










DE00972014RL/RCMC
Director:
Francisco Figueiredo
Semanário Regional
Quinta-feira,
23 de Novembro de 2023
Ano: 110 | N.º: 5929

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

NOTÍCIAS DA COVILHÃ

A dar notícias desde 1913

5.ª F  5° 14°	6.ª F  3° 14°	Sáb.  4° 16°	Dom.  4° 15°
2.ª F  4° 14°	3.ª F  3° 14°	4.ª F  3° 14°	 07:22h  17:11h

OPINIÃO

"Quando a casa não é um lugar seguro", pela Coolabora
Pág. 14

VOLUNTARIADO

A mão que "suaviza e humaniza" no Hospital da Covilhã
Pág. 3

COVA DA BEIRA

Uma centena de novos casos de violência doméstica
Pág. 10

FUNDÃO

Antigo Seminário ganha nova ala para acolher migrantes
Pág. 17

MANTEIGAS

Há cada vez mais "malucos do trail" a correr pelas ruas
Pág. 16

HOSPITAIS PRIVADOS

PÁG. 6 E 7

FAZER CONTAS À VIDA



PIKABAY

HÁ 18 ANOS

Págs. 11, 12 e 13

O CENTRO QUE MUDOU O COMÉRCIO



ANA RIBEIRO RODRIGUES

D
COVILHÃ
CITY:OF
DESIGN

PUBLICIDADE

**SOMOS PELA ESCRITA LIVRE.
SEM ACORDOS. EM BOM PORTUGUÊS.**

**NOTÍCIAS
DA COVILHÃ**

EDITORIAL

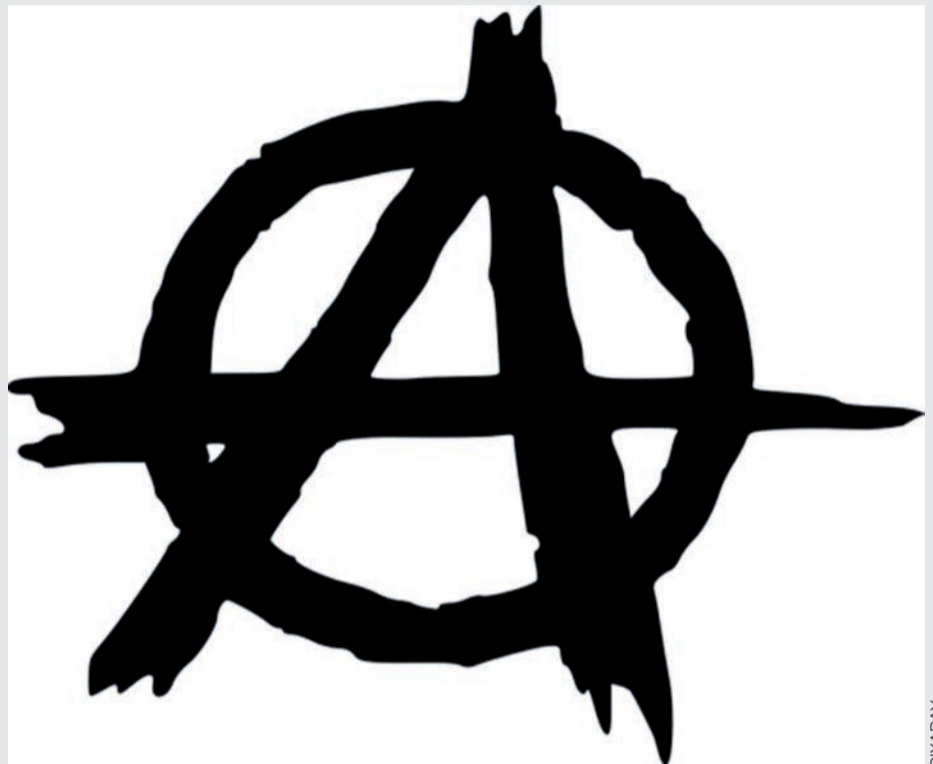
O PODER ANÁRQUICO



FRANCISCO FIGUEIREDO
DIRECTOR

“Se virmos bem, este foi um ano de muitas e boas brincadeiras no governo e zonas adjacentes, e se virmos ainda melhor, elas vão continuar”

– “Fui sequestrado, não gosto de ser sequestrado, é uma coisa que me chateia!”. Pinheiro de Azevedo era marinheiro de carreira. Foi primeiro-ministro durante 10 meses numa altura, 1975, em que no país, Portugal, qualquer um poderia ter ocupado o posto. Ficou conhecido como o “almirante sem medo”, pela determinação e pela capacidade com que lidou com situações difíceis e inesperadas, como aquela em que esteve cercado por milhares de trabalhadores, em São Bento, durante 36 horas. Na sequência, comunicaria ao Presidente da República, Costa Gomes, que o seu governo entraria em greve. Onde diabo é que isto se poderia passar senão em Portugal. O governo a fazer greve?! E não era a horas extraordinárias. Não trabalhavam, simplesmente. O chefe do governo exclamou na altura: “Estamos em greve, todos estão em greve, o governo também está em greve”. Foi em 20 de Novembro de 1975, vivia-se a ressaca da revolução perpetrada no ano anterior, e as várias lutas pelos poderes que culminariam dias mais tarde, no fim do PREC – Processo Revolucionário em Curso. Era, para muitos, a estabilização do Movimento Democrático. 48 anos depois, voltamos ao estado em que ninguém se entendia. O primeiro-ministro terá sido “sequestrado” pelo Ministério Público, e algumas



PIXABAY

horas depois pôs fim ao seu governo apresentando a demissão. “Estou farto de brincadeiras”, acrescentou o almirante Pinheiro de Azevedo aos jornalistas à saída de Belém. Costa não falou à saída da Presidência, mas em “sua” casa, disse o mesmo por outras palavras. – “Não brinco mais!” Se virmos bem, este foi um ano de muitas e boas brincadeiras no governo e zonas adjacentes, e se virmos ainda melhor, elas vão continuar por mais um par de meses. Pelo menos. Ora o poder no país remete-nos para as mensagens publicitárias de marcas cujo lema é a longevidade tipo, “Brandy Constantino, a fama que vem de longe”. Do

mesmo modo, “Poder de Portugal, a brincar aos governos desde 1975!”. Como também devemos poder brincar, lembremos os anárquicos cá da terra que por estes dias devem achar que a sua “religião” atingiu a tão desejada transformação social, e tomou finalmente conta do processo político. É isso que parece, anarquia nem que seja por um dia. Os governos superando a própria ordem social por eles criada, rumo ao descalabro das organizações. Ou como diria o trotskista britânico Alan Woods, “A guerra de todos contra todos é o pilar fundamental da sociedade capitalista”.

