

"Uma equipa ao seu dispor."

Póvoa SEMÁNÁRIO

www.povoasemanario.pt

Diretor: José Gomes Alves | Quinzenal | Fundado em 28 Outubro 1998 | Preço avulso: 0,90€ | Série 2 | Nº 8 | 29 Janeiro 2015

ATUALIDADE

**Passos Coelho
desiludiu pescadores**

→ PÁGINAS 12 e 13

**Câmara recusa mais
competências do
Governo, assegura
Luís Diamantino**

→ PÁGINA 5

ALUNOS PASSAM DEMASIADO TEMPO NA ESCOLA

David Justino foi o orador na conferência De Pais para Pais

→ PÁGINA 5



CULTURA



**Guilherme d'Oliveira
Martins vai estar na
Conferência de
Abertura do
Correntes d'Escritas**

→ PÁGINA 11

ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL APRESENTOU PLANO PARA 2015

→ PÁGINAS 6 e 7



**Empresários podem
candidatar-se
a verbas europeias
através da AEPVZ**

CA JUNIORES

ABRE A TUA
POUPANÇA E GANHA
UM MEALHEIRO
CRISTAS



LEVANTA A CRISTA
E POUPA COMO
GENTE GRANDE

Campanha Válida até 30/01/2015

Para mais informações, consulte a sua Agência ou:
Linha Directa 808 20 60 60
www.creditoagricola.pt

CA
Crédito Agrícola
O Banco nacional
com pronúncia local
Desde 1911

Espaço Saúde

Controle a Hormona da Fome!

Foi uma adolescente obesa. Atualmente é treinadora da versão americana do programa televisivo «Peso Pesado». Jillian Michaels nunca desistiu do objetivo de emagrecer e, depois de anos de pesquisa científica e muitas horas passadas no ginásio, percebeu que, para conseguir perder peso, o segredo residia em reequilibrar as hormonas, dominando o metabolismo.

Assim, a especialista em fitness criou um programa em três passos que permite perder até quatro quilos por mês, programa esse que deu origem ao livro «Domine o seu metabolismo», editado em Portugal pela Lua de Papel.

Hábitos e alimentos que deve evitar:

-Álcool

«Um estudo demonstrou que os alcoólicos têm níveis mais elevados de grelina», refere Jillian Michaels. Evite cerveja, vinho e bebidas licorosas.

-Alimentos com muito poucas calorias

«Não se deixe tentar pela ideia de perder peso rapidamente, recorrendo a bebidas e barras proteicas para substituição das refeições. Cortar calorias drasticamente deixá-lo-á sempre com fome», salienta a treinadora.

-Snack fora de horas

«Um estudo concluiu que comer à noite aumenta os níveis de grelina. Uma vez que níveis mais baixos de grelina induzem o sono, comer à noite mantê-lo-á acordado. Apenas uma de muitas razões para evitar comer fora de horas. Não coma snacks depois das 21h», recomenda a treinadora do «Peso Pesado».

-Gordura

«Os hidratos de carbono suprimem a grelina mais depressa e mais intensamente; a proteína provoca uma diminuição mais lenta da grelina, mas mais prolongada. As gorduras, por outro lado, têm o pior desempenho. São incomparavelmente menos eficazes a suprimir a grelina que os hidratos de carbono ou a proteína, o que pode também explicar porque é que as dietas ricas em gordura conduzem ao aumento de peso», acrescenta.

-Onde é produzida a grelina?

«No estômago, no duodeno e na parte superior do intestino delgado. Sempre que tem fome, está prestes a comer, ou a pensar nisso, o intestino liberta grelina. Esta viaja até ao hipotálamo e estimula o neuropeptídeo Y, que aumenta o seu apetite e diminui a queima metabólica. A grelina tem, no entanto, uma vantagem. Estimula a hipófise a libertar a hormona do crescimento», explica Jillian Michaels. «O seu corpo precisa de grelina para conseguir cumprir os estágios necessários do sono. Sem a progressão correta, não chegará ao estágio 4 do sono, durante o qual o seu corpo segrega a maior quantidade de hormona do crescimento, nem ao sono REM», acrescenta a treinadora.

-O que desregula a hormona da fome?

Conheça os principais fatores desreguladores:

- Comer demasiada gordura
- Compulsão alimentar
- Dormir menos de oito horas
- Níveis baixos da tiroide
- Não comer proteínas ou hidratos de carbono suficientes
- Dieta extrema e/ou saltar refeições
- Stress



Quatro estratégias que controlam a hormona da fome

1. Faça pequenos-almoços substanciais. «Um estudo demonstrou que quem ingeriu um pequeno-almoço mais calórico produziu 33 por cento menos grelina, ao longo do dia», refere Jillian Michaels, que sugere que opte por «uma tigela de papas de aveia, metade de uma banana às rodela e um iogurte pequeno magro».

2. Ingira hidratos de carbono complexos e fibra. «A insulina e a grelina estão associadas. Se a insulina sobe, a grelina desce», justifica a treinadora. «Um estudo concluiu que o pão era o alimento mais eficaz a manter baixos os níveis de grelina», sublinha.

3. Coma em horários regulares. «Os níveis de grelina sobem e descem nos horários habituais das suas refeições. Comer a horas evita a ocorrência de picos de grelina», acrescenta. «Mantenha algumas amêndoas ou outros frutos secos consigo. Quando estiver com pressa, coma uma pequena quantidade às refeições», aconselha Jillian Michaels.

4. Consuma alimentos volumosos e baixos em calorias. «Os níveis de grelina permanecem altos até o seu estômago estar dilatado com a comida ingerida, fazendo-o sentir-se cheio. Alimentos volumosos e baixos em calorias reduzem os níveis de grelina muito antes de ter comido demais», explica a treinadora. «Todos os vegetais verdes e quaisquer alimentos com alto teor de água contam como alimentos volumosos e baixos em calorias. Salada ou sopas no início da refeição farão descer os níveis de grelina», sugere.

(Fonte: <http://lifestyle.sapo.pt>)

Gala Rangers enalteceu empenho de 15 anos

A II Gala Ranger decorreu no último sábado, com o auditório da Póvoa de Varzim quase lotado. A iniciativa do Rangers da Póvoa de Varzim contou com vários momentos de música, dança e de entrega de prémios, bem como da apresentação de projetos da associação para 2015.

Esta gala incidiu sobre as comemorações do 15º aniversário da coletividade e foi apoiada pela Casa da Juventude da Póvoa de Varzim, onde esteve patente uma exposição dos 15 anos do clube.

Os premiados desta Gala foram cinco. O Ranger Fairplay, escolhido pelo voto dos sócios, foi para Tiago Oliveira. De igual escolha dos sócios foi o prémio Ranger Empenho, entregue a Rui Leal.

O Ranger Tributo, escolhido pela direção do clube e cuja distinção pretende enaltecer entidade ou personalidade que marca a instituição, foi entregue a António Eiras, a pessoa que cedeu o terreno usado pelos Rangers, nos primeiros 11 anos.

Recruta do Ano foi atribuído a Nuno Silva. Este é um galardão que resulta da soma dos pontos acumulados nas tarefas/provas pelos sócios integrados em 2014. O prémio Ranger do Ano foi entregue a Ricardo Moreira. É um galardão que resulta da soma dos pontos acumulados no ano passado por entre todo o universo

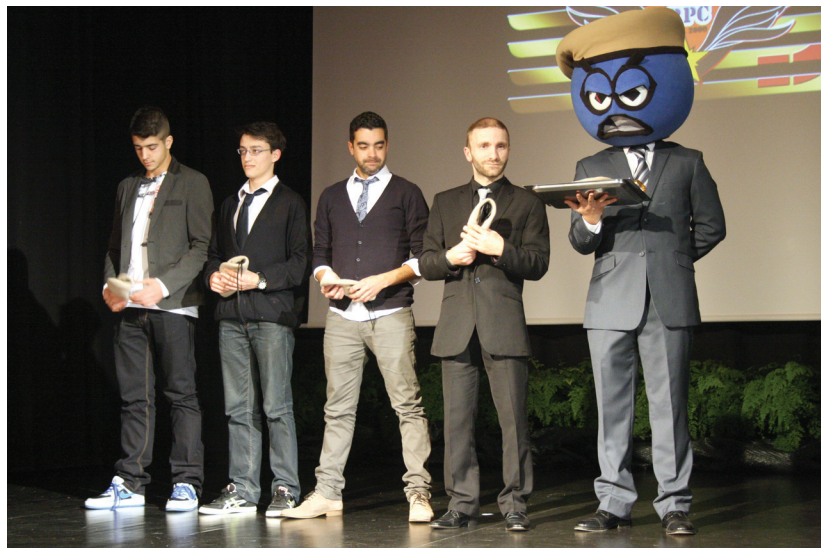
de sócios.

No evento foi ainda apresentado o plantel de 2015 e os patrocinadores da equipa de competição. Também foram conhecidos os elementos do Rangers da Póvoa Clube que vão participar no Campeonato Nacional e Regional da modalidade.

Tendo em conta a grande atividade e presença de jovens no clube, a representante do município da Póvoa de Varzim no evento, Andrea Silva, Vereadora da Juventude e Coesão Social, enalteceu todo o trabalho que a coletividade tem vindo a desenvolver.

O presidente dos Rangers, Rui Leal, referiu que a evolução ao longo dos 15 anos tem consolidado os mesmos valores subjacentes ao início da atividade: amizade, camaradagem e união.

A maior promessa do Presidente foi de continuar "a dedicação, empenho e paixão a este clube e fazer com que cresça sempre de maneira sustentável, colocando cada vez mais gente a praticar o



Entrega da Boina Ranger

Paintball, e com esta atividade, engrandecer e promover ainda mais o nome da associação e da Póvoa de Varzim".

Uma das surpresas na Gala foi um vídeo de várias equipas de algumas partes do mundo a dar parabéns ao clube: Rangers Paintball de El Salvador, Rangers

Paintball Argentina; Núcleo Blue Falcon da Bélgica, Núcleo Blue Falcon do Luxemburgo.

Os momentos culturais da noite estiveram a cargo de: Grupo dança RPDANCERS da Escola Secundária Rocha Peixoto; Baila Passi3n; Associação Pró-Música e cantora S3lvia Lima.

Restaurante Mundo do Bacalhau



Preços especiais para o
DIA DOS NAMORADOS

14 FEVEREIRO - SÁBADO

Com **camarão** e **champanhe** incluídos.
Música ao vivo com Miguel Laranjeira!
Faça já a marcação da sua mesa!

**O melhor
cozido à Portuguesa**

(Aos Domingos e Feriados)
Só por:

9,99€

**As melhores
diárias da Póvoa**

**Pode almoçar de segunda a
sábado! Com bebida incluída**

3,49€

Economia

Governo criou grupo de trabalho para rever subsistemas de saúde da Função Pública

O Governo vai avançar com a revisão dos regimes jurídicos aplicáveis aos vários subsistemas de saúde da Função Pública (ADSE, ADM e SAD). Criação de grupo de trabalho foi publicada no dia 22 de janeiro em Diário da República.

A resolução do Conselho de Ministros publicada determina a criação de uma equipa técnica que terá 60 dias após a data da sua constituição para apresentar um estudo sobre um "modelo de governação transversal ao subsistema de saúde" da Função Pública (ADSE), dos militares (ADM) e da polícia (SAD).

A revisão "assenta na adoção de um modelo que otimize a gestão dos referidos subsistemas, através da articulação das entidades gestoras, sem que daí advenha a perda de identidade e das características específicas de cada um dos subsistemas", lê-se no documento.

O objetivo é avançar com "regras uniformes de organização, de gestão e de funcionamento dos subsistemas, de forma a obter ganhos de eficiência económica e funcional", avança o Governo e "reforçar a intervenção dos beneficiários na gestão dos subsistemas".

O modelo que vier a ser proposto deverá contemplar a participação de representantes dos ministérios das Finanças, da Defesa, da Administração Interna e da Saúde, bem como os representantes dos vários tipos de beneficiários titulares.



Conheça os profissionais que o mercado vai procurar em 2015

Comerciais, engenheiros e profissionais de Tecnologias de Informação serão os perfis mais procurados este ano, revela o Guia do Mercado Laboral da Hays para este ano.

As notícias são boas: 70% dos empregadores tencionam recrutar novos colaboradores para as suas empresas em 2015, segundo o Guia do Mercado Laboral da Hays para 2015, que inquiriu mais de 700 empregadores em Portugal. Profissionais das Tecnologias da Informação (TI), comerciais e engenheiros serão os perfis mais procurados.

De acordo com a edição deste ano do Guia Laboral da Hays, as empresas querem contratar mais colaboradores, em 2015, "devido a planos de crescimento em território nacional e também no estrangeiro".

Por outro lado, a percentagem de profissionais que consideram a hipótese de mudar de emprego caiu para 75%, o valor mais baixo alguma vez registado nestes inquéritos, revela o mesmo inquérito.

"Aproximam-se momentos de enorme dinamismo no mercado de trabalho português, mas também desafios inéditos", afirma Paula Baptista, managing director da Hays Portugal. "A percentagem de empresas que pretendem contratar ultrapassa as perspetivas mais optimistas. No entanto, há menos profissionais dispostos a mudar de emprego e muitos pensam mesmo sair do país. As empresas que queiram crescer terão de competir já este ano para atrair e reter os melhores".

Esta edição do Guia do Mercado Laboral tem como base inquéritos efetuados junto de 3.701 profissionais qualificados e 705 empregadores.

Peugeot apresenta 308 GT em Portugal

A fabricante de automóveis escolheu Portugal para a apresentação mundial no novo Peugeot por causa do clima, das infra-estruturas, da proximidade ao aeroporto e da hospitalidade, noticia o Diário Económico.

A Peugeot escolheu Portugal para realizar a apresentação internacional do novo 308 GT, um evento que vai colocar Cascais no mapa turístico do sector automóvel durante quase todo o mês de Janeiro.

Entre as razões que levaram a marca a escolher Portugal contam-se as condições climáticas e a qualidade do resort na Quinta da Marinha. Ao jornal, Gaetan Demoulin, responsável de comunicação internacional, produto, eventos e imprensa da Peugeot, destacou ainda a facilidade e proximidade ao aeroporto, as estradas na zona de Sintra/Cascais para testar o carro e a hospitalidade dos portugueses.

A operação arrancou a 7 de Janeiro e termina no final do mês. No total, a marca traz 400 jornalistas da Europa e do Japão para testarem o novo desportivo. (Fontes: <http://economico.sapo.pt>; <http://www.jornaldenegocios.pt/>)



Corretores de Seguros Insurance Brokers

Rua Abade Martins de Faria, 202 - Beiriz | Apartado 60 - 4494-909 Póvoa de Varzim
T. 252 696 705 - F. 252 696 137

www.gaseguros.pt
G. A. Corretores de Seguros, Lda

Editorial

JE SUIS CHARLIE

No atentado em Paris em que morreram doze pessoas, sendo dez delas jornalistas, tentou-se amordaçar a liberdade de expressão.

