

Opinião



ANTÓNIO BROCHADO PEDRAS



BERNARDINO LUÍS COSTA

Spinumviva: “spina in ethica” ou imprudência?

Senhor Presidente da República (PR) designou para o próximo dia 18 de Maio a realização de eleições legislativas antecipadas, deixando bem claro, no entanto, a sua discordância com a apresentação da moção de confiança cujo chumbo tornou inevitável a queda do Governo e a consequente dissolução da Assembleia da República (AR).

Sendo por demais evidente que uma larguíssima faixa do eleitorado – mais de 70 %, segundo a generalidade das sondagens reveladas pela imprensa – não desejava a realização de tais eleições, é óbvio que no juízo de quem vota há-de pesar, em certa medida, a responsabilização pela crise aberta e a apreciação da situação ética do primeiro-ministro que esteve na base daquela moção, para além, naturalmente, do julgamento da governação exercida no curto espaço de tempo de quase um ano, do comportamento da oposição, dos programas apresentados pelas forças políticas concorrentes e do carácter e personalidade dos candidatos a primeiro-ministro que cada partido ou coligação submeterá a sufrágio.

Apesar de ter consciência de que a democracia, tal como os membros da sociedade que visa servir, é imperfeita, estando sujeita às contingências e fragilidades humanas, mas que, ainda assim, continua a ser “o pior dos regimes, à excepção de todos os outros” – para usar a celeberrima expressão de Churchill – quero crer que vale a pena reflectir sobre os erros cometidos, como forma de tentar evitar novas falhas e de credibilizar e revitalizar a política e a democracia.

A primeira lição que se pode extrair da situação em análise é a de que a um membro do governo, mormente a um primeiro-ministro, se exige a maior prudência e probidade na declaração de interesses, de rendimentos e de património e que dê também a devida importância à salvaguarda das aparências. Não porque lhe esteja vedada a propriedade de uma empresa ou de uma quota em qualquer sociedade comercial, mas porque tem de ficar evidente, sem margem para dúvidas, que os resultados da actividade desenvolvida pela empresa não são influenciados pelo exercício das funções públicas de um dos seus proprietários e fundador e que fiquem igualmente acautelados potenciais conflitos de interesses.

Ora, quer pela natureza familiar da “Spinumviva”, quer pelo papel central que nela ocupou o seu fundador – Luís Montenegro –, quer pela posição largamente maioritária do casal do primeiro-ministro no capital social da empresa (a doação da quota dele à mulher, para além de nula, não alterou o direito de propriedade do casal sobre as quotas de ambos), quer pelo objecto social que, além do mais, inclui a actividade de consultoria e negócios imobiliários quer, ainda, pela lista dos seus clientes, onde pelo menos se inclui um concessionário de jogo, com contrato com o Estado a terminar em breve, é patente que, quando Luís Montenegro tomou posse do cargo de primeiro-ministro, devia ter promovido a imediata extinção da empresa ou, pelo menos, declarar a sua situação de potencial conflito de interesses. Não o tendo feito, incorreu numa imprudência que, no mínimo, o de-

via ter levado à apresentação de um pedido público de desculpa, como bem alvitrou o conselheiro de Estado, António Lobo Xavier. Recorde-se que por uma imprudência semelhante, embora de grau algo superior – criação de duas empresas imobiliárias quando já era governante –, o secretário de Estado Adjunto e do Ordenamento do Território, Hernâni Dias, apresentou a sua demissão que, de imediato, foi aceite pelo primeiro-ministro.

A segunda ilação a retirar prende-se com as tardias e parcelares explicações dadas pelo primeiro-ministro sobre as suspeições e dúvidas levantadas pela comunicação social e pela oposição quanto à situação em causa, explicações essas que nem no parlamento foram cabais. Quem está na vida política tem de saber que, como servidor público, uma das obrigações que lhe cabe é a de esclarecer, com rigor e celeridade, os seus concidadãos sobre dúvidas ou acusações susceptíveis de pôr em causa a sua honorabilidade ou a isenção e seriedade no exercício das suas funções.

A terceira conclusão a extrair vai no sentido de que não havia necessidade de apresentação de uma moção de confiança como saída para o problema suscitado: depois de duas derrotas consecutivas de moções de rejeição – a primeira, do Chega e a segunda, do PCP –, o Governo não corria o risco de cair.

A sensação que ficou no ar foi a de que o primeiro-ministro optou pela estratégia de apresentar uma moção de confiança como forma de limpar as suspeitas de falta de ética que sobre si recaem, evitando assim o escrutínio mais aprofundado de uma comissão parlamentar de inquérito que, entretanto, o PS veio anunciar.

Uma quarta lição tem a ver com a humildade que deve caracterizar quem está na política: pôr o interesse colectivo da nação em primeiro lugar e, em segundo, o interesse do partido que representa, em detrimento do interesse pessoal na manutenção no poder. Por isso, podia e devia o primeiro-ministro, antes de mais, ter posto à consideração do PR e do seu próprio partido a possibilidade ou conveniência da sua demissão e da indicação de um novo primeiro-ministro. E isso, ao que se sabe, não aconteceu.

Uma quinta e última ilação centra-se na hipocrisia revelada pelos dois maiores partidos nacionais relativamente à moção de confiança apresentada pelo governo. À força de quererem endossar um ao outro a responsabilidade da queda do executivo, envolveram-se em acusações mútuas e em negociações de última hora, com evidente reserva mental, pois, como se percebeu, ambos desejavam eleições antecipadas.

É, pois, bem que se medite neste mau precedente. Se uma espinha na garganta é acidente que facilmente se resolve com uma atempada extracção, uma sua tardia remoção pode originar um processo inflamatório que a não ser tratado ou a sê-lo mal, pode comprometer seriamente a saúde do paciente. Assim acontece com a democracia.

A “Spinumviva” continuará como espinha cravada na ética do primeiro-ministro e temo que as legislativas de Maio não sejam o tratamento mais adequado para a desencravar. Mas o tempo e os eleitores melhor o dirão.

Uma feliz coincidência

Proponho-me rememorar dois acontecimentos de um determinado clã familiar, os quais, não tendo previamente datas coincidentes, acabaram por ocorrer no mesmo dia e por se interligarem um com o outro. No dia 19 de Março, mas de 1974, seria comemorado mais uma vez o “Dia do Pai”. Determinado pai já o era neste dia e por isso ia voltar a vivê-lo como tal; ao mesmo tempo “vinha a caminho” mais um(a) descendente; só que não se sabia com exactidão a data do nascimento.

Para o dia 19 de Março do mesmo ano estava marcada a data do regresso a casa do Manuel, vindo da guerra colonial, a qual estava no seu estertor. Graças a Deus, vinha salvo, tal como fora daqui para África, embora por certo traumatizado pelos horrores da guerra. Os seus pais, sabedores da boa-nova, planearam a ida ao aeroporto de Lisboa para receber o filho (já era o terceiro que tinha batido com os costados na dita guerra). E no alvor desse dia 19 já haviam aprontado o farnel para a viagem à capital.

O regresso dos contingentes de África a Lisboa já se fazia, nesta altura, por via aérea. Talvez por mera coincidência, três dias antes, portanto em 16, fracassara a intentona, o falhado golpe militar das Caldas [da Rainha], com a coluna militar saída do Regimento de Infantaria 5 a ser detida às portas de Lisboa e os seus cabecilhas detidos e presos pelos maiores militares detentores do poder. Golpe falhado, tubo de ensaio, ou manobra de diversão?

É altura de falar da Maria. Aquele pai atrás referido, viria a sê-lo duplamente, por coincidência no mesmo dia 19. A mãe sentia já estar iminente a hora de dar à luz. Era na época em que as ecografias haviam de ser novas de tempos futuros; desejava-se que a criança nascesse sã e perfeita. O acompanhamento da gravidez havia sido feito por uma médica obstetra, sua amiga de longa data. O único senão, aliás nada impeditivo, era exercer clínica a uns cento e vinte quilómetros de distância. E a “marota” da criança resolveu apressar a saída «da terra assombrada // Do ventre da [sua] mãe. (...).

E na madrugada desse dia 19, todo o processo do parto se acelerou. Pedida a opinião de uma parteira conhecida, que vivia na casa ao lado, ela confirmou a situação. E dispõe-se a fazer os tais cento e vinte quilómetros, munida dos instrumentos essenciais para fazer o parto a um qualquer quilómetro da Estrada Nacional. Mas havia um óbice: ter de pegar ao serviço no Posto Médico da localidade às nove horas da manhã.

É altura de entrar em cena um casal que desata este nó. Oferece-se para ir de carro de apoio; e assegurar o transporte de regresso da enfermeira-parteira a tempo de ela chegar a horas ao trabalho.

Tudo está bem quando acaba bem. Perante o desenrolar deste episódio, os avós optam por estar presentes no nascimento do(a) bebé. E o farnel, que seria para comer em Lisboa, acaba por servir de mata-bicho aos que regressam à base. “A ração não é para quem se talha; é para quem a come”.

DIAS SEM IVA

DESCONTOS
IGUAL AO VALOR DO IVA

DE 21 A 31 DE MARÇO



*Consulte as condições detalhadas nas nossas lojas. **Não acumulável com outras campanhas em vigor.***Campanha válida até 31 de março de 2025.

CIDADELA ELECTRÓNICA[®] Desde **1984**
PROFISSIONAIS em ELECTRODOMÉSTICOS Braga

VISITE-NOS

LAMAÇÕES - 253 609 900
Avenida Dom João II
Nº402/406, 4715-275 Braga

FROSSOS - 253 607 330
Rua Quinta do Carreiro
Lote 9 e 10, 4700-154 Braga

VILA VERDE - 253 310 350
Avenida António Sérgio
nº610/618, 4730-710 Vila Verde

Braga

“ O programa “Trajetos Comunicantes” relaciona arte sonora e mobilidade e vai desenrolar-se até final de novembro.



HOJE

Realiza-se a viagem inaugural dos Trajetos Comunicantes, com partida marcada às 10h30, na Praça Conde de Agrolongo.

Capital Portuguesa da Cultura leva arte sonora aos autocarros de Braga

Realiza-se hoje a viagem inaugural do Trajetos Comunicantes, programa da Braga 25 Capital Portuguesa da Cultura, que vai trazer novas experiências sonoras aos autocarros da TUB – Transportes Urbanos de Braga.

O programa “Trajetos Comunicantes” relaciona arte sonora e mobilidade e vai desenrolar-se até ao final de novembro.

Os passageiros dos autocarros de Braga são assim convidados a escutar intervenções sonoras que vão desde a rádio-arte, documentário e paisagem sonoras a performance e música.

Segundo o curador, Luís Pinto, o Trajetos Comunicantes «propõe uma



Os passageiros dos autocarros de Braga são convidados a escutar intervenções sonoras, música e documentários

viagem sonora que nos leva a sentir e a conectar com as pessoas e os locais, do centro às peri-

ferias, sempre atentos às dinâmicas quotidianas da mobilidade».

No primeiro trimestre

do programa, o Trajetos Comunicantes conta com trabalhos do duo Mobile Radio, de Sarah Wash-

ington e Knut Aufermann, um novo disco de Guache, dupla brasileira radicada em Braga e composta por

Luciana Melo e Gil Fortes, e trabalhos rádio de estudantes da licenciatura em Ciências da Comunicação da UMinho.

A viagem inaugural dos Trajetos Comunicantes vai partir da Praça Conde de Agrolongo, hoje, às 10h30, a bordo de um autocarro especial e que contará com a presença do curador do projeto, Luís Pinto; de Joana Meneses Fernandes, coordenadora executiva da Braga 25 e Sandra Cerqueira, administradora da TUB.

O criador sonoro Luís Pinto é investigador e membro da equipa de gestão de ciência do Centro de Estudos de Comunicação e Sociedade da UMinho.

MOSTRA ESTARÁ PATENTE ATÉ AO DIA 8 DE ABRIL

ULS Braga acolhe exposição traços de cor romeno-portugueses

A Unidade Local de Saúde de Braga acolheu, esta semana, a exposição ‘Traços de cor romeno-português’, da autoria do artista plástico Iulian Florescu, uma coletiva composta por 17 obras de óleo sobre tela.

A mostra estará patente na Ágora do Hospital de Braga até ao dia 8 de

abril, proporcionando um espaço único de contemplação e encontro entre a arte e a saúde.

Iulian Florescu tem mais de 40 anos de experiência nesta área, tendo-se formado na Universidade Popular de Arte da cidade de Iasi, na Roménia, tendo dedicado a sua carreira à representação de cenas do quotidiano,

paisagens e fragmentos urbanos.

«Esta é a minha pintura, a minha arte. Diversos temas da vida, das casas, da rua e das paisagens. Adoro a diversidade que encontro diariamente. Não faltam temas para a realização das obras que exponho. Adoro expor o meu trabalho nos locais onde sinto que é realmen-

te apreciado. Aqui, onde os doentes são tratados e muitas vezes curados, trago a minha arte, o meu contributo, espero eu, bonito e com o intuito curativo para eles» afirma Iulian Florescu.

A ULS Braga reitera a importância da arte como elemento essencial na humanização dos espaços hospitalares.



Iulian Florescu é o pintor que expõe na Ágora do Hospital

TURMAS DO ENSINO PROFISSIONAL DOS CURSOS DE TÉCNICO DE PROCESSAMENTO E CONTROLO DA QUALIDADE ALIMENTAR E TÉCNICO DE MULTIMÉDIA

Alunos do 10.º ano do Colégio Alfacoop visitaram o *Diário do Minho*

☉ CARLA ESTEVES

Dois turmas do 10.º ano do Colégio Alfacoop, acompanhados dos professores Ricardo Guimarães e Raquel Osório, visitaram, ontem, as instalações do Diário do Minho.

Os alunos do Ensino Profissional, do curso de Técnico de Processamento e Controlo da Qualidade Alimentar e do curso de Técnico de Multimédia conheceram um pouco mais acerca do quotidiano do grupo Diário do Minho e sobre a influência dos meios de comunicação social na sociedade.

Os jovens mostram-se muito interessados em todo o processo de realização de um jornal diário



Os alunos conheceram as várias seções do Grupo *Diário do Minho*

rio e sobre a importância da imagem na televisão e nos jornais.

Os docentes adiantaram que, no âmbito da

disciplina de Área de Integração será abordada a questão da comunicação e a construção do indivíduo, sendo importante

que os estudantes compreendam que existem diferentes formas de comunicação, além da verbal, incentivando-os à leitura

enquanto forma de enriquecimento do vocabulário e da cultura.

Na área de TIC os docentes pretenderam dar a

conhecer aos alunos todo o processo de realização de um jornal, incluindo a parte técnica, para posteriormente também eles criarem e elaborarem os seus artigos.

As duas turmas tiveram ainda a oportunidade de visitar as diversas seções do grupo Diário do Minho, nomeadamente a redação do jornal diário, a revista Minha, a DMTV e a Paginação.

A visita à gráfica foi um dos momentos mais dinâmicos e mostrou-se também fundamental para sedimentar as competências e compreender o processo de realização das obras realizadas pelo grupo, desde os jornais às revistas, passando pelos livros, entre muitos outros.

Francisco de Assis

HOJE SÃO LANÇADOS OS EUROPEAN CAPITAL OF INNOVATION AWARDS 2026

Braga afirma-se como polo europeu de inovação e tecnologia

“O ecossistema de Inovação de Braga: Uma Porta de Entrada para o Deep Tech Europeu”, foi o mote do evento que reuniu empreendedores, investidores e representantes institucionais para debater o futuro da inovação e da tecnologia de ponta na Europa. A iniciativa, realizada ontem no gnration, contou com a participação de representantes do European Innovation Council (EIC), da Agência Nacional de Inovação (ANI), da Startup Braga e de diversos protagonistas do ecossistema



Ontem, no gnration, teve lugar um evento que reuniu representantes de várias instituições

ma de inovação da cidade. O evento teve início com uma apresentação da Startup Braga, conduzida por Luís Rodrigues, que destacou as iniciati-

vas em curso e a estratégia de crescimento da incubadora de startups. Este evento, realizado na antecâmara do lançamento dos European Capital of

Innovation Awards 2026, que decorre hoje, em Braga, traduz o papel da Cidade como um dos principais hubs de inovação e tecnologia.

BREVE

INVESTIGADORES DO INL REVELAM AVANÇO INÉDITO NA FÍSICA QUÂNTICA

ÍMANES QUÂNTICOS Investigadores do Laboratório Ibérico Internacional de Nanotecnologia (INL), em colaboração com uma equipa internacional, alcançaram um marco importante no estudo das propriedades quânticas da matéria, agora publicado na prestigiada revista científica *Nature Materials*.

A equipa conseguiu construir e estudar cadeias de moléculas que se comportam como minúsculos ímanes quânticos.

«A entusiasmante novidade é a capacidade de se controlar com precisão o tamanho dessas cadeias e medir como o hiato energético evolui à medida que a cadeia cresce – um feito inédito até agora», explica João Henriques, investigador do INL envolvido na descoberta.

Os resultados confirmam previsões fundamentais da física quântica e podem ter impacto no desenvolvimento de novos materiais magnéticos à escala atómica.



BREVES

GNR DETÉM EM DUME INDIVÍDUO POR FURTO NO INTERIOR DE CARROS

CRIME Um homem com 51 anos foi detido, antontem, por furtos em interior de veículos, na freguesia de Dume, em Braga, informou a GNR.

A detenção deu-se «no âmbito de uma investigação de múltiplos furtos em interior de veículo», tendo os militares realizado «diligências policiais que permitiram identificar e localizar o suspeito». A investigação resultou no cumprimento de duas buscas, uma domiciliária e outra em veículo, culminando na detenção do suspeito e na apreensão de 620 euros em dinheiro, uma chave-mestra, uma gazua, um canivete suíço e um alicate.

BNI BEST COMEMORA ANIVERSÁRIO COM GALA SOLIDÁRIA NO MELIÀ

DIA 28 DE MARÇO A Gala Solidária do 13.º Aniversário do BNI Best vai realizar-se no Hotel Meliã, no dia 28 de março, pelas 20h00.

Este evento, para além de comemorar o aniversário do BNI Best e os funcionários que se destacaram durante o último ano, tem como objetivo apoiar a Associação Adolescere, uma instituição dedicada ao bem-estar e desenvolvimento dos jovens.

«Será uma noite de networking, confraternização e solidariedade, reunindo empresários e líderes da nossa comunidade num ambiente de elegância e propósito», explica fonte do BNI Best.

SESSÃO DO ACELERAR O NORTE SOBRE INTERNACIONALIZAÇÃO DE NEGÓCIOS

EMPRESAS No próxima quarta-feira, dia 26 de março, através da Aceleradora de Comércio Digital de Braga e em parceria com a Associação Empresarial de Braga, o Acelerar o Norte vai estar em Braga para uma sessão, na sede da AEB, das 14h30 às 16h30.

«Internacionalizar o seu negócio» é o tema desta sessão, cuja sessão de boas-vindas será proferida por Fernando Ferreira Lopes, gestor de transição digital da Aceleradora de Comércio Digital de Braga.

Segue-se o workshop orientado por Tatiana Araújo, consultora na área digital que dará uma visão geral dos mercados internacionais de comércio eletrónico e falará de estratégias de internacionalização online e financiamento comunitário para a internacionalização.

Dirigido aos empresários do Norte de Portugal dos setores do comércio, serviços pessoais e da restauração e similares, o Roadshow de Capacitação do Norte visa promover, gratuitamente, workshops sobre diversas temáticas para qualificar as empresas aderentes ao projeto.

PARTIDO REUNIU COM ADMINISTRAÇÃO DA ULS BRAGA E COM OS SINDICATOS

PCP diz que entrega da ULS Braga à gestão privada é «crime social»

Na sequência da recente decisão do Governo PSD/CDS de entregar à gestão privada cinco Unidades Locais de Saúde no país, incluindo a de Braga, uma delegação do PCP, com a participação de Alfredo Maia, deputado à Assembleia da República, João Baptista, candidato da CDU à Câmara de Braga, e Sandra Cardoso, membro da Assembleia Municipal de Braga, reuniu com a Administração da ULS Braga e com os sindicatos representativos dos trabalhadores dos respetivos trabalhadores.

Para o partido, «a decisão do Governo PSD/CDS de novas Parcerias Público-Privadas constitui um novo e grave passo na estratégia de ataque e destruição do SNS». «Uma decisão inaceitável que lesa os direitos da população no seu acesso aos cuidados de saúde e ameaça os direitos e condições de trabalho dos profissionais. Uma decisão que compromete o interesse público e cria uma instabilidade agravada na gestão das unidades do SNS, a somar à acentuada falta de meios humanos e financeiros e à onda de demissões e substituições de conselheiros de administração. Decisão tão mais ilegítima quando adotada por um Governo derrotado a poucas horas de ser demitido», refere, em comunicado.

Acrescenta que se trata «de uma decisão que, somando-se a outras medidas incluídas no chamado Plano de Emergência e Transformação da Saúde, a concretizar-se, significaria a privatização dos cuidados de saúde primá-



O PCP considera «inaceitável» decisão que «lesa» direito ao acesso à saúde

rios para pelo menos 2,5 milhões de pessoas, cerca de um quarto da população do país».

«Aproveitando a estrutura criada pelo anterior Governo do PS, que criou as Unidades Locais de Saúde, o Governo PSD/CDS lançou o processo de privatização da gestão, não só de cinco importantes hospitais do SNS, mas também das unidades dos cuidados primários de saúde que lhes foram anexadas no início de 2024», sustenta o PCP de Braga, considerando que estas medidas «subordinariam os cuidados primários de saúde aos objetivos de lucro dos grupos económicos que viessem a deter a sua gestão, acentuando a desvalorização das políticas de promoção da saúde e prevenção da doença, incrementando uma visão hospitalocêntrica e condicionando de forma decisiva a sua autonomia».

Para o PCP, «o Governo PSD/CDS, na sequência do anterior governo do PS, não resolveu os problemas de carência

de profissionais de saúde, manteve um investimento muito baixo, limitou a autonomia, asfixiou financeiramente as instituições públicas de saúde e centralizou decisões na direção executiva e no Ministério, criando enormes dificuldades ao SNS. É o mesmo Governo que vem agora concluir que a solução para os problemas que ele próprio criou e agravou é entregar unidades públicas aos grupos económicos privados», vinca.

Lembra ainda que, «durante 10 anos de gestão privada do Hospital de Braga, apesar dos inúmeros problemas que afetaram Braga e a sua população – recordemos a recusa de medicamentos a utentes, a transferência

indevida de utentes para outros hospitais, o corte de serviços em várias especialidades médicas ou ainda o encerramento da urgência pediátrica durante a noite – nunca o município emitiu um comunicado, nunca se ouviu a voz preocupada do presidente Ricardo Rio, o que é bastante revelador da hipocrisia da posição que hoje diz defender».

«O fim da PPP que geria este hospital foi uma importante decisão para a qual foi decisiva a constante intervenção do PCP. Como era de prever, desde então mantém-se uma feroz batalha de propaganda, desvirtuando factos, omitindo dados fundamentais, explorando carências reais que persistem, procurando confundir a população e criar as condições para fazer andar para trás o que luta e a contribuição do PCP fizeram andar para a frente», dá nota, sublinhando que «os problemas do Hospital de Braga não resultam do fim da PPP mas sim da falta de investimento no SNS», vinca.



As novas parcerias PPP são um novo e grave passo para a destruição do SNS.

“CAPTURAR, ESTERILIZAR, DEVOLVER” DECORRE DESDE 2018

Projeto do município permitiu esterilizar 1734 gatos

Desde 2018 que o município de Braga já apoiou a esterilização de 1734 gatos através do projeto Capturar, Esterilizar, Devolver (CED), num total de 387 machos e 1347 fêmeas., informou a autarquia.

Segundo a mesma fonte, em 2024 foram 542 os felídeos esterilizados - 148 machos e 394 fêmeas. «Estima-se que o trabalho desenvolvido nos últimos seis anos tenha permitido o controlo de cerca de 4000 ninhadas e evitado o nascimento de 20 mil felídeos», acrescenta.

Implementado em 2018, este programa visa o controlo da reprodução de gatos assilvestrados no concelho e é acompanhado pelas associações locais de proteção animal e pelos seus cuidadores.

Os animais mais jovens e com um comportamento «dócil» são retirados das colónias e encontram-se disponíveis para adoção responsável. À data já existem várias colónias controladas, o que tem permitido reduzir significativamente o número de animais em cada uma delas.

De acordo com Altino Bessa, vereador do ambiente, estes resultados são possíveis graças a um



Ao todo, foram esterilizados 387 machos e 1347 fêmeas

trabalho em rede cimentado, equipas dedicadas e uma constante preocupação com a saúde animal, a saúde pública e a promoção do bem-estar dos animais.

«O programa CED tem-se revelado fundamental no terreno, assumindo um papel estruturante na nossa política de proteção animal. Reconhecendo a importância deste projeto, reforçamos a verba disponível para 2024 e elevamos o investimento total para 46 mil euros», afirmou.

O vereador sublinhou ainda que «graças ao trabalho incansável de inúmeros voluntários e cuidadores» nas mais diversas

áreas e a uma rede de apoio comunitária bem organizada, as condições de saúde e proteção animal foram significativamente melhoradas.

«Paralelamente, reforçamos a saúde pública, numa perspetiva de responsabilidade municipal. Consideramos que a promoção do bem-estar animal é uma responsabilidade coletiva que impacta diretamente a qualidade de vida no nosso concelho. Com políticas públicas eficientes e o envolvimento da comunidade, temos conseguido avançar na proteção dos animais e na construção de um ambiente mais harmonioso para todos», disse.

No âmbito deste programa, todos os animais são identificados e registados na base de dados SIAC são vacinados contra a raiva, desparasitados interna e externamente e esterilizados.

As intervenções médico-veterinárias são integralmente suportadas pelo município, por via do Programa Nacional Cheque Veterinário, da Ordem dos Médicos Veterinários. A par disto, as associações podem recorrer à verba do CED para o tratamento de animais doentes (através do Cheque de Tratamento) e para a realização de análises médico-veterinárias (Cheque de Análise).

BREVES

CAPELA DE GUADALUPE COMEMORA 300 ANOS

ENTRE HOJE E DOMINGO O Bispo Auxiliar de Braga, D. Delfim Gomes vai presidir à eucaristia evocativa dos 300 anos da Capela de Guadalupe, agendada para este domingo, dia 23 de março, às 11h00.

Nesta celebração, que conta com a presença do presidente do Município de Braga, Ricardo Rio, «pretende-se mostrar a dinâmica da comunidade da Capela, atestando a vitalidade da paróquia de S. Victor, voltando, também, a dedicar a Capela de Guadalupe à proteção da cidade, a partir da inscrição da frontaria que refere “Protegam Urbam Istam” (protegerei esta cidade)», refere Flávia Silva, Juiz Presidente da Irmandade de Guadalupe. No fim da eucaristia será descerrada uma lápide evocativa destes 300 anos.



Mas antes, amanhã, às 10h00, a associação Braga+ realiza uma visita guiada à Capela e ao Bairro do Reduto, com ponto de encontro no Campo Novo. A visita será guiada por Rui Ferreira e conta com o apoio da JovemCoop, da Junta de Freguesia de S. Victor e do Grupo Coral de Guadalupe.

A abertura das festividades decorre já hoje, às 21h00, com um concerto poético, interpretado pela associação de artes Interseção.

A participação em todos os eventos é gratuita.

