

Famalicão com 71 casos confirmados de Covid-19

Pág. 3

Edição Especial AMANHÃ

Presidente da Câmara anuncia, amanhã, às 11h00, medidas de reação à situação epidémica, proteção social à população afetada e medidas para mitigação socioeconómica. O Povo Famalicense terá uma edição especial para lhe explicar tudo.

Surto de Covid-19 no Centro Social de Bairro

PELO MENOS 9 IDOSOS E 5 COLABORADORES INFECTADOS



Vila Nova de Famalicão foi sobressaltado com um segundo foco de contágio de Coronavírus na instituição de Bairro, onde residem cerca de 50 idosos.

O presidente da Câmara repete apelo a rastreio da população dos lares, e disponibiliza recursos financeiros e logísticos do município para diagnóstico aos 700 utentes e 1300 funcionários dos 21 lares existentes no concelho.

Pág. 7

LOJAPRO.PT

- DESCARTÁVEIS
- DESPORTO
- MATERIAL HOSPITALAR
- HIGIENE E LIMPEZA
- FISIOTERAPIA
- BOMBEIROS

TLM.: 914 299 943

Avenida
Engenheiro
Pinheiro
Braga 130



**40
ANOS**

Artur Gonçalves

TLM.: 919 315 800

CAPÔTO | PLADUR | PINTURAS

Agra n.º30 - Gavião - V.N.Famalicão
artur.costa.goncalves@hotmail.com

**VENDA O SEU IMÓVEL
COM A MELHOR EQUIPA**

CONTE CONNOSCO PARA O AJUDAR

910 102 220

cristina.carvalho@remax.pt

**EQUIPA
Nº1
FAMALICÃO**



**EQUIPA
CRISTINA
CARVALHO**



SERVIÇO TAKE-AWAY

ALMOÇO | JANTAR

SEGUNDA | DOMINGO

Faça a sua encomenda e diga para que horas pretende, nós tratamos do resto.

Visite a nossa página no Facebook e escolha a sua refeição.

restaurantantonio11@gmail.com

Encomendas: 252 319 129 | 968 329 836 | 913 840 977

Rua da Liberdade 212, 4760-307 Calendário, Famalicão



+351 915 185 800

FunDrinks
SHOTS | LICORES

divertidamente diferente!





Material, produzido a partir de uma impressora 3D, deverá ser entregue semanalmente

Oficina produz 50 viseiras para o Centro Hospitalar do Médio Ave

Os alunos do curso Técnico de Desenho Digital 3D da

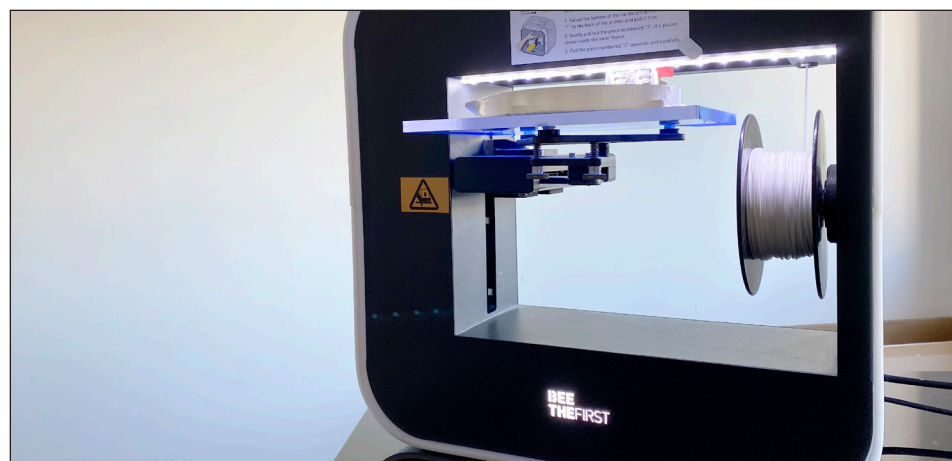
Oficina - Escola Profissional do Instituto Nun'Alvres, está

a produzir 50 viseiras para o Centro Hospitalar do Médio Ave (CHMA).

Em nota de imprensa, a unidade de ensino adianta que a iniciativa radica na necessidade de dar resposta ao actual estado de emergência de saúde pública face à pandemia do Covid-19, e ao facto da produção destes equipamentos ser "actualmente tão escassa e tão necessária". A ideia, sublinha, partiu de "educadores da escola que pretendem fazer parte da onda de solidariedade e apoio aos que enfrentam diariamente os perigos de cuidar dos infectados pelo coronavírus".

As cinco dezenas de viseiras, produzidas na impressora 3D, serão entregues semanalmente ao CHMA.

O director pedagógico da Oficina, Miguel Sá Carneiro, refere a propósito que a iniciativa é "a resposta possível da escola às necessidades imensas de protecção pesso-



Material será entregue semanalmente ao CHMA

al dos profissionais de saúde no momento tão dramático e exigente que a comunidade está a atravessar". Para o dirigente, dar um contributo perante um designio que é colectivo, "é um imperativo de responsabilidade social a que não podemos ficar alheios".

Segundo a Oficina, esta ação "conta com o contribu-

to de vários benfeitores da escola e da Companhia de Jesus, que generosamente apoiam com o seu tempo e recursos necessários à produção das viseiras".

A Oficina está, entretanto, a analisar "a possibilidade de apoiar uma congregação religiosa de Braga".

Recorde-se que a Oficina é uma escola profissional da

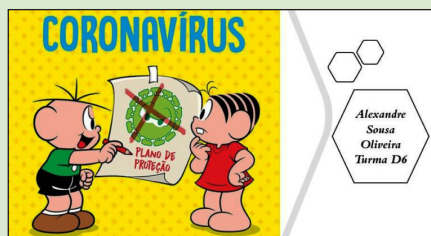
Companhia de Jesus, situada entre os concelhos de Santo Tirso e Vila Nova de Famalicão, e especializada nas áreas do audiovisual, multimédia, comunicação e marketing, desenho digital 3D e programação de sistemas informáticos.

Alunos de Riba de Ave trabalham tema do Covid-19 a partir de casa

Nesta fase de suspensão das atividades letivas presenciais, os alunos de uma turma do 4.º ano, da Escola Básica de Riba de

Ave continuam a laborar, mas agora, a partir de casa, seguindo as orientações da professora.

Para minimizar este período de isolamento voluntário a que todos estão sujeitos, foram-lhe dadas orientações no sentido de elaborarem um PowerPoint sobre o novo Covid-19. Apesar das circunstâncias excepcionais, "os alunos ficaram bastante interessados e motivados, meteram "mãos à obra". A fotografia ilustra um dos resultados.



TÁXIS FAMALICENSES

AO SEU DISPOR 24 HORAS

Serviços Aeroporto Low Cost

Táxis de 5, 7 e 9 lugares

252 916 215 | 961 103 413
910 085 010 | 910 850 508



TÁXI
DESCARACTERIZADO
9 LUGARES

91 4 000 478



VISITE O FACEBOOK DO JORNAL
facebook/opovofamalicensesfamaliao



O GARGANTINHA



O momento é de apreensão, de responsabilidade, mas também de símbolos que apelam ao melhor de nós, no desafio mundial de combater a pandemia de Covid-19. O arco-íris, com a mensagem "vai ficar tudo bem", vulgarizou-se! E que bem que ele fica à janela! Concordam?!

Propriedade e Editor: Páginas Inesperadas, Lda
NIF: 515 536 229
Conservatória do Registo Comercial de Lisboa.: n.º 92981
Registo do Instituto da Comunicação Social: n.º 123427
Inscrito na API
Impressão: Naveprinter-Indústria Gráfica do Norte SA |
Morada: Estrada Nacional 14 Km 7.05 4475-045 Maia
Tiragem: 15.000 exemplares - Distribuição Gratuita

Depósito Legal: n.º 341726/12
SEDE: Rua Camilo Castelo Branco n.º 45
Gerência: Filomena Lamego
Diretora: Sandra Ribeiro Gonçalves
Chefe de Redação: Ana Filipa Ribeiro
Redação: Sandra Ribeiro Gonçalves
Design Gráfico: Ana Filipa Ribeiro
Estatuto Editorial: www.opovofamalicenses.com

Email: geral@opovofamalicenses.com;
publicidade@opovofamalicenses.com;
redacao@opovofamalicenses.com;
TLF.: 252 312 435 | TLM.: 918 157 706 / 931 990 020
* Todos os textos assinados são da exclusiva responsabilidade dos seus autores.
* Todos os anúncios e fotografias são propriedades do editor, não podendo ser reproduzidos sem autorização por escrito.



Último balanço oficial

Mais de 70 casos confirmados e mais de 100 suspeitos

A pandemia de Covid-19 tomou expressão em Vila Nova de Famalicense em apenas uma semana. Na semana passada, à hora do fecho da edição, eram 22 os casos confirmados da doença na população concelhia. O número, oficial e assumido pela Direcção Geral de Saúde, é agora de 71 casos. A subida representa um aumento do número de pessoas infectadas da ordem dos 30 por cento.

Para além dos casos já

confirmados da doença, res-salvando-se que a maioria está a ser tratada a partir de casa, atendendo a sintomatologia moderada, há já um número superior a 100 de casos suspeitos, de acordo com informação apurada pelo Povo Famalicense.

A escala dos números, refira-se, não pode ser dissociada do facto de terem surgido dois focos de contaminação em lares famalicense. O primeiro foi em Cavalões, na Residência

Pratinha, onde se vieram a confirmar quase duas dezenas de casos positivos entre os 31 utentes entretanto encaminhados para o Hospital Militar do Porto.

Já no início da passada semana, outro surto da doença acabaria por surgir no Centro Social de Bairro (ver página 7), estando confirmados pelo menos 15 infectados, entre utentes e colaboradores. A comunidade, composta por cerca de 50 residentes, está entretanto sob a vigilância das autoridades de saúde. Entretanto, o surto surgido nesta instituição já causou a primeira morte, uma idosa de 91 anos de idade que ficou internada depois de sintomas que haveriam de confirmar o diagnóstico de Covid-19.

O primeiro caso de Covid-19 em Vila Nova de Famalicense foi conhecido há pouco mais de 15 dias, tratando-se de um homem de 50 anos, residente na freguesia de Brufe, e que terá



contraído a doença através do filho, um jovem na casa dos 20 anos que teve contacto com um doente infectado, mas que foi tratado em casa

sem sintomatologia grave. Aos primeiros sintomas pai e filho foram testados no Hospital de São João, tendo o filho, alegado transmissor do

vírus, testado negativo, ao contrário do pai, que obteve resultado positivo.

SANDRA RIBEIRO GONÇALVES

Edna Carvalho
 . PSICOLOGIA . TERAPEUTA EMDR
 . HIPNOSE CLÍNICA . MEDITAÇÃO, COACH
 . TERAPIA PSYCH-K
 Rua Adriano Pinto Bastos, 228 - 1.º Andar - Sala 8 . 4760-114 V.N.F.
 geral@ednacarvalho.pt | www.ednacarvalho.pt .
 @psicologiaednacarvalho . TLM.: 918 504 145



PELUMAPA
REAL ESTATE

CONSULTE OS NOSSOS IMÓVEIS EM
WWW.PELUMAPA.COM

APARTAMENTO T3 + 1

 ESMERIZ 20VMA02 **125.000 €**

APARTAMENTO T4 DUPLEX

 POVOA VARZIM 20CLA01 **350.000€**

APARTAMENTO T2

 LABRUGE V.CONDE 20ANA01 **130.000€**

APARTAMENTO T3

 LOUSADO 18PFA09 **125.000€**

MORADIA T3

 GAVIÃO 20PPM06 **199.000€**

MORADIA T2 P/ RESTAURO

 BRUFE 20CLM01 **67.500€**

APARTAMENTO T2+1

 PÓVOA DE VARZIM 20PFA05 **210.000€**

MORADIA T4

 ANTAS 20PPM02 **200.000€**

MORADIA EM BANDA T3

 ANTAS 20PPM08 **195.000€**

MORADIA P/RESTAURO

 NINE 20VMM01 **125.000€**

APARTAMENTO T3

 CENTRO 20ANA02 **138.000 €**

AV. MARECHAL HUMBERTO DELGADO, 71
4760-012 V. N. FAMILICÃO

@PELUMAPA

CONTACTE-NOS!

