FOTOFONSECA
AVINTES - GAIA
PORQUE HÁ MOMENTOS INESQUÉCIVEIS ...
1986 - 2024

JORNAL/TV
TERRAS DE GAIA

Semanal • Ano XV • Nº 152 • Fevereiro de 2025 **Diretor:** Fernando Fonseca www.terrasdegaia.pt

Atualidade
Apresentação do Auditório de Arcozelo
> Página 2

Atualidade
400 postos de trabalho no Centro Empresarial da Rechousa
> Página 3

Atualidade
Mercadona abre 10 lojas em 2025 e está a contratar
> Página 4

Desporto
Avintes recebe Grijó para o campeonato
> Página 7

Desporto
SC Coimbrões defronta líder do campeonato
> Página 8

Politicamente KOrrecto com Leonor Correia



Casa CRISTÃO
Grupo Funerário
FUNERÁRIA DE AVINTES
808 10 50 60

E SE NÃO LHE APETECER CARREGAR OS SACOS?
DEIXE, NÓS CARREGAMOS.
O seu Pingo Doce tem serviço de entrega ao domicílio.
Em compras iguais ou superiores a 75,00€,
levamos as suas compras até casa.
Fazer compras assim é outra coisa, não é?
Serviço disponível de 2ª feira a 6ª feira, num raio de 2 km.
pingo doce
AVINTES



Apresentação do Auditório de Arcozelo

o Presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, Eduardo Vítor Rodrigues, e a Presidente da Junta de Freguesia de Arcozelo, Maria Adelina Pereira, estarão presentes na apresentação do projeto do futuro Auditório de Arcozelo. O evento decorrerá no Salão Nobre da Junta de Freguesia, onde serão revelados detalhes sobre a nova infraestrutura cultural que promete enriquecer a oferta de espaços dedicados às artes e à cultura no concelho.

O novo auditório será construído na Avenida João Paulo II e contará com uma área total de cerca de 2.500 metros quadrados, distribuída por três pisos acima do nível da rua e um piso térreo. A infraestrutura terá capacidade para acolher 221 espectadores, garantindo um espaço moderno e confortável para espetáculos, conferências, formações e outros eventos culturais. A criação do Auditório de Arcozelo surge como resposta à crescente necessidade de espaços culturais na freguesia e em todo o município de Vila Nova de Gaia. A nova estrutura permitirá dinamizar atividades artísticas e culturais, oferecendo à população um local adequado para a realização de eventos de grande importância. Já o Presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, Eduardo Vítor Rodrigues, reforçou o compromisso da autarquia na promoção da cultura e no investimento em infraestruturas que beneficiem a população. Com este investimento, a JF e a Câmara Municipal esperam potenciar a cultura e dinamizar a economia local. A presença de um espaço deste género poderá atrair eventos de maior dimensão, aumentar o turismo e criar novas oportunidades.



Moradores detêm duas Mulheres após assalto a Casa

Na passada quarta-feira, pelas 17h00, a Polícia de Segurança Pública (PSP) deteve duas cidadãs estrangeiras, ambas com 21 anos, após estas terem assaltado uma residência situada na Praceta Diogo de Macedo, em Vila Nova de Gaia.

O crime ocorreu em plena luz do dia e não passou despercebido aos vizinhos, que, ao notarem movimentos suspeitos na residência, alertaram de imediato os proprietários. Os donos da casa, ao chegarem ao local, surpreenderam as assaltantes ainda dentro da habitação e conseguiram imobilizá-las até à chegada da polícia.

Apesar da tentativa de furto, não houve danos visíveis na porta de entrada, o que leva a PSP a suspeitar que as assaltantes tenham utilizado técnicas específicas para aceder ao interior da casa sem arrombamento. Segundo testemunhos de moradores da zona, a movimentação estranha das suspeitas chamou a atenção, especialmente porque a residência parecia estar vazia. Foi essa suspeita que levou os vizinhos a contactar os proprietários, possibilitando uma intervenção imediata e evitando que o crime fosse consumado com sucesso.



Delegação do partido BE será recebida pela Administração do Hospital de Gaia – Espinho

Amanhã, dia 18 de fevereiro, pelas 11h00, a pedido do Bloco de Esquerda, uma delegação do partido será recebida pela Administração do Hospital de Gaia-Espinho para analisar a atual situação da Unidade Local de Saúde (ULS).

A comitiva será liderada por Marisa Matias, deputada e membro permanente da Comissão Parlamentar de Saúde da Assembleia da República, e contará ainda com a participação de dirigentes do partido dos concelhos de Vila Nova de Gaia e Espinho.

como os recursos humanos, o estado das infraestruturas e o acesso dos utentes aos cuidados de saúde. Esta visita insere-se no acompanhamento regular que o partido tem feito à situação do Serviço Nacional de Saúde (SNS) em diferentes regiões do país.

A reunião permitirá ainda recolher informações detalhadas sobre as necessidades e desafios enfrentados pelo hospital, um dos mais importantes da região norte.



