

publicidade

JORNAL/TV
TERRAS DE GAIA

Março 2025 | www.terrasdegaia.pt | Diretor: Fernando Fonseca | Ano XV | 116ª Edição | Preço: **0, 50€** | Periodicidade Mensal

Banda Sinfónica Portuguesa traz "Brincadeiras Engraçadas" ao AMG

PAG. 6 / SOCIEDADE

Câmara Municipal de Gaia e SUMA promovem sensibilização ambiental nas escolas do 1.º ciclo

PAG. 7 / SOCIEDADE

Comemoração dos 50 Anos da Escola Secundária de Carvalhos

PAG. 9 / SOCIEDADE

300 mil euros da Câmara de Gaia para o Marés Vivas

PAG. 11 / ECONOMIA

Politicamente KORRECTO



COM: **João Gonçalves**



COM: **Vanessa Fernandes**



COM: **António Miguel Castro**



COM: **Manuel Vieira**



Construção do Complexo Aquático da Lavandeira

As obras para o novo complexo aquático de Gaia arrancam nesta sexta-feira, dia 7 de março.

PAG. 5 / ATUALIDADE



O Cabeças

Senhora das Sandes: nova casa de petiscos inaugurada em Pedroso com presença de autarcas

PAG. 18 / REPORTAGEM



4 Golos assinalam 4 Vitórias Consecutivas do Valadares Gaia

PAG. 16 / DESPORTO

publicidade



ATUALIDADE

POliticamente KORRECTO



COM:

João Gonçalves

No mais recente episódio do programa "Politicamente KOrrecto", João Gonçalves, atual Diretor-Geral dos Estabelecimentos Escolares, partilhou a sua visão sobre os desafios e as transformações necessárias no sistema educativo português. Com um percurso vasto e consolidado na área da educação, Gonçalves enfatizou a importância de uma abordagem inovadora e estruturada para garantir um ensino mais eficaz e inclusivo. Natural de São Mamede de Infesta, Matosinhos, e residente em Gulpilhares, João Gonçalves revelou que nunca teve uma vocação clara para uma área específica até que, no ensino secundário, uma disciplina mudou o seu rumo: a Filosofia. Foi através do pensamento crítico e das questões existenciais que a educação começou a fazer parte da sua identidade, culminando numa carreira dedicada ao ensino e à administração escolar. Com uma formação académica especializada na área, João Gonçalves detém o Curso de Valorização Técnica Orientada para a Administração Escolar pelo Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade Técnica de Lisboa e uma Pós-Graduação em Administração e Planificação da Educação pela Universidade Portucalense. A sua trajetória profissional demonstra um compromisso inabalável com o setor educativo. Entre outubro de 2018 e maio de 2020, assumiu o cargo de Delegado Regional de Educação do Norte, tendo sido posteriormente nomeado Diretor-Geral dos Estabelecimentos Escolares em junho de 2020. Antes disso, destacou-se como Diretor da Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Marco de Canaveses (EPAMAC), onde exerceu diversas funções de liderança entre 2001 e 2018, incluindo as de Subdiretor, Diretor Pedagógico e Presidente da Assembleia Constituinte. Para o Diretor-Geral dos Estabelecimentos Escolares, é essencial que as políticas educativas sejam adaptadas às exigências do século XXI, permitindo que os alunos desenvolvam não apenas conhecimento técnico, mas também competências interpessoais e de pensamento crítico. Gonçalves acredita que o ensino deve ser um processo contínuo de construção de valores e cidadania. Destacou que a escola tem um papel fundamental na formação de cidadãos conscientes, críticos e preparados para os desafios da sociedade contemporânea. O episódio de "Politicamente KOrrecto" com João Gonçalves reforçou a importância da educação como motor de transformação social. Com uma visão clara e fundamentada, o Diretor-Geral dos Estabelecimentos Escolares evidenciou que a escola precisa de evoluir constantemente, adaptando-se aos desafios da modernidade sem perder a sua essência: formar cidadãos preparados para o futuro.

> **A sua trajetória profissional demonstra um compromisso inabalável com o setor educativo.**



COM:

Vanessa Fernandes

No mais recente episódio de "Conversas Entre Mulheres" (Temporada 2 - Episódio 9), a convidada foi uma das maiores atletas de alta competição que Vila Nova de Gaia já viu nascer: Vanessa Fernandes. Natural de Perosinho, a triatleta destacou-se não só no panorama desportivo nacional, mas também no cenário internacional, levando o nome de Portugal aos Jogos Olímpicos e somando impressionantes 21 vitórias no triatlo ao longo da sua carreira. Desde cedo, o desporto fez parte da vida de Vanessa. Filha do ex-ciclista Venceslau Fernandes, o desporto sempre esteve presente no seu ADN. O seu irmão, também praticante de desporto, incentivou-a desde jovem a experimentar diferentes modalidades. Ainda na infância, o triatlo tornou-se a sua grande paixão. Aos 14 anos, Vanessa deu os primeiros passos na modalidade e, rapidamente, o seu talento foi notado. Com apenas 17 anos, já integrava o Centro de Alto Rendimento do Jamor, local onde desenvolveu a sua capacidade atlética e se preparou para os grandes desafios da sua carreira. A carreira de Vanessa Fernandes atingiu o auge quando conquistou a medalha de prata nos Jogos Olímpicos de Pequim 2008, tornando-se a primeira mulher portuguesa a alcançar esse feito no triatlo. A atleta do Sport Lisboa e Benfica entrou para a história ao tornar-se vice-campeã olímpica e uma referência para o desporto nacional. Além disso, Vanessa detém um impressionante recorde de 21 vitórias em provas da Taça do Mundo de Triatlo, evidenciando a sua superioridade e resiliência na modalidade. No programa, Vanessa partilhou os desafios que enfrentou para alcançar o topo. O seu percurso no Centro de Alto Rendimento do Jamor foi marcado por treinos intensos, renúncias e um compromisso inabalável com o desporto. No entanto, nem tudo foi fácil. Como em qualquer carreira desportiva, existiram momentos de superação, obstáculos físicos e psicológicos, e uma imensa dedicação para atingir o nível de excelência necessário para representar Portugal no cenário internacional. A paixão de Vanessa pelo desporto foi alimentada desde cedo pela sua família. Criada em Perosinho, cresceu num ambiente onde a prática desportiva era um estilo de vida. Filha de um dos mais emblemáticos ciclistas portugueses, Venceslau Fernandes, Vanessa esteve sempre rodeada de referências desportivas que a incentivaram a explorar o seu talento. Assim, o desporto passou a ser parte integrante da sua vida, e o triatlo revelou-se a modalidade onde poderia expressar o seu verdadeiro potencial. O percurso de Vanessa não passou despercebido, e em 2002 deu um passo crucial para a sua evolução.

> **Vanessa esteve sempre rodeada de referências desportivas que a incentivaram a explorar o seu talento**

publicidade

CORIPRINT

Produtos para Industria Têxtil

Corantes e Pigmentos // Produtos Auxiliares // Produtos para Estamparia

Rua Monte do Sameneiro, 24 - Valadares - 4405-574 VILA NOVA DE GAIA
Telefone 227 119 177 // Fax 227 112 546
www.coriprint.pt // email: cor@coriprint.pt

ATUALIDADE

Politicamente KORRECTO



COM:

António Miguel Castro

O mais recente episódio do programa "Politicamente KOrrecto", produzido pelo Jornal/TV Terras de Gaia, trouxe aos telespectadores uma conversa inspiradora com António Miguel Castro, um homem de Gaia, mas também do mundo, cuja trajetória profissional e visão empreendedora o tornaram uma referência em inovação, tecnologia e sustentabilidade. Desde novembro de 2019, António Miguel Castro ocupa o cargo de Presidente do Conselho de Administração da Gaiurb, EM, a entidade responsável pelo urbanismo e reabilitação urbana no concelho. Além disso, desde outubro de 2020, também lidera a Inovagaia – Centro de Incubação de Base Tecnológica de Vila Nova de Gaia, um espaço de estímulo ao empreendedorismo e à inovação empresarial. Com uma carreira marcada pela busca incessante por soluções inovadoras e sustentáveis, António Miguel Castro revelou-se, ao longo da entrevista, um homem que aceita desafios e que encara cada novo projeto como uma oportunidade de transformar o futuro. Licenciado em Engenharia Metalúrgica, António Miguel Castro sempre demonstrou interesse por tecnologia e inovação. Desde pequeno, procurava soluções criativas e sustentáveis, principalmente na área das energias renováveis. O desejo de criar um mundo mais eficiente e ecológico acompanhou-o até à vida adulta, tornando-se o alicerce do seu percurso profissional. Foi no setor privado que consolidou a sua experiência e visão empreendedora. Co-fundador de diversas startups na área das energias renováveis, eficiência energética e smart cities, rapidamente se destacou, assumindo posteriormente funções de CEO em algumas destas empresas. A combinação entre empreendedorismo, tecnologia, sustentabilidade e cidades inteligentes sempre foi uma constante no seu percurso, temas que, segundo o próprio, aborda há mais de 17 anos. Durante a conversa, António Miguel Castro partilhou a sua visão sobre a importância da inovação tecnológica para o desenvolvimento das cidades e da sociedade em geral. Para ele, o futuro passa por soluções que aliem tecnologia, ambiente e eficiência energética, garantindo um crescimento sustentável e inteligente. Enquanto presidente da Gaiurb, EM, António Miguel Castro tem sido um dos principais impulsionadores da modernização e reabilitação urbana de Vila Nova de Gaia. A sua abordagem estratégica e inovadora permitiu que a cidade se destacasse no panorama nacional pelo seu dinamismo e compromisso com a sustentabilidade e eficiência energética. Tem trabalhado para apoiar startups proporcionando um ecossistema de inovação que fomente o crescimento e a competitividade das empresas locais. Na tarde da passada sexta-feira, a Escola Profissional do Infante foi palco de um episódio de violência, quando dois indivíduos, alegadamente ex-alunos do estabelecimento, invadiram as instalações de forma agressiva. O incidente ocorreu após as 17h, momento em que os suspeitos arrombaram uma porta de vidro para entrar no edifício. De acordo com informações preliminares, a invasão teria sido motivada por um ato de vingança dirigido a dois atuais alunos da escola. Os invasores estavam armados, aumentando a gravidade da situação e gerando momentos de tensão entre estudantes e funcionários. A rápida intervenção das autoridades permitiu que o incidente fosse controlado sem registo de feridos. A PSP deslocou-se ao local e procedeu à detenção dos dois suspeitos, que agora aguardam as devidas diligências legais. A direção da escola lamentou o ocorrido e assegurou que serão reforçadas as medidas de segurança para garantir a proteção de alunos, professores e funcionários. Já os encarregados de educação manifestaram preocupação com o episódio, apelando a uma maior vigilância e prevenção de situações semelhantes no futuro. O caso segue agora sob investigação das autoridades competentes. A rápida intervenção das autoridades impediu que o incidente tomasse proporções mais graves. A PSP foi acionada e, ao chegar ao local, conseguiu deter os dois suspeitos, garantindo a segurança de alunos e funcionários.



COM:

Manuel Vieira

A gastronomia não é apenas sobre sabores e técnicas, mas também sobre paixão, entrega e respeito pelo outro. Manuel Vieira, natural de Pedroso, é um nome em ascensão no panorama gastronómico português, mas recusa o rótulo de "chefe de cozinha". "Eu sou cozinheiro. Só sou chef porque lidero duas equipas", afirma sem hesitação. Para ele, cozinhar exige alma, dedicação e um profundo respeito pelos clientes e pela tradição culinária. Na segunda temporada da rúbrica "Politicamente KOrrecto", do Jornal TV Terras de Gaia, Manuel Vieira abre as portas do seu universo gastronómico, onde a tradição e a inovação convivem harmoniosamente. Proprietário de dois restaurantes em Avintes – "Mesa com Tradição" e "Sushi Roll" – o cozinheiro tem vindo a destacar-se pela forma como valoriza a autenticidade dos ingredientes e a experiência à mesa. Entre a tradição e a inovação: Dois restaurantes, uma filosofia A diversidade da cozinha de Manuel Vieira reflete-se nos seus dois espaços. No "Mesa com Tradição", como o próprio nome indica, a gastronomia portuguesa é celebrada em toda a sua essência. Aqui, os sabores de antigamente são recriados com um toque especial, respeitando sempre a base das receitas clássicas. Já no "Sushi Roll", o desafio é outro: a fusão da cozinha oriental com um toque ocidental. A aposta na frescura do peixe e na técnica apurada tornou o espaço uma referência na região para os amantes de sushi. Apesar das diferenças entre os dois conceitos, Manuel Vieira mantém a mesma filosofia em ambos: cozinhar com verdade, valorizar o produto e respeitar o cliente. "Ser cozinheiro é ter alma" A sua abordagem à gastronomia é marcada por um profundo sentido de humildade e compromisso. No seu entender, a cozinha não é apenas um ofício técnico, mas sim uma forma de servir e proporcionar momentos de prazer e partilha. É esta visão que orienta o seu trabalho diário. Para Manuel Vieira, a comida tem um propósito maior do que simplesmente alimentar: ela cria memórias, aproxima pessoas e transmite emoções. Gerir dois restaurantes é um desafio constante. A pressão, a necessidade de inovar e a responsabilidade de liderar equipas exigem mais do que talento – exigem resiliência e capacidade de adaptação. Manuel Vieira reconhece a importância de um bom ambiente de trabalho, defendendo que "um restaurante não se faz sozinho. A equipa é fundamental para o sucesso". Para além do dia a dia nos seus espaços, o cozinheiro acompanha de perto as tendências da gastronomia e preocupa-se em manter um elevado padrão de qualidade, tanto na confeção dos pratos como no serviço ao cliente.

> **No "Mesa com Tradição", como o próprio nome indica, a gastronomia portuguesa é celebrada em toda a sua essência.**

publicidade



ATUALIDADE

“O Desconcerto das Nações” no El Corte Inglés Gaia

A geopolítica mundial será o tema central da palestra “O Desconcerto das Nações”, que terá lugar nesta quinta-feira, dia 6 de março, na Sala de Âmbito Cultural do El Corte Inglés de Vila Nova de Gaia. O evento será conduzido pelo jornalista e especialista em política internacional Pedro Cordeiro, que irá analisar os desafios e transformações que marcam o cenário político e diplomático global. A sessão, que terá início às 18h30, abordará questões como as decisões políticas de Donald Trump, a conjuntura governativa da Alemanha e da França, bem como os principais conflitos e tensões internacionais que moldam a atualidade. Os participantes terão a oportunidade de compreender o impacto destas mudanças na ordem mundial e debater possíveis cenários futuros. A palestra de Pedro Cordeiro destina-se a todos os interessados em política internacional, diplomacia e relações internacionais. A entrada é gratuita, mas a participação requer inscrição prévia, devido à limitação de lugares. O evento insere-se no conjunto de iniciativas culturais promovidas regularmente pela Sala de Âmbito Cultural do El Corte Inglés de Gaia.

Associação de Estudantes Liderança Atlântico



A Associação de Estudantes da Atlântico Business School, em Vila Nova de Gaia, decidiu levar a inclusão a outro nível, ao patrocinar parte de uma viagem a Ibiza para os seus estudantes. O objetivo foi criar laços entre culturas e fortalecer a união dentro da comunidade estudantil, especialmente entre os muitos alunos PALOP (Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa) e os estudantes portugueses da instituição. A viagem já tem data marcada para 26 de abril e promete ser uma experiência memorável para todos os participantes. A Atlântico Business School é uma faculdade conhecida pela sua grande diversidade, acolhendo alunos de diferentes nacionalidades e origens. Essa riqueza cultural torna a experiência académica mais dinâmica e promove o intercâmbio de vivências e perspetivas, ajudando a criar uma comunidade mais unida e inclusiva. A iniciativa, que partiu de uma ideia do presidente da Assembleia Geral, Miguel Neves, gerou entusiasmo. As inscrições já foram encerradas, mas o impacto desta iniciativa vai marcar a história da comunidade desta escola.

6.ª Presidência Aberta relativa à união das freguesias de Santa Marinha e São Pedro da Afurada

Na próxima quarta-feira, dia 12 de março, pelas 21h00, a Escola Básica Dr. Costa Matos será palco da 6.ª Presidência Aberta, uma iniciativa que tem como objetivo promover a proximidade entre o executivo municipal e a população. Desta vez, a sessão será dedicada à União das Freguesias de Santa Marinha e São Pedro da Afurada, proporcionando um espaço de diálogo e esclarecimento sobre as principais questões que afetam a comunidade local. As Presidências Abertas são um modelo de governação participativa que visa aproximar os cidadãos das decisões políticas e administrativas, permitindo que os munícipes possam expor preocupações e obter esclarecimentos diretos sobre os projetos e investimentos previstos para a freguesia.



CAFETARIA DO PARQUE BIOLÓGICO REQUALIFICADA

No dia 13 de março, a cafetaria do Parque Biológico de Gaia foi alvo de uma requalificação significativa, passando a oferecer melhores condições para os visitantes deste espaço de referência na cidade. Após um período de intervenções, a área de alimentação reabre ao público no próximo sábado, garantindo maior conforto e qualidade no serviço prestado. A renovação da cafetaria incluiu melhorias nas infraestruturas, modernização do espaço e otimização da funcionalidade da área de restauração, com o objetivo de proporcionar uma experiência mais agradável a todos os que visitam o Parque Biológico. Este espaço, que recebe anualmente milhares de pessoas, é um ponto essencial de apoio aos visitantes, permitindo-lhes fazer uma pausa num ambiente confortável e harmonioso. Para além da remodelação estética e funcional, a cafetaria irá apostar numa oferta alimentar diversificada, com opções mais saudáveis e sustentáveis, alinhadas com a filosofia do Parque Biológico.