No entanto, com isto, parece que as pessoas acordaram e milhões manifestaram-se, os jornalistas mortos já não viram estas manifestações de apoio, nem o aumento de sessenta mil exemplares produzidos, para mais de seis milhões de exemplares, distribuídos em todo o mundo.

Terá o mundo civilizado e as consciências dos seus povos despertado para um inimigo que cultivava a falta de valores e o terrorismo?

A liberdade de expressão é um símbolo civilizacional ocidental.

Se o que o Jornal Charlie Hebdo fazia era escandaloso, se caricaturaram as religiões, os partidos políticos, os políticos... é um facto secundário face à tentativa de aniquilamento daquilo que, para nós, faz parte do nosso "adn" civilizacional que é a Liberdade de Expressão.

Os jornalistas assassinados não terão poupado ninguém na sua crítica satírica e estavam no seu direito de acordo com os princípios da nossa civilização.

Não se viu nunca nenhum líder político ou católico ou de qualquer outra religião ameaçar qualquer publicação que os criticasse, uma vez que as nossas próprias leis permitem que se defendam na Justiça, se injustiçados se sentirem.

Não podem ser os grupelhos fundamentalistas (islâmicos?!) a imporem o que deve ser escrito ou não, ninguém é obrigado a comprar ou ler qualquer jornal, quer ele seja satírico ou não.

Há uma série de fatores que se conjugam, ele é a crise económica mundial, a falta de emprego, a crise de valores e ou a falta de futuro, pessoas que não se adaptam a viverem em países que até os pode discriminar pelo seu fundamentalismo.

Países houve que receberam milhões de emigrantes, muitos deles não se adaptaram. E os deslocados são um foco atual e futuro da instabilidade mundial.

Haja liberdade de expressão, é um direito consagrado nas nossas leis fundamentais, e quem não estiver bem que se retire, sem atropelos!...

David Justino defende "melhor tempo" na escola

David Justino, presidente do CNE – Conselho Nacional de Educação – foi o convidado da conferência do ciclo "De pais para pais", promovida pela Cruz Vermelha da Póvoa de Varzim. O cenário, na última sexta-feira, no auditório municipal, foi de uma conversa informal conduzida por Luísa Tavares Moreira, presidente da direção da instituição anfitriã.

Em debate estiveram diversos temas ligados à Educação, que foram sendo apresentados por um vídeo de entrevistas a jovens poveiros, alguns deles professores. A conversa começou com o desafio proposto a David Justino – será a escola de hoje uma fábrica?

O convidado afirmou não ser totalmente crítico desta escola de massas, uma vez que é preciso não esquecer que esta foi o instrumento que permitiu alfabetizar a maioria da população. A questão pode ser colocada, referiu, pela análise da desumanização da relação afetiva professor/aluno. "Parece que nunca conseguimos atingir aquele meio termo ideal, isto é, aquela afetividade da mãe que sabe desejar o que cada filho deve aprender, de acordo com a sua capacidade, ou aquela disciplina do Mestre da escola, que funciona como



Luísa Tavares Moreira e David Justino

uma fundição".

No que respeita a outro tema colocado em análise, a criatividade, David Justino entende que se tem vindo a falar da criatividade de uma forma errónea: "não há criatividade sem conhecimento, ninguém consegue ser criativo do zero". David Justino defende, por isso, que "temos que encontrar a capacidade de pensar, esse será o desafio do futuro", sublinhou David Justino acrescentando que é nesta perspetiva que coloca "a criatividade e a

inovação".

Este tema conduziu a outro – como suscitar a curiosidade e motivar os alunos para aprender? David Justino foi claro, "defendo a escola a tempo inteiro, não a sala de aula a tempo inteiro". O presidente do CNE adianta que se deve procurar implementar uma "aprendizagem muito intensiva em certos aspetos fundamentais, deixando de ser tão extensivos nos ensinamentos que damos".

Vereador da Educação não quer mais competências

Luís Diamantino, Vice-Presidente e Vereador da Educação do município da Póvoa de Varzim, esteve presente e dirigiu-se à plateia, antes da conferência.

Luís Diamantino esclareceu que "a

Câmara Municipal da Póvoa de Varzim não aceita as competências que nos querem dar, porque já temos competências a mais".

O autarca clarifica que tem a "certeza que conseguimos fazer

melhor que a administração central, pois damos a cara às pessoas e sabemos ouvi-las". Ainda assim, "não concordamos", concluiu.

Parlamento dos Jovens e... de Afonso Oliveira

Os alunos da turma de Direito do 12º Ano da Escola Secundária de Rocha Peixoto da Póvoa de Varzim, sob a responsabilidade da sua professora de Direito, Manuela Dias da Costa, participaram este mês num interessante debate de ideias com o deputado na Assembleia da República, Afonso Oliveira, eleito pelo PSD (círculo do Porto).

O encontro esteve relacionado com a participação da ESRP no Parlamento dos Jovens. Após uma apresentação respeitante ao funcionamento do Parlamento português, foi lançado o debate acerca da escola pública versus escola privada, não esquecendo os desafios que pela frente existem relativamente a essas duas realidades.

O debate foi acessível e as questões levantadas foram muitas. Nesse debate destacaram-se os alunos Joana Lopes, Bernardo Travessas, Adelino Boas, Inês Silva e a aluna Sara que se mostraram muito assertivos na convicção da necessidade de defesa de uma escola pública de elevada qualidade e, obviamente, dependente de financiamento público.

A existência de uma escola privada



Afonso Oliveira

é obviamente aceitável, mas deverá ser dependente apenas do investimento e do financiamento dos privados. Foram muitas as questões levantadas, a saber o clima de descontentamento gerado pela última colocação dos professores, a diferença existente entre a estabilidade do corpo docente no ensino privado contrastando com o oposto

no respeitante ao ensino público. Não podia faltar a conversa sobre os rankings das escolas, as desigualdades na seleção dos alunos, pois o privado pode escolher os alunos que quer ter enquanto o público tem de aceitar todos, facto que se traduz na leitura dos dados fornecidos pelos rankings.

Associação Empresarial apresentou Plano de 2015 à Câmara Municipal

José Gomes Alves, presidente da Associação Empresarial da Póvoa de Varzim (AEPVZ), foi, no último dia 21 de janeiro, apresentar cumprimentos ao Presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, uma cerimónia que já é habitual acontecer no início de cada ano.



© Fotografias: Carlos André Maio

Neste encontro, o responsável pela AEPVZ aproveitou para entregar ao autarca o Plano de Atividades e Orçamento para 2015 da instituição. O Plano de Atividades é apresentado como um documento de “continuidade do trabalho”, assente num “projeto de crescimento” já realizado em 2014, “mantendo a estratégia traçada de serviços e benefícios às empresas”.

Tendo em conta aquele propósito, no Plano é sublinhado que são mantidos os grandes objetivos da direção da AEPVZ para 2015: “aumentar o número de associados efetivos da associação; aumentar a notoriedade da AEPVZ a nível Local, Regional e Nacional; aumentar as parcerias com instituições de caráter socioeconómico; gerir mais oportunidades e benefícios a todas as empresas associadas”.

No âmbito da promoção associativa, Gomes Alves propõe a realização de “encontros/palestras sob os mais variados temas”, criando uma “maior proximidades entre os empresários e a nossa associação, aumentando a notoriedade da AEPVZ junto da comunidade empresarial”. Também há vontade de criar um “Conselho Geral” constituído por “empresários de atividades de relevo da nossa região, que definirão estratégias de desenvolvimento em reuniões conjuntas”.

No que respeita à área das relações institucionais, a direção da AEPVZ pretende “criar redes de parcerias entre as empresas associadas”, em que o objetivo, adianta Gomes Alves, é “dinamizar ações e projetos que envolvam a comunidade”.

Assim, a instituição tenciona conseguir “um projeto de incubadora de empresas de raiz, para o terreno do Parque Industrial de Laúndos, em parceria com a Câmara Municipal da Póvoa de Varzim”.

Também neste âmbito, o presidente da Associação Empresarial comunicou à Câmara Municipal o “interesse de, como entidade formadora certificada, assegurar as formações desenvolvidas pela Câmara”.

Na área de apoio à empresa e ao empresário, a AEPVZ quer dar continuidade e melhorar uma série de serviços de ajuda aos empresários em vários setores, como administrativo e fiscal, jurídico, exportação, informativo (com a Revista Póvoa Empresarial e as Newsletters, etc), formação profissional, contratação e ainda candidaturas a fundos comunitários. Um dos projetos que está em carteira é a apresentação de uma candidatura ao IEFP “para criação de um GIP – Gabinete de Inserção Profissional”.

A instituição já está mesmo a fazer circular junto dos associados a informação de que já abriram “as candidaturas para Portugal 2020 (o novo quadro de apoio financeiro da União Europeia), relativo a Projetos Conjuntos de Qualificação e Implementação de Sistemas de Gestão e de Internacionalização” das Pequenas e Médias Empresas (PME).

A associação Empresarial da Póvoa de Varzim aguarda por parte dos destinatários a “manifestação de interesse”, apelando a todos o preenchimento da necessária documentação, “para cada

um dos projetos em que estejam interessados”.

AAEPVZ informa ainda os sócios que a inscrição pode ser feita no portal www.portugal2020.pt/Balcao2020.idp/RequestLoginAn dPassword.aspx, “o que se torna necessário para que seja efetuada a candidatura”.

A estes projetos podem concorrer as Pequenas e Médias Empresas e ainda as cooperativas, desde que as candidaturas sejam enquadradas pelas Associações Empresariais. Para mais informações, pode ser contactado os serviços de secretariado da Associação Empresarial da Póvoa de Varzim.

“Este é um momento muito importante para os empresários em que a instituição terá todo o gosto em dar apoio, no sentido de que o maior número possível de empresários possam beneficiar das verbas, podendo fomentar os seus negócios. Desse impulso

beneficiará toda a comunidade, já que as empresas locais também podem manter ou gerar empregos, bem como modernizar-se e prestar um melhor serviço aos seus clientes”, afirma Gomes Alves, que considera que esta oportunidade não deve ser deixada ao acaso pelos empresários locais.

O programa de eventos regulares da associação deverá ser mantido com a Feira de Velharias, o Comboio Turístico, entre outros. O Plano de Atividades contempla para 2015 mais algumas ideias, como a Árvore de Natal gigante, na Praça do Almada, o jantar de aniversário em abril e uma Mostra de Atividades Poveiras. Trata-se de uma recriação de uma mostra de produtos agrícolas, conservas, cordoaria, tecidos, mantas de Terroso e tapetes de Beiriz, que decorreu em 1953, e que a AEPVZ tenciona que volte a ter o mesmo sucesso.



Poveiros podem candidatar-se a verbas europeias

A Associação Empresarial da Póvoa de Varzim informa e presta apoio aos empresários do concelho sobre as candidaturas para projetos, no âmbito do novo quadro comunitário Portugal 2020. É solicitado a todos os empresários interessados que comuniquem o seu interesse à AEPVZ o mais depressa possível para não perderem uma importante oportunidade.

Projeto conjunto de qualificação das PME – Internacionalização: seguindo as orientações do Acordo de Parceria e do Programa Operacional de Competitividade e Internacionalização do PORTUGAL 2020, pretende-se com este projeto conjunto promover a presença internacional das PME através da criação de modelos de estratégia de negócio orientados para os mercados internacionais, como ações de promoção e marketing internacional, incluindo a utilização de canais digitais e privilegiando os mercados não tradicionais que se caracterizem como potenciais parceiros

de negócio com Portugal.

Projeto conjunto de qualificação das PME - Sistemas de Gestão da Qualidade, IDI e/ou Ambiente: seguindo as orientações expressas pelo Eixo II o reforço da competitividade das PME (COMPETE) do PORTUGAL 2020, torna-se essencial atuar ao nível da produtividade e da capacidade de criação de valor acrescentado pelo tecido empresarial português investindo em setores com potencialidade de crescimento. Através deste projeto pretendemos: O alargamento de capacidades avançadas de desenvolvimento de produtos e serviços das empresas e a promoção do desenvolvimento de processos de qualificação das PME e das suas estratégias de negócio, contribuindo para o reforço das suas condições imateriais de competitividade.

Para qualquer esclarecimento sobre estes projetos, contacte a Associação Empresarial, sediada na Praça do Almada, ou através do telefone 252 624 661.

Manifestação de Interesse

PROJETO CONJUNTO DE QUALIFICAÇÃO DAS PME - INTERNACIONALIZAÇÃO



Seguindo as orientações do Acordo de Parceria e do Programa Operacional de Competitividade e Internacionalização do PORTUGAL 2020, pretende-se com este projeto conjunto promover a presença internacional das PME através da criação de modelos de estratégia de negócio orientados para os mercados internacionais, como ações de promoção e marketing internacional, incluindo a utilização de canais digitais e privilegiando os mercados não tradicionais que se caracterizem como potenciais parceiros de negócio com Portugal.



COMPONENTES DO PROJETO

- Diagnóstico e definição da estratégia de posicionamento no mercado (Targeting, positioning, segmenting);
- Estudos de identificação de oportunidades de mercado;
- Elaboração do dossier de exportação;
- Ações de sensibilização e workshops associados à exportação e internacionalização das PME;
- Agendamento de reuniões de negócios e respetivo acompanhamento com potenciais clientes;
- Consultoria associada à organização administrativa, financeira e de logística ao longo de todo o projeto;
- Conceção e produção de material promocional;
- Missões Inversas – ações de promoção local destinado a empresários, opinion-makers e importadores de conhecimento da oferta;
- Participação em feiras internacionais;
- Consultoria de apoio à prospeção e angariação de novos clientes com presença de especialista em mercados internacionais.

Indique Mercados / Países de interesse para a sua empresa:

Identifique Feiras Internacionais onde deseja participar:

Nota: As componentes do projeto poderão ser ajustadas mediante propostas de alteração fornecidas pela Associação e de acordo com o que vier a ser definido pela nova regulamentação que se encontra em fase de conceção.

1. CONDIÇÕES A PREENCHER PELAS EMPRESAS

Poderão participar neste projeto empresas que cumpram os critérios de PME, possuam licenciamento para a atividade da empresa, situação líquida positiva e possuam situação regularizada perante as Finanças e a Segurança Social. Devem encontrar-se já registados no site do Portugal 2020 através do seguinte endereço: <https://www.portugal2020.pt/Balcao2020.idp/RequestLoginAndPassword.aspx>

2. FINANCIAMENTO

O projeto será financiado no âmbito do Novo Quadro Comunitário "PORTUGAL 2020".

3. Inscreva-se devolvendo esta ficha preenchida para o nosso endereço eletrónico: geral@aepvz.pt ou para o fax 252 613 779.