FICHA TÉCNICA

Notícias da Covilhã – Semanário Regional

DIRECTOR Francisco Figueiredo | **COORDENAÇÃO** Ana Ribeiro Rodrigues (C.P. 4639) | **EDIÇÃO** João Alves (C.P. 3898) | **PAGINAÇÃO** Rui Delgado | **REDACÇÃO** Carolina Bicho Fernandes, Beatriz Correia (jornalistas estagiárias) | **DESIGNER** Francisca Caetano
COLABORADORES André Amaral, António Pinto Pires, António Rodrigues de Assunção, Carlos Madaleno, Filipe Pinto (foto), José Avelino Gonçalves, Pedro Seixo Rodrigues, Graça Rojão | **CORRESPONDENTES** João Cunha (Paul), Maria de Jesus Valente (Erada) e Rui F. L. Delgado (Teixoso) | **IMPRESSÃO** FIG – Indústrias Gráficas SA – Rua Adriano Lucas, 3020-265 Coimbra; **SEDE DO EDITOR** (Contabilidade, publicidade, redacção e administração) Notícias da Covilhã – Rua Jornal Notícias da Covilhã, 65 R/C; 6201-015 Covilhã | **PROPRIETÁRIO** Gold Digger, Lda.; **NIPC** 513 904 301 | **DISTRIBUIÇÃO** Notícias da Covilhã | **N.º DE REGISTO** 101753 | **N.º DEPÓSITO LEGAL** 513502/23 | **TIRAGEM** 6 mil exemplares (semana) | **TELEFONE** 275 035 378 | **CONTACTOS** geral@noticiasdacovilha.pt, redacao@noticiasdacovilha.pt, comercial@noticiasdacovilha.pt

110
ANOS

COVILHÃ

VOLUNTARIADO HOSPITALAR

A MÃO QUE “COMPLETA, SUAVIZA E HUMANIZA”

O papel que os voluntários desempenham na sociedade foi um dos temas debatidos nas Jornadas de Voluntariado da Cova da Beira, que decorreram no CHUCB. Neste momento há cerca de 80 pessoas a fazer um “trabalho de cidadania”

BEATRIZ CORREIA

“O que me levou a fazer voluntariado foi a vontade de ajudar”. Quem o diz é Maria Reis, 74 anos, que já faz voluntariado no Centro Hospitalar e Universitário Cova da Beira (CHUCB) há 25 anos. No passado sábado, 18, esteve presente na 3.ª edição das Jornadas de Voluntariado da Cova da Beira, organizadas no centro hospitalar.

“Tive conhecimento do início do voluntariado e, assim que pude, integrei-me. Esta organização chamou-me especialmente à atenção, pelo desejo de ajudar e de fazer a diferença a quem está aqui internado”, explica.

Emocionada, Maria relembra os sete anos em que suspender as atividades no hospital, devido à doença da sua mãe, o que fez com que Maria tivesse de ser a sua cuidadora. “Os cuidados que lhe prestei também foram muito enriquecedores, por causa da experiência que já levava daqui do hospital”, afirma.

Lúcia Sutre tem 71 anos e é voluntária no CHUCB há 13. Lúcia fez a formação para “ver realmente como é que as coisas iam correr” e acabou por gostar. “Já passei por várias coisas aqui [no hospital]” diz, e conta a experiência de que mais gostou: cabeleireira de profissão, foi exercer os seus dotes no Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental. “Estive lá quatro anos, adorei. Saí por motivos de saúde, mas acho que foi uma das melhores coisas que fiz”, afirma.



Após a pandemia, número de voluntários no hospital baixou de 160 para 80

As atividades realizadas pelas voluntárias passam por conversar com os doentes e fazer-lhes alguma companhia. “Conversamos, mas sempre deixando os doentes dizerem aquilo que sentem. Até tive uma situação de uma senhora que estava internada e disse-me ‘até que enfim que alguém me escuta’”, lembra Maria.

“Eu fazia-lhes companhia e tinha momentos em que contava as minhas anedotas e eles riam-se imenso com isso, ajudava a passar o tempo”, conta Lúcia, que agora está encarregue de ajudar na parte da alimentação dos utentes.

“ALGO NÃO ME DEIXA FICAR EM CASA”

Maria Santos, 77, é voluntária há 17 anos. “Eu soube que tinha aberto a formação para voluntariado. Vim, fiz a formação, gostei e fiquei cá. Só pretendo sair quando a saúde já não o permitir. De resto, vou ficando. Gosto de ajudar e sinto-me bem aqui”, explica.

A voluntária considera que as iniciativas são “muito produtivas” para ela. “Andei uns anos na cardiologia e na gastroenterologia. Depois, abriu o Cantinho da Cigarra para ficar com as crianças e fiquei lá. Atualmente, estou nas consultas externas, onde acompanho os doentes aos sítios e dou as senhas para as consultas”, conta Maria Santos.

“Já estive para sair por questões de saúde, mas depois tenho uma

força cá dentro que não me deixa ficar em casa”, revela Maria que considera que o voluntariado é algo que a completa.

PANDEMIA “ROUBOU” METADE DOS VOLUNTÁRIOS

Segundo Bernardino Gata, presidente da Direção da Liga dos Amigos do CHUCB, os impactos da pandemia ainda se fazem sentir. “Houve restrições, limitações, medidas de seguranças e nós, que chegámos a ter 160 voluntários, neste momento temos 80 resilientes” lamenta. “Houve muitas pessoas que ainda não regressaram. Possivelmente, alguns atingiram o limite de idade, ou atingiram o limite de saúde. Mas ainda esperamos que alguns voltem”, afirma esperançoso.

O responsável afirma que “todo o género de pessoas” chega à Liga para exercer funções de voluntariado e que antes da Covid-19 até havia uma boa percentagem de estudantes universitários, “e não apenas da Faculdade de Medicina”. Na globalidade, são “pessoas com capacidades académicas, alguns reformados – é evidente que alguns aproveitaram para fazer trabalho de cidadania, conforme o tempo fica mais livre. E também há pessoas que não têm nada disso e são voluntárias”, explica o presidente.

Bernardino Gata considera que o voluntariado é uma ligação entre a sociedade e o centro hospitalar, “o que é bom”. “Porque suaviza, humaniza. A ação do voluntário não é apenas visitar um doente ou levar um café. É, também, uma forma de cumprir a cidadania no mais alto grau de agregação humana”, conta.

O objetivo da Liga dos Amigos é “juntar mais pessoas, fazer sempre formação e capacitação contínua e continuar a apostar nas jornadas”. Gata considera que estas iniciativas são positivas para os voluntários, pois ajudam-nos, formam-nos, “porque é uma partilha de experiências interessantes. Não temos ainda uma dimensão grande, mas é assim que se criam impulsos”, remata o presidente da direção.

“A ação do voluntário não é apenas visitar um doente ou levar um café”

COVILHÃ

FEIRA DE EMPREGO

O “PRIMEIRO PASSO” PARA O TRABALHO

A UBI foi palco de uma feira que proporcionou aos jovens um contato direto com algumas empresas regionais e nacionais. Alunos consideraram iniciativa “interessante”, como potenciadora da chegada ao mercado de trabalho

CAROLINA BICHO FERNANDES

“Nunca pensei que houvesse tanta empresa a pedir para a nossa área. Pensei que houvesse uma ou duas e afinal existem quatro, cinco, seis, dez e até tão perto”, afirma Jéssica Correia, 28 anos, estudante de Design Multimédia da Universidade da Beira Interior (UBI), enquanto percorre a Feira de Emprego, promovida pelo Gabinete de Empreendedorismo, Saídas Profissionais e Alumni (GESPA) daquela instituição de ensino e pela Associação Académica.

A Feira decorreu quinta e sexta-feira (16 e 17), e contou com a presença de várias empresas de diferentes setores que foram desde Tecnologias de Informação (TI) a confeções, passando por empresas do ramo de arquitetura, que tiveram oportunidade de apresentar aos jovens, e comunidade em geral, vagas de emprego e também oportunidades de estágio.