IDOSOS DO CENTRO HISTÓRICO VOTAM RELATÓRIO DE CONTAS

AMANHÃ A Associação de Idosos do Centro Histórico de Braga reúne amanhã, dia 22 de março, pelas 14h30, na sua sede social (Rua do Ferraz), para apreciar, discutir e votar o Relatório de Contas e Parecer do Conselho Fiscal do exercício de 2024.

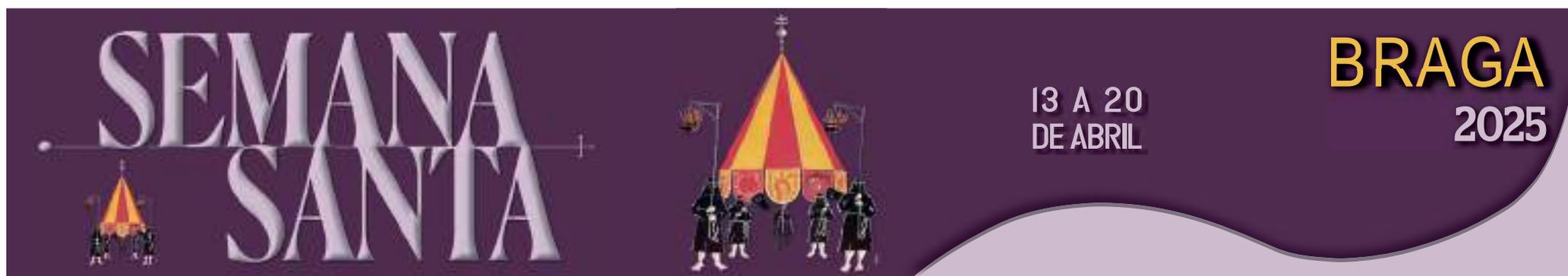
Se à hora marcada não estiver presente número legal de associados a Assembleia reúne às 15h00.

De referir que só os sócios com a cota em dia podem participar.

Publicidade



TORRESTIR
www.torrestir.com



Programa cultural enriquece Semana Santa e transmite legado de Braga a novos públicos

☉ CARLA ESTEVES

A Semana Santa de Braga cresce de ano para ano em cultura e tradição, investindo num programa cultural cada vez mais rico e diversificado, que tem permitido acrescentar uma dinâmica artística e expressiva muito própria à inquestionável riqueza das celebrações religiosas na Capital do Minho.

Destinado a todos os públicos, e organizado de forma a alcançar cada um deles na sua especificidade, este programa cultural inclui concertos, espetáculos, exposições, concursos, apresentações de livros, visitas guiadas, ciclos de conferências, e este ano, trará ainda a novidade de um estudo científico. O objetivo é criar novas áreas de interesse, atrair novos públicos, impulsionar o turismo, e garantir a manutenção do interesse das novas gerações para que este le-



Gil Carvalho assegura que as iniciativas culturais fomentam a participação do público

gado ímpar seja perpetuado através dos tempos.

Em entrevista ao Diário do Minho, Gil Carvalho, membro da Comissão da Semana Santa de Braga, explicou que «na conceção deste programa cultural se tem procurado conservar a tradição e o sentido original de

todas as comemorações, dos mistérios da Paixão, da morte e da ressurreição de Cristo, mas tal só é possível através do envolvimento, de forma direta, de todos aqueles que vivem na nossa cidade».

«É sobretudo para chamar os bracarenses a participarem cada vez mais,

a estarem mais presentes, que temos desenvolvido um conjunto de iniciativas para fomentar e potenciar esse envolvimento», adiantou Gil Carvalho, sustentando que «o objetivo é chamar a comunidade a integrar as diversas iniciativas realizadas não só na Semana Santa,

mas também ao longo da Quaresma».

Sabendo, por experiência, que o envolvimento começa com os mais novos, este ano será dada continuidade ao concurso de desenho «A Semana Santa de Braga», destinado às escolas de ensino básico do concelho. A iniciativa já vai na sua quarta edição e tem ajudado a desenvolver, junto dos mais pequenos, o conhecimento e gosto pelas tradições da Páscoa em Braga.

«Começámos a trabalhar muito cedo, logo no início do ano letivo, diretamente com o Plano da Educação do Município, de maneira a que as escolas incluam no seu projeto curricular a realização dos trabalhos e se organizem. O concurso foi formalmente lançado em fevereiro e as crianças inscritas já podem participar», esclareceu.

Segundo Gil Carvalho o concurso tem permitido sensibilizar e estimu-

lar a participação não só das escolas e das crianças, mas de toda a comunidade e das famílias.

Tendo como tema a Semana Santa de Braga, o concurso (que tem suscitado um interesse cada vez maior por parte das escolas) consiste na elaboração de desenhos em formatos A4 ou A3, recorrendo aos uso de diversos materiais, e inspirado nos diversos momentos vividos neste período.

O dia 7 de abril será a data limite para a recepção dos trabalhos, que posteriormente serão objeto de apreciação por parte de um júri constituído por membros da Comissão da Semana Santa de Braga, que irão escolher três vencedores, que receberão um prémio surpresa. Os trabalhos serão expostos no Tesouro Museu da Sé de Braga, de 16 de abril a 12 de maio, e os concorrentes serão distinguidos na quarta-feira Santa.

Concurso de Criatividade Sénior 2025 incentiva a realização de cruces floridas

Este ano, a Comissão da Quaresma e da Semana Santa, lançou o Concurso de Criatividade Sénior 2025, dirigido a toda a comunidade sénior de Braga, e tendo por objetivo envolver, valorizar e divulgar a criatividade dos mais idosos, com ampla experiência de vida e saberes acrescentados ao longo dos anos.

«Além de preservarmos as tradições, queremos sempre inovar e trazer algo novo, acrescentando

mais valor, e queremos, por isso, também chegar aos mais idosos, trazê-los para toda esta vivência, levá-los a partilhar connosco. Neste concurso, podem participar todas as instituições que acolhem e trabalham com pessoas idosas, estimulando a vivência desta época tão especial em Braga».

O concurso já foi lançado junto das instituições e incentiva a utilização de diversos materiais e técnicas. A instituição pode selecionar até dez cruces para serem expostas, após a Páscoa, num local público ainda a designar. Os melhores receberão prémios.



Região



Neste tempos de incerteza, medo e desconfiança é muito bom ver esta festa. Celebramos a ciência.



HOJE

A Irmandade de São Bento da Porta Aberta celebra o Dia Mundial da Árvore. A ação conta com a presença do Bispo Auxiliar de Braga, D. Delfim Gomes, e do presidente da Câmara de Terras de Bouro, Manuel Tibo.

Arcos de Valdevez quer ser farol do conhecimento no Alto Minho

☉ JOSÉ CARLOS FERREIRA

O presidente da Câmara de Arcos de Valdevez disse que o seu território quer ser farol do conhecimento no Alto Minho.

A vontade foi expressa por João Manuel Esteves em declarações aos jornalistas depois da sessão de abertura do AltoMinho Science Fest, que contou com a presença do ministro da Educação, Ciência e Inovação.

«Nós temos um projeto montado, temos uma estratégia, temos um ecossistema inovador e promotor do conhecimento», disse o autarca, enumerando em concreto o polo de ensino superior em Arcos de Valdevez do Instituto Politécnico de Viana do Castelo; o projeto dos três Centros Tecnológicos Especializados, um na escola profissional e dois na Escola Secundária; o projeto do Centro Tecnológico Inovação, que faz parte da rede nacional de Centros de Inovação para as Empresas; a Branda



A sessão de abertura do Alto Minho Science Fest contou com a presença do ministro da Educação

Científica; e o projeto da Quinta de Ciência Viva. «Portanto, há um conjunto de projetos cujo objetivo principal é elevar a qualificação das pessoas, com isso criar condições para que haja empregos para que haja empregos mais qualificados, atrair empresas mais qualificadas, criar mais rendimento, e contribuir para que

seja possível fixar pessoas e atrair investimento para melhorar a qualidade de vida em Arcos de Valdevez», salientou depois da sessão de abertura do AltoMinho Science Fest, que vai decorrer até amanhã, dia 22 de março, no Centro de Ciência Viva de Arcos de Valdevez. Na abertura esteve presente

o ministro da Educação, Ciência e Inovação, que evidenciou a importância dos projetos que têm sido desenvolvidos em Arcos de Valdevez. «De facto, merecem ser conhecidos e têm contribuído muito para o desenvolvimento e para o alargamento do acesso ao conhecimento a to-

dos os cidadãos de Arcos de Valdevez e dos concelhos vizinhos», disse Fernando Alexandre. O ministro elogiou depois o trabalho realizado pelo Centro Ciência, que disse ser reconhecido a nível nacional e internacional. «É um projeto muito importante na divulgação da cultura científica, da

cultura do conhecimento, tem chegado a centenas, milhares de alunos nestes quase de 30 anos e tem contribuído muito para o desenvolvimento da cultura científica em Portugal», disse.

À saída da sessão e depois de visitar o AltoMinho Science Fest, Fernando Alexandre reconheceu também o papel do Centro Ciência Viva de Arcos de Valdevez, inaugurado durante a pandemia. «É um dos bons exemplos que temos, e felizmente temos muitos pelo território, que permite uma formação mais integral dos alunos», disse. O ministro da Educação, Ciência e Inovação evidenciou ainda o trabalho realizado pela Câmara de Arcos de Valdevez em parceria com as instituições com quem trabalha nesta área, reconhecendo que isso tem tido um impacto na Educação dos jovens, não só do concelho, mas também da região, e que isso irá contribuir para o desenvolvimento do território.

Câmara quer criar Quinta Ciência Viva das plantas

O presidente da Câmara de Arcos de Valdevez revelou ontem na sessão de abertura do AltoMinho Science Fest que a autarquia pretende criar uma Quinta Ciência Viva dedicada às Plantas e aos Aromas, no antigo Centro de Formação Agrícola.

João Manuel Esteves adiantou que esta quinta ficará situada em Monte Redondo e a sua criação será negociada dentro de dias com a Agência Nacional

Ciência Viva, cuja presidente, Rosalina Vargas, também estava presente nesta sessão de abertura do AltoMinho Science Fest.

No que diz respeito ao Centro Ciência Viva de Arcos de Valdevez, o seu diretor, José Carlos Fernandes sublinhou que, em três anos, este equipamento recebeu mais de 47 mil visitantes.

O diretor realçou ainda que o Centro Ciência Viva de Arcos de Valdevez desenvolveu muito projetos e, por isso, sabe os trilhos que pretende concretizar na divulgação da ciência.



BREVE

GNR DETÉM INDIVÍDUO EM CERVEIRA POR FURTO EM VEÍCULO

CRIME A GNR do Posto Territorial de Vila Nova de Cerveira deteve um homem de 28 anos e constituiu arguido um homem de 25 anos por furto em interior de veículo, no concelho de Vila Nova de Cerveira, revelou fonte daquela força militar em comunicado enviado à comunicação social.

Na sequência de uma denúncia a dar conta de um furto em veículo, os militares da Guarda Nacional Republicana encetaram de imediato diligências policiais que permitiram localizar e intercepar os suspeitos logo após o furto e enquanto tentavam fugir do local numa viatura. No seguimento da ação, acrescenta a mesma fonte, foi possível constatar que os suspeitos estavam na posse do material furtado, que foi restituído ao seu legítimo proprietário.

No comunicado emitido pelo Comando Territorial de Viana do Castelo, através do Posto Territorial de Vila Nova de Cerveira, salienta-se ainda que o suspeito de 28 anos foi detido, e o de 25 anos foi constituído arguidos.

Os factos foram comunicados ao Tribunal Judicial de Vila Nova de Cerveira, conclui a GNR no comunicado enviado.

MINISTRO DA EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO MARCOU PRESENÇA NO LANÇAMENTO DA OBRA

Arcos de Valdevez iniciou construção de residência académica

A Câmara de Arcos de Valdevez iniciou ontem as obras de adaptação de uma antiga escola primária encerrada em 2017 numa residência académica.

A cerimónia de lançamento da obra foi presidida pelo ministro da Educação, Ciência e Inovação, Fernando Alexandre, prevendo-se que a conclusão dos trabalhos aconteça em dezembro deste ano.

Preservando a traça original do edifício, esta residência vai ter a capacidade para 27 estudantes e deverá servir os alunos do pólo de Arcos de Valdevez do Instituto Politécnico de Viana do Castelo.

Na cerimónia, o ministro da Educação, depois de perceber que ali estavam pessoas que tinham aprendido as primeiras letras nesta escola, considerou que uma das vantagens desta reabilitação



Descerramento da placa do lançamento da obra da residência académica

para construir a residência universitária é manter o património que encerra muitas memórias.

«Outra razão pela qual ela é muito importante é porque vai permitir o acesso ao alojamento a 27 estudantes. Não são muitos, mas, como dizia ao

senhor presidente, se ela ficar esgotada rapidamente, ele sabe que tem de arranjar maneira de construir mais», disse. Para o governante, se Arcos de Valdevez conseguir fazer crescer o pólo que alberga do IPVC, «isso vai ser muito importante para a

região, porque, não só fica mais estudantes aqui da região, como atrai estudantes de fora, que são aqueles que, precisamente, virão viver para esta residência», acrescentou.

Nesta deslocação a Arcos de Valdevez, o ministro da Educação, Ciência

e Inovação lançou ainda uma outra obra. Fernando Alexandre lançou a construção da casa da Escola Ensino Artístico de Arcos de Valdevez, esperando-se que esteja concluída dentro de um ano.

O presidente da Câmara de Arcos de Valdevez explicou aos jornalistas que o ensino artístico começou no concelho com o envolvimento do Conservatório de Arcos de Valdevez e o Agrupamento de Escolas. «Começámos a crescer e estamos com cerca de cem alunos, mas o projeto que queremos é chegar aos cerca de 400 alunos», disse João Manuel Esteves. A obra, explicou o autarca, visa criar um edifício completamente novo, com salas para dança, para música, para teatro, com um auditório. «Queremos criar condições técnicas e boas instalações pra dar um salto imenso na aprendizagem», disse.

«MÁ UTILIZAÇÃO DE FOGO» PODE ESTAR NA ORIGEM DA SITUAÇÃO QUE SE JUNTO AO MAU TEMPO

Concelhos de Arcos, Coura e Barca atingidos por fogos rurais

A zona de Arcos de Valdevez foi a mais afetada pelos fogos rurais, mas registaram-se também nos concelhos de Paredes de Coura e Ponte da Barca.

Questionado sobre uma possível origem criminosa dos fogos, o adjunto de operações da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção

Civil, Alexandre Penha, respondeu apenas com a constatação de «má utilização de fogo», mas remeteu a averiguação das causas para as entidades competentes.

Segundo o Comando Sub-Regional do Alto Minho, nenhuma habitação chegou a ser afetada pelos vários incêndios, apesar de terem estado em

risco, e não há registo de vítimas. O comandante dos bombeiros de Arcos de Valdevez referiu que duas freguesias chegaram a ser ameaçadas pelas chamas e que estiveram a ser ponderadas evacuações.

Aos fogos registados, juntou-se outra fonte de preocupação, a passagem da depressão Martinho, com ventos fortes que mo-

tivaram um aviso meteorológico laranja. O distrito de Viana do Castelo esteve, inicialmente, sob aviso amarelo, tendo depois passado para aviso laranja, por causa de rajadas de vento na ordem dos 120 quilómetros hora nas serras.

Entretanto, a previsão para as próximas horas não parecem ser de me-

lhorias de tempo. A Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, em conferência de imprensa, alertou para o agravamento da situação meteorológica no território do continente nos próximos dias, com precipitação por vezes forte, vento e agitação marítima, no âmbito da passagem da depressão Martinho.

OBRA DE 1,3 MILHÕES FOI ONTEM INAUGURADA

Militares da GNR de Lordelo têm casa nova depois de décadas sem condições



Novo Posto da GNR de Lordelo oferece aos militares melhores condições de conforto e operacionalidade

O novo posto da Guarda Nacional Republicana (GNR) na vila de Lordelo, em Guimarães, foi ontem inaugurado pela ministra da Administração Interna. O novo edifício, situado no Parque Industrial de Mide, custou cerca de 1,3 milhões de euros e vem oferecer «instalações funcionais, confortáveis e dignas» aos militares da Guarda. A obra demorou décadas a concretizar-se e veio colocar termo à degradação e falta de condições.

☎ RUI DE LEMOS

Os militares da GNR de Lordelo têm, finalmente, desde ontem, um posto novo que oferece «uma assinalável melhoria» nas condições de conforto, trabalho e funcionamento. A nova infraestrutura resulta de um contrato interadmi-

nistrativo que envolveu o Ministério da Administração Interna, a Câmara Municipal de Guimarães e a GNR, ascendeu a cerca de 1,3 milhões de euros e colocou termo à falta de condições que ao longo de cerca de duas décadas os militares tiveram que suportar.

Decorrido «um longo

processo», com notícias de falta de condições e a «situação miserável» das antigas instalações, aquela nova obra vem satisfazer «uma aspiração que já há muito era sentida quer pela Guarda, quer pela população local», assinalou o Comandante-Geral da GNR, Tenente-General Rui Alberto Veloso, na cerimónia inaugural, presidida pela ministra da Administração Interna. O novo posto garante «um ambiente de trabalho mais confortável e motivante, assegurando em simultâneo a modernização, funcionalidade e adequabilidade das infraestruturas, indispensáveis à qualidade do serviço prestado», valorizou o responsável máximo da GNR.

O novo posto ontem

CONTRATOS PARA OS POSTOS DE VIZELA E DAS TAIPAS AVANÇAM EM BREVE

O Secretário-Geral da Administração Interna, Ricardo Carrilho, garantiu, ontem, que o Governo vai investir mais de 93 milhões de euros na melhoria de um conjunto de 70 instalações das forças de segurança em todo o país. Neste âmbito, ainda segundo o mesmo responsável, os contratos interadministrativos com as respetivas autarquias para a requalificação e construção dos postos da GNR de Vizela e Caldas das Taipas serão assinados «nas próximas duas a três semanas», com valores respetivos na ordem dos 1,3 milhões, permitindo que aquelas duas novas obras possam ser uma realidade a muito breve prazo.



inaugurado constitui também um «importante passo» na consolidação dos níveis de proteção e segurança na região «ao permitir excelentes condições de trabalho para que possamos continuar a apostar na prevenção e no combate a qualquer tipo de violência, bem como no apoio e proteção da população mais vulnerável», valorizou o Tenente-General Rui Alberto Veloso.

A nova obra resulta da cooperação entre o Ministério da Administração Interna, Câmara Municipal de Guimarães e a GNR, numa «união de esforços» saudada por todos os responsáveis. «Esta é uma obra muito bem conseguida fruto de uma cooperação saudável, que juntou muitas competências e vontades», saudou e elogiou o autarca vimaranense Domingos Bragança.

O edifício constitui-se em dois pisos, com uma área de serviços de polícia, acolhimento público e detenção. No rés-do-chão, localizam-se os espaços de formação, convívio e refeições dos militares, em proximidade com estacionamento interno e áreas de apoio logístico. Num ponto estratégico, encontra-se um espaço de descompressão de corredores e acessos, com ligação ao piso de descanso, ginásio e higiene dos militares. «Este é um dia importante para a GNR e para a população porque houve um trabalho de enorme cooperação para concretizar as soluções que dão resposta às necessidades da população que todos nós servimos», concluiu a ministra Margarida Velasco.

BREVES

HOMEM DE 25 ANOS DETIDO POR TRÁFICO DE ESTUPEFACIENTES

GUIMARÃES A Polícia de Segurança Pública procedeu à detenção de um cidadão com 25 anos de idade, na cidade de Guimarães, por posse de produto estupefaciente, informou ontem a força de segurança.

Segundo a PSP, na última terça-feira, pelas 15H00, na cidade de Guimarães, os polícias que se encontravam de policiamento preventivo, procederam à detenção daquele cidadão por posse de produto estupefaciente. Aquando abordagem policial, o mesmo tinha em sua posse haxixe suficiente para cerca de 17 doses, que lhe foram apreendidas.

O detido foi notificado para comparecer no Tribunal Judicial de Vila Nova de Famalicão.



DETIDOS POR CONDUÇÃO ILEGAL E CONDUÇÃO SOB O EFEITO DO ÁLCOOL

FAMALICÃO A PSP deteve um cidadão de 38 anos de idade por condução ilegal, na cidade de Famalicão.

Segundo a PSP, na passada terça-feira, pelas 14H10, na cidade de Vila Nova de Famalicão, no decorrer de uma fiscalização, foi detido um cidadão com 38 anos de idade, por não possuir qualquer documento que o habilitasse para o exercício da condução.

O detido foi notificado para comparecer no Tribunal Judicial de Vila Nova de Famalicão.

De igual modo, no mesmo dia, nas cidades de Vila Nova de Famalicão e de Guimarães, foram detidos quatro cidadãos, com idades compreendidas entre os 49 e 59 anos, por condução de veículo automóvel com taxa de alcoolemia superior à permitida por lei, tendo os mesmos acusado uma TAS entre 1,32 e 1,89 g/l no sangue.

Os detidos foram notificados para comparecerem junto dos respetivos Tribunais.

GUIMARÃES PROMOVE SESSÃO ONLINE PARA PESSOAS AUTISTAS

INCLUSÃO No dia 2 de abril de 2025, às 15h00, o Fórum Municipal das Pessoas com Deficiência de Guimarães promove uma Ação de Sensibilização online intitulada “Verbais ou não, temos voz e opinião”, dedicada à importância da linguagem inclusiva para pessoas autistas.

A iniciativa visa atualizar e divulgar a linguagem inclusiva, desmistificar estereótipos e promover a participação ativa da comunidade autista nos debates públicos e na tomada de decisões políticas. A sessão contará com a parceria da Associação Portuguesa Voz do Autista e terá como oradora a coordenadora Eva Marques (Lia Wolf), que abordará temas como a neurodiversidade, a simbologia e nomenclatura.

ELIMINATÓRIA DO FESTIVAL TERMÓMETRO

Festival criado por Fernando Alvim passa por Guimarães

O festival que mede temperatura da música portuguesa do amanhã, o Festival Termómetro 2025, vai passar por Guimarães no próximo dia 23 de março, às 18h00, no Café Concerto do Centro Cultural Vila Flor, com entrada gratuita. O concerto de Filipe Furtado promete ser o culminar de um final de tarde de altas temperaturas.

De acordo com informação divulgada pela Câmara de Guimarães, Chat GRP, Polivalente e Criatura-dança são os nomes selecionados para uma das oito eliminatórias previstas para a 28ª edição do Festival Termómetro. Guimarães irá acolher o segundo momento das provas anuais de música do festival criado pelo apresentador e locutor da Antena 3 Fernando Alvim.

Recorde-se que o Festival Termómetro é uma



Café Concerto do CCVF acolhe o evento

mostra anual de bandas emergentes, um festival que tem participação aberta a todas as bandas e/ou músicos, nacionais ou estrangeiros, tenham ou não contrato discográfico, tenham ou não discos editados. Criado em 1994, o Festival Termó-

metro tem um histórico considerável. Vencendo-o ou não, foi neste festival que muitas bandas e artistas se revelaram ao mundo.

Entre as estrelas que passaram pelos palcos do Termómetro, destaca-se para os projetos Or-

natos Violeta, Capicua, Noiserv, Ana Bacalhau e, muito recentemente, os vimaranenses Tyroliro, vencedores da edição de 2022 do Festival Termómetro. A grande final do festival de 2025 vai acontecer em Lisboa, no dia 17 de maio.

PROJETO DE INVESTIGAÇÃO COLABORATIVA

Guimarães olha o Teatro Jordão pelas memórias dos espectadores

Esta sexta-feira, dia 21 de março, às 18h00, o Arquivo Municipal Alfredo Pimenta acolhe a apresentação do “Arquivo de Espectadores”, um projeto de investigação colaborativa e de ciência cidadã, desenvolvido por Manuela Ferreira, no âmbito das Bolsas de Investigação do IMPACTA, com o apoio do Município de Guimarães.

Aquele projeto tem como objetivo estudar, organizar e disseminar o património histórico e cultural do Teatro Jordão, através das memórias dos seus espectadores. A iniciativa propõe um ponto de vista que reconhece o público como arquivo vivo, guardando e transmitindo a história do teatro e a sua relação com outras dimensões da cidade. Segundo a autarquia, ao



explorar a fruição artística além do espaço físico do teatro, o “Arquivo de Espectadores” pretende abrir novas abordagens

narrativas sobre a experiência cultural em Guimarães, cruzando-a com o contexto social e coletivo da cidade.

TheatroCirco

Tc

21 março 21h30 → Música

Panda Bear *Sinister Grift*

M/6 15€ (7,5€ cartão Quadrilátero)



29 março 21h30 → Música

Keeley Forsyth *The Hollow*

M/6 12€ (6€ cartão Quadrilátero)



5 abril 21h30 → Música

Mark Eitzel & Octeto de Cordas

M/6 9€ (4,5€ cartão Quadrilátero)

Patrocinador

FAZ CULTURA BRAGA

Apoio Institucional

REGIÃO DO NORTE
REPÚBLICA PORTUGUESA
ARTES
ECP

Apoio à Divulgação

ANTENA 3

www.theatrocirco.com



DIA MARCADO POR VÁRIOS MOMENTOS DE FÉ E DEVOÇÃO

Comunidade celebrou São José com dia de oração e louvor

A comunidade paroquial de São José de São Lázaro reuniu-se, na quarta-feira, para celebrar São José, padroeiro local, num dia marcado por momentos de fé e devoção.

A data, que também assinala o Dia do Pai, contou com diversas atividades religiosas e sociais, envolvendo crianças, idosos e fiéis em geral. As celebrações tiveram início com o Lausperene quaresmal, que se estendeu até ontem. Durante esse período, aconteceram «momentos especiais de louvor dedicados às crianças e idosos do centro social, promovendo um ambiente de união espiritualidade», segundo refere aquela paróquia.



A comunidade esteve reunida na igreja de S. Lázaro

Após um período de oração, incluindo a Hora Intermédia e as Vésperas, a comunidade reuniu-se para a Eucaristia Solene em honra de São

José, celebrada às 18h30, presidida pelo padre Rúben Cruz. A celebração contou com grande participação dos fiéis, que se reuniram para celebrar o

santo padroeiro.

Encerrando este dia primeiro dia de Lausperene, realizou-se uma vigília, às 21h30, na Capela do Silêncio, localizada na Igreja Paroquial. O momento final do dia foi marcado pela reflexão e oração, «fortalecendo ainda mais os laços espirituais da comunidade».

Para a Paróquia de São José de São Lázaro, «a celebração de São José reafirmou a importância da fé e da tradição, promovendo um ambiente de união entre os membros da paróquia e ressaltando os valores familiares e espirituais que marcam esta data especial».



ALIMENTO DIÁRIO

NÃO DERRAMEIS SANGUE

Derramamos sangue quando alimentamos a inveja, quando desprezamos, quando ferimos com palavras, quando permitimos que a indiferença nos endureça as mãos; sempre que reduzimos a vida a um cálculo, sempre que nos afastamos da compaixão, sempre que toleramos a injustiça, sempre...



BREVES

CONVERSA COM D. ANTÓNIO COUTO NO CONSERVATÓRIO GULBENKIAN

QUARESMA O Conservatório de Música Calouste Gulbenkian recebe na próxima sexta-feira, 28 de março, às 21h00, um encontro com D. António Couto, Bispo de Lamego, que irá falar sobre “Quaresma: Tempo de Renovação, Encontro e Esperança”. A participação nesta sessão, organizada pela Pastoral da Cultura de Braga, é gratuita mas requer inscrição através do link “forms.gle/rBtdZS7MxcWf9Mrz9”.

