



MAISGUIMARAES

A REVISTA DA CIDADE BERÇO

JOÃO SOUSA

É uma emoção vê-lo a carregar as bandeiras da cidade, do Vitória e de Portugal mundo fora.

O melhor tenista português de sempre em entrevista à Mais Guimarães.



ANTÓNIO LOURENÇO

Diretor do serviço de cardiologia do Hospital Senhora da Oliveira, apaixonado pelo basquetebol.

ANA MOURA

Fadista regressa em março a Guimarães para apresentar "Moura", o seu mais recente trabalho.

PÁSCOA EM GUIMARÃES

Câmara Municipal lançou programa "Da Quaresma à Páscoa", que pretende atrair turistas à cidade berço.

N35 MARÇO 2016

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
DIRETOR ELISEU SAMPAIO





FRANCESINHA AFRODISÍACA

• PÃO CHAPATA CASEIRO •



PIZZA COM HAMBÚRGUER DE PICANHA

Acompanhado de rúcula e tomate cherry

EDITORIAL

DIRETOR DO GRUPO MAIS GUIMARÃES
ELISEU SAMPAIO



PÁSCOA DA CELEBRAÇÃO

Guimarães vai passar a valorizar e emprestar maior dimensão ao período de celebração "da Quaresma à Páscoa". Este período do ano, significativamente importante sobretudo para os cristãos, inclui um vasto programa de atividades culturais e religiosas.

A decisão do município de acrescentar os momentos culturais aos eventos religiosos que já decorriam na cidade nesta época do ano parece-me em tudo acertada. Tal associação, para além de contribuir para o enriquecimento cultural deste período, vem dar-lhe também uma maior e merecida dimensão turística. Embora não seja muito comum falar-se

do que acontece aqui ao lado, na cidade dos arcebispos, a Semana Santa ganhou ali uma dimensão que merece destaque e atenção. As manifestações religiosas em Braga têm, desde há muitos anos, uma importância estratégica para a cidade, servindo de alicerce para a captação de turismo, sobretudo o de proximidade e também dos espanhóis, maioritariamente galegos. Os hotéis da cidade e restaurantes enchem, a cidade ganha vida e a economia local também. E enche por uma semana, ou mais.

Quando o principal problema apontado ao turismo em Guimarães é a curta permanência dos hóspedes na cidade, a elaboração de programas como este, por períodos mais longos

do que o habitual e com a união de esforços entre diferentes entidades, neste particular civis e religiosas, é o caminho que podemos considerar como o mais viável para a alteração da realidade que reconhecemos e que a todos desagrada. Um exemplo a seguir.

*"QUEM VIVE NUM LABIRINTO
TEM FOME DE CAMINHOS."*

Mia Couto

FIGHA TÉCNICA

Mais Guimarães A Revista da Cidade Berço

Publicação Periódica Regional, Mensal

Tiragem

5.000 Exemplares

Proprietário

Eliseu Sampaio Publicidade, Unipessoal Lda.

NIPC 509 699 138

Sede Rua de S. Pedro, N.º 127 - Serzedelo

4765-525 Guimarães

Telefone 917 953 912

Email geral@maisguimaraes.pt

Diretor e Editor

Eliseu de Jesus Neto Sampaio

Registado na Entidade Reguladora Para

a Comunicação Social, sob o n.º. 126 352

ISSN 2182/9276 Depósito Legal n.º. 358 810/13

Design Gráfico e Paginação

Qoob Design Studio

Rua da Cruz D'Argola

Bloco A - 871 - Mesão Frio

4810-225 - Guimarães

info@qoob.pt / www.qoob.pt

Impressão e Acabamento

Gráfica Nascente, Artes Gráficas Lda.

Travessa Comendador Aberto M. Sousa

Lote 15, Zona Industrial - Vila Nova de Sande

4805-668 Guimarães

Fotografia da Capa

Direitos Reservados

COMO PUBLICITAR

Contacte-nos e conheça as nossas campanhas de publicidade.

Telefone 253 537 250 Telemóvel 917 953 912

Email geral@maisguimaraes.pt

www.maisguimaraes.pt

Rua Antero Henriques da Silva 66F
Costa - 4810-026 - Guimarães



f /MAISGUIMARAES

ENEDECOR

Mobiliário & Decoração



MEGA CAMPANHA DE PÁSCOA

A ENEDECOR está a promover uma fantástica campanha de PÁSCOA. São inúmeros artigos a preços bem pequeninos...



SÓ 449€

PACK COMPLETO:
CAMA ESTOFADA + COLCHÃO ORTOPÉDICO +
ESTRADO + ALMOFADAS DE VISCOELÁSTICO



SÓ 999€

CONJUNTO 3+2 LUGARES COM 4 RELAX



E COM MUITAS NOVIDADES...



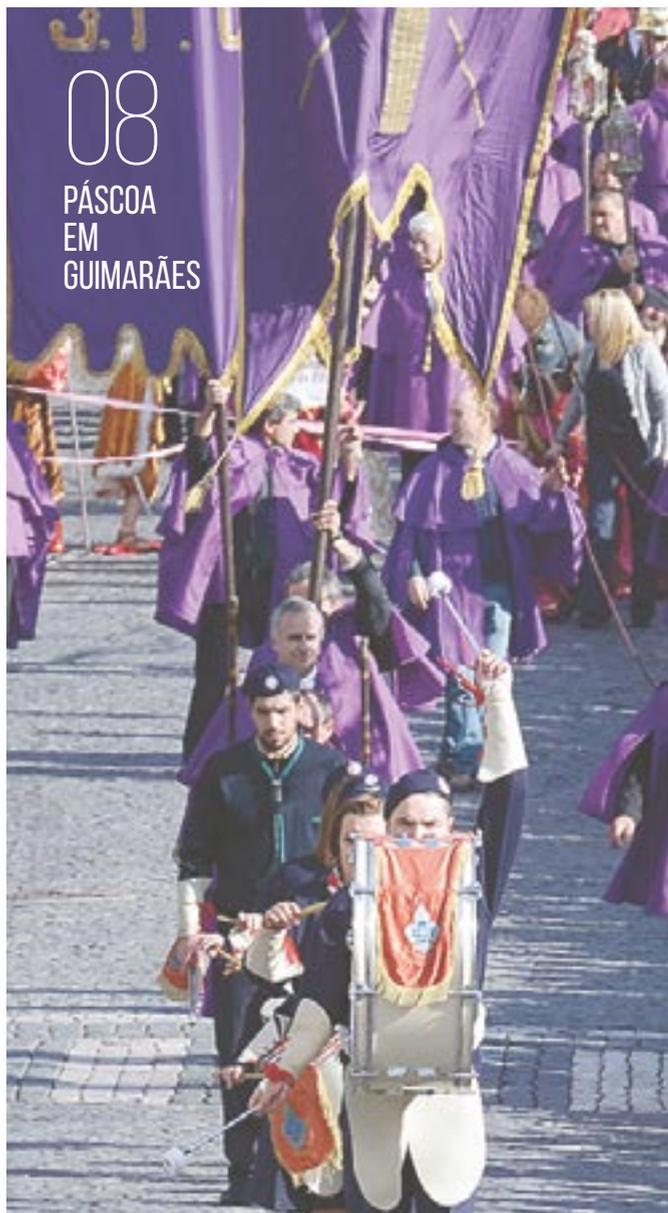
Um novo nome, a qualidade de sempre!
* Artigos limitados ao stock existente

FACILIDADES DE PAGAMENTO!

Av. D. João IV - 1147
4800-532 Guimarães
Telemóvel 933 578 928
geral@enedecor.pt
www.enedecor.pt

COM SINAL MAIS NESTA EDIÇÃO

TODOS OS MESES
A MAIS GUIMARÃES LEVA ATÉ SI
O QUE DE MAIS IMPORTANTE
ACONTECE NA CIDADE BERÇO
E NO CONCELHO!



BEM-ESTAR

THE TREE. WELLNESS

Concept Store



Estética



Cabeleireiro



PT / Estúdio



Trata-se de um conceito inovador com várias valências, todas elas direcionadas para a imagem e para o bem-estar, um espaço onde se respira bom gosto, profissionalismo e simpatia.

No The Tree encontra um vasto leque de serviços e atividades que inspiram a viver uma vida melhor!

Na entrada do espaço situa-se uma CONCEPT STORE com vários produtos, desde roupa, acessórios, aromas para casa e para o corpo, chás, especiarias, granola entre outros...

A área destinada à ESTÉTICA contempla dois gabinetes equipados com as mais recentes tecnologias do mercado no combate ao envelhecimento, flacidez e gordura localizada. Desenhámos um menu de serviços, assegurados por excelentes técnicos, orientados para proporcionar o equilíbrio perfeito entre corpo e mente.

Do espaço faz também parte um CABELEIREIRO, onde dispomos de profissionais preparados para sugerir e aconselhar os nossos clientes, de forma a realçar a beleza do rosto.

Não menos importante é o PERSONAL STUDIO, com serviço de treino personalizado.

Este poderá ser individual ou em pequenos grupos de 2 a 3 pessoas. Optando por um treino acompanhado assegura que estão a ser realizados os exercícios adequados para atingir os objetivos e que estes estão a ser executados de forma correta, sem risco de lesões ou outro tipo de efeitos negativos.

O The Tree dispõe também de consultas de Nutrição e Medicina Tradicional Chinesa.

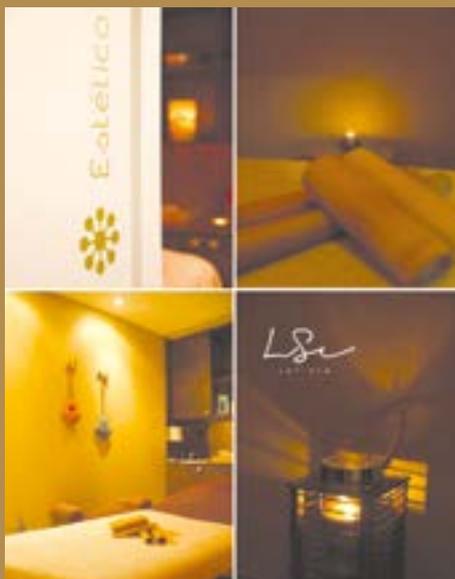
Depois de entrar no The Tree, é garantido que sairá numa versão melhorada de si mesmo!

ESPERAMOS POR SI...



The Tree, Wellness

Rua Camilo Castelo, 65
4810-435 Guimaraes
facebook.com/TheTree.Guimaraes
253 413 070 | 932 375 480



ENTREVISTA

ANA MOURA

TEXTO: ELISEU SAMPAIO • FOTOGRAFIA: FREDERICO MARTINS

ANA MOURA REGRESSA EM MARÇO A GUIMARÃES PARA APRESENTAR, NO PAVILHÃO MULTIUSOS, "MOURA", O SEU MAIS RECENTE TRABALHO. O PRIMEIRO SINGLE, "DIA DE FOLGA", É JÁ UM SUCESSO NAS RÁDIOS NACIONAIS E PREVÊ-SE QUE SEJA UM DOS TEMAS MAIS ANIMADOS DO CONCERTO AGENDADO PARA AS 21H30 DO DIA 12. A MAIS GUIMARÃES CONVERSOU COM ANA MOURA PARA SABER MAIS PORMENORES SOBRE O ESPETÁCULO DA FADISTA NASCIDA EM SANTARÉM NO ANO DE 1979.

Neste espetáculo vão ser tocadas apenas músicas do álbum "Moura" ou teremos também alguns sucessos de álbuns anteriores?

Estamos a programar o alinhamento e vai ser muito diferente dos meus habituais espetáculos. Apesar de incidir mais na apresentação do novo álbum, e também pelo facto de ser um palco especial, vamos visitar alguns temas dos discos anteriores. Em termos cénicos, estamos a preparar uma estrutura de palco completamente diferente, baseando-nos também no tema da metamorfose. O palco será um casulo, fechado, que se irá abrindo, para representar essa ideia de mudança.

Este é o seu álbum mais pessoal?

Acho que à medida que vamos gravando, os álbuns vão-se tornando cada vez mais nossos. Vamos ganhando mais à-vontade, maior conhecimento e por consequência sentimos que os álbuns são mais nossos.

Como tem sido a aceitação do público?

Os concertos de "Moura" que já realizámos correram muito bem, a receptividade tem sido incrível e em duas semanas o disco chegou a platina. Através das redes sociais chegam imensas mensagens a dizer que gostam do disco e eu fico muito feliz por receber essas opiniões e por perceber que as pessoas estão a gostar do meu trabalho.

Deve ter boas recordações de Guimarães para em tão pouco tempo regressar...

Sim, é verdade. No concerto que fiz aí no Pavilhão Multiusos contei com as presenças de alguns amigos (Pedro Abrunhosa, Luísa Sobral) e foi muito bonito. O pavilhão estava cheio e as pessoas receberam-nos muito bem. Também por isso, para de alguma forma retribuir ao público o carinho que me tem dado, desta vez ainda estamos a montar algo maior. Espero ter novamente casa cheia neste regresso a Guimarães.

Vai fazer, até ao dia 12 de março, muitas apresentações fora do país.

Acha que há cada vez mais uma maior receptividade ao fado?

Sim, cada vez maior. Aliás, costumo dizer que saí do "Desfado" diretamente para o "Moura". Não tive um intervalo pelo facto de ter tido muitos concertos fora de Portugal. A tournée foi enorme, foram três anos a percorrer o mundo inteiro, acho que não há nenhum sítio onde o fado não chegue.

Acha que se tem feito uma boa divulgação do fado pelo mundo?

Creio que sim. Faço aquilo que me é possível. Aliás, costumo ser muitas vezes convidada para visitar universidades e escolas de música, até mais nos Estados Unidos. Pedem-me para falar sobre fado e eu aceito sempre porque é uma coisa que me dá imenso gosto. Alguns dos meus músicos também falam sobre a guitarra portuguesa, a viola de fado... Faço sempre questão de aceitar esses convites. Acabam por ser momentos importantes na divulgação do fado e da cultura portuguesa.

Em relação ao espetáculo de Guimarães, para além da especial parte cénica, haverá mais surpresas?

Sim, haverá mais surpresas, mas para já prefiro não avançar com mais informações. Serão mesmo surpresas [risos] ●



400 ANOS DA IRMANDADE
DO PRÍNCIPE DOS APÓSTOLOS

MÊS DE CELEBRAÇÃO PASCAL

FOTOGRAFIA: MARCELA FARIA / MAIS GUIMARÃES



Sexta e Sábado 4 e 5 de março 21h00 24 HORAS PARA O SENHOR

Em comunhão com o Papa Francisco, a Basílica de São Pedro, igreja jubilar do Arciprestado de Guimarães e Vizela vive, entre os dias 4 e 5 de março, as "24 horas para o Senhor". Este ano, em especial, o santo padre convida cada um de nós, a seguirmos o exemplo de Maria "Fazei o que Ele vos disser". É importante que nos dispúnhamos a escutar e aceitar a vontade de Deus. Esta jornada de oração inicia-se com a celebração penitencial no dia 4 de março, pelas 21h00 e termina no dia seguinte, com a Bênção Solene do Santíssimo Sacramento, pelas 21h00. Durante este período de tempo, a igreja jubilar estará aberta com momentos de oração, orientados por diferentes grupos.

Quarta-feira 24 março, 20h30 TRÍDUO PASCAL

A Irmandade de São Pedro, no âmbito do ano Jubilar, celebra, este ano, solenemente, o Tríduo Pascal. Quinta-feira, dia 24 de março, pelas 20h30, celebra-se a Eucaristia da Ceia do Senhor com a cerimónia do Lava Pés. No dia 26, a Vigília Pascal, solenizada pelo Grupo Coral de Azurém, pelas 20h30 encerra este Tempo.

Sábado 26 de março ELEVAÇÃO DA CAPELA A BASÍLICA

A 26 de março será recordado o dia em que a capela da Irmandade de São Pedro foi elevada a Basílica, por Breve de Bento XIV, no ano de 1751. Segundo Oliveira Sampaio, no Elogio Métrico, esta foi a primeira na Diocese e a terceira em terras lusitanas.