Segundo Edgar Nave, membro do GESPA, a iniciativa tem como objetivo “aproximar os alunos, recém-diplomados e também a comunidade em geral, a empresas que recrutam massivamente, algumas das principais referências a nível regional e também nacional” e também a “preparação para a entrada no mercado de trabalho”, com palestras sobre empregabilidade, preparação de entrevistas de emprego, entre outras.

Inês Marques, aluna de primeiro ano do mestrado de Desing Moda, refere que é “importante” visitar este tipo de feira por ser “sempre um primeiro passo”. Apesar de estarem presentes duas empresas de confeção, a jovem considera que “nos outros cursos há muito mais oferta”.

“Ao falar com as pessoas, vai-se descobrindo afinal que têm mais background. Têm mais oportunidades do que aquelas que eles metem nos placards”, opina Jéssica Correia. Já Rafaela Lucas, 24 anos e também aluna de Design Multimédia, sublinha



“

É uma oportunidade para percebermos o que nós queremos”

que “por trás do nome da empresa, que pensamos que é só de engenharia, há sempre outros suportes, além daquelas áreas. Há a parte do marketing, comunicação, entre outras”.

Estando a terminar a licenciatura em Ciências Biomédicas, Inês Faria, 20 anos, diz ser “interessante” a iniciativa. “Pelo facto de estar no terceiro ano. Temos que entrar no mercado de trabalho e então é uma oportunidade para percebermos o que nós queremos e por onde começar”, explica.

Mariana Silva, da Adecco, uma das empresas presente na Feira de Emprego, destaca que, atualmente, os jovens estão “à procura de vários tipos de oferta” e que “mudam com muita frequência de trabalho”. “[Mostram] alguma preocupação com estágios curriculares, pessoas que já estejam a finalizar e precisam de estágio para adquirir mais experiência” diz revelando que foram os estudantes de engenharia e de informática que mais passaram no stand “à procura dos primeiros trabalhos”.

“NÃO TEMOS UMA GERAÇÃO MUITO RESILIENTE”

“Acho que, neste momento, é fácil arranjar emprego. Não temos, na minha opinião, uma geração muito resiliente. É muito fácil mudar de emprego, neste momento, à primeira

dificuldade. No meu tempo não era assim. Tínhamos uma taxa de desemprego a rondar, diria, os 15%, era muito difícil arranjar trabalho”, frisa Edgar Nave, que considera que “neste momento, há mais oferta do que procura, sobretudo no que diz respeito à área das engenharias”.

Além de empresas que apresentam oportunidades de trabalho, também esteve presente a associação Beira Serra que tem um serviço que apoia a criação de negócios. “É bastante importante dar também essa possibilidade aos jovens, de terem alguém que os possa ajudar no desenvolvimento da ideia, criação do plano de negócio, estudo da viabilidade... os jovens muitas vezes sentem essa falta de apoio ou pensam que isso não existe”, afirma José Moita, gestor de projetos na Beira Serra.

“No meu caso ainda estou a ‘apalpar’ terreno. Ainda tenho mais um ano de estudo, então estou a tentar conhecer as empresas uma a uma, ver o que elas oferecem e não, quais as oportunidades que têm”, diz Jéssica Correia. A jovem considera também os programas de estágio de verão como uma “mais-valia”. “É uma boa oportunidade para até mais tarde entendermos se é mesmo para aquele ramo que queremos seguir”, acrescenta Rafaela Lucas.

Promotores dizem que hoje há “mais oferta que procura”

PUBLICIDADE

COVILHÃ

DR. ANTÓNIO ESTEVÃO PITREZ FERREIRA LOPES
MISSA 4º ANIVERSÁRIO



† Sua esposa, filhos, neto, sogra, cunhados, irmãs, sobrinhos e demais família, participam que mandam celebrar Missa em sua intenção, no próximo dia 30 de Novembro de 2023 (Quinta-feira), pelas 19:15 horas, na Igreja de São Francisco (Covilhã).

“Quando olhamos as estrelas temos a certeza de que estás sempre aqui.”
Agradece-se desde já a todas as pessoas que possam participar.
BEM HAJAM.

COVILHÃ

PROGRAMA MENSAL

CASA DA DIABETES NA COVILHÃ

Protocolo tripartido permite a realização de sessões de esclarecimento sobre a doença

CAROLINA BICHO FERNANDES

Foi assinado na segunda-feira, 20, um protocolo de cooperação entre a Associação de Diabéticos da Serra da Estrela (ADSE), a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) e a Câmara da Covilhã para realização do projeto Casa da Diabetes na Covilhã.

O programa Casa da Diabetes tem prevista seis sessões de esclarecimento, a acontecer mensalmente, e que se centram em vários aspetos relacionados com a diabetes. “Vamos falar sobre diabetes”, “Afim do que podemos comer?”, “Leitura de rótulos”, “Atividade física”, “Cuidados preventivos ao pé da pessoa com diabetes” e “Diabetes em festa”.

Segundo Dulce do Ó, enfermeira coordenadora da APDP, o objetivo passa por “dar competência e melhor bem-estar às pessoas”. “O que nós gostaríamos é que as pessoas com diabetes vivam o melhor possível e, nesse sentido, o projeto pretende que, através de pergunta-resposta, falar, trabalhos em grupo, as pessoas se sintam mais seguras para conseguirem lidar melhor com a doença”, disse.

Vítor Fazendeiro, presidente da ADSE, sublinha que o “sonho” da

vinda da Casa da Diabetes para a Covilhã surgiu há cerca de oito meses, “num desafio que teve origem na APDP” e que foi aceite como “todas as iniciativas que visam o bem-estar dos associados”.

“A diabetes não fica tratada com comprimidos ou com dicas que se dizem. A diabetes é uma doença que dura o dia inteiro, em que as pessoas têm de aprender a cuidar de si”, afirma José Manuel Boavida, presidente da APDP. O responsável sublinha que a doença é um “processo permanente de dúvidas, de questões que tem de ser ajudadas, amparadas e aí as associações têm um papel muito importante”. O responsável refere ainda que o desafio feito foi “transformar um pouco esses conselhos, essas indicações, numa coisa mais organizada, não ser uma coisa só quando calha”.

O projeto é apoiado pela Câmara da Covilhã, que comparticipa com cerca de 3600 euros. Regina Gouveia, vereadora com o pelouro da Saúde na autarquia, enaltece a iniciativa, considerando-a “um projeto sustentado”, dado que apoia a literacia em saúde. “É um projeto sustentado, porque tem várias componentes. É verdade que em Portugal nós precisamos de investir muito em literacia da saúde, ou para a saúde e, com certeza, não seria exceção no âmbito desta doença que é a diabetes”, sublinha.

Para já, datas e local para a realização das sessões ainda não foram confirmados.



Acordo entre autarquia e associações de diabéticos assinado

FOTOLEGENDA

APELO À PAZ NO PELOURINHO

Dezenas de pessoas concentraram-se no Pelourinho na tarde de sexta-feira, 17, numa ação de apelo à paz no Médio Oriente e ao “cessar-fogo imediato” sob o lema “Pela Paz no Médio Oriente, pelos direitos do povo palestino”.