IGREJA DE S. TIAGO DE RONFE INICIA COMEMORAÇÕES DOS 200 ANOS

AMANHÃ A igreja de S. Tiago de Ronfe, em Guimarães, celebra o seu 2.º centenário ao longo deste ano com várias atividades.

A abertura acontece amanhã, às 21h00, na igreja, com um momento musical, a apresentação do vídeo “A história da Igreja em números”, do logótipo da paróquia e plano de atividades para as celebrações. Termina com a conferência “A História da Construção da Igreja”, com António Oliveira.



RUI MONTEIRO
Lago do Mosteiro de Tibães

COLETIVA DE ILUSTRAÇÃO
BRAGA 22 X 22
BRACARA NATURA

15-28
MARÇO

MOSTEIRO DE TIBÃES
ENTRADA LIVRE!



PROGRAMA



BRAGA25
CAPITAL
PORTUGUESA
DA CULTURA

BRAGA
SÓ O FUTURO

CAMINHO DE SANTIAGO

Peregrinar: Passo a Passo, Alma a Alma

A Pastoral da Cultura da Arquidiocese de Braga propôs uma atividade que consiste em percorrer o Caminho de Santiago por etapas. A iniciativa está a decorrer em sete etapas. Em cada uma delas, partilharemos o testemunho escrito de um dos peregrinos. Esta é a primeira etapa, que liga Braga a Ponte de Lima.

Há caminhos que se fazem por necessidade, outros por promessa, e há ainda aqueles que se percorrem apenas pelo desejo de sentir e conhecer. O percurso entre Braga e Ponte de Lima, passando pela Sé de Braga e por locais de profunda espiritualidade e beleza como São Frutuoso, não é apenas uma jornada física, mas um convite à contemplação e à introspeção.

Deixando para trás a imponência da Sé de Braga, o caminho torna-se, a partir de Montélios, uma imersão na serenidade da paisagem rural. Antigas estradas e trilhos de ter-



Peregrinos partiram da Sé Catedral de Braga, com paragem em Ponte de Lima, primeira etapa, rumo a Santiago

ra batida guiam o peregrino por São Martinho de Dume, descendo até Prado e atravessando a Ponte de Prado. A cada passo, a história e a devoção susurraram em igrejas como a de Santiago de Franceselos, ou nas aldeias de Pe-

negate e São Miguel de Carreiras. Em Vila Verde, o caminho ganha nova força, impulsionado pela beleza natural e pela generosidade das gentes que acolhem o caminhante com um sorriso e uma palavra de incentivo.

O destino final, Ponte de Lima, surge como uma promessa cumprida, uma meta alcançada. O peregrino, seja ele movido pela fé ou pelo simples desejo de descoberta, encontra na escultura de Santiago, na saliência

da ponte onde outrora se erguia a Torre Velha, um símbolo do seu próprio caminho. Cada passo dado ressoa na alma, cada paisagem contemplada gravava-se na memória. O caminho não é apenas uma distância a percorrer, mas

uma experiência a viver, um diálogo silencioso entre o viajante e a estrada, entre o homem e a sua própria essência.

O Caminho ensina, desde o primeiro dia, a importância de viver o presente - de apreciar a paisagem, de ouvir o silêncio e de sentir o próprio ritmo.

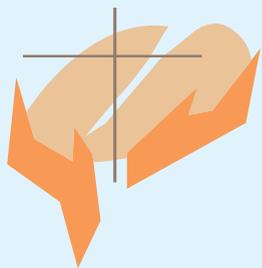
Aprendemos que, apesar das dificuldades, não estamos sozinhos.

Esta experiência foi possível graças à excelente iniciativa da Pastoral Cultural de Braga, que mobilizou um grupo maravilhoso de 30 pessoas para embarcar nesta jornada. Com esta primeira etapa concluída, cresce a expectativa para as próximas, onde novos desafios, descobertas e momentos de partilha continuarão a dar sentido a cada passo rumo a Santiago.

O meu obrigado ao Padre Eduardo Duque, diretor Arquidiocesano de Braga para a cultura.

Ana Paiva

Professora de Português



Adoração Eucarística na Arquidiocese de Braga

MARÇO

21 - Forjães (Esposende); Pedraído (Fafe); Aboim da Nóbrega (Vila Verde); Lausperene Quaresmal - Asilo de S. José

22 - Aboim da Nóbrega (Vila Verde); Lausperene Quaresmal - Asilo de S. José

23 - Gandarela (Guimarães/Vizela); S. Lourenço de Selho (Guimarães e Vizela); Penascais (Vila Verde); Pedraça (Cabeceiras de Basto); Lausperene Quaresmal - Terceiros e Ferreiros

24 - Abadim (Cabeceiras de Basto); Vila Cova (Barcelos); Penascais (Vila Verde); Rio Mau (Vila do Conde/Póvoa de Varzim); Lausperene Quaresmal - Terceiros e Ferreiros

25 - Junqueira (Vila do Conde/Póvoa de Varzim); Torre (Amares e Terras de Bouro); Lausperene Quaresmal - Carmo

26 - Novais (Famalicão); Lausperene Quaresmal - Carmo

27 - Gualtar (Braga); Gondizalves (Braga); Lausperene Quaresmal - Pópulo

28 - Gondizalves (Braga); Lausperene Quaresmal - Pópulo

29 - Midões (Barcelos); Duas Igrejas (Vila Verde); Lausperene Quaresmal - Santa Cruz

30 - Silva (Barcelos); Duas Igrejas (Vila Verde); Lausperene Quaresmal - Santa Cruz

31 - Tadim (Braga)

Todos os dias do ano - Balasar (Vila do Conde/Póvoa de Varzim); Obra do Amor Divino (Travassos, Póvoa de Lanhoso); Irmãs Adoradoras (Braga); Irmãs Clarissas Adoradoras (Famalicão e Vila das Aves); Mosteiro da Visitação (Braga e Vila das Aves); Irmãs Cistercienses (Rio Caldo, Amares e Terras de Bouro); Cónegos Regrantes de Santa Cruz (Braga); Irmãs de Santa Cruz (Braga)

Todas as quintas-feiras - S. Vítor (Braga); São Dâmaso (Guimarães/Vizela); Britelo (Celorico de Basto); S. Paio de Vila Verde (Vila Verde); Igreja do Pópulo (Braga); São Lázaro (Braga).

Todas as sextas-feiras - Lijó (Barcelos); Igreja da Senhora-a-Branca (Braga)

Todos os sábados - Ponte (Guimarães/Vizela)

De segunda a sexta-feira - Igreja dos Terceiros (Braga)

De segunda-feira a sábado - Basílica dos Congregados (Braga)

Dia 18 de cada mês - Casa de Saúde do Bom Jesus (Braga)

Apenas algumas datas deste Calendário correspondem ao Lausperene Paroquial; nos outros casos o Lausperene Paroquial realiza-se num dia que é móvel ao ritmo do Ano Litúrgico (ex. Domingo de Cristo Rei ou Domingo I da Quaresma). Nos dias em que não há paróquia atribuída, a adoração ao SSmo. Sacramento é assegurada pelas comunidades e pelos Institutos de Vida Consagrada referidos no final deste Calendário, que realizam momentos de adoração eucarística diária. Algumas paróquias da Arquidiocese não são mencionadas neste Calendário, mas nelas ocorrem semanalmente ou mensalmente momentos de adoração eucarística.



Europa

Paulo Cunha
Eurodeputado do PSD



Miguel Macedo: o Homem e o decisor político

Miguel Macedo é e sempre será uma figura incontornável na política portuguesa, conhecido pela sua dedicação e incansável serviço ao país como membro do Partido Social Democrata (PSD). Nascido em 1959, Miguel Macedo teve uma carreira política marcada pelo seu compromisso com a justiça e a segurança pública. Ocupou vários cargos importantes no seu fiel serviço da vida pública, incluindo o de Ministro da Administração Interna, onde demonstrou uma liderança exemplar e uma capacidade de gestão admirável. A sua capacidade para lidar com crises e implementar políticas eficazes fez dele um dos políticos mais respeitados da sua geração.

Durante o seu mandato como Ministro da Administração Interna, Miguel Macedo foi fundamental na modernização das forças de segurança e na melhoria das condições de trabalho dos agentes. Também a sua dedicação aos profissionais da proteção civil, a quem este reconhecia todo o seu trabalho e esforço, em especial aos bombeiros, foi fundamental. Promoveu reformas significativas em toda a administração interna que visavam aumentar a eficiência e a transparência das operações policiais, ganhando o respeito e a admiração tanto de colegas quanto das pessoas.

A sua abordagem centrada no cidadão e a sua capacidade de ouvir e res-



ponder às necessidades da comunidade foram características marcantes da sua gestão.

Além das suas vastas contribuições políticas, Miguel Macedo é reconhecido pelo seu caráter íntegro e sua dedicação ao serviço público. Ele sempre se destacou pela sua ética de trabalho e pelo compromisso com os valores democráticos. A sua carreira é um exemplo de como a política pode ser uma força positiva para a mudança e o progresso. Miguel Macedo deixou um legado duradouro que continua a inspirar novos líderes e a moldar o futuro da política em Portugal.

centes, o simples facto de serem investigados pode afetar a confiança do público e a percepção da sua integridade. Isso pode levar a uma sensação de injustiça, especialmente quando as acusações não são fundamentadas, mas ainda assim causam danos significativos.

Apesar das dificuldades, Miguel Macedo conseguiu manter uma presença sempre respeitável e irrepreensível na política portuguesa. A absolvição fez-lhe justiça e clarificou tudo, permitindo-lhe continuar a contribuir para o debate político e a apoiar o Partido Social Democrata em diversas capacidades.

A sua trajetória deve servir como uma lição importante sobre a importância da perseverança e da integridade na política. Esta lição deve incentivar todos a manterem-se firmes nos seus princípios e a trabalharem arduamente para alcançar os objetivos do bem comum, independentemente das adversidades que possam enfrentar. Esperemos que a ingratidão de que o Miguel foi alvo sirva de exemplo para outros tantos que são diariamente julgados em praça pública e queimados exaustivamente em lume brando por aquilo que - muitas vezes - não fizeram.

Hoje devemos lembrar-nos de servir com integridade e esta perda deve unir-nos, ainda mais, em torno dos nossos valores e propósitos comuns. Devemos ter, sempre em primeiro, as nossas pessoas, as nossas terras e os nossos princípios.

O Miguel era um amigo, um companheiro, o meu Presidente da Mesa da Assembleia Distrital de Braga do PSD. A sua partida deixa Braga, o PSD e o país mais pobres, deixa um vazio a todos aqueles que o conheciam e que ao lado dele travaram muitas lutas, fossem elas políticas ou não.

Restam-me as palavras, onde endereço um voto de pesar à sua família e aos seus mais próximos e onde agradeço ao Miguel todas as valiosíssimas lições.

A sua trajetória deve servir como uma lição importante sobre a importância da perseverança e da integridade na política.

Espaço Aberto

Nos artigos enviados para o Diário do Minho destinados a esta secção deve constar a identificação completa dos seus autores (nome, morada, n.º de B.I. e contacto).

JUSTIÇA, CIÊNCIA&POLÍTICA, COM TEMPERO

Portugal Narco-Estado sem Sistema Político Capaz? Faremos 1!



GONÇALO S. DE MELLO BANDEIRA¹

No creio em brujas pero que las hay, las hay! Em 1/9/17, um n/texto dizia: “Quem lucra com as toneladas de drogas que passam por Portugal?”; “Recorde-se que as maiores quantidades de drogas duras entram por via marítima e por contentores... Os correios aéreos também são importantes, mas são residuais e de ‘diversão’. Dados em relação a aviões particulares, de carga e ‘transporte des-

portivo e diplomático’, são desconhecidos, até porque protegidos por legislação de ‘interesse nacional’. Não esquecendo... portos contínuais lusos, aliados a poucos meios de vigilância, falência das pescas, depressão económica e salários de fiscais abaixo da média europeia, além da livre circulação de pessoas e bens na UE, são porta ideal para circulação de drogas duras para toda a Europa”; ou: “Mais recentemente falou-se que haveria clubes de futebol lusos envolvidos em ‘bruxaria’, ‘palavra de código para se referirem a tráfico de droga...”. No dia 28/6/19, o nosso artigo foi sobre o Dia Internacional Contra o Abuso e Tráfico Ilícito de Drogas: “26/6. No Relatório sobre Drogas da ONU de 2019, a conclusão foi de que 35 milhões de pessoas pelo mundo afora sofrem de desordens psicossomáticas provocadas pelas

drogas, enquanto apenas 1/7 recebe tratamento. ... os danos na saúde são muito mais graves do que se pensava. O uso de opióides aumentou para cerca de 53 milhões de pessoas. I.e., mais 56%... 585.000 mortes pelo uso de drogas em 2017”; “Parabéns à SIC pelo ‘E se fosse consigo?’ onde abordou o problema das drogas nos jovens portugueses. É aí que tudo começa...”. Em 8/11/19, publicámos “Crime organizado brasileiro em Portugal e UE”. Perguntámos face à entrada do PCC e Comando Vermelho em terras dos Lusos “se Portugal estava a dormir?”. E em 17/11/23: “Contentores de drogas em e por Portugal e Captura do Estado de Direito”. Neste texto, informamos que a “melhor das expectativas” estima a entrada de 40 contentores mensais de (sobretudo) cocaína (para já esquecendo as toneladas de haxixe que entram pelo

Algarve vindas de Marrocos) provenientes do Brasil (Colômbia, Bolívia e Peru) e conexão dos cartéis mexicanos. Como já dizíamos: “Repare-se que ‘a maior apreensão de sempre de cocaína’ por terras de Nuestros Hermanos diz respeito a 9,5 toneladas de um (1) só contentor. Mas no início de Agosto estava prevista a entrada de 15 contentores, além de que esta organização criminoso... tinha(m) a capacidade para enviar para a Europa cerca de 40 contentores por mês. Ora, é caso para perguntar onde estão os outros meses e contentores, pois só se apanhou um (1)!?”. Há anos que alertamos que são inúmeras as “contratações” que o crime organizado faz entre os funcionários dos Portos de Lisboa, Setúbal, Sines e Leixões. Para lá dos aviões e veleiros privados. Não esquecendo todos os aeroportos. Interessa depois investigar

o branqueamento nos restaurantes, barbeiros, clubes de futebol, mas também financiamento de empresas e instituições financeiras portuguesas e estrangeiras com operações cá, para lá dos partidos políticos. Mais uma vez a realidade deu-nos razão e com juros nas recentes detenções de membros v.g. da Autoridade Tributária, dos portos e até mergulhadores com armas de guerra que retiram a droga colada nos cascos dos navios. E o Relatório 2024 do Combate ao Tráfico de Estupefacientes em Portugal apresentado ontem tudo confirmou. E tudo vai piorar se deixarmos que corruptos nos governem! Não podemos ainda esquecer que ditaduras internacionais e democracias a fingir usam o crime organizado para se financiarem a si próprias e para se expandirem no mundo e influenciarem a política doutros paí-

ses. Veja-se a quantidade de criminosos e políticos ligados ao tráfico de imigrantes ilegais em Portugal... Uma nova forma de terrorismo político. A recente acusação de Trump à Presidente Mexicana Claudia Scheinbaum não foi por acaso: “o seu partido é financiado pelos cartéis de droga”. Mas ela disse que “não tolerará uma ‘invasão’ na luta contra os cartéis de droga”. Já antes, o Departamento de Estado dos EUA designou, por Trump no dia de posse, 8 cartéis que operam na América Latina como organizações terroristas. Ao nível do Estado Islâmico e Al-Qaeda. Para bom entendedor...

¹ Breve CV: Prof. em Direito, ESG/IPCA, Membro do CN/SNE-Sup, Twitter@gdsdmelobandeira Facebook: Gonçalo De Mello Bandeira (N.C. Sopas).

A perturbação obsessivo-compulsiva (POC) em crianças: O que deve saber e fazer



DANIELA TEIXEIRA DA FONSECA
Psicóloga ULS Braga

afeta tanto adultos como crianças. Estima-se que 1 em cada 40 adultos sofra de POC a nível mundial, e o seu início frequentemente ocorre na infância ou adolescência. Esta perturbação pode interferir significativamente na vida diária, resultando em altos níveis de angústia e disrupção no desenvolvimento psicossocial da criança.

A POC caracteriza-se pela presença de obsessões (pensamentos/impulsos persistentes e indesejados) e compulsões (comportamentos repetitivos). Nas crianças, as obsessões e compulsões mais comuns incluem: comportamentos repetitivos (lavar as mãos, verificar objetos ou

arrumar itens de forma excessiva e ritualizada), preocupações excessivas (medo intenso de contaminação, dúvidas constantes ou necessidade de simetria e perfeição), rituais mentais (repetição mental de palavras, números ou orações para aliviar a ansiedade), interferência nas atividades diárias (atrasos frequentes devido a rituais, dificuldades em concluir as tarefas escolares ou evitar situações sociais). É importante notar que nem todos os comportamentos repetitivos ou preocupações são sinais de POC, algumas rotinas, como canções ou histórias na hora de dormir são normais no desenvolvimento infantil.

Crianças com POC tendem a ser ansiosas, preocupadas e perfeccionistas. Geralmente são meticolosas, cumpridoras e responsáveis, mas também podem ser rígidas nos seus pensamentos.

O que fazer? Esteja atento a comportamentos repetitivos, preocupações excessivas ou rituais que interfiram na vida diária da criança e que causem sofrimento; crie um ambiente seguro e acolhedor para que a criança se sinta confortável em partilhar os seus pensamentos e medos. Evite julgamentos e mostre compreensão; Ajude a criança, de forma adequada à sua idade, a compreender a sua dificuldade; informe-se sobre a POC para melhor com-

preender o que a criança está a experienciar. O apoio e compreensão da família são cruciais de forma a não reforçarem os comportamentos compulsivos; os pais são os treinadores das emoções dos filhos, então ensine à criança técnicas de relaxamento e gestão do stress, que possam ajudar a reduzir a ansiedade associada à POC; Trabalhe a paciência e a compreensão, o tratamento da POC pode ser um processo longo então é importante manter uma atitude positiva e celebrar pequenos progressos; procure ajuda de um profissional, o diagnóstico precoce e a intervenção adequada são fundamentais para o trata-

mento eficaz da POC

A POC em crianças, embora seja desafiadora com o apoio adequado, compreensão e intervenção atempada, é possível mitigar significativamente o seu impacto no desenvolvimento infantil. A chave está na colaboração entre a família, a escola e os profissionais de saúde, criando uma rede de suporte que permita à criança desenvolver estratégias de coping eficazes. Desta forma, não só se promove o bem-estar imediato da criança, mas também se lançam as bases para uma vida adulta mais equilibrada e satisfatória.

A Perturbação Obsessivo-Compulsiva (POC) é uma condição psiquiátrica que

DESPORTO

FUTSAL

Paulinho Roxo renovou pelo FC Famalicão até 2026.

RÂGUEBI

CRAV DERROTADO EM SETÚBAL



JOVENS JOGADORES DO SC BRAGA DECISIVOS NO TRIUNFO DOS SUB-18 DE PORTUGAL

Promessas de luxo

LUÍS FILIPE SILVA

Os jovens jogadores do SC Braga deram ontem mais uma mostra da sua valia com papel decisivo no triunfo da seleção sub-18 sobre a França, por 4-0, no Torneio Internacional do Porto. O clube arsenalista já dominava a convocatória com seis jogadores: Afonso Sousa, Afonso

Patrão, Hélder Faria, João Trovisco, Rodrigo Marques e Sandro Vidigal e estes tiveram papel preponderante no triunfo, como João Trovisco a marcar dois golos e um de Afonso Patrão, avançado que se estreou pela equipa principal do SC Braga frente ao FC Porto, dando mostras da qualidade do trabalho na Cidade Desportiva.



ONTEM

Turma Gverreira visitou Colégio D. Pedro V

O SC Braga visitou ontem o Colégio D. Pedro V no âmbito de mais uma edição da Turma Gverreira, para gáudio de 250 crianças.

Rúben Furtado (equipa masculina), Melany Fortes, Íris Esgueirão (Equipa feminina), Rodrigo Silva (Equipa B masculina), Guilherme Costa (Equipa Sub-23 masculina), Francisco Rodrigues (Atletismo) e Mafalda Sofia (Boxe) distribuíram autógrafos e fotografias pelos mais pequenos.

A Turma Gverreira é uma iniciativa que leva os atletas do SC Braga às escolas do concelho e da região.

Publicidade

57^a

FEIRA INTERNACIONAL DE AGRICULTURA, PECUARIA E ALIMENTAÇÃO

AGRO

3 - 6 ABRIL 2025

VISITE-NOS!

QUINTA: 10H ÀS 23H
SEXTA E SÁBADO: 10H ÀS 24H
DOMINGO: 10H ÀS 20H

BILHETES À VENDA NO FORUM BRAGA E EM MED BLUETICKET

BILHETE PAGO A PARTIR DOS 11 ANOS: 3,9€

EVITE FILAS
COMPRA AQUI

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

Participam:

FUTSAL FEMININO

Portugal apurado para edição inaugural do Mundial

A seleção portuguesa feminina de futsal apurou-se ontem para a edição inaugural do Mundial, horas depois de ter goleado a Hungria (8-1), face à vitória da Itália sobre a Suécia no Grupo A de qualificação europeia (5-4). No Palazzetto dello Sport Corrado Roma, em Montesilvano, as anfitriãs já triunfavam ao intervalo do jogo da segunda jornada (3-1) e também selaram a presença na inédita fase final, chegando aos mesmos seis pontos das lusas, contra nenhum de Suécia e Hungria.

Portugal e Itália vão decidir o vencedor do Grupo A da Ronda de Elite amanhã, a partir das 19h00 locais (18h00 em Lisboa), também em Montesilvano, sendo, desde já, dois dos quatro representantes europeus no Mundial feminino de futsal, que decorrerá entre 21 de novembro e 07 de dezembro de 2025, nas Filipinas, numa inédita organização da FIFA.

CLUBE DE PREMIER LEAGUE INGLESA

Gil Vicente estabeleceu «parceria estratégica» com Brentford

© LUÍS FILIPE SILVA

O Gil Vicente FC oficializou ontem «uma parceria estratégica» com o Brentford FC, atual 11.º classificado da Premier League inglesa. O protocolo visa «promover a troca de conhecimento e impulsionar o desenvolvimento dos clubes e dos seus atletas», segundo explicou o clube gilista num comunicado publicado na sua página oficial.

«Esta colaboração visa fortalecer a estrutura desportiva e organizacional de ambas as instituições, através da partilha de metodologias, inovação e boas práticas», poder ler-se.

O Brentford é um clube histórico, com 135 anos de existência, sediado na zona oeste de Londres. Depois de longos anos afastado da principal competição de futebol inglesa, conseguiu o regresso à Premier League em 2021. Desde então, o clube londrino tem conseguido autênticos milagres com a manutenção conseguida num dos mais exigentes campeonatos do mundo com um dos or-



Gil Vicente formalizou parceria em Inglaterra

çamentos mais reduzidos da competição.

O presidente do Gil Vicente, Rui Silva, destacou a relevância desta colaboração para o crescimento do clube.

«A parceria com um clube que compete na liga mais exigente do mundo representa uma oportunidade única para elevar o nível da nossa estrutura.

O Brentford FC tem sido uma referência na forma como gere o recrutamento e o desenvolvimento de jogadores, mas também na relação com os seus adeptos. Es-

tes valores estão perfeitamente alinhados com a nossa visão para o futuro do Gil Vicente FC»

Já o diretor técnico do Brentford FC, Lee Dykes, sublinhou a importância da partilha de conhecimento entre clubes.

«O futebol está em constante evolução, e uma das formas mais eficazes de crescer é através da colaboração. O Gil Vicente FC tem uma história rica, é respeitado pelo seu trabalho no futebol de formação e pela sua resiliência enquanto clube. Esta visita será uma excelente oportunidade para parti-

lharmos ideias, desafiarmo-nos mutuamente e aprendermos juntos».

De acordo com o que o *Diário do Minho* conseguiu apurar, esta parceria não envolve qualquer tipo de investimento ou participação financeira por parte de nenhuma das instituições.

Gil Vicente joga hoje em Londres

Entretanto, a equipa sénior do Gil Vicente encontra-se em Londres onde disputa hoje um jogo-treino com o Brentford, regressando a Portugal no final do mesmo.

EQUIPA DE LUÍS FREIRE VENCEU POR 5-2 EM JOGO DE CARIZ PARTICULAR

Vitória goleou em Rebordosa

O Vitória SC venceu ontem o Rebordosa, por 5-2 em jogo de cariz particular disputado no terreno do clube do Campeonato de Portugal.

Os golos do Vitória foram apontados por Marco

Cruz, Miguel Relvas, Ricardo Rocha (autogolo), Chucho Ramírez e João Miguel Mendes. Tiago Ventura e Luís Gonçalves marcaram pelo Rebordosa. Este jogo marcou ainda o regresso à competição de Bruno Gaspat.



Publicidade

OPORTUNIDADE

Companhia Bracarense de Pneus

PNEUS NOVOS E SEMI-NOVOS AO MELHOR PREÇO EXCLUSIVAMENTE NA NOSSA OFICINA

Grande Stock em pneus

(Calibragem, montagem, válvulas novas - excepto válvulas de sensor - eco valor e L.V.A. incluídos)

PNEUS NOVOS E SEMI-NOVOS DE EXCELÊNCIA EXCLUSIVAMENTE NA NOSSA OFICINA

253 036 894 R. Nova de Santa Cruz 177 4710-409 Braga

rbpneus@hotmail.com

EM RELAÇÃO À TEMPORADA PASSADA

FC Famalicão com mais seis pontos somados na temporada 2024/2025

© PEDRO VIEIRA DA SILVA

O FC Famalicão, que no último fim de semana perdeu, fora, com o Sporting (3-1), em partida da 26.ª jornada da I Liga, mas a turma famalicense soma, nesta altura, mais seis pontos, tendo como pano de fundo os amealhados em 2023/2024.

Na temporada passada, ao cabo de 26 jornadas, a equipa famalicense, então com o técnico João Pedro Sousa no banco, somava 28 pontos (seis vitórias, 10 empates e 10 derrotas), tendo, na altura, 24 golos marcados e 31 sofridos.

Agora, soma 34 pontos (mais seis) - oito vitórias, 10 empates e oito derrotas -, tendo a equipa faturado mais cinco golos (29 remates certos) e encaixado menos dois (29).

O técnico Hugo Oliveira, que rendeu Armando Evangelista no cargo - Ricardo Silva fez a ponte entre ambos, tendo, como treinador interino, empatado, a uma bola, em Fa-



FC Famalicão, que vai receber o FC Arouca, ainda não perdeu qualquer jogo em casa este ano

malicão, com o FC Porto -, até se estreou num jogo em que a sua equipa marcou (e sofreu) três golos, na pedreira, com o SC Braga, viu a sua equi-

pa estabilizar, nos últimos tempos, em termos defensivos.

Olhando, apenas, para as 10 últimas partidas da I Liga, verifica-se que o

montenegrino Lazar Carević, recentemente eleito o guarda-redes da I Liga em fevereiro (foi totalista em três jogos no último mês e não encaixou

qualquer golo), sofreu golos "apenas" quatro partidas - Sporting (3-1, derrota), Nacional da Madeira (derrota por 2-1), Benfica (4-0, derrota) e Casa Pia AC (1-1, fora) -, um registo muito positivo.

A equipa manteve a baliza a zeros nas partidas com Rio Ave (1-0), Moreirense (2-0), Gil Vicente (0-2), Vitória SC (0-0, em casa), Boavista (0-2) e Estrela da Amadora (empate a zeros em Famalicão).

