As palavras são de Júlio Paiva, provedor em exercício e dão mote para o que está prestes a acontecer. Com um bolo de investimentos que superará os 6,5 milhões de euros e grandes obras a iniciar, os próximos tempos serão de grandes desafios, mas também de evidência do serviço público prestado pela instituição.

CÁTIA VELOSO

Na estrutura residencial de S. Martinho de Bougado já se vive o reboiço das obras e testemunha o esforço de manter tudo a funcionar plenamente, enquanto os trabalhos prosseguem, com vista à transformação do espaço exterior. Da empreitada de 416 mil euros, financiada pelo Plano de Ação para as Comunidades Desfavorecidas – inserido no Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) e executado pela Área Metropolitana do Porto – resultará um jardim mais inclusivo e sem barreiras arquitetónicas.

“As pessoas que nos procuram já vêm com uma idade avançada e com dificuldade de mobilidade e com alguns problemas de de-



JÚLIO PAIVA E ZÉLIA REIS PROJETAM FUTURO DA INSTITUIÇÃO

mência, por isso tivemos de reestruturar esse espaço para que os nossos residentes possam usufruir do espaço exterior. Além disso, a obra vai unir os dois lares”, detalhou Júlio Paiva.

Entretanto, esta semana, começou aquela que, talvez, será uma das obras mais icónicas do concelho no que respeita à ação social. Os trabalhos para a construção da residência sénior de Alvarelhos arrancaram, onde outrora foi projetado o Centro Comunitário daquela freguesia.

“Trata-se de uma obra que se diferencia nos cuidados à tercei-

ra idade. A experiência que adquirimos ao longo destes anos, permitiu-nos conceber um projeto ímpar. Tem prazo de execução de 540 dias, pelo que deverá estar pronta em 2025”, revelou o provedor em exercício.

A nova residência, que terá capacidade para 50 utentes, assume um “simbolismo muito grande”, já que põe um ponto final num processo que estava condenado ao fracasso e responde a uma lacuna existente no concelho, que apresenta “um défice de respostas

ao nível de residências seniores”.

Financiada com fundos do PRR, a obra, inicialmente projetada para 2,5 milhões, está agora avaliada em cinco milhões de euros, devido à alteração conjuntural da economia, fortemente afetada pela inflação.

Na tentativa de responder a outra “enorme carência” existente, a Misericórdia da Trofa prepara o lançamento da obra de construção da creche, junto às principais instalações da instituição, em S. Martinho de Bougado, para ja-

neiro de 2024.

“Também este edifício será inovador, porque será feito em madeira, respondendo ao apelo da sustentabilidade ambiental. Vamos lançar o concurso nas próximas semanas e valor é de 900 mil euros. Contamos tê-la pronta dentro de um ano”, adiantou Júlio Paiva, que refere a importância de se desmitificar a ideia de que “só alguns é que podem socorrer-se da Misericórdia”, até porque as obras que se seguem “não serão lançadas à custa de onerar as famílias, mas sim à custa de uma eficiente gestão da despesa”.

“Queremos mostrar à população que a Misericórdia é dos trofenses e todos têm a possibilidade de usufruir dos nossos espaços e serviços. Por vezes, até são financeiramente mais atrativos, mas por desconhecimento acaba-se por procurar noutro lado. Por exemplo, a nível nacional, não há muitos serviços de apoio domiciliário que, como o nosso, prestam serviço 365 dias, sábados e domingos, das 07h30 às 21h00”.

Para o Serviço de apoio domiciliário, a instituição também providenciou a renovação da frota automóvel, com a aquisição de cinco viaturas elétricas.

## Bodas de prata da instituição celebradas “com a comunidade”

Mas não será só o início de grandes obras que vai marcar os 25 anos da Santa Casa da Misericórdia da Trofa. Está a ser preparado um programa de iniciativas que, até setembro de 2024, propõem uma “abertura à comunidade”, o “envolvimento das famílias” e a “produção de conhecimento científico”, resumiu Zélia Reis, diretora técnica da instituição.

“Algumas atividades são muito interessantes, na medida em que foram pensadas junto da equipa técnica e de acordo com as opiniões das próprias cuidadoras. Queremos apostar, sobretudo, em atividades de abertura ao exterior, porque entendemos que esta casa não é só dos utentes e estamos a ansiosos por acolher a comunidade. Há recantos que os visitantes não conhecem, mas também são importantes, como os serviços de lavandaria e cozinha, que

atestam a qualidade dos serviços que prestamos. Por isso, vamos promover esse conhecimento mais aprofundado das nossas instalações”.

Ao longo do próximo ano, também haverá lugar a momentos de “homenagem de quem cuida”.

“É importante reconhecer o trabalho, quer das famílias que estão no domicílio e apoiam os seus familiares, quer das nossas cuidadoras, porque o trabalho é extremamente difícil, exige muita entrega, muita dádiva e muito amor, é, efetivamente, necessário que a pessoa tenha esse dom e esse espírito de missão”.

Além do foco aos cuidadores, e porque a Santa Casa da Misericórdia da Trofa é “procurada por outras instituições congéneres para a partilha de práticas”, o programa comemorativo contempla também a realização de um seminário, em 2024, já com presença

confirmada de “especialistas franceses, com conceções muito inovadoras das práticas geriátricas”, adiantou Zélia Reis.

Os 25 anos da instituição também ficará marcada por um programa de férias partilhadas com outras misericórdias, dirigida aos residentes.

## Misericórdia está nas redes sociais

Uma das novidades que a instituição anunciou na cerimónia comemorativa do 24.º aniversário, em setembro, foi a criação de páginas de Facebook (facebook.com/misericordiadatrofa) e Instagram (instagram.com/misericordiadatrofa), através das quais é partilhado o trabalho diário e o testemunho dos cuidados na prestação dos cuidados.



FUTURA RESIDÊNCIA SÉNIOR DE ALVARELHOS



**ASSISTÊNCIA TÉCNICA ESPECIALIZADA**

PNEUS JANTES  
CALIBRAGEM ALINHAMENTO



**964 253 101**  
Chamada para rede móvel nacional

**220 194 625**  
Chamada para rede fixa nacional

**919 902 898**  
Chamada para rede móvel nacional

**P. C. AUTO**  
**Reparações Auto**  
**Mecânica Geral**

Rua José Moura Coutinho, 1720  
4745-330 Muro Trofa

## Menina de ano e meio andou ao relento sozinha mais de três horas

Uma menina de um ano e meio foi encontrada, sozinha, na via pública, na madrugada de segunda-feira, na cidade de Trofa.

Segundo o Jornal do Ave conseguiu apurar, a Guarda Nacional Republicana foi alertada, cerca das duas horas da manhã, por populares, que comunicaram a presença de uma menina, com cerca de um ano e meio, junto ao nicho de Nossa Senhora de Fátima, na Rua Infante D. Henrique.

Chegados ao local, os milita-

res confirmaram o relatado e durante aproximadamente três horas tentaram identificar a família, que haveria de ser encontrada, numa habitação na Rua Pedro Álvares Cabral.

Os militares terão encontrado o pai da criança a dormir e a mãe acordada, com a justificação de que não se aperceberam do desaparecimento da menina e que esta terá aproveitado uma porta aberta para sair.

A bebé foi entregue à família e o caso reportado à CPCJ, que já tinha aquela família referenciada.



MENINA DE ANO E MEIO DEAMBULOU PELA RUA SOZINHA NA MADRUGADA DE SEGUNDA-FEIRA

## Jovem suspeito de querer baleiar familiar, atingiu vizinho e foi apanhado pela PJ

A Polícia Judiciária deteve, fora de flagrante delito, um jovem de 19 anos, por suspeita de tentar baleiar um familiar, após um desentendimento, na Urbanização das Bétulas, em Vila Nova de Famalicão, na segunda-feira, 2 de outubro.

“No seguimento dessa alteração verbal, o suspeito, alegadamente em retaliação a um primeiro disparo efetuado pelo seu familiar, munuiu-se de uma espingarda caçadeira, de sua propriedade, e disparou na direção daquele só não o tendo atingido, porque, no momento do disparo, o seu pai lhe levantou a arma e alterou a direção do tiro. Contudo, os múltiplos projéteis acabaram por atingir uma terceira pessoa que se encontrava no patamar imediatamente acima, causando-lhe ferimentos num braço que não foram mais graves apenas por mero aca-



DILIGÊNCIAS RESULTARAM NA “APREENSÃO DE ARMAS DE FOGO E MUNIÇÕES”, detalha a PJ em comunicado. Em colaboração com a PSP, foram realizadas “diligências imediatas”, que resultaram na “apreensão de armas de fogo e munições compatíveis com as usadas nos factos, recolhendo-se prova testemunhal bastante para a detenção deste arguido”. O familiar do suspeito, vi-

sado no disparo que efetuou, foi também identificado e constituído arguido.

O detido será presente às autoridades judiciais competentes no Tribunal de Guimarães, para primeiro interrogatório judicial e aplicação de medidas de coação.

# OSTEOPATA SARA PEREIRA

Avenida Paradela, 165 Loja 4 Trofa

- Dor Cervical
- Torcicolos
- Lesão desportiva
- Dor lombar
- Dor ciática
- Dor articular
- Dor de cabeça
- Dor menstrual
- Obstipação
- Tendinopatia
- Alterações na ATM



**PARACLÍNICA**  
CLÍNICA DA DRA. IVONE  
☎ 960 135 988

Já disponível:



VOUCHER  
CONSULTA DE  
OSTEOPATIA



## ALUGUER DE VIATURAS LIGEIRAS E COMERCIAIS

**TROFA**  
Rua D. Pedro V, 1149 Edf. Bruxelas lj 2  
T. 252 494 630

**V.N. FAMALICÃO**  
Rua Luís Barroso Edifício Álvares Cabral, lj 2  
T. 252 317 596

**SANTO TIRSO**  
Rua Francisco Moreira, 39  
T. 252 833 223

**PÓVOA DE VARZIM**  
Av. Vasco da Gama loja 1  
T. 252 617 917

**ENTREGAS E RECOLHAS NO AEROPORTO SÁ CARNEIRO**

[www.cruise-car.pt](http://www.cruise-car.pt)

## CULTURA

# Os melhores dançarinos do mundo voltam a passar por Famalicão



FAMALICÃO DANÇA REGRESSA A 11 DE NOVEMBRO

Famalicão vai vibrar com os melhores bailarinos nacionais e internacionais, na 9.ª edição do Famalicão Dança. A competição, que já colocou aquele concelho no mapa do circuito mundial da dança desportiva, regressa a 11 de novembro ao Pavilhão Municipal de Famalicão, para uma noite cheia de glamour e coreografias extasiantes.

Este ano, a competição inclui o Campeonato do Mundo nas Dez Danças, uma prova do escalão absoluto, adultos, da Federação Mundial de Dança Desportiva (WDSF - World DanceSport Federation) e a 6.ª prova do Circuito Nacional de Dança Desportiva, em latinas e standard, atribuída pela Federação Portuguesa de Dança Desportiva (FPDD).

A apresentação da 9.ª edição do Famalicão Dança, prova or-

ganizada pela Academia Gindança com o apoio do Município de Famalicão, aconteceu a 20 de setembro, nos Paços do Concelho, onde o vereador do Desporto, Pedro Oliveira, sublinhou a “enorme relevância” do evento e a sua “dimensão internacional”, que “atrai muitos visitantes e um olhar muito dirigido a Vila Nova de Famalicão”.

Já Anabela Gomes, presidente da Gindança, revelou o objetivo de ver “representados os cinco continentes” na competição, com “a presença de, pelo menos, 30 pares de 30 países”.

“Este ano, elevamos a fasquia com um campeonato do mundo absoluto”, destacou o diretor técnico do Famalicão Dança, Duarte Paulo Vieira. “É uma responsabilidade muito grande, mas que temos a certeza que

vamos conseguir levá-la a bom porto”, rematou.