400 postos de trabalho no Centro Empresarial da Rechousa

As antigas instalações da Soares da Costa, localizadas na Rechousa, vão ser transformadas num novo centro empresarial que promete dinamizar a economia local e impulsionar o mercado de trabalho. O projeto, denominado Gaia Park, resultará num investimento estimado em 40 milhões de euros e criará cerca de 400 postos de trabalho.
O novo espaço será um polo de negócios inovador, combinando logística, retalho e comércio, numa aposta estratégica que visa atrair empresas de diferentes setores. O Gaia Park surge como uma resposta à crescente procura por infraestruturas modernas e versáteis, capazes de acomodar negócios de diferentes dimensões e naturezas. O projeto representa um passo importante na requalificação urbana da zona da Rechousa, aproveitando uma estrutura industrial desativada para dar origem a um espaço moderno e dinâmico. Com um conceito multifuncional, o Gaia Park irá albergar empresas e serviços que contribuirão para o crescimento económico da região e para a criação de novas oportunidades de emprego. A localização estratégica do novo centro empresarial, próximo de acessos rodoviários e de zonas industriais de referência, facilitará a circulação de bens.



Novo espaço de lazer em Gaia

No passado sábado, 8 de fevereiro, foi inaugurado um novo espaço de lazer no quarteirão do Espinheiro, em Vila Nova de Gaia, no âmbito do programa municipal "Meu Bairro, Minha Rua".
A iniciativa, promovida pela Câmara Municipal de Gaia, resultou de um processo de participação comunitária, onde a população teve oportunidade de sugerir melhorias para a sua área de residência. O espaço agora inaugurado conta com uma área de 1.100 metros quadrados, projetada para proporcionar bem-estar e convívio intergeracional. A autarquia sublinha que este tipo de intervenção reflete o compromisso de tornar os bairros da cidade mais inclusivos, modernos e adaptados às necessidades dos moradores. O novo espaço de lazer pretende ser um ponto de encontro para todas as idades, incentivando o contacto com a natureza, a prática de exercício físico e momentos de lazer ao ar livre.
A iniciativa "Meu Bairro, Minha Rua" tem vindo a transformar diversos espaços urbanos, reforçando a importância da participação dos cidadãos no desenvolvimento sustentável do concelho. A Câmara Municipal de Gaia reforça o seu compromisso com a criação de espaços urbanos mais inclusivos, modernos e adaptados às necessidades da comunidade. O novo espaço de lazer no quarteirão do Espinheiro surge como um ponto de encontro.



Heliporto do Hospital de Gaia pronto em Maio

Após um período de atraso na sua conclusão, a nova adição ao Hospital Eduardo Santos Silva, em Vila Nova de Gaia, está finalmente perto de se tornar realidade. A administração da Unidade Local de Saúde de Gaia/Espinho (ULSGE) confirmou que o heliporto da unidade hospitalar estará finalizado em maio, seguindo-se uma fase de testes e validação antes da sua entrada em funcionamento.
A grande inovação desta infraestrutura será a ligação direta entre o heliporto e a sala de emergência em apenas 30 segundos, um avanço significativo na rapidez e eficiência do atendimento de urgência. Com funcionamento 24 horas por dia, o heliporto será um ponto crucial para o transporte rápido de doentes em estado crítico, garantindo melhores condições para evacuações médicas. Com a previsão de entrada em funcionamento ainda no primeiro semestre de 2025.

Mercadona abre 10 lojas em 2025 e está a contratar

A Mercadona, gigante espanhola do setor de distribuição, continua a sua expansão em território português, com um plano ambicioso para 2025. A empresa, que já conta com 60 lojas e dois blocos logísticos em Portugal, vai inaugurar 10 novos supermercados ao longo do próximo ano, consolidando a sua presença no país e aproximando-se ainda mais dos seus clientes. Com esta nova fase de aberturas, a Mercadona terminará 2025 com um total de 70 estabelecimentos, cumprindo o objetivo de se tornar uma referência no mercado português.

As novas lojas estão distribuídas por várias regiões de Portugal, alargando a cobertura geográfica da empresa e respondendo à crescente procura por parte dos consumidores. Os pontos escolhidos para as inaugurações incluem Loures (Santa Iria de Azóia e Frielas), Penafiel (Milhundos), Fafe, Leiria (Vale Sepal), Matosinhos (São Gens), Palmela, Lisboa (Alta de Lisboa e Quinta do Lambert) e Porto (Amial). A primeira destas novas unidades será inaugurada em março, em Santa Iria de Azóia, assinalando a estreia da Mercadona no concelho de Loures e marcando o início de uma nova fase da sua expansão.

Lisboa, a capital portuguesa, também será um dos grandes focos da Mercadona em 2025. A cidade vai contar com duas novas lojas, uma das quais estará situada na Alta de Lisboa, e será especialmente significativa, já que abrigará também um novo escritório corporativo da empresa. Este novo espaço será um complemento ao escritório da Mercadona em Vila Nova de Gaia, onde a empresa mantém a sua sede em Portugal, reforçando assim o seu compromisso com o país e a sua estrutura organizacional. A segunda loja em Lisboa será localizada na Quinta do Lambert, na freguesia do Lumiar.



DOIS DETIDOS POR ROUBO



O Comando Territorial do Porto, através do Núcleo de Investigação Criminal (NIC) de Vila Nova de Gaia, efetuou a detenção de dois homens, com idades de 17 e 18 anos, por suspeita de envolvimento em um roubo ocorrido no concelho de Vila Nova de Gaia. A detenção aconteceu no dia 14 de fevereiro, após a realização de uma série de diligências policiais, desencadeadas por uma denúncia de roubo com recurso a violência na localidade de Pedroso, uma freguesia situada no município de Vila Nova de Gaia.