Segue-se, no dia 30 deste mês (15h30), no Estádio Municipal de Famalicão, a receção ao FC Arouca, em jogo da 27.ª jornada da I Liga.

Golos marcados em oito dos 10 jogos de 2025

E, claro, a ideia do conjunto famalicense passa por voltar a "fechar" a baliza e, obviamente, fazer abanar as redes contrárias, o que sucedeu em oito dos últimos 10 encontros, todos eles disputados em 2025.

ETAPA

Competição suspensa até amanhã na prova do circuito mundial de surf em Peniche

A etapa portuguesa do circuito mundial de surf, na Praia de Supertubos, em Peniche, que cumpre o segundo dia de espera consecutivo devido à depressão Martinho, volta a ficar sem competição na sexta-feira, anunciou a organização. «Tivemos provavelmente a parte mais forte desta tempestade em termos de vento durante a noite, com muita destruição na área de Peniche», disse em comunicado Renato Hickel, comissário da Liga Mundial de Surf (WSL).

O Meo Rip Curl Pro Portugal começou no sábado e a ação prolongou-se nos três dias seguintes, porém, o agravamento das condições atmosféricas e da agitação marítima ditaram a suspensão da competição na quarta-feira e ontem, numa decisão agora estendida também para amanhã.

Redação/Lusa

ATLETA DO TAEKWONDO CLUBE DE ESPOSENDE

Tiago Martins é campeão nacional

O atleta do Taekwondo Clube de Esposende, Tiago Martins, sagrou-se Campeão Nacional Poomsae Kup, no âmbito da participação no Campeonato Nacional Poomsae, que decorreu no passado fim-de-semana em Vila Franca de Xira.

Nesta competição, o Par Maria Gonçalves e Tiago Martins, foram Vice Campeões Nacionais e o



trio constituído por Inês Luz, Maria Gonçalves e

Clara Lima, alcançaram o terceiro lugar na com-

petição, somando mais um pódio.

TÊNIS

Nuno Borges eliminado em Miami

O tenista português Nuno Borges confessou ontem que não reagiu bem ao calor e não conseguiu "aguentar fisicamente" no encontro da primeira ronda do Masters 1.000 de Miami, perdendo em dois 'sets' diante do belga Zizou Bergs.

«Dei tudo em campo hoje e não consegui aguentar fisicamente. Esteve muito mais calor, mais do que em qualquer outro jogo que fiz nos últimos dois meses, e isso pesou no final do encontro», justificou Borges, em declarações à Lusa.

Redação/Lusa

PORTUGAL FOI DOMINADO PELA DINAMARCA MAS SAIU DE COPENHAGA AINDA VIVO NA ELIMINATÓRIA

Uma imagem muito pálida

Portugal saiu ontem derrotado da Dinamarca por 1-0, na primeira mão dos quartos de final da Liga das Nações de futebol, resultado que não foi mais pesado graças a um exibição estrondosa do guarda-redes Diogo Costa.

Em Copenhaga, no Estádio Parken, Rasmus Hojlund fez o único golo da partida, aos 78 minutos, numa altura em que a seleção da casa já merecia há muito a vantagem, tal o número de oportunidades criadas e o domínio que apresentou sobre a equipa de Roberto Martinez.

A seleção nacional fez um jogo para esquecer (ou talvez lembrar para poder corrigir os inúmeros erros que cometeu) e só não sofreu uma derrota mais pesada, que colocaria seriamente em risco a passagem à 'final four', graças a Diogo Costa.

A equipa das 'quinas' regressa a Lisboa em desvantagem na eliminatória, mas completamente



Diogo Costa, que aqui defendeu o penálti de Eriksen, foi o melhor português em campo

dentro da luta pelo apuramento e isso só pode agradecer ao guardião do FC Porto.

Além de ter defendido uma grande penalidade de Eriksen, ainda na primeira parte, Diogo Costa terminou a partida com oito defesas, algumas delas de grande nível.

É difícil arranjar explicações para uma exibição tão 'cinzenta' da seleção

nacional, tal a desinspiração que demonstrou em praticamente toda a partida.

Pedro Neto, a abrir e a fechar o jogo, foi único que obrigou Schmeichel a sujar o equipamento, protagonizando os dois únicos remates enquadados de Portugal em toda a partida.

O selecionador Roberto Martínez surpreendeu

ao deixar Bernardo Silva, o segundo da equipa com mais internacionalizações (98), no banco de suplentes e apostou na dupla Vitorinha e João Neves para o miolo, aproveitando a rotina dos dois jogadores no Paris Saint-Germain.

Num duelo entre antigos campeões europeus, foi com muita felicidade que Portugal chegou ao intervalo empatado na partida, tal o domínio e as várias ocasiões de golo protagonizadas pela Dinamarca, com Diogo Costa a brilhar.

O guarda-redes do FC Porto até começou mal a partida, com um lance em que chutou contra Biereth, mas conseguiu a tempo impedir o golo com a bola a dirigir-se para a baliza, mas depois foi determinante para manter o nulo.

Costa parou uma grande penalidade de Eriksen (o dinamarquês não falhava um penálti pela sua seleção desde 2016), num lance a castigar mão na área de Renato Veiga, o jogador escolhido por Roberto Martínez para fazer dupla com Rúben

Dias no centro da defesa lusa.

Depois de vários lances de apuros criados pelos 'vikings', Diogo Costa foi 'gigante' a impedir um golo que parecia feito de Biereth.

Quando não foi Costa a salvar, foi Dalot, que perto do final da primeira tirou a bola em cima da linha, quando Eriksen já festejava a vantagem.

Neste período, a Dinamarca foi enérgica e atrevida, enquanto Portugal optou por ser quase sempre calculista quando tinha o domínio da bola, apresentando um futebol pausado, tirando a exceção de dois lances.

Pedro Neto, depois de uma arrancada pelo lado direito, obrigou Kasper Schmeichel a excelente defesa, e, já perto do intervalo, Rafael Leão 'furou' pela esquerda, com a bola a acabar por chegar a Ronaldo que, em boa posição, cabeceou de forma desastrada ao lado.

No regresso dos balneários, a 'palestra' de Martínez não só não resultou, mas até pareceu ter piorado a exibição lusa.

Logo no arranque da segunda parte, Diogo Costa impediu Isaksen, num período do jogo em que Portugal foi acumulando vários passes errados e perdas de bola em zona proibidas, dando assim ainda mais confiança aos dinamarqueses.

Já depois de Vitorinha ter atirado sem confiança ao lado da baliza de Schmeichel, o selecionador português trocou Dalot, com amarelo, por Nelson Semedo, sem resultados, e depois optou por reforçar o meio-campo, com a saída de Rafael Leão, que desapareceu do jogo, para a entrada de Ruben Neves.

ESTÁDIO PARKEN, EM COPENHAGA	
Árbitro	Irfan Peljto (Bósnia-Herzegovina)
Dinamarca	1
Kasper Schmeichel, Rasmus Kristensen, Joachim Andersen, Jannik Vestergaard, Gustav Isaksen (Patrick Dorgu, 87), Morten Hjulmand, Christian Eriksen (Jonas Wind, 86), Christian Norgaard, Joakim Maehle, Mika Biereth (Rasmus Hojlund, 69) e Jesper Lindstrom (Andreas Skov Olsen, 69)	
Treinador	Brian Riemer
Portugal	0
Diogo Costa, Diogo Dalot (Nélson Semedo, 66), Renato Veiga (Gonçalo Inácio, 76), Rúben Dias, Nuno Mendes, Vitorinha, Bruno Fernandes, João Neves (Bernardo Silva, 86), Pedro Neto, Rafael Leão (Rúben Neves, 76) e Cristiano Ronaldo.	
Treinador	Vitor Gamito
Golos: 1-0, por Rasmus Hojlund (78')	
Disciplina: cartão amarelo a Diogo Dalot (57) e Vitorinha (59). Público: Cerca de 35.000 espetadores.	

Já também com Gonçalo Inácio (rendeu Renato Veiga) em campo, logo no seu primeiro lance, Hojlund ganhou o duelo com o jogador do Sporting, mas, praticamente isolado, atirou ao lado, num sério aviso à equipa portuguesa.

Pouco depois, o avançado do Manchester United não vacilou e, solto dentro da área, concretizou com sucesso uma excelente jogada coletiva da Dinamarca, num lance em que os jogadores portugueses ficaram a defender com os 'olhos' e contra o qual Diogo Costa nada pôde fazer.

Martínez ainda lançou Bernardo Silva nos minutos finais, mas foi Skov Olsen que ficou perto do segundo para os 'vikings', atirando à malha lateral.

Praticamente na última jornada da partida, Pedro Neto voltou a incomodar Schmeichel, mas o capitão da Dinamarca defendeu com facilidade o remate do extremo do Chelsea.

Redação/Lusa

Publicidade



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALTO AVE

UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DO ALTO AVE, E.P.E.

AVISO

Procedimento de Recrutamento para Assistentes Técnicos

Faz-se público que, por deliberação do Conselho de Administração da Unidade Local de Saúde do Alto Ave, E. P. E. (adiante, abreviadamente designada de ULSAA, EPE), se encontra aberto até ao próximo dia 04 de abril de 2025, procedimento de Recrutamento Assistentes Técnicos.

Os requisitos, os métodos de seleção e outras informações de interesse para a formalização de candidatura e para o desenvolvimento do procedimento concursal em apreço, constam da publicação integral disponível na página eletrónica da ULSAA, EPE., área de concursos.

21 de março de 2025

RÂGUEBI**CRAV derrotado em Setúbal ao cair do pano**

O Clube Rugby Arcos de Valdevez (CRAV) foi visitar a Academia de Setúbal e perdeu o encontro (34-30) na última jogada da partida.

Quem se deslocou a Monsanto, casa emprestada do Setúbal por estar a cumprir uma sanção disciplinar, viu um jogo equilibradíssimo. Foi uma partida disputada ao milímetro e a evolução do marcador mostra-o claramente.

Aos 25 minutos, o jogo ia em 19-7. Num espaço de 15 minutos os arcuenses marcaram dois ensaios consecutivos e foram para o intervalo a ganhar 19-21.

A segunda parte foi alucinante, que o diga a evo-



CRAV foi infeliz na deslocação a Setúbal

lução do marcador:19-24, 19-27, 22-27, 22-30, 27-30, tudo num espaço de cerca de 25 minutos. O último quarto de hora foi en-

tão dramático. O Setúbal procurava marcar de todos as formas e o C.R. Arcos de Valdevez defendia de todas as maneiras.

Só no derradeiro lance do encontro veio o balde de água fria. A aproveitar uma insistência, os da casa marcaram um ensaio

transformado deixando os arcuenses com o triste consolo do ponto de bônus defensivo por ter uma derrota inferior a 8 pontos.

Neste fecho de primeira volta, com este jogo, o Setúbal afastou-se ficando com uma vantagem de 6 pontos sobre os arcuenses.

Na próxima jornada, a 29 de março, o C.R. Arcos de Valdevez deslocar-se a Santarém num jogo capital. Os ribatejanos estão em segundo lugar com mais três pontos que os arcuenses e uma eventual derrota significará um atraso significativo face aos dois lugares primeiros, que garantem a final do campeonato.

ANDEBOL FEMININO**Portugal já conhece adversários no Euro 2026**

A seleção portuguesa feminina de andebol vai defrontar Montenegro, Islândia e Ilhas Faroé no Grupo 4 da segunda fase de qualificação para o Europeu de 2026, ditou ontem o sorteio realizado em Cluj-Napoca, na Roménia. Inserida no pote 3, a equipa comandada por José António Silva vai ter como adversária mais cotada as montenegrinas, vencedoras em 2012 e terceiras classificadas em 2022, num total de oito presenças seguidas como país independente em fases finais da prova.

Publicidade

CONSULTOR DO MÊS

Janeiro 2025

zome
REAL ESTATE**Helder Coutinho**

Consultor Imobiliário

(+351) 966 484 073

Chamada para o rede móvel portuguesa



Saiba mais

**Para comprar ou vender casa,
contacte-me.****ZOME EM BRAGA: Rua do Complexo Desportivo, 36, 4715-027 Braga**

Zomeit, Lda. - Am117432



OPINIÃO | CARLOS DIAS

Primeiro ensinar, depois treinar...

Nesta longa carreira de treinador de voleibol fui, muitas vezes, confrontado com algumas limitações que surgem do dia-a-dia e dos hábitos das atletas. Alguns atletas seniores querem o estrelato, bons contratos, mas depois, na hora de dar mais, não o fazem. Os hábitos de treino, desde tenra idade, é um fator determinante para o sucesso na carreira e capacidade de rendimento. Falta de aplicação no treino, falta de concentração na tarefa, menosprezo pela intervenção técnica correta, falta de empenhamento na hora da repetição, são aspetos que são, muitas vezes, comuns, mas que não trazem evolução e longevidade na carreira desportiva. Repito vezes sem fim: O treino torna permanente, não torna perfeito. O que quer dizer que devemos treinar muitas vezes e bem. Desta forma, é importante que os atletas percebam o contexto do jogo, entendam a forma de executar, e depois deverá empenhar-se para que a repetição o conduza às soluções necessárias em cada situação do jogo. Aquilo que se chama o “automatismo consciente” é um fator de elevada importância na prestação desportiva.

Obviamente que não podemos só “culpar” os atletas, mas os pais e os treinadores são fundamentais para os fazer entender o processo. Ou seja, outro aspeto que me leva a crer que limita muito o desenvolvimento desportivo e emocional do atleta é a “desculpa” dos testes. Todos sabemos que a pressão na escola é elevada, mas alimentar o comportamento, de que “tenho um teste... vou faltar ao treino”, conduz indubitavelmente à estagnação. Este comportamento, tantas vezes, a coberto dos seus progenitores, leva o atleta a não entender a importância do treino, e com isto a criar uma limitação significativa ao seu desenvolvimento. A aquisição das técnicas, dos comportamentos táticos, é estruturalmente ligada à repetição, ao hábito de querer executar bem, e aos padrões da acumulação (sentida e refletida). Poderá o leitor dizer, então se ensinarmos um atleta um determinado gesto e ele o repete vezes sem conta vai tornar-se um craque. E eu diria, Não! Não podemos esquecer que as técnicas desportivas são respostas motoras a situações específicas, com a alteração das suas adversidades, a execução eficaz depende das bases e dos hábitos motores adquiridos ao longo de todo o percurso desportivo.

Se o atleta quer ser competente no processo desportivo que abraçou, tem que perceber que o acumulado de treinos, de repetições, de situações problemas ajustados e diferenciados, o entendimento do processo, do jogo e o empenhamento máximo em todas as situações, são fatores que podem influenciar positivamente a sua evolução.

Assim, da próxima vez, que o atleta pensar “vou faltar ao treino...porque...”, deverá ser questionado onde ele quer chegar (?), porque essa condição, na realidade, vai-lhe ser “fatal” para o futuro!... Já agora, bons treinos!

FUTSAL

Paulo Roxo renova até 2026 contrato com o FC Famalicão

O FC Famalicão anunciou, ontem, a renovação do contrato com o treinador Paulo Roxo até ao final da temporada 2025/2026.

«Encontrei um clube e a um grupo de trabalho com muita ambição e este é o momento para rubricar este compromisso», assinalou o treinador brasileiro, que chegou a meio da temporada à equipa de futsal (começo da segunda fase – Apuramento de Campeão da II divisão).

«Quando contratamos o Paulo demos conta do projeto, da nossa ambição de lutar pelos lugares em que estamos e foca-



Paulo Roxo e Pedro Mesquita, diretor do clube famalicense

mo-nos no imediato, que seria enfrentar as primei-

ras jornadas da competição. Passados os primeiros

momentos, identificados todos com o que ambicionamos, passamos ao papel o que conversamos no primeiro encontro que tivemos», refere Pedro Mesquita, vice-presidente do clube, responsável pela modalidade famalicense.

Com cinco jornadas realizadas, o FC Famalicão lidera o apuramento de campeão (e subida), com 10 pontos, seguido do Rio Ave e CS São João, ambos com nove.

Amanhã (18h00), os famalicenses recebem, no Pavilhão Municipal das Lameiras, a UPVN – União e Progresso da Venda Nova.

NO MÊS DE FEVEREIRO

Médio Diogo Nascimento (FC Vizela) eleito melhor atleta do mês da II Liga

A realizar uma época de afirmação no Futebol português, Diogo Nascimento tem sido determinante na temporada do FC Vizela, «numa preponderância que lhe valeu igualmente a eleição para Jogador do Mês da Liga Portugal 2 Meu Super», destaca, numa nota publicada no site oficial, a Liga Portugal.

Com um total de 29,41% dos votos dos treinadores principais da competição, o jovem talento, de 22 anos, volta, assim, a inscrever o seu nome nos prémios oficiais da Liga Portugal, depois de ter sido igualmente distinguido médio do mês da competição.

«O número 90 vizelense protagonizou um mês ao mais alto nível, no qual foi titular nas quatro partidas disputadas na prova no período em avaliação, sendo que, a nível coletivo, o FC Vizela alcançou um registo de invencibilidade, somando três vitórias e um empate» na II Liga.

Diogo Nascimento superou a concorrência do companheiro de equipa Mörschel, com 15,69% dos votos, e de Juan Muñoz (U. Leiria), que recolheu 9,80% da preferência dos treinadores.

Técnico do Vizela também foi o melhor

O mês de fevereiro praticamente perfeito do FC Vizela valeu a Fábio Pereira a distinção de treina-



Diogo Nascimento foi chamado aos sub-21 lusos

dor do mês.

«Numa série muito positiva de resultados, conduzindo a equipa ao terceiro lugar da classificação, o período em questão trouxe três triunfos para os vizelenses, diante SL Benfica B (1-0), SCU Torreense (4-2) e CD Mafra (4-1), aos quais somou um empate (0-0) frente ao Leixões SC», destaca a nota da Liga Portugal.

MERELIM S. PAIO

Andebolistas do ABC deram aula no Pavilhão José Carlos Macedo

☉ PEDRO VIEIRA DA SILVA

Uma delegação do ABC esteve, ontem à tarde, no Pavilhão José Carlos Macedo, em Merelim S. Paio, onde marcaram presença de três andebolistas da equipa principal – Matheus Pereira, Tomás Ferreira e João Gamboa –, tendo estes respondido às muitas questões dos alunos presentes (alguns deles praticantes da modalidade no âmbito do Desporto Escolar) e ensinado algumas jogadas.

Carlos Mangas, professor de Educação Física, que faz a “ponte” entre o ABC e as escolas do concelho, esteve no local, tendo explicado à quase



Cerca de meia centena de crianças teve a oportunidade de jogar com andebolistas do ABC

meia centena de jovens a importância da prática desportiva, tendo, ainda, dado a conhecer um

pouco da história do ABC.

Perto de 50 crianças, durante cerca de uma hora, divertiram-se na prá-

tica de andebol em três campos montados para o efeito no Pavilhão José Carlos Macedo.



HÓQUEI EM PATINS (I DIVISÃO)

Óquei de Barcelos bateu AD Sanjoanense

O Óquei de Barcelos bateu a AD Sanjoanense, em partida relativa à 19.ª jornada do Nacional da I divisão de hóquei em patins. Na próxima ronda, a turma barcelense joga no reduto da AD Valongo.

Resultados (19.ª jornada)

Riba d' Ave-Benfica.....	1-5
FC Porto-HC Braga.....	3-1
Sporting de Tomar-Murches.....	2-2
Oliveirense-Juventude de Viana	3-0
Óquei de Barcelos-Sanjoanense.....	5-2
Candelária-Valongo	1-2



OPINIÃO | CARLOS MANGAS

Mágoas da vida quotidiana

Quando ligo a TV para acompanhar o telejornal, arrependo-me imediatamente. Não querendo culpar os jornalistas que organizam a sequência noticiosa, a mando de outrem, percebemos que esse outro sabe que o que “vende” é a guerra, querelas partidárias, julgamentos, lentidão da justiça, assaltos, vandalizações, temporais, incêndios e afins. Depois, enquanto aguardo notícias positivas do desporto, volto a ser surpreendido porque aparecem à cabeça, mais julgamentos de quem o usa, ou usou, para proveito próprio e/ou que esteve envolvido em atos de violência, também. Saindo das audiências dos tribunais penso: é agora que vão surgir notícias positivas. Engano meu, pois nos últimos dias assisti a um “lavar de roupa suja” entre candidatos à presidência do COP que ao invés de se elogiarem mutuamente por pretenderem doar o seu precioso tempo ao movimento olímpico, optaram por criticar-se mutuamente. O que diria o professor José Manuel Constantino, se ainda por cá andasse? Quem sabe, talvez dissesse: “as duas candidaturas devem ter uma mentalidade aberta, positiva e humilde, ouvindo cada um o que o outro tem para propor e quem sabe, assim, o vencedor levasse mais e melhores ideias para o exercício pleno do cargo, saindo como grande vitorioso, o movimento olímpico.” A propósito, parabéns ao vencedor e honra ao vencido. Terminadas estas, perfila-se outra no horizonte - as eleições para a Liga de Futebol Profissional. Já começam a levantar fervura e, sendo a modalidade que mais massas (no duplo sentido do termo) movimenta, acredito que a lavagem de roupa vai atingir o seu auge, inclusive entre clubes apoiantes das diferentes candidaturas. Penso que apenas uma máquina de lavar não será suficiente para tantos lençóis de... lama que vão surgir.

Fico, pois, perdido, uma vez que sendo o Desporto a minha principal área de interesse, trabalho e formação, sempre quis ver nele um elevado valor formativo onde se deve promover a empatia entre praticantes, dirigentes e adeptos e onde o respeito e a ética devem prevalecer sobre a “ditadura” dos resultados.

Dizem que a melhor chave para a empatia, é interessar-se com sinceridade pelos outros. E, se todos o fizéssemos? Refiro-me a quem vive no (e do) desporto, mas também na política, no mundo empresarial, nas escolas, nas esquadras e prisões, nos tribunais, nos hospitais, no jornalismo, nas fronteiras, etc. Pois, mas pedir tudo isto, até rima com empatia, mas parece ser apenas apenas... utopia. Infelizmente, esta preocupação com os outros, às vezes só a vemos e percebemos tarde de mais. Quando? Ao acompanharmos cerimónias fúnebres.

No entanto, e não querendo finalizar este artigo de forma tão macabra, deixo-vos com uma frase de alguém que, enquanto treinador, deu provas, com resultados, de como razão que lhe assiste. Refiro-me a Jurgen Klopp, quando afirmou: “Quanto mais te preocupares com as pessoas, mais receberás em troca”. A carreira dele, assim o parece demonstrar.

VER & OUVIR



ENTRETENIMENTO

EM CASA D'AMÁLIA

ANTÓNIO ZAMBUJO, LUÍS TRIGACHEIRO E BUBA ESPINHO JUNTAM-SE NA PRAÇA DA REPÚBLICA, EM ELVAS

RTP1, 22h30

TELEVISÃO

RTP1

- 06:00 Bom Dia Portugal
- 10:00 Praça da Alegria
- 12:59 Jornal da Tarde
- 14:30 Dona Xepa
- 15:15 A Nossa Tarde
- 17:30 Portugal em Direto
- 19:00 O Preço Certo
- 19:45 Direto de Antena
- 19:59 Telejornal
- 21:00 A Prova dos Factos
- 21:30 Joker
- 22:30 Em Casa d'Amália
- 01:00 Nunca é Tarde

RTP2

- 07:00 Zig Zag
- 10:30 Atletismo: Campeonatos do Mundo de Pista Coberta
- 13:30 ESEC TV
- 14:00 Sociedade Civil
- 15:05 A Fé dos Homens
- 15:38 Armário
- 16:00 África em Brasa
- 17:00 Espaço Zig Zag
- 20:34 Folha de Sala
- 20:40 Grandes Monumentos Naturais: O Grand Canyon
- 21:30 Jornal 2
- 22:00 Luz Vermelha
- 22:50 Folha de Sala
- 22:55 Undine
- 00:25 Sociedade Civil

SIC

- 06:00 Edição Da Manhã
- 09:30 Casa Feliz
- 13:00 Primeiro Jornal
- 14:30 Linha Aberta
- 16:00 Amor Valente
- 17:45 O Outro Lado do Paraíso
- 18:45 Terra E Paixão
- 19:15 Casados À Primeira Vista - Diários (Tarde)
- 20:00 Jornal Da Noite
- 21:45 A Promessa
- 22:30 A Herança
- 23:15 Senhora Do Mar
- 00:00 Nazaré
- 00:45 Travessia

TVI

- 06:15 Diário da Manhã
- 09:55 Dois às 10
- 12:58 TVI Jornal
- 14:00 TVI - Em cima da hora
- 14:30 A Sentença
- 17:55 Goucha
- 18:50 Quero o Divórcio!
- 19:55 Jornal Nacional
- 21:15 A Protegida
- 22:15 A Fazenda
- 23:15 Festa é festa
- 00:00 TVI Extra
- 01:30 Jardins Proibidos

RTP3

- 06:30 Bom Dia Portugal
- 08:30 Mundo Automóvel
- 08:35 Bom Dia Portugal
- 10:00 3 às 10
- 11:00 3 às 11
- 12:00 Jornal das 12
- 13:00 3 às 13
- 13:30 Todas as Palavras
- 13:55 Spam Cartoon
- 14:00 3 às 14
- 14:40 Eixo Norte Sul
- 15:00 3 às 15
- 15:45 Zoom África
- 16:00 3 às 16
- 17:00 3 às 17
- 18:00 18/20
- 20:00 3 às 20
- 20:20 The Daily Show
- 20:45 Ensaio
- 21:00 360º
- 22:30 Janela Global
- 23:00 3 às 23
- 23:10 Duas Pessoas a Fazer Televisão
- 00:00 24 Horas

SIC NOTÍCIAS

- 06:00 Edição da Manhã
- 09:55 SIC Notícias Manhã
- 12:55 Jornal SIC Notícias
- 14:45 Economia Expresso
- 14:55 SIC Notícias Direto
- 16:50 Jogo Aberto
- 17:55 Jornal do Dia
- 18:23 Economia Expresso
- 18:30 Jornal do Dia
- 20:00 Grande Edição
- 21:57 Edição da Noite
- 23:00 Expresso da Meia-Noite
- 00:00 Jornal da Meia-Noite

CNN PORTUGAL

- 05:58 Novo Dia
- 09:10 CNN Top Story
- 09:56 CNN Hoje
- 11:56 CNN Meio Dia
- 13:12 CNN Negócios
- 13:20 CNN Mais Futebol
- 13:55 CNN Meio Dia
- 14:55 Agora CNN
- 16:10 CNN Mais Futebol
- 16:56 Arena CNN
- 17:57 CNN Fim de Tarde
- 18:20 CNN Negócios
- 18:27 CNN Fim de Tarde
- 19:58 CNN W Tech
- 20:02 CNN em jogo
- 20:58 Jornal da CNN
- 21:58 CNN Prime Time
- 22:51 Contrapoder
- 23:50 CNN Meia Noite

CANAL HOLLYWOOD

- 07:50 Sete Minutos
- Depois da Meia-Noite
- 09:40 Os Fura Casamentos
- 11:45 O Senhor Dos Anéis As Duas Torres
- 15:25 Ouro
- 17:25 O Fantástico Homem-Aranha
- 19:40 Godzilla vs. Kong
- 21:30 Caça-Fantasmas
- 23:35 Força de Ataque
- 01:15 Riddick - A Ascensão