Entre os presentes estava também o par que vai representar Portugal no Campeonato do Mundo de Dez Danças, Alexandra Braga e Dominik Sopocko. “É uma honra representar Portugal, ainda para mais numa competição tão bem organizada. Vamos dar o nosso melhor enquanto dançarinos no nosso país” referiu a bailarina.

Para além da parte competitiva, no domingo, dia 12 de novembro, no âmbito do Famalicão Dança e aproveitando a presença de prestigiados treinadores internacionais, serão promovidas ações de formação dirigidas a atletas, treinadores e juizes de prova, que decorrerão na Escola Secundária Camilo Castelo Branco.

## Casa do Povo de Lousado em movimento

O teatro volta à Casa do Povo de Lousado, no sábado, 7 de outubro, com a peça “Retratos Imoriais”. Integrada no projeto da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, “Há Cultura”, a encenação, que se constrói de forma lírica, irónica e bem-humorada, é interpretada pelo ator brasileiro João Guisande. O espetáculo inicia-se às 21h30 e tem entrada livre.

No que respeita à atividade física, através do projeto municipal “Mais e Melhores Anos”, ainda existem vagas para as aulas de ginástica funcional, que se realizam às terças e quintas-feiras, às 14h15. As inscrições devem ser feitas na Junta de Freguesia de Lousado.

No ténis de mesa, a Casa do Povo desafia todos os interessados e amantes da modalidade

de para os treinos de captação, às quartas-feiras, pelas 21h15. As inscrições devem ser feitas na empresa Júlio Costa Seguros.

A Casa do Povo mantém o espaço de convívio entre sócios e amigos, aos domingos de manhã, entre as 10h00 e 12h00, no salão nobre. Estão disponíveis o bilhar de snooker e livre, as damas e ainda diversa leitura regional e nacional.



## Rui Taipa leva folk e rock ao Centro Cultural

A Noite Tirsense, iniciativa da Câmara Municipal de Santo Tirso, traz novo concerto, desta vez dedicado ao folk e rock. A 7 de outubro, sábado, Rui Taipa sobe ao palco do Centro Cultural Municipal de Vila das Aves, pelas 21h30.

Rui Taipa é o protagonista de mais uma Noite Tirsense, uma iniciativa que dá destaque aos artistas do Município. Focado na música folk e rock alternativo, Rui Taipa é um cantor português que escreve e canta na sua língua nativa.

Cantor e também guitarrista, iniciou o seu percurso em bares através da interpretação de covers. Depois de vencer um concurso de bandas, apenas com voz e guitarra, ganhou a oportunidade

de gravar o seu primeiro EP.

É em 2014 que inicia a sua discografia com “Meia Dúzia de Histórias”, composta por canções dotadas de uma imaturidade adolescente tão natural. Já em 2016 lança isoladamente o single “Joana” e em 2017 surge o seu primeiro disco de longa duração, o “berro”, com banda.

Em 2020, Rui Taipa lança o segundo EP, - “Sala Calada” - gravado em casa durante a pandemia. No ano seguinte, após a sua participação no programa “The Voice Portugal” - onde chegou aos quartos de final - apresenta-se em quinteto.

A entrada na Noite Tirsense é gratuita, mediante levantamento de bilhete, uma hora antes do espetáculo.

## Festa de Halloween em Vila das Aves



A 28 de outubro, entre as 20h00 e as 24h00, “as bruxas vão andar à solta” pelo Centro Cultural Municipal de Vila das Aves. O espaço cultural preparou uma atividade relacionada com o Halloween, que promete “doce, magia, diversão e música” a

miúdos e graúdos.

Para este evento, os participantes são desafiados a trajarem-se a rigor, mas também haverá pinturas faciais e serviço de bar.

A entrada é gratuita, mas sujeita ao pagamento do consumo.

## JMJ – The day after

# Estão aí o Sínodo dos Bispos e Jubileu 2025: A Igreja Católica está mobilizada?

Decorridos que estão quase dois meses após a Jornada Mundial de Juventude (JMJ), em Lisboa, que juntou cerca de um milhão e meio de jovens vindos de mais de 180 países, que marcas terá deixado nos jovens (e não só), presentes na capital do país?

Este modelo (de reunião-convívio) foi criado por João Paulo II e foi seguido por este pontífice, o que levou algumas pessoas a dizer que além da juventude, havia “mitras a mais” (vulgo bispos e cardeais). O Papa Francisco foi fiel a esse modelo, mas tudo o que disse e fez tinha a sua marca, a sua originalidade, isto é, uma “Igreja de todos” e não apenas da hierarquia, “uma igreja de portas abertas”, que não exclui ninguém. Disse, a certo passo, Francisco:

“... Amigos, quero ser claro convosco que sois alérgicos à falsidade e às palavras vagas: na Igreja, há espaço para todos. Para todos. Na Igreja, ninguém é de sobra. Nenhum está a mais. Há espaço para todos. Assim como somos. Todos. Jesus di-lo claramente, quando manda os apóstolos chamar para o banquete daquele senhor que o preparara e diz: “Ide e trazei todos”, jovens e idosos, são, doentes, justos e pecadores. Todos, todos, todos! Na Igreja, há lugar para todos. “Padre, mas para mim, que sou uma desgraçada, também há lugar?” Há espaço para todos. Todos juntos. Peço a cada um que, na sua própria língua, repita comigo: Todos, todos, todos. E esta é a Igreja, a Mãe de todos. Há lugares para todos. O senhor não sabe fazer isto (aponta com o dedo em riste), mas isto. Sim

(faz o gesto de abraçar). Abraça a todos. No-lo mostra Jesus na cruz, onde abriu completamente os braços para ser crucificado e morreu por nós...”

Há outras frases (em diversos discursos), proferidos pelo Papa Francisco, que calaram fundo nos jovens presentes:

“Substituí os medos pelos sonhos, não sejas administradores dos medos, mas empreendedores de sonhos...”

“Sejam dias para fixar no coração que somos amados como somos. Não como gostaríamos de ser, mas como somos agora. E este é o ponto de partida da JMJ. Mas, sobretudo, o ponto de partida da vida. Jovens, rapazes e raparigas, somos amados como somos, sem maquilhagem”

“Amigo, amiga, se Deus te chama pelo teu nome, significa que, para Ele, nenhum de nós é um número, mas é um rosto, é uma cara, é um coração”

“O único momento em que é lícito olhar para uma pessoa de cima para baixo, é quando queremos ajudá-la a levantar-se”

“Quem ama não fica de braços cruzados; quem ama, serve, quem ama, corre para servir, corre empenhado no serviço aos outros”

“A alegria de Maria é dupla: acabara de receber o anúncio do anjo de que acolheria n’Ela o Redentor e também a notícia de que a sua prima estava grávida. Interessante. Em vez de pensar em Si mesma, pensa na outra. Porquê? Porque a alegria é missionária, a alegria não é para ficar numa pessoa, mas para levar algo”



PAPA FRANCISCO PRETENDE QUE OS JOVENS E AS MULHERES PARTICIPEM DE PLENO DIREITO NAS SESSÕES DESTES MÊS

### Sínodo dos Bispos sobre o tema: Por uma Igreja sinodal - Comunhão, Participação e Missão

Este sínodo terá duas sessões distintas com o espaço de um ano. A primeira ocorrerá de 4 a 29 de outubro de 2023 e a segunda será em outubro de 2024.

Entretanto, o Papa Francisco pretende que os jovens e as mulheres participem de pleno direito nas sessões (de trabalho) deste mês. Ele pede mesmo “espaço para vozes dos jovens, das mulheres e dos pobres”. É de notar que esta decisão (da participação das mulheres) é considerada histórica na Igreja Católica. O Papa Francisco, a propósito, referiu que o “caminho da sinodalidade é o caminho que Deus espera da Igreja do 3.º milénio”.

### Jubileu de 2025

O Papa Francisco anunciou o Jubileu de 2025, um dom especial de graça e misericórdia de Deus. “Agora aproxima-se a meta dos primeiros 25 anos do século XXI e somos chamados a realizar uma preparação que permita ao povo

cristão viver o Ano Santo com todo o seu significado pastoral”

O que é o Jubileu? É uma comemoração religiosa da Igreja Católica celebrada dentro de um Ano Santo, mas o que difere deste é que a celebração jubilar é feita de 25 em 25 anos. ANTÓNIO COSTA

pub

**Serviço Funerário**  
para todo o país e estrangeiro  
Conservação de Corpos  
Cremações | Florista Privativa  
Campas, jazigos e todo o serviço  
em granito ou mármore

Manuel Rocha - 939 827 031  
Vitor Rocha - 939 556 059

Telef: 22 982 70 31 [www.rochafunerarias.com](http://www.rochafunerarias.com)  
[agencia@rochafunerarias.com](mailto:agencia@rochafunerarias.com) | [agencia@rochafunerarias.pt](mailto:agencia@rochafunerarias.pt)

pub

**Funerária Ribeirense**  
Paiva & Irmão, Lda.

Rua da Corga Nº 14 A - Ribeirão  
Tel: 252 491 433 - 252 491 711 | Tlm: 917 265 912 - 917 508 266  
e-mail: [geral@funerariaribeirense.pt](mailto:geral@funerariaribeirense.pt) - [funeraria.paiva](https://www.facebook.com/funeraria.paiva)  
[www.funerariaribeirense.pt](http://www.funerariaribeirense.pt)

## ATUALIDADE

# Famalicão cria programa gratuito de atividade física na gravidez

A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão vai criar um programa de atividade física regular e gratuito direcionado para todas as grávidas residentes no concelho.

O programa “Mamãs Saudáveis”, promovido em parceria com a Universidade da Maia, divide-se em duas vertentes: período pré-parto, para todas as mulheres a partir do segundo trimestre de gravidez, e período pós-parto, para mulheres em período de recuperação até aos 12 meses após o parto.

O período pré-parto contempla três tipos de exercício físico, com modalidades de ginásio (ginástica localizada, pilates e relaxamento), hidroginástica adaptada e as caminhadas inseridas no programa municipal “Famalicão em Forma”. Já no período pós-parto, o programa propõe a participação em aulas de ginástica localizada, treino funcional e alongamentos e ainda nas aulas do “Famalicão em Forma”.

A autarquia pretende que este projeto seja uma ferramenta de auxílio na gravidez e no período pós-parto, proporcionando benefícios durante o período gestacional, como a melhoria da função cardiovascular e a redução de efeitos indesejáveis durante a gravidez como câibras, edemas e fadiga. Já no período pós-parto a prevalência da atividade física permite controlar o ganho



de peso obtido durante a gravidez, reduzir o risco de depressão pós-parto, aumentar a autoestima e a manutenção de um estilo de vida saudável.

“A investigação nesta área tem demonstrado os benefícios do exercício físico durante a gravidez. Trata-se de uma fase muito importante na vida das nossas famílias, fase essa que queremos acompanhar e contribuir para que corra da melhor forma tanto para a mulher, como para o bebé”, explica o autarca Mário Passos.

O programa será desenvolvido nos complexos municipais das piscinas de Oliveira São Mateus, Ribeirão e Joane e ainda nos núcleos do projeto “Famalicão em Forma”. Todas as participantes estarão isentas do pagamento de mensalidade, tendo apenas que pagar a taxa de inscrição e o seguro.

Findo o programa, tanto o

bebé como a mãe serão encaminhados para outros programas municipais, como é o caso, por exemplo, da Escola Municipal de Natação.

Refira-se, a propósito, que são cada vez mais os estudos que comprovam os benefícios da atividade física regular durante a gravidez. A obesidade, o sedentarismo e o aumento de peso excessivo durante a gravidez são realidades cada vez mais frequentes, que devem ser contrariadas uma vez que estão associadas a complicações para a mulher, para a gravidez e para o bebé. A criação deste programa está alinhada com as diretrizes nacionais, da Direção-Geral da Saúde, e internacionais, da Organização Mundial de Saúde, que defendem a promoção, em média, de pelo menos 30 minutos diários de atividade física para gestantes que não tenham contraindicações médicas.