4. Contate-nos para qualquer esclarecimento adicional através do telefone 252 624 661.

Nome da Empresa:

Morada:

Código Postal: Telefone: Fax:

CAE: NIF: N.º de Trabalhadores:

Vol. Vendas Portugal (2013): Vol. Vendas Exterior (2013):

Pessoa de Contacto:

Telemóvel: Email:



FICHA DE PRÉ ADESÃO

Projeto Conjunto de Qualificação das PME Sistemas de Gestão da Qualidade, IDI e/ou Ambiente



Seguindo as orientações expressas pelo Eixo II o reforço da competitividade das PME (COMPETE) do PORTUGAL 2020, torna-se essencial atuar ao nível da produtividade e da capacidade de criação de valor acrescentado pelo tecido empresarial português investindo em setores com potencialidade de crescimento. Através deste projeto pretendemos: O alargamento de capacidades avançadas de desenvolvimento de produtos e serviços das empresas e a promoção do desenvolvimento de processos de qualificação das PME e das suas estratégias de negócio, contribuindo para o reforço das suas condições imateriais de competitividade.

VANTAGENS DA IMPLEMENTAÇÃO DE SISTEMAS DE GESTÃO DA QUALIDADE, IDI E/OU AMBIENTE:

- Produto e/ou serviço continuamente melhorado e sistematização da informação;
- Melhoria da produtividade e foco na criação de valor;
- Diminuição de recursos desperdiçados;
- Motivação dos trabalhadores;
- Aumento da satisfação dos clientes;
- Reforço dos desafios da gestão;
- Melhoria do seu desempenho ambiental;
- Cumprimento dos requisitos legais aplicáveis à atividade;
- Otimização dos recursos e matérias-primas utilizadas;
- Melhorar a imagem da empresa no mercado e na sociedade local;
- Fomento da cultura de inovação, da comunicação (incluindo a ligação à envolvente) e da discussão interna;
- Estímulo à criatividade e à geração e gestão de ideias.



As componentes do Projeto

IMPLEMENTAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE SISTEMAS DE GESTÃO

- Sistema de Gestão da Qualidade Norma ISO 9001;
- Sistema de Gestão Ambiental - Norma ISO 14001;
- Sistemas de Gestão da Investigação, Desenvolvimento e Inovação - Norma NP 4457;
- Certificação de Produto;
- Qualidade Total.

COMPONENTES COMUNS

- Portal Tecnológico;
- Software de Sistemas de Gestão;
- Seminários e Workshops;
- Benchmarking.

COMPONENTES COMPLEMENTARES (Ações de carácter voluntário e de opção individual)

- Medições/ Calibrações;
- Equipamentos Informáticos;
- Outros Equipamentos.

OBJETIVO



CRESCIMENTO, PRODUTIVIDADE E COMPETITIVIDADE EMPRESARIAL

1. CONDIÇÕES A PREENCHER PELAS EMPRESAS

Poderão participar neste projeto empresas que cumpram os critérios de PME, possuam licenciamento para a atividade da empresa, situação líquida positiva (Capital Próprio Positivo) e possuam situação regularizada perante as Finanças e a Segurança Social. Deverão também proceder ao registo no site do Portugal 2020 através do seguinte endereço: <https://www.portugal2020.pt/Balcao2020.idp/RequestLoginAndPassword.aspx>

2. FINANCIAMENTO

O projeto será financiado no âmbito do Novo Quadro Comunitário "PORTUGAL 2020".

3. Inscreva-se até dia 31 de Janeiro devolvendo esta ficha preenchida para o endereço eletrónico: geral@aepvz.pt ou para o fax 252 613 779.

4. Contacte-nos para qualquer esclarecimento adicional através do telefone 252 624 661.

Nome da Empresa:

Morada:

Código Postal: Telefone: Fax:

CAE: NIF: N.º de Trabalhadores:

Vol. Vendas Portugal (2013): Vol. Vendas Exterior (2013):

Pessoa de Contacto:

Telemóvel: Email:



Associações desportivas e socioculturais são motor da vida cívica

Reunião do executivo poveiro do último dia 19 ficou marcada pela aprovação das verbas a distribuir pelas associações concelhias, num valor global de 700 mil euros.

A atividade de muitas coletividades é sustentada ou complementada pelos subsídios autárquicos. O município compreende que as associações desportivas ou socioculturais são o motor da vida cívica concelhia e, por isso, dá-lhes este apoio importante para o regular prosseguimento das suas atividades com impacto junto da comunidade.

O Presidente informou quais as verbas atribuídas às diferentes associações: “o Clube Desportivo da Póvoa tem um aumento importante no seu subsídio anual pelo facto de ter a equipa de hóquei na 1ª divisão que passará de 120 mil para 170 mil euros; o Clube Naval Povoense, que no ano 2014 não tinha obtido nenhum subsídio, vai receber o referente a 2014 e 2015 no montante de 60 mil euros, no total; o Atlético Clube da Póvoa, para a manutenção das suas instalações, cerca de 3 mil euros; o Centro Desportivo e Cultural de Navais, para o ciclismo, no montante de 15 mil euros; o Varzim Sport Club tem também aqui a aprovação do seu subsídio anual para a promoção da atividade desportiva no concelho no montante de 200 mil euros; a Associação de Futebol Popular da Póvoa de Varzim, responsável pela organização do Campeonato Inter-freguesias, o mesmo montante dos anos anteriores, 140 mil euros; o Póvoa Futsal Clube, 25 mil euros; a Associação Desportiva e Cultural de Balasar, 25 mil euros; a Associação da Banda Musical da Póvoa



Equipa de Hóquei do CDP

de Varzim, 17 mil euros; o Octopus, que terá atividade muito mais intensa com início do cinema, no Cine-Teatro Garrett, 5 mil euros; o Varzim Teatro, por tudo o que tem feito pelo teatro, na Póvoa de Varzim, 20 mil euros; A Beneficente, para aquilo que é a sua Cantina Social decidimos, este ano, aumentar em 10% o montante que vínhamos atribuindo anteriormente, passa de 50 para 55 mil euros”.

Aires Pereira explicou ainda que, “todos os meses, a Câmara faz a transferência da verba correspondente a estas associações, dividindo por 12 os montantes, de modo a que mantenham a sua atividade regular, não só desportiva, mas também social e de integração

dos nossos jovens, enfim, aquilo que faz de nós um concelho inclusivo a todos os níveis na Área Metropolitana do Porto”.

O executivo municipal aprovou ainda “a antecipação dos fundos disponíveis que permitem que as obras que temos em curso não parem, nomeadamente: Medidas de proteção e reforço da duna primária e do ecossistema dunar da Póvoa de Varzim (1.682.731,55€); Reabilitação da Fortaleza de Nossa Senhora da Conceição (1.107.700,00€) e Remodelação e ampliação do sistema intercetor entre Aver-o-Mar e ETAR PV/VC: obra - sistema elevatório de Agro Velho (376.319,54€)”.

Foi também deliberada e aprovada

nesta reunião a proposta de abertura do procedimento de ajuste direto tendo por objeto a contratação de serviços nas áreas de luz e som, maquinaria de cena e audiovisuais para o Cine-Teatro Garrett. Conforme esclareceu Aires Pereira, “trata-se da contratação de técnicos especializados em áreas que a Câmara não tem ninguém para ocupar estas posições. Serão 72.800,00€ para a contratação de cinco técnicos, para o ano inteiro”. Reconheceu, ainda, que os técnicos que já lá estão desde a abertura, e a autarquia pretende manter, “têm recebido os maiores elogios por parte de todos os profissionais e pessoas que têm atuado no Cine-Teatro Garrett”.



mjvendedor

instinto natural www.mjvendedor.pt

ABASTEÇA 20€ E GANHE!

PRÉMIO À ESCOLHA EM CADA ABASTECIMENTO*

Terroso | Balazar | Cavalões | Gondifelos

* limitado ao stock existente



Carteiro dos tempos modernos



A Biblioteca Municipal Rocha Peixoto deu a conhecer melhor a profissão de Carteiro. No último dia 21, na rubrica Artes & Ofícios, estiveram meia centena de alunos da Escola Nova em contacto com os convidados da loja CTT da Póvoa. Rui Lopes, Carteiro, Manuel José Fonseca, gestor de Loja CTT da Póvoa de Varzim, e Pedro Alves Azevedo, Chefe do Centro de Distribuição Postal da Póvoa de Varzim, foram os protagonistas da sessão Artes & Ofícios e deram a conhecer um pouco do seu trabalho aos mais novos.

Perante os olhares atentos dos

alunos, os profissionais partilharam os segredos da sua profissão, dando a conhecer como funciona a seleção de correio, a distribuição das cartas e correspondência, encomendas postais, entre outros. Nos Centros de Distribuição Postal (CDP), após a receção do correio, é ainda necessário: organizar o correio por giro (percurso do carteiro); fazer maços e colocar nos sacos de reabastecimento, explicaram, transmitindo que a entrega de correios é realizada em percursos que podem ser efetuados: a pé, de bicicleta, de ciclomotor, de viatura. São inúmeras as funções do car-

teiro: garantir o tratamento de correio a reexpedir ou a devolver; distribuir o correio do(s) giro(s) que lhe está atribuído(s); promover os produtos comercializados pela empresa; assegurar a entrega da correspondência em grandes quantidades (grandes clientes, apartados), bem como dos objetos volumosos, sacos de reabastecimento e malas para os postos de correio; assegurar a recolha da correspondência dos marcos e caixas, dos grandes clientes, das malas dos postos e de outros itens necessários ao Centro de Distribuição Postal; assegurar diariamente a prestação de contas

dos valores cobrados/realizados; assegurar outras tarefas no seu âmbito de atuação, nomeadamente os serviços contratualizados a terceiros englobados no quadro de atividade e negócio postal (ex. cobrança, recolha, e tratamento de informação) e cumprir, no seu âmbito de atuação, com as políticas e procedimentos definidos pela empresa, nomeadamente de qualidade, ambiente, higiene e segurança. Carteiro é uma das profissões mais antigas, que, apesar das novas tecnologias, continua a ser necessário e a ter uma importante função na sociedade.

30 anos de música e rádio festejados em sala cheia

O Casino da Póvoa encheu para festejar os 30 anos de carreira de Rui Nova, acompanhado da Orquestra Ritmos Ligeiros. Um concerto que muitos consideraram de memorável ao sair do Salão d'Ouro após duas horas de espetáculo.

“Um verdadeiro embaixador da música e da Póvoa no Mundo” – assim o definiu o presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Aires Pereira, que foi chamado ao palco para receber uma lembrança do cantor. Rui Nova prestou agradecimentos a entidades e personalidades, que ao longo dos 30 anos da sua carreira como cantor e animador de rádio, com ele colaboraram e trabalharam.

Aires Pereira, a par dos presidentes de Junta do concelho e dos dirigentes dos três bairros da cidade, foram alguns dos distinguidos com uma lembrança de amizade. Na altura, o presidente do município fez questão de sublinhar a cooperação de Rui Nova nos eventos promovidos pela autarquia e pelas Juntas, o que promoveu este bom relacionamento entre todos, tendo em conta “a pessoa simples, humilde e bem disposta que é o Rui Nova”, afirmou. E Aires Pereira não deixou de gracejar com a presença simultânea em palco dos presidentes dos

três bairros da cidade: “só o Rui Nova para conseguir colocar em palco ao mesmo tempo sem problemas os bairros da Matriz, do norte e do Sul!”

Com a Orquestra Ritmos Ligeiros, Rui Nova interpretou as canções do seu repertório e alguns dos sucessos musicais que foi passando na rádio como locutor.

O violinista Tiago Pereira foi o convidado em palco na abertura do espetáculo, ao que se seguiram diversos convidados, como Cristiana, que interpretou “Can’t help falling in love” em dueto com o cantor poveiro, ou Nelo Silva, que cantou em parilha “Emoções” de Roberto Carlos. E já em trio, Rui Nova interpretou com os amigos Cido Marques e Manuel Moura “Vais Adorar Póvoa do mar”, uma versão portuguesa de “New York New York”.

O pianista Joaquim Bento acompanhou Rui Nova em todas as canções e nas duas rapsódias que recordaram os sucessos do cantor da Póvoa. Os locutores Manuel



Monteiro e Álvaro Nazareth, bem como os jornalistas Angélica Santos e Paulo Moreira fizeram a ponte para alguns momentos deste espetáculo.

A festa contou ainda com a presença do presidente da Câmara da Trofa, Sérgio Humberto. Na plateia algumas figuras públicas faziam-se notar num concerto, que teve em

Paco Bandeira o convidado especial.

Rui Nova terminou com “My Way” mas foi chamado ainda para um “encore”, que incluiu “A minha Música” e New York, New York”, que, tal como em todo o concerto, foi abrilhantado pela produção de Fernando Nogueira na Luz e no Som.

frinuno
frinuno

O seu especialista em equipamentos para Hotelaria, Restauração, Frio Industrial e Similares.



Rua da Póvoa, 776 . Zona Industrial de Amorim . Póvoa de Varzim
t. 252 682 734 . informatica@frinuno.pt . www.frinuno.pt

Se procura alimentar um sonho
deixe-nos cuidar do resto.



Assistência 24h
Instalação e serviço pós-venda

Deolinda Nogueira tomou posse com portas abertas à comunidade

Os novos órgãos sociais do Instituto Maria da Paz Varzim foram empossados no passado dia 16 de Janeiro. A presidente eleita, Deolinda Nogueira vai suceder então a Odete Costa, à frente dos destinos do instituto, depois de vencer as eleições por dez votos.

Perante uma casa cheia de convidados e sócios, a nova presidente do Instituto Maria da Paz Varzim promete trabalho, e em declarações ao nosso jornal, garantiu que vai "trabalhar em prol das crianças". Referiu que o primeiro objetivo que gostava de atingir, "era fazer uma casa nova de raiz. Para isso, conto com todos os membros dos órgãos sociais. Eu só dei a cara, vamos ser uma equipa coesa, vamos todos trabalhar."

Relativamente aos protocolos com a Associação Pró Maior Segurança dos Homens do Mar, isto depois de José Festas ter anunciado, há um mês, o fim dos protocolos, Deolinda Nogueira referiu que "já falei com o mestre Festas e vamos manter o protocolo."

Por fim, Deolinda Nogueira pretende angariar novos sócios para o instituto. "Vou tentar arranjar muitos sócios, tudo em prol desta instituição e destas crianças", concluiu.

No portal da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim foi publicada, no dia 19 de janeiro, a notícia sobre esta cerimónia, dando conta da presença significativa do executivo poveiro, numa comitiva liderada pelo Vice-Presidente, Luís Diamantino, acompanhado de Andrea Silva e Lucinda Delgado, Vereadoras da Câmara Municipal. Nesta nota, é referido que estes elementos estiveram a "manifestar o apoio da autarquia ao Instituto".