SOCIEDADE

RELIGIÃO E CULTURA DE MÃOS DADAS NA PÁSCOA EM GUIMARÃES

FOTOGRAFIAS: MUNICÍPIO DE GUIMARÃES

ÀS TRADICIONAIS PROCISSÕES E ENCONTROS RELIGIOSOS ORGANIZADOS PELA REAL IRMANDADE DE N.ª S.ª DA CONSOLAÇÃO E DOS SANTOS PASSOS E PELA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA, JUNTAM-SE AS ATIVIDADES APRESENTADAS PELA CÂMARA MUNICIPAL DE GUIMARÃES, QUE LANÇOU NO FINAL DO MÊS PASSADO O PROGRAMA "DA QUARESMA À PÁSCOA". O EVENTO ORGANIZADO PELO MUNICÍPIO CORRESPONDE A UM INVESTIMENTO DE 45 MIL EUROS E PRETENDE TER UM RETORNO BEM MAIOR AO NÍVEL DO TURISMO.



De 13 a 26 de março estará em cartaz a exposição "A Paixão de Cristo", um roteiro por nove igrejas, três museus e cinco monumentos da cidade alusivos ao período que antecedeu a morte e ressurreição de Jesus. A iniciativa visa, para além da questão cultural, a promoção da recuperação dos monumentos alusivos à Paixão de Cristo que estão situados na cidade. 10h00-12h30 e 14h30-18h00 são os horários disponíveis para a realização das visitas aos espaços englobados na iniciativa: Igreja dos Santos Passos, 1.º Passo da Paixão: Jesus cai pela primeira vez [Largo da República do Brasil], Igreja de São Francisco, Igreja de São Sebastião, Igreja de São Paio, Sociedade Martins Sarmiento, Igreja de São Pedro, Igreja da Misericórdia, 5.º Passo da Paixão: Jesus é despojado das suas vestes [Largo da Misericórdia], Oratório do Senhor dos Desamparados, 2.º Passo da Paixão: Jesus encontra sua mãe [Largo da Sr.ª da Guia], Museu de Alberto Sampaio, Igreja de N.ª Sr.ª da Oliveira, 3.º Passo da Paixão: Jesus cai pela segunda vez [Rua de Santa Maria], 4.º Passo da Paixão: Jesus consola as mulheres de Jerusalém [Largo de Martins Sarmiento], Igreja do Carmo, Paço dos Duques de Bragança e Igreja de Santo António dos Capuchos.

Em destaque no programa religioso, está, para além das procissões, que



recebem sempre a visita de milhares de fiéis pelas ruas vimaranenses, a missa campal, que será celebrada pelo Arcebispo D. Jorge Ortiga. O encontro contará com a atuação de seis grupos corais e mais de cem coralistas. No fim da eucaristia, sai a procissão dos Santos Passos.

QUARESMA: PROCISSÕES DE REFLEXÃO

O tempo de quaresma é caracterizado essencialmente por ser um tempo de reflexão. Nesse enquadramento, surgem as procissões, nas quais se procura voltar atrás no tempo e rever os momentos anteriores ao dia de Páscoa. A Mais Guimarães deixa-lhe o resumo das procissões que decorrerão nos próximos dias 13, 20, 24 e 25.

PROCISSÃO DOS SANTOS PASSOS

Ícónica procissão no panorama nacional. Foi no ano de 1598 que a Irmandade deliberou fazer sempre sair, no domingo de Lázaro, uma procissão em honra dos passos da paixão de Jesus Cristo, "muito solenemente ordenada por ser coisa muito santa, indo um andor de um Cristo com a Cruz



às costas e outro de Nossa Senhora”. Desde então, raros foram os anos que as condições climatéricas não permitiram fazer sair a Procissão que retrata o encontro de Cristo com Sua Mãe no caminho para o Calvário, mote para o «Sermão do Encontro». Pela sua relevância, para além dos milhares de fiéis nas ruas, integram-se na Procissão as mais altas autoridades, instituições e personalidades de Guimarães.

PROCISSÃO DE RAMOS

Neste dia, a Igreja recorda a entrada de Cristo em Jerusalém, para consumir o seu mistério pascal. Os ramos são benzedos numa igreja secundária ou no exterior da igreja onde vai decorrer a missa solene e, durante a procissão, entoam-se cânticos e hinos alusivos, como por exemplo, «Hossana ao Filho de David. Bendito o que vem em nome do Senhor, o Rei de Israel. Hossana nas alturas».

PROCISSÃO DAS ENDOENÇAS

A procissão das Endoenças (ou Indulgências) é uma manifestação de penitência, de arrependimento e de pedido de perdão, tradicionalmente organizada pelas Santas Casas da Misericórdia para celebrar a Misericórdia ensinada por Jesus. As indulgências são concedidas aos pecadores chamados a arrepender-se pelo ruído das matracas dos farricocos. Evoca-se o julgamento de Jesus, apresentado por Pilatos à multidão dizendo «Eis o Homem», pelo que esta Procissão é muitas vezes designada de «Ecce Homo». O nome mais popular de “Procissão do Senhor da Cana Verde” advém da narrativa do Evangelho do momento em que Cristo é ridicularizado pelo governador romano que lhe põe uma cana verde na mão simulando o ceptro d'Aquele que se dizia Rei.

PROCISSÃO DO ENTERRO DO SENHOR

Procissão, iniciada em 1600, que leva pelas ruas da Cidade o esquife do Senhor morto seguido do andor de Nossa Senhora das Dores. Em sinal de dor as figuras alegóricas vão carregadas de luto, as bandeiras e estandartes arrastam-se pelo chão, a banda interpreta música de câmara. A Igreja celebra a Morte salvífica de Cristo.

PROGRAMA

11/12 DE MARÇO

21h30 Quarteto de Cordas
[Paço dos Duques]

13 MARÇO

15h00 Missa Campal celebrada por D. Jorge Ortiga
[Largo República do Brasil]

17h00 Procissão dos Santos Passos
[se estiver mau tempo, realiza-se no dia 20 à mesma hora]

21h30 Recital de órgão
Elmo Cosentini
[Igreja de Santo António dos Capuchos]

17 DE MARÇO

21h30 Via Sacra

19 DE MARÇO

21h30 Concerto de Homenagem a Fr. Manuel Cardoso
Cappella Musical Cupertino de Miranda
[Igreja de São Francisco]

20 DE MARÇO

09h30 Benção e Procissão de Ramos
[Igreja do Carmo – Nossa Senhora da Oliveira]

17h00 Concerto de Polifonia Sacra
CAPPELLA DURIENSIS
[Igreja de S. Francisco]
21h30 Concerto: Requiem em Sib menor Op. 89 B165, de A. Dvořák
[Igreja de Nossa Senhora da Oliveira]

21 DE MARÇO

18h30 Conferência “A Beleza do Crucifixo”
[Sociedade Martins Sarmento]
21h30 BJAZZ – CONVÍVIO JAZZ CHOIR
[Igreja da Misericórdia]

22 DE MARÇO

10h00 Curso Breve de Gregoriano
[Associação Comercial e Industrial de Guimarães]
18h30 Conferência “Das Paixões de Guimarães à Paixão segundo S. João, de J. S. Bach”
[Sociedade Martins Sarmento]
21h30 Concerto “A Paixão Polifónica de Guimarães”
[Igreja de S. Francisco]

23 DE MARÇO

10h00 Curso Breve de Gregoriano
[Associação Comercial e Industrial de Guimarães]
18h30 Conferência “A Música Religiosa Patrimonial de Guimarães”
[Sociedade Martins Sarmento]
21h30 Concerto: “Paixão segundo S. João”, de J. S. Bach
Centro Cultural Vila Flor [CCVF]

24 DE MARÇO, QUINTA-FEIRA SANTA

19h00 e 20h30 Missa vespertina da Ceia do Senhor [Tríduo Pascal]
19h00 Concerto: Missa in Coena Domini – CORO SOLEMNIS
[Igreja de N.ª S.ª da Oliveira]
21h30 Procissão das Endoenças, com passagem pelas sete “casinhas” do Senhor

25 DE MARÇO, SEXTA-FEIRA SANTA

17h00 Concerto “Homenagem a Manuel Faria” com Banda Filarmónica de Pevidém e Grupo Coral de Azurém
[Igreja de S. Francisco]
19h00 Concerto pela Orquestra Barroca da Casa da Música, com o baixo Peter Kooij
[Igreja de S. Francisco]
22h00 Procissão do Enterro do Senhor

26 MARÇO, SÁBADO DE ALELUIA

19h00 Concerto Ensemble Elyma, com Gabriel Garrido
[Igreja de S. Francisco]
20h30 Vigília Pascal [Tríduo Pascal]
[Igreja Paroquial S. Paio]
21h30 Vigília Pascal [Tríduo Pascal]
[Igreja da Nossa Senhora da Oliveira]

27 MARÇO, DOMINGO DE PÁSCOA

08h30 Saída dos compassos
[Igreja de S. Sebastião]
08h30 Saída dos compassos
[Igreja de S. Domingos]
09h00 Saída dos compassos
[Igreja da Nossa Senhora da Oliveira]

DOÇARIA NO CONVENTO VOLTA A ADOÇAR A CIDADE

Decorre de 18 a 20 de março (sexta, sábado e domingo anteriores ao fim de semana da Páscoa), nos claustros da Câmara Municipal, antigo Convento de Santa Clara, a 13ª edição do festival.

O festival pretende reavivar a memória de outros tempos, procurando contribuir para que se mantenha viva a tradição da doçaria conventual em terras vimaranenses. A primeira edição decorreu em 2004, realizando-se autonomamente durante seis anos, altura em que foi integrada na Feira Afonsina, em setembro de 2011. Em 2015, quatro anos volvidos, regressou ao período pascal, reforçando a sua autonomia como certame gastronómico.

Sexta-feira 18 de março
das 21h00 às 23h30
Sábado 19 de março
das 10h30 às 23h30
Domingo 20 de março
das 10h30 às 19h00

GMR TV

IDOSOS DE GUIMARÃES FESTEJARAM O CARNAVAL EM FERMENTÕES

TEXTO E FOTOS: GMR TV



A FESTA DE CARVAL ANIMOU A TARDE DESTA SEXTA-FEIRA, NO PAVILHÃO DA CASA DO POVO, EM FERMENTÕES. A INICIATIVA, PROMOVIDA PELA CÂMARA MUNICIPAL, CONTOU COM A PARTICIPAÇÃO DE 29 INSTITUIÇÕES DO CONCELHO E MAIS DE OITO CENTENAS DE IDOSOS QUE, AO LONGO DA TARDE, INTEGRARAM UM DESFILE DE MÁSCARAS.

Os participantes, no âmbito das atividades da Terceira Idade realizadas ao longo do ano, prepararam peças de vestuário alusivas a diferentes usos e costumes, profissões, lugares, povos ou tradições, tendo em vista o desfile carnavalesco.



veja a reportagem na íntegra em gmr.tv

MARÇO 2016

AGENDA CULTURAL

FOTOGRAFIA: DIREITOS RESERVADOS

Sexta-feira 11

THE SOFT MOON

24h00 Centro Cultural Vila Flor

Música

Luis Vasquez, o nome por detrás de The Soft Moon, nunca teve a pretensão da fama. A música sempre foi uma necessidade. Os sons sombrios que Vasquez criou há anos, no seu pequeno apartamento em Oakland, borbulharam para a superfície e, em 2010, lançou o primeiro LP, "The Soft Moon", que foi muito aclamado pela crítica. O seu mais recente trabalho, que traz ao Café Concerto do CCVF, é o mais introspetivo até à data, com o título revelando isso mesmo: "Deeper". Vasquez deixou-se levar pela inspiração, tendo apenas um objetivo em mente: criar o seu álbum mais emocional.

Sábado 12

BARULHEIRA

22h00 Centro Cultural Vila Flor

teatro

"Barulheira" nasce do desejo de aprofundar as questões exploradas nos espetáculos "A Carbonária" (2008) e "Raso como o Chão" (2012), criados por João Sousa Cardoso a partir dos textos de Álvaro Lapa. Na continuação do anterior trabalho, "Barulheira" apresenta-se como o desenvolvimento de uma reflexão sobre o lugar da palavra pública, o trabalho da imaginação e a democracia em Portugal. "Barulheira" celebra a multiplicidade da língua portuguesa nas suas várias declinações, desde a tradição literária às práticas da oralidade, numa perspetiva de reinvenção permanente das formas e da formulação das ideias.

Sexta-feira 18

THE HAPPY MESS

24h00 Centro Cultural Vila Flor

música

Os The Happy Mess visitam o Café Concerto do CCVF para mostrar o resultado do processo de criação que culminou em "Half Fiction": a banda esteve isolada numa floresta e foi este o resultado. The Happy Mess é um dos projetos acarinhados da indie rock em Portugal. O projeto, nascido em 2011,

THE HAPPY MESS © DIREITOS RESERVADOS



apresentou o seu álbum de estreia "Songs From The Backyard" dois anos depois. "Half Fiction", o segundo álbum da banda, lançado em finais de 2015, é um disco que revela uma sonoridade cada vez mais evidente no universo da indie rock com tonalidades de eletrónica e que se divide entre canções que mergulham em estórias e personagens ficcionadas... e outras tantas reais, inquietas e politicamente inconformadas.

Quarta-feira 23

A PAIXÃO - ORQUESTRA DE GUIMARÃES

22h00 Centro Cultural Vila Flor

música

Interpretada pela Orquestra de Guimarães, "A Paixão" será a primeira versão encenada e cantada, em português, da grandiosa obra de Bach, "Paixão Segundo São João". Quando J. S. Bach estreou as "Paixões de Cristo", elas foram consideradas um escândalo pois contavam a história das últimas horas de Cristo de uma forma demasiado operática para os gostos religiosos da época. Neste espetáculo, Vítor Matos dirige a Orquestra de Guimarães e Pedro Ribeiro encena a obra focando-a em nós e nos nossos limites hoje, questionando o que é realmente a fé.

Sexta-feira 25

THE HOLYDRUG COUPLE

24h00 Centro Cultural Vila Flor

música

Neste último trabalho do duo chileno, The Holydrug Couple, as músicas são alusões ao universo onírico das bandas sonoras do cinema francês das décadas de 70 e 80, com uma particular inspiração em Serge Gainsbourg. Além das influências das bandas sonoras francesas e de Serge Gainsbourg em particular, procuram também inspiração nas baladas soul de Aretha Franklin, na synthpop sul-americana dos anos 80 e dos franceses Air. As músicas são simplificadas, sem recurso a acessórios barrocos ou enfeites desnecessários, para atingirem o derradeiro objetivo a que se propuseram: o som da melancolia.

20º ANIVERSÁRIO MARIE J. COSTA

DUAS DÉCADAS DE PROFISSIONALISMO, DEDICAÇÃO E AMIZADE



Marie J. Costa Cabeleireiros comemorou no passado mês de fevereiro o seu 20º Aniversário. O dia foi de celebração para todas as clientes e amigas que sempre acompanharam de perto o sucesso de Manuela Costa e Paula Costa.

“ESTAMOS MUITO FELIZES PORQUE AO LONGO DE TODO ESTE TEMPO SEMPRE TIVEMOS A CONFIANÇA DAS NOSSAS CLIENTES. SABEMOS QUE, PARA ALÉM DE CONFIAREM NO NOSSO PROFISSIONALISMO, PONTO PRIMORDIAL NA ESCOLHA DO NOSSO ESPAÇO, CONFIAM NAS NOSSAS OPINIÕES E SUGESTÕES. SENTIMO-NOS MUITO HONRADAS POR SERMOS A ESCOLHA DE TANTAS SENHORAS”, REFERE MANUELA.

Paula Costa destaca também a alegria e o entusiasmo da comemoração “São vinte anos de dedicação, de vontade de fazer com que as nossas clientes saiam felizes do nosso espaço. No fundo, é isso: trabalhamos para que saiam daqui a sentirem-se mais bonitas, renovadas, felizes!”