## Gonçalo Maia Marques vence Prémio de História Alberto Sampaio 2023

Gonçalo Maia Marques é o vencedor do Prémio de História Alberto Sampaio 2023. A cerimónia de entrega do Prémio será realizada no próximo dia 1 de dezembro, dia de nascimento do patrono do prémio, em Guimarães, no Museu Alberto Sampaio.

O júri, constituído sob a égide da Academia das Ciências de Lisboa, a quem está confiada a direção científica do Prémio, deliberou atribuí-lo ao investigador que apresentou um trabalho com o título “Do vinho de Deus ao vinho dos Homens: o vinho, os mosteiros e o Entre Douro e Minho”.

No entendimento do júri, “o trabalho é sustentado numa vasta e variada investigação, tendo o autor percorrido diversos arquivos do Norte do país (Braga, Viana), do Porto (Arquivo Distrital e Casa do Infante) de Coimbra (AUC) e de Lisboa (ANTT), e analisa o impulso da cultura da vinha por partes das casas monásticas. Com base sobretudo nos Estados da Ordem de S. Bento (de 1629 a 1822), dá-nos a conhecer práticas e técnicas de Viticultura, castas e tipos de vinhedos, estruturas vinícolas de produção e armazenamento, circuitos comerciais, con-

sumos e gostos dos beneditinos de vinho verde e vinho maduro. Este estudo histórico assume-se também como uma contribuição valiosa para a sociedade, fundamentando o património material e imaterial que é o vinho verde na região de Entre Douro Minho”.

O Prémio de História Alberto Sampaio foi, inicialmente, instituído em 1995 pelos Municípios de Guimarães e Vila Nova de Famalicão e pela Sociedade Martins Sarmento, contando também, a partir de 2016, com o Município de Braga.



### EDITAL

#### INÍCIO DO PROCEDIMENTO E PARTICIPAÇÃO PROCEDIMENTAL PARA ELABORAÇÃO DE “REGULAMENTO MUNICIPAL DO SERVIÇO DE FORNECIMENTO DE REFEIÇÕES ESCOLARES”

ALBERTO MANUEL MARTINS DA COSTA,  
PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE SANTO TIRSO

Torna público, para efeitos do disposto no nº 1 do artigo 98º do Código do Procedimento Administrativo e artigo 56º do Anexo I da Lei nº 75/2013, de 12 de setembro, que a câmara municipal, em reunião de 21 de setembro do corrente ano (item 7 da respetiva ata), deliberou dar início, naquela data, ao procedimento para elaboração de “Regulamento Municipal do serviço de fornecimento de refeições escolares”, que terá por objeto identificar as regras e os procedimentos aplicáveis ao fornecimento e funcionamento do serviço de refeições em refeitórios escolares, sob gestão da câmara municipal, o qual tem por objetivo garantir a disponibilização de refeições equilibradas e adequadas às necessidades das crianças e jovens em idade escolar, que frequentam as escolas da rede pública do concelho, desenvolvendo hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis, contribuindo para promover o sucesso educativo e combater a exclusão social e escolar, tendo sido designada como responsável pela direção do respetivo procedimento a técnica superior da Divisão de Educação, Líliliana Judite Henriques Pedrosa, em quem ficou delegado, nos termos do n.º 2 do artigo 55.º do Código do Procedimento Administrativo, o poder de direção do procedimento.

Mais se publicita que, nos termos do mesmo artigo 98.º do Código de Procedimento Administrativo, os interessados poderão, querendo, constituir-se como tal no procedimento e apresentar por escrito, no prazo máximo de 10 dias úteis, a contar da data de publicitação do presente edital na Internet, no sítio institucional do município, os seus contributos ou sugestões para a elaboração do referido regulamento, podendo fazê-lo por carta endereçada à Divisão de Educação ou por correio eletrónico para o endereço santotirso@cm-stirso.pt.

Podem constituir-se como interessados no presente procedimento, todos aqueles que, nos termos do artigo 68º do Código do Procedimento Administrativo, sejam titulares de direitos, interesses legalmente protegidos, deveres, encargos, ónus ou sujeições no âmbito de decisões que nele forem ou possam ser tomadas, bem como as associações, para defender interesses coletivos ou proceder à defesa coletiva de interesses individuais dos seus associados que caibam no âmbito dos respetivos fins.

E para constar e devidos efeitos, vai o presente edital ser publicado nos termos legais.

Santo Tirso, 27 de setembro de 2023

O Presidente,

Alberto Costa

## Agrela tem novo campo desportivo e parque de merendas



PARQUE INCLUI UM CAMPO DE FUTEBOL COM RELVA SINTÉTICA, ILUMINAÇÃO, SISTEMA DE REGA E BANCOS DE SUPLENTE

O presidente da Câmara, Alberto Costa, inaugurou, a 23 de setembro, o Parque Desportivo e de Merendas de Agrela. Um investimento de 170 mil euros, concretizado pela Junta de Freguesia com o apoio do Município de Santo Tirso. A obra foi iniciada pelo anterior presidente da Junta, Paulo Bento Ferreira, e concluída pela sucessora, Helena Patrícia Pereira.

O parque desportivo inclui

um campo de futebol com relva sintética, iluminação, sistema de rega e bancos de suplentes. Foram, também, construídos balneários para três equipas e casas de banho, incluindo uma para pessoas com mobilidade reduzida.

Já o Parque de Merendas é composto por duas churrasqueiras e cinco mesas em pedra. Neste espaço, segundo a presidente da Junta, "foram consideradas as

questões ambientais", com a manutenção dos carvalhos ali existentes e plantação de outras espécies autóctones.

Alberto Costa referiu que a obra "é a imagem do trabalho de uma Câmara em rede com as juntas de freguesia". "É este acreditar uns nos outros, na possibilidade de fazermos mais e melhor, que permite desenvolver o nosso território".

## Novo campo de jogos da EB 2/3 D. Maria II "é sonho tornado realidade"

O presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, Mário Passos, assinalou o arranque da construção do novo campo de jogos da Escola Básica D. Maria II, obra há muito desejada por toda a comunidade educativa deste estabelecimento de ensino da freguesia de Gavião.

O autarca famalicense assinou, a 25 de setembro, o auto de consignação da construção do novo espaço desportivo, que representa um esforço financeiro municipal de 95 mil euros e está a ser executado pela empresa ERI Engenharia. Além da pavimentação do campo de jogos, será construída uma banca de areia para a prática de salto em comprimento.

Mário Passos fala "num espaço bonito, agradável e multifuncional, recuperado para ser útil não só à comunidade educativa,



ESPAÇO DESPORTIVO REPRESENTA UM ESFORÇO FINANCEIRO DE 95 MIL EUROS mas também para a comunidade em geral".

A diretora do Agrupamento agradeceu a disponibilidade da autarquia para a concretização de mais uma obra na escola, depois de, no ano passado, ter investido 107 mil euros na

requalificação do seu refeitório e cozinha.

"Os alunos adoram este campo e estou certa que depois destas obras vamos ter aqui um espaço de qualidade para os momentos desportivos, de lazer e tempos livres", acrescentou.



**Sandra Maia**

sandramaia.psicologa@linhadoequilibrio.pt

### LINHA DO EQUILÍBRIO

#### "Bora lá" retomar as rotinas...!

Para a maioria de nós, terminou o período de férias e de descanso, e estamos de regresso à vida "normal", o que leva, naturalmente, ao retomar das rotinas!

Inúmeras vezes, a palavra rotina está associada a sentimentos negativos e até mesmo pejorativos, carregando representações mentais de monotonia associada à tristeza. Tal situação é bem patente em frases proferidas como "de volta à rotina", "parece que faço sempre a mesma coisa", "continua tudo igual", entre muitas outras, que demonstram nas pessoas insatisfação com a sua vida, facto que poderá levar a consequências na sua saúde física e mental.

Mas; será a rotina assim tão má? As rotinas, apesar de serem definidas como repetitivas e previsíveis, apresentam características que são importantes para aprendizagem e consolidação de novas competências:

Nas crianças, os estudos demonstram que estas são fundamentais para o seu desenvolvimento e segurança. Como exemplo, imaginem as rotinas diárias de cuidar de uma criança: dar banho; o ajudar a vestir; alimentar; colocar a dormir a horas certas... exemplos de rotinas estruturadas e repetitivas, mas flexíveis, onde podem ocorrer grandes interações entre os cuidadores e as crianças, bastando para isso haver disponibilidade, por parte de quem cuida. Estar disponível e cuidar de uma criança introduz sempre na relação o conceito de novidade, sendo que a novidade desperta na criança o interesse por aprender, transformando esta rotina previsível e repetitiva numa experiência única, como exemplo quando damos um novo brinquedo ou exploramos os sons de um instrumento musical.

Nos adultos, ter uma rotina pode ser ou não benéfico, depende de cada um. Enquanto que existem pessoas que funcionam perfeitamente com uma agen-



da estruturada ou com uma rotina para cumprir ao longo do dia, existem outras pessoas que "tremem" só de imaginar a agenda. Contudo, os estudos demonstram que ter uma rotina pode ajudar as pessoas a gerirem melhor o stress e a ansiedade, pois contribui para manter o foco na tarefa e ser mais produtivo, principalmente se a pessoa estiver a introduzir novas rotinas no seu dia, bem como ajudar a realizar metas exequíveis diárias.

Percebemos assim que uma rotina estruturada pode ser útil, pois ao escolhermos o que fazer num determinado período, podemos libertar e "ganhar tempo" para outras atividades mais prazerosas e saudáveis, como estar com a família e amigos, fazer exercício físico ou até mesmo tomar um café numa esplanada.

Porém, uma rotina nunca deverá ter um caráter obrigatório, onde a inflexibilidade reine. Antes pelo contrário deverá ter uma estrutura que mantenha organizado o dia, contribuindo para ajudar a gerir o stress, a manter as atividades básicas sem alteração, sendo que estas são, muitas vezes, o elo mais fraco, pois são as primeiras, em momentos de stress, a serem eliminadas na tentativa de ganhar tempo, e, ainda, possibilita agendar novas atividades.

Cabe a cada um entender se ter uma rotina é uma mais-valia ou não para o seu equilíbrio, mas o que se verifica é que nos momentos menos positivos da nossa vida o que mais desejamos é voltar à rotina!

## CRÓNICA



José Pedro Reis

MEMÓRIAS E HISTÓRIAS DA TROFA

## As dificuldades financeiras da Junta de Paróquia de Alvarelhos



Os primeiros anos da República foram altamente instáveis, a mudança era abrupta, não existiam muitos regimes republicanos na Europa, como vizinhos tínhamos uma monarquia bastante carismática e Portugal parecia navegar em contra corrente com o que se passava na Europa.

O poder local procurava afinar as agulhas com os organismos nacionais e distritais, no que respeita a questões financeiras, porque existiam bastantes dúvidas relativamente às verbas a receber e até ocorriam mesmo atrasos nos pagamentos e as juntas tinham a sua vida complicada até porque ficavam no fundo da pirâmide do poder e logo, eram descartados das prioridades.

As freguesias do futuro concelho da Trofa não eram exceção e tinham muitas das vezes os seus autarcas de se adaptar a essa situação e o que irei relatar é um exemplo flagrante desse conjunto de circunstâncias.

Aos trinta de junho de 1912 a Junta de Freguesia de Alvarelhos na residência paroquial reunia a sua comissão administrativa sob a presidência do cidadão José Rodrigues Vieira estando presente os vogais António de Oliveira Maia, António de Moura Coutinho, Bernardino da Silva Azevedo, Faustino Gonçalves Ferreira, como também o regedor António Ferreira de Macedo.

Os nomes são sempre fontes sem fim de história, um percurso longo a percorrer que pode ser feito com a ajuda de algum familiar que ainda esta presente e nos possa elucidar sobre o percurso.