De acordo com a informação prestada pela Guarda Nacional Republicana (GNR), a vítima foi abordada pelos dois suspeitos enquanto se encontrava em um espaço público. Utilizando força física, os indivíduos tentaram subtrair-lhe tanto dinheiro quanto o telemóvel. O uso da violência e da coação foi o ponto central deste incidente, que levou a vítima a reagir e a procurar auxílio das autoridades. A partir da denúncia da vítima, as autoridades iniciaram uma investigação que, em poucas horas, possibilitou a identificação dos suspeitos. Os militares da GNR, com o apoio do NIC de Vila Nova de Gaia, conseguiram localizar e proceder à detenção dos dois jovens, que não só estavam diretamente envolvidos no ato ilícito, como também haviam tentado escapar sem deixar rastro.

A rápida intervenção das forças de segurança foi fundamental para a resolução do caso. Após a detenção, os dois indivíduos foram transportados para as instalações da GNR, onde foram ouvidos pelas autoridades.

Limpar o Senhor da Pedra e Miramar

O Centro de Educação Ambiental das Ribeiras de Gaia (CEAR) vai dar início ao mês de março com uma iniciativa ambientalista de grande importância para a preservação do meio ambiente. No próximo dia 1 de março, a partir das 9h30, será realizada uma ação de limpeza nas praias do Senhor da Pedra e de Miramar, localizadas no concelho de Vila Nova de Gaia.
O evento tem como objetivo recolher o lixo acumulado nas areias, especialmente o plástico, que tende a predominar nas praias durante a época mais fria do ano.
Durante o inverno, as condições climáticas, caracterizadas pela chuva c onstante e mares mais agitados, acabam por contribuir para o aumento da poluição nas zonas costeiras. O lixo trazido pelas correntes marítimas, muitas vezes em forma de resíduos plásticos, acaba por se acumular nas praias, prejudicando não apenas a paisagem natural, mas também o ecossistema marinho e terrestre. Esta iniciativa do CEAR visa mitigar os efeitos da poluição e sensibilizar a população para a importância da preservação ambiental, particularmente no que diz respeito à limpeza das praias, que são um dos maiores tesouros naturais da região. A ação de limpeza está aberta a todos os cidadãos que queiram colaborar, independentemente da sua experiência ou formação. Para participar, os interessados devem preencher um formulário disponibilizado no site municipal, uma medida que visa garantir a organização e a logística do evento. Além disso, é recomendado que os participantes tragam luvas de jardinagem, que serão necessárias para a recolha segura dos resíduos, evitando o contacto direto com materiais potencialmente perigosos, como vidro e lixo cortante.
O encontro está marcado para as 9h30 na sede do CEAR, onde todos os voluntários serão recebidos e organizados em grupos, antes de se dirigirem para as praias do Senhor da Pedra e de Miramar.





O MEU AMIGO JOÃO – APRESENTAÇÃO DE LIVRO

No próximo dia 22 de fevereiro, às 15h, o El Corte Inglés Gaia será palco de um evento de grande relevância para a literatura infantil e a sensibilização para a diversidade. O espaço recebe a apresentação do livro infantil "O Meu Amigo João", uma obra que aborda o autismo de forma sensível e acessível, voltada para o público mais jovem. A apresentação contará com a presença das autoras Ana Pereira e Ana Sofia Mina, duas profissionais altamente qualificadas nas áreas da pediatria, terapia da fala e reabilitação, que utilizaram a sua experiência e conhecimento para criar uma obra que visa promover a inclusão e a compreensão sobre o autismo.
A obra "O Meu Amigo João" é uma tentativa de sensibilizar as crianças para as diferentes formas de ser e sentir que existem no mundo, abordando o autismo de maneira simples, mas profunda. O livro busca ajudar os pequenos leitores a compreenderem as particularidades.

EVENTO ONLINE EXPLICA A IMPORTÂNCIA DA PREPARAÇÃO A DOIS PARA O PARTO

No próximo dia 25 de fevereiro, entre as 21h e as 22h, a Mamãs Sem Dúvidas organiza mais uma edição do Curso Flash, um evento online e gratuito dedicado a esclarecer as dúvidas das futuras mamãs sobre temas da maternidade.
A primeira intervenção ficará a cargo de Telma Cabral, enfermeira especialista em Saúde Materna e Infantil, que abordará o tema “Trabalho de parto: uma preparação a dois”. A especialista explicará a importância da preparação do casal para o trabalho de parto, destacando técnicas de alívio da dor, o papel do parceiro no apoio à mãe e estratégias para uma comunicação eficaz durante o processo, com o objetivo de tornar a experiência mais tranquila e positiva para ambos. O último momento será conduzido por Gisela Ali, formadora do Laboratório BebéVida, com a sessão “Criopreservar: Porquê a BebéVida?”. Nesta apresentação, a formadora esclarecerá os benefícios.