GREVE DOS FUNCIONÁRIOS DE LIMPEZA DO HOSPITAL DE GAIA

Os funcionários responsáveis pela limpeza do Hospital Eduardo Santos Silva, em Vila Nova de Gaia, irão paralisar funções na próxima sexta-feira, 7 de março, numa greve convocada pelo Sindicato dos Trabalhadores de Serviços de Portaria, Vigilância, Limpeza, Domésticas e Atividades Diversas (STAD). A paralisação, que decorrerá entre a meia-noite e as 24h do dia 7, faz parte de um protesto mais alargado que também envolve os trabalhadores de limpeza do Hospital de Guimarães. O STAD anunciou as greves na passada terça-feira, alegando que a empresa responsável pelo serviço de limpeza, a Sá Limpa, tem falhado no cumprimento de diversas obrigações laborais. O STAD afirma que as negociações com a empresa decorrem desde novembro de 2023, sem que tenham sido encontradas soluções para as reivindicações dos funcionários. Perante a falta de resposta, os trabalhadores decidiram avançar com a paralisação como forma de protesto.

Banda Sinfónica Portuguesa traz “Brincadeiras Engraçadas” ao AMG



Na próxima segunda-feira, dia 3 de março, o Auditório Municipal de Gaia será palco de uma noite memorável ao som da Banda Sinfónica Portuguesa. Com o espetáculo intitulado “Brincadeiras Engraçadas”, o evento promete transportar o público para um ambiente festivo e envolvente, através de um repertório cuidadosamente selecionado para celebrar o espírito do Carnaval. O concerto, com início marcado para as 21h30, será dirigido pelo Maestro David Fiúza, um dos nomes de referência da música sinfónica, que conduzirá a banda na interpretação de peças de compositores icónicos como Johann Strauss, George Gershwin, Don Gillis e Darius Milhaud. A escolha do repertório promete uma experiência musical repleta de energia, ritmo e momentos surpreendentes. A Banda Sinfónica Portuguesa, reconhecida pela sua excelência artística e inovação, tem sido uma das principais impulsionadoras da música sinfónica no país. Ao longo dos anos, tem arrebatado o público com interpretações que combinam técnica, expressividade e criatividade, e este concerto de Carnaval não será exceção. Com um programa eclético e dinâmico, o evento pretende celebrar a alegria e descontração próprias desta época festiva, oferecendo um espetáculo onde a música e a boa disposição andam de mãos dadas. Para além de ser um concerto dedicado aos amantes da música clássica e sinfónica, o “Brincadeiras Engraçadas” é uma oportunidade única para toda a família desfrutar de um momento cultural de grande qualidade. O Auditório Municipal de Gaia, espaço de referência para eventos culturais na cidade, promete estar repleto de entusiastas da música e do Carnaval, numa noite que certamente ficará na memória dos espectadores. A entrada é livre, permitindo que todos os interessados possam assistir a esta celebração musical sem restrições. Para garantir lugar, recomenda-se a chegada antecipada ao local. Este concerto reafirma o compromisso da Banda Sinfónica Portuguesa e do Município de Vila Nova de Gaia com a promoção da cultura e da música de excelência, proporcionando ao público momentos de pura emoção e deleite artístico. Por isso, o Auditório Municipal de Gaia no dia 3 de março, pelas 21h30, do concerto de Carnaval da Banda Sinfónica Portuguesa, intitulado “Brincadeiras Engraçadas”. Sob a direção do Maestro David Fiúza, o espetáculo trará um repertório diversificado, repleto de energia e bom humor, numa celebração musical da época festiva. Com uma programação dinâmica e acessível a todas as idades, o evento promete proporcionar um momento de descontração e cultura, combinando a música sinfónica com o espírito animado do Carnaval. O Auditório Municipal de Gaia, reconhecido pela sua oferta cultural, espera acolher um público entusiasta para uma noite memorável. A entrada é gratuita, permitindo a todos os interessados desfrutar deste espetáculo único. Para garantir um lugar, recomenda-se a chegada antecipada ao local. Este concerto reflete o empenho da Banda Sinfónica Portuguesa e da Câmara Municipal de Gaia na promoção da música e da cultura, proporcionando uma experiência artística envolvente e de elevada qualidade. Será um espectáculo de música e de muita animação para todos os presentes.

> **Sob a direção do Maestro David Fiúza, o espetáculo trará um repertório diversificado, repleto de energia e bom humor**

Construção do Complexo Aquático da Lavandeira

As obras para o novo complexo aquático de Gaia arrancam nesta sexta-feira, dia 7 de março. Este projeto representa um investimento de 10 milhões de euros e a infraestrutura, que demorará cerca de 2 anos para estar concluída, irá contar com uma piscina Olímpica. O espaço ficará próximo do Centro de Alto Rendimento, do pavilhão e do estádio municipal, em Oliveira do Douro. Denominado de Complexo Aquático da Lavandeira, a área vai possuir um tanque com oito pistas, seis das quais são de 25 metros e duas de 50m, adequadas a fins competitivos e que pretendem corresponder às práticas olímpicas. Será construído um tanque de aprendizagem infantil, com uma pista de 10 metros e uma zona spa com jacuzzi, sauna e banho de vapor. Para além disto, o terreno municipal vai englobar um ginásio com mais de mil metros quadrados, um parque de estacionamento para 150 carros, uma piscina exterior com zona de solário e zona lúdico-desportiva.



Nova sessão do Curso "Portugal, a Flor e a Foice" no Solar Condes Resende

No próximo sábado, 8 de março, entre as 15h e as 17h, o Solar Condes de Resende, em Vila Nova de Gaia, será palco de mais uma sessão do curso livre "Portugal, a Flor e a Foice", inspirado na obra de J. Rentes de Carvalho. Esta sessão contará com a participação do Professor Doutor Jorge Castro Ribeiro, que abordará o tema "Liberdade, querida liberdade: canções de protesto, de intervenção e outras músicas". Nesta aula, os participantes terão a oportunidade de explorar o papel da música na história de resistência e transformação social em Portugal, com destaque para as canções que marcaram períodos importantes, como o Estado Novo, a Revolução dos Cravos e os anos de mudança democrática. A música de protesto e de intervenção desempenhou um papel essencial na mobilização popular e na luta pela liberdade, sendo um reflexo dos anseios e desafios de diferentes gerações. O curso livre "Portugal, a Flor e a Foice" é uma iniciativa da Associação de Amigos do Solar Condes de Resende – Confraria Queirosiana, em colaboração com o Município de Vila Nova de Gaia, e tem certificação pelo Centro de Formação da Associação de Escolas de Gaia Nascente. Com sessões semanais aos sábados, das 15h às 17h, até 26 de abril, este curso propõe uma abordagem abrangente sobre a evolução política, social e cultural de Portugal. Os interessados podem assistir no Solar Condes de Resende, ou optar pela modalidade online, garantindo um alcance e acessibilidade ao curso. Para participar, é necessário realizar inscrição prévia através do email disponível no site municipal de VNG. Com uma programação diversificada e focada na análise histórica e cultural do país, o curso livre "Portugal, a Flor e a Foice" continua a ser um espaço de aprendizagem.



Gaia Jardim celebra carnaval com miúdos e graúdos

O Gaia Jardim vai celebrar o Carnaval a rigor, na próxima terça-feira, com pinturas faciais disponíveis para todos os foliões que pretendam criar uma máscara personalizada, ou apenas completar as suas fantasias com maquilhagens carnavalescas. Esta atividade repleta de diversão, realizada entre as 11h00 e as 13h00 e as 14h00 e as 17h00, é direcionada para os visitantes de todas as idades, que verdadeiramente vivenciam e se divertem com o espírito carnavalesco. A sua atuação neste concerto promete cativar o público, elevando o ambiente carnavalesco a um novo patamar de sofisticação. O evento decorre no Auditório Municipal de Gaia, espaço cultural na cidade, que acolhe espetáculos de valor artístico.

COMEMORAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DA MULHER EM SÃO PEDRO DA AFURADA

Na próxima sexta-feira, 7 de março de 2025, a freguesia de São Pedro da Afurada, em Vila Nova de Gaia, será palco de uma noite especial dedicada à comemoração do Dia Internacional da Mulher. O evento terá lugar no Salão Nobre do Edifício de São Pedro da Afurada, a partir das 21h00, e promete momentos de cultura, animação e confraternização. Com um programa diversificado, a noite incluirá música ao vivo, poesia, baile e karaoke, proporcionando um ambiente de celebração e homenagem às mulheres da comunidade. A iniciativa pretende reforçar a importância da data, enaltecendo o papel das mulheres na sociedade e promovendo um espaço de convívio entre os participantes. O Dia Internacional da Mulher, assinalado anualmente a 8 de março, tem raízes históricas na luta pelos direitos das mulheres, incluindo a igualdade de género, melhores condições de trabalho e participação na sociedade. Atualmente, a data é comemorada em todo o mundo, sendo uma oportunidade para reconhecer conquistas e refletir sobre desafios ainda existentes. Em São Pedro da Afurada, a comemoração pretende ser um momento de reconhecimento e celebração, num ambiente festivo que une tradição e modernidade, dando destaque à cultura e à importância do papel feminino na sociedade.



Concerto de Carnaval

O espírito festivo do Carnaval será celebrado com música no próximo dia 3 de março, segunda-feira, às 12h30, no Auditório Municipal de Vila Nova de Gaia, com um concerto especial da Banda Sinfónica Portuguesa. Reconhecida como uma das mais prestigiadas formações sinfónicas do país, a Banda Sinfónica Portuguesa promete uma atuação vibrante e envolvente, trazendo ao público um repertório variado, repleto de energia e ritmo, alinhado com a festividade e a alegria característica desta época do ano. O Concerto de Carnaval surge como uma oportunidade única para os amantes da música desfrutarem de uma experiência cultural de excelência, num evento que alia a grandiosidade da música sinfónica à descontração e ao entusiasmo do Carnaval. A programação do espetáculo incluirá peças icónicas do repertório clássico e contemporâneo, proporcionando um momento inesquecível para todos os espectadores. A Banda Sinfónica Portuguesa, fundada em 2004, é composta por músicos de elevado talento.



Presidência Aberta – Junta de Freguesia de Avintes, Oliveira do Douro e Vilar de Andorinho

No próximo dia 5 de março de 2025, quinta-feira, pelas 21h00, a Escola Secundária Gaia Nascente será o palco da 6.ª Presidência Aberta, uma iniciativa que visa aproximar a autarquia da população e promover o debate sobre as principais questões que afetam o concelho. Esta sessão será dedicada às freguesias de Avintes, Oliveira do Douro e Vilar de Andorinho, permitindo que os cidadãos destas localidades possam apresentar preocupações, sugestões e propostas diretamente à presidência do município. A Presidência Aberta é um instrumento de participação democrática que tem vindo a ganhar destaque no município, reforçando a proximidade entre os governantes locais e a comunidade. O evento contará com a presença do presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, bem como de vereadores e representantes das juntas de freguesia envolvidas. Entre os temas que poderão ser abordados estão infraestruturas, mobilidade, educação, saúde, segurança e desenvolvimento local, questões que impactam diretamente a qualidade de vida dos habitantes das três freguesias abrangidas. As freguesias de Avintes, Oliveira do Douro e Vilar de Andorinho têm um papel significativo na dinâmica do concelho de Vila Nova de Gaia, possuindo características distintas que merecem atenção e soluções personalizadas. A realização da 6.ª Presidência Aberta na Escola Secundária Gaia Nascente demonstra o compromisso da autarquia em ouvir e responder às preocupações da população, promovendo uma gestão participativa e transparente.

ATUALIDADE

Diálogo Errante



O Dia Mundial do Teatro celebra-se, desde 1962, no dia 27 de março, numa iniciativa do Instituto Internacional do Teatro (UNESCO), com o objetivo de destacar a importância do teatro na história e cultura da humanidade. «A suspeita de que algo podia estar em xeque, no tabuleiro de xadrez da existência, perigando a ordem estabelecida das causas do Absoluto e da Eternidade, constituiu motivo mais que suficiente para que uma entidade em representação de reino de elevação espiritual, ordenasse a um mensageiro fiel que descesse ao nível do concreto, visando elaborar relatório relativo ao tipo de movimentações decorrentes do diálogo errante mais atualizado e averiguasse a tendência de evolução dos tempos. No terreno, moviam-se cinco peões, com diferentes leituras daquilo que estava em jogo: Uma criatura vestida de branco, em obediência cega ao status quo estabelecido, confiando cegamente nas suas diretrizes. Duas criaturas cinzentas, caracterizadas por ausência de protagonismo, representando a resultante das circunstâncias cromáticas e metafóricas da junção do preto e do branco. Uma criatura vestida de preto, sendo o reflexo do fado negro, da sorte madrasta, com marcas profundas no corpo e na alma, evidenciando postura sábia, alicerçada na experiência de vida. Uma criatura transparente, a nascer p'ra vida, potencialmente aberta a assimilar os ensinamentos dos restantes intervenientes do diálogo, tendo em mente ser feliz e assumindo a inquietação errante como método para levar propósitos de luz às problemáticas da obscuridade...» Octávio Alves, 2024.

Histórias e Atividades na Biblioteca de Gaia

A Biblioteca Pública Municipal de Gaia volta a abrir as portas da imaginação para os mais pequenos com a iniciativa "Aos sábados é outra história!", um projeto que promove o gosto pela leitura e o contacto com a literatura infantil. Nos dias 8 e 22 de março, serão apresentados dois contos especialmente selecionados para encantar as crianças e proporcionar momentos de partilha e criatividade. No primeiro sábado do mês, 8 de março, a história escolhida é "Não acordes o urso, por favor", da autoria de Steve Smallman e Caroline Pedler. Este conto transporta as crianças para o mundo dos animais, num enredo cativante onde os participantes serão desafiados a explorar a narrativa de forma interativa. Além da leitura, haverá uma atividade de expressão plástica, onde cada criança terá a oportunidade de criar o seu próprio chapéu de festa, tornando a experiência ainda mais envolvente e memorável. Já no dia 22 de março, será a vez de conhecer "A Estranha Família", volume da trilogia assinada por Gracia Igl Com uma abordagem lúdica e educativa, este livro propõe uma reflexão sobre os laços familiares e a diversidade, valores essenciais para o desenvolvimento infantil. Após a leitura, as crianças irão participar na dinâmica "Para a família morar, uma casa vais montar!", uma atividade prática que incentiva a criatividade. Ambas as sessões terão início às 11h da manhã e destinam-se a crianças que queiram mergulhar no mundo das histórias e da imaginação.





Câmara Municipal de Gaia e SUMA promovem sensibilização ambiental nas escolas do 1.º ciclo

A partir de março e até maio, o Município de Vila Nova de Gaia e a SUMA irão levar a cabo a campanha de sensibilização ambiental «Rota da Sustentabilidade», direcionada aos alunos do 1.º ciclo do Ensino Básico. Esta iniciativa pretende incutir nas crianças hábitos sustentáveis, alinhados com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), incentivando-as a adotar comportamentos mais responsáveis no dia a dia.Mais do que uma campanha ambiental, esta ação reforça a importância do envolvimento de toda a comunidade na construção de um futuro mais equilibrado e consciente. Com atividades lúdico-pedagógicas, os alunos terão a oportunidade de aprender de forma dinâmica sobre a redução do desperdício, a reciclagem e a preservação dos recursos naturais, tornando-se verdadeiros agentes de mudança no seio das suas famílias. Para consolidar os conhecimentos adquiridos, cada escola participante receberá um exemplar do jogo pedagógico da campanha, em formato XL, permitindo que os alunos continuem a explorar os temas abordados nas sessões. Esta campanha sublinha a importância da educação ambiental desde a infância, promovendo hábitos sustentáveis que podem fazer a diferença na construção de comunidades mais saudáveis e responsáveis.

Peça de 300 quilos atinge e fere jovem em Grijó



Um jovem de 25 anos ficou ferido na passada quarta-feira, 20 de março, após ter sido atingido por uma peça metálica com cerca de 300 quilos, enquanto trabalhava numa empresa de equipamentos de elevação e movimentação de elementos industriais, localizada na zona de Murraceses, na freguesia de Grijó, Vila Nova de Gaia. O alerta foi dado às 15h30, mobilizando de imediato os Bombeiros dos Carvalhos, a viatura médica de emergência e reanimação de Gaia e a Guarda Nacional Republicana dos Carvalhos. A vítima foi prontamente assistida no local e, posteriormente, transportada para o Hospital de Gaia. O trabalhador estaria a desempenhar uma tarefa relacionada com a movimentação de peças industriais.

TRÊS FERIDOS EM INCÊNDIO NUMA GRÁFICA

Na passada quinta-feira, um incêndio deflagrou na gráfica Vox, em Canelas, Vila Nova de Gaia, deixando três pessoas feridas devido à inalação de fumo. O incidente, que teve origem numa máquina de gravura a magnésio, mobilizou um grande número de operacionais e gerou momentos de grande apreensão entre os trabalhadores e moradores da zona. O alerta foi dado às 18h25, levando à rápida intervenção dos Bombeiros Sapadores de Gaia e dos Bombeiros Voluntários de Valadares, que, apoiados pela GNR de Canelas, combateram as chamas e garantiram a segurança no local. No total, estiveram envolvidos 30 operacionais e 11 viaturas no socorro. As três vítimas, todas afetadas pela inalação de fumo, receberam assistência no local e foram posteriormente transportadas para unidades hospitalares, onde ficaram sob vigilância médica. Apesar do susto e da necessidade de cuidados, nenhuma das vítimas apresentava ferimentos graves.

TRÊS PRISÕES PREVENTIVAS POR DANO E FURTO QUALIFICADO

O Comando Territorial do Porto, através do Núcleo de Investigação Criminal (NIC) de Penafiel, no dia 14 de março, deteve um homem de 30 anos, por dano e furto qualificado, no concelho de Vila Nova de Gaia. Na sequência de uma investigação por alteração de ordem pública, ocorrida no dia 1 de fevereiro, na localidade de Gandra, no concelho de Paredes, quatro homens provocaram danos e cometeram um crime de furto qualificado, com recurso a agressões físicas, num estabelecimento de restauração e bebidas, os militares da Guarda desenvolveram diversas diligências policiais, que culminaram no cumprimento de um mandado de detenção e onze buscas domiciliárias. O suspeito foi detido e presente no Tribunal Judicial de Penafiel, onde lhe foi aplicada a medida de coação de prisão preventiva. No decurso da mesma investigação, outros dois suspeitos, dois homens de 19 anos, foram detidos e presentes no Tribunal Judicial do Porto, no dia 26 de fevereiro, tendo-lhes sido a aplicada a medida de coação de prisão preventiva.