As duas décadas de rigor, profissionalismo e bom gosto da marca Marie J. Costa foram premiadas com a contínua confiança de muitas clientes, que no dia de festa foram brindadas com workshops de maquiagem, capilares e de rosto, havendo ainda tempo para um desfile de apresentação das tendências primavera/verão 2016 e para o inevitável brinde comemorativo.

ADELAIDE SAMPAIO "Este espaço para mim é único, há vinte anos que venho cá. Na altura não conhecia as pessoas e desde que vim a primeira vez nunca mais mudei de cabeleireiro. Adoro vir cá todas as semanas. Saio daqui a sentir-me bem, bonita. Há um ambiente familiar que me faz sair sempre a sentir-me bem-disposta."

MANUELA MACHADO "Sou cliente há dez anos e sempre que saio daqui sinto-me mais bonita, mais feliz. Acho que isso é o melhor que pode acontecer. A simpatia e o profissionalismo da Manuela e da Paula fazem com que me sinta completamente confiante relativamente às sugestões que fazem. Sei que vão fazer



sempre o melhor possível para que saia daqui feliz com o resultado."

XANA "Há 20 anos que venho cá semanalmente. Há um companheirismo ímpar. E claro o profissionalismo. Sem profissionalismo não estariam a comemorar vinte anos com tantas clientes satisfeitas. É um espaço diferente dos outros, não é simplesmente um cabeleireiro, é muito mais do que isso."

LURDES MACEDO "O que mais destaco é o profissionalismo. Mudei de cabeleireiro há catorze anos e nunca mais deixei a Manuela. Costumo vir cá semanalmente por causa do cabelo, mas às vezes venho cá fazer uma massagem. Saio daqui com menos vinte anos. As massagens da Manuela até fazem bem à alma."

FILIPA "Venho cá há 20 anos. Semanalmente ou mensalmente por causa do cabelo, mas venho também fazer massagens. É um espaço que engloba tudo: cabeleireiro e centro de estética. Não preciso de ir a mais nenhum sítio para uma renovação completa."

CONCEIÇÃO MARQUES "Conheci a Manuela e a irmã há bastantes anos e nunca mais troquei o toque do trabalho delas. A simpatia e a dedicação das duas conquistaram-me desde o início. Creio que já há trinta anos que estou nas mãos delas e sinto-me muito bem. Aliás, até as minhas netinhas vêm cá, vêm com a avó."

Marie J. Costa
Edifício do Sol Nascente
Avenida São Gonçalo 1656 · 1º
Creixomil, Guimarães
Telefone 253 413 155
www.mariejcosta.com
cabeleireirosmariejcosta@gmail.com





DIA MUNDIAL DO TEATRO

TEATRO: DA IMPORTÂNCIA DE DEFENDER A DIGNIDADE HUMANA

TEXTO: CATARINA CASTRO ABREU
FOTOGRAFIA: DIREITOS RESERVADOS

12

“O dia 27 de março [Dia Mundial do Teatro] foi sempre uma data fundamental, sobretudo a partir da década de 60. O teatro é uma arma que subia ao palco. O único que podia fazer contestações às injustiças e abusos do poder instalado. Sempre foi um instrumento dos valores fundamentais e dos direitos do homem. Foi em todos os momentos uma forma de defender a importância da dignidade humana”, assim começa a conversa da Mais Guimarães com Capela Miguel, um nome que se confunde com o teatro vimaranense.

Para Capela Miguel, “Guimarães é um território rico em tradições. Uma das formas de combater o ócio negativo é o associativismo e lá dentro os grupos de teatro amador. Sobretudo depois da República, em que as pessoas, mesmo sem instrução, sabiam das notícias e permitiu que muita gente aprendesse a instrução básica”. Olhando para a “intensa história do teatro vimaranense”, faz referência ao Grupo de Teatro de Campelos, “com êxito na década de 60”, o Grupo de Teatro da Coelima, “que ainda hoje existe, feito de gente extraordinária” e o Grupo de Teatro da Hoste de D. Nuno, “uma das associações mais antigas de Guimarães”. Nota ainda para o grupo de teatro Ritmo Louco que se transformou no Teatro

Ensaio Raul Brandão, dirigido durante vários anos por Santos Simões.

Vinca que “o teatro em Guimarães nem sempre foi acarinhado”. “Fizemos projetos grandes para que o movimento associativo fosse valorizado e infelizmente estes projetos foram desviados do seu objetivo inicial. Foram desvirtuados”, aponta. Olhar sempre crítico, nunca convencional. Capela Miguel não pretende despertar simpatias e conhecemo-lo pelo inconformismo, pelas frases incómodas que atira e que nos fazem pensar. Assim é Capela Miguel, que pegou no seu Bando do Gil (composto por dúzia e meia de amigos que fazem umas paródias teatrais), e dinamiza agora – como tantas vezes fez, multiplicar o teatro por pessoas normais que se transformam em atores extraordinários – um grupo de teatro em Nespereira. É lá que durante o mês de março evocam a vida e a obra de Raul Brandão.

Entre 05 e 06 de março haverá uma feira de época de 1900, período em que o escritor português, referência máxima no pensamento de Capela Miguel, viveu na freguesia vimaranense. No dia 12 março, há uma representação das peças “Avejão” e “O doido e a morte”. No dia 20 de março, as iniciativas prosseguem, desta vez viradas para

a infância com a encenação de uma peça escrita por Raul Brandão e pela esposa, Angelina. O público-alvo são as crianças de Nespereira.

21 DE MARÇO É DIA MUNDIAL DA POESIA E DESPERTA A PRIMAVERA. É DIA DE CELEBRAÇÃO E, POR ISSO, O BANDO DO GIL SEGUE PARA O PAÇO DOS DUQUES, EM QUE EVOCARÁ OS 250 ANOS DE BOCAGE, OS 100 NOS DE VERGÍLIO FERREIRA E OS 150 ANOS DE RAUL BRANDÃO.

Falando ainda de teatro ficam as declarações de Tiago Rodrigues: “Terminassem os subsídios estatais amanhã e continuar-se-ia a fazer teatro em vãos de escada. Eu montava logo uma peça nas traseiras do teatro nacional. Teatro vai continuar a haver aqui e em qualquer outro país. Na Síria há teatro neste momento. A questão é se queremos continuar a viver num país e numa democracia em que a maior parte das pessoas não tem acesso ao teatro. Em que esse teatro é demasiado caro porque custa muito fazê-lo”.

PUB



EQUIPA

AGOSTINHO SOUSA

962 191 318

www.agostinhosousa.pt

KW BUSINESS
KELLERWILLIAMS

AMI 7132



Selho São Jorge, Guimarães

Excelente Moradia geminada em lote de 650 m², projecto aprovado de construção. Possibilidade de construção ao gosto do cliente.



Selho São Jorge, Guimarães

Excelente Moradia individual em lote de 10.000 m². Projecto aprovado de construção. Possibilidade de construção ao gosto do cliente.

SÃO TORCATO GANHOU OUTRO ENCANTO

LAKE LOUNGE BAR

Lake Lounge Bar, o encontro perfeito entre conforto, gastronomia e natureza. Com a esplanada panorâmica sobre o Parque do Lago, num local ímpar, o Lake Lounge Bar é um espaço confortável onde poderá encontrar os amigos para boas conversas e usufruir de um serviço de cozinha variado com saborosos almoços e jantares e um atendimento de excelência. Destaque para os snacks e para a francesinha e os hambúrgueres especiais e

nos pequenos-almoços o menu Lake, composto por pão chapata com compotas ou cereais, frutas e iogurte grego. Aos fins de semana é já habitual encontrarmos música ao vivo e com a chegada do bom tempo estão previstas também algumas Sunset Parties. O Lake Lounge Bar apresenta uma boa carta de gins, cocktails e outras bebidas brancas e, devido ao seu horário alargado, é já um ponto de encontro para os melhores inícios de noite.



13



VILA ATIVA HEALTH CLUB

O Vila Ativa Health Club iniciou a sua atividade em 2013, tendo mudado no passado mês de dezembro para as atuais instalações. A localização mudou, mas conceito do espaço manteve-se: diversidade nas aulas de grupo e nas atividades desportivas disponibilizadas e um acompanhamento próximo e personalizado. Na verdade, o espaço envolvente, com a magnífica vista sobre o Parque do Lago de S. Torcato e rodeado por natureza, faz com que as aulas de grupo ou os treinos personalizados sejam ainda mais

animados. Com chegada do bom tempo algumas das atividades poderão ser praticadas ao ar livre. Para além da sala de musculação, com plano de treino renovável, o circuito GAP, fit, Cycling, zumba, pilates e krav maga são apenas algumas das modalidades que pode experimentar no Vila Ativa Health Club.

A MENSALIDADE A PARTIR DE 24.90€ PERMITE ACESSO LIVRE A TODO O ESPAÇO COM ACRÉSCIMO DE AVALIAÇÃO FÍSICA GRATUITA.

RUA FAMÍLIA FARIA ABREU
EDIFÍCIO DO LAGO
(NO CORAÇÃO DA VILA)
PERTO DO MOSTEIRO
DE S. TORCATO*

LAKE LOUNGE BAR
SEGUNDA A QUINTA 7H30 - 24H00
SEXTA 7H30 ÀS 2H00
SÁBADO 9H00 ÀS 2H00
DOMINGO 13H00 ÀS 24H00

VILA ATIVA HEALTH CLUB
SEGUNDA A SEXTA
7:30 ÀS 22H
SÁBADO
9H ÀS 18H

MÚSICA

SEU JORGE REGRESSA A GUIMARÃES

TEXTO: ADRIANA MACHADO
FOTOGRAFIA: DIREITOS RESERVADOS



O CANTOR, COMPOSITOR, PRODUTOR E ATOR BRASILEIRO DE 45 ANOS, NATURAL DE BELFORD ROXO, UM BAIRRO POBRE DO RIO DE JANEIRO, VOLTA A GUIMARÃES NO DIA 4 DE MARÇO, PARA APRESENTAR O SEU NOVO ESPETÁCULO, INTIMISTA E DIFERENTE DE TODOS OS QUE JÁ APRESENTOU ANTERIORMENTE EM PORTUGAL. NO PAVILHÃO MULTIUSOS DE GUIMARÃES, PELAS 22H00, VÃO COMEÇAR A SER TOCADAS NÃO SÓ NOVAS MÚSICAS, MAS TAMBÉM ALGUNS DOS SEUS GRANDES SUCESSOS.

Depois de ter estado em Guimarães, no dia 12 de outubro de 2013, com casa cheia, para apresentar o seu trabalho "Músicas para Churrasco I", que conquistou um Grammy Latino de melhor álbum pop contemporâneo em 2012, Seu Jorge volta para apresentar "Músicas para Churrasco II". O regresso a Portugal conta apenas com dois concertos: um em Guimarães e outro no Meo Arena em Lisboa. Os preços dos bilhetes variam entre 25€ e 65€ podem ser adquiridos nos locais e sites habituais.

EMPREENDEORISMO

ASSOCIAÇÃO NASCE PARA REPRESENTAR JOVENS EMPREENDEDORES

TEXTO: CATARINA CASTRO ABREU • FOTOGRAFIA: DIREITOS RESERVADOS



Não foi a falta de representatividade que fez com que cerca de 30 jovens empresários se unissem numa associação e chamassem outros que, tais como eles, queiram dinamizar o tecido empresarial vimaranense. A Associação de Jovens Empresários está aí e abre-se a jovens empreendedores que tenham idades até aos 41 anos e sejam residentes no concelho de Guimarães ou tenham participação numa empresa sediada no concelho. A Mais Guimarães entrevistou a presidente, Lurdes Fernandes.

Quais são os principais objetivos da nova associação?

O principal objetivo da AJEG é ser o rosto dos jovens empresários e empreendedores deste concelho, pretende criar condições para que os jovens se reúnam, se unam e se apoiem. Pretende ser a base para criar novas empresas e projetos, ajudar a alicerçar as que já existem quer no mercado nacional, quer internacional. Quer formar e informar quem nos procura e precisa de apoio para tornar a sua ideia uma realidade e um sucesso.

Sentiam-se sub-representados na associação empresarial já existente?

A criação da AJEG não surge por falta de representatividade, mas pela possibilidade de unir numa associação o dinamismo e a visão dos jovens

deste concelho, que conhecem a realidade, as mais-valias e as dificuldades. Este grupo que se juntou para formar a associação sentiu que existem linhas comuns, independente do setor de atividade onde se movem, que a sua união só poderia resultar em positiva, pela troca de experiências, de conhecimentos, de sinergias, de oportunidades para financiamentos, de protocolos que se podem estabelecer, que de outra forma ou até sozinhos nunca seria possível alcançar. Nenhuma outra associação poderá estar tão próxima dos jovens empreendedores vimaranenses do que esta, que é formada pelos próprios.

Que tipo de ações pretendem desenvolver?

A direção está a desenvolver um plano de atividades para os próximos dois anos, sendo que temos como primeiro propósito a criação de um espaço físico, uma sede para instalar a AJEG e desta forma estar mais próximos dos nossos associados. Até ao final deste mês iremos apresentar este documento aos associados.

Quais as condições para fazer parte da associação? É aberta a todos os setores de atividade?

É aberta a todos os setores de atividade incluindo profissionais liberais, desde que possuam até 41 anos de idade, sejam residentes no concelho de Guimarães ou tenham

exatamente o valor dos jovens e que o espírito empreendedor está muito vivo neste Concelho. Exemplo disso são o número de associados que a AJEG possui, em tão pouco tempo ou até o interesse demonstrado através das redes sociais pela atividade da AJEG. Estamos muito motivados e entusiasmados com o que prevemos que poderá ser o posicionamento da AJEG em Guimarães, o feedback é extremamente positivo e encorajador.

ue podíamos colocar os dois textos assim: um em formato pergunta e resposta e outro em texto corrido, que é o que está aqui.

QUEM É LURDES FERNANDES?

Lurdes Fernandes, 36 anos, faz parte da segunda geração à frente da empresa Solinhas, que se dedica à produção de linhas para a indústria têxtil. “A empresa, que existe há 30 anos, era dos meus pais e estou há quatro anos na Solinhas”, conta, acrescentando que “não senti qualquer tipo de resistência quando tentou introduzir algumas inovações na organização: os diferentes pontos de vista são muito enriquecedores”. O objetivo da sua passagem pela empresa serve para fazer a ponte entre os fundadores da Solinhas e Lurdes.

A Associação de Jovens Empresários de Guimarães surgiu depois de um repto lançado pela Divisão de Desenvolvimento Económico da Câmara Municipal local, durante um encontro que reuniu cerca de 50 empresas do concelho. Porque não criar uma associação que agregue a vontade de jovens empreendedores? “Houve um núcleo inicial de pessoas que deu origem a uma comissão instaladora. Talvez por ser a única mulher, surgiu o meu nome para liderar a AJEG. Já que se pretende que seja uma associação inovadora por que não inovar ainda mais e ser uma mulher presidente?”, lembra Lurdes Fernandes.

A responsável julga que a AJEG encontrou “uma grande aceitação por parte de todas as instituições que têm contactado para estabelecer protocolos”. “As parcerias e a criação de uma rede alargada de contactos são fundamentais para o sucesso da AJEG e dos seus associados”, fundamenta a presidente, que foca ainda a importância da partilha de experiências. “Eu não sou da área de gestão e a partilha de conhecimentos é uma mais-valia. Hoje isso é ouro”, vinca.

Para Lurdes Fernandes, há vários fatores para as mulheres estarem afastadas dos centros de decisão. “As mulheres têm a sua quota parte de responsabilidade. Porque a vida, de esposa e de mãe, pode limitar a aceitação de mais desafios. Obriga a mais organização. Isso pesa cada vez mais na balança. O facto de estar à frente da AJEG serve também para incentivar outras mulheres no mundo empresarial a fazer parte e colocar o associativismo nos seus currículos”, pontua.