O executivo reunia-se para discutir diversos assuntos, fundamentalmente sobre

questões financeiras, nomeadamente um empréstimo não cumprido.

O empréstimo nas formas de letras tinha visto ser vencido no valor de trezentos mil reis, sendo o credor um popular da freguesia, nomeadamente Joaquim Alves Maias, que alegava não estar muito preocupado até aquele momento.

Apenas reforçava que apesar da facilidade financeira que o mesmo gozava, não podia descurar o pagamento da respetiva letra, mas, em causa estava também o pagamento em juros.

A Junta de Paróquia podia adiantar 150 mil reis para tentar liquidar a dívida ao caseiro e proprietário, sendo que essa pessoa como era abonada no conhecimento de todos, pelo que foi aprovada por unanimidade.

Um pequeno parêntesis deve ser concretizado nesta explicação histórica, sobretudo se atendermos à profissão do elemento em questão, alusão para proprietário que deveria ser dos poucos casos no futuro território da Trofa, fundamentalmente se atendermos que a maioria dos elementos da comunidade tinham recursos bastante limitados financeiramente.

O seu património imobiliário devia ser extenso, até porque através do mesmo teria de se financiar e ser o seu principal meio de subsistência, uma espécie de especulador imobiliário dos dias de hoje.

No seguimento do escrutínio relativo ao empréstimo, acabaria também o juro por ficar fixado no seguimento dessa reunião, na razão dos 5%, como também a recomendação para não fixar novamente prazos nos pagamentos de empréstimos porque as datas de entrada das receitas eram bastante voláteis.

Uma informação relativamente a esta situação e que traduz alguns conhecimentos no formato que era realizada a contabilidade financeira das juntas de paróquia, nomeadamente a de Alvarelhos em que afirmava que o dinheiro estava à guarda de um banco localizado na Rua Mouzinho da Silveira, possivelmente no Porto.

No fundo, as dificuldades financeiras da Junta de Freguesia de Alvarelhos acabaram por ficar a nu, não tinha capacidades naquele momento por fazer face aos seus encargos e era obrigado a renegociar um empréstimo que conseguia com sucesso essa tarefa.



José Calheiros

ESCRITA COM NORTE

## Traficante

Tornei-me traficante.

Trafico estados de alma e de humor, para quem quiser e precisar.

Tenho alma de traficante, trafico tudo aquilo que não se vê. Transaciono ideias, pensamentos e estados de euforia, desde arrebatados a estados de tristeza. Vendo conhecimento do “eu” e percepção do “outro”. Negoceio a sabedoria de saber estar só e a aprendizagem de não subestimar os outros.

Contrabandeio sorrisos, de acordo com as situações, e vários tipos de atitudes irónicas com ou sem sarcasmo. Tenho uma panóplia de cinismos para cada “verdade” que se apresente mais prepotente.

Tenho ainda algumas culpas já muito gastas que ficaram aqui, de coisas menos boas, que troco por uma auto-comiseração em bom estado. Vende-se bem.

Vendo a arte de vender a quem não quer comprar e compro unicamente o que posso vender.

Sou traficante de vaidades, de egos exacerbados e de enjos de mediocridade.

Vendo gritos contidos, de raiva, de vitória e sem razão.

Vendo silêncios, dos bons, daqueles que não se ouvem. E aqueles com defeito, digo ao comprador que anda a ouvir coisas... tenho um mudo na montra, para mostrar a qualidade do produto.

Sou vendilhão no mercado, onde impinjo amores. À clientela digo que todos são frescos, sendo alguns do passado, en-

terrados na areia do último verão... passo-lhes um produto especial, que lhes dá brilho e os põe dentro do prazo.

Para quem pode, mostro os amores do último catálogo. Na capa, tenho carinho e afeição, e nas páginas centrais, tenho paixão, excitação e tentação.

Ofereço angústias, descontentamento, arrependimento e outras coisas mais em troca de outras coisas menos... aceito alegria, amor, saúde e riqueza.

Negoceio tudo às escondidas em noites de lua cheia. Gosto de ver a cara dos enganados, cegos por um “sim” depois de um dia de “nãos”. Neste momento trafico “sins”, o produto com mais saída, que causa mais dependência. Arranjei dois empregados para traficar em inglês e francês, além do “sim”, trafico o “yes” e o “Oui”, em diversos volumes e tons.

Ilegalmente, ando a cultivar em mim a saudade, para quem nada tem, e o espanto, para quem nada faz. Já cultivei o medo e o desespero, mas tiveram pouca saída...é preciso saber ler os mercados.

Sou uma fábrica de sentimentos ilimitados, desde os de marca branca até aos mais requintados, tanto vendo “cisma” a um preço em conta, como o melhor dos “amores” a preços aceitáveis.

Não nasci a querer ser traficante, foi um acaso da pré-adolescência, quando junto à linha do comboio, próximo da casa dos meus avós, sorri-lhe e ela sorriu-me!





Luís Filipe Moreira

## Descer os impostos: JÁ!



Não há nada determinado, salvo a morte e os impostos.  
Benjamin Franklin

Caro leitor, não sou militante partidário. Expresso a minha opinião, livre, sendo que falo por mim e por mais ninguém. Sou Independente! Expresso o que penso e livre de pressões! #cidadania

É necessária uma redução de impostos. IRC e IRS já! Já não está em equação a descida ou não de impostos, mas sim de quanto será a descida? Necessitamos de uma proposta clara de alívio fiscal, pelo menos superior a 2000 milhões de euros. Se os políticos devem apresentar as suas políticas em prol da República, qual a dificuldade em tomar uma ação clara, inequívoca e que coloque as pessoas em primeiro lugar?

Sim, sei que reduzir os impostos é “uma escolha política” e sim temos uma receita fiscal record, mas que não surpreende dada a elevada carga fiscal em Portugal, um record na Europa a 27. Claro que se aliviarmos impostos, será também necessária uma compensação: ou pelo lado da receita, com dívida, ou pela despesa, gastando-se menos, um estado menos gastador, já agora que dê o exemplo à população, um Estado mais poupador (por exemplo, na função pública).

Caro leitor, sabe que em 2023 o excesso estimado de receita fiscal total é entre 2.100 e 2.500 milhões de euros? Sabe que o excesso só da receita de IRS se estima entre 1.300 e 1.800 milhões de euros? Consultei recentemente a Síntese de Execução Orçamental da DGO, até junho “a receita fiscal apresentou um

crescimento de 8,9% (2.054,3 milhões de euros)”. O Banco de Portugal também já estimou que o Governo deverá encaixar 4000 milhões de euros em impostos e contribuições em 2023, devido apenas ao impacto do aumento da inflação – que deverá situar-se nos 5,2%. OK, números! Agora, as pessoas? Um Estado rico, o Povo mais pobre? Será isto o nosso futuro?

Esta inflação continua ainda elevada. A receita fiscal deverá continuar em alta até ao final do ano! Mas que ritmo teremos em 2024? Já agora, que política de taxas de juro do BCE teremos? Serei claro, a questão da dimensão do corte de impostos constitui o cerne da questão. Sim, existe folga orçamental para o fazer!

Caro leitor, sou claro: as propostas para baixar o IRS são necessárias, somos dos países menos competitivos fiscalmente e temos um IRS que continua a esmagar os rendimentos dos portugueses. São necessárias propostas de redução de IRS e IRC no debate político e público. Esta descida do IRS é vital, este imposto retira uma fatia significativa do rendimento dos trabalhadores e afeta a competitividade do país.

Já agora, caro leitor, queremos ter também uma nova fuga de cérebros para o exterior, altamente qualificados, à procura melhores salários? Dados do INE exibem uma queda da população empregada com curso superior. Claro, estão a caminho do estrangeiro à procura de melhores salários e rendimentos, menor carga fiscal, melhor qualidade de vida.

Contudo, temos um sério problema: dívida portuguesa ainda não é sustentável, persistem encargos muito elevados. Como conciliar esta condição com a queda de impostos? E com a redução populacional? Já agora, e com a sustentabilidade do sistema nacional de pensões?

Caros leitores, vamos aguardar, sentados, pela discussão do Orçamento do Estado para 2024. Espera-se uma descida pronunciada da carga fiscal, por exemplo o IRS reduzido entre 2 mil milhões e 3 mil milhões de euros. Sim, baixar impostos para quem menos tem, não beneficiando quem mais tem? Será desta?

Caro leitor, será desta que teremos as pessoas em primeiro lugar?



Diamantino Costa

diamantino.costa@hotmail.com

## FOLHA LIBERAL

### Afinal quem é que investe 8 milhões de euros na educação, na Trofa?

Hoje, julgo eu, ninguém duvida que a educação desempenha o papel principal na promoção da liberdade individual e no fortalecimento da sociedade. A educação é o principal meio para fazer com que as pessoas tomem decisões mais informadas, desenvolvam talentos e competências e, ao mesmo tempo, a educação de qualidade ajuda a reduzir desigualdades, promove a inovação, promove a livre concorrência e contribui para uma sociedade mais justa e mais próspera. A educação é um instrumento crucial para o crescimento individual e o progresso social.

Para que isso seja assim, é preciso que haja, entre outras coisas, boas instalações, bons professores e bons auxiliares de educação.

Boas instalações, e bem equipadas, criam um ambiente propício para a aprendizagem, onde os alunos se possam concentrar e envolver de forma mais ativa nas atividades educativas.

Garantir que todas as instalações, professores e auxiliares de educação sejam de alta qualidade contribui para reduzir as desigualdades educacionais, proporcionando a todos os alunos as mesmas oportunidades de sucesso.

Vem isto a propósito de um anúncio que a Câmara Municipal da Trofa fez, de que vai fazer um investimento de 8 milhões de euros na educação. É ótimo que isso aconteça, porque isso é investir no desenvolvimento do pensamento crítico, na tomada de decisões informadas, na participação ativa na sociedade... e isso fortalece a democracia e a cidadania.

Dos 8 milhões que a Câmara anuncia que vai investir no ano letivo que iniciou há poucos dias, a própria Câmara afirma que 7 milhões são para a “requalificação, beneficiação e valorização energética da escola Básica e Secundária de Coronado e Castro”.

Não há dúvida que essa escola precisa de obras urgentes! Aliás o próprio governo tem consciência dessa urgência, já que no âmbito do processo de descentralização na área da educação, no acordo estabelecido entre o Governo e a Associação Nacional dos Municípios

Portugueses, ficou estabelecido que essa escola (a Escola Básica e Secundária de Coronado e Castro) deveria ter obras urgentes, e que cabia ao Governo financiar essas obras, e não às autarquias.

É por isso bastante estranho verificar agora, que a Câmara Municipal vai investir 7 milhões de euros a requalificar uma escola que o Governo se tinha comprometido a requalificar.

Das duas uma... Ou a Câmara não sabe que há esse compromisso do governo em requalificar a escola e avança por sua conta para as obras, o que é grave porque vai investir 7 milhões de Euros numa obra de requalificação que compete ao Governo, e que o Governo assumiu como urgente e como responsabilidade sua, e isso é de uma gravidade extrema, porque mostra uma incompetência atroz, ou a Câmara sabe do compromisso do Governo, sabe que é o Governo que vai pagar a obra e mesmo assim lança a notícia que é um investimento da Câmara.

Na realidade não sei muito bem qual das situações é a pior. Se a Câmara acabar por pagar uma obra que o governo já se tinha comprometido a pagar (e, pelos visto são 7 milhões), se a Câmara querer passar por fazer uma obra que na verdade é paga pelo governo, enganando assim os Trofenses, fazendo-os crer que um investimento que é do governo é um investimento da Câmara.

Um título a dizer que a “Trofa investe 8 milhões de Euros na educação” é realmente um grande título e isso vê-se pela quantidade de órgãos de comunicação social que deram essa notícia, só que, infelizmente, esse título não corresponde à verdade.