SPORT-TV 1

- 06:40 Turquia x Hungria Liga das Nações
- 08:50 Brasil x Colômbia Qualif. Mundial 2026
- 10:50 Dinamarca x Portugal Liga das Nações
- 12:50 Guiné Equatorial x São Tomé E Príncipe - Qualif. Mundial 2026 (Direto)
- 15:00 Uruguai x Argentina Qualif. Mundial 2026
- 15:30 Brasil x Colômbia Qualif. Mundial 2026
- 16:00 Dinamarca x Portugal Liga das Nações
- 16:30 Vamos À Bola: Boavista
- 16:50 Chipre x San Marino Qualif. Euro (Direto)
- 19:00 Uruguai x Argentina Qualif. Mundial 2026
- 19:35 Futebol Feminino Inglaterra x Albânia Qualif. Euro (Direto)
- 21:50 Brasil x Colômbia Qualif. Mundial 2026
- 00:00 NBA: San Antonio Spurs x Philadelphia (Direto)

SPORT-TV 2

- 07:00 WRC: Rali Safari - Quênia Super Especiais 5 E 6 (Direto)
- 09:20 Autogear - Magazine
- 09:40 NASCAR Truck Series
- 10:45 WRC: Rali Safari - Quênia Super Especial 7 (Direto)
- 12:00 WRC: Rali Safari - Quênia Super Especial 8 (Direto)
- 13:00 Motocrosse: MXGP Castilla La Mancha
- 13:30 WRC: Rali Safari - Quênia Super Especiais 9 E 10 (Direto)
- 15:30 Vamos À Bola: Boavista
- 15:50 Ruanda x Nigéria Qualif. Mundial 2026 (Direto)
- 18:00 MotoGP: GP Argentina
- 19:00 Brasil x Colômbia Qualif. Mundial 2026
- 19:35 Polónia x Lituânia Qualif. Euro (Direto)
- 21:50 J. Olímpicos: Georgia Pro
- 22:40 One Friday Fights
- 01:40 D. COMBATE: Cage Warriors 186 - Londres

AXN

- 07:39 Investigação Criminal
- 08:24 Investigação Criminal
- 09:09 Investigação Criminal
- 09:54 Investigação Criminal
- 10:39 Hudson & Rex
- 11:24 The Rookie
- 12:09 The Rookie
- 12:54 Chicago Fire
- 13:40 Chicago Fire
- 14:26 Chicago Fire
- 15:14 Chicago Fire
- 16:02 S.W.A.T. Força de Intervenção
- 16:52 S.W.A.T. Força de Intervenção
- 17:42 The Rookie
- 18:32 The Rookie
- 19:22 The Rookie
- 20:12 The Rookie
- 21:06 Hudson & Rex
- 22:00 Instinto Predador
- 23:44 Postais Mortíferos
- 01:33 Conspiração Terrorista

CINEMA

FÓRUM - VIZELA

Sala 1 - BRANCA DE NEVE (V.P.) (M06) 15h00, 17h30

Sala 1 - BRANCA DE NEVE (V.O.) (M06) 21h20

Sala 2 - NAS TERRAS PERDIDAS (M14) 15h10, 17h10, 21h30

Sala 2 - BLACK BAG (M12) 19h20

Sala 3 - PREGUIÇAS & COMPANHIA (2D V.P.) (M06) 14h50

Sala 3 - NOVOCAINE (M14) 16h50

Sala 3 - LOCKED: SEM SAÍDA (M12) 19h10, 21h40

NOS - BRAGA PARQUE

Sala 1 - VITÓRIA (M14) 20h40, 23h30

Sala 1 - ATTACK ON TITAN: O ÚLTIMO ATAQUE - 2D (M12) 14h20, 17h30

Sala 2 - RESSACA BAILADA - 2D (M12) 21h00

Sala 2 - NOVOCAINE (M14) 13h05, 15h45, 18h20(dia 20/03); 13h30, 16h10, 18h50, 21h30, 00h10

Sala 3 - ANORA - 2D (M16) 21h00, 00h05

Sala 4 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 13h20, 15h50, 18h30

Sala 4 - MICKEY 17 (M14) 14h30, 17h40, 20h50, 00h00

Sala 5 - ROMEU E JULIETA (N/A) 19h15

Sala 5 - BRANCA DE NEVE VO (ATMOS) (N/A) 00h20 (20/03); 11h10 (sáb. e dom.), 19h00, 21h40, 00h20

Sala 5 - CAPITÃO AMÉRICA: ADMIRÁVEL MUNDO NOVO 2D ATMOS (M12) 13h10, 15h00 (sáb. e dom.), 16h00

Sala 6 - BRANCA DE NEVE VO (ATMOS) (N/A) 19h00, 21h40

Sala 6 - BLACK BAG (M12) 14h00, 16h20, 00h15(20/03); 18h40, 21h10, 23h40 00h15

Sala 7 - MUFASA: O REI LEÃO - VP (M06) 10h40, 13h40, 16h30 (apenas sáb. e dom.)

Sala 7 - NAS TERRAS PERDIDAS - 2D (M14) 14h10, 16h40 (exceto sáb. e dom.), 19h10, 21h50, 00h25

Sala 8 - LOCKED - SEM SAÍDA (M16) 13h15, 15h40, 18h20, 21h20, 00h15

Sala 9 - AINDA ESTOU AQUI - 2D (M12) 13h50, 17h00, 20h30, 23h50

CINEPLACE - NOVA ARCADE

Sala 1 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 14h00, 16h20, 18h40

Sala 1 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 21h00

Sala 2 -BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 13h00 (sáb. e dom.), 15h20, 17h35

Sala 2 - BLACK BAG (M12) 19h50

Sala 2 - CAPITÃO AMÉRICA: ADMIRÁVEL MUNDO NOVO 2D ATMOS (M12) 21h50

Sala 3 - EMMMA: A GRANDE AVENTURA VP - 2D 21h50

Sala 3 - PREGUIÇAS & COMPANHIA - VP 2D (M06) 13h00 (sáb e dom.); 15h00, 17h00

Sala 3 - BLACK BAG (M12) 17h00

Sala 3 - MONSIEUR AZNAVOUR - 2D 19h00

Sala 3 - TUDO ACONTECE EM PARIS - 2D 21h40

Sala 4 - HOMEM-CÃO VP - 2D 13h00 (sáb. e dom.), 15h00

Sala 4 - MUFASA: O REI LEÃO - VP (M06) 17h00

Sala 4 - LOCKED - SEM SAÍDA (M16) 19h30, 21h30

Sala 6 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 12h00 (sáb. e dom.), 14h20, 16h40, 19h00

Sala 6 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 21h20

Sala 8 - OS SEGREDOS DOS PERLIMPS VP - 2D 13h10 (sáb. e dom.)

Sala 8 - SONIC 3: O FILME - VP 2D ATMOS (M06) 15h00

Sala 8 - VITÓRIA (M14) 19h20

Sala 8 - NAS TERRAS PERDIDAS - 2D 19h20, 21h40, (sex. e sáb.); 23h50

Sala 10 - BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 14h40, 17h00, 19h20

Sala 10 -BRANCA DE NEVE VP (ATMOS) (N/A) 21h40

Sala 11 - UM PANDA EM ÁFRICA VP - 2D 13h10 (sáb. e dom.)

Sala 11 - FLOW - 2D 13h10 (sáb. e dom.)

Sala 11 - NOVOCAINE - 2D 16h50

Sala 11 - ATTACK ON TITAN: O ÚLTIMO ATAQUE - 2D (M12) 19h10, 22h00



«É ridícula a atitude de quem acumula muitos bens e não nenhuma sensibilidade para olhar com compaixão a quem sofre ao seu redor. Pior ainda quando o acúmulo é às custas desses mesmos pobres #EvangelhodeHoje #Quaresma.»
Vatican News – @vaticannews_pt

00h00 Movimento Rock; 01h00 Fora d'Horas; 02h00 Music Hall; 08h00 Abel Duarte; 11h00 Elisabete Apresentação; 13h00 Sara Pereira; 15h00 Elisabete Apresentação; 17h00 Sara Pereira; 19h00 Português Suave; 20h00 Rum(o) Desportivo; 21h00 MundoMix; 22h00 Connected

RÁDIO UNIVERSITÁRIA DO MINHO 97.5FM

PAUSA

QUEM FALA ASSIM...

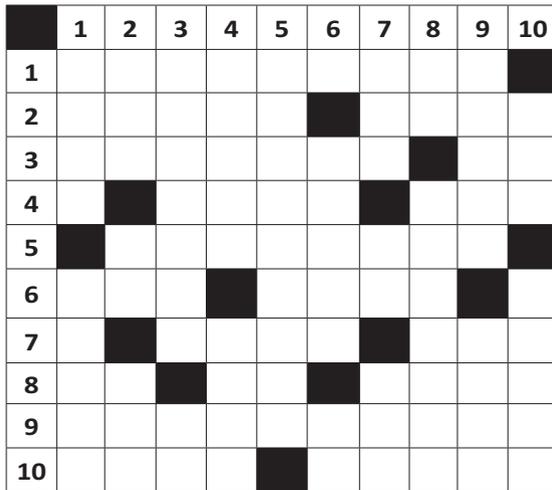
"A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo."
Nelson Mandela

VEJA SE SABE...

Qual é o maior oceano do planeta?

R: Oceano Pacífico.

PALAVRAS CRUZADAS



Com o apoio da Porto Editora

SOLUÇÕES DO NÚMERO ANTERIOR | Horizontais: 1- Malvado; 2- Isaura; 3- Aba; 4- Sigla; 5- Alor; 6- Troglodita; 7- Sã; 8- Lino; 9- Catrefada; 10- Opa; Rafado. 8- Espetador. 9- Ag; Abono. 10- Bonzo; Osga. **Verticais:** 1- Místico; 2- Ab; 3- Asir; Apego. 4- Lagostas. 5- Vulgar; Paz. 6- Aral; Érebo. 7- Da; Olfato. 8- Adiáfano. 9- Alindados. 10- Abotoado. 10- Sara; Orca.

SUDOKU

DIFICULDADE: FÁCIL								
		8		4			1	
9	1			2	6	8		
	3		1			4		2
5				9	1	3		8
3				7				6
4		2		6				5
2		7			8		9	
		9	4	1			3	7
	6			5		2		

DIFICULDADE: DIFÍCIL								
		9	3			7		
					9	4		
	6			8			9	
6			1	9			2	
	1		7				8	
	9				3			7
	4			2			7	
		2	6					
		8			5	9		

REGRAS SUDOKU: O Sudoku é um jogo de lógica muito simples e cativante. O objetivo é preencher uma grelha (9x9) com números de 1 a 9, sem repetir números em cada linha e em cada coluna. Também não se pode repetir números em cada quadrado de 3x3. **Bom Jogo!**

* Solução do número anterior

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

* Solução do número anterior

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

HUMOR

Um homem vai ao médico e diz: "Doutor, eu acho que sou uma traça!". O médico responde: "Então sente-se ali no sofá e espere que eu já lhe passo um tratamento para a traça". O homem responde: "Não, doutor, eu vim cá para comer o casaco que está ali pendurado!".

CONFISSÕES

CARMO – Das 8h30 às 9h00, das 9h30 às 11h00 e das 15h30 às 18h30 (de terça-feira a sábado). **CONGREGADOS** – Todos os dias, exceto aos domingos e dias santos, conforme o horário afixado nas pautas de avisos da igreja. **MENSAGEIRO** – Das 10h00 às 12h00, exceto quartas-feiras, domingos e feriados. **PÓPULO** – Todos os dias, exceto terças-feiras e domingos, das 8h30 às 10h00. **SÉ CATEDRAL** – sábado das 09h00 às 10h30. **IGREJA DO SALVADOR** – Todos os dias, exceto à quarta-feira das 16h30 às 17h00. **IGREJA DOS TERCEIROS** – De segunda a sexta-feira, exceto à quarta-feira, das 09h15 às 10h45.



BRAGA:	Oliveira Santos
AMARES:	Do Mercado
BARCELOS:	Filipe
CABEZEIRAS DE BASTO:	Barros
CALDAS DE VIZELA:	Campante
CELORICO DE BASTO:	Neves Ferreira
ESPOSENDE:	Monteiro
FAFE:	Ferreira Leite
GUIMARÃES:	Paula Martins
PÓVOA DE LANHOSO:	Misericórdia
VIEIRA DO MINHO:	Martins
VILA NOVA DE FAMILIÇÃO:	Valongo Riba d'Ave

VILA VERDE:	Fátima Marques
VIANA DO CASTELO:	Nelsina
ARCOS DE VALDEVEZ:	Da Lapa
CAMINHA:	Beirão Rendeiro
MELGAÇO:	Vale do Mouro
MONÇÃO:	Pereira & Barreto
PAREDES DE COURA:	Ribeiro
PONTE DA BARCA:	Moderna
PONTE DE LIMA:	Misericórdia
TERRAS DE BOURO:	Alvim Barroso
VALENÇA:	Central
VILA NOVA DE CERVEIRA:	Cerqueira

TELEFONES ÚTEIS

EMERGÊNCIA	112
AMARES	
GNR.....	253 900 070
Centro de Saúde.....	253 909 230
Bombeiros Voluntários.....	253 993 162

BARCELOS	
PSP.....	253 600 890
Hospital.....	253 809 200
Bombeiros Voluntários.....	253 802 050

BRAGA	
Hospital de Braga.....	253 027 000
GNR.....	253 203 030
PSP.....	253 600 900 / 253 600 901
Polícia Municipal.....	253 609 740
Cruz Vermelha.....	253 208 872
Bombeiros Sapadores.....	253 264 077
Bombeiros Voluntários.....	253 200 430
Braga Táxis.....	253 253 253
916 233 602 - 966 233 602 - 936 233 602	
Ambubraga Ambulâncias.....	253 257 257
Loja do Cidadão	
(Informações).....	707 241 107

ESPOSENDE	
GNR.....	253 989 110
Hospital.....	253 965 115
Bombeiros Voluntários.....	253 969 110

FAFE	
GNR.....	253 490 890
Hospital.....	253 700 300
Bombeiros Voluntários.....	253 598 111

FAMILIÇÃO	
PSP.....	252 035 290
Hospital.....	252 300 800
Bombeiros Voluntários.....	252 301 110

GUIMARÃES	
PSP.....	253 600 830
Hospital.....	253 540 330
Bombeiros Voluntários.....	253 515 444

PÓVOA DE LANHOSO	
Bombeiros Voluntários.....	253 639 240
Hospital António Lopes.....	253 639 030

TERRAS DE BOURO	
Centro de Saúde.....	253 350 030
GNR.....	253 391 137
Bombeiros Voluntários.....	253 350 110

VIANA DO CASTELO	
PSP.....	258 809 880
Hospital.....	258 802 100
Bombeiros Voluntários.....	258 730 643

VILA VERDE	
GNR.....	253 320 100
Hospital.....	253 310 120
Bombeiros Voluntários.....	253 310 390

VIZELA	
GNR.....	253 481 261
Centro de Saúde.....	253 589 040
Bombeiros Voluntários.....	253 489 100

CALENDÁRIO

SEXTA-FEIRA DA SEMANA II

Roxo – Ofício da féria.

Missa da féria, pf. da Quaresma.

L 1 Gn 37, 3-4. 12-13a. 17b-28; Sl 104 (105), 16-17. 18-19. 20-21

Ev Mt 21, 33-43. 45-46

* Na Arquidiocese de Braga (Basílica de S. Bento da Porta Aberta) – Aniversário da Basílica de S. Bento da Porta Aberta

Tadim – Braga

PARTICIPAÇÃO DE FALECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA DE

Maria Emília Gomes de Sá

1934 | 2025



Os filhos, filhas, nora, genros, netos, bisnetos e demais família cumprem o doloroso dever de comunicar o falecimento do ente querido e informam que o corpo encontrar-se-á hoje, a partir das 11h00, na igreja paroquial de Tadim em Braga, realizando-se a missa exequial às 16h30. Após a celebração religiosa será sepultada no cemitério de Tadim em Braga.

A missa de 7.º dia realizar-se-á na terça-feira, dia 25, às 19h00, na referida igreja.

Antecipadamente agradecem publicamente todas as manifestações de carinho e solidariedade nestes momentos tão delicados da Vida.

Braga, 21 de março de 2025

FUNERÁRIA ST. ADRIÃO - CONTACTO 969 412 981 (CHAMADA PARA REDE MÓVEL NACIONAL)

PARTICIPAÇÃO DE FALECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA DE

Álvaro Manuel da Silva Vieira



Sua esposa, filha e demais família cumprem o doloroso dever de participar a todas as pessoas de suas relações e amizade o falecimento do seu ente querido Sr. ÁLVARO MANUEL DA SILVA VIEIRA, de 62 anos idade, natural de S. José de S. Lazaro, Braga

O corpo do saudoso falecido encontrar-se-á hoje, dia 21 sexta-feira, pelas 11h15, na igreja de S. Vitor. O seu funeral realiza-se hoje às 15h00, na referida igreja com missa de corpo presente findas as cerimónias irá a cremar no Tanatório de Braga

Aproveitam para comunicar que a missa 7.º dia, será celebrada quarta-feira dia 26, às 18h30 na igreja de S. Vitor

Antecipadamente se confessam agradecidos a todos quantos se dignem honrar com a sua presença nas suas cerimónias fúnebres do saudoso falecido

Braga, 21 de Março de 2025

Funerária Macedo & Vilela Lda. Rua de S. Vitor nº 150 - Telefone 964067090/962877465 - funerariamacedovilela@hotmail.com

A FAMÍLIA



CASA DO POVO DE TADIM

PARTICIPAÇÃO DE FALECIMENTO DE

Maria Emília Gomes de Sá



A Direção da Casa do Povo de Tadim, participa a todas as pessoas de suas relações e amizade o falecimento da Sr.ª MARIA EMÍLIA GOMES DE SÁ, mãe do presidente da direção.

O corpo da saudosa falecida encontrar-se-á hoje, a partir das 11h00, na igreja paroquial de Tadim em Braga, realizando-se a missa exequial às 16h30.

Após a celebração religiosa será sepultada no cemitério de Tadim em Braga.

Antecipadamente agradece a todos quantos se dignem participar nas cerimónias fúnebres.

A DIREÇÃO

Sim, desejo receber* o Jornal **Diário do Minho**

Nome _____

Morada _____

Localidade _____ Código Postal _____

E-mail _____ Telef. _____

Data de nascimento ____/____/____ N.º Contribuinte _____

Junto envio cheque n.º _____, sobre o Banco _____

no valor da assinatura Anual € 140 Semestral € 85 Segunda a Sexta-feira € 105

Trimestral € 50 Semanal (1 por semana) € 45 Online € 60

Assinatura _____

(Recorte e envie para os nossos serviços comerciais ** Nos preços indicados já está incluído IVA à taxa de 6%)

Email: assinaturas@diariodominho.pt



DMGT | DIREÇÃO MUNICIPAL DE GESTÃO DO TERRITÓRIO

EDITAL

Alteração N.º 5 À Licença da Operação de Loteamento Titulada pelo Alvará de Loteamento N.º 1/2018 – Processo N.º 15/2024/43/0 – 2025-E-Rc-5098

João Vasconcelos Barros Rodrigues, Vereador do Pelouro do Urbanismo, Ordenamento e Planeamento, da Câmara Municipal de Braga, no uso de competências subdelegadas por despacho do Sr. Presidente da Câmara Municipal de Braga de 2021/10/18:

Faz saber que, nos termos do art.º 78.º, do Decreto-Lei n.º 555/99, de 16 de dezembro, na sua redação atual, e por despacho de 2025/02/12, praticado no uso de competências subdelegadas por despacho do Sr. Presidente da Câmara de 2021/10/18, são alteradas as prescrições da licença da operação de loteamento titulada pelo **alvará de loteamento N.º 1/2018**, emitido em nome de Junta de Freguesia de Lamas, respeitante ao prédio sito no Lugar de Paço ou Rua do Parque Desportivo, da freguesia de Lamas, deste concelho, alterações essas que cumprem o PDM e constam do seguinte: mantém-se a área total a lotear; a área total de implantação passa para 2.756,25m²; a área total em Anexo destinada a Garagem/Arrumos passa para 649,80m²; a área total em Cave (Piso -1) destinada a Garagem passa para 82,90m²; a área total destinada a Habitação passa para 3.553,60m² e o volume de construção passa para 15.433,40m³. A presente alteração refere-se ao **Lote 7** e estabelece o seguinte: a área de implantação passa para 181,95m²; a área em Anexo destinada a Garagem/Arrumos passa para 41,50m²; a área em Cave (Piso -1) destinada a Garagem (G) passa para 82,90m²; a área no Rés-do-Chão (Piso 1) destinada a Habitação (H) passa para 175,60m²; o volume de construção passa para 990,00m³ e a tipologia passa a ser 1G+1H e Anexo, mantendo-se as restantes prescrições da Licença em vigor.

Não há lugar à execução de obras de urbanização.

Para constar se mandou passar o presente edital e outros de igual teor que vão ser afixados nos lugares de estilo, publicitado no site do Município e publicado num jornal de âmbito local.

Braga, Direção Municipal de Gestão do Território (DMGT).

O Vereador,

DOCUMENTO ASSINADO ELETRONICAMENTE



HOTÉIS DO BOM JESUS

CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL DE ACIONISTAS

Nos termos da legislação aplicável e do Contrato de Sociedade, convoco os Senhores Acionistas da Sociedade HOTÉIS DO BOM JESUS, S.A., com sede no Lugar do Bom Jesus do Monte, Tenões, Braga, registada na respetiva Conservatória do Registo Comercial sob o n.º 501498575 do Livro C 6, Contribuinte n.º 501498575, com o Capital Social de 2.250.000,00 Euros para reunião da Assembleia Geral Anual, a realizar nas instalações da sede da Sociedade, em Braga, no dia 08 abril de 2025, pelas 21:00 horas, com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

- 1. Discutir e deliberar sobre o relatório de gestão, balanço e contas do exercício de 2024;**
- 2. Discutir e deliberar sobre a proposta de aplicação de resultados;**
- 3. Proceder à apreciação geral da administração e fiscalização da sociedade;**
- 4. Outros assuntos de interesse para a sociedade.**

Os documentos respeitantes à ordem de trabalhos, previstos no art.º 289 do Código das Sociedades Comerciais, ficarão à disposição dos Senhores Acionistas na sede social, podendo ser consultados todos os dias úteis, dentro do horário de expediente.

Os requisitos para participação e exercício do direito de voto são os constantes da lei e do Contrato da Sociedade.

Se na data e hora marcadas não houver quorum, é fixada, desde já, segunda reunião que será no mesmo local e dia, pelas 21:30 horas.

Braga, 17 de março de 2025

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Cónego Mário Martins Chaves Rodrigues



QUALISÁ
área do condomínio

Gostamos
de **cuidar** do
seu imóvel!

Gestão de Condomínio

- Constituição do condomínio
- Gestão do condomínio
- Elaboração da contabilidade
- Elaboração de orçamentos de receitas e despesas
- Cobrança de cotas
- Organização da conta poupança-condomínio
- Contratação do seguro do prédio
- Contratação do serviço de limpeza
- Promoção da cobrança dos débitos existentes ao condomínio
- Organização e contratação dos serviços de manutenção e reparação do imóvel
- Gestão de sinistros desde a parte processual até à finalização da obra/reparação
- Redução de custos através da renegociação de contratos
- Execução de benfeitorias ao imóvel

➤ **PEÇA-NOS UMA
PROPOSTA!**

Somos uma empresa com mais de **25 anos** de experiência na administração de Condomínios habitacionais ou empresariais, com vista à gestão corrente de assuntos relacionados com o condomínio e à valorização do património dos clientes.

253 278 248* . 961 748 892 . condominios@qualisa.pt**

QUALISÁ - Mediação Imobiliária, Unipessoal Lda. - Rua de Santa Teresa, nº 2A - 1º frente Braga - www.qualisa.pt

RE/MAX GRUPO LIBERTY

Quarteirão Global - Med. Imob., Lda - AMI 5351

APARTAMENTO T3 - BRAGA



ID: 124391112-20 **250 000€**

APARTAMENTO T3 - BRAGA



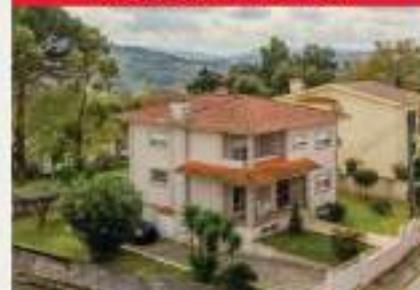
ID: 124391010-346 **299 900€**

MORADIA T3 - BRAGA



ID: 124391185-14 **399 000€**

MORADIA T5 - BRAGA



ID: 124391151-35 **500 000€**

MORADIA T3 - AMARES



ID: 124391185-13 **176 000€**

APARTAMENTO T5 - BRAGA



ID: 124391151-34 **259 000€**

PRÉDIO - BARCELOS



ID: 126281025-91 **1 450 000€**

MORADIA T7 - BRAGA



ID: 124391005-730 **425 000€**

MORADIA T4 - VILA VERDE



ID: 124391157-19 **195 000€**

MORADIA T6 - BRAGA



ID: 124391058-55 **455 000€**

APARTAMENTO T2 - BARCELOS



ID: 126281004-101 **195 000€**

MORADIA T2 - BRAGA



ID: 126281071-1 **287 000€**

APARTAMENTO T3 - BRAGA



ID: 126281057-3 **185 000€**

APARTAMENTO T4 - BARCELOS



ID: 126281025-87 **490 000€**

MORADIA T4 - BARCELOS



ID: 126281047-8 **650 000€**

GUEST HOUSE T4+6 - BARCELOS



ID: 126281047-14 **1 350 000€**

RE/MAX LIBERTY

- BRAGA -

- Av. Liberdade, nº195 4715-037, Braga
- 910 571 937 | 253 218 060
- liberty@remax.pt

RE/MAX LIBERTY 2

- BARCELOS -

- Av. Combatentes da Grande Guerra, nº35 4750-279, Barcelos
- 910 571 949 | 253 082 397
- liberty2@remax.pt



www.imobraga.pt
253 220 913 | 915 592 731

**QUER VENDER
 O SEU IMÓVEL?
 NÓS TRATAMOS!**



**PEÇA UMA
 AVALIAÇÃO
 GRÁTIS
 AO SEU
 IMÓVEL!**

SEM COMPROMISSO!

253 220 913

www.imobraga.pt/avaliacaogratiss

ANDAR MORADIA T3 – FRAIÃO

Localizada numa das zonas mais valorizadas de Braga, destaca-se pelo seu ambiente privilegiado e proximidade a diversas comodidades, como o Minho Center. Não espere mais, marque visita!