Dois homens invadem Escola Profissional do Infante com arma de fogo



Na tarde da passada sexta-feira, a Escola Profissional do Infante foi palco de um episódio de violência, quando dois indivíduos, alegadamente ex-alunos do estabelecimento, invadiram as instalações de forma agressiva. O incidente ocorreu após as 17h, momento em que os suspeitos arrombaram uma porta de vidro para entrar no edifício. De acordo com informações preliminares, a invasão teria sido motivada por um ato de vingança dirigido a dois atuais alunos da escola. Os invasores estavam armados, aumentando a gravidade da situação e gerando momentos de tensão entre estudantes e funcionários. A rápida intervenção das autoridades permitiu que o incidente fosse controlado sem registo de feridos. A PSP deslocou-se ao local e procedeu à detenção dos dois suspeitos, que agora aguardam as devidas diligências legais. A direção da escola lamentou o ocorrido e assegurou que serão reforçadas as medidas de segurança para garantir a proteção de alunos, professores e funcionários. Já os encarregados de educação manifestaram preocupação com o episódio, apelando a uma maior vigilância e prevenção de situações semelhantes no futuro. O caso segue agora sob investigação das autoridades competentes. A rápida intervenção das autoridades impediu que o incidente tomasse proporções mais graves. A PSP foi acionada e, ao chegar ao local, conseguiu deter os dois suspeitos, garantindo a segurança de alunos e funcionários.

Passeio de barco da Junta de Freguesia de Pedroso e Seixezelo

No próximo dia 23 de abril de 2025, a Academia Sénior de Pedroso e Seixezelo organiza um passeio de barco, proporcionando um dia repleto de convívio, lazer e descoberta para os seus participantes. O embarque está marcado para as 08h30, e a chegada prevista para as 18h30, num percurso que promete ser inesquecível. A iniciativa destina-se aos alunos da Academia Sénior e tem como objetivo promover o bem-estar, a socialização e o enriquecimento cultural dos participantes. Durante o passeio, os seniores terão a oportunidade de desfrutar das paisagens deslumbrantes do rio Douro, num ambiente tranquilo e acolhedor. Ao longo do trajeto, os participantes poderão apreciar a beleza natural da região, passando por locais emblemáticos e históricos que fazem do Douro uma das zonas mais deslumbrantes do país. A Academia Sénior de Pedroso e Seixezelo tem vindo a desenvolver iniciativas que promovem o envelhecimento ativo , incentivando os seus alunos a participarem em atividades culturais e de lazer. O passeio de barco surge como mais uma oportunidade para que os seniores possam fortalecer laços de amizade, criar novas memórias e desfrutar de um dia diferente e enriquecedor. Os interessados em participar devem proceder à inscrição antecipada, garantindo assim o seu lugar neste evento. As informações sobre atividades e condições de participação poderão ser obtidas diretamente junto da Academia Sénior.

PUB

INDUQUÍMICA
Produtos para Artes Gráficas
Rua de Santa Apolónio, nº 274-A - 4410-022 Sezedo - Vila Nova de Gaia
www.induquimica.pt // mail@induquimica.pt

SOCIEDADE

Papel do pai na amamentação e saúde mental no pós-parto em debate



A Mamãs Sem Dúvidas, uma plataforma online criada pela BebéVida para orientar futuras famílias, e o Lusíadas Knowledge Center vão organizar no próximo dia 18 de março, entre as 21h00 e as 22h30, o evento online "EGO – Especial Grávida", uma iniciativa destinada a casais que aguardam a chegada do seu bebé. Realizado pela primeira vez em formato digital e conduzido por especialistas da área da saúde, o evento tem como objetivo oferecer conteúdos valiosos aos futuros pais sobre temas cruciais relacionados com a saúde infantil e a saúde mental dos casais num período desafiante como o pós-parto. Pelas 21h00, Cláudia Boticas, especialista em saúde materna e infantil vai discutir o papel do pai na amamentação, salientando a importância do envolvimento paterno e esclarecendo dúvidas através de dicas úteis. Entre as 21h30 e as 21h45, a equipa do Lusíadas Knowledge Center vai explorar os temas das mudanças no casal e do impacto na saúde mental.

Neste momento da sessão, e tal como o mote indica, serão discutidos os desafios que os casais enfrentam durante a gravidez e após o nascimento do bebé, com foco nas mudanças emocionais e psicológicas e nas suas consequências na saúde mental dos recém-papás. Além do conteúdo informativo, os casais que se inscreverem e participarem têm a oportunidade de ganhar um cabaz especialmente pensado para as famílias, que inclui uma mala de maternidade, um projetor musical da Chicco, uma almofada de amamentação e um conjunto Travel da Uriage. No dia 18 de março, entre as 21h00 e as 22h30, o evento online "EGO – Especial Grávida", uma iniciativa destinada a casais que aguardam a chegada do seu bebé. Realizado pela primeira vez em formato digital.

Fio de ouro de 3000 euros roubado em Valadares

Na passada quinta-feira, um idoso foi alvo de um assalto na sua própria residência, em Valadares, Vila Nova de Gaia. A vítima acordou com a presença do suspeito ao seu lado, sem hipótese de reação, enquanto este lhe retirava um fio de ouro avaliado em 3.000 euros. Não foi a primeira vez que a casa do idoso foi alvo de um ataque. Há cerca de um mês, a residência já tinha sofrido uma tentativa de assalto, que acabou por resultar em agressões graves à vítima. Face a esse incidente, foram instaladas câmaras de vigilância na propriedade, que desta vez conseguiram captar imagens do suspeito durante o assalto ocorrido na madrugada do dia 6 de março. As autoridades já estão a investigar o caso e irão analisar as imagens recolhidas para tentar identificar o assaltante. A comunidade local encontra-se alarmada com a recorrência de crimes na área, exigindo maior segurança e patrulhamento para evitar novas ocorrências.

Acidente em Gaia causa 1 morto e 3 feridos



Um homem de 40 anos perdeu a vida e outras três pessoas ficaram feridas na sequência de uma colisão na A1, ocorrida na madrugada de terça-feira, pelas 4h27, em Vila Nova de Gaia. O acidente envolveu pelo menos duas viaturas e provocou ferimentos em mais três pessoas: um homem de 52 anos, que ficou gravemente ferido, e duas mulheres, de 41 e 47 anos, que sofreram ferimentos ligeiros. Apesar da gravidade do acidente, a circulação na A1 não foi totalmente cortada, registando-se apenas um condicionamento parcial da via durante as operações de socorro e remoção dos veículos acidentados. As autoridades foram alertadas para o acidente pelas 4h27, mobilizando de imediato vários meios de emergência para o local. No local do acidente estiveram os Bombeiros Voluntários dos Carvalhos e o Batalhão Sapadores Bombeiros de Gaia, apoiados por duas viaturas médicas do INEM. A ocorrência contou ainda com a presença da Brisa, concessionária da autoestrada, e da Brigada de Trânsito da GNR, que ficou responsável pela investigação das causas do acidente.

Centenário da Associação Humanitária Bombeiros Voluntários Aguda



No próximo dia 29 de março de 2025, sábado, a partir das 16h30, a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários assinalará um marco histórico: o seu Centenário. Fundada em 1925, a instituição tem desempenhado um papel essencial na proteção de vidas e bens, operando diariamente ao lado da população e reforçando o compromisso com a segurança e bem-estar da comunidade. Mais do que um simples aniversário, a celebração dos 100 anos desta Associação Humanitária reveste-se de um significado especial. Este é um momento de alegria e camaradagem, mas também de reflexão sobre o percurso trilhado ao longo de um século. A responsabilidade de comemorar esta data torna-se ainda maior, considerando que esta instituição tutela um Corpo de Bombeiros que, ao longo de décadas, tem sido um pilar fundamental na resposta a emergências, catástrofes e na prestação de auxílio a quem mais precisa. A cerimónia evocativa do Centenário contará com a presença de entidades oficiais, representantes de diversas instituições e membros da sociedade civil, num gesto de reconhecimento pelo trabalho incansável dos bombeiros. Este será um momento de homenagem a todos aqueles que, ao longo dos anos, dedicaram as suas vidas à missão de proteger e servir a comunidade, muitas vezes em condições adversas e colocando em risco a própria segurança. Para além da componente institucional, o evento será também uma oportunidade para reforçar os laços entre a corporação e a sociedade, destacando a importância do voluntariado e do espírito de missão que caracteriza os bombeiros.

Encontro de clássicos em Arcozelo

No próximo domingo, 9 de março, a localidade de Arcozelo, em Vila Nova de Gaia, volta a receber mais uma edição do Encontro de Clássicos, um evento já habitual que acontece no segundo domingo de cada mês. O encontro reúne entusiastas e colecionadores de automóveis clássicos, proporcionando um espaço de partilha de experiências, exibição de veículos históricos e convívio entre participantes e visitantes. Ao longo da manhã, os amantes de carros antigos terão a oportunidade de admirar modelos icónicos que marcaram diferentes épocas da história automóvel. Este encontro consolidou-se como um dos eventos de destaque para os aficionados por viaturas clássicas na região, atraindo proprietários, curiosos e colecionadores. Para muitos participantes, trata-se de uma ocasião imperdível para trocar conhecimentos, rever amigos e fortalecer a paixão pelo mundo automóvel. O Encontro de Clássicos de Arcozelo promete mais uma manhã de nostalgia e emoção, onde o passado e a tradição automóvel ganham vida através das relíquias sobre rodas que desfilam neste evento mensal.

PUB



Cantonho do Iemanjá
By Joaquim Pereira
Paijoaquimdaira.com.pt
Contacto: 227 124 147 // 918 428 891 // 913 378 475
Praceta Oliveira Santos, nº 79 - Lugar do Penedo // Valadares // 4405-581 - Vila Nova de Gaia

SOCIEDADE

Comemoração dos 50 Anos da Escola Secundária de Carvalhos



A Escola Secundária de Carvalhos, uma das instituições de ensino mais emblemáticas do concelho de Vila Nova de Gaia, celebra este ano 50 anos de existência. Para assinalar esta data tão especial, será realizada uma cerimónia comemorativa no próximo dia 21 de março, a partir das 11h00, nas instalações da própria escola. O evento reunirá alunos, professores, ex-alunos, funcionários, autoridades locais e convidados especiais, num momento que pretende não só recordar o passado e a evolução da instituição, mas também projetar o seu futuro na educação e formação de novas gerações. Cinco décadas de. compromisso com a educação Desde a sua fundação, a Escola Secundária de Carvalhos tem sido uma referência no ensino em Vila Nova de Gaia e na região Norte. Ao longo dos anos, a instituição formou milhares de estudantes, muitos dos quais se tornaram profissionais de sucesso em diversas áreas, contribuindo para o desenvolvimento da sociedade.

O compromisso com a qualidade de ensino, inovação pedagógica e formação integral dos alunos tem sido uma prioridade da escola, que se mantém na vanguarda da educação, adaptando-se constantemente às novas exigências e desafios da sociedade. Um programa de celebração especial A cerimónia dos 50 anos da Escola Secundária de Carvalhos será um momento de grande simbolismo e contará com a presença de entidades oficiais, representantes da comunidade educativa e convidados ilustres. O evento terá início às 11h00, com uma sessão solene, onde serão recordados os momentos mais marcantes da história da instituição, bem como homenageados professores e funcionários.

Projeto «Crescer Curioso» será implementado em escolas do 1.º ciclo ao ensino secundário

A Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, através do «Meu Bairro, Minha Rua», vai dar início a um conjunto de ações de sensibilização com alunos, pais, educadores e comunidade escolar (pessoal docente e não docente) sobre o impacto dos ecrãs na saúde e na educação, nomeadamente telemóveis, redes sociais, jogos e ecrãs interativos no geral. O projeto «Crescer Curioso» será desenvolvido pela Mirabilis, uma associação sem fins lucrativos, e será implementado em várias escolas do 1.º, 2.º e 3.º ciclos e do ensino secundário do concelho. A pedagogia e apresentação que estão na base do conceito deste projeto é a metodologia Montessori (aliada à base científica da equipa médica e de neurociência Mirabilis). Com o «Crescer Curioso» pretende-se informar, de forma clara e precisa, sobre o impacto dos ecrãs no cérebro, na saúde e na educação; promover o diálogo e levar a tomadas de decisão conscientes, tanto na escola como em casa; incrementar bons hábitos na utilização dos ecrãs, em todos os



grupos, gerando confiança entre crianças e adultos, através da liderança pelo exemplo (pais e professores com a mesma conduta que é sugerida às crianças); A equipa do «Meu Bairro, Minha Rua» tem procurado promover o desenvolvimento de iniciativas que fomentem o envolvimento ativo das comunidades locais, a promoção de hábitos saudáveis e a melhoria da qualidade de vida dos cidadãos. Neste contexto, a inclusão de um estudo e sensibilização sobre os efeitos da dependência dos ecrãs apresenta-se como uma mais-valia para os objetivos do programa. Com o «Crescer Curioso» pretende-se informar, de forma clara e precisa.

publicidade

SEDE, EXPOSIÇÃO E VENDAS
R. Dr. Álvaro Gomes Ferreira Alves
(Av. Francelos)
Apartado 89
4406-901 Valadares Codex

Telefones: 227 150 190 / 9
Telemóvel: 968 030 474
Fax: 227 150 195
E-mail: geralvasc@gmail.com

PÁGINA WEB
www.vasconcelos-lda.pt

COORDENADAS GPS
Latitude 41°05'14.49"N
Longitude 08°38'20.39"O

GERÊNCIA
José Vasconcelos Mendes
DIRECÇÃO COMERCIAL
Eng. António Manuel
Contactos: 227 150 199 / 964 025 945
Fax: 227 150 195
E-mail: comercialvasc@gmail.com
ADMINISTRAÇÃO FINANCEIRA
Dr. Rui Lima
Contactos: 227 150 194 / 966 787 525
Fax: 227 114 605
E-mail: geralvasc@gmail.com
TESOURARIA
Paula Almeida
Contactos: 227 150 190
Fax: 227 150 195
E-mail: tesourariavasc@gmail.com
LOGÍSTICA
Eng. Mário Santos
Contactos: 227 150 198 / 968 030 474
Fax: 227 150 195
E-mail: logisticavasc@gmail.com

GRUPO VASCONCELOS
Materiais de Construção

IMÓVEIS CONSTRUÇÕES
TRANSCELOS Transportes
3VAS PRODUTOS PARA CONSTRUÇÃO LDA

www.vasconcelos-lda.pt



SOCIEDADE



Dia Internacional da Felicidade: O que faz os profissionais felizes?

A rede de espaços de coworking SITIO, com presença em Lisboa, Porto, Aveiro e Guimarães, identifica quatro fatores essenciais para a felicidade no local de trabalho. Com dez anos de experiência no apoio a profissionais em busca de soluções de trabalho flexíveis, têm acompanhado as diferentes fases de amadurecimento de culturas empresariais cada vez mais focadas na felicidade dos seus colaboradores. Neste contexto, encontram um mercado mais atento ao conforto dos espaços de trabalho, a estratégias para a colaboração mais fluída e a práticas que promovam uma gestão flexível entre a vida profissional e pessoal. Também as lideranças têm procurado adaptar-se à mutabilidade dos critérios que contribuem para a felicidade corporativa, buscando formação neste sentido e recorrendo a novas soluções de trabalho. "É com alegria que temos vindo a assistir a um aprofundar genuíno do interesse das empresas pela felicidade dos profissionais que integram as suas equipas. Temos feito este caminho em conjunto com estas organizações, procurando formas inovadoras de pensar locais de trabalho mais práticos, espaçosos e preparados para várias situações do dia a dia. O nosso objetivo final é tirar o peso dos ombros dos profissionais e das empresas, contribuindo para dias mais leves e maiores taxas de retenção de talento", esclarece Miguel Ricardo, General Manager do SITIO. A flexibilidade está na base de uma carreira profissional feliz.

Maior competição de oratória realizada em Portugal

A Grande Final da 3ª edição do Torneio Nacional de Oratória que se realizará no próximo dia 23 de março de 2025 às 15:00, no Coliseu do Porto. Estão apurados 14 jovens estudantes que vão competir através da apresentação de uma prova de oratória, representando os seguintes concelhos do país: Lisboa, Braga, Tomar, Manteigas, Amarante, Arganil, Santiago do Cacém, Felgueiras, Maia, Amarante, Trofa e Vila Nova de Gaia. Mais de mil estudantes com idades entre os 14 e os 16 anos participaram na 3ª edição do torneio nacional de oratória, tendo sido ministrada formação de técnicas de falar bem em público que muito



contribuíram para a melhoria das competências de oralidade exigidas pelo Ministério da Educação Português. Apesar do reconhecimento da oratória no ensino, os currículos escolares não contemplam formação estruturada no domínio da comunicação e apresentação de trabalhos apresentados em público. A TOP TALKS apresenta uma resposta estruturada a uma lacuna curricular através da realização do torneio.

Debate "E depois do Fim? Desafios do pós-carreira desportiva"

No próximo dia 24 de março de 2025, às 21h00, o Auditório do Centro Paroquial de Mafamude será palco do evento "E depois do Fim? Desafios do pós-carreira desportiva", promovido pela Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia. Este debate pretende lançar uma reflexão sobre as dificuldades que os atletas enfrentam após o fim da carreira desportiva e explorar estratégias de reinvenção profissional e pessoal. Moderado pelo reconhecido apresentador de televisão Jorge Gabriel, o evento contará com um painel de especialistas de diferentes áreas, que trarão as suas perspetivas sobre os desafios físicos, emocionais e sociais que marcam a transição de vida dos atletas. Entre os convidados destaca-se Susana Feitor, Presidente da Fundação do Desporto de Portugal, que abordará o papel do desporto no apoio aos atletas após o fim das competições. A médica Marta Massada dará o seu contributo sobre os impactos físicos e de saúde associados à mudança de rotina, enquanto Pedro Teques, psicólogo do desporto, analisará a componente mental e emocional da adaptação a uma nova realidade. João Tomás, ex-futebolista profissional, partilhará a sua experiência pessoal e os desafios vividos na passagem da alta competição para uma nova fase profissional. Além de fomentar o debate sobre esta temática muitas vezes desvalorizada, o evento assume um caráter formativo, sendo creditado para Treinadores pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e para Professores como Ação de Curta Duração. Esta iniciativa representa uma oportunidade para estudantes, profissionais do desporto e todos os interessados em compreender melhor a realidade do pós-carreira desportiva. A entrada é gratuita, mas os lugares são limitados. Os interessados devem garantir a sua presença antecipadamente.