Lurdes Fernandes, que vai estar à frente da AJEG durante dois anos, explica que a associação está aberta a todos os jovens empresários até aos 41 anos. Depois disso, há a hipótese de continuarem como associados AJEG +. “Não podem fazer parte dos órgãos sociais mas continuam ligados à associação porque também não faz sentido estar a afastar o ‘know how’ que está instalado e que pode ajudar todos os associados”. As propostas de sócio estão prontas e a AJEG, que, segundo Lurdes Fernandes, está a ter uma grande aceitação a avaliar pelas redes sociais e a presença nos media, vai começar a aceitar os novos associados em breve. ●



participação numa empresa sediada no concelho ou sejam jovens empreendedores, com vontade e ideias para se tornarem empresários. A AJEG quer ajudar, apoiar, incentivar todos os jovens com espírito empreendedor e por isso temos a hipótese de se tornarem associados aderentes, pelo período de um ano, todos os candidatos a empresários que provem possuir projetos de instalação como tal, em condições de idade iguais às dos associados efetivos.

Como olha para o estado atual do empreendedorismo em Guimarães?

O concelho de Guimarães é sem dúvida um exemplo, tem um tecido empresarial muito forte e estruturado, que se soube renovar, havendo uma nova geração que está a absorver sabedoria, a formar-se no terreno e que já assume os destinos das empresas da família. Por outro lado, tem surgido projetos e empresas muito interessantes, com projeção nacional e internacional e que demonstram



olhart
olpat
centro óptico

estufas sem marcação
GRATUITAS
PROTEÇÃO PARA OS OLHOS

Rua 51ª António nº86
4800-162 Guimarães
Tlf: 253-416 579
Email: olhart2@hotmail.com

Horário: 2ª feira a Sexta-feira: 9h30 as 19h30
Sábado: 9h30 as 19h00
Não encerra na hora de almoço!

Protocolos celebrados com: Mediceare; SAMS Sindicato dos Bancários do Norte; Associação familiar Vimaranesse; Bombeiros Voluntários de Guimarães; Vitória Sport Club; CCD dos Trabalhadores do Município de Guimarães; ADESG Associação de Doadores Benévolos de Sangue de Guimarães, entre outros.

21 DE MARÇO DIA MUNDIAL
DA ÁRVORE E DA FLORESTA

PENHA: O PULMÃO VERDE DE GUIMARÃES



A IRMANDADE DA PENHA ACREDITA QUE CUIDAR DA NATUREZA É TAMBÉM CUIDAR DE DEUS, TENDO COMO PREOCUPAÇÃO OFERECER À CIDADE UM VERDADEIRO PULMÃO VERDE. A APOSTA PASSA PELA PLANTAÇÃO CONTÍNUA DE ÁRVORES NA ZONA VERDE SOB A SUA GESTÃO, COMO FORMA DE MANTER UM PARQUE FLORESTAL SAUDÁVEL E CONVIDATIVO.



Por norma, o período dos meses de outono e inverno é utilizado para limpeza da área florestal, de modo a eliminar as espécies consideradas infestantes e beneficiar as autóctones, como carvalhos e tílias.

O processo é demorado e dispendioso, mas essencial à gestão, conservação e desenvolvimento sustentável do pulmão verde existente, fulcral à vida humana e animal. A montanha é constituída por uma paisagem verdejante, que funciona simultaneamente como local de abrigo para numerosos animais e pulmão de Guimarães.

Naquele que é um paradisíaco santuário natural, as árvores formam uma mancha verde, cuja beleza e energia transborda para todas as terras circunvizinhas. Embora densa, a vegetação da Penha não é muito variada e predominam as plantas exóticas vindas do oriente. As espécies mais frequentes são os medronheiros, plátanos, sobreiros, nogueiras, figueiras, videiros, bem como diferentes espécies de abetos, acácias, pinheiros, tílias, oliveiras, ciprestes, cedros, castanheiros e carvalhos.

Muitas destas árvores produzem frutos e bagas que servem como fonte de alimentação à fauna animal existente na montanha da Penha. A área verde preservada ocupa a maioria dos 60 hectares de terreno e nele moram diversas aves, como melros, carriças, gaios e também coelhos, esquilos, raposas, texugos, toupeiras, doninhas e javalis.

A preservação do património ambiental envolve ainda a prevenção de fogos florestais, trabalho já reconhecido, no passado, na escolha da montanha como exemplo nacional na área. Neste âmbito, a Irmandade da Penha e a Universidade do Minho promovem estudos da floresta e incêndios florestais, que passam pela celebração um protocolo de para a criação de mecanismos de cooperação científica, técnica e cultural em domínios que forem considerados de interesse mútuo para as duas instituições no âmbito das suas atribuições e competências.

O acordo, a firmar a breve prazo entre as duas entidades, tem imediatamente em vista o desenvolvimento comum de ações e estudos no âmbito da floresta e dos incêndios florestais, através do Centro de Estudos em Geografia e Ordenamento do Território (CEGOT) da UMinho. Neste contexto, um grupo de investigadores e especialistas realizará uma queima experimental na Montanha da Penha. A ação envolverá investigadores do CEGOT, Irmandade da Penha, Câmara Municipal de Guimarães, Centro Distrital de Operações e Socorro (CDOS) de Braga e os Bombeiros Voluntários de Guimarães.

A “queima experimental” é uma iniciativa científica, com recurso a especialistas, que pretende estudar e testar medidas mitigadoras e inovadoras de emergência.

Com o apoio das autoridades e instituições competentes, a ação desenrola-

-se com recurso a diferentes técnicas de fogo controlado, de maneira a simular incêndios com diferentes intensidades. O estudo será conduzido por investigadores da Universidade do Minho (Centro de Estudos em Geografia e Ordenamento do Território - CEGOT) e pretende quantificar e caracterizar os efeitos dos incêndios nas propriedades dos solos e as perdas físicas de solo imediatamente e nos anos que se seguem à ocorrência dos incêndios em áreas de interface urbano-florestal.

Pretende-se ainda, no atual contexto das modificações climáticas, que poderão potenciar cada vez mais incêndios de elevada intensidade e maior dimensão, testar medidas mitigadoras e inovadoras de emergência.

Com os olhos postos no futuro, a Irmandade da Penha convoca as gerações mais novas a participar num concurso que assinala este ano a 10ª edição.

Em colaboração com o Centro de Formação Francisco de Holanda desafia as crianças dos jardins-de-infância e alunos do 1º e 2º ciclos do ensino básico a celebrarem a Penha como um espaço identitário da região, sendo o tema de 2016 “Penha à Vista - Elos Verdes”

No âmbito da candidatura de Guimarães a Capital Verde Europeia, a montanha da Penha não se poupa a esforços para dar contributos únicos para alcançar esta conquista coletiva. ●

A PRIMEIRA CLÍNICA DE PODOLOGIA EM GUIMARÃES E EM PORTUGAL

DESDE O INÍCIO QUE O OBJETIVO DE VÍTOR HUGO OLIVEIRA FOI SEMPRE TENTAR IR UM PASSO À FRENTE EM EXPERIÊNCIA, QUALIDADE E INOVAÇÃO. A PODOCLÍNICA É UMA CLÍNICA DE REFERÊNCIA EM PORTUGAL NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO INTEGRAL DAS PATOLOGIAS E ALTERAÇÕES DO PÉ E DAS EXTREMIDADES INFERIORES, TANTO EM CRIANÇAS E ADULTOS COMO EM DESPORTISTAS.

A Podoclínica foi a primeira clínica de podologia a surgir na cidade de Guimarães, em 1998, fazendo parte de um grupo pioneiro de clínicas de Podologia em Portugal, sendo certificada pela Associação Portuguesa de Podologia. Todos os serviços clínicos da Podoclínica são prestados pelo Dr. Vítor Hugo Gomes de Oliveira, primeiro licenciado em Podologia do país e reconhecido professor universitário, com uma vasta experiência clínica e docente apresentando formação específica no estudo, prevenção, diagnóstico e tratamento das patologias e deformidades do pé e suas repercussões no sistema locomotor.

A Podoclínica é uma clínica podológica e biomecânica, na vanguarda da mais avançada tecnologia, tendo à sua disposição os mais recentes equipamentos e meios de diagnóstico, tais como, a mais eficaz e atual tecnologia Laser no tratamento das micoses nas unhas, bem como, o sistema biomecânico computadorizado na avaliação da postura e na análise informatizada das pressões plantares.

A Podoclínica garante os melhores serviços em distintas áreas de intervenção: podologia geral, podologia desportiva, podologia pediátrica, podologia geriátrica, podologia laboral, biomecânica e pé diabético.



- ESTUDO E TRATAMENTO INTEGRAL
DAS PATOLOGIAS DO PÉ**
- TRATAMENTO DE LESÕES DESPORTIVAS**
- CORREÇÃO DO PÉ INFANTIL**
- ESTUDO BIOMECÂNICO DO APOIO**
- ANÁLISE INFORMATIZADA
DE PRESSÕES PLANTARES**
- TRATAMENTO ESPECIALIZADO
DO PÉ DIABÉTICO**
- REALIZAÇÃO DE PALMILHAS
ORTOPÉDICAS PERSONALIZADAS**
- CIRURGIA DA UNHA**
- LASERTERAPIA**

Ao contrário do que se possa pensar, há várias complicações médicas que podem ter origem num problema ao nível plantar. Alterações de postura, alterações da anca, alterações do joelho e alterações do calcanhar são apenas alguns exemplos desses casos. “Alguns problemas, como por exemplo, desvios



Av. D. João IV,
Edif. D. João, 187 1º Andar Sala 6
4810-531 Guimarães
Tlf: 253 413 748 Tlm: 912 680 059
www.podoclinicaguimaraes.com

Segunda-feira a sexta-feira
09h00 às 12h30 > 14h30 às 19h00
Sábado 09h00 às 13h00
Folga Quarta de manhã

PODOCLÍNICA
Guimarães



Clínica de Tratamento do Pé

na coluna derivam mesmo de incorreções ao nível do deficiente apoio do pé, que poderia ter sido atempadamente corrigido.”, destaca o Dr. Vítor Hugo. Na verdade, um acompanhamento com o seu podologista poderá garantir a prevenção de diversos problemas que se poderão manifestar posteriormente.

“A PODOCLÍNICA DE GUIMARÃES DESTACA-SE AINDA NA ÁREA DE DESPORTO, NOMEADAMENTE COM A REALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO POSTURAL E NA ANÁLISE INFORMATIZADA DAS PRESSÕES PLANTARES.

UMA VEZ QUE EXISTE UMA AVALIAÇÃO PORMENORIZADA DO ATLETA, UM CONHECIMENTO DO TIPO DE LESÕES FREQUENTES NUMA DETERMINADA MODALIDADE E CONHECIMENTO DO PISO E TIPO DE CALÇADO UTILIZADO, CONSEGUIMOS, ATÉ MAIS DO QUE TRATAR, PREVENIR A LESÃO”.



DR. VÍTOR HUGO GOMES DE OLIVEIRA
Licenciado em Podologia
Professor Universitário
Especialista em biomecânica
e podologia desportiva

O MULTICULTURALISMO VIMARANENSE

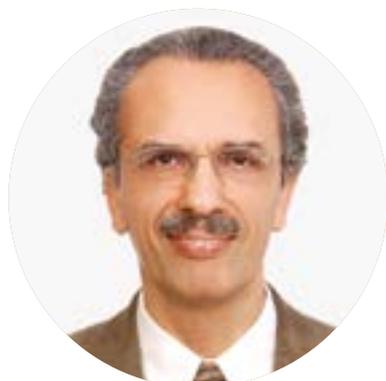
TEXTO: SOFIA PIRES • FOTOGRAFIAS: DIREITOS RESERVADOS

NO DIA 21 DE MARÇO ASSINALA-SE O DIA INTERNACIONAL CONTRA A DISCRIMINAÇÃO RACIAL E A REVISTA MAIS GUIMARÃES FOI CONHECER CINCO PESSOAS QUE EXEMPLIFICAM O MULTICULTURALISMO QUE A CIDADE-BERÇO COMEÇA A APRESENTAR.

Esta efeméride não deixa cair no esquecimento o massacre a uma manifestação pacífica que ocorreu na África do Sul durante o regime de Apartheid. Os protestantes não aceitavam que os negros usassem uma caderneta que assinalava

os locais onde podiam ir. 69 pessoas morreram e cerca de 180 ficaram feridas pelas rajadas de metralhadora da polícia sul-africana. Só nesta altura é que a opinião pública “acordou” para o que se passava neste país e a Organização das

Nações Unidas escolheu este dia para simbolizar a “guerra” contra a discriminação racial. Volvidos quase 50 anos dessa carnificina, e de tantas outras com as mesmas motivações, viveremos nós num mundo menos preconceituoso?



NAIM HAIE tem 58 anos, é iraniano e está em Portugal há 28. Este professor do departamento de Engenharia Civil da Universidade do Minho arrisca responder a esta pergunta: “O ser humano global ainda não desenvolveu as habilidades para manifestar menos discriminação. Temos que nos educar e aprender que todos os povos na base são bons e têm, na maior parte, coisas positivas e também tem, obviamente, coisas que são menos positivas”.

ADMIR MARTINS, tem 26 anos, é de São Tomé e Príncipe mas diz que é em Guimarães que se sente em casa e acha que “as pessoas são todas fantásticas”. Sobre a questão se há mais discriminação na terra onde nasceu ou na terra que o acolheu responde que “é igual nos dois lados”. “Há um pouco mais na capital [Lisboa] por ter várias etnias juntas, aqui no Norte há menos”, considera.



ADALDY MOSQUERA tem 35 anos e vive em Guimarães há seis anos. É, a bem dizer, uma afro-latino-americana porque, apesar de ter nascido na Colômbia, é de raça negra. “Somos pessoas muito mais alegres, muito amistosas, gosto dos portugueses mas é um povo um pouco fechado, introvertido, mas sempre muito acolhedor”, compara. E nesta matéria diz que nunca foi alvo, nem presenciou atos de discriminação em Portugal. “Na Colômbia o racismo existe, como em qualquer país, com vários atos discriminatórios e comportamentais das pessoas. É um país muito grande, com uma variedade étnica enorme.”.



CHEN XING, um chinês que está em Portugal há 15 anos e que, depois de ter passado por várias cidades, se instalou em Guimarães onde vive há nove. “Normalmente todos os países têm pessoas simpáticas e outras anti-páticas. Aqui a maioria é simpática. Na China há mais emigrantes, e os chineses gostam de estrangeiros.”



Filha de pais ingleses, **ROSIE SHACKLEFORD** nasceu em Guimarães há 22 anos e assume o português como primeira língua. “O meu pensamento raramente é em inglês”, frisa. Ainda assim diz que sempre que visita a família na Inglaterra tudo lhe é familiar, a língua, as pessoas, a cultura... “Então de certa forma, quando estou lá também me sinto em casa”. Nesta análise, Rosie Shackleford entende que “há mais racismo em Portugal porque é um país mais pequeno e com valores tradicionais enquanto em Inglaterra se concentram grande parte das minorias étnicas e já não existem tantos problemas de aceitação de raças diferentes”.

“Já testemunhei comportamentos racistas e xenófobos ao longo dos anos. Mas ultimamente com a entrada de novas gerações, Portugal tem combatido a discriminação racial e realmente está a melhorar”, comenta.



Naim Haie é bahá'í, uma religião que tem sido muito perseguida no Irão. “Essa discriminação foi e é, com este governo islâmico do Irão, sistemática”, garante, dando um exemplo: “Os jovens bahá'í no Irão não podem entrar na universidade. Isso dói, saber que um pai ou uma mãe veem os seus filhos a acabar o 12.º ano e depois não podem ir para a universidade”.

Admir Martins diz que reage bem nas várias vezes em que se sentiu discriminado. “Mas claro que toca sempre. Se formos a ver os portugueses vão para outros países e gostam de ser bem recebidos e não sofrer qualquer tipo de discriminação”, compara. Tal como Admir Martins, também Chen Xing e Naim Haie quando se apercebem que estão a ser alvo de discriminação costumam ignorar.