Pode ainda ler-se na nota do portal: "O Instituto Maria da Paz Varzim (IMPV) é uma instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), fundada em 1989, que tem por finalidade contribuir para a promoção integral de crianças e jovens em risco. A nova líder tem pela frente um mandato de três anos. O IMPV acolhe casos de crianças e jovens em risco social, sendo a maioria



Deolinda Nogueira e Teresa Semedo

encaminhados pela CPCJ; Tribunal de Menores; Segurança Social; Núcleo Local de Inserção; Escolas; Hospital e Centro de Saúde. Igualmente importantes são os casos encaminhados pela comunidade local, com destaque para as di-

versas paróquias. As idades abrangidas são dos 3 aos 17, através das respostas sociais de Jardim-de-infância e C.A.T.L., sendo as famílias destas crianças igualmente apoiadas".

GUS promove esclarecimento sobre nutrição para seniores

O Gabinete de Urgência Social da Junta de Freguesia da Póvoa de Varzim, Beiriz e Argivai, vai realizar no dia 30 de janeiro, pelas 14h30, na sua Delegação Norte, uma oficina de Nutrição dirigida aos seniores.

O GUS pretende, com esta atividade, promover hábitos alimentares saudáveis e adequados à Terceira

Idade, bem como, esclarecer dúvidas e mitos que possam existir inerentes a este tema.

No evento, serão abordadas várias temáticas, como: as necessidades nutricionais adaptadas à idade e às diferentes patologias; necessidades hídricas; dificuldades na digestão; o uso de suplementação; leitura de rótulos e alimentação de

marca branca. A orientadora desta ação será a Dr^a Paula Bruno.

A atividade é gratuita, mas sujeita a inscrição obrigatória e limitada. A inscrição deverá ser realizada através do contato telefónico 252 618 903 ou presencialmente em qualquer uma das delegações da Junta de Freguesia Póvoa de Varzim, Beiriz e Argivai.

Oficinas Sênior

Nutrição para Sêniores

30 de Janeiro – 14h30

Formadora: Dr^a Paula Bruno

Uma iniciativa: União de Freguesias da Póvoa de Varzim, Beiriz e Argivai

Local: Auditório da Delegação Norte

Inscrição GRATUITA e OBRIGATORIA Sem taxas de delegação da Junta de Freguesia através de 252 618 903 ou guapaz@gmail.com

Temas: Necessidades Nutricionais, Digestão, Leitura Rótulos, Suplementos, Marcas Brancas

Misericórdia participa de estudo sobre Paramiloidose



A Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde vai integrar um projeto de investigação com o objetivo de perceber como se vive atualmente com a Paramiloidose em Vila do Conde e na Póvoa de Varzim.

Assim, a instituição está a divulgar o projeto e a solicitar ao maior número possível de pessoas portadoras da doença nos dois concelhos a colaboração para integrar o projeto. "O conhecimento singular que possui pela sua experiência com esta doença irá ajudar-nos a compreender o que esta doença significa para as pessoas que vivem nesta comunidade e a perceber quais são as suas necessidades de apoio", pode ler-se na missiva que a

Santa Casa está a divulgar junto da comunidade.

Aos portadores da PAF é pedido que partilhem experiências sobre a doença e os tratamentos, bem como a forma como estes afetam a sua vida, naturalmente, sempre sob a ressalva da confidencialidade e anonimato. A instituição garante ainda que este estudo está integrado num projeto de doutoramento em Enfermagem da Universidade Católica Portuguesa no Porto.

O interesse em colaborar deverá ser comunicado pelo telemóvel 925 655 460 ou através do correio eletrónico investigacaopaf@gmail.com (ao cuidado da investigadora Sónia Novais).

Presidente do TC na abertura do Correntes 2015

As obras finalistas do Prémio Literário Casino da Póvoa já foram divulgadas. O 16º Correntes d'Escritas vai decorrer, de 25 a 28 de fevereiro, no Cine-Teatro Garrett. Também já é conhecido o convidado para a Conferência de Abertura – Guilherme d'Oliveira Martins.

O antigo ministro das Finanças e atual Presidente do Tribunal de Contas será protagonista de um dos momentos mais aguardados destes encontros (dia 26).

O Júri, constituído por Afonso Cruz, Almeida Faria, Ana Paula Tavares, Maria Flor Pedroso e Valter Hugo Mãe selecionou 13 finalistas de uma lista de cerca de 80 livros de poesia: *A papoila e o monge*, José Tolentino Mendonça, Assírio & Alvim; *Aprendiz de dourado*, Renato Filipe Cardoso, Texto Sentido; *Aprendizagem Balnear*, João Rios, Cadernos do Grito; *Categorias e outras paisagens*, Fernando Echevarría, Edições Afrontamento; *Como uma flor de plástico na montra de um talho*, Golgona Anghel, Assírio & Alvim;

Equatorial, Fabiano Calixto, Tinta da China; *Estação Central*, José Tolentino Mendonça, Assírio & Alvim; *Gaveta do fundo*, A.M. Pires Cabral, Tinta da China; *Jóquei*, Matilde Campilho, Tinta da China; *Navegação de acaso*, Nuno Júdice, Dom Quixote; *Nó*, Daniel Jonas, Assírio & Alvim; *O Vidro*, Luís Quintais, Assírio & Alvim; *Os caminhos habitados*, Fernando Guimarães, Edições Afrontamento. O anúncio oficial do vencedor deste e dos outros Prémios será no dia 26 de fevereiro, na Cerimónia de Abertura do Encontro de Escritores de Expressão Ibérica, no Casino da Póvoa. O Prémio, no valor de 20 mil euros, será entregue na Sessão de Encerramento, no dia 28 de fevereiro, sábado.

Mas, o certame inclui, ainda, outros prémios literários. O Prémio Conto Infantil Ilustrado Correntes d'Escritas| Porto Editora vai distinguir um conto inédito, em língua portuguesa, escrito e ilustrado por alunos do 4.º ano, num trabalho coletivo supervisionado pelo respetivo professor.



Para além deste, o Encontro irá atribuir o Prémio Literário Correntes d'Escritas Papelaria Locus ao melhor Poema escrito por jovens e o Prémio Fundação Dr. Luís Rainha ao melhor romance, contos ou poesia sobre a Póvoa de Varzim. Ambos no valor de 1000 euros. O programa completo do Correntes

d'Escritas será anunciado em breve e será certamente o centro das atenções de escritores e de público, ainda mais com a expectativa de toda a população local na nova dinâmica de centralidade que o evento irá criar com a realização marcada para o novo Cine-Teatro Garrett.

Temporada Teatral traz peça de Manuel Jorge Marmelo



O vosso pior pesadelo

É no próximo dia 7 de fevereiro, às 22h00, que sobe ao palco do Cine-Teatro Garrett mais uma peça de teatro, integrada na Temporada Teatral que o Varzim Teatro

organiza na Póvoa de Varzim. Em cada mês, é trazido um novo espetáculo, sendo que desta vez, foi escolhido "O vosso pior pesadelo", que nos apresenta um

texto do escritor premiado pelo 15º Encontro Correntes d'Escritas, Manuel Jorge Marmelo. A encenação é de José Leitão e a interpretação do Teatro Art'Imagem.

Dentro de uma jaula está um homem ajoelhado e com as mãos presas atrás das costas, cabeça baixa. Num canto da jaula, há um balde destinado às necessidades fisiológicas do prisioneiro.

A ação decorre numa prisão de alta segurança e acompanha o dia-a-dia de violência a que é sujeito um prisioneiro especial acusado de terrorismo.

A peça pretende questionar a impu-

nidade que atravessa a nossa sociedade e as muitas formas de violência que se abatem sobre os cidadãos. A peça destina-se a maiores de 12 anos.

O mês de fevereiro trará ainda diversos espetáculos a não perder ao longo do mês, no Cine-Teatro Garrett, como Anjos Acústico, no dia 14. Para as crianças, há no dia 1, às 10h30 e às 11h30, Concertinhos com Eleonor Picas. No dia 2, António Mota apresenta-se no Teatros com Histórias.

De 9 a 13 de fevereiro, os mais pequenos e toda a família podem assistir ao "Carnaval dos Animais".

Aeromodelismo animou encontro no Pavilhão Municipal



O encontro Aero Indoor Póvoa de Varzim 2015, levado a efeito a 18 de janeiro pelo Aero Clube do Norte, no Pavilhão Municipal, contou com mais de 30 participantes.

Os aeromodelistas vindos de várias partes do país e do norte de Espanha apresentaram réplicas de aeronaves tradicionais, em várias es-

calas e pesos.

Foi possível observar demonstrações de modelos propulsionados por elásticos e por motores elétricos.

Uma das grandes novidades foi a forte presença de drones de vários tamanhos e feitios, que deram uma imagem das capacidades destas

aeronaves, que, quando equipadas com máquinas fotográficas especiais, podem desempenhar ações de vigilância e registos de vídeo com aplicação na vida prática.

O evento foi visitado por muitas pessoas destacando-se a presença de muitos jovens que fizeram perguntas e efetuaram lançamentos de

modelos de aeronaves sem motor.

O Aero Clube do Norte vai continuar, entretanto, a sua atividade regular em 2015, promovendo alguns dos eventos tradicionais na sede da associação – a pista de aterragem em Laundos – como é o caso do Encontro de Ultraleves.

Pescadores continuam a enfrentar o

É mais uma vez o luto e a dor a dominarem a comunidade piscatória da Póvoa de Varzim e Caxinas. A 14 de janeiro a embarcação de 11 metros Santa Maria dos Anjos naufragava ao largo da Praia das Maças, em Sintra, deixando no mar cinco homens. Apenas um deles se conseguiu salvar, atirando-se à água e nadando até à praia.

As buscas decorreram com as dificuldades próprias do mar tempo que se tem feito sentir, mas as famílias ainda não conseguiram aliviar a sua dor, aguardando com ansiedade a oportunidade de fazerem o luto. Tal como sucedeu com o barco Mar Nosso, os familiares já só esperam poder recuperar os corpos das vítimas.

Henri, de 26 anos, foi o único que conseguiu salvar-se. Os seus cinco companheiros, um ucraniano, um caxineiro (o mestre) e 3 poveiros ficaram no mar, ao que tudo indica. Meios aéreos e marítimos foram envolvidos nas buscas de forma intensa, tendo em conta que há uma janela de oportunidade de encontrar os corpos entre o 5º e o 10º dia após o acidente.

Após esse período, as buscas deixam de ser tão intensas embora continue “a existir algum nível de patrulhamento na zona de interesse”, referiu à RTP o comandante Mário Domingues, da Capitania do Porto de Cascais.

Futuro de espera e de incerteza nas indemnizações

O futuro que as famílias destes homens desaparecidos enfrentam não é nada fácil. Podem ter de

esperar 10 anos para receber o dinheiro dos seguros.

O mestre Manuel Silva, por exemplo, era o “único sustento da casa”, como explicou a sua irmã Sandra, “tem duas filhas e uma neta, e a minha cunhada, que é uma pessoa doente. A gente está a depender da Associação e dos armadores”.

Sem sinal dos corpos, e segundo a lei, o pagamento só acontece ao fim de 10 anos, a altura da declaração de óbito, ao fim de cinco, se a idade da vítima rondar os 80 anos. Uma barreira legal só ultrapassada se o tribunal passar uma declaração de morte presumida.

José Festas, o presidente da Associação Pró-Maior Segurança dos Homens do Mar (APSHM), tem vindo a pedir ao governo para alterar este tipo de enquadramento legal, porque, frisou, “achamos injusto”. E defende, “a única coisa que devemos ter que provar com segurança é que os homens estavam na embarcação”.

Há seis anos que a instituição pede a alteração da lei, sempre sujeitos à boa vontade das seguradoras e só com essa boa vontade têm chegado os seguros de acidentes pessoais às famílias de muitos pescadores desaparecidos. No caso da família Santos, da embarcação Mar Nosso, recebeu passados 3 meses 50 mil euros, mas ainda decorrem as avaliações dos montantes da atribuição do seguro de acidentes de trabalho.

José Festas explica que, em primeiro lugar, é ativado o seguro de acidentes pessoais (mínimo obrigatório de 50 mil euros) e depois “temos os acidentes de trabalho, que é um seguro cuja indem-



Pescadores desaparecidos e sobrevivente

© Fotografia: CMTV

nização varia muito pelo montante que a pessoa ganha, pela idade e por agregado familiar”.

O Tribunal de Trabalho define os montantes, caso a caso, fórmula que pode vir a ser usada também na situação dos pescadores ainda desaparecidos do naufrágio do Santa Maria dos Anjos.

25 mortos no último ano

O caso vem avolumar a lista de tragédias recentes: no último ano de pesca (de setembro de 2013 a setembro de 2014) registaram-se 25 mortos.

A mais recente é de abril do ano passado: cinco mortos, também da Póvoa e Vila do Conde, no naufrágio do Mar Nosso ao largo das Astúrias.

Dos 25 pescadores mortos no mar, dez são da comunidade piscatória das Caxinas/Póvoa de Varzim, a mais fustigada por tragédias no país.

Só na última década, foram a

enterrar 23 homens das Caxinas.

A comunidade fez questão de prestar homenagem a estas vítimas, perpetuando a sua memória, com a inauguração de um monumento nas Caxinas. Foi em novembro do ano passado a sua inauguração.

Passos Coelho diz que Governo não pode intervir no processo do Mar Nosso

No início desta semana, o primeiro-ministro, Pedro Passos Coelho, reuniu com as viúvas dos dois pescadores desaparecidos no naufrágio da embarcação Mar Nosso, Alexandrina Carinha e Guida Santos.

O chefe do governo diz que não há possibilidade de qualquer intervenção por parte do Estado português neste processo, uma vez que “não existe enquadramento legal para assumir as verbas necessárias, nem meios técnicos de intervenção direta”, para o resgate dos corpos dos pescadores desaparecidos no naufrágio ao largo das Astúrias, em abril do ano passado e cujos corpos de dois pescadores das Caxinas continuam desaparecidos.

De qualquer forma, Passos Coelho prometeu que ia tentar saber, junto das autoridades espanholas, o ponto de situação do processo, deixando também em aberto a possibilidade do governo nacional criar legislação futura, no sentido destas situações serem previstas pelas entidades seguradoras.

Nesta reunião participaram ainda a presidente da Câmara de Vila do Conde, Elisa Ferraz, a presidente da Junta de Vila do Conde, Maria Alcide, e o presidente da Associação Pró-Maior Segurança dos Homens do Mar, José Festas.

Pesca artesanal pede regime de exceção

Outro entrave aos pescadores relaciona-se com as novas regras para a pesca decretadas pelo Conselho Europeu.



luto e as dificuldades económicas

A pesca artesanal quer abrir guerra ao regulamento do Conselho Europeu e é esse assunto que está em cima da mesa para a reunião pedida à Ministra da Agricultura e do Mar pelas oito associações de pescadores do Litoral Norte.