Debate sobre Igualdade no Desporto

No próximo sábado, dia 1 de março, o Salão Nobre da Junta de Freguesia de São Pedro da Afurada será palco de um debate sobre um tema de grande relevância social: a Igualdade no Desporto. A iniciativa, promovida pelo grupo Mulheres Socialistas – Igualdade e Direitos, terá início pelas 21h30 e reunirá diversas personalidades ligadas ao desporto e à política, para discutir os desafios e oportunidades no caminho para a equidade de género na prática desportiva. O evento contará com a presença de Patrícia Faro e João Paulo Correia, deputados à Assembleia da República, que trarão a perspetiva legislativa e política sobre a igualdade de género no desporto, destacando iniciativas e medidas adotadas em Portugal para promover uma maior equidade entre homens e mulheres nas diversas modalidades. A complementar a discussão estarão duas personalidades ligadas diretamente ao mundo do desporto: Francisca Sousa, treinadora de futebol, e Inês Costa, atleta de canoagem. Ambas partilharão as suas experiências e desafios no meio desportivo, onde as desigualdades de género ainda são visíveis, tanto a nível profissional como amador. A questão da igualdade de género no desporto tem sido amplamente debatida nos últimos anos, com um foco crescente na necessidade de garantir as mesmas oportunidades para atletas femininas e masculinos. Embora haja progressos, nomeadamente no aumento da visibilidade do desporto feminino e na melhoria das condições para as mulheres.



ECONOMIA

300 mil euros da Câmara de Gaia para o Marés Vivas



O MEO Marés Vivas 2025, um dos festivais de música mais emblemáticos de Portugal, acaba de dar um passo crucial para a sua realização. No passado dia 17 de março, a Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia aprovou a entrega de um investimento de 300 mil euros à empresa PEV Entertainment, responsável pela organização do evento. A edição deste ano decorrerá no antigo parque de campismo da Madalena, entre os dias 18 e 20 de julho, e já promete ser um dos grandes destaques do panorama musical português, contando com um cartaz de luxo que inclui Scorpions, Xutos & Pontapés e Thirty Seconds to Mars. Apoio estratégico ao festival A atribuição deste financiamento por parte da autarquia insere-se numa estratégia de apoio a eventos culturais de grande dimensão, que têm impacto significativo na economia local, na projeção turística da cidade e na dinamização cultural. Segundo fonte da Câmara Municipal de Gaia, este investimento visa garantir as condições logísticas e operacionais para a realização do festival, reconhecendo o seu valor cultural e económico para o concelho. O MEO Marés Vivas não é apenas um evento musical, mas um grande motor de desenvolvimento, trazendo milhares de visitantes e impulsionando setores como a hotelaria, a restauração e o comércio local. Nova localização e grandes nomes no cartaz Depois de algumas edições no Cabedelo do Douro, o festival volta este ano ao antigo parque de campismo da Madalena, um espaço que promete melhores acessibilidades e maior conforto para os festivaleiros. A edição de 2025 já conta com alguns nomes de peso no cartaz, confirmando a aposta do festival em artistas de renome internacional e nacional. Nos próximos meses, a organização deverá anunciar mais nomes, reforçando um cartaz que já desperta grande expectativa entre os fãs de música. Impacto económico e turístico Além da qualidade artística, o MEO Marés Vivas tem vindo a consolidar-se como um dos festivais com maior impacto económico e turístico na região Norte. Segundo dados das edições anteriores, o festival atrai milhares de visitantes nacionais e internacionais, o que resulta numa forte ocupação hoteleira e numa dinamização do comércio local. A restauração e os serviços ligados ao turismo registam um aumento significativo da procura durante os dias do evento, reforçando a importância de apoiar iniciativas culturais que geram um efeito multiplicador na economia. Sustentabilidade e inovação O MEO Marés Vivas tem apostado cada vez mais em medidas sustentáveis, procurando minimizar o impacto ambiental do evento. Nos últimos anos, têm sido implementadas soluções ecológicas. Com a proximidade do festival, a expectativa cresce entre os fãs. Os bilhetes já estão disponíveis para compra, e a organização espera uma grande afluência, sobretudo devido à qualidade do cartaz e à reputação que o evento construiu ao longo dos anos.

> **O MEO Marés Vivas não é apenas um evento musical, mas um grande motor de desenvolvimento**

Dia da Economia Social 2025

VILA NOVA DE GAIA
CÂMARA MUNICIPAL

O Município de Vila Nova de Gaia assinala esta quinta-feira, 21 de março de 2025, o Dia da Economia Social, num evento que decorrerá entre as 9h00 e as 12h30 no Auditório Manuel Menezes de Figueiredo. A iniciativa, que coincide com o Dia Europeu da Criatividade Artística, reforça o compromisso de Gaia com a economia social enquanto motor de bem-estar comunitário, promovendo dinâmicas inovadoras e sustentáveis que visam responder aos desafios sociais e económicos do território. O evento reunirá especialistas, representantes de organizações sociais e parceiros institucionais, com o objetivo de refletir sobre o impacto da inovação social em projetos transformadores e apresentar a estratégia municipal ESA – Economia Social com Agenda, que visa posicionar Gaia como um território de referência na economia social inclusiva, participativa e inovadora. Inovação Social e Parcerias para o Impacto em destaque Um dos principais momentos do evento será a análise das 11 Parcerias para o Impacto, cofinanciadas pelo Município de Gaia e pelo Programa Portugal Inovação Social 2030. Estas parcerias representam um investimento estratégico em projetos de inovação social, que têm vindo a transformar positivamente o concelho e a vida de muitos cidadãos. Através da apresentação de experiências concretas, o evento permitirá uma reflexão sobre os desafios e oportunidades da inovação social, destacando casos de sucesso e identificando novas abordagens para enfrentar os desafios da economia social no futuro. Lançamento da Estratégia ESA – Economia Social com Agenda Outro ponto alto do programa será a apresentação da ESA – Economia Social com Agenda, uma estratégia inovadora que pretende consolidar Gaia.

> **Estas parcerias representam um investimento estratégico em projetos de inovação social, que têm vindo a transformar positivamente o concelho e a vida de muitos cidadãos.**

Mercadona fatura 38.835 milhões, mais 9%, e cria mais de 6.000 postos de trabalho em 2024

A Mercadona, empresa de supermercados, aumentou em 2024 as suas vendas consolidadas em 9%, até aos 38.835 milhões de euros. Deste total, 37.057 milhões correspondem à faturação de Espanha e os restantes 1.778 à de Portugal, onde a Mercadona conta com 60 lojas do total de 1.674 que faziam parte da rede de supermercados da empresa ao fecho de 2024. Este aumento da faturação foi possível devido ao trabalho realizado pelo departamento de Compras e Prescrição, juntamente com os fornecedores e interfornecedores especialistas. Graças a esta colaboração, foi possível fazer uma redução no preço de milhares de produtos, em Portugal e Espanha, o que representou uma poupança de 650 M€ para os "Chefes" (clientes), continuando a oferecer um carrinho de compras com uma qualidade efetiva ao preço mais económico do mercado, bem como uma experiência de compra com um sortido eficaz, fazendo com que a cada dia mais clientes escolham a empresa como a melhor opção. Em 2024, a Mercadona criou mais de 6.000 novos postos de trabalho estáveis e de qualidade, 1.700 em Portugal e 4.300 em Espanha, tendo alcançado em cada país uma equipa de 7.000 e 103.000 pessoas, respetivamente. Para reconhecer o esforço, compromisso e exemplo de uma equipa de alto desempenho que nunca se põe limites, a Mercadona aumentou o salário em 8,5M.



DESPORTO

FUTEBOL MASCULINO

CAMPEONATO DE PORTUGAL

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Leça FC	55	23	17	4	2	44	14	+30
2	AD Marco 09	44	23	13	5	5	31	16	+15
3	SC Salgueiros	44	22	13	5	4	31	15	+16
4	U. Lamas	35	23	10	5	8	29	22	+7
5	CD Cinfães	35	22	9	8	5	24	16	+8
6	Alpendorada	33	23	9	6	8	21	19	+2
7	Beira-Mar	32	23	8	8	7	27	26	+1
8	Camacha	31	23	7	10	6	28	33	-5
9	Guarda FC	31	23	9	4	10	23	22	+1
10	Machico	30	23	8	6	9	24	24	0
11	Gondomar SC	29	23	8	5	10	16	27	-11
12	**SC Coimbrões**	**20**	**23**	**5**	**5**	**13**	**22**	**38**	**-16**
13	Marítimo B	14	23	3	5	15	21	44	-23
14	SC Régua	7	23	1	4	18	14	39	-25

HYUNDAI LIGA PRO

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Aparecida	58	27	17	7	3	65	34	+31
2	Vila Meã	57	27	16	9	2	55	26	+29
3	ARSão Martinho	49	27	15	4	8	54	40	+14
4	NogueirenseFC	48	27	14	6	7	42	31	+11
5	Vila Caiz	45	27	14	3	10	59	48	+11
6	Maia Lidador	44	27	10	14	3	34	25	+9
7	**Sport Canidelo**	**37**	**27**	**10**	**7**	**10**	**41**	**48**	**-7**
8	SC Rio Tinto	37	27	10	7	10	33	33	0
9	Sousense	36	27	10	6	11	43	46	-3
10	FC Vilarinho	35	27	9	8	10	47	45	+2
11	Leixões B	34	27	9	7	11	37	42	-5
12	Ermesinde1936	34	26	10	4	12	32	41	-9
13	A. Gandra	31	27	8	7	12	32	42	-10
14	Lixa	31	27	9	4	14	32	43	-11
15	**Vila FC**	**28**	**27**	**8**	**4**	**15**	**30**	**42**	**-12**
16	Padroense	28	27	8	4	15	37	45	-8
17	**Valadares Gaia**	**23**	**27**	**5**	**8**	**14**	**24**	**43**	**-19**
18	**Oliv. Douro**	**13**	**26**	**2**	**7**	**17**	**27**	**50**	**-23**

DIVISÃO DE ELITE - **SÉRIE 1**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	FC Foz	55	25	17	4	4	50	23	+27
2	**Avintes**	**52**	**25**	**15**	**7**	**3**	**51**	**24**	**+27**
3	FC P. Rubras	49	25	14	7	4	49	29	+20
4	GD Aldeia Nova	45	25	14	3	8	36	34	+2
5	F. Maia	38	25	11	5	9	36	32	+4
6	**FC Pedroso**	**37**	**25**	**10**	**7**	**8**	**47**	**46**	**+1**
7	**CD Candal**	**35**	**25**	**8**	**11**	**6**	**34**	**30**	**+4**
8	SC Salgueiros B	34	25	9	7	9	44	40	+4
9	Varzim B	34	25	10	4	11	26	36	-10
10	Lavrense	33	25	9	6	10	39	39	0
11	Leça do Balio	32	25	8	8	9	27	32	-5
12	**AD Grijó**	**28**	**25**	**7**	**7**	**11**	**22**	**24**	**-2**
13	Pasteleira	24	25	5	9	11	29	35	-6
14	Pedrouços	20	25	4	8	13	23	37	-14
15	Alfenense	19	25	4	7	14	33	59	-26
16	Infesta	11	25	1	8	16	16	42	-26

DIVISÃO DE ELITE - **SÉRIE 2**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Lousada	58	25	18	4	3	53	25	+28
2	A.Lordelo	56	25	17	5	3	59	25	+34
3	FCT. São Vicente	45	25	13	6	6	46	28	+18
4	C. Sanfins	39	25	12	3	10	29	34	-5
5	Águias de Eiriz	37	25	9	10	6	46	37	+9
6	UD Valonguense	37	25	11	4	10	40	36	+4
7	**D. Sandinenses**	**33**	**25**	**9**	**6**	**10**	**39**	**41**	**-2**
8	Gens SC	32	25	8	8	9	31	34	-3
9	CD Sobrado	31	24	9	4	11	35	41	-6
10	UDS Roriz	29	24	8	5	11	23	34	-11
11	FC Lagares	28	25	7	7	11	32	45	-13
12	Barrosas	27	25	6	9	10	30	39	-9
13	S. L. Douro	25	25	6	7	12	25	33	-8
14	L. SC Amarante	24	25	6	6	13	27	36	-9
15	**Crestuma**	**24**	**25**	**6**	**6**	**13**	**26**	**36**	**-10**
16	Cête	23	25	5	8	12	21	38	-17

DIVISÃO DE HONRA - **SÉRIE 1**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Castêlo da Maia	53	25	16	5	4	56	16	+40
2	União de Beiriz	52	25	16	4	5	62	32	+30
3	**SC Arcozelo**	**49**	**25**	**14**	**7**	**4**	**44**	**24**	**+20**
4	Gondim-Maia	46	25	13	7	5	36	20	+16
5	Os Lusitanos	39	25	11	6	8	40	38	+2
6	Custóias FC	39	25	11	6	8	43	36	+7
7	Balasar	37	25	11	4	10	39	38	+1
8	Inter Milheirós	37	25	10	7	8	34	35	-1
9	**Gulpilhares FC**	**36**	**25**	**11**	**3**	**11**	**30**	**32**	**-2**
10	Serzedo	32	25	7	11	7	31	33	-2
11	**S. F. Marinha**	**31**	**25**	**8**	**7**	**10**	**29**	**36**	**-7**
12	Perafita	25	25	6	7	12	33	47	-14
13	Sp. Cruz	23	25	6	5	14	30	50	-20
14	Perosinho	19	25	5	4	16	15	33	-18
15	AC Milheirós	18	25	4	6	15	27	50	-23
16	FC P. Rubras B	17	25	4	5	16	23	52	-29

DIVISÃO DE HONRA - **SÉRIE 2**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Freamunde	62	25	19	5	1	60	16	+44
2	SC Nun´Álvares	55	25	16	7	2	50	19	+31
3	**Leverense**	**52**	**25**	**17**	**1**	**7**	**65**	**38**	**+27**
4	AJM Lamoso	49	25	14	7	4	51	22	+29
5	SC Campo	43	25	12	7	6	39	25	+14
6	Ataense	42	25	13	3	9	40	37	+3
7	Bougadense	41	25	12	5	8	34	30	+4
8	CA Rio Tinto	31	25	7	10	8	30	30	0
9	GD Águas Santas	30	25	9	3	13	33	33	0
10	Penamaior	30	25	9	3	13	43	59	-16
11	USC Baltar	26	25	7	5	13	33	54	-21
12	Vandoma	26	25	6	8	11	36	47	-11
13	FC Parada	25	25	7	4	14	37	51	-14
14	E. Fânzeres	22	25	6	4	15	18	33	-15
15	1º Maio Figueiró	15	25	4	3	18	19	59	-40
16	CCD Sobrosa	8	25	1	5	19	19	54	-35

1ª DISTRITAL - **SÉRIE 1**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Ramaldense	65	24	21	2	1	72	9	+63
2	**AC Gervide**	**60**	**24**	**19**	**3**	**2**	**64**	**25**	**+39**
3	CD Portugal	51	24	16	3	5	55	28	+27
4	Infesta B	40	24	11	7	6	39	31	+8
5	**Canelas 2010**	**36**	**24**	**11**	**3**	**10**	**46**	**36**	**+10**
6	Gatões	34	24	10	4	10	26	36	-10
7	Senhora da Hora	32	24	8	8	8	40	30	+10
8	M. G. Costa	31	24	9	4	11	50	56	-6
9	M. Sangemil	30	24	8	6	10	52	61	-9
10	SC Vilar Pinheiro	27	24	8	3	13	43	67	-24
11	Ventura SC	23	23	6	5	12	32	50	-18
12	**Águias de Gaia**	**19**	**23**	**4**	**7**	**12**	**26**	**46**	**-20**
13	Sp. Cruz B	11	23	3	2	18	26	61	-35
14	**CD Torrão**	**9**	**23**	**2**	**3**	**18**	**14**	**49**	**-35**

DIVISÃO DE ELITE - **SÉRIE 2**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Trofense B	64	24	21	1	2	77	18	+59
2	SC Rio Tinto B	55	24	17	4	3	58	20	+38
3	Melres DC	43	24	12	7	5	42	30	+12
4	**Leverense B**	**41**	**24**	**13**	**2**	**9**	**42**	**38**	**+4**
5	A. Lordelo B	40	24	12	4	8	48	36	+12
6	FC São Romão	40	24	13	1	10	44	33	+11
7	L. Valboenses	35	24	9	8	7	44	32	+12
8	Pedrouços B	31	24	8	7	9	40	34	+6
9	Inter Milheirós B	30	24	9	3	12	37	56	-19
10	Est. Fânzeres B	25	24	7	4	13	32	46	-14
11	Esc. Futebol 115	21	24	6	3	15	37	52	-15
12	ADR S. P. Fins	20	24	6	2	16	23	59	-36
13	Bougadense B	18	24	4	6	14	25	57	-32
14	GD Covelo	13	24	3	4	17	20	58	-38

FUTEBOL FEMININO

LIGA BPI

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Benfica	47	17	15	2	0	49	8	+41
2	Sporting	41	17	13	2	2	53	8	+45
3	SC Braga	32	15	10	2	3	40	12	+28
4	**Valadares Gaia**	**32**	**17**	**10**	**2**	**5**	**35**	**14**	**+21**
5	Racing Power FC	31	16	9	4	3	33	14	+19
6	Torreense	28	17	9	1	7	31	20	+11
7	Marítimo	26	17	8	2	7	23	20	+3
8	Damaiense	20	17	6	2	9	18	21	-3
9	Estoril Praia	14	17	4	2	11	21	39	-18
10	FC Famalicão	10	17	3	1	13	18	52	-34
11	C.Albergaria	8	17	2	2	13	11	43	-32
12	Vilaverdense FC	0	16	0	0	16	4	85	-81

III DIVISÃO NACIONAL - **2ª FASE**

		J	GM	GS	Pts
1	FC Porto	8	48	3	24
2	Leixões	8	29	10	19
3	GD Aldeia Nova	8	20	10	16
4	Moreirense	8	14	20	12
5	**Valadares Gaia B**	**8**	**19**	**20**	**12**
6	Varzim	8	8	21	7
7	D. Aventura	8	12	30	4
8	Merelinense	8	6	42	0