CAROLINA BICHO FERNANDES

PUBLICIDADE



Proteja as suas raízes e valorize o seu legado.

Identifique e registe os seus terrenos de forma simples e gratuita.

bupi.gov.pt



REPÚBLICA PORTUGUESA



eBUPi

Estutura de Apoio para a Literacia em Saúde do Ministério da Saúde e do Ministério da Agricultura

PARCEIROS INSTITUCIONAIS:









FINANCIADO POR:





recuperarportugal.gov.pt



CAROLINA BICHO FERNANDES

SAÚDE

HOSPITAIS PRIVADOS NA COVILHÃ

FAZER CONTAS À VIDA
PARA TRATAR
DA SAÚDE

Apesar de concordarem com surgimento de novas unidades privadas, pessoas consideram que devia haver mais investimento no SNS

Com o anúncio de duas novas unidades, a Covilhã poderá ter, a breve trecho, dois hospitais particulares e diversas clínicas privadas. População diz ser positivo o aumento da oferta, mas apenas pondera recorrer ao privado face aos elevados tempos de espera no público. Porque, diz, o dinheiro não chega

BEATRIZ CORREIA

“Para as pessoas que vivem o dia a dia, esses hospitais só no imaginário. Quem é que tem 200 euros para ir à urgência?” Quem questiona é José Santos, 67 anos, covilhanense, confrontado com o anúncio feito recentemente do surgimento de dois novos hospitais privados na Covilhã, a CUF (em 2027) e o Privado das Beiras (2025), que se juntam ao Hospital da

Luz (clínica) – inaugurado em 2022. José é um dos muitos covilhanenses que faz contas à vida para poder, um dia, recorrer a uma dessas estruturas que, contudo, acredita que fazem falta.

“O investimento privado ao nível da saúde é importante para toda a gente, porque o aumento da oferta é positivo para as pessoas que adoecem. O negativo é que nem toda a gente tem acesso a esses hospitais, devido aos custos”, aponta José. “Não é o mesmo que um hospital público, porque os custos são mais elevados e nem toda a gente tem capacidade financeira para andar em hospitais desses. Normalmente, quem tem pouco dinheiro, não pode adoecer, porque não tem dinheiro para se curar”, reflete.

“PARA ALGUMA COISA URGENTE, TEM QUE SER NO PRIVADO”

Já Maria Helena Carvalho, 67 anos, não tem dúvidas: “Às vezes, é preferível fazer o esforço e ir ao privado”. “Quando há algo muito urgente, eu vou e pago ao particular. Tinha

uma consulta dos olhos no hospital público, porque tinha cataratas. Nunca mais me chamavam, passou um ano ou dois, fui obrigada a ir ao privado. Lá, já me operaram”, explica. “Os preços são elevados, mas para a gente conseguir fazer alguma coisa urgente, tem de ser no privado”, diz. Apesar de tudo, Maria Helena ressalva que vai sempre ao hospital público primeiro e só consoante a resposta, é que opta pelo privado. “Não podemos ir todos os dias ao privado, é uma vez por acaso, quando é necessário e mesmo muito urgente. Vou sempre primeiro ao hospital [público] e consoante a resposta e o tempo

de espera, é que decido se vou ao privado”, conta.

“Não sou contra os privados, fazem parte da nossa saúde, mas continuo a dizer que o investimento devia ser feito no Serviço Nacional de Saúde (SNS)”, vinca João Poeta, 58 anos. “Eu não sou contra a existência de hospitais privados na Covilhã, antes pelo contrário. Quanto mais oferta houver, melhor. Só que eu continuo a insistir nisto: o SNS é preponderante e o investimento devia ser feito de maneira a resolver o problema da maioria das pessoas deste país. E a maioria não tem condições económicas para se deslocar a hospitais privados”, continua.

João considera que a atual conjuntura do país não ajuda as escolhas da população: “As pessoas, neste momento, das duas, uma: ou escolhem para comer, ou escolhem para a saúde. Nós sabemos que os ordenados são o que são, muito baixos, as reformas pior ainda, e as pessoas têm de optar. Seria excelente todos termos seguros de saúde, mas dificilmente as pessoas podem optar por isso”, afirma.



As pessoas, das duas, uma: ou escolhem para comer, ou para a saúde”

SAÚDE

“GRANDE MAIORIA DAS PESSOAS NÃO CONSEGUE IR AO PRIVADO”

José Santos salienta as dificuldades que um serviço de saúde privado traz ao quotidiano da população na região, onde os salários são baixos. “Se as pessoas quase que sobrevivem com os ordenados que têm, mais a despesa dos seguros e outras coisas do género, qualquer dia não têm dinheiro para comer”, afiança. “Quanto mais as pessoas pagam, menos dinheiro têm para outras coisas. Para quem vive dos salários de hoje em dia, tem de se orientar muito bem, para que o dinheiro dê até ao final do mês. O acesso a esses hospitais, só no imaginário. Tem de ficar doente. Doente estava, doente fica”, vinca José.

Com 22 anos, Carolina Ramos acredita que “o crescimento dos hospitais privados é inevitável”, mas considera que seria mais importante apoiar o SNS. “Acredito que esse investimento seria mais bem feito nos hospitais públicos, porque a grande maioria das

peças não tem possibilidades de ir ao privado”. Mas a verdade “é que, às vezes, todos temos de fazer o esforço para pagar uma consulta no privado, porque os tempos de espera praticados no sistema público são insuportáveis em algumas situações. Há coisas que não podem esperar”, defende a jovem.

Renato Mota, 20, conta a sua experiência. “Fui operado no hospital público e já achei caro o que tive de pagar, porque não sou isento. Nem quero imaginar se tivesse sido no privado”, confessa. “O aparecimento dos privados aumenta a oferta, mas nem toda a gente pode usufruir deles. Os preços são exagerados para quem vive dos salários atuais. Para nós, jovens em início de vida, parece impossível conseguir pagar uma consulta dessas, a menos que tenhamos a ajuda dos nossos pais, que já têm de se esforçar para nos ajudar em outros setores, também”, lamenta o jovem.

“É TUDO UM NEGÓCIO”

Conceição Silva tem 71 anos e já se viu obrigada a recorrer ao sector privado. “Infelizmente, por falta de resposta no hospital [público], tive de recorrer ao particular. Disseram-me que não havia médicos da especialidade disponíveis e ia ter um tempo de espera muito elevado até conseguir uma consulta. Vi-me obrigada a ir a uma clínica particular, tive de fazer o esforço para pagar e me tratar”, diz. “Isto é uma tristeza. As pessoas não podem ser obrigadas a pagar valores que não conseguem aguentar”, defende a senhora.

Conceição conta que não tem seguro de saúde, mas que acha que “é tudo um negócio”. “Para podermos aceder ao privado e sermos atendidos e tratados mais rapidamente, temos de pagar. Para termos alguns descontos, temos de pagar os seguros. É despesa atrás de despesa, é tudo um negócio. Nós temos reformas muito baixas, não dá para esticar para chegar a tudo” garante.