Estas associações pretendem impedir a eventual proibição das redes de deriva em águas europeias, receando que venha a afetar a pesca tradicional na região. Vão, assim, pedir ao governo que reclame na União Europeia um regime de exceção para o setor.

BE preocupado com a proibição da pesca da sardinha

Depois de uma reunião com responsáveis por associações e organizações de produtores de peixe, a deputada pelo Bloco de Esquerda na Assembleia da República, Helena Pinto, revelou que irá questionar o governo sobre a quota da sardinha. Alertou: “esta paragem afeta diretamente os rendimentos das famílias dos pescadores”.

No âmbito das Jornadas Parlamentares do Partido, alguns membros do BE visitaram a Associação Pró-



Maior Segurança dos Homens do Mar, ouvindo as preocupações dos responsáveis por associações e organizações de produtores de

peixe sobre as consequências da proibição da pesca da sardinha. “Isto vai direto à redução do rendimento destas famílias porque

o preço da cavala e do carapau é um preço muitíssimo baixo comparado com o da sardinha”, sublinhou Helena Pinto.



Coaching para futuros empresários

Desenvolver ideias de negócios e preparar a entrada no mercado são os principais desígnios das Sessões de Coaching New Business Accelerator, iniciativa promovida pela ANJE no âmbito do Projeto Inovação Portugal.

A decorrer entre os dias 2 de fevereiro e 5 de março, as sessões terão lugar nas instalações da sede nacional da associação, no Porto, e partem do reforço das competências associados à iniciativa empresarial para transformar ideias de negócio incipientes em projetos de negócio sustentáveis e com viabilidade.

Abertas à participação de empreendedores detentores de uma ideia de negócio e com mais de 18 anos, as sessões de coaching apresentam um programa de conteúdos transversal, que contempla a abordagem específica das diferentes áreas envolvidas na criação e gestão diária de negócios.

Exposição de carros antigos

No passado fim-de-semana (24 e 25 de Janeiro), realizou-se uma exposição de carros clássicos, carros de competição, motos antigas e stands multimarca que aconteceu na Praça do Casino da Póvoa. Tratou-se de uma iniciativa levada a cabo pela empresa Beatriz Imobiliária.



VI Concurso de Trompete realiza-se em março

O VI Concurso de Trompete da Póvoa de Varzim irá decorrer de 26 a 28 de Março, no auditório municipal. É um certame organizado pela Escola de Música da Póvoa de Varzim destinado a todos os estudantes de trompete que preencham os requisitos regulamentares, contemplando cinco categorias etárias (dos 9 aos 25 anos).

O júri será constituído pelos professores: Kevin Wauldron, Vasco Silva de Faria, Manuel Luís Azevedo, Hélder Fernandes e Ruben Castro.

Os prémios serão entregues no Concerto dos Laureados a realizar no dia 28 de Março, às 18h00, no auditório municipal da Póvoa de Varzim.



8º Concurso Internacional de Composição aceita candidaturas

Está a decorrer o período para entrega de trabalhos concorrentes ao 8º Concurso Internacional de Composição da Póvoa de Varzim – manifestação paralela da 37ª edição do Festival Internacional de Música da Póvoa de Varzim.

A iniciativa é dedicada à modalidade de Música de Câmara (Prémio “Câmara Municipal da Póvoa de Varzim”). Tem como objetivo premiar obras de compositores nacionais e estrangeiros nascidos depois de 31 de julho de 1974.

O prazo para entrega das obras concorrentes termina a 23 de Março de 2015. Posteriormente, o júri, constituído pelos compositores Vasco Mendonça (Presidente), Alexandre Delgado, Fernando Lapa e João Madureira, selecionará duas obras finalistas, a anunciar a 20 de Abril de 2015.

As obras serão estreadas no decorrer do Festival Internacional de Música da Póvoa de Varzim, em concerto agendado para 21 de julho de 2015. Os valores dos Prémios são de 2500 euros (1º) e mil euros (2º prémio).

Além da estreia em concerto, as obras vencedoras serão editadas em partitura.



Navais cantou as Janeiras



Grupo de Bustelo - Penafiel

Foi uma tarde de domingo dedicada às Janeiras, em Navais. O XIV Encontro de Cantares das Janeiras e de Cantares ao Serão à Capela decorreu junto à Igreja de Navais e promoveu a animação da freguesia com atenções voltadas para uma tradição portuguesa desta época.

O evento integrou, para além do anfitrião Grupo Folclórico "Os Camponeses de Navais", os seguintes agrupamentos: Rancho Regional S. Salvador de Folgosa; Grupo Folclórico de Bustelo; Grupo Folclórico da Associação C. Recreativa Sr.ª Aparecida.

Reisadas em Rates



Cumprindo a tradição que dura há 37 anos, o Grupo de Reisadas de Rates levou, na noite do dia 9, até ao Salão Nobre da Junta de Freguesia, o som dos cantares tradicionais da freguesia e a sua comédia que animou e encantou as várias dezenas de pessoas que fizeram questão de estar presentes nesta festa dos Reis. A este momento que contribuiu com a preservação dos costumes da Vila, seguiu-se um pequeno convívio, na Biblioteca de Rates, onde se partilhou o Bolo-Rei e o Vinho do Porto.

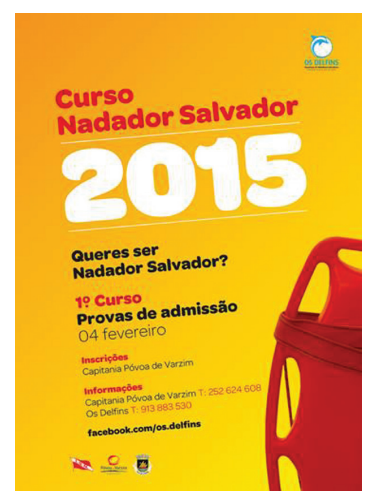
Curso de Nadador Salvador 2015

“Os Delfins”, Associação de Nadadores Salvadores têm abertas as inscrições para o 1º Curso de Nadador Salvador 2015, cujo exame de admissão decorre no próximo dia 4 de fevereiro.

As inscrições devem ser efetuadas na Capitania da Póvoa de Varzim, mesmo que não tenham todos os documentos reunidos.

Os interessados têm que reunir as seguintes condições para frequentarem o curso: ter idade mínima de 18 à data do início do curso; possuir a escolaridade obrigatória; possuir robustez física e mental para o exercício da atividade de Nadador-Salvador, comprovada por atestado médico.

As provas de admissão vão consistir nos seguintes exercícios: nadar 100m em 1min 50seg; nadar 20seg. em apneia; nadar costas 25m (batimento pernas) e retirar dois objetos do fundo da piscina.





Abertas inscrições para oficinas criativas na Casa da Juventude

A Casa da Juventude da Póvoa de Varzim tem abertas as inscrições para as Oficinas de Reciclagem Criativa e de Aquarelas. As ações irão decorrer a partir de fevereiro. A Oficina de Reciclagem Criativa decorrerá às segundas-feiras, das 14h00 às 15h30, para adultos, e às quartas-feiras, das 16h30 às 18h00, para jovens dos

8 aos 16 anos.

A oficina é estruturada em diversos módulos e visa a reutilização de recursos e materiais do dia a dia, usando diversas técnicas e abordagens plásticas.

Já a Oficina de Aquarelas destina-se apenas aos jovens dos 8 aos 16 anos e realizar-se-á às sextas-

feiras, das 16h30 às 18h00.

A iniciativa será estruturada em diversos módulos e procurará desenvolver competências básicas de desenho e de pintura em aquarela.

Estas oficinas inserem-se na programação permanente da Casa da Juventude, destinada à comunidade em geral.

Eficiência energética para PME's

Foi recentemente lançado o Galp ProEnergy PME, um programa de formação gratuito e de âmbito nacional, que pretende aconselhar as pequenas e médias empresas sobre as melhores práticas na utilização da energia elétrica.

O programa tem como público-alvo os gestores de topo e quadros decisores das PME, em especial das que apresentem maior potencial para redução dos consumos de eletricidade.

O projeto é financiado no âmbito do Plano de Promoção de Eficiência

no Consumo de Energia Elétrica (PPEC 2014-2015), aprovado pela ERSE – Entidade Reguladora dos Serviços Energéticos.

Este projeto conta ainda com a colaboração de três parceiros: a RNAE – Associação das Agências de Energia e Ambiente (rede nacional), o ISQ – Instituto da Soldadura e Qualidade e a Sair da Casca – Consultoria e Comunicação em Desenvolvimento Sustentável.

O programa de formação tem a duração de 5 horas, sendo precedido de um diagnóstico inicial que

avaliará as práticas de utilização de energia elétrica de cada uma das empresas.

Após a formação, as empresas são convidadas a elaborar um plano de ação de eficiência energética, que implementarão sozinhas, ou com a colaboração das agências de energia e ambiente locais.

As PME com melhores resultados na implementação dos planos de eficiência energética serão distinguidas com o selo Galp ProEnergy. Cada ação de formação terá um número limitado de participantes,



mas qualquer empresa poderá inscrever-se atempadamente e participar nas fases de diagnóstico, implementação das ações e avaliação final.

As empresas interessadas devem efetuar a sua inscrição através do email:

galp-proenergy@galpenergia.com.

Exposição “A Póvoa de Varzim e a Grande Guerra” patente na Secundária Rocha Peixoto

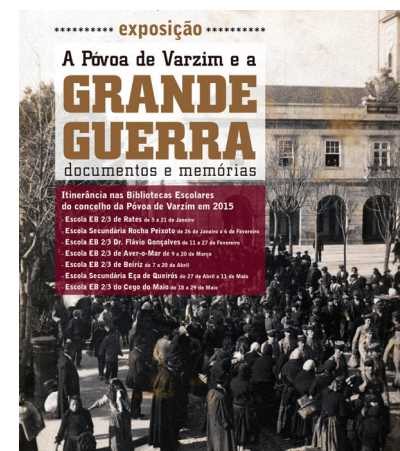
A Exposição documental “A Póvoa de Varzim e a Grande Guerra: documentos e memórias”, inaugurada a 8 de outubro na Biblioteca Municipal Rocha Peixoto, está em itinerância pelas escolas do concelho. Nesta altura, a mostra encontra-se patente na Escola Secundária Rocha Peixoto – de 26 de janeiro a 6 de fevereiro.

A itinerância da exposição (em curso) realiza-se pelos seguintes es-

paços: Escolas Secundárias Rocha Peixoto e Eça de Queirós; Escola EB 2/3 de Rates, Dr. Flávio Gonçalves, de Aver-o-Mar, de Beiriz e Cego do Maio.

A mostra consiste numa abordagem da Grande Guerra centrada na Póvoa de Varzim e expressa em painéis, documentos e testemunhos, que retratam sobretudo aspetos da vida local ocorridos entre 1914 e 1918.

Luís Diamantino, Vice-presidente e Vereador do Pelouro da Cultura, esteve presente na inauguração da mostra, no átrio da Biblioteca, a 8 de outubro, tendo sublinhada na altura que a iniciativa era uma “evocação” e não propriamente uma comemoração. Evoca-se um momento muito importante, que “a nossa juventude estuda, na escola: o flagelo que foi para a comunidade a I Guerra Mundial”.



Workshops sobre “O emprego que sempre quis”

O Gabinete de Formação do Município da Póvoa de Varzim está a promover desde o dia 27, um ciclo de workshops designado “O emprego que sempre quis”.

Este ciclo contempla 4 workshops sobre os seguintes temas: Currículo com impacto; Descomplicar cartas de apresentação; A importância da marca EU; Como vencer as en-

tervistas.

O ciclo “O emprego que sempre quis” começou com a realização, às 18h00, do primeiro workshop (duração de 2 horas), seguindo-se os

restantes ao longo do mês de fevereiro. A inscrição tem um valor de 5 euros por workshop e deve ser efetuada no Gabinete de Formação da Câmara Municipal da Póvoa.

Junta de Vila do Conde implementa Orçamento Participativo

Esta quinta-feira, dia 29 de janeiro, pelas 21h00, no Teatro Municipal de Vila do Conde, a Junta de Freguesia local apresenta à população o projeto sobre o Orçamento Participativo de Base Associativa (OPBA) 2016, bem como a respetiva Comissão de Acompanhamento.

A comissão que vai ficar responsável pela elaboração do OPBA 2016 será composta por elementos da Junta de Freguesia e de elementos de todas as forças políticas representadas na Assembleia de Freguesia de Vila do Conde.

A autarquia liderada por Maria

Alcide pretende instituir esta forma participativa de gestão da Junta de Freguesia, no sentido de reforçar a proximidade entre os cidadãos e o seu poder autárquico, fomentando “uma participação interessada na definição das prioridades públicas”. O projeto APBA já foi aprovado pela Assembleia de Freguesia e terá

assim início. Depois de apresentada a Comissão de Acompanhamento e explicado o projeto à população, esta poderá começar a dar ideias para serem integradas no Orçamento, pelo qual se irá reger o órgão autárquico.

Onda Viva - 25 anos a “ouvir” a região

A Onda Viva está a assinalar a passagem do 25.º ano da sua fundação sendo atualmente a única estação radiofónica que emite a partir da Póvoa de Varzim. Companheira e companhia de muitos poveiros de várias gerações, a Onda Viva acompanhou, com pormenor, a vida da região no último quarto de século - um dos períodos mais marcantes do concelho - e há dias anunciou que o seu sucesso está também a verificar-se na Internet e no canal meo (depois de carregar no botão verde do comando e inserir a sequência 15 15 30) através dos seu sítio e na rede social Facebook.

A aposta nas novas plataformas de comunicação é evidente também através do projeto de imagem - Onda

Viva TV - que está disponível na Internet.

A empresa que gere a rádio foi criada por três poveiros - Avelino Gomes do Monte, José Ferreira Trovão e António Coelho e Castro - que apresentaram uma candidatura à obtenção do alvará, na sequência do processo legislativo que silenciou as chamadas “rádios piratas”. A Onda Viva foi uma das vencedoras para a Póvoa de Varzim e a primeira emissão ocorreu no dia 1 de Dezembro de 1989, após um período intenso de formação ministrado por vários reputados e conhecidos profissionais como os jornalistas Pedro Cid (RDP), Artur Queiroz (JN), Fátima Torres (RTP), entre outros.

A Administração fez questão de dotar a

emissora poveira de instalações modernas e funcionais, na Praça dos Combatentes, que têm sido sucessivamente atualizadas do ponto de vista técnico e estético continuando, para muitos que a visitam, a ser uma referência nas estruturas radiofónicas regionais.

Sem apoios financeiros governamentais ou autárquicos permanentes que patrocinassem as despesas (como sucedeu noutros pontos do país), a ROV teve de enfrentar as oscilações económicas do país como se se tratasse de uma qualquer empresa privada, mas a quem era exigida a prestação de um serviço público.