TAÇA PROMOÇÃO - **1ª FASE - SÉRIE D**

		J	GM	GS	Pts
1	FC Penafiel	9	28	7	24
2	FC Parada	8	26	4	18
3	AD Marco 09	8	22	8	15
4	**Oliv. Douro**	**9**	**12**	**18**	**9**
5	Sp. Cruz	9	6	23	9
6	GDR Soalhães	7	1	35	0

VOLEIBOL MASCULINO

LIGA UNA - **SEGUROS MANUTENÇÃO**

		J	GM	GS	Pts
1	AA São Mamede	10	2	4	0
2	VC Viana	6	2	2	1
3	Fonte do Bastardo	6	2	2	1
4	**CA Madalena**	**3**	**2**	**0**	**2**

III DIVISÃO - **II FASE SÉRIE NORTE**

		J	GM	GS	Pts
1	CV Aveiro/AAUAv	14	5	5	0
2	AA São Mamede	13	5	4	1
3	Senhorense	9	5	3	2
4	**AR Canidelo**	**7**	**5**	**3**	**2**
5	Amares Volei	6	5	2	3
6	Esc. Latino Coelho	5	5	1	4
7	CV Peso Da Régua	3	5	1	4
8	Académica	3	5	1	4

VOLEIBOL FEMININO

III DIVISÃO - **II FASE NORTE**

		J	GM	GS	Pts
1	Academia José Moreira	15	5	5	0
2	VC Viana	12	5	4	1
3	**CA Madalena**	**9**	**5**	**3**	**2**
4	AA Espinho	9	5	3	2
5	CAR Taipense	6	5	2	3
6	Juventude Pacense	4	5	2	3
7	Infesta	3	5	1	4
8	Ruínas VC	2	5	0	5

TROFEU FPV - **III DIVISAO**

		J	GM	GS	Pts
1	Feirense	9	3	3	0
2	Frei Gil VC	6	2	2	0
3	**AR Canidelo**	**3**	**2**	**1**	**1**
4	CV Aveiro	3	2	1	1
5	SVR Benfica	3	3	1	2
6	CD Fiães B	0	2	0	2

HÓQUEI EM PATINS MASCULINO

TROFEU FPV - **III DIVISAO**

		J	GM	GS	Pts
1	**CH Carvalhos**	**46**	**19**	**15**	**1**	**3**	**91**	**52**	**+39**
2	CD Póvoa	43	19	13	4	2	80	47	+33
3	Famalicense	38	19	12	2	5	68	46	+22
4	UD Oliveirense B	36	18	11	3	4	78	47	+31
5	SC Marinhense	31	18	9	4	5	70	55	+15
6	HA Cambra	30	19	8	6	5	66	53	+13
7	AD Valongo B	26	18	8	2	8	72	71	+1
8	AA Espinho	23	19	6	5	8	58	60	-2
9	AD OH Sports	23	19	7	2	10	70	87	-17
10	Limianos	22	18	7	1	10	46	54	-8
11	CP Sobreira	19	19	6	1	12	56	78	-22
12	USC Paredes	18	19	5	3	11	53	68	-15
13	Académica	18	19	5	3	11	70	86	-16
14	Leiria e Marrazes	1	19	0	1	18	39	113	-74

III DIVISÃO - **NORTE B**

		J	GM	GS	Pts
1	Infante Sagres	49	19	16	1	2	104	52	+52
2	HC Mealhada	45	18	14	3	1	108	41	+67
3	Termas OC	44	19	14	2	3	116	48	+68
4	ACD V. B. Bispo	43	19	14	1	4	76	49	+27
5	Escola Livre	41	18	13	2	3	93	42	+51
6	**ACD Gulpilhares**	**40**	**19**	**13**	**1**	**5**	**109**	**54**	**+55**
7	Á. Memória	31	19	9	4	6	88	74	+14
8	P. Vouga	28	19	9	1	9	83	82	+1
9	**CH Carvalhos B**	**22**	**18**	**7**	**1**	**10**	**62**	**79**	**-17**
10	CA Feira	19	19	6	1	12	62	95	-33
11	CENAP	17	19	5	2	12	41	75	-34
12	AD Sanjoanense B	15	18	4	3	11	68	92	-24
13	**HC Paço do Rei**	**5**	**18**	**1**	**2**	**15**	**38**	**121**	**-83**
14	AA Espinho B	4	19	1	1	17	42	111	-69
15	J. Ouriense	4	19	1	1	17	49	124	-75

HÓQUEI EM PATINS FEMININO

NACIONAL FEMININO - **FASE REGULAR**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Benfica	6	2	2	0	0	15	1	+14
2	HC Turquel	6	2	2	0	0	6	1	+5
3	AD Sanjoanense	3	1	1	0	0	6	2	+4
4	APAC Tojal	3	2	1	0	1	5	10	-5
5	Stuart Massamá	0	1	0	0	1	2	6	-4
6	**ACD Gulpilhares**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**4**	**-4**
7	CENAP	0	2	0	0	2	2	7	-5
8	Escola Livre	0	1	0	0	1	1	6	-5

NACIONAL FEMININO - **TAÇA NACIONAL**

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Parede FC	6	2	2	0	0	12	5	+7
2	HC Maia	6	2	2	0	0	7	2	+5
3	**CH Carvalhos**	**4**	**2**	**1**	**1**	**0**	**7**	**3**	**+4**
4	Académica	3	1	1	0	0	7	0	+7
5	AE Fisica	3	1	1	0	0	2	1	+1
6	ACD V. B. Bispo	1	2	0	1	1	3	5	-2
7	AF Arazede	0	2	0	0	2	4	9	-5
8	Infante Sagres	0	2	0	0	2	3	9	-6
9	CRIAR-T	0	2	0	0	2	1	12	-11

BASQUETEBOL

BCR - BASQUETE EM CADEIRA DE RODAS LIGA BCR

		J	GM	GS	Pts
1	**BC GAIA**	**23**	**12**	**11**	**1**
2	GDD Alcoitão	22	12	10	2
3	APD Leiria	20	12	8	4
4	APD Sintra	19	12	7	5
5	APD Braga	16	12	4	8
6	APD Paredes	13	12	1	11
7	APD Lisboa	13	12	1	11

BASQUETEBOL MASCULINO

CN1 -2ª FASE GRUPO MANUTENÇÃO NORTE

		J	GM	GS	Pts
1	Famalicense	21	12	9	3
2	Académica	20	12	8	4
3	Gafanha	20	12	8	4
4	Olivais FC	19	12	7	5
5	GD André Soares	18	12	6	6
6	CB Viana	16	12	4	8
7	Angrabasket	15	12	3	9
8	**FC Gaia**	**15**	**12**	**3**	**9**

TAÇA NACIONAL - NORTE E

		J	GM	GS	Pts
1	GRIB	11	6	5	1
2	Vale de Cambra	10	6	4	2
3	Illiabum	10	6	4	2
4	**BC Gaia**	**9**	**6**	**3**	**3**
5	**GD Bolacesto**	**7**	**6**	**1**	**5**
6	Aveiro Ria Basket	7	6	1	5

BASQUETEBOL FEMININO

CN1 - 2ª FASE - GRUPO PROMOÇÃO

		J	GM	GS	Pts
1	Sporting CP	20	10	10	0
2	**SC Coimbrões**	**18**	**10**	**8**	**2**
3	CB Queluz	15	10	5	5
4	CDEFF H. Part. Madeira	14	9	5	4
5	SC Braga	14	10	4	6
6	GDRAR Remax Évora	13	9	4	5
7	Clip Teams	13	10	3	7
8	Sport Algés e Dafundo	10	10	0	10

CN2 - 2ª FASE - GRUPO NORTE 2A

		J	GM	GS	Pts
1	Olivais FC	15	8	7	1
2	Gafanha	15	8	7	1
3	FC Vizela	11	8	3	5
4	Ovarense	11	8	3	5
5	**SC Coimbrões SUB 22**	**10**	**8**	**2**	**6**
6	NCR Valongo	10	8	2	6

TAÇA NACIONAL SÉNIORES 1ª FASE - GRUPO C

		J	GM	GS	Pts
1	SC Vasco da Gama	7	4	3	1
2	**GD Bolacesto**	**5**	**3**	**2**	**1**
3	AD Sanjoanense Sub 22	5	4	1	3
4	GICA/ATZ	4	3	1	2
5	AD Vagos Núcleo	0	0	0	0

TAÇA NACIONAL SÉNIORES 1ª FASE - GRUPO C

		J	GM	GS	Pts
1	SC Vasco da Gama	7	4	3	1
2	**GD Bolacesto**	**5**	**3**	**2**	**1**
3	AD Sanjoanense Sub 22	5	4	1	3
4	GICA/ATZ	4	3	1	2
5	AD Vagos Núcleo	0	0	0	0

*equipa a **negrito** pertence a Gaia

DESPORTO

ANDEBOL MASCULINO

DIVISÃO DE HONRA

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	**FC Gaia**	**62**	**22**	**20**	**0**	**2**	**644**	**539**	**+105**
2	A.Devesa	54	22	15	2	5	671	633	+38
3	GC Santo Tirso	48	22	12	2	8	596	597	-1
4	Sporting B	46	22	11	2	9	640	618	+22
5	FC Porto B	43	22	10	1	11	634	622	+12
6	Almada AC	43	22	10	1	11	566	565	+1
7	A. Funchal	42	22	8	4	10	605	616	-11
8	Xico Andebol	42	22	8	4	10	622	637	-15
9	Boavista	40	22	8	2	12	610	637	-27
10	Boa-Hora	39	22	8	1	13	592	634	-42
11	São Bernardo	37	22	6	3	13	614	630	-16
12	AD Sanjoanense	32	22	4	2	16	584	650	-66

II DIVISÃO - FASE FINAL GRUPO A

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Feirense	6	2	2	0	0	62	55	+7
2	Benfica B	6	2	2	0	0	63	60	+3
3	**AD Carvalhos**	**6**	**2**	**2**	**0**	**0**	**56**	**54**	**+2**
4	AC Fafe	2	2	0	0	2	59	62	-3
5	CDC Santana	2	2	0	0	2	57	60	-3
6	Est. Amadora	2	2	0	0	2	53	59	-6

II DIVISÃO - FASE FINAL GRUPO B1

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	AC Lamego	29	2	2	0	0	61	55	+6
2	São Mamede	27	2	2	0	0	62	51	+11
3	Águas Santas B	21	2	0	0	2	54	66	-12
4	AC Vermoim	18	2	2	0	0	58	50	+8
5	Gondomar Cul.	18	2	1	0	1	58	53	+5
6	**FC Gaia B**	**18**	**2**	**1**	**0**	**1**	**56**	**55**	**+1**
7	AC Lusitanos	17	2	0	0	2	49	55	-6
8	Infesta	15	2	0	0	2	53	66	-13

ANDEBOL FEMININO

I DIVISÃO - FASE FINAL B

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	**Almeida Garrett**	**26**	**2**	**2**	**0**	**0**	**61**	**48**	**+13**
2	Gil Eanes	22	2	2	0	0	64	45	+19
3	Colégio de Gaia	19	2	1	0	1	48	55	-7
4	CALE	17	2	1	0	1	49	53	-4
5	Alavarium	14	2	0	0	2	50	57	-7
6	SIR 1.º de Maio	14	2	0	0	2	42	56	-14

DIVISÃO HONRA - GRUPO B

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	AA Didáxis	23	2	2	0	0	55	46	+9
2	Assomada	22	2	2	0	0	68	47	+21
3	ARC Alpendorada	22	2	1	0	1	67	47	+20
4	EA Beira Douro	21	2	1	0	1	49	53	-4
5	CP Valongo Vouga	17	2	0	0	2	45	61	-16
6	**Colégio de Gaia B**	**14**	**2**	**0**	**0**	**2**	**46**	**76**	**-30**

II DIVISÃO - 1ª FASE – ZONA 1

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	AC Vermoim	36	13	12	0	1	412	287	+125
2	**Almeida Garrett B**	**33**	**13**	**11**	**0**	**2**	**442**	**287**	**+155**
3	Académico FC	32	14	10	2	2	441	282	+159
4	Xico Andebol	24	13	8	0	5	356	291	+65
5	AC Lusitanos	21	13	7	0	6	380	322	+58
6	CALE B	19	12	6	1	5	360	257	+103
7	CA Baltar	13	14	4	1	9	393	361	+32
8	Macieira AC	10	13	3	1	9	321	321	0
9	CD Portugal	4	12	1	1	10	269	324	-55
10	Clube Gandra	0	13	0	0	13	91	733	-642

II DIVISÃO - 1ª FASE – ZONA 2

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Feirense	33	11	11	0	0	413	255	+158
2	L. Vildemoinhos	27	11	9	0	2	336	238	+98
3	São Bernardo	26	12	8	2	2	357	239	+118
4	**CA S.F. Marinha**	**22**	**12**	**7**	**1**	**4**	**338**	**290**	**+48**
5	Estarreja AC	15	11	5	0	6	272	258	+14
6	ACD Monte	14	12	4	2	6	299	281	+18
7	SIR 1.º de Maio B	10	12	3	1	8	212	343	-131
8	AA S. Pedro do Sul B	6	12	2	0	10	215	382	-167
9	EA Beira Douro B	0	11	0	0	11	204	360	-156
10	Alavarium B	0	0	0	0	0	0	0	0

FUTSAL

II DIVISÃO - II FASE APURAMENTO CAMPEÃO

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	FC Famalicão	13	6	4	1	1	23	15	+8
2	Portimonense	9	6	2	3	1	24	21	+3
3	Rio Ave	9	6	3	0	3	18	20	-2
4	CS São João	9	6	3	0	3	16	25	-9
5	Belenenses	8	6	2	2	2	24	20	+4
6	Nogueiró e Tenões	8	6	2	2	2	19	19	0
7	UPVN	7	6	2	1	3	18	17	+1
8	**Modicus**	**4**	**6**	**1**	**1**	**4**	**16**	**21**	**-5**

III DIVISÃO FUTSAL - SÉRIE A

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Valpaços Futsal	44	19	14	2	3	95	58	+37
2	Paços de Ferreira	39	19	12	3	4	88	59	+29
3	Leixões	35	19	11	2	6	63	52	+11
4	CA Mogadouro	33	19	10	3	6	103	77	+26
5	Amigos Abeira Douro	33	19	10	3	6	70	68	+2
6	São Mateus	29	19	9	2	8	68	58	+10
7	**ADC Santa Isabel**	**26**	**19**	**7**	**5**	**7**	**65**	**57**	**+8**
8	PARC-Pindelo	25	19	7	4	8	69	69	0
9	ACR Lordelo	25	19	7	4	8	59	68	-9
10	CDRC S.M. Mouros	20	19	6	2	11	52	76	-24
11	Ac. Johnson Januário	17	19	5	2	12	56	85	-29
12	CD Póvoa	0	19	0	0	19	37	98	-61

LIGA TRUST

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	**CA Sangemil**	**51**	**22**	**16**	**3**	**3**	**98**	**52**	**+46**
2	Miramar Império	44	22	13	5	4	84	59	+25
3	Estrelas Susanenses	38	22	12	2	8	71	64	+7
4	Balantuna	37	22	11	4	7	66	57	+9
5	ADCR C. Poça Barca B	37	22	10	7	5	73	50	+23
6	**Juventude Gaia**	**36**	**22**	**11**	**3**	**8**	**62**	**52**	**+10**
7	AD Penafiel	34	22	11	1	10	92	86	+6
8	Desp. Ordem	32	22	10	2	10	79	82	-3
9	CD Aves 1930/Duo.	30	22	9	3	10	77	78	-1
10	Maia Futsal	16	22	5	1	16	48	93	-45
11	GD Magrelos	13	22	3	4	15	49	83	-34
12	CR Bougado	10	22	3	1	18	47	90	-43

AF PORTO DIVISÃO HONRA APURAMENTO CAMPEÃO - SÉRIE 2

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	JDM Futsal Meinedo	7	3	2	1	0	11	3	+8
2	Cohaemato	6	3	2	0	1	9	10	-1
3	AM Granja	5	3	1	2	0	5	3	+2
4	Guidões FC	4	3	1	1	1	3	4	-1
5	GDR Retorta	4	3	1	1	1	7	9	-2
6	GCR Vermoim	3	3	1	0	2	4	7	-3
7	Vila Futsal	2	3	0	2	1	7	8	-1
8	**SC Arcozelo**	**1**	**3**	**0**	**1**	**2**	**8**	**10**	**-2**

1ª DIVISÃO - SÉRIE 1

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	USC Paredes	49	20	16	1	3	86	32	+54
2	ARC Gueifães	47	20	15	2	3	85	29	+56
3	**Rest. Avintenses**	**45**	**20**	**14**	**3**	**3**	**55**	**29**	**+26**
4	AD Polenenses	34	20	11	1	8	68	66	+2
5	Leões da Guarda	32	20	10	2	8	54	53	+1
6	AD Sebolido	31	20	9	4	7	48	45	+3
7	ADC Figueiras	25	20	8	1	11	48	56	-8
8	Paço de Sousa	21	20	7	0	13	46	77	-31
9	ADC Morad. U. Areias	19	20	5	4	11	44	51	-7
10	Os Romanos	15	20	5	0	15	42	58	-16
11	Gondomar FC B	3	20	1	0	19	30	110	-80
12	Mosteiro FC	0	0	0	0	0	0	0	0

1ª DIVISÃO - SÉRIE 2

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Valmesio	46	18	15	1	2	70	45	+25
2	Vale do Ave	37	18	11	4	3	38	27	+11
3	União da Bela	35	18	11	2	5	77	43	+34
4	Gramidense Infante	30	18	9	3	6	44	39	+5
5	Freixieiro	29	18	9	2	7	50	39	+11
6	ARC Moinhos	21	18	6	3	9	39	48	-9
7	Ascenção FC	20	18	6	2	10	52	65	-13
8	**Juventude Gaia B**	**14**	**18**	**4**	**2**	**12**	**28**	**40**	**-12**
9	AD Tarrio	14	18	4	2	12	42	59	-17
10	Iniciação S. Roque	12	18	3	3	12	39	74	-35
11	SC Coimbrões	0	0	0	0	0	0	0	0

AD Carvalhos começa a Fase Final da II Divisão



A Associação Desportiva de Carvalhos concluiu a primeira fase da II Divisão Nacional de Andebol (Zona 2) no topo da tabela, garantindo o primeiro lugar com um registo impressionante de 16 vitórias em 18 jogos. A equipa orientada por João Faria demonstrou consistência, qualidade e determinação ao longo da fase regular, sofrendo apenas duas derrotas e afirmando-se como um dos principais candidatos à subida de divisão. Com o objetivo de alcançar o principal escalão do andebol nacional, a AD Carvalhos inicia agora a Fase Final da competição, onde irá medir forças com algumas das melhores equipas da II Divisão. O primeiro desafio desta etapa decisiva será já este sábado, às 19h00, no Pavilhão da AD Carvalhos, frente ao Estrela da Amadora. A Fase Final da II Divisão está dividida em dois grupos, sendo que o Grupo A, onde se encontra a AD Carvalhos, é composto pelas equipas que terminaram em primeiro e segundo lugar nas respetivas zonas. Além da formação carvalhense e do Estrela da Amadora, integram este grupo o Benfica B, AC Fafe, Feirense e Santana. Este formato competitivo coloca frente a frente equipas que demonstraram elevado desempenho na fase regular, tornando cada jogo uma autêntica final. O objetivo de todas as formações será garantir um lugar na Primeira Divisão, espera-se uma luta intensa até ao fim da competição. Após uma campanha extremamente positiva, a equipa de João Faria quer dar continuidade ao seu bom momento e manter a dinâmica vitoriosa na Fase Final.