BiblioLED chega a Gaia com empréstimo gratuito de livros digitais e audiolivros

A Biblioteca Municipal de Vila Nova de Gaia acaba de disponibilizar um novo serviço inovador para os seus leitores: a BiblioLED, uma plataforma de empréstimo digital gratuito de livros e audiolivros. Este serviço permite aos utilizadores acederem a uma vasta coleção de obras em formato digital, promovendo o acesso à leitura de forma cómoda e acessível. A iniciativa insere-se no esforço de modernização das bibliotecas públicas portuguesas e faz parte da Rede Nacional de Bibliotecas Públicas (RNBP), sendo promovida e administrada pela Direção-Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas (DGLAB).

O objetivo principal da BiblioLED é incentivar os hábitos de leitura, facilitar o acesso gratuito a conteúdos literários e promover a literacia digital, tornando a experiência de leitura mais acessível a todos os cidadãos. Este serviço surge como um complemento ao atendimento presencial da Biblioteca Municipal de Gaia, permitindo aos leitores usufruírem dos recursos bibliográficos sem a necessidade de deslocação física à biblioteca. A implementação da BiblioLED traz diversos benefícios para a comunidade e está alinhada com os objetivos do Plano de Recuperação e Resiliência, através da Medida – Internacionalização,modernizaçã o e transição digital do livro e dos autores. Este programa visa modernizar as bibliotecas públicas e torná-las mais acessíveis num contexto digital, permitindo que cada vez mais cidadãos possam usufruir da leitura de forma gratuita e flexível.



Inauguração do Movimento “Banco de Memórias” Dia Mundial da Justiça Social

Em Portugal, milhares de pessoas vivem diariamente sem um teto, sem acesso a condições básicas e sem uma rede de suporte eficaz. Por trás das estatísticas, encontram-se histórias de vida interrompidas, sonhos adiados e lutas silenciosas que passam despercebidas à maioria da sociedade.

Com o objetivo de dar voz e rosto a estas pessoas, a Cruz Vermelha Portuguesa lança o movimento “Banco de Memórias”, uma iniciativa que pretende sensibilizar e mobilizar a sociedade para a urgência de combater a exclusão social. Mais do que números, este movimento evidencia vidas marcadas pela perda, mas também pela resiliência e esperança.

A Cruz Vermelha, enquanto organização humanitária, tem desempenhado um papel crucial no apoio aos mais vulneráveis, procurando combater o preconceito e criar soluções eficazes para reinserção social.

COMUNICADO

PSD

PARTIDO SOCIAL DEMOCRATA

DEPUTADOS VISITAM SERVIÇO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE GAIA CRIADO PELO GOVERNO DO PSD EM 2015

Deputados do PSD eleitos pelo círculo eleitoral do Porto à Assembleia da República (Pedro Neves de Sousa, Francisco Covelinhas Lopes e Carla Barros) visitaram, na tarde do dia 17 de fevereiro, o Serviço de Formação Profissional de Vila Nova de Gaia.

A Portaria n.o 191/2015, de 29 de junho, originou a criação deste serviço público de formação com área de intervenção nos concelhos de Vila Nova de Gaia e Espinho, dando resposta às necessidades de formação dos jovens e adultos, à procura do 1o emprego, desempregados e empregados e às necessidades dos empregadores destes concelhos.

Os Deputados tiveram oportunidade de conhecer a atividade desenvolvida no que respeita à formação profissional. Atualmente segundo os dados transmitidos pelo Delegado Regional do Norte do IEFP, I.P, César Ferreira, estão integrados em ações de formação nas diversas modalidades formativas cerca de 3000 formandos que corresponde a 160 ações de formação, em regime presencial e à distância.

O Diretor do Centro de Emprego e Formação Profissional de Vila Nova de Gaia, Ricardo Faria, deu a conhecer o plano estratégico previsto para o período de 2025-2028, onde as áreas prioritárias de formação são: Audiovisuais e produção dos media; Ciências i nformáticas. O foco nestas áreas prioritárias surge do levantamento de necessidades efetuado junto do tecido empresarial e social. Este serviço está a beneficiar do investimento aprovado no âmbito do PRR, no que respeita a equipamentos (Redes informáticas, energias renováveis/domótica, tecnologia digital, impressoras 3D, laboratório de eletrónica e equipamentos para invisuais), que contribuem significativamente para aumentar a qualidade da oferta formativa, permitindo maior conhecimento e mais competências tendo em vista a integração no mercado de trabalho.

Os Deputados continuarão estas visitas pelos serviços públicos de emprego e de formação profissional do distrito, tendo sido já realizada visita também ao Centro de Emprego.

Ótimo momento de forma do CH Carvalhos



O Clube Hóquei dos Carvalhos continua a afirmar-se como um dos principais candidatos à subida à I Divisão Nacional de hóquei em patins. Depois de uma derrota frente ao Famalicense, ainda em novembro de 2024, a equipa orientada por Ricardo Geitoeira entrou numa impressionante sequência de sete vitórias consecutivas no campeonato, consolidando a sua posição de líder na II Divisão (Zona Norte), agora com quatro pontos de vantagem sobre o segundo classificado, o Póvoa.