252 310 699



Projecto desenvolvido pela Educação Social Gerontológica da Escola Superior de Viana, conta com uma famalicense no activo

"Janelas ConVIDA": conversas à janela para combater isolamento da população idosa

SANDRA RIBEIRO GONÇALVES



"Menina estás à janela, com o teu cabelo à lua, não me vou daqui embora sem levar uma prenda tua". A letra da música imortalizada por Vitorino, bem podia ser o cartão de visita do projecto desenvolvido pelos alunos da licenciatura em Educação Social Gerontológica, da Escola Superior de Educação de Viana do Castelo (gerontologia é a ciência que estuda o processo de envelhecimento em suas dimensões biológica, psicológica e social). Na essência do "Janelas ConVIDA", trocam-se "prendas" por "palavras".

A ideia, que conta uma jovem famalicense no activo - Emanuela Marques, procura regressar a hábitos do passado, falar à janela ou à varanda com os vizinhos,

com o objectivo de combater o isolamento social da população mais idosa, neste período de pandemia do Covid-19, em que se apela ao seu isolamento para a proteger como grupo de risco.

O projecto passou à prática no passado dia 24 de março, para celebrar o dia Nacional do Gerontólogo. Os primeiros passos estão na mão de cada um: "vá à janela!"

"Proximidade e suporte" emocional

Segundo Emanuela Marques, estudante do 3.º ano do curso responsável pelo projecto, esta é uma "ação de proximidade e suporte aos mais velhos que vivem, neste momento, sozinhos ou com contacto limitado com os seus familiares e amigos na sequência do estado de emergência decretado". A base assenta em "recuperar práticas comunitárias passadas, como o recurso às janelas ou varandas para interagir, comunicar e ajudar os vizinhos". A estudante lembra que, "no passado, quando não disponhamos de telefones, telemóveis, ou outros dispositivos tecnológicos de comunicação, a janela, a varanda, ou a porta de casa, eram utilizadas para estabelecer e manter o contacto e a interação com os vizinhos".

Para além disso, muitas das pessoas desta faixa etária, "apresentam dificuldade na utilização das novas tecnologias, e, por isso, o recurso às ferramentas digitais para assegurar o contacto e a comunicação não é uma solução", sustenta, acrescentando que foi precisamente na procura de uma solução que surgiu este "Janelas ConVIDA". O intuito é evitar "o isolamento, a solidão, a insegurança, o abandono, a exclusão e até níveis elevados de stress", situações que podem muito bem reflectir-se na saúde dos idosos, nomeadamente, em perdas funcionais. De resto, sublinha Emanuela Marques, "a literatura tem bem documentados os efeitos da solidão e do isolamento social para a saúde mental, o aumento da dependência e mesmo a morte nas pessoas mais velhas. Além disso, a redução ou ausência de contacto regular/diário impossibilita ou condiciona a monitorização das necessidades que estas pessoas em isolamento vivenciam, muitas das quais podem ser rápida e facilmente satisfeitas, mas quando não identificadas podem conduzir a situações críticas".

Contornando a redução drástica dos contactos sociais desta população, precisamente por se enquadrar nos grupos de risco de contágio por Covid-19, "desafiamos cada português a,

diariamente, conversar com os seus vizinhos mais velhos à janela ou varanda", frisa a estudante, que remata: "pergunte-lhes como está a correr o dia; fale-lhes do seu dia; partilhe um pensamento, um sentimento, uma ideia; averigue se precisam de alguma coisa (uma pequena compra, um pagamento, entre outros); forneça-lhes informações úteis; ajude a desmontar fake news sobre a situação que todos vivemos". Estas são expressões de "interesse, preocupação, afeto, solidariedade" que, garante, ajudam os mais velhos a sentir-se "seguros, protegidos, acompanhados e valorizados".

Dar e receber

Residente em Gavião, a aluna mostra-se apaixonada pelo curso, que abraçou com o objectivo de "melhorar as condições de qualidade de vida da população mais envelhecida do nosso concelho, quer dos que estão reformados, quer dos que estão na transição do momento laboral para a reforma". Emanuela quer dar com uma mão os "cuidados e respostas diversificadas" que os idosos merecem, na expectativa de receber com a outra "a possibilidade de estabelecer ligações e laços com os mais velhos".



O MELHOR MORA AO SEU LADO



FAÇA A SUA ENCOMENDA

252 044 303 | 919 864 874

NÓS TRATAMOS DO RESTO

ENTREGAMOS COMODAMENTE EM SUA CASA OU NA NOSSA LOJA

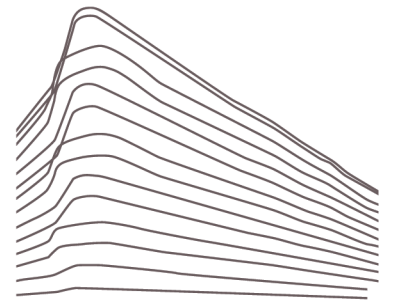
Rua Alves Roçadas nº 30 | 4760-118 Vila Nova de Famalicao

Militar da GNR acusado de denegação de justiça, prevaricação e falsificação

O Ministério Público deduziu acusação contra um militar da GNR, em posto da área de Vila Nova de Famalicao, pelos crimes de denegação de justiça, prevaricação e falsificação.

A acusação, de acordo com a Procuradoria Geral da República, foi deduzida no passado dia 6 de Março. O Ministério Público considerou indiciado que o arguido, militar da GNR em posto da área do concelho de Vila Nova de Famalicao, "quando efectuava serviço de patrulha, efectuou fiscalização ao condutor de um veículo automóvel, verificando que este circulava sem que tivesse sido efectuado o seguro obrigatório de responsabilidade civil; e que, acedendo a pedido do referido condutor, não levantou o correspondente auto de contra-ordenação". O crime imputado ao militar data de 18 de Maio de 2016, e considera que alterou a data de emissão do aviso para apresentação de documentos, de "18" para "19", e por "rasura", "de modo a que o referido condutor pudesse apresentar o seguro válido aparentando que já o tinha contratado na data da fiscalização".

Ainda de acordo com a Procuradoria, o Ministério Público requereu "que o arguido seja condenado na pena acessória de proibição do exercício da função de militar da GNR".



Sinçães
RESIDÊNCIAS

"Aqui, apetece viver!"

Apartamentos NOVOS de Luxo

@SincaesResidencias
f



• **Hall de entrada:** pavimento em madeira nobre, teto com sanca de iluminação em LED, domótica simples;

• **Sala:** caixilharia em alumínio com rotura térmica, estores exteriores elétricos e ar condicionado;

• **Cozinha:** totalmente mobilada e equipada com placa de vitrocerâmica / indução, forno elétrico, exaustor, microondas, frigorífico combinado, máquina de lavar loiça e bomba de calor para AQS;

• **Quartos / Suites:** paredes com isolamento acústico, tetos falsos com isolamento acústico, roupeiros embutidos e ar condicionado;

• **Casas de banho:** banheira / base de chuveiro, pavimento em cerâmico e loiças suspensas;

• **Varandas / Terraços:** pavimento em cerâmico tipo deck e churrasqueira;

• **Garagens:** fechadas com portões seccionados, instalação elétrica e tomada rápida para carregamento de veículos elétricos.



Visite Andar Modelo, aberto todos os dias.

Morada: Rua Barão de Joane, Lote 4,
4760-019 Famalicão

Contactos: 961 385 433 | 965 141 969
sincaesresidencias.cco@gmail.com



Câmara promove atividade física online



Combater o sedentarismo, numa época em que o apelo é para o isolamento social, fruto da ameaça de contágio pelo Covid-19. Essa é a meta de uma medida que a Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão tem em curso desde o passado dia 24, e que passa pela transmissão online, através da sua página de Facebook, de um conjunto de aulas de modalidades.

As aulas com exercícios diferenciados para os seniores, crianças, pessoas portadoras de deficiência, seniores com patologias associadas e público em geral, irão decorrer online “por tempo indeterminado”, de acordo com a nota de imprensa do executivo municipal. “As aulas irão decorrer de segunda a sexta-feira e em cada dia haverá uma aula para cada tipo de público”, reforça, acrescentando que “cada sessão tem a duração de cerca de 20 minutos”.

A iniciativa, esclarece a Câmara, é promovida pelos técnicos municipais de desporto e tem como objetivo “incentivar os famalicense a praticarem exercício físico sem saírem de casa” durante este período em que a pandemia do Covid-19 convida ao sedentarismo.

“Os tempos são de isolamento obrigatório, mas queremos que os famalicense se mantenham ativos durante este período de tempo. Queremos chegar às pessoas que estão nas suas casas, levar-lhes alento e energia, porque o desporto cumpre uma função importantíssima, na vida das pessoas, não só ao nível físico, mas também psicológico”, explica o presidente da Câmara Municipal, Paulo Cunha.

A iniciativa dirige-se a todos os públicos, mas com exercícios específicos para as crianças, os seniores e pessoas com deficiência.

Refira-se que no âmbito do Plano de Contingência Municipal ao Covid-19, a Câmara Municipal de Famalicão cancelou os vários programas desportivos desenvolvidos, de que é exemplo o “Mais e Melhores Anos”, destinado aos seniores, o “Famalício em Forma” e também as Férias Desportivas das Páscoa, que se destinava às crianças.

Linha “Mais e Melhores Anos” vai acompanhar seniores do concelho

A Linha Mais e Melhores Anos, criada pela Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, vai dar apoio e assistência aos cerca de 3500 seniores não institucionalizados que estão inscritos neste programa desportivo municipal, mas que está igualmente disponível para acompanhar todos os seniores do concelho que o pretendam.

O objetivo desta linha “é ajudar a quebrar o isolamento dos seniores em que se encontram neste momento na sequência do confinamento obrigatório, levando alguns conselhos úteis, acompanhando o dia-a-dia, mas também para diagnosticar as dificuldades dos idosos e levar uma palavra amiga”, sugere o executivo. O presidente da Câmara, Paulo Cunha, adianta que com esta medida “queremos manter o contacto com os nossos seniores, queremos perceber se estão bem e se permanecem ativos, se precisam de algum tipo de apoio, como estão a lidar com esta situação, mas queremos principalmente que saibam que não estão sozinhos”.

São cerca de 60 os professores municipais de desporto, afetos ao programa municipal “Mais e Melhores Anos”, que estão diariamente a desenvolver estes contactos pessoais via telefónica. Em caso de necessidade, os seniores não precisam de esperar pela chamada do seu interlocutor pois têm o seu número e podem contactá-los sempre que sentirem necessidade. Para além do aconselhamento e apoio, a cada chamada telefónica os técnicos irão registar diversos dados como a medicação, alimentação e as visitas recebidas, com a identificação de cada idoso. Serão deixadas várias recomendações relacionadas com a forma de lidar com Covid 19 e os cuidados a ter, mas também ideias para ocuparem o tempo da melhor forma possível, mantendo-se ativos e despertos.

Os interessados que não fazem parte do programa “Mais e Melhores Anos”, que abrange actualmente 4200 seniores, mas que queiram ainda assim beneficiar deste acompanhamento devem enviar um email para linhamaisemelhoresanos@famalicao.pt ou contactar o número 800292827.



Medida da Câmara visa atenuar os efeitos da suspensão temporária do ano lectivo

Programas educativos chegam de forma gratuita a casa dos famalicense

A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão vai estender os programas educativos que estão a ser disponibilizados na rede escolar até casa dos alunos do concelho. As crianças do pré-escolar e do 1.º ciclo poderão aceder às plataformas digitais e usufruir dos recursos lúdicos, pedagógicos e didáticos, uma medida que de acordo com o município visa “atenuar os efeitos negativos que a crise pandémica Covid-19 está a gerar na sociedade e dar uma resposta à necessidade dos alunos do concelho”.

“Vários pais e encarregados de educação contactaram-nos para saber da possibilidade de terem acesso a estas ferramentas educativas digitais e nós estamos a trabalhar para que cada aluno possa ver minorado o efeito menos positivo de uma pausa letiva que se prevê mais extensa do que aque-

la que seria recomendável”, afirma a propósito o vereador da Educação, Leonel Rocha.