Equipas de Gaia defrontam-se na Taça AF Porto de Futsal



A Taça da Associação de Futebol do Porto (AF Porto) de Futsal entra na sua fase decisiva e, na 3ª eliminatória, haverá um duelo imperdível entre duas equipas de Vila Nova de Gaia. O Miramar Império e a Juventude Gaia irão medir forças no próximo dia 23 de março, às 18h00, no Pavilhão Municipal Fernando Gomes, em busca de um lugar na próxima fase da competição. As duas formações chegam a esta eliminatória depois de um percurso sólido na prova, onde demonstraram qualidade e determinação. A partida promete ser intensa, não só pela importância da qualificação, mas também pelo histórico recente entre as duas equipas, que já se enfrentaram esta temporada, com vantagem para o Miramar Império. Para alcançar esta fase da competição, o Miramar Império teve que ultrapassar desafios exigentes. Na 1ª eliminatória, venceu o Escolas de Arreigada por 3-4, num jogo equilibrado e disputado até ao último minuto. Já na 2ª ronda, o conjunto gaiense conseguiu nova vitória pela margem mínima, derrotando os Leais e Videirinhos por 1-2, garantindo assim a continuidade na Taça AF Porto. A Juventude Gaia, sob o comando técnico de Tiago Ferreira, mostrou a sua força ofensiva ao golear o Matosinhos Futsal Clube por 0-5 na 1ª eliminatória. Na 2ª fase, voltou a demonstrar grande eficácia ao vencer a Iniciação S. Roque por 2-5, carimbando o passaporte para este embate decisivo.

publicidade



Trabalhamos a cada dia para vos servir melhor

VISITE-NOS

Estamos na ex-EN 109, sem saída)
(perto da Groz-Beckert Portuguesa)



DESPORTO

Tanta maravilha para Sara Duarte e Daniel Moreira no XI Cidade do Porto 2025

O XI Torneio de Natação Adaptada Cidade do Porto 2025, realizado nos dias 8 e 9 de março nas Piscinas Municipais de Campanhã, voltou a afirmar-se como uma das importantes competições de natação adaptada em Portugal. Organizado pela Associação de Natação do Norte de Portugal, o torneio reuniu um total de 164 nadadores, representando 19 clubes, num fim de semana repleto de dedicação, superação e conquistas. A competição, que se tem consolidado no calendário da natação adaptada, destacou não apenas o espírito desportivo dos atletas, mas também a capacidade de ultrapassar desafios, reforçando o papel inclusivo do desporto. Entre os participantes, a equipa AP Vila D'Este/Águas de Gaia teve uma prestação notável, arrecadando medalhas e estabelecendo novos recordes pessoais. Na categoria S-21, uma das atletas em maior destaque foi Sara Isabel Duarte, que voltou a comprovar o seu talento e consistência ao longo das quatro provas em que competiu. Sara conquistou quatro medalhas de prata, mostrando evolução e um grande nível competitivo. O seu desempenho foi especialmente notável na prova dos 50 metros Bruços, onde conseguiu superar o seu melhor tempo registado no Campeonato Nacional de 2023. Nos 100 metros Bruços, a nadadora estabeleceu um novo recorde pessoal, melhorando significativamente em relação ao Campeonato Regional de 2019. Além disso, a atleta destacou-se nos 200 metros Bruços, completando a prova em 5:22.82, e nos 50 metros Livres, terminando com 53.33 segundos. Nestas provas, Sara Duarte apenas foi superada pela atual recordista nacional, Matilde Lúcia Gaspar, do APC Coimbra. Os resultados alcançados confirmam a sua posição de melhor nadadora regional na especialidade de Bruços, consolidando o seu nome entre as grandes promessas da natação adaptada em Portugal. Daniel Moreira em ascensão com ouro e recordes pessoais Outro grande destaque da AP Vila D'Este/Águas de Gaia foi Daniel Filipe Moreira, que brilhou no torneio ao alcançar resultados expressivos e a sua melhor performance até ao momento. Daniel subiu ao lugar mais alto do pódio nos 200 metros Livres, conquistando a medalha de ouro e melhorando o seu tempo em 6 segundos, superando a marca que havia registado no Torneio de Natal de Coimbra 2024. Além disso, o atleta garantiu a prata nos 800 metros Livres, conseguindo um feito impressionante ao reduzir um minuto ao tempo que tinha estabelecido no Torneio Cidade do Porto 2018. Nos 100 metros Mariposa, Daniel completou a prova em 1:57.64, assegurando mais uma medalha de prata. O mesmo feito repetiu-se nos 100 metros Livres, onde voltou a demonstrar evolução e consistência. A sua participação reforça o crescimento da sua carreira e o compromisso com a melhoria contínua, colocando-se como uma referência na sua especialidade. Competição reforça o crescimento da natação adaptada O XI Torneio de Natação Adaptada Cidade do Porto não foi apenas um palco de competição, mas também um momento de afirmação da importância do desporto inclusivo e do impacto positivo que a prática desportiva tem na vida dos atletas.



Carlos Eduardo Costa triunfa em Sines e lidera o Ranking Especialista

Carlos Eduardo Costa, nadador do AP Vila D'Este/Águas de Gaia, brilhou nas competições do Circuito Nacional Especialista ao alcançar resultados de destaque em duas provas de natação masters. No XIX Troféu Cidade Caldas da Rainha Masters, realizado no dia 15 de março, conquistou a medalha de prata nos 100 metros Costas, enquanto no XII Torneio de Masters do Litoral Alentejano, disputado no dia 1 de março, obteve classificações de relevo nas provas de Costas e Mariposa. Prata e liderança no ranking no XIX Troféu Cidade Caldas da Rainha Masters Disputado nas Piscinas Municipais das Caldas da Rainha, o XIX Troféu Cidade Caldas da Rainha Masters reuniu 229 nadadores em representação de 45 clubes e foi organizado pela Associação de Natação do Distrito de Leiria. A prova contou para o Circuito Nacional Especialista, um dos mais prestigiados do calendário nacional de natação master. Carlos Eduardo Costa destacou-se nos 100 metros Costas, onde completou a prova em 1:24.75 minutos, garantindo a medalha de prata e somando 363 pontos para o ranking geral da Competição. Além do pódio conquistado, o atleta do AP Vila D'Este/Águas de Gaia reforçou a sua



posição como líder do ranking nacional de Especialistas na categoria Costas e consolidou-se como vice-líder na Mariposa, um feito notável que reflete a sua consistência e qualidade nas provas técnicas. Antes de brilhar em Caldas da Rainha, Carlos Eduardo Costa já tinha deixado a sua marca no XII Torneio de Masters do Litoral Alentejano, realizado no dia 1 de março de 2025, nas Piscinas Municipais "Carlos Manafaia", em Sines. O evento contou com a participação de 230 nadadores de 35 clubes e foi organizado pela Associação de Natação do Alentejo, sendo também uma prova integrante do Circuito Nacional Especialista. Carlos Eduardo Costa teve uma prestação de alto nível, destacando-se especialmente nos 50 metros Costas, onde obteve a sua melhor classificação ao terminar com um tempo de 37.78 segundos. Nos 100 metros Costas, melhorou a sua marca pessoal, ao registar 1:23.95 minutos, demonstrando evolução e resistência na modalidade. Já na prova dos 50 metros Mariposa, o nadador do AP Vila D'Este/Águas de Gaia garantiu um honroso sétimo lugar, ao completar a distância em 39.15 segundos. A participação de Carlos Eduardo Costa nestas duas competições reflete a sua crescente afirmação no circuito master português. Com desempenhos sólidos e constantes melhorias nas suas marcas, o nadador do AP Vila D'Este/Águas de Gaia tem-se destacado não só pelos resultados individuais, mas também pelo impacto que traz ao clube no panorama da natação nacional. Com a liderança no ranking Especialistas Costas e a vice-liderança na Mariposa, Carlos Eduardo Costa reforça o seu estatuto como um dos principais nomes da modalidade, mostrando que a dedicação, disciplina e paixão pela natação continuam a impulsioná-lo para novos desafios e conquistas. O seu desempenho nos XIX Troféu Cidade Caldas da Rainha Masters e no XII Torneio de Masters do Litoral Alentejano é uma prova do seu talento e do trabalho árduo que tem vindo a desenvolver e com um percurso em ascensão.

Equipas de andebol do concelho no play-off de despromoção da 1ª divisão

Com o fim da fase regular da 1ª divisão feminina de andebol, as equipas do Almeida Garrett e do Colégio de Gaia preparam-se agora para disputar o play-off de despromoção, numa batalha decisiva para garantir a permanência no escalão máximo da modalidade. Ambas as formações entram nesta nova fase com metade dos pontos conquistados na fase regular, o que torna a disputa ainda mais equilibrada e imprevisível. A temporada foi marcada por momentos de grande competitividade, mas, apesar dos esforços, tanto o Almeida Garrett como o Colégio de Gaia não conseguiram garantir um lugar no play-off de campeão. O foco está totalmente voltado para a luta pela manutenção, com jogos que prometem ser de elevado grau de exigência e emoção. A equipa do



Almeida Garrett terminou a fase regular no 5º lugar, somando um total de 33 pontos, apenas dois abaixo da linha de acesso ao play-off de campeão. Apesar de ter falhado esse objetivo por uma margem mínima, a formação orientada por Luís Santos demonstrou ao longo da temporada que tem qualidade para competir ao mais alto nível. Uma das principais figuras da equipa foi Ângela Pessoa, que teve um desempenho notável ao longo da época. A jogadora destacou-se como a terceira melhor marcadora da fase regular, com um total de 95 golos, sendo peça-chave no ataque do Almeida Garrett. A sua capacidade de finalização e a liderança dentro de campo serão fatores determinantes na luta pela permanência.

DESPORTO

Todos os caminhos vão dar ao Pavilhão Municipal de Coimbrões



Este domingo, dia 9 de março de 2025, pelas 16h30, o Pavilhão Municipal de Coimbrões será palco de um duelo eletrizante da 1.ª Divisão do Campeonato Nacional de Basquetebol Feminino. O Sporting Clube de Coimbrões recebe o Sporting Clube de Portugal num jogo crucial da fase de promoção, que promete emoção até ao último segundo. Com as duas equipas a lutarem pelo acesso à Liga Betclic Feminina, máxima competição do basquetebol português, a partida assume uma importância estratégica para ambas as formações. O Sporting CP chega a este encontro com um percurso sólido e uma equipa recheada de talento, enquanto o Sporting Clube de Coimbrões, a jogar em casa e com o apoio fervoroso do seu público, pretende impor o seu ritmo e conquistar uma vitória essencial para as suas aspirações. A equipa de Coimbrões tem demonstrado um basquetebol consistente ao longo da temporada, com um plantel coeso e equilibrado. A defesa organizada e o ataque dinâmico são algumas das características que têm sido a base do sucesso da equipa até ao momento. Já o Sporting CP, com um plantel experiente e uma forte rotação de jogadoras, promete impor dificuldades à formação da casa, tornando este confronto um verdadeiro teste de resiliência e estratégia. O técnico do Sporting Clube de Coimbrões reforçou a importância do fator casa e do apoio dos adeptos nesta fase determinante do campeonato. "Sabemos que temos um adversário muito forte pela frente, mas contamos com a nossa determinação e com o apoio dos nossos adeptos para fazer a diferença. Este jogo é decisivo para as nossas ambições e vamos entrar em campo para dar tudo", afirmou. Por sua vez, a equipa leonina encara o jogo com a responsabilidade de manter o seu estatuto de candidata à promoção. "O nosso foco é total. Sabemos que jogar em Coimbrões é sempre difícil, mas estamos preparadas para o desafio. Queremos continuar a nossa caminhada e dar o nosso melhor para alcançar o objetivo", destacou uma das jogadoras do Sporting CP. A fase de promoção do Campeonato Nacional de Basquetebol Feminino é um momento de alta intensidade competitiva, onde cada ponto pode fazer a diferença. Com a qualidade técnica e tática das equipas em jogo, o encontro deste domingo promete ser um espetáculo de basquetebol, repleto de grandes jogadas e emoções fortes. Os bilhetes para o jogo estão disponíveis na bilheteira do Pavilhão Municipal de Coimbrões, e a organização espera casa cheia para apoiar a equipa da casa nesta fase decisiva. Para os adeptos que não puderem comparecer presencialmente, a partida será transmitida online nas plataformas do clube. O apito inicial está marcado para as 16h30, e com duas equipas de qualidade em campo, a promessa é de um grande espetáculo de basquetebol. O Sporting Clube de Coimbrões e o Sporting Clube de Portugal entram em quadra com um único objetivo: a vitória que os aproxime do sonho da subida à Liga Betclic Feminina. Com as duas equipas a lutarem pelo acesso à Liga Betclic Feminina, máxima competição do basquetebol português, a partida assume uma importância estratégica para ambas as formações. O Sporting CP chega a este encontro com um percurso sólido e uma equipa recheada de talento.

Inês de Castro recebe Torneio de Ténis de Mesa

Nos dias 22 e 23 de março, o Pavilhão da Escola Secundária de Gaia será palco da segunda edição do Torneio de Ténis de Mesa A.R. Canidelense, um evento que promete atrair algumas das maiores promessas da modalidade. Com a participação de 33 clubes oriundos de Portugal Continental, dos Açores e da Madeira, o torneio contará com cerca de 300 atletas, distribuídos por diferentes escalões de formação. O torneio tem vindo a consolidar-se como uma referência no calendário nacional de ténis de mesa, promovendo o desenvolvimento da modalidade entre os jovens e proporcionando um ambiente competitivo de elevado nível. A prova está aberta a atletas das categorias 500, sub-11, sub-13, sub-15 e sub-19, reunindo talentos emergentes que procuram afirmar-se no panorama desportivo nacional. A organização do evento está a cargo da Associação Recreativa Canidelense, entidade que tem desempenhado um papel fundamental na promoção do ténis de mesa na região. A segunda edição do torneio surge após o sucesso da estreia, em 2024, e pretende afirmar-se como um dos momentos-chave na formação e evolução dos jovens atletas. O torneio contará com a presença de clubes de várias zonas do país, incluindo equipas do arquipélago dos Açores e da Madeira, enriquecendo a competição com diferentes estilos de jogo e proporcionando aos jovens atletas uma experiência desportiva enriquecedora. Com um elevado número de participantes, a prova irá decorrer ao longo de dois dias, num formato que privilegia a competição saudável, a superação individual e o espírito desportivo. O Pavilhão da Escola Secundária de Gaia estará preparado para acolher atletas, treinadores, equipas técnicas e público, proporcionando todas as condições para um evento de grande nível. Para além do aspeto competitivo, o torneio assume um papel relevante na promoção do ténis de mesa como uma modalidade acessível e formativa para os jovens. Através da realização deste evento, a A.R. Canidelense reforça o compromisso com o desenvolvimento do desporto de formação, incentivando a prática da modalidade desde tenra idade. A realização do torneio em Vila Nova de Gaia contribui ainda para a dinamização do desporto local, promovendo a cidade como um centro de desenvolvimento desportivo e atraindo atletas e equipas de diferentes regiões do país. Expectativas elevadas para a segunda edição A edição de 2025 do Torneio de Ténis de Mesa A.R. Canidelense promete momentos de grande competitividade e emoção, com jovens talentos a demonstrarem o seu valor nas mesas de jogo. A organização espera que o evento continue a crescer nos próximos anos, consolidando-se como uma referência na formação de novos talentos da modalidade. Com uma forte adesão de clubes e atletas, o torneio é um reflexo do crescimento do ténis de mesa em Portugal e da aposta contínua na formação desportiva. Nos dias 22 e 23 de março, Gaia será o centro desta modalidade, proporcionando aos participantes uma experiência inesquecível e reafirmando o compromisso do município com o desporto jovem. O torneio contará com a presença de clubes de várias zonas do país, incluindo equipas do arquipélago dos Açores e da Madeira.