INVESTIMENTOS DE 55 MILHÕES DE EUROS

Para a Covilhã, estão anunciadas duas novas unidades de saúde privadas nos próximos anos. Em 2025 deve abrir o Hospital Privado das Beiras, que consiste na recuperação do antigo edifício do Citeve, perto do pavilhão

do Inatel, um investimento de 20 milhões de euros, de um consórcio que integra o fundo MedCapital, dedicado exclusivamente ao desenvolvimento de um grupo de saúde privado de âmbito nacional, com unidades no Algarve, Lisboa e Porto, e dois grupos empresariais “com uma presença forte e alargada na região”, o Grupo AFFIS e Grupo FPT Energia. Uma unidade que contará com mais de 30 especialidades, e que prevê realizar anualmente mais de 100 mil consultas, mais de três mil cirurgias e mais de 70 mil exames e tratamentos. Tendo como público-alvo toda a população da Beira Interior.

Também com o mesmo público como alvo surgirá, em 2027, em terrenos cedidos pelo município da Covilhã junto ao Complexo Desportivo uma outra estrutura de saúde privada na Covilhã, o Hospital CUE, uma aposta de 35 milhões de euros deste grupo que ocupará uma área de oito mil metros quadrados, em três pisos, que terá uma oferta abrangente de especialidades médicas e técnicas, 34 gabinetes de consultas e meios complementares de diagnóstico, imagiologia de última geração, exames de diversas especialidades, 27 camas de internamento, incluindo uma Unidade de Cuidados Intermediários, dois blocos operatórios, urgências e 220 lugares de estacionamento.



O aparecimento dos privados aumenta a oferta, mas nem toda a gente pode usufruir deles”



Populares dizem que para ser operado, até no público já é caro

SAÚDE

DIA MUNDIAL DA DIABETES

CHUCB SEGUE QUASE 700 PESSOAS COM A DOENÇA

Por ano, hospital realiza uma média de 1300/1400 consultas. Diagnóstico tem vindo a aumentar. Mudança de hábitos de vida é um dos passos para evitar a doença

CAROLINA BICHO FERNANDES

São 689 as pessoas com diabetes seguidas, em consulta, no Centro Hospitalar Universitário Cova da Beira (CHUCB). O número foi avançado pela médica Dídia Lages, responsável pela Unidade Integrada de Diabetes (UID) do CHUCB, no final da sessão formativa que decorreu na terça-feira, 14, de modo a assinalar o Dia Mundial da Diabetes. “Estamos a tentar reunir todas as pessoas com diabetes em acompanhamento. Fazemos uma média de 1300/1400 consultas por ano, o que é significativo”, afirmou a responsável.

A iniciativa organizada por aquela unidade de saúde em parceria com o Agrupamento de Centros de Saúde da Cova da Beira e a Associação de Diabéticos da Serra da Estrela, teve

como objetivo o aumento da literacia em saúde dos doentes em acompanhamento. “Isto é uma arma muito poderosa para eles poderem, no fundo, compreender e também combater a sua doença”, referiu Dídia Lages.

Segundo a médica, apesar de alguns fatores que levam à doença não poderem ser modificados, “como é a carga familiar, pessoas que têm familiares de primeiro grau com diabetes têm um risco acrescido”, a prevenção pode passar por

Hospital realizou iniciativa que visou aumentar literacia em saúde para doentes em acompanhamento

mudança de hábitos.

“Podemos começar por atuar ao nível da alimentação, exercício físico, controlar estritamente a dieta e o peso”, destacou Dídia Lages, acrescentando que também devem ser controladas outras patologias crónicas tais como dislipidemia, colesterol, tensão alta e obesidade.

De acordo com a responsável da UID, os números da diabetes, a nível nacional, “têm vindo a aumentar exponencialmente”. “Segundo os dados do Observatório Nacional para a Diabetes, estamos com 14,1% de pessoas com diabetes a nível nacional e nós aqui, mais uma vez não somos exceção. Temos a perfeita noção que as pessoas com diagnóstico têm vindo a aumentar, talvez também porque o diagnóstico tem vindo a ser feito de forma mais atempada e precoce”, sublinhou.

Dídia Lages destacou o papel “indispensável” dos médicos de família para a prevenção e diagnóstico da doença. “Quanto mais depressa uma pessoa souber que tem diabetes, melhor ainda. E para isso contamos com o papel indispensável dos médicos de família que também têm um trabalho excelente na prevenção e diagnóstico”, afirmou.



CAROLINA BICHO FERNANDES

TORTOSENDO

AUTARCA PREOCUPADO COM SAÍDA DE DOIS MÉDICOS DO CENTRO DE SAÚDE

■ A saída de dois médicos do centro de saúde do Tortosendo, em dezembro, pode vir a deixar cerca de cinco mil utentes sem médico de família. O alerta foi deixado na passada semana pelo presidente da junta, David Silva, que já pediu uma reunião, com carácter de urgência, ao ministro da saúde, Manuel

Pizarro. No centro de saúde local estão oito médicos, mas em dezembro dois vão sair, um por aposentação e outro por finalizar contrato. A estrutura, que presta cuidados primários a cerca de 15 mil utentes de 15 freguesias a sul do concelho, já tem cerca de 12 por cento dos utentes sem médico de família,

mas prevê-se que com a saída de mais dois profissionais (ficarão seis), mais cinco mil pessoas fiquem na mesma situação, subindo para 35 por cento.

O autarca pede, por isso, “uma atitude musculada por parte do Ministério da Saúde” para se encontrar uma solução.



Com duas saídas, número de utentes sem médico de família pode subir para os 35 por cento, diz a Junta

OPINIÃO



JA

“A POLÍTICA É A RESPONSABILIDADE EM PORTUGAL: UM APELO AOS JOVENS”

MARTA ALÇADA
VEREADORA
NA CM COVILHÃ



A política é a espinha dorsal de qualquer sociedade democrática, e em Portugal, como em qualquer outro lugar, ela deve ser conduzida com responsabilidade e rigor. No entanto, temos testemunhado uma crescente precariedade e falta de responsabilidade por parte de alguns políticos em relação aos cidadãos portugueses. Isso cria um ambiente insustentável na sociedade. Apesar das adversidades, é encorajador ver que muitos jovens demonstram interesse e intelectualidade política, ansiosos por contribuir e até ingressar em partidos políticos. No entanto, a falta de clareza e os escândalos de corrupção que têm sido amplamente divulgados lançam uma sombra sobre esses jovens entusiastas. Eles desejam promover mudanças, reformas e melhores condições de vida para os portugueses, mas o futuro parece incerto devido à situação política e ao empobrecimento económico do país. A degradação da política é um dos principais motivos que afasta muitos portugueses, incluindo jovens, da política nacional e local. A insustentabilidade e a desconfiança corroem a fé nas instituições políticas. Isso reflete-se nos alarmantes índices de abstenção nas eleições, que continuam a aumentar.

Portanto, é essencial que façamos um apelo aos jovens para que comecem e continuem a envolver-se ativamente na política. São eles que têm o potencial de transformar o cenário político, trazendo novas ideias, ética e integridade para o processo. A política responsável e comprometida é o caminho para restaurar a confiança da sociedade e garantir um futuro melhor para todos os portugueses. Deixo um apelo aos jovens: não desistam, continuem a acreditar na política como um ato de serviço para o bem do país e da vida de cada um de nós. Envolvam-se ativamente na política, pois é um ato de cidadania e uma obrigação de qualquer cidadão contribuir para o desenvolvimento do nosso país, do nosso concelho. Se vocês, jovens, trouxerem paixão, energia e valores para a política, podem ser agentes de mudança que moldam um futuro mais brilhante para Portugal, para o Concelho da Covilhã e para as gerações vindouras. A política é uma ferramenta poderosa para criar impacto positivo e construir uma sociedade mais justa e igualitária. O país e a Covilhã precisam de entusiasmo e de visão para enfrentar os desafios e forjar um caminho para um futuro melhor. Portanto, não desanimem, mantenham-se comprometidos e façam a diferença na política e na vida de todos os cidadãos. O poder do povo está nas urnas, participemos ativamente nas decisões políticas. Juntos, como sociedade, moldamos o destino. Cada cidadão conta, cada voto importa.