A plataforma Mais Cidadania – que está a ser implementada no âmbito do Programa Nacional do Mais Sucesso Escolar e que está a ser operacionalizada no Plano Integrado e Inovador de Combate ao Insucesso Escolar, promovido pela Comunidade Intermunicipal do Ave – disponibilizou o acesso global a este recurso digital onde a comunidade educativa pode aceder para ter acesso aos recursos e programas educativos no âmbito da Educação para a Cidadania, Currículo Local, Competências Sociais e Emocionais, e Sustentabilidade.

Assim, os alunos e famílias do 1.º ciclo que tenham crianças também no pré-escolar podem aceder à totalidade dos recursos digitais

disponíveis. A partir do dia 20 de março será também disponibilizada uma app que os pais dos alunos que frequentam o pré-escolar possam aceder para utilizarem os recursos digitais educativos relativos à faixa etária mais nova.

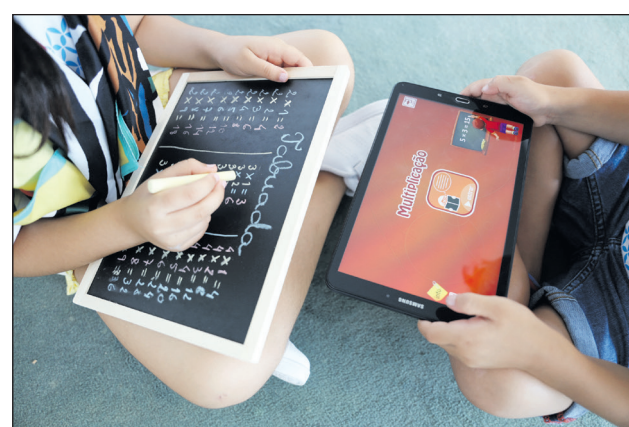
Através desta plataforma, os professores podem efetuar o registo das suas turmas e, em alternativa, os encarregados de educação podem efetuar esse mesmo registo para que de uma forma lúdica e pedagógica possam minorar os efeitos da situação em que vivemos.

Diariamente, técnicos do município de Vila Nova de Famalicão vão colocando na plataforma Mais Cidadania um conjunto de desafios/artigos e recursos que estimulam a aprendizagem, promovem o desenvolvimento psicossocial e favorecem o conhecimento do património local e cultural famalicense.

A inscrição deve ser feita a partir de www.maiscidadania/ave.

Em relação ao programa educativo municipal Hypatiamat, implementado no âmbito do Plano Integrado e Inovador de Combate ao Insucesso Escolar e promovido pela Comunidade Intermunicipal do Ave, foi decidido abrir-se temporariamente a totalidade dos recursos a toda a comunidade educativa, podendo assim, utilizar as credenciais, para acesso: url: www.hypatiamat.com; Utilizador: hypatiamat@ave.pt; Password: hypatiamat@ave.pt.

Todos os professores registados e com alunos a si associados poderão organizar atividades letivas à distância para os seus alunos, propondo tarefas para consolidar/aprofundar/rever diferentes temas de matemática, monitorizando o respetivo trabalho de cada um deles. Reforçamos que



estes agentes podem manter a utilização das credenciais de acesso que já possuíam, não precisando das acima apresentadas (que se destinam àqueles que ainda não possuem credenciais).

O programa Acompanhar e Ser Europa, que se encontra a ser implementado em todas as escolas de Vila Nova de Famalicão abrangendo os alunos do 3.º ciclo e secundário, e a sua equi-

pa técnica vão continuar a dinamizar os grupos de capacitação através de grupos de discussão em sessões online, estando também assegurado os processos de tutoria individualizada.

Todas as dúvidas e questões relativas a estas questões poderão ser colocadas via e-mail: pel@famalicao.pt



Centro Social de Bairro com foco de Covid-19: uma morte e 14 infectados

PRESIDENTE DA CÂMARA RENOVA APELO A RASTREIO URGENTE NOS LARES

O Centro Social de Bairro é o segundo lar do concelho a registar um surto de Covid-19, depois daquele que se registou em Cavalões há mais de uma semana.

O primeiro caso de infecção na instituição de Bairro terá surgido no início da passada semana, depois de uma utente ter sido encaminhada ao Hospital de Famalicão com sintomas, tendo sido confirmado o diagnóstico. A situação fez soar os alertas dentro da instituição, onde mais oito utentes e cinco colaboradores acabariam por testar positivo. Entretanto, registou-se, no passado domingo, o óbito de um destes utentes, tratando-se de uma mulher de 91 anos de idade.

O Povo Famalicense sabe que foram realizados outros testes a utentes e colaboradores, que deram negativo, mas não foi rastreada toda a população residente (cerca



de 50 pessoas). Isso mesmo confirma o presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, Paulo Cunha, que através de um comunicado emitido no passado domingo esclarece que “apesar do foco infeccioso detetado e da vulnerabilidade

da população residente, e apesar dos esforços efetuados, a Câmara Municipal foi informada que ainda não foi realizado o rastreio de todos os seniores residentes dada a incapacidade de resposta”.

O edil, que tem vindo a fazer repetidos apelos para

que seja testada a totalidade da população dos 21 lares do concelho, num total de 700 utentes e 1300 colaboradores, reforça essa necessidade: “a situação reclama uma intervenção urgente, cada minuto é um minuto a mais, mas a verdade é que não es-

tamos a obter as respostas necessárias por parte das entidades de saúde”.

Este segundo caso de infecção por Covid-19 num lar motiva a insistência de Paulo Cunha na “instalação urgente de um laboratório de recolha e análises de testes, uma vez que não está a ser assegurada no território a realização dos testes necessários, nomeadamente junto da população idosa institucionalizada e dos funcionários das instituições”. O autarca repete a disponibilidade “para suportar os custos de um rastreio geral à população sénior institucionalizada e para ajudar com tudo o que for necessário do ponto de vista logístico, mas as respostas das entidades de saúde locais remetem para a complexidade da operação e para a operacional ao nível do rastreio e do trabalho consequente que se impõem”.

O município dá conta que ACES – Agrupamento de Centros de Saúde “está a diligenciar com a ARS (Administração Regional de Saúde) do Norte a implementação no concelho de um laboratório convencionado, para realizar colheita dos testes”, mas pede “que o façam com a maior brevidade possível”, por entender que “um assunto desta delicadeza” não pode ficar “sem resposta das entidades de saúde”.

O PovoFamalicense procurou saber junto da ARS que medidas estão a ser tomadas para supervisionar a comunidade, mas não obteve qualquer resposta. Também tentamos contactar a instituição, mas todas as tentativas foram infrutíferas

SANDRA RIBEIRO GONÇALVES

Tussa para o braço

Evite tocar na cara

Lave bem as mãos

Areje a casa

Evite aglomerados de pessoas

Utilize lenços de papel

proteja-se a si e aos outros

#fiqueemcasa

www.famalicao.pt

Famalicao
VAI FICAR TUDO BEM

Dia a Dia – Mário Martins

Uma “guerra” que vamos vencer!



E aqui, na última batalha desta guerra, os Famlícenses serão os primeiros vencedores. Serão os primeiros vencedores porque souberam estar sempre na linha da frente, respeitando quem e o que deviam respeitar, com realce para as medidas de “contenção social” imposta pelo Governo e pela Direção – Geral de Saúde. Como disse, isto não é fácil para ninguém e eu próprio tenho que penitenciar-me de alguns “excessos” que não consigo “reprimir”. São as forças e as fraquezas de qualquer ser humano. Mas, em sentido geral, no nosso grande todo global, excetuando um ou outro momento em que podíamos e podemos ter feito e fazer melhor, podemos também sentir-nos satisfeitos e orgulhosos pelas lições que demos e continuamos a dar a Portugal e ao Mundo. Nós, os Famlícenses, somos contribuintes diretos e “tropas” preparadas para lutar pela nossa sobrevivência, enquanto comunidade, enquanto país e enquanto mundo!

1. Quantas saudades...

Este é um tempo que parece não ter fim, embora o fim da “peste” já tenha estado mais longe de nós. Razão tinha quem inventou a prece “livrai-nos Senhor da fome, da peste e da guerra”!. Por mais que queiramos, por mais que nos esforcemos para atirar para longe estes dias de maldição, é sempre muito difícil suportá-los porque eles vieram “vandalizar” o nosso quotidiano e a nossa vida.

E, no entanto, a vida futura, os nossos sonhos, as nossas alegrias e os nossos sorrisos de amanhã dependem do que formos capazes de fazer hoje para expulsar do meio de nós esse “corona vírus” a quem já chamei “cobarde”, “peganhoso”, “repe-lente” e “nojento”.

Acordamos de manhã, às vezes depois de passarmos a noite em sonhos violentos e tresloucados, em que o intruso é sempre o “corona”, e começamos a pensar no nosso dia, um dia que é

todos os dias diferente dos dias que tínhamos antes da entrada do “covid 19” no nosso quotidiano.

E quantas saudades já não temos todos do nosso quotidiano normal, tranquilo e previsível de tomar um café em casa, quase logo de seguida outro no nosso “café de estimação”, de cumprimentar o vizinho, não lançando sobre ele a suspeição “tossiu, está infetado”, de “passar” os olhos e as mãos num jornal do dia sem recear a contaminação, de ir trabalhar ou ir estudar, de abrir com descontração as portas do elevador e das entradas e das saídas, de não fazer acrobacias para desandar maçanetas, de ir à biblioteca ler um livro novo ou uma revista acabada de sair, de não lavar obsessivamente e de forma compulsiva as mãos, de não andar com o frasco do álcool sempre atrás de nós, de abraçar, de cumprimentar e de beijar as pessoas sem receio, de dar carinho aos netos, de comer num restaurante, de não fugir uns dos outros, com a distância sanitária de dois metros a ser a nossa distância de segurança!

Sem estas negações e limitações, estes eram o nosso Mundo, o nosso País e o nosso Concelho. Um Mundo, um País e um Concelho que, por estes dias, e imitando Stefan Zweig, já não existem mais...

Este é o Mundo, este é o País e este é o Concelho de Vila Nova de Famalicão, onde (não) vivemos agora! Este não viver vai ser, a curto prazo, um passado para recordar e pensar.

O futuro, como já disse, temos que começar todos a construí-lo de novo!

3. A última batalha...

É aqui que entra a resistência de todos para enfrentarmos todos juntos uma guerra que não pedimos e uma guerra que não desejamos. É esta guerra que já vai longa, mas que vai durar ainda algumas semanas mais, que todos vamos vencer, para podermos todos regressar ao quotidiano das nossas vidas, um quotidiano feito de harmonia, de compreensão, de amizade e de trabalho.

E aqui, na última batalha desta guerra, os Famlícenses serão os primeiros vencedores. Serão os primeiros vencedores

porque souberam estar sempre na linha da frente, respeitando quem e o que deviam respeitar, com realce para as medidas de “contenção social” imposta pelo Governo e pela Direção – Geral de Saúde.

Como disse, isto não é fácil para ninguém e eu próprio tenho que penitenciar-me de

alguns “excessos” que não consigo “reprimir”. São as forças e as fraquezas de qualquer ser humano. Mas, em sentido geral, no nosso grande todo global, excetuando um ou outro momento em que podíamos e podemos ter feito e fazer melhor, podemos também sentir-nos satisfeitos e orgulhosos pelas lições que demos e continuamos a dar a Portugal e ao Mundo.

Nós, os Famlícenses, somos contribuintes diretos e “tropas” preparadas para lutar pela nossa sobrevivência, enquanto comunidade, enquanto país e enquanto mundo!

3. Um dos melhores do Mundo

Regresso a Teresa de Sousa e às suas crónicas dominicais no Jornal “Público”.

Diz ela “que passamos os últimos anos a praticar tiro ao alvo contra o SNS (Serviço Nacional de Saúde). Até à exaustão ou até à náusea. Hoje todos precisamos de ter confiança nele. E creio que podemos ter confiança nele. Consultemos as estatísticas oficiais da União Europeia ou da OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico). Em 2018, o sistema público de saúde português ocupava a 13ª posição num conjunto de 35 países europeus e estava acima da média, se considerarmos apenas os 28 (que integram a União Europeia). À nossa frente estavam os nórdicos (Suécia, Noruega, Finlândia), mais França, Alemanha, Luxemburgo, Bélgica, Holanda e a Suíça. Atrás de nós, a Espanha, a Itália, o próprio Reino Unido cujo SNS já foi um caso exemplar, e todos os países da Europa Central e de Leste, incluindo a República Checa, considerada a melhor de entre eles (nem tudo se resume ao crescimento do PIB, como facilmente se constata). Em 2017, estávamos em 14º lugar e em 2016 em 15º”.