Ref. 6562 | D | 215.000 €

diversos

**PRECISA-SE
 EMPREGADA
 DOMÉSTICA**
 8 horas por dia, (segunda a quinta-feira)
 Oferece-se boas condições
 Tlm: 969 752 756

**COMPRO
 GARRAFAS ANTIGAS
 VINHO DO PORTO
 E WHISKY**
 TELEM: 931 612 043

**COMPRO
 APARTAMENTOS**
 Em Braga
 Pagamento imediato!
 Tel. 915 592 732

**VENDE-SE
 CAFÉ/RESTAURANTE**
 Todo equipado, em frente à entrada da Universidade do Minho. 200m2 e 4 lugares de garagem.
 290.000 € – Tel. 963 392 299

**PROCURA
 EMPREGO?**
 Admitimos Consultores (m/f)
 Tlm: 910 571 941
recrutamento.liberty@remax.pt

**MORADIA
 EM FASE
 DE
 ACABAMENTO**
 Esporões
 299.000 €
 Telem: 913 440 800

**IMOBRAÇA IMOBILIÁRIA
 RECRUTA
 COMERCIAIS**
 Enviar Curriculum:
rafael.fernandes@imobraga.pt
 Agendar entrevista: 915 592 732

PORTAS DE SEGURANÇA



- Limitador de abertura
- Janela móvel regulável
- jerrys lock
- tranco inferior lateral Shock
- estado de proteção acústico
- certificação FT

TONS DISPONÍVEIS



COMPRE ONDE COMPRAM OS PROFISSIONAIS

Mat. de Construção | Máquinas | Ferramentas | Drogeria
 Higiene e Limpeza | Jardim | Bricolage | Pichelaria

Rua Padre Armando Lira, 71 - Braga

segunda a sexta: 8:30h - 12:30h / 14:00 - 19:00

sábado: 9h-13:00h ENTRE A FEIRA DE BRAGA E O ELEFANTE AZUL

ABERTO AO PÚBLICO

T. 253 616 466 | Tl. 965 919 770 | F. 253 612 815 | info@foc.pt



MERELIM

S. Pedro - LOTEAMENTO

T4

TIPOLOGIA

ÁREA 270 M2

3 PISOS

GARAGEM 2 CARROS

OPEN SPACE

ESCRITÓRIO

9 LOTES
 215 a 550 m2



913 440 800

**JORGE
 MANUEL**
 ESTORES E
 PERSIANAS, LDA.

ASSISTÊNCIA E MONTAGEM EM
 TODO O TIPO DE MATERIAL

CELEIRÓS - BRAGA Tlm: 962 750 387
jorgemanuelstores@gmail.com



Inquérito DM online

Todas as semanas
uma pergunta diferente.



Diário do Minho Assinaturas

O Diário do Minho publica, diariamente, a edição impressa e digital do jornal. Qualquer uma delas requer uma assinatura independente. Faça a(s) sua(s) assinatura(s) através do nosso endereço eletrónico ou pelo telefone. Fique informado do que é, realmente, importante.

Teme que a situação política internacional motive o regresso da subida das taxas de juro?

EURODREAMS

16

23

25

37

38

40

+

5

www.diariodominho.pt/assinatura

253 609 460

(Chamada para rede fixa nacional)

SEXTA-FEIRA.21.MARÇO.2025

BRAGA	14°C	CHUVA	VIANA DO CASTELO	14°C	CHUVA
9°C			9°C		
CHUVA/AGUACEIROS VENTO MODERADO DE SUDOESTE			CHUVA/AGUACEIROS VENTO MODERADO DE SUDOESTE		

GARANTIA DO MINISTRO MANUEL CASTRO ALMEIDA

Governo quer pagar indemnizações sobre fogos de 2024, no norte até maio

O ministro-adjunto e da Coesão Territorial previu ontem que a indemnização pelos incêndios de 2024, no Norte e Centro do país, deverá estar concluída em maio, destacando que nos agricultores o processo está quase terminado.

«Estou convencido de que, dentro de mês e meio, sensivelmente, nós podemos ter esses processos também concluídos», afirmou Manuel Castro Almeida, referindo-se às candidaturas que ainda estão a ser apreciadas, a maioria apresentadas por empresas.

O ministro esteve em Mangualde, Nelas e Amarante, que são os três primeiros concelhos a verem concluídos os processos



de atribuição de apoios, no âmbito das ajudas aos territórios afetados pelos incêndios de 2024.

Até ao momento, têm sido apoiados 25 municípios do Norte e Centro do país na reposição de infraestruturas e equipamentos públicos municipais, num investimento global de quase 19 milhões de euros, dos quais 85% são comparticipados pelo Estado. Os

apoios para a recuperação de casas registam 45 candidaturas no Centro (28 já com apoios atribuídos, num total de 1,9 milhões de euros) e 29 na região Norte (28 aprovadas, num total de 928 mil euros). O governante garantiu que a CCDR Norte tem dinheiro para as indemnizações e que a queda do Governo não vai atrasar o processo.

Redação/Lusa

CIDADÃO DE 48 ANOS

GNR DETEVE HOMEM EM ESPOSENDE POR POSSE ILEGAL DE ARMAS

Um homem com 48 anos de idade foi detido, em Esposende, por posse ilegal de arma de fogo e de arma proibida. Segundo fonte da GNR, esta detenção deu-se «no âmbito de uma investigação por tráfico de estupefacientes, que decorria desde julho de 2024».

«Os militares da Guarda levaram a cabo diligências policiais que culminaram no cumprimento de quatro mandados de busca, duas domiciliárias e duas em veículos, em Esposende, durante as quais foram detetadas duas armas de fogo», lê-se num comunicado.

Desta ação levada a cabo pelo Núcleo de Investigação Criminal (NIC) de Barcelos, resultou a detenção do suspeito por posse ilegal de arma de fogo e de arma proibida, um telemóvel, 4.700 euros em dinheiro, duas armas de fogo e 110 munições.

ELEIÇÕES LEGISLATIVAS DE 18 MAIO

João Manuel Esteves disponível para integrar listas do PSD de Viana

O presidente da Câmara de Arcos de Valdevez disse ontem aos jornalistas que está disponível para integrar a lista de candidatos do PSD do distrito de Viana do Castelo para as próximas eleições legislativas de 18 de maio.

Questionado à margem da visita do ministro da Educação, a Arcos, João Esteves começou por dizer que, aquilo que podia adiantar é que será tudo esclarecido quando o PSD nacional anunciar as listas. «Será esse o momento certo para falarmos disso, terão todas as informações», disse.

Na insistência da questão, o autarca levantou um pouco véu, confir-

mando ter dito às estruturas do partidos «que estava disponível».

«Respondi a um desafio que me lançaram. Estou praticamente a meses do final do meu mandato e acho que poderei dar um contributo quer a Arcos de Valdevez, quer à região com toda a experiência acumulada e com tudo aquilo que possa servir a minha região». À questão se será o número dois da lista, João Manuel Esteves respondeu com um la-

cónico «veremos».



PARA EVITAR RUTURAS DE STOCK

Governo e farmacêuticas assinam acordo para sustentabilidade do SNS

O Governo e a indústria farmacêutica assinaram ontem um acordo que pretende contribuir para a sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde (SNS),

garantindo uma resposta a situações de ruturas de «stock» de medicamentos.

O acordo, que foi celebrado no Ministério da Saúde, vai permitir garantir um melhor con-

trolo da despesa pública com fármacos, através da «atribuição de um teto de crescimento máximo de 7% na despesa com medicamento».

Também vai garan-

tir o acesso ao medicamento de forma sustentável, assegurando uma resposta a situações de baixa disponibilização de medicamentos.

Redação/Lusa

Publicidade

MARAVILHA DO CAVADO

MCLAB

LABORATÓRIO

VERIFICAÇÕES DE TACÓGRAFOS E TAXÍMETROS

MARCAÇÕES
Braga
963 881 160
Matosinhos
963 881 163

CENTRO DE ENSAIO DE BRAGA
Avenida do Cávado, n.º 314 - Palmeira | T. 253 607 589
mclab.braga@gmail.com

CENTRO DE ENSAIO DE MATOSINHOS
Rua de Recarei, n.º 670 - Leça do Balio | T. 229 530 635
mclab.matosinhos@gmail.com

www.mclab.pt

Diário do Minho

Este suplemento faz parte da edição n.º 34194
de 21 de março de 2025, do jornal Diário do Minho,
não podendo ser vendido separadamente

GASTRONOMIA





PANÓPLIA DE SABORES RESISTE AO TEMPO E REINVENTA-SE

SABORES AUTÊNTICOS E RECEITAS TRADICIONAIS REFLETEM A CULTURA E HISTÓRIA DA REGIÃO

A gastronomia minhota tem raízes profundas nas tradições rurais e nas influências das zonas costeiras. A utilização de ingredientes frescos e locais é uma característica marcante da culinária do Minho, onde predominam os sabores autênticos e simples. Desta forma, destaca-se pela utilização de produtos locais e sazonais. Ingredientes como o arroz, as batatas, o porco, o bacalhau, as ervas e os frutos da região são essenciais para a cozinha local. Os pescados frescos, como o bacalhau e os mariscos, são essenciais, mas a carne de porco, o cabrito e o arroz também fazem parte do quotidiano gastronómico, desafiando o paladar de quem prova esta cozinha para não mais a esquecer.

A celebração das festas e romarias, nas quais a comida tem um papel fundamental, tem um papel distintivo. Durante as festas religiosas e populares, é comum ver pratos tradicionais serem preparados e partilhados entre familiares e amigos, criando um ambiente de convivência e celebração em torno do que é confeccionado.

Pode-se afirmar, por isso, que a gastronomia do Minho é uma verdadeira representação da cultura e da história da região. Com pratos que valorizam os ingredientes locais, os sabores intensos e a tradição, a mesma assume-se como uma experiência de prazer e sabor.

São muitos os pratos típicos desta região, que abarca os distritos de Braga e Viana do Castelo. Só a título de exemplo, surgem as tradicionais papas de sarrabulho com os rojões, o cabrito assado, o Bacalhau à Minhota ou à Braga, assim como o arroz de sarrabulho típico de Ponte de Lima, o galo de Barcelos, as couves com feijões típicas de Cabeceiras de Basto, o arroz de pato, o polvo à lagareiro, a carne da cachena com arroz de



feijão tarrestre tão procurada em Arcos de Valdevez, a sopa à lavrador, o arroz de lampreia, as frigideiras em Braga, a vitela em Fafe e o caldo verde. Refira-se que estes são apenas alguns exemplos de uma infundável lista, que não pode excluir, claro, a doçaria marcadamente conventual, com origem nos conventos e mosteiros.

A aletria, o torta de Viana do Castelo, as clarinhas de Fão, o pudim Abade de Priscos, as barrigas de freira, o arroz doce, os mexidos (ou formigos), o

bolinhol de Vizela, a rosca de Monção, os fidalguinhos, os papos-de-anjo, as viuvinhas e os sonhos são algumas das iguarias que dificilmente se esquecem depois de provadas.

A gastronomia é um reflexo direto da cultura da região, desempenhando um papel fundamental no turismo e na preservação e transmissão da identidade cultural do Minho.

Os turistas do Minho têm à sua disposição uma série de experiências e roteiros gastronómicos que lhes permitem explo-

rar as riquezas culinárias da região de uma forma mais profunda. Há rotas de degustação de vinhos e queijos, percursos gastronómicos que incluem visitas a mercados e feiras locais, e até mesmo eventos como jantares temáticos e festivais de comida que destacam os pratos típicos da região. Esses roteiros são uma forma de promover o turismo sustentável e de criar uma conexão mais forte entre os visitantes e as tradições locais.



aeb CÂMARA DE COMÉRCIO
E INDÚSTRIA DE BRAGA
ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL DE BRAGA

Um compromisso com
a qualificação e dinamização
do setor da restauração.



QUALIFICAR
DINAMIZAR

Por si. Pelos associados. Por Portugal



A HARMONIA ENTRE VINHOS E PRATOS: A VERDADEIRA ARTE DE COMBINAR SABORES

O Minho é conhecido pela sua beleza natural, tradições enraizadas e, claro, pela sua rica herança gastronómica e vinícola. Toda a região é um verdadeiro tesouro gastronómico e vinícola, onde os vinhos frescos e aromáticos se entrelaçam com pratos autênticos e saborosos, criando uma experiência sensorial única. A relação entre vinhos e gastronomia no Minho não é apenas uma tradição, mas uma arte que se reinventa constantemente, com novas combinações, mantendo sempre o respeito pelas receitas e vinhos que têm feito a fama desta região ao longo dos séculos.

Esta zona não só é o berço de algumas das mais tradicionais receitas da cozinha portuguesa, como também se destaca pela produção de vinhos de excelência. A interligação entre vinhos e gastronomia é, portanto, profunda, e resulta numa harmonia de sabores que conquista os paladares mais exigentes. Seja numa refeição caseira ou num restaurante requintado, os vinhos terão sempre um papel de destaque.

A produção de vinhos verdes, uma denominação de origem controlada (DOC) que caracteriza a região, assume aqui principal destaque. Embora o nome “vinho verde” possa sugerir que o vinho é imaturo ou não envelhecido, a verdade é que estes vinhos são frescos, ligeiros e, na sua grande maioria, jovens. Apresentam uma acidez vibrante e aromas frutados que os tornam particularmente versáteis na gastronomia.

O vinho verde é produzido principalmente com as castas Alvarinho, Loureiro, Trajadura e Arinto, sendo o Alvarinho, em particular, um dos mais conhecidos, tanto em Portugal como no mercado internacional. O Alvarinho é um vinho branco elegante, com notas florais e frutadas, que se destaca pela sua acidez equilibrada e frescor, tornando-o ideal para acompanhar pratos à base de peixe e marisco, comuns na culinária minhota.

Além dos vinhos brancos, a região do Minho também produz vinhos tintos de qualidade, embora em menor quantidade. As castas Vinhão e Borraçal são as mais tradicionais e conferem ao vinho tinto do Minho uma cor intensa e sabores robustos, muitas vezes com notas de frutos vermelhos e especiarias. Estes vinhos combinam bem com



pratos de carne mais pesados, como o famoso cabrito assado ou a feijoada minhota.

A cozinha do Minho é uma das mais emblemáticas de Portugal, marcada por ingredientes frescos e receitas tradicionais que têm sido passadas de geração em geração. Influenciada pela proximidade com o Oceano Atlântico e pelas paisagens verdes da região, a gastronomia minhota é, em grande parte, à base de peixe, marisco, carnes de porco e aves.

Um dos pratos mais representativos da região é o bacalhau à minhota, que é preparado de diversas formas, mas o mais tradicional é cozido com batatas, cebolas, alho e regado com azeite. Este prato combina perfeitamente com os vinhos brancos frescos, como o Alvarinho, que, com a sua acidez, corta a gordura do azeite e complementa o sabor suave do bacalhau.

arroz com carne de porco, sangue e especiarias, criando uma refeição robusta e de sabor intenso. Para acompanhar este prato mais forte, os vinhos tintos da região, como o Vinhão, são ideais, pois sua estrutura e taninos equilibram a riqueza do arroz de sarrabulho.

O frango à minhota, assado com batatas e regado com vinho branco, é também um prato tradicional que se harmoniza bem com vinhos de corpo médio e aromas frutados, como o Loureiro, que tem um toque aromático que realça o sabor do frango sem sobrecarregar.

Mas qual é, afinal, o segredo da excelente relação entre os vinhos e a gastronomia da região? Especialistas acreditam que tal se deve à capacidade dos vinhos equilibrarem e complementarem os sabores dos pratos. A frescura e acidez dos vinhos brancos da região criam um contraste perfeito com os pratos de peixe e marisco, enquanto os vinhos tintos, com sua intensidade e taninos, acompanham à perfeição as carnes de porco, cabrito e outros pratos mais encorpados.

Para além disso, o vinho verde possui uma leve efervescência, que pode ser interessante quando combinado com pratos fritos ou mais gordurosos, como as sardinhas assadas ou o polvo à lagareiro, pois a efervescência ajuda a limpar o paladar.

Outro prato que merece destaque é o arroz de sarrabulho, uma iguaria que mistura





RESTAURANTE VERDE MINHO

SABORES AUTÊNTICOS, PREÇOS JUSTOS: O COMPROMISSO DO VERDE MINHO

Com 23 anos de história, o restaurante Verde Minho é uma referência na restauração em Braga. Reconhecido pela qualidade e diversidade gastronómica, destaca-se pelo compromisso com a excelência, aliando tradição e inovação na arte de bem confeccionar a autêntica gastronomia portuguesa.

Desde a sua abertura, tem-se dedicado a proporcionar uma experiência culinária diferenciadora, onde cada refeição é preparada com ingredientes frescos e criteriosamente selecionados. O lema é simples, mas inegociável: oferecer "o melhor sabor a um preço justo".

À frente da gerência, o casal José Augusto e Custódia Pereira acredita que o segredo do sucesso reside na constante aposta na quali-

dade e inovação, sempre com o cliente como prioridade máxima. O compromisso passa por continuar a evoluir, mantendo a excelência e superando expectativas nos próximos anos.

Neste sentido, o espaço foi recentemente alvo de uma remodelação cuidada, que trouxe um ambiente ainda mais acolhedor. Com um design renovado, novos elementos decorativos e mobiliário moderno, o espaço combina elegância e conforto, proporcionando uma experiência ainda mais agradável e convidativa aos seus clientes.

Através de um serviço self-service, o Verde Minho aposta na rapidez, na dinâmica e numa relação qualidade/preço imbatível. Todos os dias, os clientes são convidados a em-



barcar numa verdadeira viagem de sabores, com uma vasta seleção de pratos frios e quentes, grelhados, saladas, pizzas, um variado buffet de frutas e sobremesas irresistíveis. Um conceito versátil, que permite a cada cliente

compor o prato ao seu gosto e imaginação.

O espaço, com capacidade para 200 pessoas, conta ainda com uma agradável esplanada, ideal para desfrutar das refeições nos dias mais soalheiros.

R.B



VISITE-NOS E SURPREENDA-SE COM A NOSSA ENORME VARIEDADE DE PRATOS E SOBREMESAS!

COMIDA AO KILO

📍 Rua Quinta das Cabanas, loja 105/107 BRAGA (perto da Volvo)
☎ 253 624 641 ✉ verdeminho2@gmail.com 📱 [verdeminho2](https://www.facebook.com/verdeminho2)

📍 Quinta Valmangude, Areias de S. José ☎ 289 514 801 | Albufeira
📍 Vale Paraíso ☎ 289 592 867 / 927 516 796 | Albufeira

📅 **ABERTO DE SEGUNDA A SÁBADO:**
31 **DAS 11H30 ÀS 22H30 | SEM INTERRUPTÕES**

AOS DOMINGOS:
DAS 11H30 ATÉ ÀS 15H00

AGORA COM NOVO DESIGN!



PANÓPLIA DE SABORES RESISTE AO TEMPO E REINVENTA-SE RESTAURANTE TRAZ PARA BRAGA ESTRELA HÁ MUITO AMBICIONADA



Já era um sonho antigo em Braga e, agora, tornou-se realidade. Depois de anos e anos de espera, a primeira Estrela Michelin chega ao concelho pelas mãos do chef Rui Filipe, do restaurante Palatial, situado na freguesia de Arcos.

«Situado na periferia sul de Braga, este elegante restaurante dispõe de um bar para a degustação de vinhos da região e de uma sala de jantar com uma decoração cuidada. Aqui, com um serviço de excelência, é possível optar por um menu 'à la carte' ou escolher entre dois menus de degustação: Tradição e Inovação. Em ambos os casos, as raízes da gastronomia portuguesa são reinterpretadas de forma criativa», pode ler-se na página oficial do Guia Michelin.

A mesma publicação salienta a invulgaridade deste projeto que «aposta na diversificação de uma empresa familiar, dedicada ao mundo das piscinas, da alta gastronomia e do alojamento premium», já que «oferecem também sete suítes».

A «original combinação» de linguado e «cozido à portuguesa» e a sobremesa de Queijo, marmelo e avelã, «que jogam com as temperaturas e as texturas», foram os pratos destacados.

Nas redes sociais, o restaurante dá nota do «orgulho» e «felicidade» sentidos com esta distinção. Numa publicação, atribui este reconhecimento à «total dedicação e empenho da excelente equipa liderada pelo Chef Rui Filipe, que durante o primeiro ano de atividade, foi capaz de arrecadar a tão desejada distinção, ao mesmo tempo que brinda Braga com a primeira estrela Michelin da cidade».

Em declarações ao DM, o diretor-geral da Associação Empresarial de Braga considerou que esta estrela Michelin, a par das restantes distinções, vêm afirmar Braga «como um destino gastronómico que não é só gastronomia tradicional». «Somos, de facto, muito bons na gastronomia tradicional, mas temos

também já um conjunto de espaços para cozinha, alta cozinha e cozinha de autor que fazem com que Braga seja um destino turístico de excelência do ponto de vista gastronómico», disse.

Segundo Rui Marques, estes reconhecimentos acabam por ter influência em toda a cadeia de valor. «Influencia, desde logo, uma procura crescente por parte dos consumidores que procuram este tipo de experiências gastronómicas mais sofisticadas. Mas, por outro lado, também tem o efeito de contágio junto dos restantes operadores que encontram aqui a motivação para, também eles, trabalharem cada vez mais na qualificação das suas propostas», referiu, acrescentando a imagem positiva que projeta para o destino em si já que «quando uma região recebe uma Estrela Michelin há um aumento relevante da procura».

“A Cozinha” em Guimarães renovou distinção

Para além do “Palatial”, há no distrito de Braga mais um espaço com uma Estrela Michelin, que vem ostentando desde 2018. Chama-se “A Cozinha” e fica em Guimarães, sob a liderança do Chef António Loureiro, segundo o qual «cozinhar é também contar histórias».



Outros espaços do Minho recomendados pelo Guia Michelin

Os restaurantes com estrela Michelin ficam, para já, nos concelhos de Braga e Guimarães. Mas um pouco por toda a região do Minho, há outros espaços recomendados pelo Guia Michelin.

No distrito de Braga, com a distinção “Birb Gourmand”, que destaca na seleção as melhores relações qualidade-preço, permitindo aos gourmets poder desfrutar de uma excelente cozinha a preços moderados, existem o Inato Bistrô (Braga) e Norma (Guimarães). Já no de Viana do Castelo, estão destacados com esta distinção a Tasquinha da Linda e o Camelo, ambos em Viana do Castelo.

Integram ainda a lista “Recomendado pelo Guia Michelin 2025” os seguintes restaurantes: Esperança Verde e O Filho da Mãe - ambos em Braga -, Hool, 34 e Le Babachris (em Guimarães), Turismo (Barcelos), Ferugem (Portela), S. Gião (Moreira de Cónegos) e A Carvalheira (Ponte de Lima).



TASCA DO Paiol BRAGA

ONDE O SABOR ABRAÇA A ALMA E CADA MOMENTO SE TORNA MEMÓRIA

Entrar na Tasca do Paiol é como atravessar a porta de uma casa que já conhecemos de cor, onde o riso ecoa nas paredes e o tempo, por um instante, deixa de importar. Tiago, o anfitrião ou tasqueiro, como prefere, dá-nos a sua "bênção" para o que se segue. Aqui, cada mesa conta histórias de amizade, cada brinde celebra encontros e cada prato é uma homenagem às raízes ibéricas que unem Portugal e Espanha numa dança de sabores e emoções.

Neste refúgio de convívio genuíno, a única regra é simples: não ter pressa. O verdadeiro luxo está em abrandar o ritmo do dia, deixar o relógio à porta e saborear cada instante partilhado. Marcar lugar é o primeiro gesto de quem quer viver uma experiência gastronómica que não se esquece. Porque no Paiol, o tempo corre ao compasso do coração.

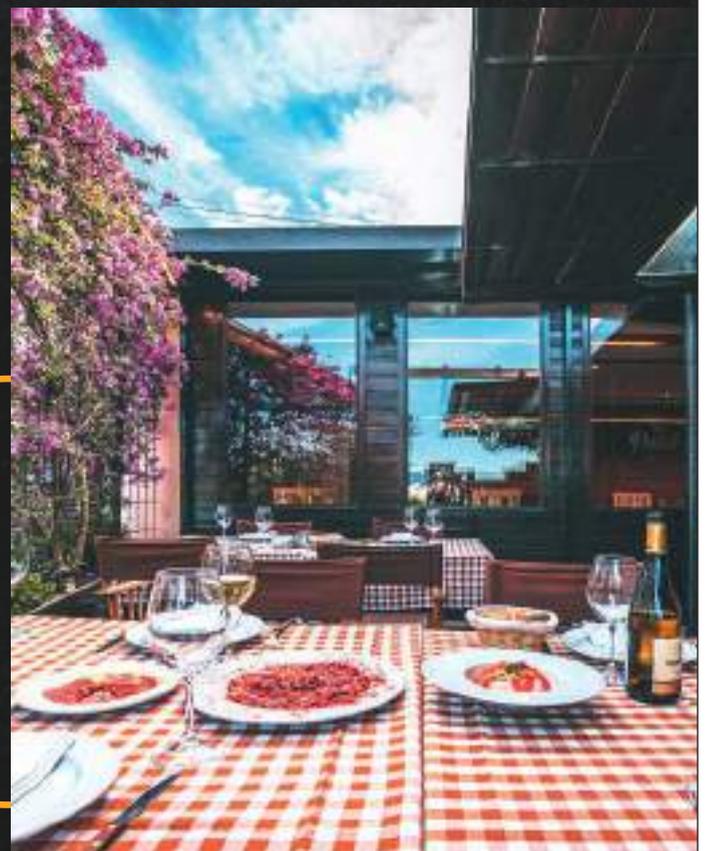
Ah, e os sabores... começam com o toque delicado de umas lascas de presunto vindo de Granada, um convite irresistível a uma viagem de sentidos. Dali em diante, o caminho é traçado pela tradição e pela autenticidade: cabrito assado que respeita os rituais antigos, frango estufado com ervilhas que conforta como um abraço, arroz de merendeiro, filetes de polvo crocantes por fora e tenros por dentro, ou um clássico polvo à lagareiro, que traz o mar à mesa.

Se o destino assim ditar, pode ainda encontrar-se perdido entre uma paella dourada pelo açafrão, secretos suculentos de porco preto, ou os inevitáveis grelhados na brasa, onde o fogo realça a essência pura do peixe e da carne. O produto? Sempre fresco, sempre sublime.

E porque uma boa mesa pede um bom brinde, a carta de bebidas é um convite à cele-

bração: vinhos que contam histórias em cada gole, espumantes que dançam no paladar, sangrias refrescantes e cervejas artesanais com personalidade, onde a estrela brilha na forma da inconfundível Alhambra.

Nas estações mais generosas, as duas esplanadas transformam-se em palcos de encontros despreocupados, onde o sol acaricia a pele e os



Rua do Senhor da Boavista, 20

961 212

Terça a Quinta: 17h00 às 23h00
Sexta a Sábado: 12h30 às

@tascado-



DIRETOR-GERAL DA AEB ACREDITA QUE, EM BREVE, MAIS ESPAÇOS DE RESTAURAÇÃO SERÃO DISTINGUIDOS

«ALGUNS DOS MELHORES RESTAURANTES PORTUGUESES ESTÃO NA NOSSA REGIÃO»

Para o diretor-geral da Associação Empresarial de Braga (AEB), é na região de Braga que se encontram «alguns dos melhores restaurantes portugueses, seja em cozinha mais regional, seja em cozinha de autor». Por isso, não tem qualquer dúvida de que, «mais tarde ou mais cedo», outros espaços se juntarão ao lote este ano distinguido pelo Guia Michelin.

Este escalar qualitativo da qualidade do que é confeccionado na região deve-se não só à qualidade dos produtos utilizados como a todo o saber acumulado ao longo dos séculos e, mais recentemente, ao surgimento de chefs de cozinha jovens, com formação na área, que têm vindo a arriscar e a inovar.

Neste ponto, a AEB, assim como outras entidades como a Esprominho, tem vindo a prestar um valioso contributo, através dos cursos de formação que ministra a jovens que pretendem profissionalizar-se na área da cozinha, padaria/pastelaria ou de assistente de sala.