Nestas minhas crónicas, já por diversas vezes disse que a Câmara Municipal e os autarcas eleitos têm o direito de tomar as medidas que acham adequadas e que acham que melhor servem os trofenses, mas não têm o direito de faltar à verdade ou de se aproveitar da iliteracia, e/ou do desinteresse das pessoas.

É por coisas destas que faz falta um verdadeiro investimento na educação!

## DESPORTO



## José Leitão recebeu Prémio Carreira na Gala do Desporto da Trofa

José Leitão foi a figura de destaque da 6.ª Gala do Desporto da Trofa. Com vários anos de serviço no Clube Desportivo Trofense, clube que dirigiu por várias épocas, e agora como dirigente na Associação de Futebol do Porto e responsável pelo De-

partamento das Seleções, Leitão mereceu o prémio carreira, entregue pelo presidente da autarquia, na noite de 23 de setembro.

Na gala, que serviu também para distinguir dezenas de atletas com resultados desportivos de relevância em 20 modalidades,

na época 2022/2023, foi agraciado com o Prémio Orgulho Trofense o paraquedista Avelino Cruz, fundador e Secretário da Federação Portuguesa de Paraquedismo, que já fez mais de três mil saltos e formou mais de meio milhão de pessoas.

## Trofense celebra 93 anos com esperança renovada

O Clube Desportivo Trofense celebrou 93 anos com esperança renovada. Num evento que contou com a participação especial de Miguel 7 Estacas, que num registo bem humorado entrevistou os antigos jogadores Tiago Pereira e Miguel Guimarães, o clube transmitiu esperança no futuro, agora que vai assumir os destinos da Sociedade Anónima Desportiva (SAD). Segundo Paulo Monteiro, presidente da coletividade, o objetivo é que seja oficializar a operação “dentro de dois meses”.

“Queremos dar continuidade à história do clube. Com esta pe-



quena cerimónia, homenagear o clube e aproximar os adeptos, que estavam um pouco distan-

ciados. Vamos fazer tudo para que regressem à casa que lhes pertence”, sublinhou.

## Raid BTT da Trofa a 22 de outubro

As inscrições terminam a 15 de outubro, mas certos estão já 400 participantes na oitava edição Raid BTT da Trofa, que vai para a rua a 22 de outubro. Naquela que é um dos eventos desporti-

vos mais participados no concelho, está garantida uma prova que promete aos amantes de duas rodas passagens por paisagens naturais e locais de interesse histórico e turístico, como o Castro

de Alvarelos, Igreja Matriz de Santiago de Bougado e Parque das Azenhas.

Com centro de operações montado no Parque Nossa Senhora das Dores e Dr. Lima Carneiro, a

iniciativa da Associação Recreativa Paradela conta com o apoio da Associação de Ciclismo do Porto e este ano está dividida em duas provas distintas, mini-raid de 45 quilómetros com nove categorias

e raid de 60 quilómetros terá sete categorias. O evento também voltará a contar com as categorias Fat Bikes, E-Bikes e Kids. As inscrições, limitadas a 800 participantes, terminam a 15 de outubro.

### Cartório Notarial da Trofa

#### Extrato Notarial de escritura de Retificação de Justificação

Certifico que por escritura de Retificação de Justificação, outorgada neste dia 28-09-2023, neste Cartório Notarial da Trofa, “Tomás Machado Lima de Sousa Rio, Notário Sp, Unipessoal Lda”, sito na Rua D. Pedro V, 527, freguesia de Bougado (São Martinho e Santiago), concelho da Trofa, exarada no Livro de Escrituras n.º 70-E a folhas 39 e seguintes, perante mim respectivo Notário, Tomás Machado Lima de Sousa Rio, compareceram como Outorgantes:

Carlos Queirós Silva e Maria Goreti Oliveira Santos, casados entre si sob o regime da comunhão de adquiridos, ele natural da freguesia de Milhazes, concelho de Barcelos, e ela da freguesia de Ribeirão, concelho de Vila Nova de Famalicão, onde residem na Rua Luís de Camões, 31.

E declararam:

Que são donos e legítimos possuidores dos seguintes dois imóveis:

Verba 1 - Prédio urbano, composto por casa de rés do chão, andar, garagem e quintal; sito em Lugar de Perrinho, freguesia de Ribeirão, concelho de Vila Nova de Famalicão, descrito na Conservatória do Registo Predial sob o número 2076; com registo de Aquisição a seu favor pela Apresentação 18 de 13-12-2002; inscrito na matriz sob o Artigo P-6059 provisório (tem origem no Artigo 1564); e

Verba 2 - Prédio urbano, composto por casa de rés do chão, andar, garagem e quintal; sito em Lugar de Perrinho, freguesia de Ribeirão, concelho de Vila Nova de Famalicão, descrito na Conservatória do Registo Predial sob o número 2077; com registo de Aquisição a seu favor pela Apresentação 18 de 13-12-2022; inscrito na matriz sob o Artigo 1945.

Que pela presente escritura, retificam a escritura de “Justificação”, referente aos dois imóveis atrás descritos, outorgada na data de 14-08-2002, no 2.º Cartório Notarial de Vila Nova de Famalicão, exarada no Livro de Notas para Escrituras Diversas número 204-F a folhas 33 e seguintes; no sentido de passar a constar o seguinte:

Que o prédio identificado nessa escritura com o número “1” tem a área total de 892,30m<sup>2</sup>; mantendo-se inalterada a área coberta de 117m<sup>2</sup>, tem a área de implantação de 254,80m<sup>2</sup>; conforme se verifica por Levantamento Topográfico elaborado por técnico habilitado que apresentam e arquivam;

Que o prédio identificado nessa escritura com o número “2” tem a área total de 850,70m<sup>2</sup>; tem a área coberta de 132,72m<sup>2</sup>, tem a área de implantação de 169,72m<sup>2</sup>; conforme consta já na respetiva caderneta predial urbana e conforme se verifica pelo mesmo Levantamento Topográfico elaborado por técnico habilitado que apresentam e arquivam.

Que em tudo o mais mantêm e confirmam todo o teor, e termos exarados, da escritura retificada.

Cartório Notarial da Trofa, 28-09-2023.

O Notário, Tomás Machado Lima de Sousa Rio

# Famalicão “confiante” na candidatura a Cidade Europeia do Desporto 2025

Vila Nova de Famalicão recebeu os comissários da Associação das Capitais e Cidades Europeias do Desporto e da Associação Portuguesa das Cidades Europeias do Desporto, responsáveis por avaliar a candidatura daquele município a Cidade Europeia do Desporto em 2025.

A delegação, chefiada pelo presidente da ACES Europa, Gian Francesco Lupatelli, esteve no concelho de segunda a quarta-feira, e no primeiro dia foi recebida pelo presidente da Câmara, Mário Passos, que reiterou a vontade e o mérito do município para acolher esta distinção.

O autarca sublinhou que a confiança na aprovação da candidatura “cresce a cada dia que passa”, não “por presunção”, mas porque o executivo acredita que esta “assenta em bases sólidas” de promoção do desporto para todos “e pelos números impressionantes da dinâmica desportiva do nosso concelho”.

O edil fez ainda referência às mais de 200 associações e instituições desportivas que pro-

movem perto de 80 modalidades, envolvendo mais de 80 mil praticantes regulares, aos quase 120 eventos desportivos apoiados pelo município e ao investimento municipal de oito milhões de euros, em 2023, para a área do Desporto.

A receção de segunda-feira foi já uma demonstração da vitalidade e diversidade desportiva de Famalicão, com a presença de atletas e dirigentes de diferentes modalidades.

“Deixa-nos muito agradados ver esta presença e este conceito do município, que aposta na promoção do desporto para todos, com tão grande disponibilidade de técnicos a acompanharem as atividades desportivas na cidade, um bom exemplo e que muito valorizamos”, referiu, por sua vez, Gian Francesco Lupatelli.

A comissão de avaliação visitou espaços desportivos e instituições e acompanhou atividades para avaliar as potencialidades da candidatura de Famalicão a Cidade Europeia do Desporto



COMISSÃO DE AVALIAÇÃO VISITOU ESPAÇOS DESPORTIVOS E INSTITUIÇÕES E ACOMPANHOU ATIVIDADES

2025. Foi o caso dos novos campos 3x3 Basketart, espaço para a prática do basquetebol instalado no Parque da Juventude.

Trata-se de um projeto promovido em articulação com a Federação Portuguesa de Basquetebol, que tem desafiado os municípios a ocupar espaços públicos com campos de basquetebol inseridos na mancha urbana, aliando ainda a arte, neste caso com o envolvimento d'

A Casa ao Lado. “É um grande contributo para incentivar a prática do desporto na rua, de forma descomprometida, e um projeto que queremos alargar às vilas de Joane e Ribeirão”, apontou Mário Passos.

A comitiva acompanhou depois a apresentação da 15.ª edição dos Jogos do Eixo Atlântico, a realizar entre os dias 30 de junho e 5 de julho de 2024, numa organização conjunta en-

tre as cidades de Famalicão e Braga. Organizada desde 1995, a competição pretende promover o desporto, a convivência entre os jovens e, também ao melhor conhecimento entre os cidadãos das regiões Norte de Portugal e da Galiza. É um evento desportivo transfronteiriço único na Europa, com uma participação que tem vindo a aumentar, contando atualmente com mais de 2000 participantes.



## EDITAL

### Consulta Pública ao projeto de Regulamento Municipal do Parque Silvestre do Verdeal

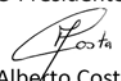
ALBERTO MANUEL MARTINS DA COSTA, PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE SANTO TIRSO

Torna público, em cumprimento do disposto nos números 1 e 2 do artigo 101.º do Código do Procedimento Administrativo, e artigo 56.º do Anexo I da Lei 75/2013, de 12 de setembro, que a câmara municipal, em reunião ordinária de 21 de setembro do corrente ano (item 8 da respetiva ata), deliberou aprovar o projeto de Regulamento Municipal do Parque Silvestre do Verdeal, e submetê-lo a consulta pública, pelo período de trinta dias, a contar da data de publicação do projeto de regulamento na 2.ª Série do Diário da República.

As observações e eventuais sugestões dos interessados deverão ser apresentadas, por escrito, no Balcão Único desta câmara municipal, ou, por carta, endereçada à Divisão de Ambiente Sustentabilidade, onde se encontra todo o processo, e por correio eletrónico para o endereço [santotirso@cm-stirso.pt](mailto:santotirso@cm-stirso.pt).

Santo Tirso, 27 de setembro de 2023

O Presidente,

  
Alberto Costa

## Meia Maratona de Famalicão corre-se a 15 de outubro

São já mais de 1500 os inscritos na 9.ª edição da Meia e Mini Maratona de Famalicão, prova promovida pelo município de Vila Nova de Famalicão, com organização técnica da Runporto, e que se realiza a 15 de outubro, com partida marcada para as 09h30, na Avenida do Brasil.

A corrida de 21 quilómetros cruza-se com alguns dos mais emblemáticos espaços da cidade de Vila Nova de Famalicão, com boa parte do circuito desenhado no perímetro urbano, seguindo depois a corrida pelas estradas nacionais 206 (Famalicão-Guimarães) e 309 (Vale S.Martinho-Braga) até Vale S.Cosme, regressando em sentido inverso até à

meta no parque de estacionamento do Citeve, junto ao Parque da Devesa.

E se o percurso de 21km exige uma atempada preparação, para aqueles que só agora se decidam a participar há a Mini Maratona, que pode ser feita a correr ou a caminhar, num percurso de 10 quilómetros, na sua totalidade feito pelas ruas da cidade, e à semelhança da Meia Maratona, tem também início na Avenida do Brasil e término junto ao Parque da Devesa.