AMÁLIA DA “COVILHÃ, CIDADE NEVE”

PEDRO SILVEIRA
PROFESSOR



Começo esta crónica com o hino dedicado aos covilhanenses cantado pela nossa fadista Amália Rodrigues, que é sobejamente conhecido, a mais bela música dedica à Covilhã, a “Covilhã, Cidade Neve.”

A Covilhã foi elevada à categoria de cidade a 20 de Outubro de 1870, pelo rei D. Luís I, considerada por ser “uma das vilas mais importantes...” Aquando do centenário da cidade, em 1970, Amália canta-nos pela primeira vez ao ouvido o seu Passado, Presente e o Futuro.

Algumas curiosidades sobre Amália: foi batizada na Igreja Matriz do Fundão, no dia 6 de julho de 1921. O seu avô, António Joaquim Rebordão, era do Souto da Casa e sua avó Ana Rosário era de Alcaria. Desse matrimónio nasceram 16 filhos, uma delas foi Lucinda Rebordão, mãe de Amália Rodrigues. Foi a primeira mulher a merecer honras de Panteão. Passou pelas principais salas de espetáculos do mundo, como foi o caso do Olympia, em 1956. Assim sendo, não podemos deixar de falar de uma das figuras que contribuíram decisivamente para a revolução do fado português. O álbum “Busto” é marcante na carreira de Amália e contribuiu fortemente para a derradeira viragem do fado português, com o tema “Estranha forma de Vida”, assim como “Povo que lavas no Rio.”

Foi esse povo que cantou, que nunca a abandonou nem antes nem depois do 25 de Abril. Ainda no que diz respeito ao centenário da cidade em 1970, Amália Rodrigues edita o álbum “Com que voz”.

Passados 153 anos o município da Covilhã assinalou a data, entregando a medalha de ouro e a chave da cidade pelo serviço prestado à região e ao país, à Universidade da Beira Interior pelos seus 50 anos. Parabéns! Terminei feliz, meio século depois, da minha idade, a UBI trouxe essa frescura, novos linguarejares e a concretização de novos planos, uma vez que os filhos, netos dos operários, dos pastores, das cerzideiras, das queijeiras tiveram a oportunidade de frequentar o Ensino Superior na sua própria cidade e num país livre.

REGIÃO

COVA DA BEIRA

QUASE UMA CENTENA DE NOVOS CASOS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA EM 2023

Até final de outubro, gabinete de apoio da Coolabora acompanhava 254 vítimas, sendo que, destas, 99 correspondiam a novos casos

Quase 100. Em concreto, 99. Foi este o número de novos casos que o Gabinete de Apoio a Vítimas de Violência Doméstica e do Género, da Coolabora, na Cova da Beira, acompanhou, entre o início do ano e outubro, tendo atendido, no total, 254 pessoas adultas vítimas de violência, em 2023.

Segundo a associação, um número “elevado” que sugere que em 2023 a procura será “idêntica à do ano 2022, que superou todos os indicadores, desde a criação do Gabinete, em 2010.”

A Coolabora adianta que estes números estão alinhados com a tendência nacional, já que os recentes dados da Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género revelam que até setembro, no nosso país, foi registado o maior número de participações criminais de violência doméstica dos últimos 4 anos, com uma média de 85 vítimas por dia a apresentar queixa.

Na Cova da Beira, das 254 vítimas atendidas, 99 correspondem a novos casos e as restantes a pessoas que transitaram do ano anterior. Das 254 vítimas adultas em acompanhamento, 89% são do sexo feminino, 30% coabitam com a pessoa agressora e 36% têm menores a seu cargo. “Ao nível da violência, 95% das pessoas agressoras são do sexo masculino e quase metade delas, isto é, 44%, teve uma relação de intimidade com a vítima que já terminou



e 27% ainda mantêm um relacionamento de intimidade com a vítima” frisa a associação, que diz que a violência psicológica está “presente em todas as situações, a violência física está presente em 73% e continua a verificar-se um aumento da violência sexual, este ano presente em quase 16% dos casos.” Nos últimos 5 anos, garante ainda Coolabora, tem havido um aumento das vítimas idosas, que em 2023 representam já 18,5% do total.

No que diz respeito às crianças e jovens vítimas de violência doméstica, o serviço da Coolabora especializado no apoio psicológico e psicoterapêutico atendeu até outubro 102 pessoas, com idades entre os 3 e os

18 anos de idade. Destes 102 casos, 41 iniciaram o acompanhamento em 2023 e os restantes vinham já do ano anterior.

Nas crianças e jovens, em 86% das situações a pessoa agressora é do sexo masculino. “Se a violência psicológica está presente em todas as situações, a violência física está em 17,6% dos casos e a violência sexual em 5% das situações” frisa em comunicado.

“Tem havido um aumento significativo da gravidade da sintomatologia apresentada pelas crianças e jovens, sobretudo no domínio comportamental e têm crescido os pedidos de acompanhamento de crianças entre os 3 e os 5 anos. Estes dados reforçam ainda mais a necessidade de a

Violência doméstica deve ser encarada “como problema estrutural” diz a Coolabora

Nos últimos 5 anos, aumentaram casos de violência sobre pessoas idosas

violência doméstica ser encarada como um problema estrutural, que deve mobilizar pessoas e organizações, no sentido da sua erradicação” explica a Coolabora, que no sábado, 25, assinala o dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra as Mulheres, com um programa de atividades, que se inicia às 14 horas e 30, no Jardim do Lago, na Covilhã.

Ali será criado um mural coletivo contra a violência e haverá ainda microfone aberto e leitura de poemas. Em seguida começará a marcha até ao Jardim das Artes, com a participação da tuna feminina As Moçoilas e desfile de bandeiras. No Jardim das Artes subirão ao palco vários grupos culturais da região que se associaram à iniciativa, como as Adufeiras da Casa do Povo do Paúl, a Big Band da EPABI, as Vozes do CAI, Las Bandidas, entre outras.

O evento encerrará com uma performance de dança e com a criação de um coração humano, porque o lema deste ano é “Aqui só bate o coração”.

PUBLICIDADE

ANUNCIE NO NOTÍCIAS DA COVILHÃ
comercial@noticias da covilha.pt – 275 035 378

**NOTÍCIAS
DA COVILHÃ**

ECONOMIA

COMÉRCIO TRADICIONAL

ENTRE A ESPERANÇA E O DESÂNIMO

Há negócios a surgirem no centro da cidade, outros notam menos movimento e falta de poder de compra

ANA RIBEIRO RODRIGUES

Numa zona central, mas com grande parte dos espaços fechados, Paulo Runa, 63 anos, decidiu contrariar a tendência e abrir lojas na Rua Rui Faleiro. Às primeiras, de roupa, e à de antiguidades, foi juntando outras, cada uma para um público-alvo, e são cinco os estabelecimentos que gere, com especial cuidado na decoração, e que deram uma nova vitalidade à artéria de acesso ao Pelourinho.