A última conquista do CH Carvalhos foi precisamente frente a esse rival direto, no passado dia 8, num jogo disputado até ao último minuto, que terminou com uma vitória carvalhense por 3-2. O triunfo permitiu à equipa manter-se no topo da tabela classificativa e aumentar a confiança para a reta final da temporada. Com 12 vitórias em 15 jogos disputados, o CH Carvalhos demonstra um desempenho consistente ao longo da época. O técnico Ricardo Geitoeira tem conseguido implementar um estilo de jogo ofensivo e equilibrado, garantindo resultados positivos tanto dentro como fora de casa.

Apesar da campanha vitoriosa no campeonato, a equipa viu-se afastada da Taça de Portugal, após ser eliminada pelo Juventude de Viana, num jogo onde não conseguiu impor a sua superioridade. No entanto, o foco da equipa está claramente na conquista da II Divisão e no regresso ao escalão máximo do hóquei em patins nacional. Entre as figuras mais importantes desta época destaca-se Rúben Sousa. O experiente jogador de 32 anos tem sido peça fundamental no ataque do CH Carvalhos e já conta com 22 golos marcados, sendo o segundo melhor marcador do campeonato. Apenas Miguel Oliveira, avançado do HA Cambra, leva mais golos na competição.

A influência de Rúben Sousa vai além dos números, já que a sua experiência e capacidade de decisão têm sido determinantes para as vitórias da equipa. Aliado ao desempenho do avançado, a solidez defensiva e a eficácia coletiva da equipa têm garantido um equilíbrio essencial para a consistência dos resultados. O próximo jogo do CH Carvalhos será já no dia 22 de fevereiro, em Coimbra, onde enfrentará a Académica. O jogo, que tem início marcado para as 21h00, será mais um teste importante para a equipa, que procura manter a boa fase e garantir os três pontos para consolidar ainda mais a sua liderança. A Académica, apesar de não estar nos primeiros lugares da classificação, pode ser um adversário perigoso, principalmente a jogar em casa.

A equipa de Ricardo Geitoeira terá, por isso, de manter a concentração e a dinâmica ofensiva para continuar a sua caminhada rumo à I Divisão. A trajetória do CH Carvalhos nesta temporada tem sido marcada pela determinação, qualidade e ambição. O objetivo da equipa é claro: regressar à I Divisão Nacional e afirmar-se entre os melhores do hóquei em patins português.

Com um plantel equilibrado, um treinador experiente e um goleador em grande forma, o clube carvalhense parece estar no caminho certo para atingir essa meta. Os próximos jogos serão decisivos e a equipa precisa de manter a regularidade e a intensidade que tem demonstrado ao longo da época.

A comunidade e os adeptos do CH Carvalhos mantêm-se confiantes e entusiasmados com o desempenho da equipa.

Avintes recebe Grijó para o campeonato

Depois de uma derrota frente ao Salgueiros B, a equipa do Avintes regressa a casa para um confronto de grande importância, desta vez contra o Grijó, em jogo a contar para a 20ª jornada da Divisão de Elite. O encontro está marcado para este domingo, às 15h30, e promete ser um duelo equilibrado entre duas equipas que lutam por objetivos distintos na competição.

O Avintes, orientado por Léo Bonfim, chega a esta jornada na 2ª posição da tabela classificativa, sendo um dos candidatos a marcar presença na fase de Apuramento de Campeão. O conjunto avintense tem sido uma das equipas mais consistentes ao longo da época e pretende voltar rapidamente ao caminho das vitórias, após o desaire na última jornada.

Já o Grijó, liderado por Óscar Nogueira, tem uma luta bem diferente pela frente. Com 20 pontos somados, a equipa ocupa uma posição delicada na tabela e pretende fugir da zona de despromoção. Apesar disso, os grijoenses chegam ao jogo em boa fase, com duas vitórias consecutivas, e querem manter a série positiva frente a um adversário complicado. A temporada do Avintes tem sido marcada por um registo muito positivo, consolidando-se como uma das equipas mais fortes da competição. Atualmente, a equipa soma 38 pontos, estando bem posicionada na corrida pela qualificação para a fase final do campeonato.

A derrota frente ao Salgueiros B foi um percalço no percurso da equipa, mas o grupo orientado por Léo Bonfim já demonstrou várias vezes a sua capacidade de reação e pretende dar uma resposta imediata diante dos seus adeptos. A jogar em casa, o Avintes tem sido um adversário difícil de bater e quer continuar a demonstrar a sua força dentro do seu próprio reduto. Se por um lado o Avintes tenta consolidar a sua posição entre os primeiros, o Grijó procura continuar a somar pontos para garantir a permanência na Divisão de Elite.



SC Coimbrões defronta líder do campeonato



Depois de ter empatado 1-1 frente ao Beira-Mar, o Coimbrões prepara-se agora para um grande desafio. No próximo domingo, às 15h00, a equipa de Vila Nova de Gaia desloca-se a Leça da Palmeira para enfrentar o atual líder do Campeonato de Portugal, um Leça que chega embalado por uma vitória por 0-1 frente à AD Marco 09.

A equipa orientada por Kaby Djaló atravessa uma fase menos positiva, somando quatro jogos consecutivos sem vencer. A última vitória do Coimbrões remonta a 12 de janeiro, quando bateu o União de Lamas. Desde então, a equipa tem sentido dificuldades em somar os três pontos e terá agora um teste exigente diante de um adversário que atravessa um momento de grande confiança.