«Temos conseguido formar muitos novos chefs com base do ponto de vista mais técnico e isso é importantíssimo. E temos notado esta capacidade da nova geração conseguir conciliar técnicas de cozi-



nha internacional, mas depois utilizando aquilo que é a base do nosso receituário, da nossa região. Ou seja, fazendo uma espécie de fusão do regional com o internacional, e isso tem sido muito bem suce-

tido», venceu, dando nota de que «este conceito de cozinha do mundo - seja de cozinha asiática como saudável ou de base italiana - é uma das tendências da restauração a nível global». «Temos excelentes projetos a acontecer em Braga, que é um sítio vibrante e super dinâmico onde estão constantemente a surgir novos projetos e conceitos muito consistentes e isto faz de nós diferentes», disse.

E se é certo que a inovação está na ordem do dia no que ao palato diz respeito, também os consumidores procuram cada vez mais experiências desafiadoras e “fora da caixa”, que vão para além da necessidade básica de se alimentarem. E é, segundo o responsável, este o caminho de deve ser trilhado: «é importante conseguir transformar refeições em experiências porque é isto que faz com que depois possamos também ter ‘tickets’ mais altos e poder ter mais margem e, com mais margem, poder melhorar ao nível dos trabalhadores, poder evoluir e investir porque este é um setor altamente dinâmico e concorrencial».

«Uma empresa competitiva tem de estar sempre um passo à frente. Tem que estar continuamente a inovar, a investir e a melhorar o seu serviço», rematou.

Todo este processo de melhoria contínua, patente na qualidade, diversidade e numa boa relação qualidade/preço da gastronomia tem efeitos inevitáveis na economia da região. «A gastronomia é, provavelmente, o nosso maior ativo e marca muito o que é a nossa identidade, a nossa cultura. Nós damo-nos muito a conhecer pela nossa forma de nos comportarmos relativamente à gastronomia porque isto é uma experiência fantástica para quem nos visita, é uma experiência sensorial diferente poder conhecer uma cultura à mesa, através da nossa forma de viver e de celebrar. A gastronomia é um aliado absolutamente extraordinário do turismo, assim como o turismo é um grande aliado da gastronomia. Andam de mãos dadas e têm um benefício extraordinário para a economia local, aliado, agora, à cultura, que é outro ativo importantíssimo», referiu.





FRANCESINHA PORTUGUESA

NESTA CASA LUSITANA, PORTUGAL É SENTIDO À MESA

Há lugares onde cada prato conta uma história e nos transportam numa viagem única. A Francesinha Portuguesa é um desses espaços, onde tradição e inovação se encontram para oferecer uma experiência inesquecível.

Ao entrar, sente-se o calor da hospitalidade, num ambiente acolhedor que convida a encontros entre amigos e família. Com salas amplas e uma esplanada coberta para qualquer estação do ano, o espaço é perfeito para saborear os melhores sabores e desfrutar de momentos descontraídos.

O menu é uma verdadeira viagem gastronómica por Portugal. Da Serra da Estrela, chega o prego com queijo amanteigado que derrete na boca. Da Ericeira, tostas crocantes de pão saloio e recheadas com sabores que conquistam à primeira dentada. Dos Açores e da Madeira, um prego



reinventado em bolo de caco, numa fusão irresistível. E claro, a famosa bifana de Vendas Novas, succulenta e cheia de sabor.

Como o próprio nome indica, a estrela da casa é a francesinha. Servida com os

melhores ingredientes e um molho rico e envolvente, mantém-se fiel à tradição, mas com um toque especial que a torna única.

Mas há mais, muito mais para descobrir: massas, saladas, hambúrgueres e francesi-

nhas em formato mini. Os pregos gémeos, os ovos rotos e a tábua de enchidos são ideais para partilhar, enquanto as asinhas de frango crocantes são o snack perfeito para qualquer ocasião.

Para brindar, a sangria, com combinações surpreendentes de pêssego e manga ou maçã verde e gengibre traz um toque refrescante e inesperado, enquanto a extensa lista de cervejas do mundo promete agradar até aos mais exigentes apreciadores.

Na Francesinha Portuguesa, comer torna-se uma experiência para partilhar e recordar. Seja ao almoço ou ao jantar, num ambiente descontraído e acolhedor, há sempre um lugar à mesa para quem aprecia boa comida e bons momentos. Porque numa casa portuguesa é assim: sabores autênticos, companhia agradável e uma receção de braços abertos.

PUB



Rua Cidade do Porto, 4705-084 Braga 253 629 657 Francesinha Portuguesa

31 Segunda-feira: Encerrado | Terça-feira a Sábado: 12h00-00h00 | Domingo: 12h00-15h30 | 18h30-23h30



PROCURA PELA FORMAÇÃO TEM AUMENTADO E AJUDA A VALORIZAR O SETOR DA RESTAURAÇÃO

A procura pela formação na área da restauração e pastelaria/cafetaria tem vindo a aumentar no que respeita a oferta disponibilizada pela Associação Empresarial de Braga e isso reflete-se na valorização do setor. Contudo, segundo Rui Marques, ainda há um caminho a percorrer neste sentido, não obstante os passos que têm sido dados.

«Na área da cozinha tem havido uma procura crescente. Durante muitos anos as pessoas acabavam por trabalhar nesta área por não terem outra alternativa, mas hoje não. Hoje, de facto, as pessoas que estão a trabalhar num setor são pessoas que voluntariamente escolhem fazê-lo. É uma paixão, investem muitas horas para se formarem e estão verdadeiramente em aprendizagem ao longo da vida», vincou.

Porém, o diretor-geral da AEB dá nota de «um ponto verdadeiramente crítico», que é o facto de o setor da restauração/cozinha «não estar a conseguir acompanhar a qualificação que têm existido ao nível das técnicas de confeção», isto é, «a questão do serviço». «Há uma grande dificuldade em conseguir trazer jovens e pessoas qualificadas para o serviço à mesa, para o serviço de restaurante do bar. Isso está a ser um problema para se manter um nível de experiência totalmente alinhado entre cozinha e serviço em sala», alertou.

Empresários têm apostado na melhoria das condições de trabalho

Segundo o responsável, tem havido uma «aposta forte» dos empresários do setor no que respeita a melhoria das condições de trabalho, concretamente ao nível dos horários e remunerações que, por vezes, podem afastar potenciais candidatos. Mas ainda há um trabalho a ser feito neste âmbito para tornar a profissão ainda mais atrativa, evitando que seja vis-

ta como algo temporário, sazonal ou «até encontrar algo melhor».

«Nos últimos cinco anos este foi o setor que mais cresceu o vencimento face àquilo que era a situação de base. Porém, tinha uma decalagem ainda muito significativa relativamente a outros setores da atividade económica e, portanto, este ajustamento das políticas de remuneração não consegue ser à velocidade do que as pessoas gostavam, sobretudo os trabalhadores. Mas está a ser feito um esforço muito significativo, e eu isso queria enfatizar, porque de facto é verdade, está a ser feito um grande esforço por parte das empresas para que se consiga remunerar melhor, ter jornadas de trabalho mais agradáveis para ser possível conciliar a vida profissional com a vida pessoal e familiar», referiu Rui Marques, vincando que «este é um desafio é verdadeiramente relevante» mas que, posteriormente, «faz toda a diferença depois naquilo que é a experiência do consumidor».

Valorização e captação de funcionários tem de partir das empresas

Para Rui Marques, esta responsabilidade na valorização e captação de funcionários tem de partir das próprias empresas. «A empresa e o empresário têm que ser capazes de motivar os seus trabalhadores e ser capazes de identificar onde é que as pessoas se podem formar. Por exemplo, no nosso caso [AEB], nós temos oferta de formação que é financiada, ou seja, nem sequer tem custos, nem para a empresa, nem para o trabalhador, para fazer esta formação inicial e o restante. É preciso, muitas vezes, aproveitar estes recursos que existem», salientou.

No fim, todos acabam por ganhar: a empresa, o empresário, o funcionário e o consumidor que cada vez é mais exigente.





RESTAURANTE & GARRAFEIRA ROLHA

SETE ANOS A BRINDAR À PAIXÃO PELA GASTRONOMIA E PELO VINHO

Há sete anos que o Restaurante Rolha brinda ao sabor, à história e à paixão pela gastronomia e pelo vinho. Nascido de um projeto familiar, este espaço reflete a visão do gerente e chef Sérgio Vilaça, alicerçado num princípio maior: o prazer de bem receber.

Cada detalhe conta uma história, desde a decoração minimalista, com destaque para o logotipo em metal adornado por rolhas escritas, que guardam memórias de quem por lá passa, até às enormes rolhas personalizadas de cortiça que marcam a identidade da casa.

A fusão entre tradição e modernidade é a essência do Rolha, presente não só no ambiente acolhedor onde a madeira e a pedra se cruzam, mas também na cozinha aberta, que permite acompanhar o talento e a dedicação

da equipa liderada por Sérgio Vilaça. A horta vertical, onde crescem ervas aromáticas, confere frescura e autenticidade aos pratos, enquanto a garrafeira envidraçada no centro do restaurante exibe uma cuidada seleção de vinhos e espumantes, maioritariamente nacionais, pensados para elevar a experiência gastronómica.

A qualidade dos ingredientes é o alicerce da cozinha do Rolha. As entradas abrem o apetite para o que se segue, com sugestões como presunto ibérico selecionado, alheira de caça crocante com amêndoa, gambas ao alho, amêijoas à Rolha, carpaccio de salmão fumado e espargos enrolados em presunto.

A vitrine de peixe fresco destaca o compromisso com o melhor que o mar oferece, com

propostas como robalo, cherne, garoupa e linguado grelhado, arroz de peixe com amêijoas e gambas, polvo no forno e cataplana de marisco. Os clássicos como o bacalhau à Braga ou gratinado no forno celebram a tradição, enquanto os apreciadores de carne encontram no icónico bife Wellington, medalhão de lombo de boi, costeletão de novilho, posta de vitela e rosbife de vazio Angus uma verdadeira homenagem aos sabores de excelência. Aos fins de semana, o cabrito e a vitela assados com castanhas assumem o protagonismo, sendo o misto assado a opção ideal para os indecisos. Por encomenda, opções como o robalo ao sal e pratos típicos como tripas à Rolha, Cozido à Portuguesa e Papas de Sarbulho com rojões prometem surpreender.



A doçaria não deixa ninguém indiferente, com destaque para a rabanada à Rolha com gelado de noz, a tarte de lima e limão, o cheesecake com frutos do bosque, a Pêra em Grand Marnier, o leite creme queimado ou o emblemático Pudim Abade de Priscos. A experiência culmina na harmonização perfeita com uma seleção de vinhos do Porto, runs, whiskeys e aguardentes.

No Restaurante Rolha, cada refeição é mais do que um simples momento à mesa, é um convite a brindar e a celebrar a vida, os sabores, a família e os amigos. Uma viagem gastronómica onde o prazer de bem receber é a marca maior.

PUB



Rua Quinta do Pregal nº 12, Braga
reservas@restauranterolha.pt
939 065 294





EUROFRANGOS

O SABOR A CHURRASCO QUE UNE OS BRACARENSES HÁ QUASE 30 ANOS

Há quase 30 anos que a EuroFrangos se afirma como uma referência na oferta de churrasco em Braga, servindo milhares de clientes com receitas tradicionais e ingredientes de qualidade.

Com serviço ao balcão, takeaway e entregas ao domicílio, desde 1997, que a EuroFrangos se adapta às necessidades de quem procura uma refeição prática, mas sem abdicar da autenticidade dos grelhados no ponto certo.

As suas grelhas já viram passar incontáveis refeições, sempre preparadas com o rigor e o sabor que os clientes tanto apreciam. E cada uma delas é preparada com mestria e dedicação. Para os apaixonados da carne, o difícil é escolher: frango, picanha, entrecosto, salsicha crioulo, espetadas mistas, secretos de porco preto, coelho, bife de lombo ou vazia, fêveras, costeletas de vitela e barriguinhas.

E porque nem só de carne se faz um bom churrasco, traz à mesa o melhor do mar, gre-

lhado no ponto certo: bacalhau na brasa, salmão, espetadas de lulas, sardinhas assadas, robalo ou dourada.

Nenhuma refeição está completa sem os acompanhamentos certos. Pode escolher entre arroz solto, batata frita, sopa caseira, salada fresca ou feijão preto.

Para quem prefere os sabores caseiros, os pratos do dia são um convite ao conforto da comida tradicional. Variam diariamente e entre as propostas podemos encontrar misto de grelhados, costelinha no forno, tripas à moda do Porto, lombo assado, rojões, massa à lavrador, carne de porco à alentejana, vitela no forno, papas de sarrabulho, bacalhau com natas, entre muitos outros.

E para terminar em grande, há sempre espaço para uma das suas deliciosas sobremesas: mousse de chocolate, mousse de chocolate e nata, baba de camelo, natas do céu, bolo de brigadeiro ou bolo de bolacha.

RESTAURANTE SETE FONTES

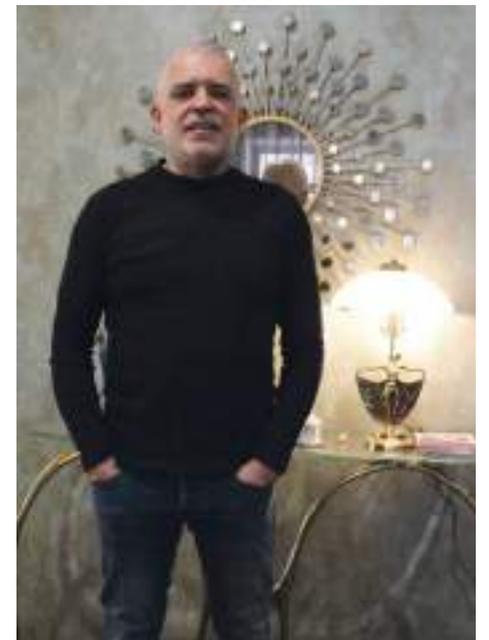
UMA CORRIDA À GASTRONOMIA TRADICIONAL PORTUGUESA

O Restaurante Sete Fontes é um verdadeiro pit stop da gastronomia portuguesa, onde tradição e paixão se fundem num ambiente acolhedor. À frente deste espaço está Aníbal Pinto, piloto bracarense de automobilismo, que traz para a cozinha o mesmo espírito competitivo das pistas, garantindo pratos vencedores em sabor e qualidade.

O menu destaca os clássicos da região, como o Cabrito à Sete Fontes, assado na perfeição, o Bacalhau à Braga, crocante por fora e suculento por dentro, e a imponente Posta à Sete Fontes, irresistivelmente tenra. Aos fins de semana, as Papas de Sarrabulho prometem uma experiência gastronómica inesquecível.

Durante a semana, há três pratos do dia ao almoço, combinando rapidez e qualidade. Além disso, o restaurante é palco de momentos especiais, acolhendo aniversários, batizados e eventos empresariais num ambiente familiar e autêntico.

No Restaurante Sete Fontes, cada refeição é uma viagem pelos sabores do Minho, preparada



com a mesma precisão e entrega de uma corrida, garantindo que todos os clientes cruzam a meta do sabor em primeiro lugar.

PUB



EuroFrangos

CHURRASCARIA LDA











R. Araújo Carandá 10, 4715-037 Braga


253 618 100


Aberto Todo os Dias: 11h30 às 14h00
19h00 às 22h00


EuroFrangos

PUB

RESTAURANTE SETE FONTES

ESPECIALIDADES DA CASA:




DE SEGUNDA A SÁBADO, AO ALMOÇO, TEMOS DOIS PRATOS DO DIA

Festas de:

• ANIVERSÁRIO
• BATIZADOS
• COMUNHÕES
• EMPRESAS






Visite-nos em restaurante_7_fontes

Rua das Sete Fonte n.º31 - S.Victor - Braga

Email: restaurante7fontes@gmail.com

Tlf: 253 253 606

Tlm: 964 432 778



RESTAURANTE BAGOEIRA UM TRIBUTO À COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Com registos que remontam a 1575, a Bagoeira é umas das casas mais antigas de Barcelos. O restaurante e hotel estão localizados no centro da cidade onde outrora existia a casa e quinta da Bagoeira. A quinta estendia-se até ao rio Cávado, com a casa localizada no centro dos terrenos agrícolas.

Podemos encontrar a Bagoeira diante do espaço onde se realiza semanalmente a conhecida e renomada “feira de Barcelos”. Aberto todos os dias da semana e durante todo o ano, o restaurante Bagoeira serve cozinha tradicional portuguesa, com especial destaque para a cozinha minhota.

Dispõe de um menu diversificado, com opções para diferentes preferências alimentares. A sugestão do dia está disponível para almoço e jantar, com opções de peixe, carne e vegetariano.

A carta de vinhos oferece uma vasta seleção de vinhos provenientes de todas as regiões do

país. Na garrafeira é possível encontrar vinhos de referência e algumas raridades.

O takeaway também está disponível, permitindo que todos os pratos sejam saboreados no conforto da sua casa. Para tal, poderá fazer a encomenda por telefone (253 811 236) e levantar o pedido no restaurante.

Para além disso, realiza refeições temáticas, como o fim de semana da lampreia, o fim de semana dos rojões, o fim de semana do Bacalhau, ou o fim de semana do Galo assado.

Com fortes ligações à cidade de Barcelos e à sua cultura, no 3.º fim de semana de cada mês, brinda os seus clientes com um prato emblemático: o Galo na Forca. Esta iguaria está disponível exclusivamente por reserva e sujeita à disponibilidade.



SHAKAI GASTRONOMIA NIPÓNICA DE EXCELÊNCIA

A Taberna Shakai é um autêntico santuário onde a arte culinária japonesa ganha vida pelas mãos talentosas e experientes do sushiman Christian Oliveira. Neste recanto do Japão situado na Praça Conde de Agrolongo, bem no coração da cidade de Braga, a matéria-prima é a estrela principal. Com uma carta de sushi premium, a Taberna Shakai respeita a tradição, mas não deixa de abrir as portas para a mais pura expressão da criatividade. Aqui, o peixe fresco é cuidadosamente selecionado e resguardado no armário de maturação Dry Ager e cada detalhe é executado com a precisão de um verdadeiro mestre sushi.

Na Taberna Shakai, os clientes têm a oportunidade de explorar novas combinações de sabores, texturas e técnicas, em pratos que transcendem as fronteiras da tradição e abrem caminho para o desconhecido. As Yakissoba (noodles) de frango, carne ou legumes, o Maguro Tataki (atum selado com sementes de sésamo

com molho do chef), cogumelos Shimeji na manteiga e molho de soja, o Escalope Jalapeno (uramaki, vieira e maionese trufada com molho de jalapeno), o Okonomyaki (panqueque japonesa com vegetais, camarão e flocos de bonito) ou o Chirashi são algumas propostas tentadoras da casa. Mas há outras sugestões surpreendentes como os tacos de peixe, os Gunkan, o futomaki vegetariano, os Nigiri ou os Hot Rolls, e novas sugestões como o Hamachi Carpaccio com molho de Yuzu.



PUB

BAGOEIRA
RESTAURANTE

Aberto todos os dias da semana e durante todo o ano.

Servimos cozinha tradicional portuguesa com especial destaque para a cozinha minhota.

✉ restaurante@bagoeira.com ☎ +351 253 809 500

📍 Avenida Dr. Sidónio Pais 495 4750 - 333 Barcelos 🌐 bagoeira.com

📱 📷 📺 📺

PUB

SHAKAI

taberna japonesa

De terça a quinta venha almoçar ou jantar e conheça o nosso Festival Shakai.

Muito mais que sabor, é uma experiência!

📍 Praça Conde de Agrolongo, 177 4700-314 Braga

☎ 927 582 895 | 253 267 289 📱 @tabernadoshakai



AO LONGO DO ANO, SÃO VÁRIAS AS INICIATIVAS QUE TÊM ALCANÇADO RESULTADOS POSITIVOS

PROJETOS DINAMIZADOS PELA AEB MOSTRAM O QUE DE DE MELHOR SE PODE COMER E BEBER

Colocar o setor da restauração no topo, dando a conhecer o que de melhor se faz na região, é um dos desígnis da Associação Empresarial de Braga que, ao longo do ano - e já há vários anos -, tem em curso uma série de projetos inovadores com inegáveis efeitos positivos: o volume de negócio aumenta numa altura em que a afluência normalmente baixa e os espaços aderentes ganham e fidelizam novos clientes.

Falando dos mais “antigos” e que vão perdurando ano após ano, fazendo já parte do calendário anual do setor, temos as “Sugestões do Chef”, que convidam a saborear deliciosos menus gastronómicos, ao almoço e/ou jantar, nos restaurantes aderentes da área de abrangência da Associação Empresarial de Braga. Po norma, os menus propostos são para uma ou duas pessoas e incluem sempre o prato principal e a sobremesa com descontos que podem chegar aos 50%. Com esta atividade promocional, a AEB pretende divulgar a excelente e diversificada oferta gastronómica da região, bem como contribuir para a atração de consumidores e visitantes à mesma.

A iniciativa “Amigos do Café”, com o apoio da Delta Cafés, assemelha-se à anterior, mas tem como foco os pequenos almoços e ‘brunches’, privilegiando sempre uma bebida com café - seja o expresso como o pingo ou cappuccino - acompanhado por pão, bolo, tostas, iogurtes, ‘bowls’ ou fruta. Os menus apresentados apresentam sempre um preço promocional nos dias e horários indicados pelos espaços aderentes. Aqui, o objetivo é desafiar as pastelarias e cafés da região a promoverem menus equilibrados e saudáveis para a primeira refeição do dia, e que a mesma contribua para a dinamização dos negócios numa altura do ano em que se registam menores fluxos turísticos na região.

As “Tardes Gulosas” seguem o mes-



mo objetivo, mas desta vez abrangendo as pastelarias que, durante um período e em dias específicos, levam a cabo a promoção “Leva dois, paga um”. Este roteiro apresenta-se, assim, como uma oportunidade para que residentes e visitantes possam explorar os sabores autênticos de Braga, enquanto contribuem para a visibilidade e vitalidade da eco-

nomia local.

O “Verde Cool” é outro dos projetos que se vem consolidando ano após ano e que tem como foco o vinho verde. Durante cerca de um mês, dezenas de estabelecimentos locais oferecem menus especiais, compostos por um copo de vinho e um petisco, a um preço convidativo. Aqui, a originalidade não tem

limites, podendo os petiscos ir desde um bolo no caco com manteiga de alho até um mini hambúrgues, presunto com queijo da serra, folhados ou asinhas de frango. O vinho, esse sim, tem de ser da região. Partir à descoberta de Braga e da região do Minho através da sua gastronomia, terminando o dia da melhor maneira, junto dos colegas de trabalho, amigos e familiares nas esplanadas dos espaços aderentes, é o convite que esta iniciativa faz aos bracarense e a todos os que visitam o concelho.

Mais recentemente, a AEB lançou o projeto “Fora da Carta” que prevê, este ano, a realização de oito jantares, em diferentes restaurantes. Os espaços aderentes são convidados a sair da sua zona de conforto e a reinventarem a memória gastronómica local, criando pratos diferenciadores.

Para Rui Marques, este é um projeto «absolutamente estratégico». E se nos anteriores o propósito é a promoção dos espaços e o aumento do volume de negócio, neste caso em concreto, o objetivo fundamental é «a qualificação, a valorização e o estímulo à inovação, à melhoria da experiência» e, depois, «conseguir mobilizar consumidores para fazer estas experiências gastronómicas diferentes». «Este é um trabalho, que tem que se ir fazendo ao longo do tempo para que consigamos trabalhar quer do lado da procura quer da oferta para estimular este tipo de propostas», disse, acreditando que, «a médio prazo, este trabalho vai produzir resultados devido a este efeito “pedagógico” que tem junto dos consumidores e dos restaurantes para que promovam a inovação e parcerias para que possam afirmar a sua individualidade».

Também no ano passado a AEB criou o roteiro gastronómico “Bem Comer”, visa promover uma alimentação equilibrada e sustentável,



CASA DE PASTO DAS CARVALHEIRAS

SABORES QUE VIAJAM NO CORAÇÃO DE BRAGA

No vibrante centro de Braga, entre ruas que respiram história e modernidade, há um espaço onde o paladar ganha asas e a tradição se reinventa. Muito mais do que um restaurante - um convite à partilha, à descoberta e às emoções que só a boa comida é capaz de despertar.

Um espaço que respira identidade, onde o rústico se funde com o contemporâneo e onde cada detalhe convida à partilha e ao convívio. Aqui, a cozinha segue o ritmo das estações, com ingredientes frescos e menus em constante renovação. O almoço é uma surpresa semanal, mas é na carta mensal que o talento da equipa se revela, com pratos que fogem ao óbvio e elevam a experiência gastronómica a outro nível.

Apesar do arrojo gastronómico, a Casa de Pasto das Carvalheiras mantém-se fiel à sua essência descontraída. Não há rigidez,



apenas o prazer puro de uma refeição bem preparada, partilhada sem pressa e com boa companhia. Num cenário onde a cozinha é uma forma de expressão, cada visita é um convite a descobrir novas combinações, novos sabores e, acima de tudo, uma nova forma de viver a gastronomia.



Entre sabores inesperados e combinações ousadas, cada visita é uma descoberta,

onde a tradição se reinventa sem perder a essência.

PUB

Casa de Pasto das Carvalheiras

Morada Rua D. Afonso Henriques 8, 4700-030 Braga
Telefone 253 046 244
Email geral@casadepastodascarvalheiras.com

Horário Domingo a Sexta: 12h00 - 15h00 | 19h00 - 00h00
Sábado: 12h00 - 00h00

casadepastodascarvalheiras



BACALHAU É SÍMBOLO DA COZINHA EM BRAGA



O concelho de Braga não tem mar mas, curiosamente, alguns dos seus pratos mais típicos têm o bacalhau como elemento central como, de resto, acontece um pouco por todo o país. Não é por acaso que é conhecido como “o peixe dos mil pratos”. Seja à Braga (ou à Narcisa) ou à Moda do Minho, assado, com broa ou cozido, esta é uma iguaria muito requisitada nos restaurantes locais, sobretudo pelos turistas estrangeiros que não perdem a oportunidade de degustar este prato tão típico.

Mas centremo-nos no Bacalhau à Braga, uma das receitas mais emblemáticas da cidade. Confeccionado pela primeira vez em 1930, no famoso restaurante Narcisa, em Monte de Arcos, Braga, por Eusébia, este prato foi um sucesso, constando mesmo que este espaço chegou a ser visitado por milhares de pessoas vindas de todos os cantos do país, entre as quais a fadista Amália Rodrigues e a atriz Beatriz Costa.

«Não fora a fama ganha nesta tasca da Narcisa, tomada em negócio à dona do nome por uma D. Eusébia (falecida em 1972) e talvez Braga não visse celebrar o velho Bacalhau à Bracarense virado à Narcisa nesta casa por força da primitiva designação do local e engenho e culinário de D. Eusébia», referiu, em tempos, o gastrónomo mor Dr. Reis Torga.

A fama levou a que o prato fosse posteriormente replicado por outros estabelecimentos. Assim, a receita ganhou asas e imortalizou-se, com algumas adaptações, tal como é referido pela Direção-Geral de Agricultura e Desenvolvimento Rural: «embora o “Bacalhau à Braga” seja inspirado no já reconhecido “Bacalhau à Narcisa”, é impor-

tante referir que ao longo dos tempos, e com a evolução da cozinha portuguesa, também as receitas se foram adaptando e evoluindo».