CH Carvalhos defronta rival direto na luta pelo título

Depois de uma impressionante série de seis vitórias consecutivas, o Clube Hóquei dos Carvalhos viu a sua invencibilidade ser quebrada na última jornada, ao sair derrotado por 6-2 no pavilhão do Marinhense. Apesar do desaire, a equipa continua na liderança do campeonato, mas enfrenta agora um novo teste de fogo frente ao Famalicense, terceiro classificado, num encontro que pode ser decisivo para as contas do topo da tabela. O jogo está agendado para este sábado, às 18h00, no Pavilhão do Clube Hóquei dos Carvalhos, e promete ser uma batalha intensa entre duas equipas que lutam pelos lugares cimeiros da classificação. Oportunidade para consolidar a liderança O CH Carvalhos continua na primeira posição do campeonato, mas a derrota na última jornada veio reduzir a margem de conforto da equipa. Frente ao Famalicense, os carvalhenses terão uma oportunidade de ouro para aumentar a vantagem pontual e dar um passo importante rumo ao objetivo da subida. Caso conquiste os três pontos, o conjunto orientado por Luís Duarte poderá distanciar-se ainda mais do Famalicense, aumentando a diferença entre as duas equipas para oito pontos. Além disso, o CH Carvalhos pode também beneficiar de um possível deslize do CD Póvoa, que enfrentará o Limianos na mesma jornada. Histórico recente favorece Famalicense Se olharmos para o registo mais recente entre as duas equipas, a última vez que se defrontaram, na 6ª jornada, o Famalicense levou a melhor ao vencer por 2-1, num jogo decidido por um bis do espanhol Iñigo Artacho. Essa derrota foi uma das poucas que o CH Carvalhos sofreu nesta temporada, pelo que o jogo deste sábado surge como uma oportunidade de revanche para os carvalhenses, que procurarão corrigir os erros cometidos nesse encontro e manter o registo vitorioso em casa. Destaques individuais e chaves do jogo A derrota frente ao Marinhense serviu para expor algumas fragilidades da equipa do CH Carvalhos, principalmente na transição defensiva e na eficácia ofensiva. Para voltar aos triunfos, a equipa terá que se apresentar ao seu melhor nível, contando com os seus principais jogadores para fazer a diferença dentro de campo. No lado dos carvalhenses, jogadores como Hélder Martins, um dos artilheiros da equipa, e o experiente Diogo Seixas, têm sido peças fundamentais para a campanha vitoriosa da equipa até agora. Já no Famalicense, Iñigo Artacho continua a ser uma das maiores ameaças ofensivas, tendo já demonstrado a sua qualidade no jogo da primeira volta. O fator casa pode ser um trunfo importante para o CH Carvalhos. A equipa tem sido forte no seu pavilhão, contando com o apoio dos adeptos, o que pode fazer a diferença numa partida equilibrada como esta. Com o campeonato a entrar numa fase decisiva, cada jogo assume um peso enorme nas aspirações das equipas. Com todos estes ingredientes, o jogo deste sábado promete emoção, intensidade e incerteza até ao último minuto. O CH Carvalhos tem a oportunidade de reafirmar a sua posição.

DESPORTO

CAM Ténis de Mesa com vitórias importantes neste fim-de-semana



O Clube Atlântico da Madalena teve um fim de semana de grande sucesso no Campeonato Nacional da 2ª Divisão, ao conquistar duas vitórias importantes em jornada dupla, reforçando a sua posição na tabela classificativa. No primeiro encontro, a equipa da Madalena venceu de forma expressiva a APEE do AE Mundão por 4-0. Já no segundo jogo, o CAM enfrentou um desafio mais equilibrado, mas conseguiu levar a melhor sobre o ADC Os Ugas Ega, triunfando por 4-3. A deslocação ao terreno da APEE do AE Mundão revelou-se produtiva para o Clube Atlântico da Madalena, que dominou a partida do início ao fim. Com uma exibição segura, a equipa visitante impôs o seu ritmo e demonstrou superioridade em todos os momentos do jogo. A organização tática do CAM e a eficácia ofensiva foram determinantes para construir uma vitória folgada por 4-0, que espelhou a diferença de rendimento entre as duas equipas. Além do poder ofensivo, a defesa da Madalena também esteve irrepreensível, garantindo um jogo sem sofrer golos e reforçando a confiança do grupo para o desafio seguinte. Duelo equilibrado contra Os Ugas Ega decidido nos detalhes. Depois da vitória confortável, o CAM enfrentou um desafio mais complicado frente ao ADC Os Ugas Ega. Num jogo marcado pelo equilíbrio e por alternâncias no marcador, a equipa da Madalena soube manter a calma nos momentos decisivos e garantiu mais três pontos preciosos ao vencer por 4-3. O encontro foi emocionante, com as duas equipas a procurarem o triunfo e a demonstrarem grande competitividade. O Clube Atlântico da Madalena esteve sempre focado e, mesmo com a pressão adversária, conseguiu gerir a vantagem e sair vitorioso.

Equipa feminina do CH Carvalhos nos quartos da Taça de Portugal

A equipa feminina do Clube de Hóquei dos Carvalhos garantiu, no passado dia 28 de fevereiro, a passagem aos quartos-de-final da Taça de Portugal de hóquei em patins, após uma vitória emocionante sobre o Infante Sagres nas grandes penalidades. Num jogo equilibrado e disputado até ao último minuto, as jogadoras orientadas por Duarte Bandeira demonstraram determinação e espírito de equipa, conseguindo a qualificação para a próxima fase da competição. O próximo desafio da equipa carvalhense será frente ao Stuart Massamá, formação que milita na primeira divisão (Zona Sul) e que promete ser um adversário de grande exigência. O encontro está agendado para o dia 15 de março, às 18h00, no Pavilhão Professor João Campelo, em Queluz. Com a Taça de Portugal a entrar numa fase decisiva, ambas as equipas irão procurar garantir um lugar nas meias-finais, o que antecipa uma partida de elevada intensidade e emoção. A vitória contra o Infante Sagres refletiu o crescimento e a resiliência da equipa do CH Carvalhos, que se tem afirmado como um conjunto competitivo no panorama do hóquei feminino. O jogo dos oitavos-de-final foi marcado pelo equilíbrio entre as duas formações, terminando empatado no tempo regulamentar e prolongamento, obrigando à decisão através das grandes penalidades. A equipa carvalhense mostrou frieza e eficácia na hora decisiva.

4 Golos assinalam 4 Vitórias Consecutivas do Valadares Gaia



No passado domingo, a equipa feminina do Valadares Gaia Futebol Clube conquistou mais uma vitória expressiva ao derrotar o Clube da Albergaria por 4-0. A partida, que teve início às 15h, realizou-se no Estádio do Mergulhão, em Oliveira de Azeméis, e integrou-se na jornada do Campeonato Nacional Feminino BPI. O destaque do encontro foi a avançada Jennie Lakip, de 34 anos, que brilhou ao apontar todos os quatro golos da sua equipa, confirmando o excelente momento de forma que atravessa. Esta vitória consolida a posição do Valadares Gaia na competição e reforça a sua candidatura a um dos lugares cimeiros da tabela. Domínio absoluto e eficácia ofensiva Desde o apito inicial, a equipa de Vila Nova de Gaia impôs um ritmo intenso e dominou a posse de bola, explorando a velocidade das suas jogadoras para criar perigo na área adversária. A pressão alta exercida pelo Valadares obrigou o Clube da Albergaria a cometer erros defensivos, o que facilitou a abertura do marcador. O primeiro golo surgiu ainda na primeira parte, com Jennie Lakip a aproveitar uma falha da defesa adversária para inaugurar o placar. A norte-americana voltou a ser protagonista pouco depois, ao marcar o segundo golo num remate certeiro dentro da grande área. Na segunda parte, o Valadares Gaia manteve o domínio do jogo e conseguiu ampliar a vantagem. Lakip voltou a demonstrar a sua veia goleadora ao assinar mais dois tentos, fechando o marcador em 4-0 e garantindo uma vitória categórica para a sua equipa. Quarta vitória consecutiva e boa fase na Liga BPI Com este triunfo, o Valadares Gaia alcançou a quarta vitória consecutiva no Campeonato Nacional Feminino BPI, consolidando-se como uma das equipas em melhor forma na competição. A sequência positiva reflete não apenas a qualidade individual das jogadoras, mas também a solidez tática implementada pela equipa técnica. O clube valadarense tem demonstrado um futebol consistente e eficaz, com um ataque produtivo e uma defesa bem organizada. O desempenho da equipa nos últimos jogos tem sido essencial para a sua ascensão na tabela classificativa, alimentando a ambição de conquistar um lugar de destaque na competição. A avançada Jennie Lakip foi, sem dúvida, a grande figura do encontro. Com um registo impressionante de quatro golos num só jogo, a jogadora norte-americana confirmou o seu estatuto de peça-chave no esquema ofensivo do Valadares Gaia. Lakip, que já havia sido determinante em jogos anteriores, continua a demonstrar a sua capacidade de finalização e a sua importância para a equipa. A sua experiência e qualidade técnica fazem dela uma referência dentro de campo e um dos principais trunfos do clube na luta pelos seus objetivos na Liga BPI. Próximos desafios e ambições do Valadares Gaia Após esta vitória convincente, o Valadares Gaia prepara-se para os próximos desafios na Liga BPI, com a ambição de manter a boa forma e continuar a somar pontos na competição. O foco da equipa está agora no próximo jogo, onde procurará dar continuidade ao excelente momento e reforçar a sua posição na tabela. Com um grupo coeso, uma equipa técnica competente e jogadoras em grande nível, o Valadares Gaia reafirma-se como uma das formações mais competitivas do futebol feminino nacional.

Taça de Portugal Generali Tranquilidade: Valadares Gaia recebe Rio Ave

Os quartos de final da Taça de Portugal Generali Tranquilidade prometem emoções fortes nos dias 22 e 23 de março, com destaque para o confronto entre o Valadares Gaia e o Rio Ave, que se realiza no domingo, dia 23 de março, no Estádio Municipal Dr. Jorge Sampaio, em Pedroso, às 14h00. A equipa do Valadares Gaia, única representante do concelho de Vila Nova de Gaia ainda em prova, enfrenta um desafio de peso frente ao conjunto vilacondense, que compete na segunda divisão nacional. Ambas as equipas chegam a esta fase da competição motivadas pelos bons resultados na ronda anterior e com a ambição de garantir um lugar nas meias-finais, onde poderão defrontar um dos gigantes do futebol feminino português: Benfica ou Sporting. Na fase anterior, o Valadares Gaia garantiu um triunfo suado diante do Estoril Praia, vencendo por 1-0 num jogo bastante equilibrado. A equipa gaiense demonstrou uma organização defensiva sólida e conseguiu aproveitar uma das poucas oportunidades de golo para seguir em frente na prova. Já o Rio Ave teve uma exibição avassaladora ao golear o Feirense por 6-0, demonstrando um forte poder ofensivo e um ritmo de jogo intenso. A equipa vilacondense, apesar de atuar numa divisão inferior, tem demonstrado qualidade ao longo da competição e surge como um adversário perigoso para as gaianenses. Histórico entre as equipas e favoritismo Valadares Gaia e Rio Ave já se defrontaram em outras ocasiões, mas este será um jogo especial, dado o peso da competição e o que está em jogo. O favoritismo recai sobre a formação gaiense, que compete no escalão superior do futebol português e tem um plantel mais experiente, mas o Rio Ave tem vindo a demonstrar uma grande capacidade competitiva, podendo causar dificuldades à equipa da casa. A jogar perante os seus adeptos, o Valadares Gaia espera contar com o apoio das bancadas para ganhar vantagem psicológica e dominar o jogo. O fator casa poderá ser determinante para garantir a passagem às meias-finais.

Alexandra Fernandes com excelentes resultados no passado fim-de-semana

No passado fim de semana, 7 e 8 de março, decorreu em Ansião o Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance, uma das provas mais desafiantes do calendário nacional de trail running. Organizada pelos Ansibikers, a competição contou com a participação dos melhores atletas da modalidade, que enfrentaram um percurso de 116 km pelas exigentes paisagens das Terras de Ansião Ultra Trail. Entre os grandes destaques da prova, a atleta Alexandra Fernandes, natural de Vila Nova de Gaia, brilhou ao sagrar-se Vice-Campeã Nacional na classificação geral feminina. Além disso, na categoria F55, conquistou o título de Campeã Nacional, reforçando a sua posição como uma das melhores atletas de resistência do país. A prova de trail ultra endurance exige dos atletas não só uma excelente preparação física, mas também uma forte resistência mental. O percurso, com um total de 116 km, atravessou terrenos técnicos, subidas íngremes e condições climatéricas desafiantes, tornando cada quilómetro um verdadeiro teste de resistência. Alexandra Fernandes, que já conta com várias participações em provas de longa distância, demonstrou uma performance notável, mantendo um ritmo consistente ao longo das várias horas de corrida e superando adversidades para garantir o lugar no pódio. "Foi uma prova dura, mas muito gratificante. Conseguir o título no meu escalão e ainda ser Vice-Campeã Nacional é um orgulho enorme. A preparação para esta competição exigiu muito esforço e dedicação, e é sempre uma honra representar Gaia nestas provas de resistência", afirmou a atleta. Um feito histórico para Gaia. O desempenho de Alexandra Fernandes reforça o crescimento e a qualidade dos atletas de trail em Vila Nova de Gaia. O município tem sido cada vez mais representado em competições nacionais e internacionais, com atletas que demonstram talento e determinação. Além de Alexandra Fernandes, o Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance 2025 contou com a presença de dezenas de corredores de elite, que percorreram as paisagens naturais de Ansião num dos mais difíceis desafios da modalidade. A prova, organizada pelos Ansibikers, decorreu com grande sucesso, consolidando-se como um evento de referência no panorama do trail nacional. Com este resultado, Alexandra Fernandes junta mais um título ao seu currículo e reforça o seu compromisso com o trail running. A atleta promete continuar a desafiar os seus limites e a representar Gaia nas provas mais exigentes do país. A conquista da Vice-Campeã Nacional e o título no escalão F55 são um testemunho da sua dedicação, resistência e paixão pelo desporto. Para os amantes do trail, o exemplo de Alexandra Fernandes é uma inspiração, provando que, independentemente da idade, a determinação e a disciplina podem levar a feitos extraordinários. Entre os grandes destaques da prova, a atleta Alexandra Fernandes, natural de Vila Nova de Gaia, brilhou ao sagrar-se Vice-Campeã Nacional na classificação geral feminina. Alexandra Fernandes, que já conta com várias participações em provas de longa distância, demonstrou uma performance notável.



DÉRBI PRÓXIMO DOS LUGARES DE DESCIDA

Este domingo, pelas 15h30, o Estádio Manoel Marques Gomes será palco de um confronto crucial para a luta pela manutenção na Hyundai Liga Pro da AF Porto. O Sport Canidelo recebe o Vila na 26ª jornada da competição, num embate onde os três pontos podem fazer toda a diferença na tabela classificativa. As duas equipas entram em campo separadas por apenas três pontos, com os canidelenses a somarem 31 pontos e o Vila a contabilizar 28, situando-se apenas uma posição acima da zona de despromoção. O equilíbrio pontual entre as equipas reforça a importância deste encontro, que poderá definir o rumo de ambas para as jornadas finais do campeonato. O Vila chega a este duelo motivado, depois de um resultado surpreendente na última jornada, ao vencer o Nogueirense, atual terceiro classificado, por 2-1. Os golos da formação vilanovense foram apontados por Agustín Guerra e Diogo Pêra, numa exibição segura que garantiu três pontos fundamentais na luta pela permanência. Já o Sport Canidelo saindo derrotado na deslocação ao terreno do Aliança de Gandra, com um desfecho de 3-2. Apesar do esforço da equipa orientada por José Costa, a derrota comprometeu a sua margem e aumentou a pressão para a partida deste domingo. A reta final da Hyundai Liga Pro aproxima-se e cada ponto conquistado pode ser determinante

LUÍS FILIPE MACHADO TOP 20 NOS CAMPEONATOS TERRITORIAIS SENIORES

O nadador Luís Filipe Machado, em representação do clube AP Vila D'Este/Águas de Gaia, destacou-se na sua estreia em piscina longa nos Campeonatos Territoriais Juvenis, Juniores e Absolutos, que decorreram de 14 a 16 de março de 2024 nas Piscinas da Póvoa de Varzim. A competição, organizada pela Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP), contou com a participação de 418 nadadores em representação de 28 clubes. A presença de Luís Filipe Machado foi marcada por um desempenho sólido e surpreendente, garantindo-lhe um lugar no top 20 da competição no escalão de Seniores. A adaptação à piscina de 50 metros revelou-se um desafio superado com sucesso, consolidando a sua evolução no panorama da natação regional. A estreia de Luís Filipe Machado aconteceu na prova dos 100 metros Livres, onde terminou na 17.ª posição com um tempo de 1:04.83 minutos, somando 377 pontos. Um registo que demonstrou a sua consistência e capacidade de adaptação às novas condições da piscina longa. Na prova dos 50 metros Livres, o nadador voltou a evidenciar progresso, ao alcançar a 19.ª posição com um tempo de 28.76 segundos, superando em cerca de um segundo a sua melhor marca obtida em piscina curta. Este resultado mostrou não apenas a sua melhoria técnica, mas também um indicador positivo para futuras competições neste formato. O ponto alto da participação de Luís Filipe Machado surgiu na prova dos 50 metros Mariposa, onde conseguiu um tempo de 30.45 segundos, garantindo a 20.ª posição e somando 391 pontos.

Colégio de Gaia eliminado da Taça de Portugal, Almeida Garrett defronta Passos Manuel nos quartos

O último fim de semana ficou marcado pela disputa de seis dos oito jogos dos oitavos de final da Taça de Portugal de Andebol Feminino. A competição, que reúne equipas de vários escalões do andebol nacional, continua a proporcionar encontros equilibrados e de grande intensidade, com algumas surpresas pelo caminho. Entre as equipas que participaram nesta fase, estavam duas formações do concelho de Vila Nova de Gaia: o Colégio de Gaia e o Almeida Garrett. No entanto, o destino de ambas foi distinto, com uma a seguir em frente e a outra a despedir-se da prova. O Colégio de Gaia, uma das equipas mais experientes do andebol feminino português, viajou até Braga para defrontar o ABC, numa partida que prometia ser equilibrada. A formação de gaia entrou determinada em busca do apuramento para a fase seguinte, mas encontrou pela frente um adversário aguerrido, que soube tirar partido do fator casa para conquistar a vitória. O jogo foi disputado a um ritmo intenso, com as equipas a alternarem no marcador durante a primeira parte. O ABC conseguiu chegar ao intervalo com uma ligeira vantagem, obrigando o Colégio de Gaia a correr atrás do resultado na segunda metade do encontro. Apesar da entrega e da luta da equipa visitante, a formação bracarense demonstrou maior eficácia nos momentos decisivos, acabando por vencer por 27-23. Com este resultado, o Colégio de Gaia despede-se da Taça de Portugal, focando-se agora nos desafios que se seguem no campeonato.