“Isso também vai na medida da fé bahá'í de mostrar uma cara mais positiva às pessoas que fazem discriminação. Porque as pessoas sabem quando fazem discriminação. Mas se elas recebem algo positivo com o tempo esta vitória moral vai criar condições de grande respeito”, explica Naim Haie.

Dados de 2014 da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima apresentam apenas 36 registos de discriminação, sem especificar se racial, religiosa, sexual, por idade, nacionalidade ou género, o que demonstra existirem poucas denúncias de forma oficial.

“A questão da discriminação não é puramente lógica ou legal, é uma questão de atitudes. Eu entendo a complexidade de tudo isso no mundo de hoje”.

É tão complexa como diversa a questão do multiculturalismo e da discriminação subjacente. Olhando para todos os entrevistados pela revista Mais Guimarães são perceptíveis as diferenças nas feições. Vê-se pele branca, escura e “assim-assim”, cabelo loiro, crespo e liso. Olhos azuis, olhos castanhos e “em bico”... e tanto a Rosie, como o Admir, o Naim, a Adaldy e o Chen não conseguem fugir à curiosidade das pessoas em relação às origens de cada um.

Sem conseguir precisar o curso, Chen Xing diz que o filho, com 20 anos, está a tirar uma licenciatura em Bragança, na Universidade de Trás-os-Montes para tirar proveito do conhecimento de línguas como o português, o chinês e o inglês. Também os filhos de Naim Haie estudam em Portugal e Adaldy Mosquera, que casou com um vimaranense, tem uma filha com quatro anos, que nasceu em Guimarães e, provavelmente fará o percurso académico por cá. Rosie Shackelford e Admir Martins vão pelo mesmo caminho, ou seja, o caminho do multiculturalismo em que os imigrantes e respetiva cultura são respeitados nos países de acolhimento, neste caso, em Guimarães, a cidade que os recebeu de braços abertos.

“Nunca vivi tantos anos noutra país, nem sequer no Irão eu vivi tantos anos. Gosto de viver aqui, temos amigos fantásticos. O clima é bom, a comida também”, enumera Naim Haie. “Guimarães é meu segundo lar. É uma cidade tranquila, muito bonita, as pessoas são muito queridas gosto muito de viver aqui”, confessa Adaldy Mosquera.

ESTIMA-SE QUE APENAS 10 A 15% DOS PAÍSES SEJAM ETNICAMENTE HOMOGÊNEOS E A GLOBALIZAÇÃO ACELERA AINDA MAIS ESTA PLURALIDADE CULTURAL QUE NEM TODOS VEEM COM BONS OLHOS. A VERDADE É QUE A RAÇA, A RELIGIÃO, A ORIENTAÇÃO SEXUAL, A IDADE, A NACIONALIDADE OU O GÉNERO TENDEM A DEIXAR DE IDENTIFICAR AS PESSOAS COMO MASSAS PORQUE SÃO, CADA VEZ MAIS, CONSIDERADAS COMO ÚNICAS.

Naim Haie foi para os Estados Unidos com 22 anos, um ano antes da revolução do Irão que aconteceu em 1979. Depois começou a trabalhar, casou e teve o primeiro filho no Canadá. Quando ele tinha seis meses veio para Portugal. “Eu vivi em três continentes, quatro países e encontrei pessoas boas em todos os lados. E identifico-me com todos. A minha raça é a raça humana”, conclui. ●



RECONHECE ESTA IMAGEM?

A FARMÁCIA VIEIRA DE CASTRO E A FARMÁCIA FERREIRA DAS NEVES PASSARAM A ESTAR JUNTAS NA SAÚDE!



COM A AQUISIÇÃO DA FARMÁCIA FERREIRA DAS NEVES, NO PASSADO DIA 15 DE FEVEREIRO, O GRUPO FARMAVCASTRO ALARGOU A SUA ATIVIDADE PARA O CORAÇÃO DA CIDADE. AS DUAS FARMÁCIAS TERÃO O MESMO SELO DE QUALIDADE NO SERVIÇO E ATENDIMENTO A QUE A FARMÁCIA VIEIRA DE CASTRO JÁ HABITUOU OS SEUS CLIENTES.



A Farmácia Ferreira das Neves inicia, desta forma, um novo capítulo da sua história. A manutenção da equipa, combinada com a nova gerência, prometem dinamizar a estrutura para melhor servir a comunidade vimaranense.

Nos próximos dias 08, 10 e 29 de Março, a Farmácia Ferreira das Neves realiza rastreios gratuitos de saúde, e convida-o a conhecer o espaço recentemente remodelado, recheado de novidades nos serviços e produtos disponibilizados.

A Farmácia Vieira de Castro iniciou a sua atividade no ano de 1989. Com mais de 25 anos, a Farmácia tem realizado mudanças para melhorar os seus serviços e prestar cuidados à população, acrescentando valor à sua saúde. Desde 2013, ocupa um espaço dotado de todas as condições para a sua atividade, e dispõe dos serviços de Nutrição, Podologia, Osteopatia, Radiofrequência, Laser e Terapia da Fala. Uma equipa motivada, maioritariamente constituída por farmacêuticos altamente qualificados, preocupada em responder às crescentes necessidades dos utentes.



Farmácia Vieira de Castro

Rua da Cruz D'Argola nº189
Horário: 08:30-20:00 [segunda a sábado]
Telefone 253 438 140

Farmácia Ferreira das Neves

Av. D. João IV, 612 Pátio
Horário: 09:00-19:30 [segunda a sexta];
09:00-13:00 [sábados]
Telefone 253 521 122
Farmácia integrada na escala de turnos de serviço no Município de Guimarães



ENTREVISTA

ANTÓNIO LOURENÇO

TEXTO: SOFIA PIRES • FOTOGRAFIAS: MAIS GUIMARÃES / DIREITOS RESERVADOS

ANTÓNIO LOURENÇO, MÉDICO DIRETOR DO SERVIÇO DE CARDIOLOGIA NO HOSPITAL SENHORA DA OLIVEIRA, É, EM GUIMARÃES, TAMBÉM CONHECIDO PELA SUA FORTE LIGAÇÃO AO BASQUETEBOL, MODALIDADE EM QUE FOI JOGADOR, TREINADOR E DIRIGENTE. NESTA EDIÇÃO, A REVISTA MAIS GUIMARÃES DÁ-LHE A CONHECER O ANTÓNIO LOURENÇO FILHO, IRMÃO, MARIDO E PAI... O OUTRO LADO DE UM HOMEM QUE, NA CIDADE-BERÇO, TEM DEIXADO MARCAS EM TUDO O QUE FAZ.

Perfil

António Rodrigo Miranda Lourenço tem 59 anos, é natural do Porto, mas é na cidade-berço que se sente em casa. O médico cardiologista é diretor do Serviço de Cardiologia do Hospital de Guimarães, diretor clínico no Centro de Medicina Desportiva e exerce como médico privado no Centro de Estudos do Coração na Cruz Verde. Como presidente da Liga dos Amigos do Serviço de Cardiologia tem lutado, entre outras coisas, pela criação de um laboratório de Hemodinâmica e pela remodelação dos cuidados intensivos. Apaixonado pelo basquetebol, foi no Desportivo de Lourenço Marques, em Moçambique, que começou a jogar aos 14 anos, tendo posteriormente ido para o Sport Lourenço Marques e Benfica. Três anos depois jogava na seleção nacional moçambicana de juniores e mais tarde na portuguesa como jogador do Futebol Clube do Porto. Passou pelo Futebol Clube de Gaia até ser convidado a jogar e a treinar o Desportivo Francisco de Holanda, clube que levou à segunda divisão

nacional. Mais tarde, foi um dos fundadores, presidente, médico, treinador e jogador do Basquetebol Clube de Guimarães. Enquanto dirigente da secção de Basquetebol do Vitória Sport Clube conquistou o 1.º troféu nacional coletivo da cidade de Guimarães. Em reconhecimento da dedicação a esta modalidade foi agraciado com o Prémio Carreira, em 2015, na Gala do Desporto de Guimarães.

Onde nasceu e cresceu?

Nasci em Massarelos na Maternidade Júlio Dinis, no Porto e fui para Moçambique com um ano e meio de idade. O meu pai era de Viseu e a minha mãe do Porto. Na altura eles eram jovens e as coisas do ponto de vista laboral não deviam estar muito bem. Então os meus avós, os pais da minha mãe, pegaram em mim, o único neto, e levaram-me. O meu avô conseguiu um trabalho, ele era mecânico de automóveis, era o que ele sabia fazer e foi o que fez a vida toda. Depois o meu pai, naturalmente, foi arrastado porque o filho estava lá. E estivemos em Moçambique 17 anos.

Voltaram para Portugal depois do 25 de abril?

Eu vim em novembro de 74 e os meus pais ficaram lá. Tive que vir mais cedo porque naquele ano da revolução não houve aulas e vim à pressa para o Liceu António Nobre do Porto para a casa de família que eu nunca tinha conhecido. Chegando eu de África, com uma cabeleira pelas costas, o que me safou foi o desporto. Quando cheguei ao Porto tinha a direção do Futebol Clube do Porto à minha espera. Cheguei a uma quarta e joguei no sábado o Porto x Académico de Coimbra no antigo Pavilhão das Antas que estava completamente cheio.

De que é que se lembra mais do dia em que chegou?

Eu quando cheguei cá, isto não me dizia nada. Vinha de um país tropical, nunca tive um guarda-chuva e não tinha grandes agasalhos. Saí de lá com trinta e tal graus e cheguei em novembro, já estava um frio jeitoso e estava a chover torrencialmente. O meu tio-avó, que conheci pela primeira vez, fez questão de me levar ao Cufra, que ainda hoje existe na avenida da Boavista - eu vinha cheio de fome porque a viagem de Maputo para cá são 14 horas, com paragem em Luanda, na altura. Ainda hoje sei o prato que comi, a fome era tanta que ele havia de dizer 'este gajo vem cheio de fome de África, aquilo deve estar muito mal'.

Veio contrariado? O que deixou para trás?

Vim, claro que não queria vir. Os meus amigos eram todos de lá. Eu deixei tudo. É por isso que os meus amigos em Guimarães são mais recentes. Eu não tenho os amigos de infância.

Foram tempos difíceis?

Eu fui daqueles retornados com muitas necessidades. Os meus pais, infelizmente, não tinham nada de seguro em Moçambique. O meu pai ganhava às comissões e andava pelo país inteiro a vender candeeiros e, depois mais tarde, frigoríficos. Chegaram cá e tivemos que viver do subsídio de apoio aos retornados que, na altura, eram 1500 escudos, portanto muito pouco dinheiro. E eu vivi em casa de família durante um ano e meio para mal dos meus pecados por causa da cabeleira. Mas, apesar da cabeleira, era um excelente aluno, porque



eu já andava no quadro de honra em Moçambique há muitos anos e aqui fiquei. Depois entrei em medicina, continuei a ser um bom aluno.

Os seus pais incentivaram-no a ir para a universidade?

Eu reconheço os sacrifícios que fizeram. Nunca tive um livro na minha vida, sempre estudei por fotocópias, o meu arsenal de roupa não era o maior. Eu cheguei a andar com sapatos com o buraco em baixo e o cartãozinho para não molhar a meia. Eu no sexto ano da faculdade fazia serões à noite e montava com o meu pai aqueles candeeiros de cristal com os grampos para juntar os cristais e andava nos telhados a montar candeeiros.

E voltou alguma vez a Moçambique?

Nunca mais. E tenho lá família, tenho alojamento. Ainda este ano me fizeram o convite. Eu gostava de lá ir para mostrar aos meus filhos onde cresci, a escola primária, o liceu. Tenho medo de me desiludir e gostava de guardar as imagens que tenho que são ótimas.



Aquilo não era melhor, nem pior, era diferente. Havia mais convívio, havia mais simplicidade, não havia tanto status quo. Eu sou um pouco assim.

Como é que o basquetebol entrou na sua vida?

Eu gostava muito de desporto e jogava futebol mas depois fui atropelado e levei com o guarda-lamas na cabeça. Fiz uma fratura de crânio, tive um mês internado no hospital e fui proibido de cabecear uma bola, na altura eram as recomendações que me davam. Então andava à procura do desporto em que não tivesse de dar cabeçadas numa bola e lembrei-me do basquete. Em África jogava-se muito basquete porque todos nós tínhamos uma tabela atrás do prédio. Comecei a jogar com 14 anos, quando os outros miúdos começavam aos 10 e lembro-me que batia a bola com as duas mãos, não percebia nada de basquetebol. Três anos depois estava na seleção de Moçambique e fui campeão nacional na equipa do Benfica de Lourenço Marques na altura.



MOMENTOS ÚNICOS

MOMENTO PARA SEMPRE

Reportagem de eventos e Reportagem Geral.
Sessões Fotográficas de moda,
glamour, sexy ou outras.
Books e Webbooks

JLIMAGENS - FOTOGRAFIA E VIDEO

Rua Teixeira Pascoas 551 - Guará - www.jlimagens.com - 253-095473

Luzes de Desempenho - Luzes de Luzes



"EU GOSTAVA DE LÁ IR [MOÇAMBIQUE] PARA MOSTRAR AOS MEUS FILHOS ONDE CRESCI, A ESCOLA PRIMÁRIA, O LICEU. TENHO MEDO DE ME DESILUDIR E GOSTAVA DE GUARDAR AS IMAGENS QUE TENHO QUE SÃO ÓTIMAS."

Como é o António Lourenço filho e irmão?

O meu pai faleceu há 12 anos, com 67 anos com um cancro no pulmão sem nunca ter fumado. É mesmo os azares da vida e fui eu quem lhe fiz o diagnóstico, mais desagradável ainda, fruto do acaso. Convidei-o para fazer uma prova de esforço porque nunca lhe tinha feito nada disso e fez uma prova de esforço espetacular. Então faço-lhe um raio-x, na atual clínica onde trabalho, na Cruz Verde, e vejo uma batata. Já lá vão 12 anos. A minha irmã também sofreu muito, o meu pai era uma âncora muito grande mas eu também sempre fui um grande apoio deles e do resto da família. Contam comigo e sempre contaram. E em relação à minha irmã, eu sou um bocadinho o paizinho dela e há algum tempo personifico as duas pessoas e eu amo muito a minha irmã.

Quando é que casou?

A minha esposa também é médica. Eu conheci-a, curiosamente, na viagem de avião para cá. A gente já se via porque andávamos no Liceu António Enes. Passamos muitas horas juntos e aí houve alguma aproximação. Depois chegamos

ao aeroporto do Porto. A minha mulher era de Braga e eu fiquei no Porto porque os meus tios eram do Porto. Nunca mais a vi. No Natal, um mês e meio depois, ela manda-me um postal a desejar as boas festas com remetente: 'se este gajo estiver interessado ele vem-me procurar'. E pronto lá fui atrás do remetente e encontrei. Embora ela continuasse a estudar no Sá de Miranda em Braga e eu no Porto e com alguns problemas com a família dela porque eu era o tal cabeludo e ela a menina da família. E por ser bom aluno os cabelos foram mingando nos comentários negativos e acabamos por começar a namorar. Namoramos durante o curso de medicina todo, sete ou oito anos, tiramos no mesmo sítio, na Faculdade de Medicina do Porto, na mesma turma. Casamos no dia 12 de dezembro de 1981 e comecei a trabalhar em Guimarães no dia 2 de janeiro de 1982.

Foi nessa altura que vieram para Guimarães?

Fomos colocados cá por sorteio. Não conhecia Guimarães de lado nenhum.

E esse sorteio, visto à distância, foi sorte ou azar?

Sorte, muita sorte. Esta é a cidade em que estou há 35 anos, é a cidade onde criei os meus filhos, para onde vim trabalhar pela primeira vez, é a cidade onde eu casei. Esta é a minha cidade. Eu até mudei de clube. Dizem que de clube nunca se muda e eu mudei logo. Vi que o Vitória personifica uma cidade, uma região.

Como é que a sua esposa convive com o António Lourenço homem, médico e desportista?