Se no centro da cidade há quem lamente a perda de fluxo de pessoas, motivado pelo estacionamento pago, pela perda de poder de compra e pela deslocalização da população para a zona de expansão da cidade, o empresário mostra-se confiante na aposta no centro e acredita que, com alguns investimentos prestes a serem feitos e medidas que advoga devem ser tomadas para tornar o comércio de rua mais atrativo, esta área vai recuperar dinamismo.

“Se estes outros espaços começarem a abrir e houver movimento, isto pode trazer outros investimentos, outras empresas”, considera o empresário, que se afirma “atrevido” e por isso decidiu instalar-se numa rua com pouca vida, para a ajudar a revitalizar.

Paulo Runa acredita que “o movimento traz movimento” e, assim como junto às suas cinco lojas vão abrir outros espaços, e há outros

Paulo Runa diz que nos centros comerciais as lojas e os produtos “são iguais em todo o país, em todo o mundo”

negócios previstos nas imediações, que farão circular e manter mais gente no centro da cidade, essas dinâmicas dão esperança e podem ter um efeito multiplicador.

O empresário dá o exemplo de outras cidades, onde procura o centro, as zonas com mais vida, enquanto o da Covilhã “está um bocadinho morto”, um cenário que defende ser necessário inverter. Até porque, vinca, nos centros comerciais as lojas e os produtos “são iguais em todo o país, em todo o mundo”.

Paulo Runa defende que a Rua Direita, principal artéria comercial da cidade, deve ser pedonal, com esplanadas no meio, onde se possa passear e circular. A transformação de todas as arcadas da Câmara Municipal em área de comércio é outra das medidas que considera serem essenciais.

Manuela Gabinete, de 54 anos, está há duas décadas ao balcão da

sapataria da família instalada desde 1968 Rua Direita e garante não ter notado o abalo sentido por outros com a abertura das grandes superfícies, “talvez pelo nome conhecido e pela qualidade”, mas repara no decréscimo de movimento e, mais recentemente, também na loja, onde diz não vender sintéticos e, por isso, também não ter do mais barato, por a marca estar associada a qualidade, mas vê-se confrontada com a falta de poder de compra.

O estacionamento pago, considera, é um dos entraves, assim como o estacionamento abusivo, por longos períodos, nos lugares da Rua Direita, onde apela para o bom senso e a uma maior fiscalização.

Paulo Runa tem as lojas abertas sábado à tarde e preconiza uma adaptação dos horários. Manuela Gabinete faz isso no Natal, mas, da experiência feita, não compensa no resto do ano e aventa que talvez funcionasse se fosse feito em conjunto.

Eduardo Rodrigues, da Ourivesaria Estrela, é da opinião que a ideia do desajustamento de horários “é uma falsa questão”, porque o que observa é que existe movimento quando os serviços à volta estão abertos.

Para Paulo Runa “é inegável” a relação direta entre a abertura do

Serra Shopping e o encerramento de muitas lojas no centro, embora esteja confiante num novo paradigma e na necessidade de as pessoas quererem frequentar o comércio de rua, onde a oferta é diferente.

Ao balcão da Ourivesaria Estrela, no ramo há 30 anos, Eduardo Rodrigues relaciona o menor fluxo de pessoas à expansão da cidade para a zona baixa, ao aparecimento do Serra Shopping e ao estacionamento pago. O lojista lamenta ver lojas a fechar e defende uma política de atração de pessoas para o centro, “dando-lhes condições”.

Manuela Gabinete menciona as rendas elevadas pedidas por alguns proprietários, que preferem ter os espaços sem atividade a baixarem o valor pedido.

Paulo Runa, enquanto ajeita as coleções arrumadas por tons, pede que os comerciantes se atualizem, para se tornarem mais apelativos.

Eduardo Rodrigues sublinha que as compras feitas no comércio tradicional é dinheiro injetado na economia local. “Nas grandes superfícies, a única coisa que cá fica são os ordenados”, argumenta.

O NC contactou a Associação Empresarial da Covilhã, Belmonte e Penamacor, mas não obteve resposta.



ANA RIBEIRO RODRIGUES

Empresário defende Rua Direita pedonal e comércio nas arcadas do Pelourinho

GRANDE TEMA



“Nós acompanhámos a tendência, que é a nossa forma de estar”, refere a gerente da Optiframa.

ANA RIBEIRO RODRIGUES

CENTRO COMERCIAL

SERRA SHOPPING COMPLETA 18 ANOS

Espaço mudou as dinâmicas de comércio na cidade

ANA RIBEIRO RODRIGUES

É o vigilante mais antigo do centro comercial Serra Shopping, onde começou a trabalhar quando ainda estava em fase de obra, e Marco Mendes recorda-se “das romarias” dos primeiros tempos após a inauguração, em 23 de novembro de 2005, faz hoje 18 anos.

“Foi todo um mundo novo, para toda a gente. A região não estava habituada a este tipo de infraestrutura e houve uma grande curiosidade. Os primeiros tempos foi como se fosse Natal todos os dias”, lembra o vigilante de 49 anos, que saiu de

uma máquina na indústria de lanifícios para agarrar “a oportunidade” e uma vida em que nenhum dia é igual, se lida com muitas situações e se contacta com muita gente.

Diariamente passam em média, segundo os contadores nas portas, 12 mil pessoas pelo centro comercial, onde trabalham cerca de 600 pessoas, num espaço onde há movimento 24 horas por dia.

Marco Mendes, do Teixoso, observou a mudança por dentro e por fora. “Isto veio dinamizar o concelho, trouxe coisas que não existiam cá e tornou-se um polo dinamizador, quando antes não havia quase nada aqui à volta. Agora, é como se fosse um ponto de encontro para gente de todas as idades”, sublinha o vigilante, que foi acompanhando as lojas que fecham para outras abrirem, as

No centro comercial entra diariamente uma média de 12 mil pessoas



Segundo o diretor estão abertas 72 lojas.

mudanças na decoração, do azul para o “branco como a neve”, e as dinâmicas no espaço.

EMPRESÁRIOS LOCAIS OCUPAM 30% DAS LOJAS

O diretor-geral do Serra Shopping, António Parracho, anda pelos corredores e cumprimenta os lojistas pelo nome. Dos espaços comerciais, 30% são de empresários locais e foi uma relação criada ao longo de 18 anos no espaço que contribuiu para redefinir o comércio na Covilhã e se tornou “uma âncora” não apenas na zona de expansão, como na cidade.

Das 77 lojas iniciais, estão abertas 72 e há três por ocupar. Segundo o diretor, para permitir girar as lojas, reorganizar os espaços e ir fazendo as alterações necessárias, numa lógica de ter “diversidade na oferta” e ao mesmo tempo procurar “que haja concorrência, para que haja opção para o cliente”, enquanto também se procuram trazer novas insígnias ou algum tipo de negócio que não existe. No caso de algumas marcas, procuram áreas mais amplas, que obrigariam a suprimir várias lojas para se instalarem, explica António Parracho, de 50 anos.