O Serviço Nacional de Saúde (SNS) é constituído por pessoas e por máquinas (máquinas de saúde). As pessoas são sempre o elo mais importante do sistema e aqui, nestes momentos de crise e de desespero, temos que agradecer às pessoas a sua abnegação, o seu profissionalismo, a sua bondade, o seu saber e a sua devoção aos doentes que, aterrorizados, depois de um “teste positivo”, chegam aos serviços de urgência, à enfermaria ou aos cuidados intensivos. Médicos, enfermeiros, técnicos e pessoal de apoio merecem todos (salvo raríssimas exceções) a nossa gratidão pelo esforço desumano que às vezes lhes é exigido, para manterem todos os dias a esperança de que “isto” vai passar e tudo vai ficar bem...

Os profissionais de saúde também devem ter orgulho por integrarem e pertencerem a um SNS (Serviço Nacional de Saúde de Portugal) que, num País pobre e sem grandes recursos, é um dos melhores do Mundo!

Casa das Artes empenhada em reagendar espectáculos cancelados

A Casa das Artes de Vila Nova de Famalicão anuncia em comunicado que a sua programação cultural continuará cancelada e que de toda a sua atividade está suspensa, até decisão em contrário, no estrito cumprimento das normas sanitárias que o quadro pandémico suscitado pelo COVID-19 obriga.

De acordo com a direção da Casa das Artes, os espetáculos agora cancelados serão remetidos para novas datas a anunciar.

Neste momento particular, sublinha que “o combate é difícil, mas a responsabilidade de servir o nosso estimado público dá-nos toda a força para que o regresso à normalidade seja o mais breve possível”.

Não deixa de dirigir uma palavra especial aos “artistas, que sofrem com o cancelamento em catadupa dos seus espetáculos e que têm de se sustentar a si e às suas famílias”. A Casa das Artes expressa a sua “solidariedade”, deixando a “garantia de que tudo estamos a fazer para minorar os impactos negativos nas suas vidas”.

A Casa das Artes afirma ainda que está a “trabalhar para dar respostas e, em breve, surgirão novidades para o nosso vasto público”. Para estar a par pode subscrever os canais da Casa das Artes de Famalicão no Facebook (www.facebook.com/CasadasArtesVN-Famalicao) e no Instagram (www.instagram.com/casadasartesdefamalicao).



PNEUS SEMI-NOVOS

A partir de

15€

Todas as Marcas e medidas

VENHA VISITAR-NOS

Temos milhares de pneus em stock

Alinhamento, revisões, etc..

PNEUS NOVOS

Ao melhor preço

Loja 1 : S. Tirso - Antas - Vila Nova de Famalicão | TLM.: 969 508 939 (Junto ao Café Ringo)

Loja 2 : Cavalões (Antigo Stand o Americano) V.N.Famalicão | TLM.: 969 508 939

ABERTO AOS SÁBADOS À TARDE



MÓVEL TV ESTANTE COMPLETA

270€

250CM/BRANCO/LEDS



**PARQUE COMERCIAL LAGO DISCOUNT
À FACE DA ESTRADA NACIONAL 14
RIBEIRÃO-VILA NOVA DE FAMILICÃO**

DECORATIMOVEIS@GMAIL.COM

(351) 252323093

(351) 912650491



LAGO
DISCOUNT

*shop
fun &
work*



SEG-SEXTA

10:00H-13:00H 14:00H-19:30H

DOMINGOS E FERIADOS

14:00H-19:30H



A Raclac, empresa famalicense sediada na freguesia de Cruz, vai doar um milhão de luvas descartáveis aos hospitais portugueses. A unidade industrial especializada na concepção, fabrico e comercialização de produtos descartáveis para a área da saúde, indústria e

Raclac vai doar 1 milhão de luvas descartáveis aos hospitais portugueses

estética, associa-se à causa nacional da luta contra a pandemia de Covid-19.

A iniciativa foi anunciada ontem na sua página de Facebook, e dirige-se a todas as unidades hospitalares "que tenham infectados do novo coronavírus".

A Raclac sugere um email para mais informações: solidariedade@raclac.pt, e



conclui o anúncio com a expressão de confiança do momento: "Vai ficar tudo bem!".

OPINIÃO, por Raquel Pinto, Dirigente Nacional da Juventude Popular

Afinal o problema não é das vacas

O Satélite da Agência Espacial Europeia publicou a concentração de dióxido de carbono da última semana, e é já notória a diferença entre o período homólogo do ano de 2019.

Nem tudo é mau.

A poluição diminuiu.

As grandes indústrias diminuíram a sua produção, o tráfego rodoviário, naval e aéreo diminuiu. O que produz efeitos diretos nos níveis de dióxido de carbono que produzimos, que interfere diretamente, na diminuição da concentração desse componente na nossa atmosfera.

Provavelmente, a diminuição destes danos só terá efeitos efetivos no ambiente se esta estagnação se pro-

longar. Isso, porá à prova, a forma como teremos de nos reinventar, para que estes danos nefastos, não se imponham como permanentes.

Os velhos hábitos terão que se reformular. A doutrina que nos impomos será diferente. Esta provação, que o Covid-19 nos impôs, fará com que a nossa vivência em sociedade se torne diferente. O cuidado com os outros, com o nosso planeta será, efetivamente, diferente.

A tendência vegan que nos foi inculcida, relativamente à indústria pecuária, esvaíam-se por terra. Aqueles, que nunca contactaram com uma vaca num pasto, mas que argumentava com a produção de gases com efeito

de estufa que esta apresenta.

Esta diminuição demonstra que o problema da pegada carbónica não se deve às vacas. Aqueles que vemos nos Açores, que encontramos entre o verde das colinas. Como Paulo Portas referiu, "que as vacas pastam".

Ainda que os arautos do extremismo provavelmente pretendessem, a pecuária, é uma das indústrias que não viu vedada a sua produção, no estado que atual vivemos. Nós continuamos a comer carne e provamos assim que o veganismo não é a solução para a poluição de que padecemos.

O fundamentalismo daqueles que nunca contac-



taram de perto com grande parte com os animais que identificam como o arauto da poluição, hoje se dignem a perceber que afinal o problema não é das "vacas que pastam".

Atualmente já beneficiam desta medida cerca de 90 alunos do concelho Câmara assegura refeições escolares durante férias da Páscoa



A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicense vai garantir as refeições escolares durante as férias da Páscoa para os estudantes do concelho integrados nos escalões A e B.

Segundo o município, no total já beneficiam desta medida inserida no Plano de Contingência Municipal COVID-19 cerca de 90 alunos do concelho, a quem é disponibilizada diariamente a refeição do almoço em regime de take away.

Refira-se que esta medida destina-se a todos os estudantes do pré-escolar ao secundário, integrados nos escalões A e B, e vai manter-se enquanto vigorar a suspensão das atividades letivas.

A inscrição deverá ser efetuada e solicitada pelos encarregados de educação via Agrupamento de Escolas, através do respetivo endereço eletrónico.

As refeições são disponibilizadas em regime de take-away na escola afeta à área de residência do aluno, mediante prévia marcação, devendo o beneficiário da refeição ser portador de recipientes para o efeito.

ACIP garante continuidade dos serviços terapêuticos recorrendo ao online

A ACIP mantém, através de consultas online, os serviços terapêuticos, nas áreas da terapia da fala, terapia ocupacional, psicologia e integração sensorial.

A instituição garante assim a manutenção da disponibilidade para receber as crianças, jovens e suas famílias num formato online de modo que as evoluções e competências alcançadas até então não sejam descuradas.

"É sempre importante mantermos-mos saudáveis, mas dado o momento que atravessamos, e de forma a que não interrompa as suas consultas/sessões, estaremos online para que possa continuar a desenvolver competências e a manter-se igualmente saudável", justifica a ACIP, segundo a qual o agendamento das consultas pode ser feito pelos seguintes contactos: WhatsApp 966 039 224, para Joane através do número 252 928 610, em Lousada através do número 255 822 308, e pelo mail educacao@acip.com.pt.



CLIRIBEIRÃO

Medicina Dentária

Dr. Renato Lobo | Dra. Patrícia Silva
Dr. José Jorge | Dr. Amândio Rios

- Ortodontia
- Implantologia
- Reabilitação oral
- Odontopediatria

Fisioterapia

Fisioterapeuta Miguel Carneiro

- Reeducação Postural Global (RPG)
- Terapia manual

Análises Clínicas

Laboratório Germano de Sousa

Especialidades Médicas

Cirurgia Geral

Medicina Geral e Familiar

Pediatria

Medicina Interna

Osteopatia

Medicina Física e Reabilitação

Dermatologia

Neurologia

Imunoalergologia

Outras especialidades

- Psicologia
- Podologia
- Nutrição
- Terapia da fala



A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicao disponibiliza, desde a passada quarta-feira, cerca de uma dezena de psicólogos para prestar apoio psicológico aos munícipes no âmbito do Covid-19, através de uma linha telefónica municipal.

A Linha de Apoio Psico-

Câmara disponibiliza apoio psicológico

lógico Covid-19 funciona de segunda a sexta-feira, das 9h00, às 17h00, através do número de contacto 252320950 e tem como objetivo prestar auxílio na gestão emocional da pandemia, aliviando o sofrimento e prevenindo a evolução para problemáticas mais graves.

No fundo, pretende-se dotar as pessoas de recursos internos para gerirem o stress associado ao isolamento social a que se veem obrigadas, e à ameaça do risco, principalmente aque-

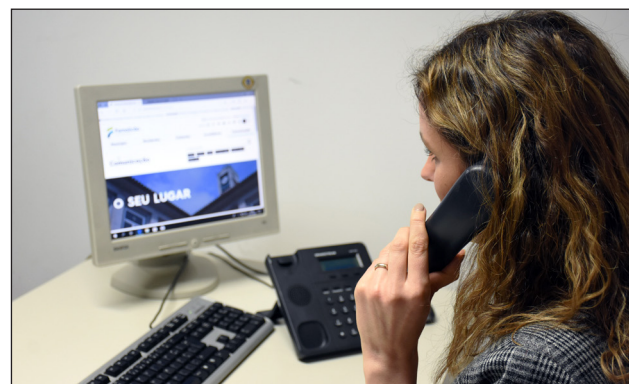
las com casos de infeção próximos.

“Estamos ao lado da população neste momento particularmente difícil e estamos a apoiar em várias frentes”, adianta o presidente da Câmara Municipal, Paulo Cunha, salientando que “estamos atentos e não faltarão ajudas aos famalicense”.

A autarquia está a desenvolver um conjunto de medidas de apoio à população com principal incidência nos mais idosos e desfavorecidos, mas também à popu-

lação em geral. “Queremos que as pessoas fiquem em casa, mas não queremos que se sintam sozinhas, queremos que estejam bem física e psicologicamente”.

Neste âmbito, a autarquia iniciou esta semana um conjunto de aulas de atividades físicas online, que decorrem diariamente na página de facebook do município. Abriu ainda a linha telefónica “Mais e Melhores Anos” para aconselhar e acompanhar os seniores do concelho no seu dia a dia.



Município distribui equipamento de protecção em lares

A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicao iniciou, na passada sexta-feira, a distribuição de material de proteção individual pelos lares de Vila Nova de Famalicao, na sequência da receção de uma de várias encomendas realizadas pelo município deste tipo de material e na sequência de dadas de empresas e particulares.

A ação de entrega está a ser feita pelos próprios serviços da autarquia diretamente às instituições e vai permitir dotar estas entidades com

equipamento mínimo indispensável para lidar com a pandemia do COVID - 19. A encomenda será integralmente distribuída nas próximas horas, inclui um total de 860 máscaras de proteção reutilizáveis e laváveis até 30 vezes com tratamento hidrofóbico e antimicrobiano, aprovadas pelo INFARMED em 25/03/2020 com classificação 2R. Para além das máscaras, estão a ser entregues luvas de proteção e viseiras, estas últimas resultado de doação particular.