O “duplo” desafio foi exigente e algumas reestruturações dolorosas, mas a rádio não vacilou na procura

constante pelo rigor informativo, na defesa dos interesses das comunidades locais e na ligação “familiar” às populações”, afirma o diretor geral da Rádio para quem “os ouvintes premiaram a Onda Viva com o epíteto que ainda hoje utiliza: líder de audiências”.

Octávio Correia está na rádio, praticamente desde a primeira hora, onde chegou porque tinha uma paixão pelos relatos desportivos que cultivava desde o tempo das rádios piratas, no caso na “Ala-Arriba” sendo que teve também uma passagem pelo jornal “Semanário Desportivo” liderado por João Querido Manha. Da primeira leva de profissionais da Onda Viva permanecem na estação a coordenadora Célia Castro e o locutor João Silva.

O Presente

A interligação da ROV a quem a ouve (na frequência 96.1), lê (no sítio com o endereço www.radiondaviva.pt) ou vê (no mesmo local da Internet ou no canal meo - 15 15 30) foi destacada, recentemente, por uma reportagem da TVI que, a propósito de um recente naufrágio, constatou a ligação da rádio às comunidades da região, extravasando amiúde o território composto pela Póvoa e Vila do Conde. Essa característica pode ser verificada na afluência aos concertos das “Noites de Verão”, iniciativa já com 22 anos - começou timidamente na Praça do Almada - e que, ao contrário do que se possa julgar,

demora meses a ser preparada.

“Envolve muito trabalho, mas é agradável dar o gosto aos ouvintes e patrocinadores a oportunidade de estarem e escutarem artistas que cantam na nossa língua e que adoram vir cá. Só no ano transacto atuaram na Praça de Touros 35 artistas e assistiram, na totalidade, mais de 40 mil pessoas. As ‘Noites de Verão’ deviam encher todos os poveiros de orgulho pelo sucesso que têm tido e pelo que significam para o comércio local”, realça Octávio Correia. Mas há outros sinais de bom acolhimento da rádio na região e até pelos emigrantes. Ouvindo a emissão, pode

ser constatado o elevado interesse dos ouvintes por programas de elevada participação direta, por exemplo, nos “discos pedidos” e passatempos. A ROV diz possuir “dados significativos e inequívocos” de que a sua grelha musical - com predomínio dos temas em língua portuguesa - é do agrado da maioria dos ouvintes, tal como sucede com as rubricas (saúde, psicologia, astrologia, moda, humor, entre outras) que se espalham pelo dia.

Os relatos desportivos e a informação têm sido apontados como exemplos de referência de imparcialidade e rigor, e a ROV - única rádio a transmitir a partir da

Póvoa e com forte implantação em Vila do Conde e concelhos vizinhos - proporciona o acesso plural a programas de opinião, em nome dos valores democráticos e de liberdade que preconiza e defende. Sobre este aspecto, Octávio Correia provoca um pensamento recorrendo ao absurdo: “imaginem que a Onda Viva não estava no ar ou era um mero retransmissor. O que acontecia ao debate político nas duas cidades? E o movimento associativo seria tão divulgado? E quem daria o desporto? A rádio está a ser um meio de liberdade de expressão”.

O Futuro

O diretor da Rádio garante que a Onda Viva está permanentemente atenta às novas tecnologias e às plataformas de comunicação para corresponder às exigências do seu “público”, “cada vez mais vasto e espalhado por todo o mundo”, nomeadamente emigrantes poveiros e vila-condenses.

Todas as facetas da Rádio estão condensadas nas mais recentes plataformas mediáticas e os números não enganam: o site tem uma frequência de 500 000 cibernautas mensais e o Facebook tem, para já, mais de 45 mil “amigos”, advoga Octávio Correia. Das bobines e cassetes (do tempo do

arranque) à presente era digital foi um salto de 25 anos que a ROV “enfrentou sem receio”, não obstante o investimento que teve de efectuar, também com capitais próprios.

“A Onda Viva procurará sempre, diz, estar com os seus ouvintes nas plataformas mediáticas que se criem, mas

não irá “despersonalizar-se”, ou seja, a ROV nunca será transformada num “computador a debitar músicas e frases durante 24 horas seguidas”. “Os nossos ouvintes merecem mais do que isso. A Onda Viva é feita por pessoas para pessoas”, realça o diretor.

Como resumiria estes 25 anos?

Foram anos de muito trabalho. Conseguimos a credibilidade e independência necessária à implantação de um órgão de comunicação. Tratamos os grandes assuntos com debates e notícias, sempre com a intenção de ajudar a região a crescer. A Rádio ganhou um dimensão tal que é a companhia de muitos ouvintes cá em Portugal e até de muitos dos nossos emigrantes espalhados pelos 4 cantos do mundo.

No início da ROV, dizia-se que era a rádio do PSD. Hoje já não se ouve falar nisso. É uma satisfação?

Quando se faz um trabalho sério por vezes somos alvo de invejas e alguns detratores tentaram colar-nos a um partido, para ofuscar a nossa implantação. É verdade que os Administradores são militantes do PSD há muitos anos e sabem separar as águas. Rapidamente, os detratores, repararam que era o caminho errado até porque provamos que somos a voz de todos quanto precisamos de apoio e damos voz à região. Todos os partidos, religiões e associações têm as portas abertas e em 25 anos todos os partidos confirmam essa pluralidade da Onda Viva.

Como a ROV está a enfrentar a crise?

Desde sempre tivemos muito rigor nas contas. Compramos só quando há dinheiro e pagamos a tempo e horas. A nossa aposta foi sempre a de sermos a

referência da região. Os empresários apostam na radio onda viva porque têm retorno com a publicidade. Encontramos soluções para que todas as empresas, grandes ou pequenas, rentabilizem o seu investimento. Para além disso em pleno período de crise diversificamos: apostamos em força na imagem do site, na dinamização do facebook e a até criamos a onda Viva TV que já é uma referência e reforçamos a equipa de animadores da Rádio. Olhamos sempre o futuro com confiança, mas com os pés bem assentes no chão.

A ROV está zangada com o Varzim?

Não. Somos o único órgão de comunicação que há 25 anos faz os relatos dos jogos em casa e fora. Nunca interrompemos. A atual direcção é que teve uma atitude inqualificável, ao tentar impedir a Rádio de entrar no estádio porque fizemos um debate com sensibilidade do Varzim como, João Mariz, Miguel Sousa Neves, Alfredo Costa e Edgar Torrão. A Entidade reguladora da comunicação deu-nos razão e condenou o Varzim. Não falamos mais no assunto desde o ano passado e fazemos o nosso trabalho para servir os nossos ouvintes. A liberdade de imprensa está na ordem do dia pelo que aconteceu recentemente em França com o ataque suez dos gjadistas a um órgão de comunicação Social...O importante é haver respeito pela Liberdade. Nós estamos cá para contribuir

para o sucesso dos 100 anos do Varzim SC e esperamos o regresso à primeira divisão. O Clube tem adeptos excepcionais que acompanham o clube para todo o lado.

Sente que a Póvoa reconhece o trabalho da ROV?

Eu diria mais...sinto que a Póvoa, Vila do Conde e muitos concelhos à nossa volta reconhecem o nosso trabalho. Todos os dias temos ouvintes novos na rádio e nas restantes plataformas. As entidades oficiais dos concelhos reconhecem esse trabalho. E nas iniciativas que fazemos, como por exemplo, as Noites de verão, temos milhares de pessoas a participar e a incentivar-nos. O nosso site, facebook e Onda viva tv crescem todos os dias. É gratificante. Obrigado a todos.

O futuro próximo da ROV passa por...

Continuar a trabalhar com muito afinco. A nossa equipa desde o concelho de Administração a todos os colaboradores sabem que vivemos tempos duros e de imensa incerteza. Mas nunca viramos a cara à luta. Queremos manter a Onda Viva na liderança. Vamos continuar a apostar nas pessoas, dando boas condições de trabalho e escolhendo em cada momento os melhores equipamentos e as melhores estratégias. Estamos sempre atentos ao mercado. As empresas apostam cada vez mais na radio onda Viva. Nos últimos anos



Octávio Correia

apesar da crise, a nossas vendas de publicidade têm aumentado acima da média. Os nossos ouvintes vestem a nossa camisola, pois temos os melhores ouvintes do mundo e por isso temos que dar tudo por eles. Transmitimos alegria, boa disposição, simpatia e somos a companhia de milhares. Temos as portas abertas para contribuir para a felicidade e sucesso da região que nos acolhe.



INSTITUTO DO EMPREGO
E FORMAÇÃO PROFISSIONAL

OFERTAS DE EMPREGO

OPERADOR DE MÁQUINAS DE ESCAVAÇÃO, TERRAPLANAGEM E SIMILARES

588384654

PÓVOA DE VARZIM

OUTROS ANALISTAS E PROGRAMADORES, DE SOFTWARE E APLICAÇÕES

588509451

U.F. DA PÓVOA DE VARZIM, BEIRIZ E ARGIVAI

CARPINTEIRO DE LIMPOS E DE TOSCO

588508314

FAJÓZES

ALFAIATE E COSTUREIRO

588499624

BALAZAR

SERRALHEIRO DE MOLDES, CUNHOS, CORTANTES E SIMILARES TECIDOS

588462393

PÓVOA DE VARZIM

ALFAIATE E COSTUREIRO

588498466

BALAZAR

TRABALHADORES DE COSTURA, BORDADOS E SIMILARES

588497867

U.F. DE TOUGUINHA E TOUGUINHÓ

TÉCNICO DE ELECTRICIDADE

588494078

ÁRVORE

INSTALADOR DE AR CONDICIONADO E DE SISTEMAS DE REFRIGERAÇÃO

588494076

ÁRVORE

CANALIZADOR

588490542

U.F. DA PÓVOA DE VARZIM, BEIRIZ E ARGIVAI

Inter-Freguesias

SENIORES	Jogos	GM	GS	V	E	D	P
Aguçadoura	3	9	5	3	0	0	9
Estela	3	6	3	3	0	0	9
Averomar	3	6	2	2	1	0	7
Juvenorte	2	5	0	2	0	0	6
Amorim	3	6	3	2	0	1	6
Balasar	3	7	3	1	1	1	4
Regufe	3	6	6	1	1	1	4
Terroso	3	6	5	1	0	2	3
Barreiros	3	6	6	1	0	2	3
Beiriz	2	2	4	1	0	1	3
Rates	3	2	4	1	0	2	3
Navais	2	3	6	1	0	1	3
Leões Da Lapa	2	4	5	0	1	1	1
Matriz	2	1	5	0	0	2	0
Argivai	2	0	4	0	0	2	0
Laúndos	3	2	10	0	0	3	0

INFANTIS	Jogos	GM	GS	V	E	D	P
Rates	3	9	1	2	1	0	7
Averomar	3	10	2	2	1	0	7
Amorim	3	9	3	2	1	0	7
Laúndos	3	3	1	2	1	0	7
Navais	3	17	1	2	0	1	6
Juvenorte	3	15	7	2	0	1	6
Argivai	3	14	1	1	2	0	5
Regufe	3	5	4	1	1	1	4
Terroso	2	3	2	1	1	0	4
Aguçadoura	3	4	4	0	3	0	3
Beiriz	2	6	7	1	0	1	3
Balasar	3	1	5	1	0	2	3
Leões Da Lapa	2	1	4	0	1	1	1
Matriz	1	2	5	0	0	1	0
Estela	3	3	7	0	0	3	0
Barreiros	3	0	10	0	0	3	0
Belém	3	0	38	0	0	3	0

JUVENIS	Jogos	GM	GS	V	E	D	P
Argivai	3	22	0	3	0	0	9
Regufe	3	7	2	2	1	0	7
Estela	3	8	2	2	0	1	6
Laúndos	3	7	4	2	0	1	6
Amorim	3	7	4	2	0	1	6
Balasar	3	3	3	2	0	1	6
Beiriz	2	3	0	1	1	0	4
Navais	3	7	5	1	1	1	4
Aguçadoura	3	2	3	1	1	1	4
Juvenorte	3	3	4	1	1	1	4
Rates	3	2	7	1	0	2	3
Averomar	3	2	3	0	2	1	2
Terroso	2	3	7	0	1	1	1
Barreiros	3	3	9	0	1	2	1
Belém	3	1	22	0	1	2	1
Leões Da Lapa	2	3	5	0	0	2	0
Matriz	1	0	3	0	0	1	0

**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DE
VILA DO CONDE**

Rua Rainha Dona Leonor, 123 - 4480-247 Vila do Conde
Tel. 252 249 100 | Email. geral@scmvc.pt
www.scmvc.pt

Centro Social em Macieira e Casa da Criança

Creche - Jardim de Infância - ATL - SAD

CERTIFICADOS pelo Referencial EQUASS Assurance

Cuidar, humanizando!



Animação no Parque da Cidade pela Varzim Lazer



Um sábado de manhã cheio de sol e muita atividade física no Parque da Cidade. Foi este o mote para “Atividades no Parque”, evento promovido pela Varzim Lazer no último sábado, pelas 10h00. Quase meia centena de pessoas aderiram a esta ação desportiva, que promoveu um espaço de natureza de excelência no município, como é o Parque da Cidade da Póvoa de Varzim.

Os participantes envolveram-se em ações como Cross Training, um treino funcional que se baseia em movimentos variados de intensidade elevada, bem como houve a oportunidade de muitos experimentarem o Tiro com Arco. O desafio proposto foi completar as 15 estações o mais depressa possível.



Agência Funerária Palhares, Lda.

Póvoa de Varzim



Nome: **Octávio Alves Correia**
Estado civil: Viúvo de Maria do Céu Matias Correia
Morada: Rua Gomes Amorim, nº 2578 Póvoa de Varzim
Idade: 85
Data de Falecimento: 16/01/2015
Data do Funeral: 17/01/2015 foi a sepultar no cemitério nº 2 da Póvoa de Varzim

Argivai



Nome: **Armando Gomes da Silva**
(em França)
Estado civil: Casado
Idade: 61
Data do Funeral: 17/01/2015 foi a sepultar em Argivai

Amorim



Nome: **Manuel da Silva Martins**
Estado civil: Casado com Maria Soares Ramos
Morada: Rua de Travassos, nº 283 Amorim
Idade: 76
Data de Falecimento: 15/01/2015
Data do Funeral: 17/01/2015 foi a sepultar em Amorim



FUNERÁRIA DE BEIRIZ, LDA. (IRMÃOS CABAÇAS)

Póvoa de Varzim



ANTÓNIO GOMES DA COSTA AMORIM FALECEU COM 92 ANOS

Suas, Filhas, (os), Nora, Netos, (as), Bisneto, Sobrinhos e mais Família participam com profundo pesar às pessoas de suas relações e amizade, o falecimento de seu ente querido e convidam a assistirem à Missa de corpo presente **QUINTA-FEIRA dia 29 de JANEIRO pelas 16H00 na IGREJA MATRIZ**. Finda a Cerimónia Religiosa será sepultado no Cemitério nº1 desta Cidade.
O corpo estará em câmara ardente na capela Nº 5ª de belém até às 14h30 de quinta-feira

ANTECIPADAMENTE AGRADECE:
MARIA FIRMINA GONÇALVES AMORIM
MANUEL ANTÓNIO GONÇALVES AMORIM E ESPOSA
MARIA DAS DORES GONÇALVES AMORIM
RUBEN GONÇALVES DA COSTA AMORIM
ANTÓNIO GONÇALVES DA COSTA AMORIM

Amorim



ALBERTO JANUÁRIO FERREIRA FURTADO AGRADECIMENTO

Sua Família, vem por este meio agradecer a todos as pessoas que acompanharam o funeral e assistiram à Missa do 7º Dia e também a todas aquelas que de qualquer modo lhes manifestaram sentimentos de pesar.