Refira-se que até ao dia 30 de setembro, as inscrições para a Meia Maratona têm o custo de 16 euros, subindo para 17 euros para as inscrições feitas até 10



de outubro. As inscrições de última hora, no dia 14 de outubro, têm custo de 20 euros. Para os participantes da Mini Maratona, as inscrições até ao dia 30 de setembro têm o custo de 11 euros, subindo para 12 euros para inscrições feitas até 10 de outubro. As inscrições feitas a 14 de outubro têm um custo de 15 euros.

Inscrições e mais informações no site da Runporto, em [www.runporto.com](http://www.runporto.com)

## DESPORTO



## Irmãos Figueiredo campeões da Europa

Os irmãos Joaquim e Davide Figueiredo sagraram-se, campeões da Europa, em Pesca- ra, Itália.

Na competição de masters, que decorreu de 21 de setembro

a 1 de outubro, os atletas venceram os respetivos escalões, M55 e M50, respetivamente, na disciplina de 10 mil metros.

Davide Figueiredo juntou ao ouro uma medalha de prata, na

disciplina de cross.

Já a atleta da Escola de Atletismo da Trofa, Júlia Sousa, conquistou a medalha de bronze nos 10 quilómetros marcha, em F50.

## Programa “Diabetes em Movimento” arranca em Santo Tirso

Desde 2 de outubro, 30 pessoas com diabetes tipo 2 estão a ter sessões de exercício físico no Pavilhão Desportivo Municipal de Santo Tirso, no âmbito do programa nacional “Diabetes em Movimento”. Esta é uma iniciativa que pretende proporcionar uma solução concreta e multidisciplinar de atividade física a esta população.

Numa parceria entre a Câmara Municipal de Santo Tirso, o ACES Grande Porto I – Santo Tirso/Trofa da Administração Regional de Saúde do Norte e o Centro Hospitalar do Médio Ave, o programa decorre às segundas, quartas e sextas, entre as 17h30 e as 19h00, dinamizado por profissionais de desporto e por profissionais de saúde do ACES.

“Este é um projeto que abraçamos no âmbito da nossa Estratégia Municipal de Saúde, é muito importante na medida em que a diabetes é um dos principais problemas de saúde pública no nosso país, com grande incidência na nossa região”, explica o pre-



sidente da Câmara Municipal de Santo Tirso, Alberto Costa, salientando que “a atividade física é um dos pilares para o controlo da doença, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida”.

Segundo dados da Direção-Geral de Saúde, que coordena o projeto, através do Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física e do Programa Nacional para a Diabetes, há mais de um milhão de pessoas com diabetes, em Portugal, e o exercício físico ajuda a controlar a doença na medida em que me-

lhora o controlo metabólico, reduzindo o risco de doença cardiovascular.

A participação no “Diabetes em Movimento” é gratuita, mediante referência pelos médicos e enfermeiros dos Centros de Saúde de Santo Tirso e do Centro Hospitalar do Médio Ave.

Para além de sessões de exercício físico, terão lugar sessões de educação para a saúde em temas fundamentais para a prevenção das complicações associadas à doença.

MARGARIDA  
CORREIA PINTO  
NOTÁRIA

### JUSTIFICAÇÃO

Certifico narrativamente para efeitos de publicação que, por escritura de hoje exarada de fls. 74, do livro de escrituras diversas n.º 260-G, no Cartório sito na Avenida de Sousa Cruz, Edifício do Centro Comercial Galáxia, 3.º andar, sala 15, na cidade e concelho de Santo Tirso, a cargo da Notária, Lic. Margarida Maria Nunes Correia Pinto, foi lavrada uma escritura de justificação notarial, em que foi justificante:

Maria Cecília de Sousa Pereira, NIF 147 636 248, divorciada, natural da freguesia de Santiago do Bougado, concelho de Santo Tirso, residente na Rua Pinheiro Manso, n.º 23, união de freguesias de Bougado (S. Martinho e Santiago), concelho da Trofa.

Pela justificante foi dito que é dona e legítima possuidora do seguinte bem imóvel:

Um prédio rústico, terreno de cultura e ramada, sito no Lugar de Lantemil, freguesia de Santiago do Bougado, concelho da Trofa, descrito na Competente Conservatória do Registo Predial da Trofa sob o número três mil, cento e cinquenta e seis, aí registado ainda a favor de Lucinda da Silva Moreira, pela Ap. 3 de 1931/09/28 e inscrito na matriz sob o artigo, 5062, da união de freguesias de Bougado (São Martinho e Santiago), (anterior artigo 3093 da extinta freguesia de Santiago do Bougado), com o valor patrimonial 24,36€.

Que o referido prédio encontra-se registado na conservatória a favor de Lucinda da Silva Moreira, pela Ap. 3 de 1931/09/28.

Pela justificante foi dito que o prédio veio à sua posse, por escritura de partilha por divórcio, celebrada a vinte e três de dezembro de dois mil e oito, exarada a folhas setenta e cinco, do livro de notas número oitenta e sete, do Cartório Notarial da Trofa.

Que o mesmo prédio foi adquirido pelo então marido da justificante, Nuno Paulo Rodrigues Serra, no estado de casado, por escritura de compra e venda a José Augusto Ferreira Maia e mulher, devidamente identificados na escritura de compra e venda, celebrada no então Segundo Cartório de Santo Tirso, no dia onze de Agosto de mil novecentos e oitenta e dois, exarada a folhas oitenta e uma do livro de notas cento e sessenta e quatro-B.

Que, este José Augusto Ferreira Maia e mulher fizeram escritura de permuta com Lucinda da Silva Moreira e marido Joaquim Luís Ferreira Torres, titulares inscritos do prédio, em cartório e concelho que ignora.

Apesar de ter feito buscas, neste e nos concelhos limítrofes, tal escritura, não foi encontrada.

Que a primeira outorgante, outros melhores títulos não possui para provar o seu direito de propriedade, mas na verdade ela está na posse do citado prédio desde dois mil e oito, pelo que declara que o tem possuído tituladamente, o que aqui expressamente invoca, para provar o seu direito de propriedade plena.

Que outros melhores títulos não possui para provar o seu direito de propriedade, pretendendo justificar e reatar o trato sucessivo.

ESTÁ CONFORME O ORIGINAL, O QUE CERTIFICO.

Cartório Notarial de Margarida Correia Pinto,  
27 de setembro de dois mil e vinte e três.

A Notária,  
Margarida Correia Pinto

## Cantinho da Saúde

### Olhe pelos seus olhos

Celebra-se na segunda quinta-feira do mês de outubro e foi estabelecido para consciencializar as pessoas sobre a importância de prezar a saúde ocular, promover a prevenção e tratamento de doenças oculares e destacar a importância da visão na qualidade de vida das pessoas em todo o mundo.

O Dia Mundial da Visão assinala-se, este ano, a 12 de outubro, e por todo o mundo multiplicam-se ações de sensibilização para alertar consciências.

É de conhecimento geral que cuidar da visão é essencial para garantir uma boa qualidade de vida. Mas, sendo um dos sentidos mais preciosos, muitas vezes, é-lhe dada pouca atenção aos cuidados necessários para mantê-la saudável.

Detetar problemas precocemente pode facilitar o tratamento e prevenir danos irreversíveis à visão, por isso, é fundamental consultar um oftalmologista regularmente, mesmo que, aparentemente, não se deslinda problemas de visão aparentes. Exames de rotina podem identificar condições como miopia, astigmatismo, hipermetropia, glaucoma, cataratas e outros problemas oculares.



A proteção do sol não deve ser só tida em conta no cuidado da pele. A exposição excessiva à luz solar pode aumentar o risco de cataratas e degeneração macular. Use óculos de sol com proteção UV ao sair em dias soalheiros e considere usar bonés ou chapéus para proteger seus olhos.

Para quem passa muito tempo em frente a telas de computadores, telemóveis ou tablets, é importante fazer pausas regulares, para aliviar a fadiga ocular e a tensão. E evite o uso excessivo de dispositivos eletrónicos à noite.

Como em tudo o que respeita à saúde, também a alimentação tem um papel importante na saúde da visão. Uma dieta rica em nutrientes como vitamina A, vitamina C, vitamina E, zinco, ômega-3 e antioxi-

dantes pode ajudar a manter a saúde ocular. Inclua alimentos como cenouras, espinafre, peixes gordos, nozes e frutas cítricas.

Algumas condições de saúde, como a diabetes e a pressão arterial alta, podem afetar a visão. É, por isso, importante, manter essas condições sob controlo, com a ajuda de um médico, para proteger seus olhos.

Evite fumar, uma vez que o tabaco aumenta o risco de degeneração macular e cataratas, e lave as mãos antes de tocar nos olhos, para prevenir infeções.

Se você tiver problemas de visão, como miopia ou astigmatismo, não negligencie o uso de óculos ou lentes de contacto prescritos por um oftalmologista. O uso de lentes corretivas adequadas ajuda a evitar o esforço visual excessivo.

### Farmácias de serviço

#### TROFA

**Dia 5**

F. Barreto

**Dia 6**

F. Barreto

**Dia 7**

F. Nova

**Dia 8**

F. Moreira Padrão

**Dia 9**

F. S. Romão e de Ribeirão

**Dia 10**

F. Trofense

**Dia 11**

F. Barreto

**Dia 12**

F. Nova

**Dia 13**

F. Moreira Padrão

**Dia 14**

F. S. Romão e de Ribeirão

**Dia 15**

F. Trofense

**Dia 16**

F. Barreto

**Dia 17**

F. Nova

**Dia 18**

F. Moreira Padrão

**Dia 19**

F. S. Romão e de Ribeirão

## Curiosidade

Segundo a Securitas Direct, o número de sinais que os assaltantes utilizam para saber quando assaltar está a aumentar. Em comunicado, a empresa re-

fere que, “atualmente, nova simbologia é utilizada para saber qual a melhor altura para arrombar uma casa”.

Veja na imagem os sinais que os ladrões usam.

Alvará 138C - MAI

### CARTOON

<http://josesarmento.blogspot.pt> - <http://sarmento-news.blogspot.pt> - <http://revistaopimpolho.blogspot.pt>

**PIMPOLHO** DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1678

A TAP vai ser de novo ... desta vez, quanto ... vai injetar na  
privatizada... é que o Estado... Companhia Aérea??!!...

### PROVÉRBIO

**Em outubro  
sê prudente:  
guarda pão,  
guarda semente**

### METEOROLOGIA

Quinta, 5	Sexta, 6	Sáb., 7	Dom., 8	Seg., 9	Terça, 10	Quarta, 11
14° 25°	14° 32°	16° 31°	15° 28°	15° 29°	15° 27°	13° 25°
0%	0%	0%	3%	14%	23%	36%

fonte: IPMA

### Ficha Técnica

Proprietário e Editor: We do com unipessoal, Lda | Sede: Rua de Freitas 387 r/c esq. 4795-205 Santo Tirso | Redação: Rua Aldeias de Cima, 280 Trofa | NIF. 506529002 Detentor 100 % capital: Magda Araújo | ERC: 126524 | ISSN 2183-4601 | Depósito Legal: 469158/20 | Diretor: Hermano Martins | Subdiretora: Cátia Veloso | site: [www.jornaldoave.pt](http://www.jornaldoave.pt) | e-mail: [geral@jornaldoave.pt](mailto:geral@jornaldoave.pt); [publicidade@jornaldoave.pt](mailto:publicidade@jornaldoave.pt) | Redação: Magda Araújo, Cátia Veloso e Hermano Martins | Colaboração: António Costa, José Manuel Cunha, José Pedro Reis, José Calheiros, Diamantino Costa, Amadeu Dias, Sandra Maia **Fotografia:** A. Costa, Miguel Trofa Pereira, Manuel Veloso | Composição: Magda Araújo | Impressão: Gráfica do Diário do Minho, Rua de S. Brás, n.º1 Gualtar Braga | Assinatura Anual: Continente 21,5 €; Europa: 39 €; Extra europa: 45€; PDF 15 € (IVA Incluído) | Avulso: 0,80 € Tiragem 7000 exemplares | IBAN: PT50 0007 0605 0039952000684 | Telefone: 252 414 714 | Publicidade 969848258 | Redação 925 496 905 | Nota de redação: Os artigos publicados nesta edição são da inteira responsabilidade dos seus subscritores. É totalmente proibida a cópia e reprodução de fotografias, textos e demais conteúdos, sem autorização escrita. Estatuto editorial em <http://jornaldoave.pt/index.php/estatuto-editorial>

## SAÚDE

## 2.º Encontro de Patologia Digestiva no CHMA

A Casa das Artes de Vila Nova de Famalicão foi palco do 2.º Encontro de Patologia Digestiva, organizado pelos serviços de Oncologia e de Cirurgia e Unidade de Gastroenterologia do Centro Hospitalar Médio Ave (CHMA), a 22 de outubro.