Esta ação de doação de

equipamentos de proteção individual a lares do concelho é uma das ações do Plano de Contingência Municipal em desenvolvimento que já permitiu entregar cerca de 6 mil pares de luvas, mais de 10 mil máscaras, centenas de viseiras e de óculos, dezenas de fatos, toucas e cobrir botas, pelas forças de segurança e socorro de Famalicao.

O município adianta que tem encomendas ativas de alguns milhares de peças de proteção, no valor próximo dos 100 mil euros, que

conta receber nos próximos dias e que permitirão reforçar a proteção das pessoas que trabalham nestas entidades e alargar este apoio aos Centros de Saúde de Famalicao e às Juntas de Freguesia que permanecem com Espaços de Cidadão e balcões de CTT abertos ao público.

Paralelamente, o município mantém aberta uma campanha que apela à doação de material de proteção por parte de empresas e particulares de Famalicao para doações aos profissionais que estão na primeira linha



de intervenção de combate à pandemia. Nesse enquadramento já foram doadas à

Proteção Civil Municipal uma parte significativa do material já entregue.



**PARA COMPRAR
OU VENDER
O SEU IMÓVEL**

CONTATE OS ESPECIALISTAS

910 826 099

VEJA MAIS EM:

WWW.DOMIGESTIMOVEIS.COM

RECRUTAMENTO

**JÁ CONHECE
O NOSSO NOVO
REGIME DE
COMISSÃO TOTAL?**

Parcelas & Porções - Mediação Imobiliária, Lda. AMI n.º 15734.
Sede social: Praça D. Maria II, n.º 1234, Loja P13, Shopping Town,
fração "CB", 4760-011 V.N. Famalicao



MORADIA T3
Vale São Cosme, Famalicao

195.000€



APARTAMENTO T3+1
Antas, Famalicao

382.000€



MORADIA T3
Delães, Famalicao

119.000€



MORADIA T3
Landim, Famalicao

185.000€



MORADIA T3
Landim, Famalicao

160.000€



TERRENO URBANO
Avidos, Famalicao

87.000€



TERRENO RÚSTICO
Portela, Famalicao

150.000€



ESCRITÓRIO
Aguçadoura, Póvoa de Varzim

62.000€



MORADIA T4
Vermoim, Famalicao

**PREÇO SOB
CONSULTA**



ANDAR MORADIA T3
Delaes, Famalicao

129.900€



O Povo Famalicense entrevistou uma psicóloga para conhecer o impacto "A cura do amor", pode ser a saída

SANDRA RIBEIRO GONÇALVES

Vivemos tempos novos, realidades nunca experimentadas na era moderna, por força de uma epidemia que ninguém desejou, que não exclui extractos sociais, etnias ou geografias, e que já motivou o isolamento de biliões de pessoas. São instruídas a um regime quase equiparado ao da "prisão domiciliária". Perde-se o contacto com as rotinas laborais de sempre, a azáfama das dinâmicas lectivas, os hábitos sociais e de consumo mudam ao sabor das contingências de uma pandemia que alastra mais rapidamente do que todos gostaríamos.

Para saber o impacto que esta regime de reclusão tem no ser humano, e as estratégias que podem ser adoptadas para atenuar os efeitos psicológicos de uma mudança abrupta de hábitos, O Povo Famalicense entrevistou a psicóloga Edna Carvalho. Consciente de uma realidade "nova e hostil", a especialista considera que este é o tempo de excelência para o amor, "por nós, pelos outros, pela humanidade e pelo planeta", e que é ele a dica mais poderosa para ultrapassar com sucesso esta crise.

Aborda ainda como os profissionais de saúde podem lidar melhor com a pressão suplementar a que estão sujeitos, e a efervescência de fenómenos como o da violência doméstica, passíveis de crescer por força de uma exposição redobrada dos casais a si mesmos e ao outro.

O Povo Famalicense (PF) – Sendo esta uma ameaça nova, que de certa forma abala o que dávamos por adquirido e nos põe à prova como sociedade, qual é a reacção típica do ser humano? Tem competências inatas para reagir à adversidade, ou não tendo sente-se perdido?

Edna Carvalho (EC) – Este é um momento muito particular nas nossas vidas. É novo e muito hostil, logo a exigência é maior. O ser humano é feito de hábitos e, neste momento, tudo foi colocado do avesso. A correria diária foi substituída pela paragem absoluta de tudo e de todos. As prioridades foram alteradas de forma drástica e repentina, mas nós, seres humanos, temos capacidade de adaptação. Primeiro sofremos, mas depois reagimos, uns mais depressa que outros. É natural que as primeiras reacções sejam de medo, angústia, tristeza, insegurança e que diariamente vão sendo readaptadas. No entanto, também assistimos ao renascimento do amor, ao amor pela família, pelo tempo, pela vida, pelos momentos. Não fosse a dor toda que nos cerca, e a liberdade condicional que estamos a viver, podemos inclusive dizer que estamos a viver de uma forma mais livre. Contudo, alguns de nós que não conseguem, de uma forma tão natural, fazer esta adaptação, e estão ainda muito frágeis, precisando de acompanhamento.

PF – Atendendo à forma como o vírus se transmite, a população é incitada a ficar em casa, a trabalhar a partir daí. Que estratégias é possível implementar para que este tempo de "reclusão" seja de qualidade e não contribua para a disseminação de fenómenos de fragilidade psicológica, ansiedade e outros?

EC – É muito importante re-criar as rotinas. Ter horários é fundamental. Para quem tem miúdos, criar regras de lazer e estudo. Planear as actividades deles, é fundamental. Estabelecer contacto com as pessoas queridas, através dos meios digitais. Aproveitar para fazer exercício, movimentar é fundamental. Aproveitar para assistir a webinar, ver aquele filme que tanto queríamos, ou terminar aquela série que em tempos iniciamos, ler. Verificar os armários e separar tudo aquilo que já não nos serve. Seja roupa, calçado, brinquedos, acessórios... e doar.

No caso de ser jovem e saudável, e se sentirem confiantes e confortáveis, ver no seu prédio, na rua, na freguesia como pode ajudar alguém, seja a levar compras de bens necessários, seja simplesmente a telefonar para saber se está tudo bem. Existem muitas pessoas que estão sozinhas.

PF – Da mesma forma que os adultos, também as crianças e jovens em idade escolar estão em casa. Como garantir que não perdem a relação com a escola e a noção de que têm que manter algumas rotinas lectivas? Que estratégias podem ser adoptadas?

EC – Os professores estão a fazer um grande esforço neste momento, para diminuir o impacto nos estudos. Todos os dias, ou através de e-mail, ou grupos de chats, estão a fazer chegar os trabalhos de casa e orientações de estudo. Assim, podem e devem efetuar um horário com as diferentes tarefas diárias (hora de levantar, arranjar, banho, refeições, sono, entre outros), para dar segurança, facilitar o dia, e também ajudar no retomar da rotina. Para os mais pequenos pode ser feito com imagens para os ajudar a monitorizar e a gerir as actividades.

Apesar das aulas que são disponibilizadas pelas escolas e trabalhos, é importante garantir tempo de brincadeira livre e estruturada, de exercício físico, de socialização e de comunicação com outros pares, através de meios digitais, evitando o tédio e tempos alargados de permanência na televisão ou em tablets que devem sim ser usados, mas com timings e limites bem definidos.

Neste momento é fundamental usar um pouco de imaginação para conseguir tornar estes momentos divertidos e memoráveis, não pela angústia que vivemos, mas pelas boas experiências que também conseguimos ter. Alguns exemplos podem ser dançar, dar cambalhotas, jogar ao macaquinho de chinês, às escondidinhas, uma luta de almofadas, saltar à corda, fazer percursos com mobília e fita cola, jogar à macaca, fazer círculos para pular, jogar ao elástico, saltar com um saco, jogar à cabra cega...

Mas, se o movimento é importante, os períodos para acalmar e regular são também fulcrais. É o momento perfeito para descarregar algumas aplicações,

usar ideias do Pinterest, ou visualizar vídeos com exercícios de ioga e mindfulness.

Momento único para brincar e aprender com os seus filhos, fortalecer todos os laços.

PF – Aqueles extractos da população que, por força da sua profissão, não podem ficar em casa, especialmente o pessoal médico, estão também eles expostos a novos sentimentos? Refiro-me à ansiedade implícita aos gestos quotidianos, que podem agora ser uma ameaça à nossa integridade física? Também para esses é possível ter estratégias que atenuem essa ansiedade?

EC – Antes de mais, aproveito este momento para agradecer a todos os profissionais que estão no "campo da batalha", sejam eles médicos ou não, porque são muitos os profissionais que estão lá fora a fazer tudo o que está ao seu alcance para que nada nos falte. A todos eles um enorme bem haja. (CONTINUA PÁG. 13)



"Neste momento é fundamental usar um pouco de imaginação para conseguir tornar estes momentos divertidos e memoráveis, não pela angústia que vivemos, mas pelas boas experiências que também conseguimos ter."

psicológico do Covid-19 e as dicas para o contrariar

da crise social causada pela pandemia

Naturalmente, a ansiedade para eles existe e outros novos sentimentos também, sentimentos que nunca tiveram oportunidade de conhecer. Além das indicações conhecidas de protecção, é fundamental cuidar da higiene mental. Estes profissionais estão expostos a grandes exigências a todos os níveis, diariamente. Muitos estão a dar o corpo às balas, em que a única protecção são eles próprios, acompanhados de força e de fé.

Os profissionais da área da saúde estão habituados ao stress, e a lidar com situações difíceis todos os dias. Claro que não neste grau de exigência, mas a resiliência faz parte destes profissionais. É preciso ter presente que o stress e as sensações associadas com este quadro não significam que não seja capaz de fazer o trabalho ou que seja uma pessoa fraca. O gerenciamento da saúde mental e o seu bem-estar psicossocial durante este momento é crucial para que todos os profissionais possam manter sua saúde física também.

Tentar utilizar métodos para lidar com a situação, como fazer pausas e descansar entre os seus turnos de trabalho, e até mesmo tirar um momento dentro do expediente. Ter cuidado e atenção redobrada no que diz respeito aos alimentos para manter uma dieta saudável, fazer exercícios físicos e ficar em contato com a família e com os amigos, se possível. Caso não seja, é importante que peçam ajuda a quem não está nesse lado do “campo da batalha”, liguem, se possível com vídeo chamada, para receber amor, coragem e força de quem vos quer bem, hoje e sempre.

É importante não usar tabaco, álcool ou outras drogas. A longo prazo, eles pioram o bem-estar físico e mental. Este é um cenário sem precedentes para muitos trabalhadores, especialmente aqueles que nunca participaram de respostas semelhantes a uma crise ou pandemia. Para os que têm alguma experiência, tente utilizar o que deu certo no passado e que pode ser útil de novo. E passem esses exemplos para os colegas, pois são estímulos positivos muito importantes, além de transmitirem segurança.

Importante procurar os colegas, supervisores e pessoas de confiança para esse apoio social. A troca de experiências semelhantes é importante para todos, fortalecendo o trabalho em equipa. Analisem os seus pensamentos e, se necessário, pedir ajuda psicológica para cuidar da sanidade mental. Uma vez que a higiene do sono nesta fase está comprometida, aconselho vivamente a meditar. Existem muitas aplicações com meditações guiadas que ajudam a regular melhor a qualidade do sono. A meditação ajuda muito a desligar o dia, para que, quando acordar, consiga iniciar um outro com mais esperança no corpo e sobretudo na mente.

Fundamental os exercícios de respiração. Existem também aplicações onde auxiliam quem faz pela primeira vez ou mesmo que já saiba fazer. A respiração é um instrumento poderoso para a nossa auto-regulação. Promove relaxamento e bem estar.

PF – Entretanto, em Vila Nova de Famalicão, vinculados ou não ao stress próprio do momento, já tivemos notícia de dois episódios graves de violência doméstica, um com a morte da vítima (em Fradelos). Sem fazer uma ligação destes casos à situação pandémica, é concebível que os períodos de maior exposição uns aos outros, em casa, seja potenciador da violência doméstica? Na sua opinião faz sentido a campanha que a própria Direcção Geral de Saúde faz, para que nos mantenhamos alerta para estes fenómenos em plena crise do Covid-19?