O Leça, por sua vez, tem demonstrado um desempenho sólido e não perde há cinco jogos. A equipa soma três vitórias consecutivas e tem mostrado consistência tanto a nível defensivo como ofensivo, o que a torna num adversário temível para qualquer equipa do campeonato. O Leça chega a este encontro embalado por uma série vitoriosa e com um dos jogadores mais letais da competição. Pedro Martelo, avançado de 25 anos, tem sido uma peça-chave para o sucesso da equipa e está em grande forma. O ponta-de-lança marcou três golos nos últimos dois jogos e lidera a lista de melhores marcadores do Campeonato de Portugal, já com nove golos apontados. A qualidade ofensiva do Leça tem sido determinante nos últimos jogos, mas a consistência defensiva também tem sido um dos pontos fortes da equipa, que se mantém no topo da classificação graças à capacidade de equilibrar o jogo entre ataque e defesa.

Coimbrões busca recuperação num terreno complicado

Apesar da fase menos positiva, o Coimbrões pretende utilizar este jogo como um ponto de viragem na temporada. A equipa sabe que um resultado positivo frente ao líder poderá ser o impulso necessário para recuperar a confiança e voltar ao caminho das vitórias. O técnico Kaby Djaló tem procurado soluções para melhorar o rendimento da equipa, que tem sentido dificuldades em transformar o volume de jogo em resultados. A deslocação a Leça não será fácil, mas a equipa acredita que pode surpreender e somar pontos importantes na luta pelos seus objetivos. Duelo entre ataque e defesa promete um jogo emocionante

O encontro entre Leça e Coimbrões promete ser um grande espetáculo de futebol. De um lado, uma equipa que atravessa uma fase vitoriosa e lidera o campeonato; do outro, um conjunto que precisa urgentemente de um bom resultado para recuperar a confiança e dar um novo rumo à temporada.

A grande questão será saber se o Coimbrões conseguirá travar a ofensiva do Leça, nomeadamente Pedro Martelo, ou se o líder do campeonato conseguirá impor novamente o seu futebol e conquistar mais uma vitória rumo ao objetivo da subida.

O apito inicial está marcado para as 15h00 de domingo, num jogo que promete emoção e onde ambas as equipas entrarão em campo com a ambição de somar os três pontos. equipa orientada por Kaby Djaló atravessa uma fase menos positiva, somando quatro jogos consecutivos sem vencer. A última vitória do Coimbrões remonta a 12 de janeiro, quando bateu o União de Lamas. Desde então, a equipa tem sentido dificuldades.

ACD Gulpilhares eliminado da Taça de Portugal

A ACD Gulpilhares recebeu, na passada quarta-feira, dia 19 de fevereiro, a equipa do Benfica em jogo a contar para os oitavos de final da Taça de Portugal de hóquei em patins feminino. Num encontro onde as águias entraram como claras favoritas, a formação de Vila Nova de Gaia não conseguiu contrariar o poderio adversário e acabou derrotada por 10-2, despedindo-se assim da competição.

O Benfica, líder incontestável do hóquei feminino português, demonstrou desde o apito inicial o porquê de ser um dos principais candidatos ao troféu. Com um jogo dominador e eficaz, a equipa lisboeta impôs um ritmo intenso, não dando muitas hipóteses à formação gulpiilharense. Ainda assim, as jogadoras da casa lutaram até ao fim, deixando uma imagem de resiliência perante um adversário de grande qualidade. Desde os primeiros minutos, a equipa do Benfica impôs a sua superioridade. Aimée Blackman, Sofia Moncóvio, Raquel Silva e Maria Sofia Silva foram algumas das protagonistas da partida, deixando a sua marca no marcador e construindo uma vantagem confortável para a equipa encarnada.

A ACD Gulpilhares, apesar das dificuldades, procurou sempre reagir e conseguiu marcar por duas vezes, ambas por intermédio de Inês Gomes, que se destacou pela entrega e capacidade de finalização. No entanto, o Benfica manteve o controlo do jogo e confirmou a vitória por 10-2, carimbando o passaporte para os quartos de final, onde irá defrontar o vencedor do duelo entre Escola Livre e Parede FC. O que se segue para a ACD Gulpilhares? Com o foco agora totalmente voltado para o campeonato, a equipa gulpilharense já prepara o próximo desafio. No domingo, dia 25 de fevereiro, a ACD Gulpilhares volta a entrar em campo para medir forças com o CH Carvalhos, num confronto de grande importância para a equipa de Gaia. O jogo terá lugar no Pavilhão Municipal de Gulpilhares, às 18h00, e será uma excelente oportunidade para a formação orientada por [Nome do Treinador, caso aplicável] dar uma resposta positiva após a eliminação da Taça de Portugal. A equipa sabe que tem desafios pela frente, mas a motivação e o espírito de luta continuam presentes. O objetivo agora passa por garantir bons resultados.



Doença cardíaca foi a causa de morte que mais aumentou nos últimos 20 anos

O doente coronário é aquele que sofre de um tipo específico de doença cardiovascular designada doença coronária ou doença cardíaca isquémica, que atinge asartérias coronárias que levam o sangue e o oxigénio ao coração. Esta doença é frequente em fumadores e em pessoas mais idosas, obesas, com colesterol elevado, Hipertensão Arterial e/ou Diabetes mellitus.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, adoença cardíaca isquémica representou a principal causa de morte mundial em 2021, sendo responsável por 13% de todas as mortes. Além disso, foi a causa de morte que maisaumentou nos últimos 20 anos, de 2,7 milhões em 2000 para 9,1 milhões de mortes em 2021. Sabe-se que os doentes coronários têm maior risco de complicações graves e morte se contraírem infeções, nomeadamente infeções respiratórias comuns, como a gripe, a COVID-19 ou as pneumonias.