Eu sei que para ela, eventualmente, não será muito fácil. A minha mulher foi uma excelente mãe. A minha esposa é o grande esteio da educação dos meus filhos. Eu não era ausente, mas treinos quatro vezes por semana, depois trabalhar e jogar. Ela é o esteio de aguentar na função pública e manter-se em clínica geral enquanto eu desisti, queria cardiologia, foi o meu sonho de sempre. Então exonerei-me da função pública, que luxo!, e fui tirar a especialidade de cardiologia e hoje cheguei a responsável do serviço. Fui o primeiro interno deste serviço e agora sou o responsável.

O que o fascina em cardiologia?

Sempre gostei de cardiologia. Sempre entendi bem o que era a fisiopatologia da cardiologia, como é que este órgão-

zinho [o coração] funciona e depois condiciona as manifestações globais.

Ser médico sempre foi um sonho desde infância?

Sim, já dizia desde menino que queria ser "mequedo". Não sei explicar porquê.

Tem dois filhos, um rapaz e uma rapariga. Como se vê como pai? E como acha que eles o veem?

Acho que os meus filhos me admiram muito e eu também os admiro muito a eles. Porque eles são o orgulho da nossa família. Foi isto que ensinei aos meus filhos: tudo se conquista devagarinho, com calma, sem atropelar ninguém. Quando estou a lutar por alguma coisa eu estou pelo meu serviço, pela minha equipa, pela minha família, pelas minhas empresas, por mim próprio e nunca contra ninguém.

Há alguma coisa que os seus filhos tenham feito por influência do pai?

Para já trabalham os dois na área da saúde. O meu filho entrou na Escola Superior de Tecnologias do Porto, para Cardiopneumologia e agora até trabalha neste serviço e está muito bem. Já fez mestrado, já fez pós-graduações... A minha filha entrou para enfermagem na Universidade do Minho tirou a licenciatura e trabalhou três anos como enfermeira. E lá está, não sei se foi por influência do pai, este ano entrou em medicina na Covilhã.

Como é um dia na sua vida?

Entro às oito da manhã, cedinho, muito cedinho, normalmente almoço aqui [no Hospital], só saio por volta das três e meia da tarde. E a minha atividade privada começa às quatro horas da tarde e prolonga-se até às oito e meia, nove horas para ganhar alguns tostõezinhos.

Sobra-lhe tempo para quê? Para além do trabalho, da família e do basquetebol, que mais lhe dá prazer?

Viver. Às vezes faz-me falta parar para pensar. Ao domingo vejo-me em casa e passo horas no computador nestes joguitos famosos, Candy Crash. É uma maneira de me descontrair, pelo menos ali não penso em nada. Estou a ver se passo um nível, depois um indivíduo só me dá cinco vidas e eu fico à espera. Acho que preciso um bocado de descontrair. E ao domingo e nas férias consigo descontrair. Normalmente vou para longe para ninguém me chamar doutor. ●

SOCIEDADE

XII CIDADE BERÇO VOLTA A ANIMAR GUIMARÃES

FOTOGRAFIA: DIREITOS RESERVADOS

A 12ª EDIÇÃO DO FESTIVAL DE TUNAS ORGANIZADO PELA AFONSINA - TUNA DE ENGENHARIA DA UNIVERSIDADE DO MINHO ACONTECE JÁ NOS PRÓXIMOS DIAS 4 E 5 DE MARÇO EM GUIMARÃES. DO PROGRAMA FAZEM PARTE A NOITE DE SERENATAS NO LARGO DA OLIVEIRA E O CONCURSO DE TUNAS NO CENTRO CULTURAL VILA FLOR.



"O XII Cidade Berço - Festival de Tunas Académicas é o expoente máximo da Afonsina - Tuna de Engenharia da Universidade do Minho. É a data que os Tunos mais antigos da Afonsina marcam no seu calendário devotamente, onde ocorre o encontro das gerações mais antigas com as mais novas, onde os nossos fundadores podem ver que o seu legado continua em força, onde o lema de 'uma vez tuno, tuno para o resto da vida' é levado muito a sério e nesta data, o Cidade Berço serve-lhes também para relembrem os tempos da Universidade, do convívio e da verdadeira essência da tuna: a amizade e a música.", refere João Pinheiro, magister da Afonsina.

"A fundação da Afonsina - Tuna de Engenharia da Universidade do Minho remonta a março de 1994. Após várias batalhas travadas por muitos dos locais da Cidade Berço, destacando-se o sempre amigo Café Óscar, um grupo de cruzados achou que estava na hora de levar a batalha mais a sério, formando deste modo a Mui Trovadora Tuna Afonsina, que tem como padrinhos a Mui ilustre Tuna

Universitária do Minho e como irmãos (desde novembro de 1996) a Luz&Tuna - Tuna da Universidade Lusíada de Lisboa.", acrescenta João.

A Afonsina tem marcado presença em inúmeros espetáculos, desde saraus a encontros de tunas, passando por festivais, alguns dos quais de grande prestígio nacional e internacional. França, Espanha, Holanda são apenas alguns dos países que já receberam a visita deste grupo cultural da UMinho, que continua a acolher mais jovens a cada novo ano: "Uma organização como a Afonsina faz-se das pessoas que dela fazem parte e o que se diferencia de muitos dos outros movimentos académicos, segundo o nosso ponto de vista, é a amizade e o companheirismo vivido em Tuna. Apesar de todos terem personalidades e características diferentes consegue-se, em grupo, que as mesmas sejam moldadas e que o ambiente resulte e seja saudável. De diferentes idades e zonas do país, sejam velhos ou novos, sejam músicos ou não, quem entra na nossa sala de ensaios é acolhido da mesma

maneira. Pode parecer estranho ao início, porque já existe um ambiente criado pelos membros ativos, mas a integração de cada novo elemento é rápida, fácil e em ambiente divertido. Quem fica ganha um carinho muito especial pela Tuna."

No Festival de Tunas Académicas deste ano estarão a concurso a Estudantina Académica de Castelo Branco, a Gatunos - Tuna Académica da ESEIG, a Transmontuna - Tuna Universitária de Trás-os-Montes e Alto Douro e a Tuna de Medicina da Universidade de Coimbra. Em apresentação extraconcurso, estarão presentes a Gatuna - Tuna Feminina Universitária do Minho (Noite de Serenatas) e a Tun'Obebes - Tuna Feminina de Engenharia da Universidade do Minho (Noite de Serenatas).

PROGRAMA

4 de Março - 21h30

Noite de Serenatas Largo da Oliveira

5 de Março - 21h30

Noite de Festival Grande Auditório Centro Cultural Vila Flor ●

PUB



TERAPIA OCUPACIONAL COM A DRA. ELSA ALMEIDA

FOTOGRAFIAS: DIREITOS RESERVADOS



O TERAPEUTA OCUPACIONAL É UM PROFISSIONAL DA ÁREA DA SAÚDE QUE INTERVÉM COM CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS, COM DIFICULDADES NO DESEMPENHO OCUPACIONAL. ESTES PROBLEMAS PODEM TER ORIGEM EM DISFUNÇÕES FÍSICAS, MENTAIS, DO DESENVOLVIMENTO, SOCIAIS, ENTRE OUTRAS.

O objetivo é melhorar o desempenho ocupacional, desenvolvendo competências de forma a tornar a pessoa o mais funcional e autónoma possível nas suas Ocupações (atividades da vida diária, brincar, atividades educacionais, participação social), de modo a contribuir para melhoria da qualidade de vida.

O Terapeuta Ocupacional avalia funções sensoriais, percetivas, físicas e sociais, bem como fatores ambientais que influenciam e condicionam o desempenho nas actividades.

É também responsável por estudar a necessidade de tecnologias de apoio, e de eliminação de barreiras que condicionem a participação.

No Crescer - Centro Pedagógico e Multidisciplinar, esta valência atende essencialmente crianças e jovens, com uma intervenção baseada nos princípios da Teoria de Integração Sensorial.

A INTEGRAÇÃO SENSORIAL é a capacidade que o nosso cérebro tem de organizar e interpretar a informação sensorial recebida, permitindo-nos dar uma resposta adaptada ao ambiente. Quando algo altera este processo podem verificar-se problemas na aprendizagem, desenvolvimento e comportamento.

A identificação de alguns comportamentos ou características numa criança e a consciência de que o dia-a-dia desta pode ser mais difícil do que o esperado, tal como o alcance de sucesso nas diferentes atividades, permite procurar apoio terapêutico especializado.

SINAIS DE ALERTA

- Alto nível de atividade (parece estar constantemente em movimento) ou baixo nível de atividade (muito sedentário);
- Postura desadequada na posição de sentado, apoiando a cabeça quando faz trabalhos, ou debruçando-se sobre a mesa;
- Dificuldade nas atividades de motricidade fina, em manipular objetos pequenos...;
- Dificuldade nas atividades da vida diária, como na alimentação em cortar a comida, no vestir, ao abotoar/desabotoar, calçar, apertar cordões etc.
- Dificuldade em graduar a forma que utiliza o lápis e a pressão a exercer no lápis [o trabalho escrito é muito claro ou muito carregado; parte constantemente o bico do lápis ou rasga a folha];

- Na escrita, apresenta letra irregular, com pobre espaçamento entre letras e palavras, desorganizada e com dificuldade em permanecer na linha durante a escrita;

- Dificuldade em trabalhar de forma autónoma, sem necessidade de orientação;

- Necessita que as tarefas sejam explicadas em passos simples;

- Tem mais problemas do que seus pares a escrever no caderno, manter a mesa e material organizado e terminar as tarefas a tempo;

- Dificuldade em participar de forma adequada em atividades motoras [ex: dificuldade no saltar ou correr; não alterna pés ao subir escadas; aparenta ter pobre equilíbrio];

- Parece trapalhão, tropeça frequentemente, e esbarra nas coisas;

- Ao andar pode bater com força com os pés no chão, ou então andar muito em bicos de pés;

- Revela medo de andar de baloiço, descer escadas sem apoio ou andar em superfícies instáveis;

- Tem necessidade de tocar e mexer em tudo, ou pelo contrário, evita o toque, algumas texturas e não gosta de se sujar;

- Corre riscos excessivos e frequentemente demonstra pouca consciência de segurança;





REMAX GO - QUINTÃ (PERTO DA UNIVERSIDADE) TRANSPARÊNCIA, RIGOR E PROFISSIONALISMO

26

A Remax Go é uma agência imobiliária com foco total na prestação do melhor serviço aos seus clientes. A existência de uma “equipa forte e coesa, que veste a camisola a 500%” é o grande fator diferenciador apontado pelos responsáveis, Salete Sousa Carvalho e Manuel Figueiredo Carvalho.

Os excelentes resultados obtidos em 2015, são fruto de um percurso sério, consolidado desenvolvido ao longo dos 6 anos da agência, mas com particular ênfase em 2013, 2014 e 2015.

A Remax Go prevê, em 2016, continuar a crescer e ganhar cota de mercado.

O volume de negócios da empresa tem aumentado sustentadamente, tendo conseguido em 2015 o melhor resultado de todas as lojas Remax da zona norte e centro do país, excluindo o grande Porto.

Por detrás da conquista dos bons resultados comerciais, está a equipa

de 27 elementos da Remax Go: uma equipa forte e motivada que se rege por valores de união, amizade, solidariedade, verdade e capacidade de superação, um verdadeiro espírito de grupo. A formação contínua, interna e externamente facultada aos colaboradores, é entendida como essencial para o crescimento da agência.

A Remax Go atua no mercado residencial, comercial e industrial, apresentando diversas soluções, para compra, venda e arrendamento. Uma das mais-valias para o cliente que trabalha com a Remax Go, é que beneficia de um acompanhamento total em todo o processo de compra ou venda, desde o primeiro contacto até ao fecho do negócio.

Um apoio integral, desde a parte documental, processual e financeira.

Destaca-se ainda pelo importante papel no aconselhamento a clientes investidores.

Com as atuais taxas de remuneração de capitais praticadas no mercado bancário, são cada vez mais os pequenos e médios investidores que procuram a Remax Go para aplicar as suas poupanças em imóveis com boas rentabilidades e risco reduzido.

A REMAX GO AGRADECE AOS SEUS COLABORADORES PELOS EXCELENTES RESULTADOS OBTIDOS EM 2015:

Salete Carvalho, Manuel Figueiredo, Isabel Matos, Sílvia Amorim, Artur Borges, Elisabete Araújo, M^o José Oliveira, António Martins, Manuel da Costa, Júlio Rodrigues, Pedro Freitas, Emanuel Varela, Rui Ferreira, Carla Fernandes, Paulo Cardoso, Pedro Santos, Carla Gameiro, Luísa Bragança, Conceição Oliveira, Humberto Cabaco, Noélia Machado, Cátia Freitas, Helena Sampaio, José Maria Martins, Duarte Castro, Otília Oliveira.

A REMAX GO ESTÁ EM FASE DE RECRUTAMENTO DE COMERCIAIS.

Não é necessária experiência comercial, o mais importante é a atitude e vontade de vencer

REMAX GO - O SEU PARCEIRO DE NEGÓCIOS



PAULO TEIXEIRA
CLIENTE REMAX GO

No seguimento da compra que efetuei na Remax recomendo a agência bem como a Sra. Maria José pela seriedade demonstrada e no profissionalismo com que pautaram todos os momentos da venda. Caso efetue nova compra, certamente o farei com os mesmos intervenientes.

DRA. PATRÍCIA CAMPOS
CLIENTE REMAX GO

Um lugar-comum aos melhores profissionais é serem capazes de transformar o seu trabalho numa arte e, com ela, enriquecerem a vida das pessoas com quem se relacionam profissionalmente. Assim aconteceu na relação estabelecida com o Exm.º Sr. Artur Borges, Consultor na RE/MAX-Go, Azurém, em Guimarães. Desde a sua primeira abordagem, por sua iniciativa, até ao encerrar das negociações feitas, e mesmo após estas, o Consultor

em apreço revelou enorme sentido de responsabilidade, dedicação e rigor. A sua atuação foi pautada por uma atitude de compromisso, transparência, competência e eficiência, que ficaram vincadas pela manifesta capacidade de planejar e mediar os interesses de todas as partes envolvidas nos negócios comerciais celebrados. Ao que acresce o facto de se tratar de uma pessoa dotada de enorme simpatia, extremamente educada, de muito bom trato, tendo a sua postura transmitido, desde sempre, total confiança.



**IRMÃOS, DIANA MAGALHÃES
E PEDRO MAGALHÃES**
CLIENTES REMAX GO

Contactados pela Luísa Bragança, até então por nós desconhecida, fomos aconselhados e orientados na venda de um património superior a 600.000,00 euros. Foram várias as contrariedades que rodearam estas vendas mas com a ajuda preciosa da Luísa ultrapassaram-se. A sua perseverança, dedicação e sagacidade foram imprescindíveis para o sucesso das transações. A Remax Go está de parabéns por ter uma colaboradora com estas características na sua equipa de comerciais!



LUÍSA BRAGANÇA
COLABORADORA REMAX GO

Trabalhar por conta própria num ramo completamente desconhecido tornou-se num desafio que se revelou muito compensador a todos os níveis. Ter uma marca mundialmente conceituada e uma agência como a Remax Go na retaguarda foi, sem dúvida, a alavanca para conseguir os resultados que obtive num curto espaço de tempo. Foi um ano excepcional que implicou esforço e dedicação, bem como a confiança, tanto da parte dos compradores, a quem eu agradeço. Ser agente Remax Go é colocar-me à disposição para fazer a ponte entre quem deseja comprar e quem tem um imóvel para vender.