EC - Infelizmente, existem muitas pessoas que vivem em contradição uma com a outra. Existem muitas pessoas que não se conhecem, que apenas coabitam. Para estas pessoas, a quarentena está a obrigá-las a conviver e trabalhar no mesmo lugar, aumentando desta forma os conflitos já existentes.

Todos os problemas do casal estão agora sem máscaras, e expostos 24 horas. Estas pessoas, além de já estarem divorciadas uma da outra, também estão desligadas das próprias, estavam e talvez ainda estejam à espera que a vida se resolva por si só. A tristeza e a dor individual já são enormes e, nesta fase, fica tudo mais real, mais visível mais intenso. Nestes casos a violência doméstica é possível aparecer, mas não nos podemos esquecer que ela já existia, já vivia lá em casa.

Devemos agora, nesta fase, cultivar mais que nunca o amor, o respeito, a ajuda, a comunicação. Mostrar ao outro quem somos, sem máscaras. E principalmente tirar a máscara a nós mesmos.

PF – Bem sei que nos tempos modernos nunca as sociedades se depararam com uma ameaça como esta, e que o pós-fenómeno não estará propriamente estudado, mas enquanto profissional da área da Psicologia, como diria que sairemos desta?

EC - Neste momento penso que a mensagem principal que estamos todos a receber, é “o que é que realmente importa na minha vida!”.

Mais que nunca, é importante redefinir as prioridades, aprender a viver de uma forma mais saudável e responsável. É importante, mais que nunca, deixar de viver feliz só para a fotografia.

Aprender a viver em amor e com amor. A cura do amor é urgente. É importante voltar a sermos pessoas, reais, com sentimentos, lágrimas e sorrisos. Que aprendamos o verbo amar genuinamente. A admirar as coisas simples da vida e da nossa mãe natureza, como o mar, o por do sol, as árvores, o tempo, a família, os amigos, os momentos, a solidariedade, as músicas, as danças, os sorrisos rasgados, o convívio, o respirar, o estar vivo, como nos deixou a mensagem António Feio: “proveitem a vida e ajudem-se uns aos outros. Apreciem cada momento. Agradeçam e não deixem nada por dizer, nada por fazer!”.

Acima de tudo, que aprendamos a agradecer à vida e ao universo tudo aquilo que temos. Por isso, está na altura de arregaçar as mangas e



Edna Carvalho, escreveu este texto, em Abril de 2016, durante uma viagem à Índia, e, no seu entender, é mais actual do que nunca:

“Quando Mudamos a forma de VER...”

O mundo às vezes parece que conspira contra nós... temos tantos papéis, temos tantos conflitos internos, ... a mente não pára, anda solta e por vezes nos atormenta, dormimos mal, comemos pior, habituamo-nos a este ciclo vicioso, a este desconforto interno que por vezes nem damos conta, deixamos passar o tempo...esperando que ele tudo resolva...levamos tudo ao limite.

Não temos paz de espírito, não vivemos no agora, não sabemos o que é Fé nem o que é viver em verdade...escondemo-nos sempre atrás do nosso maior inimigo, o Medo...aquele que nos impede de viver. Aquele que nos acompanha para todo o lado, que sabota todas as acções e pensamentos, que nos faz não acreditar que é possível, que nos leva sempre pelo mesmo caminho porque um novo pode ser demasiado perigoso.

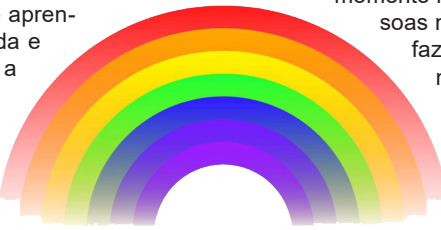
Mude... veja a VIDA como os OLHOS DE UMA CRIANÇA... com Coragem, com Vontade, com Alegria, Acreditando e Aceitando com o Coração cheio de Honestidade e Amor.”

fazer as limpezas necessárias, analisar o que precisamos mudar, o que precisamos eliminar das nossas vidas, e o que precisamos introduzir. E, se necessitamos de ajuda, procurar. Para alguns, ter a capacidade de reconhecer que andavam distraídos com a vida, e aceitar que este é o momento certo para despertar, quer para a vida, quer para a autoconsciência.

Importante ainda dizer que uma outra mensagem sai fortalecida desta pandemia, que juntos somos mais fortes. Que o individual cai para dar lugar ao colectivo.

PF – O que é que na sua opinião essencial preservar neste momento sensível?

EC - O equilíbrio entre a mente e o corpo. Foco principal, cuidar da mente. Aproveitar este momento introspectivo, e de maior tempo, para fazer o que habitualmente as pessoas não fazem. Cuidarem de si, do seu interior, praticar exercício de gratidão, fazerem leituras, afirmações positivas, meditação, yoga, dançar e ouvir as músicas preferidas, procurar novas receitas e cozinhar, fazer limpeza aos armários, desapegar do que já não precisamos, quem tiver jardim ou vasos dar mais atenção às suas plantas... Ligar às pessoas queridas, e falar dos bons momentos passados, activar essas memórias, essas alegrias, esses momentos prazerosos. É um grande momento para cultivar o amor, por nós, pelos outros, pela humanidade e pelo planeta.



VAI FICAR TUDO BEM!



Para garantir resposta adequada à crise Covid-19

Câmara vai dar apoio financeiro extraordinário Bombeiros

A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicense vai atribuir um apoio extraordinário às três corporações de Bombeiros do concelho e ao Núcleo da Cruz Vermelha de Ribeirão, atendendo ao contexto extraordinário em que vivemos provocado pela pandemia Covid-19. O intuito do executivo é garantir que aquelas instituições tem condições que “permitam dar a melhor resposta possível à população”.

A garantia foi dada pela autarquia, na passada sex-

ta-feira, aos responsáveis pelas forças de socorro famalicense que estão a reunir informação sobre as necessidades com que se confrontam de forma a ser fixado o valor extraordinário que o município vai entregar às corporações.

O presidente da Câmara Municipal, Paulo Cunha, sublinha a propósito desta medida: “em face da situação extraordinária em que vivemos, queremos o maior e melhor serviço de socorro em Famalicense, não vai ser por questões financeiras que

essa resposta vai falhar”.

Refira-se que, em termos de socorro e transporte de doentes, o município de Vila Nova de Famalicense é servido por três corporações – Bombeiros Voluntários de Famalicense, Bombeiros Voluntários de Riba de Ave – e pelo Núcleo da Cruz Vermelha de Ribeirão. Cada uma destas corporações já recebe mensalmente como apoio municipal uma verba de 7500 euros e a Cruz Vermelha de Ribeirão 3500 mensais.

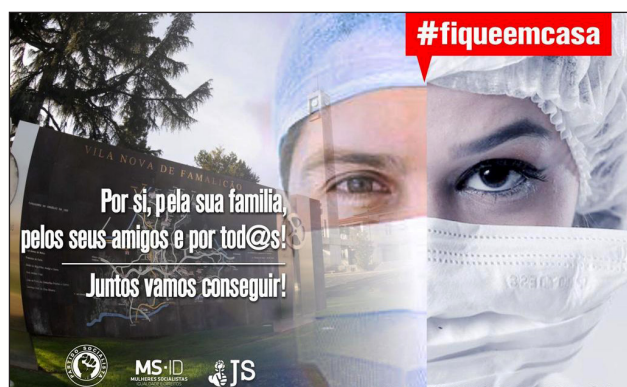
Para além desta transferência mensal, presta ainda um apoio financeiro para o funcionamento das equipas de intervenção permanente dos bombeiros. No total são perto de meio milhão de euros que anualmente o município investe nas forças de socorro de Vila Nova de Famalicense, investimento que este ano será reforçado para garantir uma resposta mais eficaz à crise de saúde pública com que o concelho, o país e o mundo se depara.



PS angaria 15 mil euros junto de empresas para apoiar CHMA, Bombeiros e Cruz Vermelha

O Partido Socialista de Vila Nova de Famalicense agradece, publicamente, a colaboração de um conjunto de empresas que responderam positivamente ao desafio que lhes lançou no sentido de colaborar com as entidades públicas de saúde, neste quadro de crise pandémica do Covid-19.

Em comunicado enviado às redações, a concelha liderada por Eduardo Oliveira refere-se especificamente às empresas Tintoal e Octoal, pelo apoio financeiro de cinco mil euros às três corporações de bombeiros do nosso concelho e à Cruz Vermelha de Ribeirão; e às empresas



familiares Avícola Cabeceirense, Avisêco e Trovador City Guest House, pelo contributo de dez mil euros para a aquisição de um ventilador e de material de pro-

tecção hospitalar destinado ao Hospital de Vila Nova de Famalicense, estes últimos por intervenção directa de Pedro Veiga Teixeira, natural de Cabeceiras de Basto, estu-

dante de Direito na Universidade Lusíada do Porto.

“Devido à pandemia do Covid-19 que nos assola e na sequência de contactos de sensibilização a um conjunto de empresários e tendo em conta as entidades que estão na linha da frente deste combate, as empresas identificadas atenderam de imediato aos pedidos de Eduardo Oliveira e Ricardo Costa, avançando com apoio monetário e material destinado à manutenção operacional das entidades beneficiadas, de forma a ser-lhes possível continuar a desenvolver a sua actividade em prol dos famalicense,

em particular dos mais necessitados”, esclarece o PS famalicense, segundo o qual a entrega dos donativos já começou

PS desafia Câmara a criar espaços para acolher doentes

No quadro da crise pandémica, o PS refere ainda que é “urgente” que “a Câmara Municipal de Famalicense disponibilize de imediato espaços públicos, como, por exemplo o Pavilhão Municipal, para em conjunto com as entidades competentes se iniciarem os trabalhos de

preparação como forma de prevenção para o que possa vir a acontecer”.

O líder Eduardo Oliveira lembra que “entramos em fase de mitigação, a Protecção Civil de Braga emitiu o estado de alerta e vários municípios avançam com medidas de contenção do vírus e preparam-se para promover respostas municipais de emergência pelo que apelamos ao Dr. Paulo Cunha que actue com a urgência que este caso impõe”.

CDU quer testagem da população dos lares e defende criação de centro de rastreio no concelho

O espaço de intervenção política da CDU motiva a apresentação de um conjunto de propostas à Câmara Municipal, para fazer face às consequências da pandemia por Covid-19. A iniciativa é do deputado Daniel Sampaio, com assento na Assembleia Municipal, e inclui, entre outras, “assegurar aos utentes dos lares de idosos e seus funcionários, priorizando os que já foram confirmados como casos de COVID-19 (Centro Social do Bairro e Residência Sénior Pratinha de Cavaleiros), a realização de testes periódicos, possibilitando o devido isolamento dos infetados, garantindo aos restantes um local que os acolha e lhes preste a

devida assistência enquanto não estiver concluída a desinfeção do lar”. Neste quadro, a CDU propõe a criação de um “centro de rastreio do vírus, utilizando, para o efeito, equipamentos públicos, de forma a evitar a ida ao hospital”.

Para além disso, o eleito da CDU propõe que seja assegurada a “segurança individual de todos os médicos, enfermeiros e auxiliares no tratamento dos doentes, e bem assim dos meios de protecção individual para as associações de bombeiros, por forma a que possam assegurar o transporte urgente e não urgente de doentes para a respetiva unidade hospitalar”. No quadro de

uma resposta qualificada ao surto, a CDU sugere ainda que se proceda ao “levantamento dos equipamentos públicos disponíveis para, quando surgir a necessidade de reforço, serem usados como hospital de campanha, e reservar residências e hotéis para isolamento profilático e/ou para recolhimento dos operacionais de saúde”. Entende ainda a CDU que é se “disponibilizar e reforçar o equipamento adequado (máscaras, luvas, fatos, etc), aos trabalhadores da recolha do lixo, incansáveis nesta tarefa de saúde pública cujo desempenho também louvamos e saudamos”.