Por esse motivo, as combinações do prato podem variar. Mas como era preparado, originalmente, este prato de bacalhau? Segundo Félix Ferreira e Manuel Ferreira, filhos de Eusébia, o Bacalhau à Narcisa, «primava pela qualidade dos poucos ingredientes utilizados: um bom bacalhau e o que a terra dava. Assim, era baseado numa boa posta de bacalhau (bacalhau especial maioritariamente da Islândia) previamente demolido no tanque de pedra existente na casa, construído pelo seu bisavô Félix Valença, que depois se fritava numa sertã com azeite abundante, acompanhado por batata frita e cebolada. A posta de bacalhau era colocada numa frigideira a fritar em abundante azeite, de tal forma que o azeite cobria a posta de bacalhau até metade da altura. Quando um dos lados do bacalhau estivesse alourado, virava-se e adicionava-se ao bacalhau, as batatas cortadas às rodelas (de espessura média) que estiveram algum tempo em água e sal. Assim que o bacalhau estivesse pronto, retirava-se o mesmo da frigideira e deixava-se as batatas acabarem de fritar. Numa frigideira à parte adicionava-se o azeite, as cebolas às rodelas, uma pitada de sal, pimenta moída o pimentão-doce e deixava-se a cebola cozinhar até esta ficar macia. No final, o bacalhau era colocado numa travessa rodeado da batata frita, coberto e regado com a cebola e o seu molho e decorado com um ramo de salsa», refere o município de Braga numa brochura.



RUB












Rua da Rola, nº83 Este S. Mamede
4715-519 Braga, Portugal

Para reserva, contacte:
253 675 177 | 969 986 846



SUPER TALHO REDENTOR PROXIMIDADE E QUALIDADE AO SERVIÇO DA COMUNIDADE

Na Avenida General Norton de Matos, junto ao Largo dos Penedos, encontra-se o Super Talho Redentor, um dos mais conceituados de Braga. Sob a gestão de Alexandre Gonçalves há cerca de 30 anos, este espaço mantém viva uma tradição familiar que remonta ao seu pai e ao seu tio, antigos mestres na arte de carnes verdes, que deixaram



um legado de excelência e dedicação.

Mais do que um simples talho, o Redentor destaca-se pelo seu serviço de proximidade, proporcionando um atendimento personalizado que transforma cada visita numa experiência familiar. A montra, sempre bem composta, exhibe uma seleção irresistível de carnes de qualidade superior, desde vaca, vitela, porco, borrego, cabrito e aves.

Além do balcão de carnes verdes, o espaço conta com ilhas abertas de congelados, charcutaria variada e uma secção de mercearia cuidadosamente selecionada para complementar qualquer refeição. É também na inovação dos preparados que o Super Talho Redentor mantém a sua clientela fiel.

Alexandre Gonçalves e a sua equipa não vendem apenas carne; oferecem confiança, tradição e um sabor inconfundível que há décadas é partilhada por tantas famílias.

PÓ D'ARROZ RESTAURANTE E EVENTOS



Se procura boa comida tradicional portuguesa, o restaurante Pó d'Arroz, em Sequeira, é um local que deve colocar na lista de preferências. Sob a gerência de Manuel Oliveira desde agosto de 2012, apresenta várias especialidades muito apreciadas, como o bacalhau recheado, as papas de serrabulho e o cabrito assado. As diárias, sempre com mais de quatro opções na lis-

ta, são também muito procuradas. A equipa muito unida e bem-disposta, recebe diariamente elogios dos seus clientes.

O restaurante Pó d'Arroz abre todos os dias da semana, das 08h00 às 24h00.

Para grandes eventos, disponibiliza um espaço próximo do restaurante que torna os sonhos em realidade, com um serviço distinto.

PUB

SUPER TALHO REDENTOR

Av. General Norton de Matos, n.º 11
4700-385 Braga | 253 278 207 - 913 273 318

PUB

RESTAURANTE PÓ D'ARROZ

Venha conhecer o nosso espaço e experimentar as nossas especialidades!

Parque Industrial de Sequeira, Braga
965 626 206 - 253 339 518 | rest.podarroz@hotmail.com



REGIÃO EUROPEIA DA GASTRONOMIA E VINHO 2025

GASTRONOMIA E VINHOS DO VALE DO LIMA PROJETAM-SE A NÍVEL INTERNACIONAL

O Vale do Lima ostenta o título de Região Europeia da Gastronomia e Vinho em 2025, estatuto que dá projeção internacional aos municípios de Arcos de Valdevez, Ponte da Barca, Ponte de Lima e Viana do Castelo. A gala de abertura da Região Europeia da Gastronomia e Vinho 2025 decorreu no dia 8 de março, na Expolima. Na cerimónia, a Associação de Municípios Portugueses do Vinho (AMPV) atribuiu a Ponte de Lima a placa com o título, gesto que será repetido nos outros três municípios.

O secretário-geral da AMPV, José Aruda, afirmou que o Vale do Lima apresentou uma «candidatura exceção» à primeira edição da Região Europeia da Gastronomia e Vinho, um novo projeto desta estrutura, que alia a promoção da gastronomia e dos vinhos.

Por seu turno, o presidente da Câmara Municipal de Ponte de Lima, Vasco Ferraz, classificou o evento como «o corolário e um exemplo da união de quatro municípios em torno da promoção de algo que é comum a todos, a exímia gastronomia e a excelência do Vinho Verde, em particular da casta Loureiro». «Arcos de Valdevez, Ponte da Barca, Ponte de Lima e Viana do Castelo têm implementado várias ações no território com vista à valorização e promoção do património cultural, da gastronomia e do Vinho Verde, contando para isso com o envolvimento da comunidade e de todos os agentes económicos ligados ao setor, dignificando a sub-região do Lima e permitindo uma maior dinamização e divulgação a nível nacional e internacional», disse.

Em seu entender, a distinção é «o reconhecimento do trabalho em conjunto em prol de interesses comuns», mas este estatuto «traz também uma maior responsabilidade para a afirmação e sustentabilidade não só em relação à gastronomia e vinho, mas também a nível económico, ambiental e social», para que este seja «um território harmoniza-



do e coeso, privilegiando a diversidade e a autenticidade».

O autarca revelou que «promover o turismo enogastronómico e a valorização do património cultural da região é o principal objetivo deste projeto, que quer impulsionar a produção de vinhos verdes, promover a identidade gastronómica local e fortalecer o turismo sustentável».

O Vale do Lima – especificou – «orgulha-se da certificação do doce de Viana do Castelo, a Torta de Viana, uma marca nacional registada, e do Arroz de Sarabulho à Moda de Ponte de Lima, registado como Especialidade Tradicional Garantida» a nível nacional e europeu. «Mas também a Carne Cachena com o Arroz de Feijão Tarreste, de Arcos de Valdevez, e o Naco à Terras da Nóbrega, de Ponte da Barca, são iguarias endógenas com a excelência reconhecida que promovem os produtos locais, bem como a economia e o setor agroalimentar dos nossos municípios vizinhos», acrescentou.

O edil revelou que os quatro municípios querem que o Vale do Lima seja uma região «diferenciadora na sua ofer-

ta turística», dizendo que «é também através da enogastronomia de excelência que se consegue cativar o mercado turístico». «Estou certo de que este ano será um êxito, com as diversas ações programadas, que vão decorrer nos quatro municípios, posicionando o Vale do Lima e os seus vinhos internacionalmente num patamar superior», disse.

Já o presidente da Câmara de Arcos de Valdevez, João Manuel Esteves, defendeu que, devido ao percurso histórico, se pode dizer «Vale do Lima, onde Portugal se fez, faz e fará», considerando que a região tem «tesouros únicos» do património cultural nacional.

O edil definiu a aposta na inovação, alicerçada no Centro Tecnológico de Inovação para o Agroalimentar, que vai começar a funcionar «em breve» em Arcos de Valdevez. «É inovação que queremos. É dar um salto em frente», afirmou, apontando o caminho da «valorização e da promoção» dos produtos locais para «construir um futuro melhor» para o Vale do Lima.

Já o vice-presidente da Câmara Municipal de Viana do Castelo, Manuel Vitorino, afirmou que a candidatura a Re-

gião Europeia da Gastronomia e Vinho surgiu de uma «estratégia comum» para alavancar o desenvolvimento regional a partir da gastronomia e do vinho, tendo como antecedente o projeto «Loureiro: uma casta, o vale inteiro».

Este responsável disse que é preciso criar a «consciência estratégica nos atores regionais» para que se perceba que a gastronomia e os vinhos são um «recurso valiosíssimo», que se pode afirmar no mercado nacional e internacional e, como isso, ajudar a desenvolver o Vale do Lima.

O presidente da Câmara Municipal de Ponte da Barca, Augusto Marinho, traçou um roteiro que demonstra a riqueza histórica, cultural, paisagística e gastronómica do município, dando conta que o número de produtores de vinho do concelho aumentou de quatro para dez. «Esta iniciativa valoriza a identidade de um território, a partir dos vinhos e da gastronomia, e para isso contribui a riqueza das nossas gentes», asseverou.



CERVEJARIA SAGRES O SEGREDO BEM TEMPERADO

A Cervejaria Sagres, sob a liderança de Eduardo Carvalho há 19 anos, é mais do que um simples ponto de encontro gastronómico, é um palco onde a tradição e o sabor se fundem em perfeita harmonia. Do clássico ao picante, passando por combinações surpreendentes que desafiam o paladar, cada opção é uma viagem distinta pela riqueza gastronómica portuguesa. Mas a oferta não se esgota por aqui. As especialidades de carne e peixe grelhado, a francesinha generosamente recheada e um molho que cativa, ou o tradicional prego no pão são pratos que conquistam tanto pela simplicidade quanto pela intensidade dos sabores. Neste leque, podemos ainda incluir omeletes, bitoques, massas, o polvo à lagareiro e as opções de bacalhau que fazem parte da carta.

Para os que procuram variedade, a Cervejaria Sagres oferece diariamente um menu com 7 ou 8 opções de carne e peixe, adaptando-se às preferências de todos os



paladares. É, sem dúvida, um convite diário para redescobrir a riqueza da cozinha nacional, com pratos que respeitam a tradição. Aqui, cada refeição é uma celebração do que Portugal e o Minho, em particular, têm de melhor: a comida, a hospitalidade e a partilha. Como disse Fernando Pessoa, “Viver não é necessário. Necessário é criar”. E Eduardo Carvalho, juntamente com a sua equipa, cria todos os dias, com dedicação, um espaço onde o sabor se transforma em emoção, e cada prato conta uma história que vale a pena ser saboreada.

RISTORANTE PAPILLONI UMA VIAGEM AOS SABORES DE ITÁLIA, SEM SAIR DE BRAGA

“A vida é uma combinação de magia e pasta”, disse Federico Fellini. E se há lugar onde essa fusão se materializa, é no Ristorante Papilloni em Braga, este espaço transporta-nos sem escala para a essência mais genuína da cozinha italiana. Cada prato é um passaporte para os sabores de Roma, Florença ou Nápoles. As massas são preparadas com o rigor da tradição e a frescura dos melhores ingredientes. As pizzas, com a sua massa delicadamente estaladiça e coberturas cuidadosamente escolhidas, são um tributo ao legado napolitano. A cada dia, uma nova sugestão surpreende o paladar. Não faltam também as clássicas lasanhas e os suculentos bifés que completam este banquete de excelência.

No Papilloni, cada refeição é uma promessa cumprida: um pedaço de Itália servido com alma, onde cada garfada nos transporta para as ruas ensolaradas de um país



que fez da comida uma arte e da partilha um ritual eterno.

P.B.





📍 Rua Bernardo Sequeira 160
 4715-213 Braga
 ☎️ 253 278 967
 ✉️ du.brg@hotmail.com



P.B.






📍 Largo Sra. A. Branca, 90
 4710-443 Braga
 ☎️ 253 278 976
 📱 @papilloni_ristorante

📅 **Segunda-feira a Sábado:**
 das 12h00 às 15h00
 das 19h00 às 23h00



A PARTICIPAÇÃO EM EXPOSIÇÕES E BOLSAS DE TURISMO MOSTRA LÁ FORA O QUE SE FAZ CÁ DENTRO

REGIÃO MOSTRA-SE AO PAÍS E AO MUNDO AO LONGO DE TODO O ANO

A promoção da gastronomia do Minho em feiras nacionais internacionais tem sido uma estratégia crescente para divulgar e valorizar os produtos e sabores da região, tanto para turistas como para mercados estrangeiros.

Este tipo de promoção permite não só a divulgação dos pratos tradicionais, mas também a afirmação da identidade cultural e gastronómica do Minho no contexto global. Desta forma, este tipo de certames assume-se como um canal privilegiado para divulgar as particularidades e a qualidade

da cozinha local, não esquecendo o vinho verde e outros produtos regionais que, sabiamente combinados, dão origem a pratos únicos que apelam aos sentidos. Manter o dinamismo da região e ampliar a presença das cidades no mercado global é o grande objetivo.

A BTL é o mais recente exemplo desta promoção do que de melhor o país tem para oferecer. Esta que foi a 35.ª edição do certame decorreu entre os dias 12 e 16 deste mês e juntou, na Feira Internacional de Lisboa (FIL), no Parque das Nações, em Lisboa,



PUB

BARCELOS  PORTUGAL

VERA CRUZ

RESTAURANTE

DESDE 1971

<p>Vitela Estufada</p> 	<p>Cozido</p> 	<p>Bacalhau à Vera Cruz</p> 
<p>Cabrito</p> 	<p>Rojões</p> 	<p>Papas de Sarrabulho</p> 

ABERTO TODOS OS DIAS
(EXCETO SÁBADOS)
09h00 - 17h00

927 526 184 | 253 811 333
veracruzbarcelos@gmail.com
Av. Dr. Sidónio Pais, 379 | 4750-333 Barcelos

milhares e milhares de pessoas oriundas de vários pontos do mundo. Foi no stand do “Amar o Minho”, do consórcio Minho In, no espaço do Turismo do Porto e Norte de Portugal, que a região abriu as portas ao mundo. Concretamente no caso de Braga, o município fez-se representar em vários pontos do globo, como é o caso da B-Travel, que decorreu há um ano em Barcelona, Espanha; assim como o FITUR, em janeiro deste ano, em Madrid. De salientar que, até 5 de novembro deste ano, Braga, em colaboração com a InvestBraga, participa na 24.ª edição do Xantar, salão internacional de turismo

gastronómico que decorre em Ourense, na vizinha Galiza.

Também a AGRO - Feira Internacional de Agricultura, Pecuária e Alimentação, cuja 57.ª edição decorre de 3 a 6 de abril, no Forum Braga, é um importante momento de promoção da região já que, para além de serviços e maquinaria ligada ao setor, os municípios participantes têm a oportunidade de promover - e dar a provar - a sua gastronomia mais típica. Para além disso, ao longo de vários dias realizam-se demonstrações de culinária.





TALHO CARNES ALTO MINHO TRADIÇÃO, QUALIDADE E PROXIMIDADE

Num mercado onde a confiança se constrói dia após dia, há espaços que se destacam pela dedicação, qualidade e proximidade. Os talhos Carnes Alto Minho são desses lugares, distinguindo-se como referências para quem procura o melhor em carnes frescas nacionais e produtos selecionados, sempre com um atendimento personalizado que faz cada cliente sentir-se em casa.

Preste a completar 14 anos em abril, a marca apresenta dois espaços da cidade (Rua de Baixo e Rua Bernardo Sequeira - S. Vitor), o segredo do sucesso está, em primeiro lugar, na qualidade e variedade das carnes disponíveis. Oferecem um leque completo de opções, com cortes selecionados de vaca, porco, borrego, cabrito, frango e peru, assegurando frescura e sabor em cada peça.

Estes talhos vão, no entanto, além do simples fornecimento de carne. A aposta na diversidade é clara, com uma oferta

que se estende à mercearia, à charcutaria de excelência, aos produtos congelados e a outros artigos essenciais para o lar. A ideia é proporcionar uma experiência de compra completa, num ambiente onde a qualidade e o atendimento personalizado fazem toda a diferença.



DOCAMAR MELHOR QUALIDADE, MÁXIMA FRES-

A marisqueira Docamar, localizada em Braga, renovou totalmente o seu restaurante, disponibilizando agora um espaço mais moderno, amplo e mais acolhedor.

O espaço aposta sempre em marisco e peixe fresco de alta qualidade que nos transporta para um inesquecível aroma do alto mar.

A marisqueira Docamar é o local ideal para os apaixonados de uma boa mariscada, almoços de negócios ou jantares inesquecíveis, além disso, possui um serviço descontraído e um ambiente familiar.

Aqui, encontra uma grande variedade de sugestões, com destaque para o peixe fresco e marisco vivo (as amêijoas à Bolhão Pato, a sapateira recheada e as gambas panadas recomendam-se!). Mas se não for apreciador de marisco, há sempre opções disponíveis para uma refeição de qualidade. No seu interior destacam-se as montras e os viveiros próprios de marisco, convidando a uma nova visita.



Rua de Baixo,
4715-213 | 253 619 057



Rua Bernardo Sequeira 182,
4715-012 | 253 133 015

DOCAMAR
MARISQUEIRA

A melhor qualidade a máxima frescura

Avenida 31 de Janeiro
S. Victor Braga
Tel: 253 063 348
restaurantedocamar@gmail.com

RESERVAS:
253 063 348



FINS DE SEMANA GASTRONÓMICOS LEVAM À MESA IGUARIAS DO NORTE

A 16.ª edição dos Fins de Semana Gastronómicos do Turismo do Porto e Norte de Portugal leva à mesa, até dezembro, as melhores iguarias e vinhos de 75 municípios da região.

Tendo começado em janeiro, este roteiro inclui 903 restaurantes, permitindo provar 211 receitas. Envolve também 680 alojamentos e 255 espaços de enoturismo público-privados.

Este é considerado «o maior projeto público-privado sobre o produto turístico gastronomia e vinhos do país», envolvendo municípios, empresas da restauração, de alojamento turístico, adegas e quintas produtoras de vinho.

O arranque desta edição realizou-se em Ponte de Lima, reconhecendo a relevância do concelho, que é Região Europeia da Gastronomia e Vinho, juntamente com Arcos de Valdevez, Ponte da Barca e Viana do Castelo, e está a comemorar os 900 anos da outorga de foral pela rainha D. Teresa.



«Os Fins de Semana Gastronómicos prometem ser uma celebração do compromisso da região com a gastronomia e o enoturismo, combinando a tradição, a inovação e a hospitalidade na promoção de um destino sustentável», afirmou o vice-presidente da entidade regional de turismo, Cancela Moura, nessa sessão de

apresentação, no Restaurante Panorâmico da Expolima.

Em seu entender, os Fins de Semana Gastronómicos abrem o apetite «para visitar cada um dos 75 municípios aderentes, ao longo do ano, para saborear iguarias gastronómicas, provar bons vinhos, conhecer a cultura e os territórios,

numa verdadeira festa dos sentidos, que já não cabe nos limites locais e é cada vez mais património de experiências e memórias de todos aqueles que fazem da região um local de visita obrigatória».

Por seu turno, o presidente do Turismo do Porto e Norte, Luís Pedro Martins, defende que a gastronomia e os vinhos são uma mais-valia fundamental da região e «dos produtos que mais contribui para a coesão territorial entre os vários subdestinos, dando também uma importante ajuda para combater as dificuldades que a sazonalidade sempre coloca».

Para este responsável, a atratividade do produto “Gastronomia e Vinhos” está ainda demonstrada «na capacidade de fidelização a um determinado território e na oportunidade que abre para dinamizar outros segmentos turísticos, como o enoturismo, o turismo rural, o turismo patrimonial, o turismo de natureza, o wellness e outros».

MINHO MOSTRA A SUA IDENTIDADE À MESA

No Minho, os fins de semana gastronómicos arrancaram em janeiro, em Vieira do Minho e Ponte de Lima, no primeiro com Chouriça Assada, Couves com Feijão Amarelo e Pera Bêbeda Rojões à Minhota, e, no segundo com Arroz de Sarrabulho à Moda de Ponte de Lima e Leite Creme. Seguiu-se Arcos de Valdevez com Alheira de Carne da Cachena, Carne de Cachena com Arroz de Feijão Tarreste e Bolo de Discos.

Em fevereiro foi a vez de Amares, com Pataniscas de Bacalhau Papas de Sarrabulho e Pudim de Laranja, e Monção, com Lampreia à Moda de Monção e Roscas de Monção. Já Caminha promoveu Pataniscas de Bacalhau, Robalo do Mar da Ínsua e Leite Creme Queimado e Vila Nova de Famalicão destacou Papas de Sarrabulho, Rojões à Moda do Minho e Leite Creme.

Em março, Barcelos serviu Papas de Sarrabulho à Moda de Barcelos, Galo Assado à Moda de Barcelos e Leite Creme. Coincidindo com o arranque da Festas de S. José, entre 14 e 16 de março, a Póvoa de Lanhoso levou à mesa Cabrito à S. José e Rochas do Pilar.

Este fim de semana, de 21 a 23 de março, a proposta de Melgaço consiste em Bifes de Presunto, Cabrito do Monte Assado no Forno e Bucho Doce e a de Terras de Bouro é pataniscas de Bacalhau, Cozido de Couves com Feijão à Terras de Bouro e Aletria.

O fim de semana gastronómico de Valença é o que se segue, de 28 a 30 de março, sendo o menu composto por Caldo Verde, Bacalhau à S. Teotónio e Borrachinhos de Valença. De 4 a 6 de abril, Esposende propõe Robalo e Clarinhas de Fão, enquanto Braga serve Bacalhau à Braga e Pudim Abade de Priscos.

Guimarães leva à mesa, de 11 a 13 de abril, Pataniscas de Bacalhau, Cabrito Assado com Batata e Doce Branco, enquanto Viana do Castelo apresenta Pataniscas de Bacalhau, Bacalhau à Viana e Torta de Viana.

Entre 2 e 4 de maio, Vila Nova de Cerveira serve Sável de Escabeche, Debulho de Sável do Rio Minho e Leite Creme. Vizela vive o fim de semana gastronómico de 9 a 11 de maio, com Bacalhau à Zé do Pipo e Bolinhol de Vizela.

Entre 16 e 18 de maio, Fafe destaca Vitela Assada à Moda de Fafe e Doces de Gema, enquanto Ponte da Barca propõe Pataniscas de Bacalhau, Posta Barrosã e Rabanadas de Mel.

De 14 a 16 de novembro, Celorico de Basto leva à mesa Pataniscas de Bacalhau, Cabrito Assado no Forno e Flor Camélia e Paredes de Coura serve Cozido e Rabanadas. A ementa de Vila Verde, de 21 a 23 de novembro, é Arroz de Pica no Chão à Moda de Vila Verde e Pudim Abade Priscos.

A agenda dos fins de semana gastronómicos no Minho termina entre 5 e 7 de dezembro, em Cabeceiras de Basto, com Tábua de Enchidos, Posta Barrosã com Arroz de Grelas e Codornos Assados.

No âmbito dos Fins de Semana Gastronómicos, cada concelho concebe pacotes especiais para a data, com uma oferta mais estruturada, que visa promover todo o seu território, incluindo descontos em entradas de museus, visitas guiadas e experiências endógenas.



45 UNIDADES DE RESTAURAÇÃO E 24 PASTELARIAS APRESENTAM IRRESISTÍVEL SELEÇÃO GASTRONÓMICA

ESPOSENDE CELEBRA OS AUTÊNTICOS SABORES DO MAR

Em março, Esposende convida a um mergulho... nos verdadeiros sabores do mar. Um despertar de todos os sentidos, postos à prova pelas propostas de 45 unidades de restauração do concelho e 24 pastelarias. Em dez dos restaurantes aderentes, pode encontrar pratos que estão em avaliação para o concurso gastronómico “Março com Sabores do Mar”.

Em Esposende a comida conta histórias. Sabemos de onde vêm os produtos e valorizamos quem os cultiva e pesca, preservando tradições passadas de geração em geração. Assim (nasce) Subst.(se realiza) mais uma edição do “Março com Sabores do Mar”, evento que destaca os melhores pratos de peixe e marisco, além de uma irresistível seleção de doçaria e vinhos locais.

Esposende convida a aprofundar a relação de absoluta confiança com a comida. Aqui, sabemos de onde vêm os produtos

que os restaurantes confeccionam e levam à mesa. Conhecemos os produtores que respeitam as tradições. É nesse saber transmitido de geração em geração que assenta o evento gastronómico “Março com Sabores do Mar”.

Os 45 restaurantes e 24 pastelarias aderentes enriquecem os seus menus com pratos de peixe e marisco, num evento que envolve também produtores e mercados, na promoção de ingredientes frescos e de qualidade. O Município de Esposende apoia a iniciativa, contando com o forte envolvimento das entidades turísticas locais e regionais.

Pratos tradicionais e criações inovadoras, elaborados com marisco, peixe fresco e outros produtos locais, tornam-

-se um pretexto perfeito para momentos de convívio entre gerações, sempre com a calorosa hospitalidade que caracteriza as gentes de Esposende. Arroz de marisco, robalo, polvo e lampreia são presenças assíduas nos menus, desafiando os chefs a

reinventar sabores tradicionais através de técnicas gastronómicas modernas. Com uma identidade forte e enraizada, o evento promove uma gastronomia sustentável, baseada em produtos locais de alta qualidade, como peixes e mariscos frescos, hortícolas, laticínios, vinhos, pão e doces tradicionais.

Ao longo do mês, o evento oferece uma programação diversificada que inclui showcookings, demonstrações culinárias, workshops sobre gastronomia sustentável e harmonização de vinhos, provas

gastronómicas e degustações. Além disso, há eventos culturais e de animação que enriquecem a experiência dos visitantes, tornando-a ainda mais memorável. Toda a programação pode ser consultada na página oficial do evento.

Para além de ser um verdadeiro festival de sabores, Março com Sabores do Mar tem um impacto significativo na economia local, atraindo turistas e dinamizando o setor da restauração. Simultaneamente, promove Esposende como um destino gastronómico de referência e incentiva o consumo de produtos locais, contribuindo para a sustentabilidade da pesca e a valorização das tradições da região.

Este evento assume-se, assim, como uma importante iniciativa na preservação e divulgação da identidade gastronómica de Esposende, proporcionando uma experiência inesquecível a todos os que visitam a Princesa do Cávado.



P&B

MARÇO COM SABORES DO MAR ESPOSENDE

RESTAURANTES CONCURSO

O BURACO Lagosta ao Espumante e sua harmonia de legumes 60,00 € 2 pax	CASA SALÉ Filetes de Badejo com arroz malandro de Camarão da Costa 22,00 € 1 pax	DONA QUINA Tabua de Peixe com Horta de Apulia 35,00 € 2 pax
RESTAURANTE & PIZZERIA SIAMO IN DUE Espadarte do Atlântico com Risotto 18,00 € 1 pax	GULA STEAK HOUSE Coral 30,00 € 1 pax	CAMELO Sabores do Tamboril 35,00 € 1pax
VARANDAS DO CÁVADO HOTEL SUAVE MAR Caldeirada do Mar em Cama de Batata com Crocante de Cebola 25,00 € 1 pax	RITA FANGUEIRA Arroz de Peixe à Rita Fangureira 32,50 € 2 pax	SALITRA Bordalesa do Mar à Salitra 36,00 € 2 pax
	HÓRUS OFIR Arroz à Pescador 38,00 € 2 pax	

MSM.VISITESPOSENDE.COM



PEDRINHAS

PRAIA RESTAURAÇÃO LDA.



**PEIXE DO MAR DA APÚLIA - CAMARÃO DA COSTA - FANECAS À PEDRINHAS
AÇORDA DE PEIXE E GAMBAS - POLVO À PEDRINHAS - ENSOPADO DE RAIA
CEVICHE - CARPACCIO DE CARAPAU**



LUGAR DAS PEDRINHAS 4740-031



253 982



DESCANSO SEMANAL: QUARTA-