Subordinado ao tema da patologia esófago-gástrica, o evento contou com a participação de vários oradores e moderadores com relevância na área, da qual sobressaiu a importância da abordagem multidisciplinar no tratamento desta patologia.

“Foram abordados nas várias mesas temas relevantes nesta

área da saúde, desde a abordagem das lesões pré-malignas e a importância do diagnóstico precoce, o tratamento da doença em fase inicial e na doença avançada. Foi também ressaltada a necessidade de promoção de hábitos de vida saudáveis e a evicção de exposição aos fatores de risco modificáveis, bem como a necessidade de se preconizar a organização de um rastreio de cancro gástrico, sobretudo na região norte de Portugal, onde esta patologia é mais incidente”, explicou o CHMA em comunicado.

Foi também apresentado o projeto “POR Cirurgia – oti-

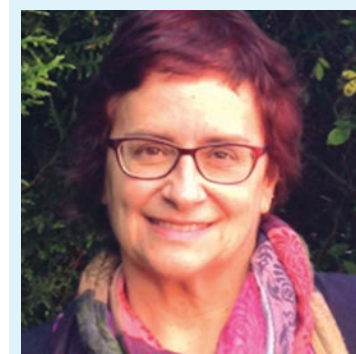


JORNADAS REUNIRAM ESPECIALISTAS NA ÁREA

mização peri-operatória”, já em vigor no Serviço de Cirurgia do CHMA, que tem como ob-

jetivo conseguir uma melhor e mais rápida recuperação após a cirurgia.

## Rotary promove palestra sobre envelhecimento



No âmbito do Ciclo de Palestras que promove, o Rotary Club da Trofa vai promover um debate subordinado ao tema “Envelhecimento: Desafios para Intervenção Social e Comunitária”, a 10 de outubro.

A iniciativa decorre no auditório do Fórum Trofa XXI, no Parque Nossa Senhora das Dores, às 21h30, e terá como palestrante Alice Delerue Matos, professora da Universidade do Minho.

## Jornadas de Enfermagem na Ortopedia a 27 de outubro

O Centro Hospitalar do Médio Ave promove, a 27 de outubro, as primeiras Jornadas de Enfermagem do Serviço de Ortopedia, que se realizam no auditório da CESPU, em Vila Nova de Famalicão.

Na iniciativa haverá várias me-

sas-redondas, que abordarão a patologia do joelho, com as perspetivas do médico ortopedista, do enfermeiro de reabilitação e do doente submetido a cirurgia. Estão também programados diversos workshops, como “Insuflador e exsuflador mecânico - NI-

PPON”, “Terapia de Pressão Negativa - PICO - Aplicação prática” e “Terapia Compressiva - Abordagem em Ortopedia, é possível?”. Há ainda uma sessão sobre “Efeito da crioterapia na recuperação da pessoa submetida a artroplastia total do joelho” e uma mesa-

redonda sobre “supervisão de pares” e “organizações positivas”.

As inscrições decorrem, online, em <https://jornadasortopedia.wixsite.com/chma>, e têm o custo de 10 euros, ou metade no caso de estudantes. Alunos da CESPU têm participação gratuita.

## NECROLOGIA

## Guidões - Trofa



Daniel Joaquim Azevedo Costa  
Faleceu dia 29 de setembro com 60 anos

ROCHA FUNERÁRIAS, LDA

## S.Martinho de Bougado - Trofa



Maria Amélia da Silva Santos  
Faleceu dia 30 de setembro com 72 anos  
Viúva de Mário da Silva Cruz

FUNERÁRIA RIBEIRENSE - PAIVA & IRMÃOS, LDA

## Ribeirão - V. N. Famalicão



Alberto de Macedo  
Faleceu dia 30 de setembro com 88 anos

AGÊNCIA FUNERÁRIA TROFENSE, LDA

## S.Martinho de Bougado - Trofa



João Manuel de Melo Machado  
Faleceu dia 28 de setembro com 60 anos  
Casado com Paula Vieira Alves Machado

ROCHA FUNERÁRIAS, LDA

## Lousado- V. N. Famalicão



Rosalina Mendes Teixeira  
Faleceu dia 26 de setembro com 84 anos  
Viúva de Joaquim Teixeira Sousa

FUNERÁRIA RIBEIRENSE - PAIVA & IRMÃOS, LDA

## S. Martinho de Bougado - Trofa



Albino Fernando Lima de Oliveira. Faleceu dia 30 de setembro com 70 anos. “Rochinha” Marido de Maria de Lurdes da Silva Pereira

AGÊNCIA FUNERÁRIA TROFENSE, LDA

## Guidões - Trofa



Alzira Araújo da Silva  
Faleceu dia 25 de setembro com 67 anos  
Casado com Fernando Luís Moreira Campos

ROCHA FUNERÁRIAS, LDA

## Ribeirão - V. N. Famalicão



António Araújo Ferreira  
Faleceu dia 19 de setembro com 82 anos  
Pai de Isabel da Loujunha

FUNERÁRIA RIBEIRENSE - PAIVA & IRMÃOS, LDA

## Guidões - Trofa



Isaura Araújo de Sousa Maia  
Faleceu dia 20 de setembro com 77 anos  
Casada com Aires Fernandes Maia

ROCHA FUNERÁRIAS, LDA

## Ribeirão - V. N. Famalicão



Maria Alice da Silva Reis. Faleceu dia 28 de setembro com 79 anos “Alice das velas” Viúva de Manuel da Costa Pontes

AGÊNCIA FUNERÁRIA TROFENSE, LDA

Faça a sua assinatura anual e esteja a par das notícias do Ave

www.jornaldoave.pt

**Agência Funerária Trofense, L. da**  
Gerência de João Silva

Serviços fúnebres  
Cremações  
Embalsamamentos  
Conservação de corpos  
Tratamento de documentação para a Seg. Social  
Caixa Geral de Aposentações e Ass. Socorros Mútuos  
Funerais e Trasladações para todo o país e estrangeiro

Praceta Monge Pedro 256-F, 4785-334 TROFA  
T. 252 411 381\* - 917 552 595\*\* - 912 128 052\*\* - 912 272 920\*\*  
email: [aftrofenselda@gmail.com](mailto:aftrofenselda@gmail.com)  
\* Chamada para rede fixa nacional \*\* Chamada para rede móvel nacional

**DIVERSOS**

**Sudoku**

\*\*\*

1	2							
3						4	5	
			6	7			8	
		6			4			
		2		9		3		
			8			2		
	7			1	9			
	9	4						7
							2	6

\*\*\*\*

			4			8		5
					3			
				2			7	1
5				7		6		2
		1	3		2	5		
2		4		5				7
7	5			1				
			9					
3		2			8			

**7 diferenças**



**Enigma**

Recentemente fiz uma viagem. Sabendo que hoje é terça-feira, e que voltei três dias antes do dia depois do dia de antes de amanhã, em que dia eu voltei?

**Soluções da edição anterior**

2	7	1	4	6	3	5	8	9
4	6	5	7	9	8	3	2	1
3	8	9	2	5	1	4	6	7
9	2	8	3	1	7	6	5	4
1	3	6	5	8	4	9	7	2
5	4	7	6	2	9	1	3	8
6	9	4	8	3	2	7	1	5
8	1	3	9	7	5	2	4	6
7	5	2	1	4	6	8	9	3

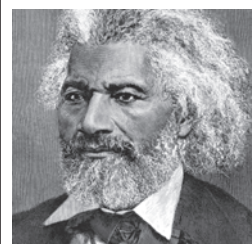
6	5	2	7	4	9	3	8	1
4	7	1	8	5	3	6	9	2
3	8	9	2	1	6	7	5	4
5	9	8	6	3	1	2	4	7
2	1	6	4	7	8	9	3	5
7	4	3	5	9	2	1	6	8
9	3	4	1	2	5	8	7	6
8	2	7	9	6	4	5	1	3
1	6	5	3	8	7	4	2	9

**Na estante...**



**CARO IDIOTA (ELSINORE) VIRGINIE DESPENTES**

Rebecca tem 50 anos, é uma atriz famosa e, embora se ache mais atraente do que nunca, começa a sentir na sua própria pele a discriminação da indústria cinematográfica. Oscar é um escritor, pouco mais novo, cuja vida pessoal e carreira se encontram num caos ao descobrir-se no centro do mais recente escândalo MeToo. Zoé Katana, feminista e bloguista, é a jovem vítima que regressou do passado para finalmente ajustar contas com ele. Os três irão iniciar um diálogo tenso, por meio de chat, e descobrir como uma amizade improvável pode nascer entre pessoas que, à primeira vista, nada têm que ver umas com as outras, e como essa força desconhecida as pode ajudar a lidar melhor com as suas neuroses, vícios, complexos, vergonhas e medos.



**NARRATIVA DA VIDA DE FREDERICK DOUGLASS, UM ESCRAVO AMERICANO E OUTROS TEXTOS (PENGUIN CLÁSSICOS) FREDERICK DOUGLASS**

Portentoso relato dos anos em cativo e da sua fuga, mas é sobretudo o testemunho de um espírito sagaz, sedento de conhecimento e de uma vontade inabalável de ser livre. Além de uma defesa apaixonada da literacia e da educação, a Narrativa e os discursos aqui reunidos constituem documentos-chave para compreender os Estados Unidos da América no século XIX, expondo com lucidez as incongruências de um país que, mantendo parte da sua população agrilhoadada, se proclama a nação da liberdade.



**MAU GÉNERO (IGUANA) CHLOÉ CRUCHAUDET**

Paul e Louise conhecem-se, apaixonam-se e pouco depois casam-se. Mas a Primeira Guerra Mundial irrompe e Paul é forçado a separar-se de Louise para ir combater. Nas trincheiras, Paul vive um verdadeiro inferno e deseja escapar de lá a qualquer custo, acabando por desertar e reencontrar a mulher em Paris. Está são e salvo, mas condenado a permanecer escondido num quarto de hotel. Para pôr fim à sua clandestinidade, Paul encontra uma solução: mudar de identidade, travestindo-se. A partir desse momento passará a chamar-se Suzanne. Entre a confusão da mudança de género e o trauma da guerra, o casal terá um destino extraordinário.