**EM 2015
A REMAX GO
OBTVEU O MELHOR
RESULTADO DAS LOJAS
REMAX DA ZONA NORTE
E CENTRO DO PAÍS**

EXCLUINDO
GRANDE PORTO



MARIA JOSÉ OLIVEIRA
COLABORADORA REMAX GO

E se a vida te oferece uma oportunidade agarra-a não tenhas medo porque o teu único obstáculo és tu. Sempre acreditei que se eu quero, eu posso, eu consigo. Em 07 de Julho de 2011 resolvi dar uma reviravolta na minha vida e atirei-me de cabeça a este novo projecto, com algum receio e dúvidas, porque era uma área totalmente desconhecida. No início tive de me superar enfrentei os meus medos, mas tive sempre por trás o apoio e ajuda de toda uma equipa. Cresci muito quer a nível pessoal, quer profissional e apaixonei-me por poder trabalhar ajudando as pessoas a So-nhar! O ditado diz dá e recebes em dobro e a recompensa é o dinheiro que ganho. Divirto-me a trabalhar. Obrigado REMAX



ARTUR BORGES
COLABORADOR REMAX GO

A 06 de Junho de 2011 iniciei esta atividade, a qual desconhecia totalmente e sobre a qual nunca havia pensado como uma possibilidade profissional. Felizmente aceitei da voz de um grande amigo e ex-patrão, o convite para uma "experiência altamente viciante!", aceitei-o com imensa curiosidade e interesse.

Uma vez que sou dos que não desistem sem tentar, iniciei um árduo percurso nesta atividade profissional, apesar das várias vezes de relutância sobre a minha decisão, sobretudo porque nessa altura a palavra de ordem era "CRISE"! "...Que fazia mal, porque não se vendiam casas, ninguém comprava, ninguém tinha dinheiro, porque eu não conhecia o negócio, que não era capaz, os bancos estavam a retomar os imóveis...", etc. e tal... Pensei por diversas vezes que provavelmente estas vozes estavam certas e tinham razão, pois durante doze longos meses nada vendi! Felizmente sempre acreditei ser capaz de conseguir e jamais desistir, pois consegui apesar do longo caminho sem obter resultados, [pensava eu...], construir o que de mais importante existe na atividade comercial, uma carteira de clientes, neste

caso uma vasta carteira de vendedores que me confiaram o seu imóvel para venda. Com a fé e determinação que me caracterizam alcancei por fim o meu primeiro negócio, a 144 km de distância um terreno para construção na Anadia, que curiosamente vendi sem conhecer o comprador e sem fazer visita ao imóvel, uma vez que se tratava de um emigrante, no Norte da América e tudo ter sido tratado à distância que nos separava geograficamente. Dai em diante, ganhei o que provavelmente de mais falta sentia, a auto confiança, então senti e provei, que afinal talvez fosse capaz e as tais vozes estivessem erradas... Hoje, sou o Artur Borges da Remax GO, no ramo imobiliário e agradeço-o aos meus clientes por confiarem em mim...

ARTIGO DE OPINIÃO

A VIDA POSTA EM PRÉMIOS

TEXTO: ESSER JORGÉ SILVA • FOTOGRAFIA: JOAQUIM LOPES



01 Desde há uns anos que o autor desta crónica está constituído num homem de sorte. É rara a semana em que o telefone não toca a anunciar mais um prémio ganho, mais uma estima divina, que é como quem diz mais uma intervenção de Moros, essa divindade de todas as graças e dos bons fados. A fórmula é quase sempre a mesma: toca o telefone e sai-nos uma alegria de voz, um encantamento de palavras largadas em tom primaveril, sempre envoltas num quase-sorriso, expressas numa quase-felicidade, denunciando uma quase-confiança entre quem fala e quem escuta. A conversa é coisa de gente amiga, quase íntima; um tu-cá-tu-lá de gente habitual.

Começa sempre descomprometida. Por exemplo: “ó sr. Jorge, é uma pessoa mesmo de sorte, acaba de ganhar uma estadia na suíte do hotel «Beta»; parabéns, estou mesmo muito feliz por lhe poder transmitir esse prémio! Ai que contente que estou!”. Na verdade, a voz que se apresentara com um nome, havia-me proposto responder a uma pergunta e se a resposta fosse correta, eu ganharia. Certo? Certo! “Qual é a capital de França?”, perguntou! Marseilha!, disse eu num rápido. “Ó sr. Silva, não acertou na resposta mas, olhe, está em maré de sorte porque, pela sua simpatia, vamos oferecer-lhe na mesma a estadia no Hotel Beta, aceita?” Claro que aceito! “Ah, ainda bem! Olhe, para receber o prémio tem de vir acompanhado pela esposa...” Mas eu não tenho, minto! “Ah, sabe estes prémios são para casais, sendo assim não lho podemos atribuir”. E antes que pudesse responder já a chamada se fora... Um caso de sorte atribuída mas lamentavelmente perdida por incompetência social.

Um outro tipo de sortilégio prende-se com os descontos. Esta benesse tem uma vertente coletiva uma vez que chega a todos, sem distinção de

classe, berço ou fortuna. O desconto tornou-se num modo de vida. É uma ideologia das práticas: tem desconto compra-se, não tem desconto não se compra. Portanto compra-se o desconto e não o bem associado. Aliás, não se compra: na novílingua, consome-se. O consumidor atual consome descontos numa desenfreada comunicação de reduções, baixas, “rebajas” (assim mesmo, em castelhano), promoções. As primeiras, as segundas, as terceiras. De 20%, 50% e 70% no final. Há lojas que marcam os preços de início de coleção já com descontos de 30 ou 40%. Isso o que quer dizer? Que para o vendedor, o preço injusto lhe garante uma maior atração do que o preço justo. Ora, este paradoxo só pode ter uma explicação: há uma psicologia coletiva que eleva o desconto a coisa superior constituindo-se na métrica da (in)justiça ao preço.

O expoente máximo do desconto é, atualmente, o cartão dos super e hipermercados: comprar um bem por 100 euros e ficar com 50 no cartão é infinitamente melhor do que comprar o mesmo bem por 50 e não ter cartão. “Acumulou no cartão 50 euros”. E a dívida faz-se a felicidade do consumidor. Poucos se dão conta que a pergunta “tem cartão?” decorre da perversidade a que chegaram certas organizações.

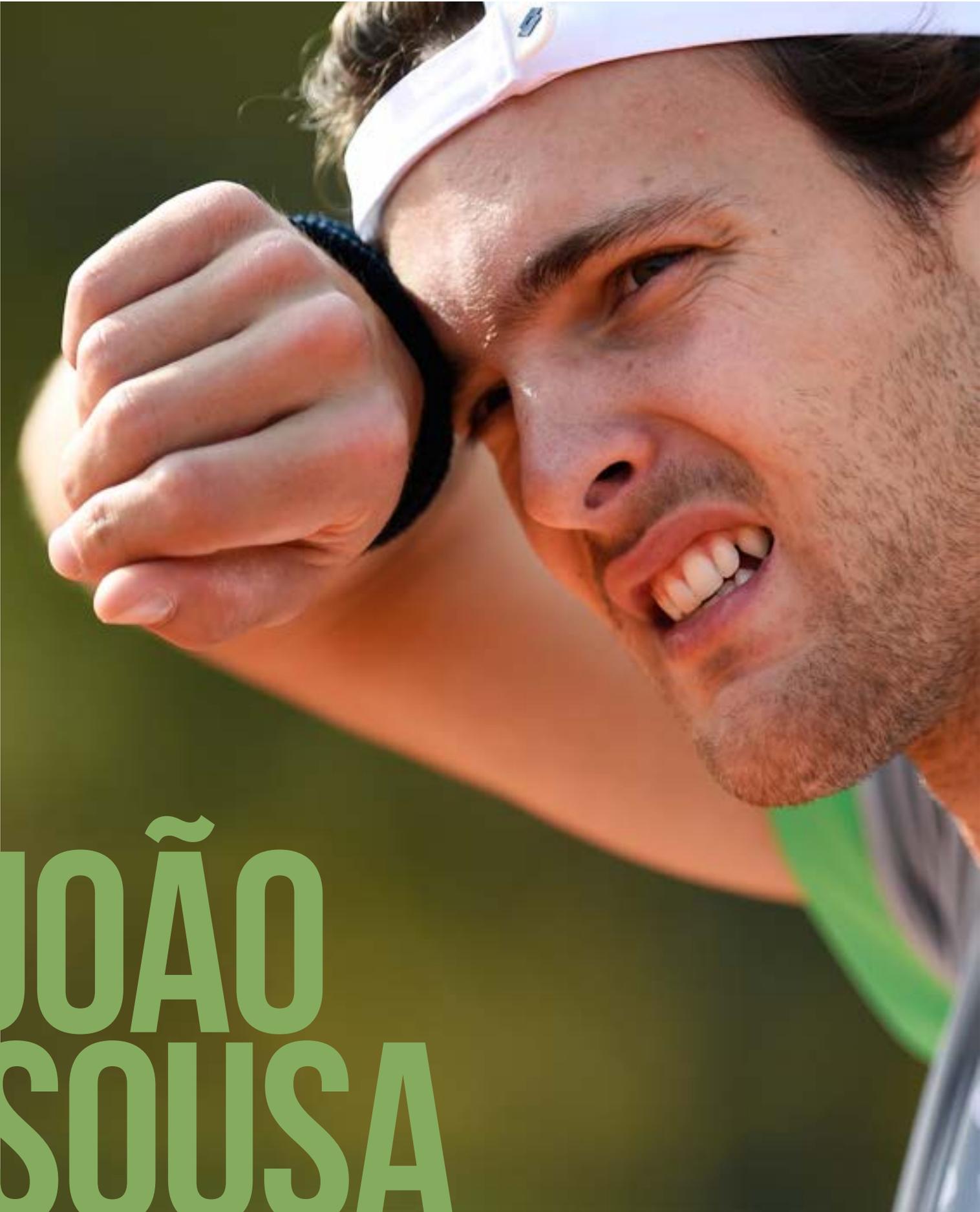
02 Na edição de 16 de fevereiro do jornal «Mais Guimarães» leio a reportagem “Retratos de um Bairro Pobre” de Catarina Castro Abreu sobre o Bairro da Emboladoura. É uma bênção voltar a ver textos sobre a realidade vimaranense para além das notícias que nos mostram a espuma dos dias e nos distraem do turvo das profundezas. É a esperança do regresso da função escurtinadora do jornalismo, lamentavelmente desaparecido na submissão aos “donos disto tudo” e aos discursos do “senhor presidente”, submerso numa híbrida escola de citações “alegadamente” neutral! Nesse texto, através

ESTAMOS A FALAR DE INDIVÍDUOS QUE, OUTRORA, PRATICAMENTE AINDA CRIANÇAS, ENGROSSARAM AS FÁBRICAS TÊXTEIS ONDE ENTREGARAM AS SUAS VIDAS DANDO-SE A “FABRILIZAÇÃO” DOS CORPOS E DAS MENTES.

das condições de vida dos moradores, aborda-se, entre outros, um problema criado pelos neoliberais que, no mais puro desconhecimento da realidade e no mais ignóbil lavar de mãos, quiseram submeter pessoas humildes aos ditames do mercado, impondo-lhes custos de arrendamento incomportáveis para as reformas do que ali vivem. Ora, de que tipo de pessoas estamos a falar? De indivíduos que, outrora, praticamente ainda crianças, engrossaram as fábricas têxteis onde entregaram as suas vidas dando-se a “fabrilização” dos corpos e das mentes. De forma invisível e nunca creditada, os “fabrilizados” ajudaram a construir a riqueza da região fazendo parte de um processo de inexistência redistributiva.

Não tiveram escola nem os pais foram obrigados a dá-la. Não tiveram formação ao longo da vida porque disso não se falava. Não cresceram perante uma alimentação saudável porque ter a barriga cheia configurava o necessário. Não almejavam futuro porque só lhes era dado o presente. Na reportagem de Catarina Abreu, os “fabrilizados” do Vale do Ave corporizados nos moradores da original Urbanização da Emboladoura (mudado para o termo desnivelado Bairro), percebem-se como os cidadãos ultrajados pela guarda legal a que todo o cidadão espera do seu Estado. Os “fabrilizados” não têm para onde ir e não têm onde ficar. Por respeito aos animais, diremos que estão transformados em quase-cidadãos. É uma vergonha. Mas a vergonha não está em quem é pobre, porque já sem espírito. Está em quem é rico de espírito e assobia para o ar, dando assim o que imagina ser um prémio a quem deu a sua vida a sugar como lha pediram. ●

Esser Jorge Silva



JOÃO SOUZA

COMO SE FORJA UM VENCEDOR

Não deverá haver em Guimarães quem não o conheça ou até quem, por causa dele, tenha começado a seguir o ténis.

É uma emoção vê-lo a carregar as bandeiras da cidade e do Vitória mundo fora. Neste mês de março, o número 36 do mundo do ranking ATP participa na sua cidade natal na 1ª Ronda - zona Europa/África, Grupo I, da Taça Davis que vai colocar frente a frente as seleções de Portugal e Áustria, em jogos a realizar entre os dias 04 e 06.

Como foi crescer numa cidade em que, se calhar, a opção mais óbvia para um desportista seria o futebol?

Sempre me senti muito bem em Guimarães, onde felizmente tive a oportunidade de praticar os dois desportos que mais gostava: futebol e ténis. Comecei a jogar ténis com seis anos no Clube de Ténis de Guimarães, acompanhando o meu pai que jogava lá. Joguei futebol desde os oito anos, começando nas escolinhas do Vitória e passando depois pelo Sandinenses. Até aos 14 anos conciliei os dois desportos mas nessa altura tive a oportunidade de me dedicar mais ao ténis, treinando no Centro Regional da Maia, o que não permitia continuar com o futebol. Foi uma decisão difícil pois também gostava de jogar futebol, mas o ténis acabou por falar mais alto. Continuo a adorar futebol e a seguir o meu Vitória, sem dúvida o grande orgulho de todos os vimaranenses.

Quando fala a alguém de Guimarães, o que destaca?

Há tanto para destacar... Desde a simpatia e proximidade das pessoas, a forte paixão e união de toda a cidade em torno do Vitória, a fantástica comida, a beleza da sua zona antiga, do castelo, do palácio, que foi onde Portugal nasceu, que é uma região com forte tradição no calçado e onde se produz o melhor do mundo.

Qual a sensação de acolher um evento como a Taça Davis na sua cidade natal?

A sensação é fantástica. Ter na minha cidade, Guimarães, a Seleção Nacional a jogar um encontro decisivo para o apuramento para o Grupo Mundial da Taça Davis é uma experiência única! Poder sentir o apoio de todos os meus amigos e familiares numa eliminatória

tão importante, junto com o calor e paixão da gente de Guimarães. Acho que vai ser algo inesquecível. Penso que vai ser uma jornada fantástica de promoção do ténis e que o apoio que vamos ter vai ser o maior de sempre.

É pelo facto de o melhor tenista português de sempre ser de Guimarães que o evento decorre na cidade?

Sem dúvida que o facto de eu ser de Guimarães pesou na decisão de trazer a Taça Davis para a cidade mas, mais importante do que isso, penso que foram as excelentes condições oferecidas pela Câmara Municipal de Guimarães para se levar a cabo a eliminatória, utilizando para o efeito o Pavilhão do Vitória, associadas ao fantástico apoio ao ténis proporcionado pela gente de Guimarães, como se verificou no Challenger que venci em 2013, que levaram a Federação Portuguesa de Ténis a trazer a eliminatória para Guimarães. É uma eliminatória complicada, onde o apoio do público vai ser fundamental para levarmos de vencida a Áustria.

O objetivo é estar nas 16 equipas finais para disputar o Mundial?

Sim. O objetivo é vencer a Áustria para ficarmos mais próximos do apuramento para o Grupo Mundial, o objetivo final.

Qual é o sonho? Melhor, sonhos: o pessoal e o profissional.

Pessoalmente procuro ser sempre uma melhor pessoa e um melhor tenista. Quero ser sempre melhor, trabalhar os meus defeitos e potenciar as minhas forças para atingir cada vez melhores resultados.



É muito focado no trabalho. Acha que isso é uma condição que lhe foi passada ou nasceu consigo?

Penso que é algo que sempre me foi passado pelos meus pais: a importância do trabalho, de nunca desistir, de dar sempre o máximo, de lutar para conseguir os meus objetivos. Só com muito trabalho e espírito de sacrifício é que se consegue superar os nossos objetivos. Por outro lado, acho que também é algo inato, que foi potenciado pela educação que os meus pais me deram.

Aos seus pais, ao lerem esta entrevista, o que gostava de lhes dizer?