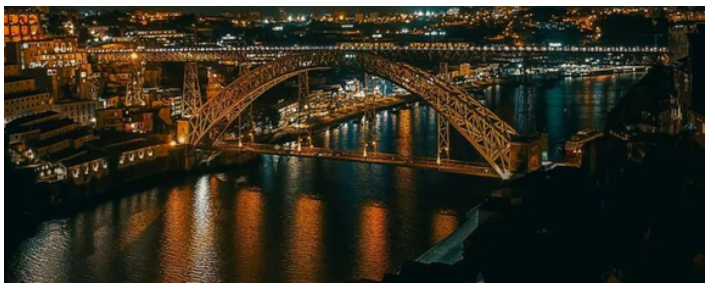
Contudo, há boas notícias. A doença coronária por ser evitada ou atrasada através da adoção de um estilo de vida saudável, dieta equilibrada, exercício físico regular e do controle adequado da Hipertensão arterial, da Diabetes Mellitus e hipercolesterolemia, com medicamentos que estão acessíveis para todos os portugueses. Além disso, temos vacinas muito eficazes para prevenir as infeções respiratórias. Quando a doença coronária já está presente, manifestando-se como Enfarte do Miocárdio, Angina ou Insuficiência Cardíaca, saiba que existem tratamentos eficazes que podem permitir que viva sem sintomas e com boa qualidade de vida. Neste caso, é essencial que siga as recomendações dos profissionais de saúde e tome corretamente as medicações prescritas. Portanto, se é familiar de um doente coronário ou experiencia esta doença na primeira pessoa, use este conhecimento para viver mais e melhor. Cuide de si e do seu coração!

A doença coronária, também conhecida como doença cardíaca isquémica, é uma das principais patologias cardiovasculares, afetando as artérias coronárias, responsáveis por levar oxigénio e sangue ao coração. Este problema é mais comum entre fumadores, idosos, pessoas obesas e indivíduos com colesterol elevado, hipertensão arterial ou diabetes mellitus. De acordo com a Organização Mundial da SaúdE, esta doença foi a principal causa de morte no mundo em 2021, representando 13% do total de óbitos. Nos últimos 20 anos, os números cresceram de 2,7 milhões de mortes em 2000 para 9,1 milhões em 2021. Além disso, os doentes coronários correm maior risco de complicações graves quando contraem infeções respiratórias, como gripe ou pneumonias, tornando essencial a prevenção e o acompanhamento médico regular. Segundo dados da OMS, a doença cardíaca isquémica representou a principal causa de morte mundial em 2021, sendo responsável por 13% de todas as mortes.



Irene Marques – Coordenadora do Núcleo de Estudos de Insuficiência Cardíaca da SPMI - Ver texto na íntegra em www.terrasdegaia.pt

Carro cai 30 metros ao Rio Douro



Na noite da passada quarta-feira, dia 21 de fevereiro, um insólito acidente ocorreu na Rua da Praia, na Afurada, Vila Nova de Gaia. Um veículo ligeiro, que foi deixado destravado junto à margem, acabou por deslizar e cair ao Rio Douro, ficando submerso a cerca de 30 metros de profundidade. O alerta foi dado às 21h18, mobilizando de imediato uma operação de resgate por parte das autoridades. Apesar do susto e da complexidade da situação, a rápida resposta das equipas no local permitiu que a operação de recuperação da viatura fosse concluída com sucesso em apenas 15 minutos.

Equipas de emergência responderam prontamente

Para o local foram mobilizados diversos meios de socorro. Os Sapadores Bombeiros de Gaia enviaram quatro viaturas e 14 operacionais, enquanto os Bombeiros Voluntários de Coimbrões reforçaram a operação com três viaturas e oito bombeiros. A situação exigiu ainda a presença da Polícia Marítima, que enviou dois agentes, bem como de uma viatura da PSP de Canidelo, que acompanhou o desenrolar da operação com dois elementos. As equipas de mergulho desempenharam um papel fundamental na localização e remoção do veículo, garantindo que o processo fosse realizado sem incidentes e em total segurança. O acidente terá ocorrido devido a uma falha na imobilização da viatura, que estava estacionada junto ao cais da Afurada.

O carro acabou por deslizar e cair ao rio, onde ficou totalmente submerso.