ANTECIPADAMENTE AGRADECE:
CARLOS ALBERTO FERREIRA MARTINS FURTADO
ROSA MARIA FURTADO AZEVEDO MARTINS
CARLOS ANTONIO FERREIRA FURTADO

Beiriz



OTELINDO GONÇALVES MACEDO AGRADECIMENTO

Sua Família, vem por este meio agradecer a todos as pessoas que acompanharam o funeral e também a todas aquelas que de qualquer modo lhes manifestaram sentimentos de pesar.

ANTECIPADAMENTE AGRADECE:
A FAMILIA

Atletas poveiros com bons resultados no Open Internacional de Vila das Aves

O Karaté tem sido uma das plataformas em que os atletas poveiros têm conquistado grande prestígio.

No último dia 17 de janeiro, em Vila das Aves, decorreu o XXI Open Internacional de Karaté, um dos torneios com mais atletas em prova, que incluiu ainda o Open de campeões feminino.

Por entre centenas de atletas e com um cariz bastante competitivo nas provas, os poveiros, quer em representação do CKA (Centro de Karaté Aguçadourense) quer em representação da UPK (União Poveira de Karaté), conseguiram conquistar vários pódios.

A atleta do CKA Filipa Costa ascendeu ao 2º lugar do Open de campeões femininos.

Em iniciados, Gonçalo Ribas (CKA) subiu duas vezes ao pódio no 2º lugar, Rita Ribeiro (UPK) também ficou na 2ª posição, enquanto Mário Silva (CKA), Francisca Leonor (UPK) e Mariana Dias (UPK) subiram ao 3º posto. Em cadetes, Sérgio Silva (CKA) apurou-se em 2º lugar. Renata Oliveira (UPK) conquistou o 3º lugar em juvenil, tendo Diana Pires (UPK) conquistado a mesma posição no pódio relativa à categoria de júnior.

O Open terminou com uma homenagem ao falecido Presidente da Federação Nacional de Karaté, João Salgado, e com o encontro das seleções Sub 21 e sénior, para as quais foram chamados os atletas do CKA Vitalie Certan, Ina Certan e Filipa Costa.

Ina Certan chamada à seleção nacional

Ina Certan participou no estágio nacional de preparação para o 42º Campeonato da Europa de Karaté de Cadetes, Juniores e Sub-21, que se realizará entre os dias 6 e 8 de fevereiro, em Zurique, na Suíça.

A atleta do CKA recebeu a honrosa convocatória da Federação Nacional de Karaté Portugal para integrar a seleção nacional, o que constitui um momento muito importante na vida de qualquer atleta.

Ina Certan participa como atleta do escalão S21 de Kumite categoria - 55Kg.

Ina Certan em 5º lugar em Paris

Vitalie Certan, Ina Certan e Filipa Costa, três dos melhores karatecas portugueses e atletas do Centro de Karaté Aguçadourense (CKA), estiveram a competir no Karate1 Premier League, em Paris, no fim de semana.

Perto de 900 atletas, de 67 países e dos cinco continentes, participaram naquela que é uma das mais prestigiadas provas da modalidade.

Os três karatecas representaram Portugal e a Póvoa de Varzim de forma digna, demonstrando boa preparação física.

E foi por muito pouco que estes jovens atletas não conseguiram chegar à conquista das medalhas.

Ina Certan, no primeiro ano de Senior, conseguiu um 5º lugar. No primeiro combate, Ina Certan perdeu por 2-0 com uma atleta egípcia, o que constituiu um obstáculo a que Ina pudesse atingir alguma medalha.



Filipa Costa, Ina Certan e Vitalie Certan

Workshop Tiro com Arco cativou 45 participantes

No último sábado, 17 de janeiro, o Workshop Tiro com Arco foi certeiro na atração de participações: foram cerca de 45 participantes que aderiram ao evento promovido pela Varzim Lazer, no Pavilhão Municipal.

O Workshop Tiro com Arco resultou em muitas setas no alvo, deixando satisfeitos os participantes em mais uma iniciativa organizada pela Varzim Lazer.

A ideia foi apresentar uma nova experiência numa modalidade menos comum, abrindo caminho aos interessados para a iniciação e prosseguimento no Tiro com Arco.

O workshop foi orientado por Luís Cruz, tendo a Varzim Lazer aberto o evento à população em geral e de forma gratuita. A ação deu a conhecer os aspetos gerais da modalidade.

O Tiro com Arco é um desporto olímpico e baseia-se na habilidade, dando primazia a virtudes como a concentração, a precisão, a força e a coerência.

Naval organizou Torneio e marcou presença no Torneio Regional de Clubes Infantis

A Póvoa de Varzim acolheu, no penúltimo fim de semana, um grande evento de Natação.

As Piscinas Municipais receberam o 1º Torneio CNP Natação Pura do Clube Naval Povoense (CNP), que se caracterizou por um enorme sucesso.

Além dos mais de duzentos nadadores presentes a representar oito equipas nacionais, estiveram a assistir mais de trezentas

pessoas, que acompanharam e vibraram com a prestação dos nadadores, nesta que foi a primeira prova da época em piscina de 50 metros.

A prestação dos nadadores do CNP, a nadar em casa, esteve em grande destaque, com vários recordes pessoais e do clube, marcas bem perto do acesso aos campeonatos nacionais e ainda valorizadas com o alcance de alguns lugares de pódio.

No último fim de semana, realizou-se nas piscinas municipais de Vila Meã, o Torneio Regional de Clubes de Infantis. A equipa da secção de natação pura do Clube Naval Povoense esteve representada por 8 atletas: Hugo Vieira, Henrique Maieiro, Pedro Morim, Sérgio Araújo, Joana Casanova, Inês Cadilhe, Inês Nova e Ema Cambas.

Ao longo de dois dias de competição, os atletas poveiros demonstraram a sua evolução alcançando 14 novos recordes do clube e 23 novos recordes pessoais.

No final, o treinador Miguel Pacheco estava bastante satisfeito com os resultados, sublinhando o 12º lugar da equipa na classificação final de



Adriano Niz conquista recordes na Madeira

Realizou-se no fim de semana, de 16 a 17 de janeiro, o Campeonato Nacional de Masters, em piscina de 25 metros, no complexo Olímpico do Funchal, na Madeira, onde o poveiro Adriano Niz foi um dos participantes como Master "A". De registar que este campeonato contou com a presença de cerca de 500 atletas e de 50 clubes.

Nas cinco provas em que competiu, Adriano Niz registou uma excelente prestação: em todas elas foi campeão nacional e bateu recordes nacionais da especialidade. Assim, os resultados de Adriano Niz são dignos de destaque: 100 costas - 56,98; 100 estilos - 58,52; 200 estilos - 2.08.87; 200 livres - 1.51.71; 400 livres - 4.00.23.

Adriano Niz foi ainda considerado o Melhor Atleta dos nacionais em Masters "A" com 1053 pontos.

Nas provas de mar, Adriano Niz competiu na Prova de Águas Abertas, na distância de 500 metros, e voltou a ser excelente ao sagrar-se campeão nacional.

Campeonato Nacional de IOM

Na Marina da Póvoa, o CNP (Clube Naval Povoense) organizou, com o apoio da APMV (Associação Portuguesa de Modelos à Vela), o Campeonato Nacional de IOM (barcos rádio controlados).

Os dois dias de regatas foram bastante animados e competitivos. José Cardoso do Clube Naval de Leça sagrou-se Campeão Nacional.

Atletas do CDP no pódio da Final 4 de Basquete

No que respeita ao Basquetebol, há ainda a referência importante para a conquista da 2ª posição do pódio pelos Sub19 Femininos e do 3º lugar da equipa de Sub18 Masculinos, ambas do CDP, na disputa da Final 4 da Associação de Basquetebol do Porto.

Nos 5 "ideais" o CDP teve presentes dois atletas em cada escalão, sendo que no feminino, Isabel Costa, foi mesmo considerada a MVP da final. Ambas as equipas estão apuradas para o Campeonato Nacional da modalidade.

Macedo Vieira preside comissão do centenário varzinista

E deu-se início às comemorações do Centenário do Varzim Sport Club, no passado dia 23 de Janeiro, no Diana Bar. Vários sócios assistiram à cerimónia de abertura, no qual foi apresentado os nomes que compõem a Comissão do Centenário e algumas das iniciativas promovidas para o longo deste ano.

Nomes que fazem parte da Comissão do Centenário: Macedo Vieira (presidente), Aires Pereira, Pedro Faria, Lídio Marques, Jorge Caimoto, Mário Rodrigues e João Mariz.

Quanto às iniciativas, uma já era do conhecimento público, a camisola comemorativa do centenário, e uma outra tornada pública na cerimónia, foi a medalha comemorativa do centenário do Varzim, que irá estar à venda nos próximos dias.

Para Aires Pereira, presidente da Câmara Municipal, é “uma honra

ao fim destes anos todos poderemos passar esta data histórica do centenário. É fundamental envolvermos a cidade nas comemorações. O Varzim sempre foi o grande emblema da cidade, e temos de voltar a envolver as pessoas para que este projeto Varzim seja um projeto vencedor. Se todos quisermos, conseguimos envolver a cidade com o Varzim e voltar outra vez aos áureos tempos que o Varzim representava naqueles domingos milhares de pessoas da nossa cidade. Eu acho que isso é possível com a colaboração de todos.”

Macedo Vieira, presidente da Comissão do Centenário, sentiu-se honrado pelo convite, sublinhando que “um século de história tem de ficar registado. Vai dar trabalho mas faço-o com muito gosto. Tem de se publicar um livro. É fundamental que a história dos cem anos fique registada.



Vamos elaborar um programa que seja consentâneo com a história do clube. Que a cidade se associe ao centenário do clube.

Por fim, o presidente do clube, Pedro Faria, também em declarações ao nosso jornal, referiu que a

Comissão “é um grupo de pessoas que conhecem o clube. Espero que os poveiros se unem em torno do clube, não só no ano de centenário, mas sim sempre. Se a Póvoa de Varzim despertar vai ser mais fácil ter sucesso.”

CASINO
PÓVOA

Espectáculos



31 janeiro – **Mónica Ferraz**

A cantora portuguesa está a apresentar o seu novo disco “Love”. O Casino da Póvoa é um dos palcos da jornada de promoção musical de Mónica Ferraz. O espetáculo é em plateia e tem o custo de 10€ cada bilhete.



14 fevereiro – **Márcia**

O jantar de S. Valentim será acompanhado do concerto de Márcia. A entrada tem o valor global de 30€, começando o jantar às 20h30 e o concerto às 22h30.

Navais e CDP no apuramento para Nacional de Pista Coberta

No fim de semana, atletas do CDC Navais e da secção de atletismo do CDP marcaram presença, em Braga, nas provas para o Campeonato Nacional de Clubes de Pista Coberta fase de Apuramento. Cinco atletas do CDP conseguiram melhorar as suas marcas pessoais

tendo a equipa feminina conquistado o 25º lugar e com a equipa masculina o CDP ficou em 32º lugar.

Já o CDC Navais conseguiu o 20º lugar nacional com a equipa masculina e o 28º com a equipa feminina.

Entretanto, o CDC Navais também conseguiu, no domingo, a vitória colectivamente na 5ª jornada do Plano de Promoção de Atletismo da Póvoa de Varzim, com uma participação de 80 atletas distribuídos por nove escalões.

Formação no Clube de Caçadores da Estrela

O clube de caçadores da estrela inicia no próximo dia 3 de Fevereiro formações destinadas a manobreadores de gruas e equipamentos de elevação e condutores de empilhadores.

Estas ações serão dadas por empresa devidamente creditada para o efeito, a NUCAMINHO (Núcleo de Camionistas do Minho,

sediada em Barcelos) e insere-se num vasto protocolo a celebrar entre esta empresa e o clube de caçadores.

No dia 31 de janeiro, aquando da Assembleia Geral a realizar na sede, será assinado o protocolo entre as duas entidades cooperantes.

SOLUÇÃO SUDOKU PÁGINA 22

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

Póvoa
SEMANARIO

Assine e Receba em Casa!

25€ /ano para Portugal . 50€ /ano para o estrangeiro

Nome _____

Morada _____

Cód. Postal _____ Localidade _____

Telefone _____ E-mail _____

Data Nascimento ____/____/____ Profissão _____

Preencha e envie para Rua Almirante Reis, 163 - R/C - 4490-463 Póvoa de Varzim

Póvoa
SEMANARIO

Proprietário e Diretor: José Gomes Alves - Carteira Profissional N° 7452 - e-mail: geral@povoasemanario.pt

Redação: José Gomes Alves (CP 7452) | José Júlio Alves (CO 495) | Carlos André (TPE-381)

Ricardo Gomes Alves (TPE-382) - e-mail: redacao@povoasemanario.pt

Fotografia: Luís Xavier

Sede: Rua Almirante Reis, 163 - R/C - 4490-463 Póvoa de Varzim - telefone 252 620 001

Publicidade: 926 176 084

Internet: www.povoasemanario.pt

Paginação: Linkage - Publicidade e Comunicação, Lda.

Impressão e Acabamento: Empresa do Diário do Minho, Lda.

Série 2 | N° 8

Quinzenal | Regional

Tiragem: 3000

Preço avulso: 0,90€

N° Reg. ICS: 122492

N° Sócio API: 05052

Depósito Legal N° 128933/98

ISSN N° 1646-2904

Varzim: Primeiro objetivo cumprido!

Textos e Fotografias: Carlos André Maio

O primeiro objetivo da época está cumprido. O Varzim venceu o Santa Eulália por três bolas a uma e conquistou a passagem à segunda fase do Campeonato Nacional de Seniores. Mais de 3 mil pessoas marcaram presença no estádio e apoiaram a equipa varzinista durante os noventa minutos, um ambiente que não se

vivia há muito tempo. "Voltei a viver o Varzim de antigamente", uma expressão muito ouvida no final do jogo. Na fase de subida, o Varzim vai lutar pelo regresso à Segunda Liga com: Famalicão, Fafe, Mirandela, Salgueiros, Sousaense, Lusitânia de Vildemoimhos e Cesarense.