Para a população idosa que não esteja instituciona-

lizada, a CDU defende uma assistência que assegure refeições, higiene e saúde; apelando ainda para que as “forças de segurança pública, à protecção civil e às entidades autárquicas para que continuem a proceder a uma vigilância activa, reforçando-a, no cumprimento das orientações da DGS, desde já saudando as medidas tomadas nesse sentido bem como os famalicense pela adesão às mesmas”.

Relativamente ao tecido empresarial, Daniel Sampaio considera que deve garantir-se que “cumpram os requisitos das autoridades da Saúde para manter os trabalhadores em segurança”, e que se impõe a renovação



dos contratos de trabalho, assim como a manutenção do direito ao gozo de férias, a que algumas empresas estão a forçar os colaboradores neste período, uma “exigência da empresa mais ou

menos disfarçada de oportunismo”, conclui a CDU.



PSD e CDS acusam PS de "aproveitamento" político da crise pandémica

"A atitude do PS de Vila Nova de Famalicense de puro exibicionismo, bem refletido nas fotografias preparadas e partilhadas nos órgãos de comunicação social e nas redes sociais, perpetrado na entrega de apoios à nossa unidade hospitalar e às corporações de bombeiros é digna da mais enérgica reprobção". Esta é a reacção do PSD ao anúncio público da doação de material por parte do PS (ler notícia acima).

Para os social democratas não é aceitável que "quando a todos se recomenda recato e ausência de contacto social, os dirigentes do PS posem para fotografias com responsáveis hospitalares e das corporações de bombeiros que deviam ser poupados a este exibicionismo e estar concentrados nas suas muito exigentes tarefas ao serviço da comunidade, num claro aproveitamento da muito meritória boa vontade de empresas que, não tendo estabelecimento no nosso

concelho, não ficaram indiferentes à escassez de meios das instituições concelhias". A presença de um dos candidatos às eleições da Federação Distrital de Braga do PS, acrescenta o PSD, "adensa e em muito aumenta a reprobção da atitude que, dessa forma, também se coloca no âmbito da disputa interna do PS", e "espelha uma clara intenção de rentabilização política interna que é, no mínimo, confrangedora".

O PSD não deixa, entretanto, de se congratular com o trabalho "profícuo" dos profissionais de saúde, forças de segurança, corporações de bombeiros, todos quantos trabalham com os nossos seniores institucionalizados em lares residenciais, setores económicos que asseguram acesso a bens essenciais, e empresários que, "em mais um gesto altruísta e revelador de um sentimento de enorme responsabilidade social, contribuem com equipamentos de proteção, equipamento hospitalar ou meios financeiros e que, assim, muito ajudam hospitais, corporações de bombeiros e



demais entidades ao serviço da Proteção Civil, municiando-os das melhores condições para o combate à mes-

ma pandemia".

O PSD reconhece ainda que a Câmara Municipal está com os famalicense e está

a implementar, de "forma sóbria e eficaz", plano de intervenção", nomeadamente através da dotação de todos os meios possíveis para as entidades de saúde, de segurança e de socorro realizarem o seu trabalho.

CDS censura "patrocínio de lutas político-partidárias"

Já o CDS, sem nunca referir o PS, refere que "este não é o momento de aproveitamento político e de patrocínio desnecessário e dispensável de lutas político-partidárias internas ou externas, mas sim o de todos nós estarmos disponíveis e de olhos postos nas pessoas". Por isso, "condenamos por isso qualquer atitude que egoisticamente alguém utilize e que de uma forma subversiva instrumentalize e desvie todos os envolvidos na primeira linha deste combate!".

O CDS apela ainda à mobilização de todos, agradecendo as múltiplas iniciativas

da sociedade civil, de empresários, dos autarcas de freguesia e de todos aqueles que, todos os dias, fazem por manter a normalidade possível neste estado de emergência". Expressa ainda "todo o apoio às medidas que o município tem tomado nas diferentes áreas de ação, certos de que o papel de proteção e preservação da saúde pública é nesta altura a maior das batalhas e a que realmente importa". Renova a sua confiança "na avaliação e na intervenção a cada momento de evolução da situação, em especial na concretização e disponibilização de todos os meios para que os diferentes agentes possam agir, como aliados tem acontecido ao longo dos últimos os dias com as medidas tomadas e de todos conhecidas".

Infographic for #fiqueemcasa (Stay at Home) featuring a central house icon with the text "aproveite o tempo" (enjoy the time). Surrounding the house are icons and text for various activities:

- Telefone a amigos (Call friends)
- Veja um filme (Watch a movie)
- Faça exercício (Exercise)
- Cozinhe uma receita nova (Cook a new recipe)
- Leia um livro (Read a book)
- Faça planos (Make plans)

At the bottom, the website www.famalicao.pt and the hashtag #fiqueemcasa are displayed, along with the Famalicao logo and the slogan "VAI FICAR TUDO BEM" (Everything will be fine).



PASEC mantém e adapta respostas sociais em tempo de crise

Sensível à nova realidade desencadeada pela Covid-19, a Pasec adaptou todas as respostas sociais de modo a manter as respostas de proximidade que dá todos os dias.

Assim tem sido possível a Pasec manter todas as respostas sociais à exceção da Pasec Advantage, que obriga a equipa pedagógica ao trabalho direto com grupos de jovens e adultos com deficiência.

No âmbito da Pasec IN Group, todos os grupos ju-

venis da PASEC, sem exceção, continuam a reunir em formato videoconferência, semanalmente, através dos meios online. Só entre os dias 16 e 26 de março tiveram lugar 179 reuniões online que envolveram 1477 jovens.

A Pasec Habitat, Escola de Adultos, manteve as suas aulas e acompanhamento de proximidade com quase todos os adultos envolvidos. Semanalmente os formadores ligam a cada adulto para fazer o ponto de situação e, nos casos em que tem sido possível, evoluir com aulas online.

A Pasec ADN através das Companhias Artísticas manteve a sua ação social e cultural. Os ensaios da Companhia de Teatro ADN e da Companhia de Expressão Corporal Arena passaram a ser feitos em pequenos grupos através dos meios online. O mesmo acontece com a Companhia de Artes Visuais D'Art e a Companhia de Escrita Criativa OUT.

A Pasec Underground, que gere projetos de intervenção social em contexto de bairro social, através do Projeto Eurobairro, tem lançado desafios diários aos jovens com que opera todos os

dias, manteve a tutoria direta através dos contactos online e telefónicos e o apoio ao estudo à distância. Em situação de urgência vai também ao terreno.

Para além disso, a Pasec mantém operacional uma equipa de resposta rápida a situações de emergência nos vários contextos de risco em que opera. Tem facilitado a alimentação a várias famílias carenciadas, apoiado dezenas de idosos e adultos em situação de isolamento, apoiado a nível psicológico dezenas de jovens e facilitado equipamentos de limpeza, desinfeção de espaços,



álcool gel e detergentes a instituições parceiras e famílias carenciadas.

Entretanto recalendarizou

as principais atividades que implicavam grandes aglomerados de pessoas

PSD indica deputado famalicense para inquérito aos incêndios de 2017

O PSD indicou o deputado famalicense Jorge Paulo Oliveira para integrar a comissão parlamentar de inquérito à atuação do Governo no que respeita ao processo de atribuição de apoios na sequência dos incêndios rurais ocorridos em 2017, na zona do Pinhal Interior.

Jorge Paulo Oliveira que em anteriores legislaturas integrou três comissões de inquérito relevantes, uma à "Gestão do BES e do Grupo Espírito Santo", outra tendo por objeto o "Processo de Subconcessão dos Estaleiros Navais de Viana do Castelo" e uma terceira sobre

o "Pagamento de Rendas Excessivas aos Produtores de Eletricidade", estará integrado no grupo de outros deputados do PSD igualmente indicados para a comissão, concretamente, Paulo Rios de Oliveira, Emília Cerqueira, Olga Silvestre, António Lima Costa, Hugo Oliveira e

Paulo Leitão.

A comissão parlamentar de inquérito tomou posse na passada terça-feira perante o Presidente da Assembleia da República, Ferro Rodrigues, mas deliberou, imediatamente, suspender os seus trabalhos enquanto durar o Estado de Emergência. Como assinalou Paulo Rios de Oliveira (PSD), Presidente da Comissão "A solução não é política; é de bom senso. Fizemos o que a lei nos obriga: formar a comissão nas datas que era possível", mas "o momento extraordinário que vivemos não se ajusta aos trabalhos da comissão que implicam muitas dezenas de audições



e visitas aos locais".

A comissão, criada postestativamente por proposta do PSD, isto é não carece de deliberação, deverá funcionar pelo prazo de 180

dias, tendo por objeto a apreciação do processo de atribuição de apoios à recuperação de habitações, de empresas, de equipamentos públicos e privados na sequência dos fogos rurais de 2017, nos concelhos de Pedrógão Grande, Castanheira de Pera, Ansião, Alvaiázere, Figueiró dos Vinhos, Arganil, Góis, Penela, Pampilhosa da Serra, Oleiros e Sertão.

Recorde-se que, em julho do ano passado, o Ministério Público deduziu acusação contra 28 arguidos por alegadas irregularidades no processo de reconstrução das casas que arderam no incêndio de Pedrógão Grande, em junho de 2017, nomeadamente, por atribuição ilegítima de subsídios públicos para reconstruir ou reabilitar casas.

A comissão parlamentar de inquérito à atuação do Governo no que respeita ao processo de atribuição de apoios na sequência dos incêndios rurais ocorridos em 2017, na zona do Pinhal Interior, é a primeira da presente legislatura.

CLÍNICA MEDICINA DENTÁRIA

PROFESSOR DOUTOR REIS CAMPOS

Aberto todos os dias

Consultas com uma equipa renovada e competente

- Implantes, prótese fixa e removível, cirurgia, correção das arcadas dentárias,
- Reabilitação oral, tratamentos estéticos e conservadores, branqueamento.

Consulta para o sucesso escolar

- Intervenção no período decisivo de evolução (4 a 10 anos)
- Desenvolvimento e incrementação de inteligência
- Procedimentos fundamentais para o sucesso escolar
- Perfil pedagógico (como cada um aprende melhor)

Rua Alves Roçadas, n.º 35, 1.º Direito - V.N. Famalicao
(frente à capela Santo António) TLM.: 917 531 449 TLF.: 252 373 759



SEGUNDA A SEXTA
DIÁRIAS 5€
C/ SOBREMESA INCLUIDA
SERVIÇO TAKE-AWAY

SÁBADO E DOMINGO SERVIÇO À LISTA

Visite o novo espaço para:
- Eventos
- Aniversários
- Jantares comemorativos
- Jantares Executivos



Av. Dr. Carlos Bacelar Ed. S. Paulo Loja 2
Esmeriz | TLM.: 913 330 904

De Bem com Deus ... & ... De Bem com A Vida!

"Uma mensagem de Amor, Esperança e Vida, do nosso Deus, para o Teu coração. Seja feliz!"

Esta é a sexagésima segunda edição deste simples devocional que tem como critério máximo, a Palavra de Deus na forma explicada, de maneira a ser aplicada em nosso cotidiano, em conformidade com a Bíblia Sagrada. Neste sentido, convidamos a todos os leitores, a meditar nas Sagradas Escrituras, apreciando-a, lendo-a constantemente, refletindo e aplicando os seus princípios, ensinamentos e verdades no mais profundo dos vossos corações, como também, praticando no dia-a-dia o seu conteúdo inspirador de sabedoria espiritual.

Cada vez mais que os dias vão passando, somos colocados em uma posição de constantes desafios. Em meio ao volume de notícias alarmantes que nos chegam ao conhecimento, muitos se sentem desguarnecidos, outros, em um estado crítico de medo e ansiedade, a depressão e o desânimo querem ter lugar no cotidiano de nossas vidas. Na realidade este novo tempo nos leva a nos reavaliarmos e algo que

não podemos deixar de pensar, e, levar muito a sério é a nossa condição espiritual diante de Deus. Como está a nossa Fé? Como está o nosso relacionamento com Deus? Sempre que amadurecemos mais em nossa Fé, nós passamos a conhecer mais de Deus e a Sua boa, perfeita e agradável vontade. E à medida que mais O conhecemos mais nos movemos na direção de cumprir essa Sua soberana vontade. A nossa Fé em Deus depois de compreendida, nos conduz a ver todas as coisas na perspectiva do olhar divino, ou seja, de forma sobrenatural e não de maneira natural apenas. Porque a nossa Fé é o resultado da nossa confiança e leitura das Sagradas Escrituras, que chegaram até nós por meio de homens que conheceram a Deus profundamente, os Profetas,

Referência Bíblica:

"... Ora, sem Fé é impossível agradar-lhe porque é necessário que aquele que se aproxima de Deus creia que Ele existe, e que é galardoador dos que O buscam ..."