Felizmente, não estavam ocupantes no interior do veículo no momento do incidente, evitando uma tragédia maior. O episódio chamou a atenção da comunidade local, que rapidamente se reuniu para assistir ao resgate. Vários moradores da Afurada comentaram que a inclinação da rua e a proximidade com o rio tornam essencial um maior cuidado ao estacionar na zona, de forma a evitar situações semelhantes. Conclusão-

Graças à intervenção rápida e coordenada das equipas de emergência, o incidente foi resolvido de forma eficiente e sem feridos. A viatura foi retirada da água sem causar danos adicionais, e a circulação na Rua da Praia foi reposta sem grandes constrangimentos. As autoridades reforçam o apelo à prudência ao estacionar veículos em zonas ribeirinhas, especialmente em áreas com declive acentuado, para evitar futuros acidentes. O alerta foi dado às 21h18, mobilizando de imediato uma operação de resgate por parte das autoridades e equipas de emergência. Apesar do susto e da complexidade da situação, a rápida resposta das equipas no local permitiu que a operação de recuperação da viatura fosse concluída com sucesso em apenas 15 minutos. As equipas de mergulho desempenharam um papel fundamental na localização e remoção do veículo.

Politicamente KOrrecto com Leonor Correia



Na mais recente edição de "Politicamente KOrrecto" (T.2 - EP.6), do jornal TV Terras de Gaia, conhecemos a história inspiradora de Leonor Correia, uma jovem de 22 anos, natural do Bonfim, mas que vive atualmente em Oliveira do Douro. Desde cedo, o desporto fez parte da sua vida, mas foi o taekwondo que acabou por definir o seu caminho.

A influência veio de casa. O seu pai, praticante da modalidade, foi a grande inspiração para que Leonor iniciasse o percurso no taekwondo. No entanto, nem sempre foi este o seu primeiro amor no mundo do desporto. Em criança, o ballet era a atividade que mais gostava de praticar, mas, aos poucos, a arte marcial sul-coreana foi ganhando espaço no seu coração.

Aos 10 anos, começou a competir, e foi aí que percebeu que este era o seu verdadeiro propósito. O taekwondo exige disciplina, rigor e motivação, e, embora estes fatores nem sempre estejam alinhados no dia a dia, Leonor nunca pensou em desistir. Na sua mentalidade, desistir não é uma opção. A cada treino, a cada combate, o foco está sempre no objetivo final, e a satisfação de cumprir cada meta suplanta qualquer desafio. O percurso de Leonor é um exemplo claro de persistência e dedicação. A modalidade exige esforço físico e mental, mas a jovem atleta encontrou no taekwondo uma forma de se superar a cada dia. Para ela, mais do que um desporto, é um estilo de vida, onde o crescimento pessoal e a aprendizagem contínua são tão importantes quanto as vitórias dentro do tatami.

A jornada que começou há mais de uma década continua a ser trilhada com a mesma paixão e determinação. Hoje, ao olhar para trás, Leonor tem a certeza de que escolheu o caminho certo, e a sua história inspira todos aqueles que acreditam que, com trabalho e persistência, os sonhos podem tornar-se realidade. Ao longo dos anos, Leonor Correia tem acumulado experiência e aprendizagem dentro e fora do tatami. O taekwondo exige esforço físico e mental, mas ela encontrou nesta modalidade a oportunidade de crescer como atleta e como pessoa. Cada treino, cada vitória e cada derrota fazem parte de um percurso que exige resiliência e compromisso.

Para a jovem atleta, o caminho do taekwondo não é apenas sobre conquistar títulos, mas sim sobre evolução pessoal. O desporto tem-lhe ensinado valores como a humildade, a perseverança e a capacidade de lidar com desafios. Hoje, mais de uma década depois de ter começado a competir, Leonor Correia continua focada nos seus objetivos e na sua paixão pelo taekwondo. A jovem atleta sabe que ainda há muito por conquistar, mas mantém a mesma determinação que a levou a escolher este caminho. O seu percurso é uma inspiração para todos aqueles que acreditam que, com trabalho árduo e dedicação, os sonhos podem tornar-se realidade. Leonor é a prova de que a persistência e a paixão pelo que se faz são a chave para o sucesso. O taekwondo é muito mais do que um desporto para Leonor. É uma escola de vida, onde a disciplina, o rigor e a motivação são fundamentais.

Pavilhão Municipal de Gaia recebe concerto grátis de Ivandro

No próximo dia 28 de fevereiro, Vila Nova de Gaia dará início oficial ao programa da Capital Nacional da Juventude 2025, e nada melhor do que começar com um grande espetáculo. O Pavilhão Municipal de Gaia será palco de um concerto de Ivandro, um dos artistas mais populares da música nacional, que promete animar a noite e celebrar este marco importante para a juventude gaiense e nacional.

O evento terá início às 21h e será de entrada livre, embora sujeito ao limite da lotação do recinto. Para além do espetáculo musical, a noite contará ainda com um momento institucional, onde serão destacadas as iniciativas e os objetivos de Gaia enquanto primeira cidade portuguesa a assumir o título de Capital Nacional da Juventude.

Gaia: A primeira Capital Nacional da Juventude

A distinção de Capital Nacional da Juventude 2025 é um reconhecimento do envolvimento dos jovens no desenvolvimento da cidade e da sua participação ativa em projetos municipais. Segundo Elísio Pinto, Vereador da Juventude de Vila Nova de Gaia, esta nomeação representa uma enorme responsabilidade e um desafio para criar oportunidades e iniciativas direcionadas para a nova geração. "É um orgulho sermos os primeiros a assumir este título e um reflexo do compromisso que Gaia tem demonstrado com as políticas de juventude. A participação ativa dos jovens tem sido essencial para moldar a cidade e este programa será mais uma oportunidade para desenvolver ações.