Atleta mostra cartão branco ao árbitro

O encontro entre o FC Termas São Vicente e o AC Gervide, a contar para a competição de Sub-13, ficou marcado por um gesto de grande desportivismo. No final da partida, o capitão da equipa visitante, Couto, entregou um cartão branco ao árbitro Albino Rocha, reconhecendo o seu desempenho exemplar durante o jogo. A distinção, que visa enaltecer atitudes de fair play e conduta ética no desporto, destacou a postura pedagógica do árbitro, que ao longo dos 90 minutos demonstrou espírito formativo, explicando as suas decisões com clareza e imparcialidade. Esta abordagem permitiu que os jovens atletas compreendessem melhor as regras e o funcionamento do jogo, contribuindo para um ambiente mais positivo e educativo dentro das quatro linhas. O cartão branco, uma iniciativa promovida pela Federação Portuguesa de Futebol, tem vindo a ganhar destaque no panorama desportivo nacional, incentivando boas práticas e promovendo valores fundamentais como o respeito, a transparência e a integridade. O gesto do AC Gervide demonstra o reconhecimento da importância de uma arbitragem que vá além da simples aplicação das regras, valorizando também a sua componente didática, especialmente em competições de formação. A atitude do árbitro Albino Rocha serviu de exemplo para todos os presentes, reforçando a ideia de que a arbitragem pode e deve ser um elemento ativo na formação dos jovens atletas, contribuindo para um futebol mais justo e esclarecido.



OPINIÃO

Dia Mundial da Incontinência Urinária



A incontinência urinária é uma entidade muito prevalente; estima-se que afete até 17% das mulheres com mais de 20 anos e até 38% das mulheres acima de 38 anos. Nos homens a prevalência não está tão bem documentada, mas estima-se que atinja até 34% na população com mais de 65 anos. É cerca de 2 vezes mais frequente na mulher e aumenta com a idade, sendo particularmente elevada na população de mulheres institucionalizadas, podendo atingir quase 80%. Não obstante, apenas 25 a 61% procuram cuidados de saúde. Alguns estudos têm vindo a sugerir que a incontinência no homem poderá ter um impacto social e emocional e na qualidade de vida superior ao da mulher, sendo, contudo, objetivada uma procura ainda menor de cuidados de saúde (aproximadamente metade da procura nas mulheres). A incontinência possui um impacto na saúde, que vai além da perda urinária em si, associando-se a complicações locais como infeções, úlceras cutâneas e até quedas e fraturas (sobretudo nos doentes com urgência miccional). Outro dado importante é o seu impacto na qualidade de vida e participação em atividades profissionais, lúdicas e sociais, associando-se com frequência a depressão, ansiedade, isolamento social e diminuição da participação, levando a um maior risco de institucionalização. É também causa de elevados custos em saúde, quer custos diretos, quer custos com assistência de cuidadores, quer por restrição da participação e absentismo precoces. Existem fatores de risco, como por exemplo: a idade (o principal), obesidade, gravidez, número e tipo de parto, história familiar, consumo de tabaco, álcool, alguns medicamentos, obstipação crónica, diabetes, algumas doenças neurológicas, menopausa, cirurgias pélvicas, radioterapia e reduzida mobilidade. Existem três tipo de incontinência urinária: esforço, urgência e mista. Na incontinência de esforço a perda é precedida de um aumento da pressão abdominal durante atividades como tossir, espirrar, gargalhada, transporte e manipulação de cargas. Na de urgência, a perda é precedida por uma vontade urgente e imperiosa de urinar. Por fim, temos a incontinência mista, a mais frequente, que resulta da combinação das anteriores. O diagnóstico é realizado por um médico, não sendo habitualmente necessários exames . O doente deve ser encaminhado para consulta de médico fisiatra, que irá avaliar e decidir o tratamento mais adequada a cada doente. As principais associações científicas recomendam o tratamento conservador/reabilitação

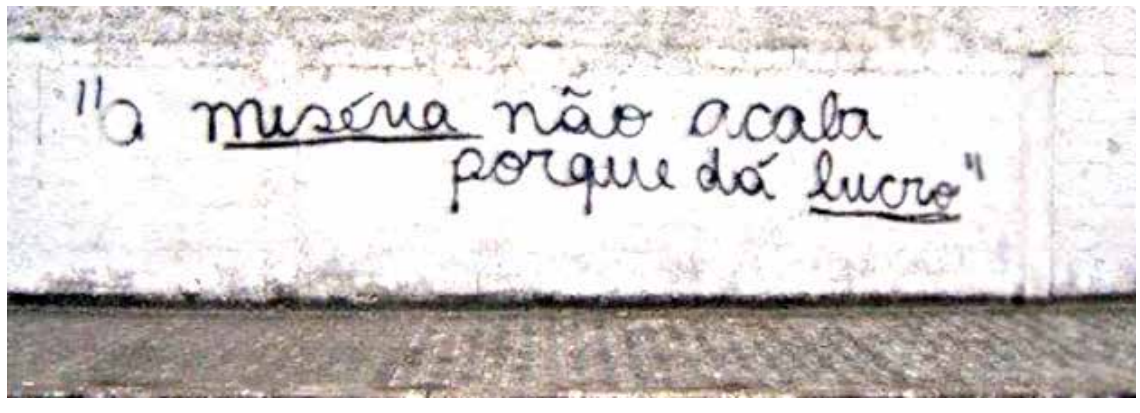
PUB



Diabetes e doença renal



A Diabetes é uma doença crónica que atinge milhares de pessoas. Estima-se que existam cerca de 537 milhões de pessoas com Diabetes no mundo, segundo a Federação Internacional da Diabetes (IDF) e em Portugal, os últimos dados, apontam para 14.1% da população portuguesa com Diabetes, o que representa cerca de 1.1 milhão de portugueses. A problemática da Diabetes não se resumo ao facto da pessoa com Diabetes ter uma alteração da glicemia mas sim das consequências desta alteração metabólica e de todas as lesões nos diferentes órgãos e sistemas que a hiperglicemia induz. A hiperglicemia causa alterações nos vasos sanguíneos que conduzem a lesões micro e macrovasculares extensas que são responsáveis pelas principais complicações associadas à Diabetes tais como retinopatia, neuropatia, nefropatia e ainda pelo aumento da incidência de Enfarte Agudo do Miocárdio e Acidente Vascular Cerebral. A propósito do Dia Mundial do Rim, a 10 de março, debruçamo-nos um pouco sobre a Doença Renal Crónica (DRC) associada à Diabetes ou Nefropatia Diabética. A Diabetes é uma das principais causas de Doença Renal Crónica, sendo que 30 a 40% da população diabética tem DRC de acordo com dados da IDF. O que para Portugal representa cerca de 385 mil pessoas com Nefropatia Diabética. Segundo a IDF, entre 1990 e 2017 verificou-se um aumento de 74% nos novos casos de DRC associada à Diabetes tipo II. A prevalência da Nefropatia Diabética aumenta com a idade, com o tempo de duração da Diabetes bem como com o inadequado controle metabólico. A lesão renal resulta diretamente da hiperglicemia bem como de outras condições associadas à Diabetes como Hipertensão arterial, Dislipidemia ou Tabagismo que exacerbam o declínio da função renal. As pessoas com DRC tem maior risco de doenças cardiovasculares e morte. Clinicamente a doença manifesta-se por um cansaço de agravamento progressivo, falta de apetite, náuseas ou vómitos, aumento da frequência urinária, sangue na urina, edema periférico e peri-ocular, alteração da tensão arterial e hálito cetónico, já numa fase mais avançada. A primeira manifestação é a perda de albumina na urina. O diagnóstico deve ser realizado o mais precocemente possível por forma a prevenir o avanço da doença e a reduzir a gravidade da mesma. O diagnóstico é baseado no valor da creatinina sérica e da relação albumina/creatinina (RAC) na urina. A ecografia renal permite avaliar a estrutura do rim que também é afetada pela DRC pelo que também tem um papel diagnóstico. A DRC divide-se em 5 estadios de gravidade sendo que o estádio terminal carece de substituição da função do rim por diálise ou por transplante de órgão, com custo económicos, sociais e familiares para os doentes e para a comunidade em geral, muito elevados.



A miséria no centro de Valadares

É em Valadares, bem no centro da freguesia. Ao lado da Farmácia Central, uns metros abaixo do mesmo lado. Uma idosa e uma pessoa do sexo masculino de meia idade (com alguma deficiência) vivem na maior das misérias. Ambos são bem conhecidos de parte da população. O cenário do interior da casa é indiscritível, difícil de imaginar. A ausência total de salubridade é do terceiro mundo...não existem palavras, falta agora saber se a alimentação é suficiente e adequada. É a miséria escondida. Daqueles que não tem voz. Um casal que me abordou está a fazer chegar este caso às instâncias devidas. Nós, Valorizar vencer Valadares, vamos fazer o mesmo, porque afinal é o mínimo que nos podem exigir.

REPORTAGEM

O Cabeças - Senhora das Sandes: nova casa de petiscos inaugurada em Pedroso com presença de autarcas

A freguesia de Pedroso, em Vila Nova de Gaia, passou a contar com um novo ponto de encontro gastronómico e de convívio: O Cabeças – Senhora das Sandes, um estabelecimento que promete conquistar os paladares dos moradores locais e visitantes com uma oferta variada de sandes, petiscos e sabores tradicionais. A inauguração decorreu na passada terça-feira, dia 1 de abril, e contou com a presença de figuras autárquicas de relevo, como o Presidente da União de Freguesias de Pedroso e Seixezelo, Filipe Silva Lopes, e o Presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, Eduardo Vítor Rodrigues.



O novo espaço gastronómico, situado numa das zonas mais centrais da freguesia de Pedroso, foi idealizado para oferecer uma experiência informal, acolhedora e recheada de sabores bem portugueses. O nome peculiar – O Cabeças – Senhora das Sandes – é já um convite à descoberta e reflete o carisma e irreverência do conceito do projeto, pensado para atrair públicos de diferentes idades e gostos.















Durante a cerimónia de inauguração, os responsáveis do estabelecimento manifestaram a sua satisfação pela concretização deste sonho, destacando o empenho em criar um local que, para além de restaurante, seja também um espaço de proximidade com a comunidade. "Queremos ser mais do que um lugar para comer. Queremos ser um ponto de encontro, um espaço onde os clientes se sintam em casa e onde cada sande conte uma história", afirmou um dos fundadores de O Cabeças.

O evento inaugural reuniu dezenas de pessoas, entre familiares, amigos, representantes locais e membros da comunidade, num ambiente de celebração e entusiasmo. O Presidente da União de Freguesias de Pedroso e Seixezelo, Filipe Silva Lopes, saudou a iniciativa empreendedora e reforçou o papel positivo que novos negócios desempenham na dinamização da economia local. "É com enorme orgulho que assistimos à abertura de espaços como este, que apostam na qualidade, na criatividade e no talento local. Esta abertura representa um sinal de vitalidade e confiança na freguesia", afirmou. Já o Presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, Eduardo Vítor Rodrigues, destacou a importância de projetos de empreendedorismo que, além de gerarem postos de trabalho, contribuem para o fortalecimento da identidade gastronómica do concelho. "A gastronomia faz parte do património imaterial de um povo e este tipo de estabelecimentos têm um papel fundamental na preservação dos sabores tradicionais e na oferta de experiências autênticas a quem nos visita. Parabéns aos promotores por este passo e votos de muito sucesso", sublinhou.

Com um menu diversificado que privilegia ingredientes de qualidade e receitas bem portuguesas, O Cabeças promete conquistar os apreciadores de boas sandes, desde as mais clássicas às combinações mais ousadas. A carta inclui ainda opções vegetarianas, acompanhamentos.

SEDE DA REDAÇÃO: Rua 5 de Outubro 2524 - 4430-794 Avintes **DIRETOR:** Fernando Fonseca **CORPO REDATORIAL:** Armindo Costa, Ester Silva Santos **COLABORADORES/ESTAGIÁRIOS:** Diogo Nunes, Afonso Barbosa
PROJECTO GRÁFICO Terras de Gaia **PROPRIETÁRIO E EDITOR:** Letras e Figuras -Comunicação e Fotografia Unip, Lda, Rua Jorge Dias, 146 - 5º Dto - 4400-404 Canidelo **Nº DE REGISTO:** 126337
DEPOSITO LEGAL: 498673/22 **IMPRESSÃO:** Luso Ibéria – Avenida da República Nº6 ,1º Esquerdo, 1050-191, Lisboa; **EMAIL** comercial@lusoiberia.eu; **TEL** 914605117 **TIRAGEM MÉDIA:** 1.000 exemplares
NIF: 513992367 **DEP. COMERCIAL E IMAGEM:** José Luís (934456429) **EMAIL:** comercialtgjoseluis@gmail.com **TELEFONES:** 919 191 099 **EMAIL:** jornalterrasdegaia@gmail.com
ESTATUTO EDITORIAL disponível on-line: www.terrasdegaia.pt **ESTATUTO EDITORIAL:** Disponível on-line: www.terrasdegaia.pt

Seja você mesmo o nosso repórter. Envie notícias/opiniões para **jornalterrasdegaia@gmail.com**

Castelo de Gaia com melhor mobilidade

Na manhã da passada quarta-feira, foi inaugurada a Intervenção Integrada do Castelo de Gaia, um projeto que trouxe uma nova vida a um dos locais mais emblemáticos do concelho. A reabilitação deste espaço histórico incluiu a instalação de escadas rolantes e elevadores, facilitando a deslocação entre a cota baixa e a cota alta, além de outras intervenções que promovem a acessibilidade e a valorização da zona. O projeto, que representou um investimento total de 3,5 milhões de euros,



foi financiado por fundos comunitários no âmbito do PEDU (Plano Estratégico de Desenvolvimento Urbano), Norte 2020 e Feder, evidenciando a aposta na regeneração urbana e na mobilidade sustentável. Um dos aspetos mais inovadores desta obra foi a instalação de escadas rolantes e elevadores, que podem ser acedidos através da Rua Pereira da Costa e da Rua Fonte Nova. Estas infraestruturas permitem melhorar significativamente a mobilidade dentro da zona histórica, beneficiando moradores, visitantes e turistas que circulam entre diferentes níveis da cidade. A intervenção não se limitou à mobilidade. Com uma preocupação abrangente pela requalificação do património edificado, o projeto contemplou ainda a transformação de um edifício de habitação unifamiliar em duas frações destinadas ao Programa de Arrendamento Acessível. Esta medida visa contribuir para a fixação de população no centro urbano, promovendo habitação a preços mais acessíveis. Outra vertente importante foi a reabilitação do edifício do lavadouro e dos balneários comunitários, estruturas que fazem parte da memória coletiva da freguesia e que agora ganham uma nova vida, preservando a identidade do espaço e oferecendo melhores condições à comunidade.

75 Anos de Histórias e Viagens: Avintes Celebra o Grupo Excursionista

A Junta de Freguesia de Avintes foi palco no dia 7 de Fevereiro de uma viagem no tempo. A exposição comemorativa dos 75 anos de existência do Grupo Excursionista, fundado em 1949 por Joaquim Gonçalves da Silva Moura, trouxe à memória momentos marcantes de gerações que, ao longo das décadas, fizeram destas excursões muito mais do que simples passeios: tornaram-nas verdadeiras experiências de convívio e descoberta.

A iniciativa teve como principal objetivo homenagear o fundador Joaquim Moura e todos aqueles que, ao longo dos anos, participaram e contribuíram para a história deste grupo. Fotografias antigas, relatos emocionantes e objetos simbólicos estiveram expostos, permitindo aos visitantes reviver momentos especiais e compreender a evolução do excursionismo na freguesia. Desde a sua criação, o Grupo Excursionista de Avintes foi sinónimo de aventura, cultura e união. Nos primeiros anos, com recursos limitados, as viagens eram organizadas com grande esforço e dedicação, mas o entusiasmo nunca faltou. Ao longo das décadas, o grupo cresceu, modernizou-se e adaptou-se às novas realidades, mantendo sempre o espírito de partilha e amizade que o caracteriza. Atualmente, o legado de Joaquim Moura continua vivo, agora sob a liderança do seu filho, Manuel Moura, que mantém o compromisso de preservar a tradição e a essência do grupo. "Este evento não é apenas uma celebração do passado, mas também do presente e do futuro. O grupo continua ativo, com novas excursões e novas histórias por contar", afirmou Manuel Moura durante a inauguração da exposição. O evento foi, acima de tudo, uma homenagem ao homem que tornou possível esta jornada. Joaquim Moura foi recordado com carinho e admiração pelos muitos presentes, que destacaram a sua dedicação e paixão por proporcionar momentos inesquecíveis à comunidade. Além do fundador, a exposição prestou tributo a todos os excursionistas que fizeram parte desta história. Para muitos, estas viagens representaram mais do que lazer – foram oportunidades de conhecer novos lugares, fortalecer amizades e criar memórias que perduram no tempo.

publicidade





"Territórios de Mediação"

No próximo dia 12 de março, a Casa-Museu Teixeira Lopes/Galerias Diogo de Macedo, em Vila Nova de Gaia, será palco de uma ação de formação dinamizada pelo Coletivo Arrisca. O evento, que decorrerá entre as 17h30 e as 20h30, tem como principal objetivo a partilha de abordagens e ferramentas de mediação cultural, com foco no património e na história deste emblemático espaço museológico. A formação promovida pelo Coletivo Arrisca, uma entidade reconhecida pelo seu trabalho na área da mediação cultural e patrimonial, pretende aproximar o público das narrativas e memórias associadas à Casa-Museu Teixeira Lopes. Durante a sessão, serão apresentadas metodologias inovadoras e estratégias interativas para envolver diferentes tipos de públicos na valorização e interpretação do património cultural. A Casa-Museu Teixeira Lopes, inaugurada em 1933, é um dos espaços culturais mais emblemáticos de Vila Nova de Gaia. O museu, instalado na antiga residência e atelier do escultor António Teixeira Lopes, alberga um vasto acervo de escultura, pintura e artes decorativas, sendo um ponto de referência para investigadores, estudantes e amantes da arte e do património. A ação de formação destina-se a profissionais da área da cultura, educadores, estudantes e público em geral interessado na mediação do património e na história da Casa-Museu. A participação no evento é gratuita, a inscrição é obrigatória devido à limitação de lugares.