LIVRO DE HEBREUS 11:6 ...

a maravilhosa pessoa de Jesus Cristo, seus Discípulos, que nos deixou um exemplo e um legado a ser seguido. Eles nos revelaram as promessas, as bênçãos, o querer e o plano delineado por Deus em favor de nossas vidas. Precisamos entender que é por meio deste conhecimento que nos amadurecemos conforme caminhamos dentro da vontade soberana do nosso Deus. Quando olhamos para os muitos que viveram este conhecimento, a respeito deles está escrito no Livro de Hebreus 11:15-16 ... "E se, na verdade, se lembrassem daquela donde haviam saído, teriam oportunidade de voltar. Mas agora desejam uma pátria melhor, isto é, a celestial. Pelo que também Deus não se envergonha deles, de ser chamado seu Deus, porque já lhes pre-

parou uma cidade." ... Deus tem o desejo de que cada um de nós faça parte do seu Reino Celestial. Por isso, na morte de Jesus Cristo está o nosso perdão, a nossa remissão e salvação. Quando Ele ressuscitou, a certeza de uma Vida Eterna, se tornou algo real por ser uma promessa, para todo aquele que crê no sacrifício vicário feito através de Jesus Cristo. Ao entender isto, passamos a perceber que a nossa vida neste mundo é passagem, morremos para este mundo, mas nascemos para Deus no céu que Ele ... Jesus Cristo nos preparou ... "Não se turbe o vosso coração; credes em Deus, crede também em mim. Na casa de meu Pai há muitas moradas; se não fosse assim, eu vo-lo teria dito. Vou preparar-vos lugar. E quando eu for, e vos preparar lugar,

virei outra vez, e vos levarei para mim mesmo, para que onde eu estiver estejais vós também." ... João 14:1-3. Vamos ver pela Palavra de Deus, que o desejo de Deus, é que sejamos verdadeiros Filhos e Filhas, alcançando maturidade, cheios de Suas virtudes com os valores eternos. Somos chamados para sermos como o Seu Filho Jesus Cristo ... viver o Seu Amor e a Sua Justiça. Nada disto tem haver com religião ou religiosidade, pois este é o padrão divino para vivermos a realidade do Reino de Deus. Viva profundamente



O Pastor Albino Ferreira é o Fundador Presidente da Igreja Cristã Evangélica El-Shadday em Vila Nova de Famalicão, seu Ministério Pastoral já tem 20 anos nesta cidade. Para contactá-lo via e-mail: albino_ferreira@sapo.pt, ou, ligando para o telemóvel: 912 449 457.

te uma relação com Jesus Cristo. Aproveite este tempo, leia a Bíblia Sagrada ... Deus nos abençoe ... hoje e sempre.

COMUNIDADE CRISTÃ EVANGÉLICA EL-SHADDAY

Participe das nossas reuniões e palestras!

TERÇA-FEIRA ▶ 20:00H
ESTUDO BÍBLICO/CURSO TEOLÓGICO

SEXTA-FEIRA ▶ 20:00H
ADORACÃO E VIDA CRISTÃ

DOMINGO ▶ 10:00H
ADORACÃO E MINISTRAÇÃO DA PALAVRA DE DEUS

Entre em contacto conosco e/ou faça-nos uma visita!

ATENDIMENTO PASTORAL
(Miss.ª Pr. Albino Ferreira e Miss.ª Ana Maria Sousa):
912 449 457 / 911 839 222

ICE-EL-SHADDAY@OUTLOOK.COM
ALBINO-FERREIRA@HOTMAIL.COM

PRAÇA D. MARIA II, EDIF. IMPALA, Nº 146, LOJA 04
CP.: 4760-111, V. N. FAMILIÇÃO

AMI 9558

**predial
mais**
IMOBILIÁRIA

Rua Ana Plácido, 222 | 4760-120 Vila Nova de Famalicão

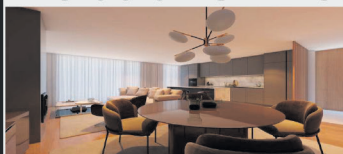
geral@predialmais.pt - www.predialmais.pt

Abertos também aos Sábados das 10h00 às 18h00

☎ 252 080 310 / 962 682 790

DESTAQUE » Urbanização Encosta da Vitória**225.000,00€**

Moradias T4 de Arquitetura Contemporânea, com excelente luz natural, acabamentos nobres que acrescentam elementos de sofisticação e bem estar...

A fachada revestida a pedra natural oferece um suplemento de distinção e requinte... Cozinha totalmente equipada, sala ampla c/ 57 m2 e recup. de calor, com acesso a excelente zona exterior com alpendre e jardim. 3 suítes, painéis solares, garagem c/ 70 m2. **Aceita Permuta !!****Moradia T3+1 Nova**

Em construção de Arquitetura Moderna, cozinha mobilada e equipada, lavand., sala c/ recuperador de calor, suite, roupeiros embutidos, iluminação Led, estores elétricos, garagem fechada p/ 2 carros.

205.000,00€**Venha Conhecer !!**

Ref: 651

Moradia T3 Nova

A 500mts da entrada Auto-Estrada, cozinha mobilada, lavandaria, aquec. central completo c/ caldeira a gás, suite c/ closet, roupeiros embutidos, iluminação Led, estores elétricos, portões autom., garagem fechada p/ 3 carros.

195.000,00€**Venha Conhecer !!**

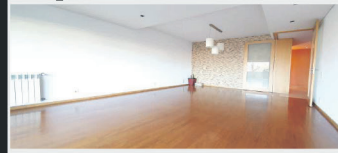
Ref: 656

Moradia Térrea para Restauo

A 5 minutos da Cidade, Lote c/ 650 m2, poço próprio, excelente exposição solar, próxima de todos os serviços.



Ref: 656

100.000,00€**Apartamento T2 c/ Terraço - Vinhal**

Excelentes áreas, cozinha mobilada e equipada, lavandaria, aquec. central, roupeiros embutidos, 2 wc's equipados, estores elétricos, 2 l. garagem. Excelente Exposição Solar.

Marque Visita !!

Ref: 655

**OBRIGADO
FAMALICENSES**

20 POVO
Famalicense
Desde 1999

**Este mês já mais de 150 mil pessoas
leram o nosso jornal online.
Vamos continuar a dar o nosso melhor
nas nossas plataformas digitais.
Continue connosco e veja toda
a informação em:**



WWW.OPOVOFAMALICENSE.COM

WWW.FACEBOOK.COM/OPOVOFAMALICENSEFAMALICAO

DIVERSOS

VENDO
2 Máquinas de Bordar
de 12 cabeças.
A trabalhar.
TLM.: 969 994 181

VENDO
Terreno para construção
em Avidos c/ 2.300.
TLM.: 969 994 181

VENDO
T2 em Oliveira
S. Mateus c/ vaga de
garagem. 79.000€.
TLM.: 914 904 464

VENDO
Casa grande c/ terreno
em Calendário.
TLM.: 969 994 181

VENDO
Loja/ Armazém
em Vila das Aves.
Bom preço.
TLM.: 914 904 464



VENDO
Terreno de construção c/
2750m² em Calendário.
TLM.: 969 994 181

VENDO
Lote de terreno em Delães
c/ todas as infraestruturas.
Bem localizado.
Boa exposição solar.
TLM.: 962 189 593

VENDO
T2 na cidade.
TLM.: 969 994 181

ARRENDAMENTO
Terreno A206
Famalicão - Póvoa
c/ 8100m². Bom preço.
LM.: 914 904 464

**AR
CONDICIONADO
EMPRESA
CERTIFICADA
SUPERCLIMA, LDA**
25 ANOS DE ATIVIDADE
**ORÇAMENTOS
917 337 391**

PART-TIME
DAS 16H AS 20 H
300/MÊS FIXO | M/F
ZONA: FAMALICÃO / ST. TIRSO / TROFA
TLF.: 252 044 173

ESCAPNORTE ESCAPES E
ACESSÓRIOS
DO NORTE, LDA.
GRANDE CAMPANHA DE ESCAPES
DESCONTO 36%
EM TODOS OS MODELOS
CATALIZADORES FLEXÍVEIS - PONTEIRAS - INOX
VENHA REPARAR O SEU AUTOMÓVEL À ESCAPNORTE
PAGUE COM MULTIBANCO / CARTÃO DE CRÉDITO
Sede: Av. General Humberto Delgado 63 | Tel: 252 322 217
Filial 1: Trofa, Rua Central de Cedões Tel: 252 413 063

VENDO – 969 010 914

**LANDIM - ESPAÇO PRIVADO
MORADIAS R/C - EM CONSTRUÇÃO**

Trav Lam 3 - 4 - 495.000 €

Construção 680 m² ; Terreno 2.400 m²

5 Suites c. Quarto de Vestir cada; Casa de Banho Defic.
Completa; Arrumos; W.C.; Escritório; Jardim Aromático Interior;
Cozinha / Copa; Salas de Estar, Jantar, Cinema, e Jogos;
Trat. Roupas; Ginásio; Banheiros; Sauna; Jacuzzi; Garag.
8 autos; Terraços, Campo de Jogos; Piscina; Adega; Casa
de Máquinas; Esp. Verdes.

Trav Lam 5 - 325.000 €

Construção 530 m²; Terreno 1.800 m²

3 Suites c. Quarto de Vestir cada; Casa de Banho Defic. Completa;
Arrumos; W.C.; Escritório; Jardim Aromático Interior;
Cozinha / Copa, Sala Comum e Jogos Trat. Roupas; Ginásio;
Banheiros; Sauna; Jacuzzi; Garag. 4 autos; Terraço,
Campo de Jogos; Piscina; Adega; Casa de Máquinas;
Esp. Verdes.

**VISITE O NOSSO
SITE EM:
WWW.OPOVOFAMALICENSE.COM**

COVID-19 O QUE TEM DE SABER.

Fique em casa, se puder. Promova o seu isolamento e o da sua família. Reduza as suas deslocações ao mínimo, e saia apenas se precisar de bens essenciais como comida ou medicamentos.

Não promova visitas em casa. Nas saídas, mantenha uma distância de um metro e meio de todas as pessoas. **Não ponha em perigo terceiros. Todos somos a solução.**



WEBSITES E SOFTWARE

DESENVOLVIMENTO À MEDIDA!

CONTINUAMOS A TRABALHAR
ATRAVÉS DE VIDEOCONFERÊNCIA!



DESENVOLVIMENTO DE
**WEBSITES
SOFTWARE À MEDIDA**
www.duplanet.pt | geral@duplanet.pt

zome[®]

REAL ESTATE

Consulte mais imóveis em
www.zome.pt



APARTAMENTO T3

ZMPT536801



125.000 €

VERMOIM, V. N. DE FAMALICÃO

LUIS CASTRO
☎ 915 424 900



MORADIA T4+1

ZMPT539075



215.000 €

VILARINHO, SANTO TIRSO

MARIA RIBEIRO
☎ 915 797 690



MORADIA T3

ZMPT538181



149.000 €

CARREIRA, V. N. DE FAMALICÃO

NELSON MENDES
☎ 911 026 476



MORADIA T3

ZMPT538137



161.500 €

CENTRO DE SANTO TIRSO

PATRÍCIA GUIMARÃES
☎ 968 456 041



MORADIA T2

ZMPT537446



75.000 €

RIBA DE AVE, V. N. DE FAMALICÃO

RUI COUTINHO
☎ 918 724 924



MORADIA T2

ZMPT538351



76.000 €

GAVIÃO, V. N. DE FAMALICÃO

CELESTE MIRANDA
☎ 961 373 697



Casa Intemporal - Mediação Imobiliária, Lda - AMI 7132
Trav. Marechal Humberto Delgado, Ed. 38,
Loja 26 - 4760-012 V. N. Famalicão (junto à GALP)
Tel.: 252 314 211

zome.pt