Gostava de lhes agradecer todo o apoio e sacrifícios que fizeram por mim. Sem eles nunca teria chegado onde estou. Tenho muito orgulho neles e no meu irmão e procuro sempre dar tudo para que tenham orgulho em mim.

É algo que lhes diz com frequência ou acha que eles já sabem?

Eles já sabem. Somos uma família muito unida, o meu porto seguro.

Que outras facetas desconhecemos? O que gosta de fazer quando não está a jogar ténis?

Quando não estou a jogar procuro relaxar junto da família, amigos e namorada. Adoro passear nas montanhas, no campo, na natureza, fugir das multidões das grandes cidades e sentir a calma e tranquilidade dos espaços verdes. Tenho um labrador, o Momo, que adoro e com o qual passeio e brinco muito quando estou em Barcelona.





FUTURO DE PORTUGAL NA TAÇA DAVIS DECIDE-SE EM GUIMARÃES

Portugal vai receber a Áustria em Guimarães, na primeira eliminatória do Grupo I da Zona Europa/África da Taça Davis, entre os dias 04 a 06 de março. A Federação Portuguesa de Tênis e a Câmara Municipal de Guimarães anunciaram em Dezembro o acordo para que a ronda de regresso de Portugal ao Grupo I se realize na terra natal de João Sousa, número um português na atualidade e de sempre.

A eliminatória entre os selecionados portugueses e austríacos terá como palco o Pavilhão do Vitória Sport Clube, com capacidade para cerca de 2.500 espetadores. Portugal recebe a Áustria em superfície dura, na primeira vez que uma eliminatória da Taça Davis se realiza na cidade de Guimarães.

Os selecionados lusos para a competição são João Sousa, Gastão Elias, Frederico Silva e Pedro Sousa. Do outro lado do court estarão Dominic Thiem, Gerald Melzer, Dennis Novak e Alexander Peya, escolhidos pelo capitão Stefan Koubek. A formação austríaca treina esta terça-feira, 01, pela primeira vez, no court montado no pavilhão do Vitória.

Entretanto já foram anunciados os preços dos bilhetes. Os bilhetes para o Portugal-Áustria, primeira eliminatória do Grupo I da Zona Europa/África da Taça Davis, podem ser adquiridos na plataforma "Bol". O preço do ingresso diário para o primeiro dia da ronda - 04 de março - é de oito euros para a bancada,

enquanto no dia seguinte o bilhete custa cinco euros. No terceiro e último dia da ronda, o preço de cada ingresso para a bancada é de oito euros.

O "pack" bancada para os três dias do Portugal-Áustria está fixado em 15 euros. O pacote de três dias Premium Seats está à venda por 40 euros. O preço do camarote, válido igualmente para os três dias da eliminatória, com direito a uma refeição diária e acesso ao VIP Lounge, é de 750 euros.

Os federados e sócios do Vitória Sport Club dispõem de desconto na aquisição do bilhete diário: cinco euros a 04 (sexta-feira) e 06 (domingo) e três euros a 05 (sábado). O "pack" bancada de três dias para federados e sócios do Vitória Sport Club está à venda por 10 euros, enquanto o pacote Premium Seats tem um custo de 30 euros.

Para quem não se puder deslocar ao Pavilhão do Vitória, está confirmada a transmissão dos jogos pela Sport TV. Os canais Sport TV, que detêm os direitos de transmissão da Taça Davis em Portugal, chegaram a acordo com a FPT para produzir a transmissão do evento, que terá também transmissão internacional para a Áustria, que traz a Guimarães muitos jornalistas. A Sport TV vai transmitir todos os cinco encontros do Portugal-Áustria, entre o canal 3 e 4, num total de mais de 16 horas de ténis em direto previstas. Eis a grelha completa: sexta-feira, dia 04, 15h00, na SportTV 3, sábado, dia 05, 15h00, na SportTV 4 e domingo, dia 06, pelas 12h00, na SportTV 4.

No primeiro e segundo dias da prova, sexta-feira, 04, e sábado, 05, Portu-

gal e Áustria defrontam-se a partir das 15h00. No domingo, o programa inicia-se às 12 horas. O sorteio para a definição das duplas de jogadores realiza-se no dia 03 de março (quinta-feira), às 12h30, no Salão Nobre do Município de Guimarães. No dia seguinte, 05, às 14h30, principia a cerimónia de apresentação das equipas e, meia hora depois, tem início o primeiro jogo de singulares, decorrendo a seguir o segundo desafio.

No sábado, às 15h00, disputa-se o jogo de pares, enquanto no domingo, último dia de prova, o terceiro jogo de singulares tem início às 12h00, seguindo-se no final o quarto encontro de singulares. O jantar oficial da eliminatória da Taça Davis decorrerá no Paço dos Duques de Bragança, na noite de 02 de março, a partir das 20h00. As pré-conferências, procedimento interno da prova, realizam-se no dia anterior, 01 de março, às 15h00, no Pavilhão do Vitória.

A Taça Davis é a maior e mais importante competição masculina por equipas do ténis mundial. Trata-se de um grande evento dentro e fora dos courts e, para os fãs, é o momento de torcer pelo seu país. Para os jogadores, a Taça Davis transforma um desporto, normalmente individual, numa competição coletiva. Ninguém está mais sozinho. Os confrontos são disputados à melhor de cinco partidas, sendo quatro simples e uma dupla. A regra permite que os companheiros de equipa fiquem ao lado da quadra, incentivando os colegas. Além disso, é permitido ao técnico sentar-se dentro da quadra para dar instruções ao tenista. ●

RECORTES DE PORTUGAL E DO MUNDO
NUMA MALA DE VIAGEM VIMARANENSE

SISTELO ANFITEATRO DE CULTIVO

TEXTO: COTIKOS • FOTOGRAFIAS: DIREITOS RESERVADOS



facebook.com/cotikos

A ABERTURA DO PROCESSO QUE SOLICITA A CLASSIFICAÇÃO DESTE TERRITÓRIO COMO PAISAGEM CULTURAL DA UNESCO FOI PUBLICADA, HÁ POUCOS MESES, EM DIÁRIO DA REPÚBLICA. DESCUBRA UM CENÁRIO ÍMPAR, MOLDADO PELO HOMEM E ABENÇOADO PELA NATUREZA.

A aldeia de Sistelo, no extremo norte do concelho de Arcos de Valdevez, é guardada pela imponente serra da Peneda. Se vai de passagem, parará, obrigatoriamente, para captar algumas imagens fotográficas de tão peculiar região. Se tenciona passar aqui o seu dia, deve preparar farnel, que poderá saborear num dos parques de merendas; não existem, ainda, restaurantes nesta aldeia rural, que se dedica à agricultura e pastorícia.

Percorra as ruas deste povoado, e observe o casario tradicional com os seus espigueiros, de onde sobres-

sai o Castelo de Sistelo, um palácio revivalista do século XIX. De planta retangular e duas torres com ameias a ladear o frontispício, foi mandado edificar por Manuel António Gonçalves Roque (1834-1885), comerciante e filantropo português, e primeiro visconde desta terra. Casado, mas sem geração, a representação do título ficou a cargo da descendência do visconde de Rio Vez.

A Igreja Matriz, a Ermida de Nossa Senhora dos Aflitos (e outras capelas que por ali se ergueram), a Ponte Medieval, o Moinho e os Lavadouros Públicos

constituem algum do património arquitectónico que vale a pena conhecer.

Suba até ao miradouro do Chã da Armada, para uma bela panorâmica de toda a envolvente. Aqui e além, pontilhando os socalcos verdes e vigiando o gado, senhoras que vestem o negro da perda. Se tiver oportunidade, troque palavras com os locais, e conheça um pouco mais dos seus hábitos e tradições.

Se gosta de caminhar, pode realizar o percurso pedestre das Brandas do Sistelo, com início e término no centro da aldeia, e cerca de 10 quiló-





metros de extensão (nível de dificuldade moderado). Deve consultar as condições meteorológicas previstas e levar calçado/vestuário confortável e adequado a esta atividade.

As chuvas dos primeiros meses de inverno repimpam a verdura e fazem pulsar de vida as muitas artérias de água que correm pela região. Os caminhos carreiros que serpenteiam pelos declives estão agora húmidos e escorregadios, exigindo atenção e cuidados redobrados a quem os trilha. Deixe-se levar por sendas rurais, bosques e planaltos. Conheça as brandas do Rio Covo e do Alhal, espaços de crucial importância para as populações que praticam a pastorícia nesta serra, sobretudo no período estival.

Algumas árvores, despidas de folhas, vestem agora casacos de líquenes fel-pudos. Tufos de musgo viçoso agasalham as pedras roladas, que gente de outrora acavaleirou em muros.

De quando em vez, a bruma tapa e destapa a paisagem circundante, revelando, a seu belo prazer, singularidades da região. Moldados nas encostas, os socalcos evidenciam o esforço empreendido pelo homem, ao logo de séculos, para vencer o declive agreste das montanhas, e aumentar a área de cultivo da aldeia. Esta intervenção foi sempre feita com recurso a veículos de tração animal e, ainda hoje, são poucas as máquinas que alcançam estas parcelas de terreno.

A ecovia ao longo do rio Vez une Sistelo ao limite concelhio de Arcos de Valdevez, em Jolda S. Paio, numa extensão de 22 quilómetros. É também uma opção interessante para quem gosta de caminhar ou pedalar, sendo possível, se for essa a sua intenção, a realização parcial do percurso.

No regresso, já ao final da tarde, planeie uma paragem em Arcos de Valdevez. Se as pernas ainda permitirem, passeie pelo espaço verde junto ao rio; caso contrário, renda-se à cadeira de uma esplanada. Considerada uma das terras mais bonitas da região minhota, tem restaurantes onde pode saborear especialidades locais. Fique para jantar e, acredite, não se arrependerá. ●

INICIATIVA

TOCHA DA PAZ EM GUIMARÃES

A TOCHA DA PAZ ESTÁ A PERCORRER O MUNDO E TODOS PODEM PARTICIPAR, DESDE ATLETAS E NÃO ATLETAS, JOVENS OU IDOSOS. EM GUIMARÃES, ALGUNS PUDEAM MESMO TRANSPORTAR A TOCHA AO LONGO DE ALGUNS METROS. A TOCHA PERCORRERÁ A EUROPA ATÉ OUTUBRO, PROMOVEDO A PAZ, A AMIZADE E A HARMONIA PELA PASSAGEM, DE MÃO EM MÃO, DE UM ARCHOTE FLAMEJANTE, QUE SERÁ APAGADO EM ROMA, ITÁLIA.

DIREITOS RESERVADOS



A chegada da tocha ao concelho de Guimarães aconteceu na passada quinta-feira, cumprindo um percurso através da Estrada Nacional 105, com passagem por Nespereira, Polvoreira, Rodovia de Covas, Rua Eduardo Manuel de Almeida, Avenida D. João IV, Largo República do Brasil, Alameda S. Dâmaso Norte e Largo do Toural. A tocha passou ainda pela Rua de Santo António, Largo Navarros de Andrade, Rua Gil Vicente, Alameda Alfredo Pimenta, Rua Paio Galvão, Largo do Toural, Largo da Misericórdia, Rua da Rainha e Largo da Oliveira, tendo sido entregue, no salão nobre da câmara de Guimarães, ao presidente do Município de Guimarães, Domingos Bragança, pelo Coordenador Europeu da

Peace Run, o austríaco Dipavajan Renner. Na sexta-feira, 26 de fevereiro, o dia foi dedicado à comunidade escolar. A corrida pela Paz começou em Couros, às 08h00, na Pousada da Juventude de Guimarães, com os participantes a partirem do Largo do Trovador em direção à Escola de Motelo, em Fermentões, passando pela Alameda S. Dâmaso Sul, Largo do Toural Poente, Rua Paio Galvão, Plataforma das Artes, Rua Conde Margaride e Avenida de S. Gonçalo. Depois da visita à escola, marcada para as 09h00, a equipa do Peace Run foi recebida no Estádio D. Afonso Henriques, às 12h15, no final do treino matutino do Vitória.

TODAS AS
TERÇAS



ASSINE JÁ
O NOVO JORNAL
DE GUIMARÃES

52 EDIÇÕES
COM ENTREGA DE **= 38€**
12 REVISTAS ASSINATURA ANUAL

leitor@maisguimarães.pt
91 505 66 70
www.maisguimarães.pt

DESPORTO AUTOMÓVEL

RALLY DE PORTUGAL 2016

TEXTO: MARCELA FARIA • FOTOGRAFIAS: MARCO JACOBELU

O RALLY DE PORTUGAL, QUINTA PROVA DO CAMPEONATO MUNDIAL DA CATEGORIA (WRC), QUE SE DISPUTA ENTRE 19 E 22 DE MAIO, REGRESSA À CIDADE BERÇO DEPOIS DE NO ANO PASSADO TER SIDO UM DOS GRANDES EVENTOS DESPORTIVOS NÃO SÓ EM GUIMARÃES COMO EM TODA A REGIÃO NORTE.



Carros e respetivos pilotos dirigem-se para Guimarães na tarde do dia inaugural para a cerimónia de partida, junto ao castelo, depois de realizarem o período de aquecimento [shakedown] durante a manhã, em Paredes. Após encerrarem o primeiro dia da prova em Lousada, na única super especial da corrida portuguesa, com início às 19h00, os competidores cumprem, no dia seguinte, três classificativas de manhã e três de tarde em Ponte de Lima, Caminha e Viana do Castelo, antes de rumarem ao Porto, para a etapa que vai atravessar as ruas da baixa a partir das 19h00. No sábado, a caravana do WRC ruma ao Marão, com a primeira classificativa a decorrer em Baião, pelas 9h33, e última, de 37,67 quilómetros, em Amarante, às 17h32. A competição termina no domingo, com passagens duplas por Vieira do Minho e pela mítica etapa de Fafe, a última das quais por volta das 12h.

No ano anterior, a mudança do Rally para o Norte trouxe uma maior afluên-

cia de público, o que inicialmente se apresentou também como uma preocupação relativamente à segurança. Terminada a prova, o balanço foi positivo tanto em espetacularidade e segurança. Foram milhares os que acompanharam a prova do campeonato do mundo e não se registaram quaisquer problemas ao nível da segurança. De resto, o público tinha sido fortemente alertado para o facto de a continuidade da prova no Norte ficar em risco caso houvesse alguma quebra nos protocolos regulamentares de segurança estipulados. O alerta mantém-se este ano, esperando que surta o mesmo efeito e que a festa não seja ameaçada pela imprudência de alguns adeptos mais incautos.

Sébastien Ogier, Jari-Matti Latvala e Andreas Mikkelsen foram apenas alguns dos grandes nomes mundiais a acelerarem em solo português. O finlandês Latvala foi o grande vencedor, tendo terminado a prova em 3:30.35,3 horas, com 8,2 segundos de vantagem

sobre o tricampeão do mundo, Sébastien Ogier, enquanto o norueguês Andreas Mikkelsen foi o terceiro, a 28,6 segundos.

Em termos de calendário da prova deste ano, destaque para o regresso do Rally à China, pela primeira vez desde 1999, e pela troca da data da prova na Austrália (do mês de Setembro para Novembro), o que faz com que o Rally de Inglaterra (Gales) deixe de ser a última prova da época e passe a ser a penúltima.

Antes de chegar a Portugal o Campeonato Mundial ainda passa por México [4-6 março] e Argentina [22-24 abril]. Atualmente, o líder da classificação geral é o francês Sébastien Ogier com 56 pontos, resultado das vitórias em Monte-Carlo e na Suécia. Em segundo, segue o norueguês Andreas Mikkelsen com 33 pontos e a fechar o pódio está, o também norueguês, Mads Ostberg, com 27 pontos. ●



Colecção Cerimónia 2016



*Venha festejar connosco o nosso
2 Aniversário durante o mês Março*

Rua Teixeira Pascoais, n.475 - 4800-172 Azurém - Guimarães

Email: bonecareal@live.com.pt - www.facebook.com/bonecareal.pt

Tlm. 966 041 179