Varzim vence Vilaverdense em jogo particular



Para compensar a paragem do campeonato, o Varzim tem agendado alguns jogos particulares. Recorde-se, que o Campeonato Nacional de Seniores volta só a 15 de Fevereiro, com o sorteio a ser realizado na próxima quinta-feira. Na manhã do passado sábado, a turma varzinista defrontou o Vilaverdense (equipa da série A do CNS), e venceu por três bolas a uma. Na imagem, o mais recente reforço do Varzim em ação, o nigeriano Stanley. Ao intervalo a equipa varzinista já

vencia o Vilaverdense por duas bolas a uma. O autor dos dois golos foi Tanela. No segundo tempo Diego Mourão marcou o terceiro golo.

O Varzim alinhou com: Ricardo, Telmo, Abel, Moura, João Paulo, Pedro Sá, Pedro Cervantes, Lucho, Elísio, João Carvalho e Tanela.

Jogaram ainda: Pedro Soares, Stanley, Mark, Roberto Flores, Sérgio Organista, Amilton, Bijou, Rui Coentrão e Diego Mourão.

Varzim "B" vence em Leça da Palmeira

O Varzim "B" deslocou-se ao terreno do Leça, no passado domingo, e venceu por duas bolas a zero. A equipa comandada por Quim Berto, ao intervalo já vencia pela margem mínima, com um golo apontado por Vítor Hugo. André Góis marcou o segundo golo na segunda parte.

A equipa varzinista abriu o marcador aos 28m, por intermédio de Vítor Hugo. No segundo tempo, e aos 55m, a equipa poveira chegou ao segundo golo por intermédio de André Góis, que perante o guarda-redes adversário,

concluiu da melhor forma.

A equipa da casa tentava reagir, mas sem sucesso. Nota ainda para a expulsão de Zé Fonseca por duplo amarelo, perto do minuto noventa.

O Varzim "B" segue na nona posição com 31 pontos. Na próxima jornada, o Varzim recebe o Grijó.

O Varzim alinhou com: Marinho, Moura, Hernâni, João Paulo, Zé-zinho, Roberto, Carlitos, Lucho, Góis, João Carvalho e Vítor Hugo. Jogaram ainda: Hélder Pinto, Zé Fonseca, Benta, Carlão e Daniel.



VI Meeting de Natação da Póvoa em fevereiro

O VI Meeting de Natação da Póvoa de Varzim realiza-se a 14 e 15 de fevereiro. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da FINA e da FPN. Recorde-se que a Piscina Municipal da Póvoa de Varzim tem dimensões olímpicas e 8 pistas.

A competição será disputada em duas fases. Na sessão da manhã, haverá séries eliminatórias, constituídas a partir de cabeças de

série, de acordo com os tempos de inscrição e as duas (2) séries lentas (400 Estilos e 800/1500 Livres).

Na sessão da tarde, realizam-se as finais A/B e série rápida (400 Estilos e 800/1500 Livres). As finais A, serão formadas pelos nadadores classificados do 1º ao 8º lugar das eliminatórias (serão suplentes os 9º e 10º classificados); As finais B, apenas

terão lugar quando o número de inscritos for igual ou superior a 16 nadadores e serão formadas pelos nadadores classificados do 9º ao 16º lugar das eliminatórias (serão suplentes os 17º, 18º, 19 e 20º classificados).

As provas de 800/1500 Livres e 400 Estilos, serão disputadas pelo sistema de séries. Serão admitidos os vinte e quatro (24) melhores tempos de inscrição dos

últimos 12 meses, obtidos em piscina de 50 metros, até à data limite de inscrição no Torneio. Os oito (8) melhores tempos nadarão a série rápida, a realizar pela parte da tarde no início da sessão, enquanto os restantes dezasseis (16) tempos nadarão as séries lentas a terem efeito pela parte da manhã. Os 25º, 26º, 27º e 28º tempos serão suplentes.



O Lado Violeta

Horóscopo - PREVISÕES 2015

Astróloga: Cristina Gomes
 www.ladovioleta.com
 facebook.com/ladovioleta
 Consultas: Segundas feiras às 19 na Rádio Onda Viva



Carneiro 21/03 a 20/04

Amor: Fase para tentar relaxar, estará com tendência a sentir ansiedade às expectativas da sua relação amorosa. Deverá escutar o seu par e levar os vossos planos com tranquilidade.
Financeiro: Tudo se encaixa nesta fase. No entanto achará que as suas metas estão ainda longe. Evite a pressa, no caminho que se encontra o tempo é o seu aliado.
Saúde: Período de alguma ansiedade.



Touro 21/04 a 21/05

Amor: Momentos de prazer e de muita diversão farão parte desta fase. Aproveite bem os momentos mas compreenda as necessidades alheias.
Financeiro: Este período será positivo em ganhos. Evite situações ilegais pois tende a multas ou penalizações. Deverá prestar a propostas muito fáceis podem ser uma ilusão.
Saúde: Tendência a abusos.



Gêmeos 22/05 a 21/06

Amor: O momento é de tranquilidade e reconciliação na sua relação. Para os solteiros poderão pensar em oficializar um relacionamento. Ouça os conselhos dos mais velhos.
Financeiro: Período mais parado nos negócios mas tranquilidade financeira.
Saúde: Período calmo.



Caranguejo 22/06 a 23/07

Amor: A relação atual irá mostrar-se perfeita. Deve partilhar com os seus amigos a sua felicidade amorosa. Os mais céticos no amor ficarão rendidos.
Financeiro: A altura é para se apoiar nos colegas na ajuda de resoluções e tarefas laborais. Deverá apostar nas parcerias para o seu negócio.
Saúde: Deverá cuidar do seu coração.



Leão 24/07 a 23/08

Amor: Prevê-se uma fase mais descontraída para os nativos de Leão. O período será favorável a saídas e convívios e a viver com mais intensidade no amor.
Financeiro: Será uma altura em que a sua cabeça estará mais liberta da razão e menos concentrada no trabalho.
Saúde: Tende dores de pernas.



Virgem 24/08 a 23/09

Amor: Muitas questões antigas serão abordadas nesta fase. A sua relação irá viver momentos de acertos e resoluções. A razão e o equilíbrio serão o seu grande apoio nas questões amorosas.
Financeiro: Situações que querem mais responsabilidade serão tratadas neste período e terá de aumentar as suas horas de trabalho.
Saúde: Cuidado com objetos cortantes.



Balança 24/09 a 22/10

Amor: O amor estará no ar nesta fase. Se está numa relação antiga sentirá uma renovação na vossa união. Será um período de namoro para muitos.
Financeiro: O trabalho trará novas tarefas e pequenas alterações. Embora traga satisfação poderá sentir algum receio do novo. Alegre-se que tudo irá correr bem.
Saúde: Sentirá dores de cabeça.



Escorpião 23/10 a 22/11

Amor: Sentirá muita determinação e foco nas questões amorosas. Esta fase tende a ser de saídas e convívios com os seus familiares e amigos.
Financeiro: A sua postura passará por bons diálogos e boas apresentações e isso irá trazer-lhe resultados satisfatórios.
Saúde: Cuide da sua alimentação.



Sagitário 23/11 a 21/12

Amor: Este período exige de si alguma reflexão. A vontade de fugir a alguns compromissos sociais será grande mas o dever chamará mais alto. Aproveite os momentos mais calmos para relaxar.
Financeiro: Nesta fase tudo poderá parecer-lhe distante e demorado. Deverá valorizar o que conseguiu até ao momento e projetar o futuro nessa base sólida.
Saúde: Sensação de cansaço.



Capricórnio 22/12 a 20/01

Amor: Cuide da sua forma fria e distante de se relacionar. Embora o seu coração seja de manteiga tende a ter reações mais frias com aqueles que ama, ouça e seja deia mais afetos.
Financeiro: Os negócios estão muito favorecidos e as atividades que envolvam imóveis poderão obter mais ganhos nesta fase.
Saúde: Vigie a tensão arterial.



Aquário 21/01 a 19/02

Amor: Sensação de tristeza e de nostalgia tendem a surgir neste período. A relação embora estável trará situações que exigirão algum sacrifício seu. Seja tranquilo.
Financeiro: Acautele possíveis perdas. Não se autocritique reaja e vigie a sua atividade. Reflita sobre como pode mudar e atue mais tarde. Existem situações que necessitam vir à tona.
Saúde: Período de tristeza.



Peixes 20/02 a 20/03

Amor: Altura de viver momentos românticos na relação. Oportunidades de refazer a sua vida doméstica poderão surgir. Não demore nas decisões.
Financeiro: O trabalho poderá trazer-lhe instabilidade emocional. Muita agitação e muitos altos e baixos tendem a ocorrer. Procure soluções positivas, esteja atento que elas estão perto.
Saúde: Sentirá oscilação no seu dia-a-dia.

DE BOM HUMOR SUDOKU

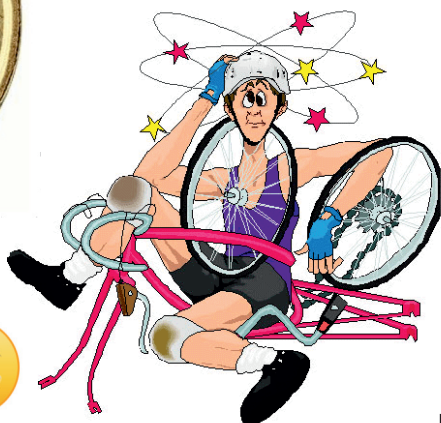
Pensamento Italiano

Dois homens nus, um atrás do outro. Deveríamos ter percebido logo que o Euro nos iria enrabar a todos!



Lotação esgotada

Um bêbado saiu da Igreja e o padre disse: vai com Deus, meu filho e que S. Pedro, Santa Luzia, Santo António e Nossa Senhora te acompanhem... O bêbado saiu e montou a sua bicicleta, mas pouco depois caiu e disse:
 - Eu sabia que tanta gente na bicicleta não ia dar certo...



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



CURIOSIDADES

Windows 10 será gratuito

O "upgrade" para a nova versão do Windows será gratuito para quem tenha o Windows 7 ou superior. Vem aí novo sistema para telefones. E a grande novidade: óculos de realidade virtual.



Tanto os utilizadores do Windows 7 ou superior como quem usa Windows Phone 8.1 no seu smartphone poderão instalar o novo Windows 10 gratuitamente durante o primeiro ano. O anúncio foi feito por Terry Myerson, diretor do Windows, que está a apresentar a nova geração do sistema operativo na sede da Microsoft, em Redmond, Washington.

As grandes novidades em termos de dispositivos foram o SurfaceHub, um computador de ecrã tátil com 84 polegadas (213 cm), especialmente pensado para salas de conferências; e o HoloLens, óculos de realidade virtual capazes de projetar "hologramas" com os quais o utilizador pode interagir.

Durante a apresentação do Windows 10, Myerson promete ainda que a Microsoft irá fornecer atualizações gratuitamente "durante a vida útil do dispositivo".

Joe Belfiore, vice-presidente da Microsoft para os sistemas operativos, demonstra de seguida algumas alterações ao Windows, nomeadamente o novo menu Iniciar, que contém mosaicos animados e atualizados pelas "apps", como acontece no ecrã Iniciar do Windows 8. Este menu pode agora ser ampliado de forma a ocupar todo o ecrã ou reduzida para ficar semelhante ao Windows 7.

Alex Kipman, o homem por trás dos sensores de movimentos Kinect, assume a palavra para apresentar "Windows Holographic".

Trata-se de óculos de realidade virtual onde se projetam "hologramas" sobre o mundo real, permitindo aos utilizadores interagirem com estes gráficos. Uma espécie de mistura de realidade aumentada, gráficos 3D e sensores de movimentos.

As piores passwords de 2014 têm muitos números e desporto

Já são conhecidas as piores passwords de 2014 e as principais alterações são a maior utilização de números consecutivos.

Depois de há um ano "123456" ter tirado "password" da liderança, essa palavra-chave manteve o primeiro lugar. A SplashData analisou três milhões de password e a mais divulgada em 2014 voltou a ser "123456", seguindo-se "password". Já a fechar o pódio há uma mudança: "12345" (subiu 17 posições) desalojou "12345678", que ocupa agora o quarto lugar.

No top 10 continuam "qwerty", "23456780" e "12345". A maior novidade vai a popularidade de palavras ligadas ao desporto: baseball (oitavo lugar) e football (décimo). Houve ainda um aumento nas palavras relacionadas com clubes, como "yankees", "rangers" ou "lakers", por exemplo. E para quem gosta de super-heróis, "batman" e "superman" entram no top 25.

Jamie Oliver diz que açúcar é o novo tabaco e deve ser taxado

Chef britânico deu entrevista onde alerta para os perigos do açúcar e revela que esteve à beira da exaustão: chegou a dormir cerca de três horas por noite.

O açúcar pode ser tão prejudicial para a saúde quanto o tabaco, é um facto. E Jamie Oliver sugere mesmo que se crie um imposto especial que afaste crianças e adultos dos produtos mais açucarados.

Em entrevista no britânico Daily Mail, o conhecido chef que dá a cara em vários programas de culinária na televisão - e que há 15 anos escreveu o seu primeiro livro de receitas - diz que a França tem razão ao impor um imposto sobre as bebidas com açúcar. "O açúcar é, definitivamente, o próximo mal. É o próximo tabaco, sem qualquer dúvida, e essa indústria deve ser receada. Deveria ser taxada, tal como o tabaco e qualquer outra coisa que, francamente, destrua vidas", sublinhou, acrescentando que, no Reino Unido, os números são alarmantes: 68% dos casos de doença que passam pelo serviço nacional de saúde britânico estão relacionados com a alimentação.

(Fonte: www.dn.pt)



Rei Felipe VI é protagonista de revista gay espanhola

Pela primeira vez, um chefe de Estado espanhol ilustra a capa de uma publicação dirigida a um público maioritariamente gay.

Oito meses depois de ter sido o primeiro monarca a convidar a comunidade LGBT (lésbicas, gays, bissexuais, travestis, transexuais e transgéneros) para uma recepção no Palácio da Zarzuela, o rei Felipe VI é o protagonista do mais recente número da RAGAP Magazine, desde o dia 21 de janeiro nas bancas, numa edição especial que pretende celebrar a feira de turismo Fitur, que Madrid acolhe entre 28 de janeiro e 1 de fevereiro.



ALTO MAR RESTAURANTE



- » Frango Assado
 - » Rojões
 - » Bacalhau Alto Mar
 - » Bacalhau na Brasa
- Encerramos às Segundas-feiras

Rua Gomes Amorim, 1404 (estrada N13)
Póvoa de Varzim | Tlf 252 681 068