**AS ÁRVORES GUARDAM SEGREDOS (LILLIPUT) LUCAS RIERA | OLIVIA HOLDEN**

Este livro revela a vida secreta de certas árvores, cuja importância vai além do seu lugar na biodiversidade, da sua longevidade ou da sua beleza. Elas passaram por guerras, sobreviveram a secas e a tentativas de derrube. Foram abrigo para viajantes e namorados, ponto de encontro para festas e brincadeiras e inspiração para rituais. São histórias ricas e comoventes que nos fazem olhar de outra forma para as árvores perto de nós. Público: +7 anos

**Espaço de cultura**

**TROFA Dia Mundial da Saúde Mental - Tertúlias**

10 de outubro | 09h30-16h00 | Auditório Fórum Trofa XXI

**Raid BTT Trofa**

22 de outubro | 10h00 | Parque Nossa Senhora das Dores e Dr. Lima Carneiro

**SANTO TIRSO**

**Exposição Sol de Outono, de Mário Couto**

2 de outubro a 12 de novembro | Centro Cultural Municipal de Vila das Aves | Entrada livre | Horário: segunda a sábado, das 09h00 às 17h30, e sábado, das 14h30 às 18h30

**Música**

**Noite Tirsense: Rui Taipa**

7 de outubro | 21h30 | Centro Cultural Municipal de Vila das Aves | Entrada livre, mediante levantamento de bilhete disponível no local a partir das 20h30

**Festival Internacional de Guitarra "Retornos"**

18 a 22 de outubro | Fábrica de Santo Thyrso | Entrada livre | Programação completa: <https://bit.ly/46sn4x6>

**VN FAMALICÃO**

**Música**

**Deixem o Pimba em Paz**

7 de outubro | 21h30 | Casa das Artes (Grande Auditório) | Entrada: 15 euros. Estudante, Cartão Quadrilátero Cultural e Seniores (a partir dos 65 anos): 7,5 Euros | Classificação: M/6 | Duração: 90 min

**Cinema**

**"Os Passageiros da Noite"**

12 de outubro | 21h45 | Casa das Artes (Pequeno Auditório) | Entrad: 4 euros | grátis para associados do Cineclube de Joane | Classificação: M/14 | Duração: 110 min

**Dança**

**Bantu, com direção artística de Victor Hugo Pontes**

13 de outubro | 21h30 | Casa das Artes (Grande Auditório) | Entrada: 6 euros. Es-

tudantes, Cartão Quadrilátero Cultural e Seniores (a partir de 65 anos): 3 euros | Classificação: M/12 | Duração: 70 min

**Conferência**

**Debates, intervenções e perdas em torno do património industrial portuense. Uma revisão sinóptica de alguns casos em apreço (1952-2022)**

14 de outubro | 15h00 | Museu da Indústria Têxtil da Bacia do Ave | Entrada livre | Orador: Mário Bruno Pastor | Visita: Museu do Instituto Superior de Engenharia do Porto

**MAIA**

**28º Festival Internacional de Teatro Cómico da Maia**

5 a 15 de outubro | Programação completa: <https://bit.ly/3Zy7WvH>

**Música Pelo Concelho - Música Pelo Património Mané Fernandes**

6 de outubro | 21h30 | Capela de São Miguel-o-Anjo | Entrada livre

**Leida**

7 de outubro | 21h30 | Mosteiro de Moreira da Maia | Entrada livre

**João Pires**

13 de outubro | 21h30 | Capela de Santo Ovídio - Folgosa | Entrada livre

**Ritmos do Sul da Europa**

14 de outubro | 21h30 | Igreja de Nosso Senhor dos Aflitos de Ardegães, Águas Santas | Entrada livre

**VILA DO CONDE**

**Leituras Encenadas**

**Amostr - Prata, com Noiserv e Pedro Lamares**

7 de outubro | 22h30 | Teatro Municipal de Vila do Conde | Bilhete: 5€ | Classificação: M/12 | Duração: 60min

**Teatro de Marionetas**

**"O Portão"**

21 de outubro | 21h30 | Teatro Municipal de Vila do Conde | Entrada: 5 euros | Classificação: M/12 | Duração: 60 min.



## ESPIRITUALIDADE

# Jovem tirsense lança livro sobre desenvolvimento espiritual

**O tema pode ser tudo, menos consensual, mas foi por isso que Ângela Ferreira abriu a porta da sua casa, em Santo Tirso. A jovem de 20 anos acaba de lançar o livro “As 12 Leis do Universo Que Regem a Tua Vida”, que encara como missão para apregoar a necessidade de deixar de lado o tabu e aceitar o que a espiritualidade pode trazer de bom a cada um.**

CÁTIA VELOSO

Não estava de turbante na cabeça, nem sequer acompanhada de adereços associados a esoterismo que, de resto, não dispensa nos estudos que faz, e recebeu à mesa de jantar da sala, para uma conversa em que revelou, ao pormenor, os acontecimentos que mudaram a sua vida desde há cerca de três anos.

Ângela Ferreira costuma dizer que perdeu a adolescência, porque, aos 17 anos, “de um momento para o outro”, começou “a ver o mundo espiritual”. O processo foi brusco e psicologicamente agressivo, porque, repentinamente, começou a “confundir os mortos com os vivos”. “Existem cinco níveis de clarividência, um termo associado a uma pessoa que consegue ver a espiritualidade e eu comecei logo no quinto”, explicou a jovem, que face às visões começou a sofrer “ataques de pânico e ansiedade” e deixou de comer convenientemente. “Cheguei a um ponto em que estava ultramedicada, dormia de dia e de noite. Cheguei a pesar 39 quilos, porque vomitava muito, por causa do pânico e do stress”.

O destino parecia apenas um: “O manicómio”. Ninguém na família validava o seu testemunho e ela própria não conseguia compreender os fenómenos a que assistia. “Eu via, literalmente, as pessoas que não existiam, que já não estavam aqui. Exatamente da mesma forma como elas estavam cá. Não havia diferença nenhuma. Nessa altura, eu já conseguia ver, praticamente, todas as cores do campo energético, o que chamamos a aura, nas pessoas”.

O caminho passou por procurar ajuda junto de “médicos da área espiritual” e mesmo esses “não conseguiam compreender o que tinha”. “Ninguém me conseguiu dar indicações de como melhorar. Continuava com os ata-

ques de pânico, tinha enxaquecas, que os médicos diziam que eram crónicas, mas na verdade tinham a ver com o cansaço psicológico de ter um esforço visual muito maior”, conta.

Ângela relatou que “o que mais custava” era “sair à rua e ver pessoas (mortas) ajoelhadas, que estavam no lugar onde tiveram um acidente de carro e ficaram presas ao momento da morte, porque não a aceitaram”.

Na escola, esteve quase a reprovar, pelas faltas constantes e incapacidade de conseguir estar na sala de aula sem sofrer de um ataque de pânico. Daí, colheu alguns episódios, como com a professora de geografia, que, por viajar muito, assumiu que não existia vida depois da morte. “E eu via a mãe dela ao lado dela, muitas vezes”.

### A mudança

Há um ponto de viragem que se tornou fundamental para Ângela Ferreira e coincide com a descoberta do seu mentor espiritual, a “pessoa que está do outro lado do caminho”. “Houve um dia que cheguei a casa e fui para a cama chorar, frustrada de ter procurado tanta ajuda e não conseguir. De repente, ouvi uma voz, lá fora, que me chamou Catarina, que é um nome familiar e me perguntou como é que eu estava. Eu não tive medo nenhum, mas pensei que estava mesmo louca. Já não comia há tanto tempo que, depois de o ouvir, fui lanchar. Depois, nessa noite, dormi e sonhei com uma pomba branca a andar à volta da minha cabeça. Quando acordei, voltei a ouvi-lo. Mas eu via tanta coisa, como é que não o via a ele? Mas ele dizia-me que eu o conhecia e sugeriu foi darmos uma caminhada. Fui pelo pinhal fora e comecei a falar com ele e partilhei tudo o que estava a acontecer comigo”.

Ângela Ferreira conta que Marcos, o mentor espiritual “sugeriu que comesse a estudar” e deu-lhe “uma lista de cinco livros para ler”. Desse conhecimento que adquiriu na leitura, começou a “melhorar” e a ter “capacidade de aceitação”. Mas faltava a compreensão da família.

Com uma irmã que “é ciência pura” e no seio de uma família muito religiosa, a compreensão chegou depois de “provas atrás de



provas” dadas pela jovem.

### A redução do nível de clarividência

Há uma experiência relatada por Ângela Ferreira que, segundo a jovem, foi determinante para o que é hoje. “Eu nunca conheci o meu avô, mas um dia, fui à casa da minha avó e vi-o lá sentado. O impacto emocional foi muito forte e senti que não iria conseguir viver desta forma”, contou.

Perante este acontecimento, Ângela Ferreira decidiu “reduzir o nível de clarividência”. “Agora, estou no quarto nível. Não é muito diferente, mas neste momento não confundo mortos com vivos. Já não é um estado de materialização tão grande. Para eu conseguir ver expressões faciais, tenho de fazer muito esforço visual”, relata.

Desde aí, continua a viver “uma aventura do caraças”. A jovem decidiu aprofundar o seu conhecimento, com o contributo do mentor espiritual e começou “a ajudar as pessoas”. “O Marcos chegou-me a perguntar se queria voltar a ter a minha normalidade, mas para quê? Depois do que eu já vi, como é que ia voltar a ter normalidade? Não havia retorno”.

Depois dos primeiros atendimentos, que fazia por doação, Ângela Ferreira decidiu continuar a aprofundar o conhecimento e, atualmente, tem já uma loja esotérica, através da qual envia para todo o mundo os produtos energéticos que cria. “Como vejo as auras, faço muitos estudos, comparações e, depois, apontamentos enormes, para fazer cruzamentos entre ervas e conseguir trabalhar energeticamente. Há quem traba-

depois da morte e para que todos desfrutassem da vida, mas ele foi lapidando a minha postura e a ideia de que eu estava aqui para seguir o meu caminho e chegar às pessoas que tinha de chegar”.

### O livro

Recentemente, Ângela Ferreira foi contactada pela editora Manuscripto, que a desafiou a escrever um livro sobre o conhecimento que adquiriu. O processo de escrita demorou “dois meses” e focou-se no que foi “buscar lá acima, no plano espiritual”. Ângela assegura conseguir “guardar memórias” do que vive “do outro lado”. “Eu costumo dizer que é muito fácil aprender lá em cima, mas depois transmitir o que aprendi cá em baixo é que é um grande desafio”. “As 12 Leis do Universo Que Regem a Tua Vida” é o epíteto da obra e “aprofunda estes movimentos inteligentes energéticos, que regem tudo e quem somos”. “Existe um propósito em tudo, nós sabemos que, quando entramos em desequilíbrio, não estamos a honrar o nosso propósito. Conhecer o propósito do Universo é abrir uma porta gigante para o autoconhecimento e vice-versa. Se a gente conhecer o Universo, nós vamos conhecer o universo que somos, se nós nos conhecermos, vamos conhecer o Universo a que pertencemos”.

### E o 5.º nível de clarividência pode voltar?

Como mandatária de uma “espiritualidade completamente livre”, Ângela Ferreira explica que pode, a qualquer momento, regressar ao quinto nível de clarividência, mas para isso “teria de reduzir outra mediunidade” que acabou por adquirir. “Chama-se a mediunidade de canalização, em que consegues canalizar informação e energia de uma forma leve e acessível. É isso que me faz ter uma boa capacidade de comunicação com o Marcos, se ele vier aqui, neste momento, eu consigo escutá-lo e, facilmente, passar a mensagem. Eu consigo chegar a um lugar muito antigo, pegar numa pedra e se me focar, entro num processo de transe. Conto com uma equipa de sustentação, porque eu perco a orientação e o que eles relatam, e está em vídeo, é que o meu corpo começa a tremer muito e eu tenho imensas visões, muitos flashes, informação sobre aquele lugar, sobre o que aconteceu.

Face a tudo o que já viveu e assistiu, a jovem tirsense cultiva a filosofia do agora, tentando resistir a pensar no amanhã. “Esta é a grande sabedoria. Seja lá onde eu esteja, estarei exatamente no sítio certo.

Todos desequilíbrios da vida vêm de pensar muito no passado ou no futuro. Se estivermos sempre no momento presente, nós estamos no fluxo, claro que somos humanos e oscilamos. Olhamos muitas vezes para trás para aprender e olhamos muito para a frente para nos motivarmos, mas às vezes não temos consciência de estarmos a olhar em excesso. Quando estamos a conduzir, o que estamos a ver é exatamente o que está à nossa frente e não o resto da estrada. E o retrovisor é uma coisa pequenina, que é para evitar olharmos muito para trás. A vida é muito parecida”.