Ao longo dos anos, informa o diretor, o tráfego no centro comercial não tem variado. A população envelheceu, mas chegaram imigrantes. O cliente tem um perfil familiar. Quando neva, notam-se picos de afluência, como na altura do Natal, entre o Natal e o Ano Novo e em agosto, quando chegam os emigrantes.

Este ano o Serra Shopping registou um aumento no número de visitantes e, em agosto, num único dia, verificaram-se 20 mil entradas.

GRANDE TEMA

“SALA DE ESTAR DA CIDADE”

Desde 1994 que Sandra Cutelo, de 54 anos, está nas instalações, quando tinha o único restaurante no antigo Modelo. A Cozinha Dona Maria deu origem a um conceito pensado para a praça da restauração, o Bitoques, e desse tempo mantém empregados e clientes, mas tudo à volta mudou, a começar pela concorrência, que inicialmente não tinha.

No estabelecimento de comida rápida, mas tradicional, com preponderância dos bifés e acompanhamentos, a empresária observou “um salto muito grande em dimensão” no fluxo de clientes, na oferta e numa cidade que cresceu à volta.

Os clientes vão desde as famílias, os estudantes das escolas nas imediações às pessoas reformadas que ali passam longos períodos a conviver durante o dia, abrigadas “do frio e do calor”. “É uma sala de estar da cidade. O Serra Shopping tornou-se parte do habitat dos covilhanenses, porque se sentem cá confortáveis e há gente desde que abre até que fecha”, comenta Sandra Cutelo.

Com espaços em centros comerciais na Guarda e em Castelo Branco, a empresária nota uma diferença: “a sinergia que há na Covilhã entre a população e o shopping”. Sandra, que chegou à cidade para acompanhar o marido, emigrante em Nova Iorque, alude às dificuldades de mobilidade e à evolução da urbe, que cresceu para a zona baixa. “Não apenas o Serra Shopping, mas também os serviços, a polícia, a biblioteca, os prédios”, elenca.

“O Serra Shopping tem uma boa relação com a população e com a cidade. É um espaço que é vivido pelos covilhanenses, funciona em simbiose, as pessoas apropriaram-se do espaço”, acentua Sandra Cutelo, que alerta para a importância de se ir renovando o centro comercial no interior e exterior, para não se notarem as marcas do tempo.

CHEGAR A OUTRO TIPO DE CLIENTES

José Santos e Cristina Azevedo são também empresários locais. Proprietários da Optiframa há 25 anos, não hesitaram em abrir uma segunda loja quando assistiram à apresentação do projeto de um centro comercial de grandes dimensões.

“Tudo o que seja novidade, nós temos, desde o equipamento e a



No Serra Shopping
trabalham cerca de 600
pessoas

“É um espaço que é vivido pelos covilhanenses”, considera a proprietária do Bitoques.

cidade à volta, é “funcionar como um todo e aproveitarem-se as sinergias”.

“Tem sempre movimento, porque são criadas as condições para as pessoas se sentirem bem nele”, acrescenta José Santos, também licenciado em Optometria pela Universidade da Beira Interior, como os trabalhadores que emprega.

Embora dentro de um centro de uma multinacional, gerido pela Sonae, o empresário realça que a Optiframa do Serra Shopping não deixa de ser uma loja “de pessoas da terra, que vivem da terra e para a terra”.

IMPULSO AO COMÉRCIO

António Parracho afirma não existir “uma correlação direta entre a abertura do Serra Shopping e alterações no comércio tradicional” e considera que o centro comercial “deu um impulso ao comércio na cidade”. Acabaram por fechar negócios familiares a que não foi dada continuidade e existiu uma movimentação para a zona da ANIL, sublinha o diretor-geral.

Formado em Engenharia Aeronáutica, regressou à cidade onde estudou para dirigir uma estrutura que “é muito parecida com um avião, só que sem asas”.

A parte circulável corresponde a 60% da área do edifício. “Há um espaço que não é visível aos clientes, mas que é o que faz mexer a máquina”, enfatiza o responsável. Nos bastidores, onde há movimento 24 horas por dia, existem armazéns, cais onde diariamente descarregam 20 camiões, compostores onde é depositada todos os dias meia tonelada de resíduos, zonas técnicas, uma caldeira para aquecimento e arrefecimento, arrecadações, escritórios e uma cisterna que permite autonomia para abastecer o centro comercial durante um dia, em caso de falha na rede pública, ou para combater um incêndio.

Atingida a maioria, os planos para o Serra Shopping não preveem alterações profundas, embora António Parracho vinque a necessidade de estar “em constante mudança” e de “olhar todos os dias para opções de mercado”.



tecnologia de ponta aos espaços. Nós acompanhámos a tendência, que é a nossa forma de estar, e aqui complementámos o comércio que já tínhamos na cidade, com outros horários, e solidificámos a nossa marca, porque o Serra Shopping também foi uma montra que nos permitiu crescer”, refere a optometrista e empresária.

O marido, José Santos, diz que a aposta lhes permitiu “chegar a outro tipo de clientes” e expandirem-se para o Fundão, Belmonte, Penamacor e Castelo Branco.

A grande vantagem do Serra Shopping, na altura uma novidade, além dos 800 lugares de estacionamento gratuitos, os acessos que foram criados e o crescimento da

“Os primeiros tempos foi como se fosse Natal todos os dias”, lembra o vigilante Marco Mendes

OPINIÃO

QUANDO A CASA NÃO É UM LUGAR SEGURO

ANA SANTOS, ANA RAQUEL BERNARDINO, DIANA SILVA E GRAÇA ROJÃO
(COOLABORA)

Subsiste na sociedade portuguesa, aliás de forma amplamente difundida, a ideia de que a violência nas relações de intimidade é um fenómeno em vias de extinção, o que infelizmente, não corresponde à verdade. A violência doméstica e a violência contra as mulheres configura um atentado aos seus direitos humanos e é por isso fundamental trazer o assunto para o debate público.

Em Novembro assinala-se em todo o mundo o Dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra as Mulheres. Nos espaços de atendimento da Coolabora, quase 90% das vítimas adultas são do sexo feminino, um valor mais alto que a média nacional que no ano passado era de 72,4%.

As vítimas são duplamente agredidas quando a opinião pública considera, explícita ou implicitamente, que também são culpadas e procura nelas alguma característica pessoal, uma fragilidade ou um “defeito” que as tenha empurrado para essa condição, aliviando-se assim o fardo do agressor. A “vítima perfeita”, segundo o estereótipo, para ser credível, tem o perfil de mulher frágil e de classe social desfavorecida, o que contribui para culpabilizar todas as vítimas que não se encaixam nesse estereótipo. É difícil reconhecer que este tipo de violência é estrutural e pode atingir qualquer mulher.

Ouvimos muitas vezes questionar sobre a razão pela qual as vítimas não saem de casa e continuam presas a relações violentas. Há muitos factores, sobressaindo o facto de a separação não significar o termo da violência. Na Cova da Beira, em cerca de 43% das situações acompanhadas pela Coolabora, a relação já terminou e é precisamente quando as mulheres põem termo à relação que o perigo se avoluma. Há também muitas outras razões: as crianças que ligam ambos, a casa comum, a precariedade económica, mas também factores mais subjectivos, como a auto-estima das vítimas, geralmente muito frágil, o peso das relações familiares e a esperança na mudança. Esta amarra as mulheres ao ciclo de violência-reconciliação e é com alguma surpresa que descobrem como os episódios se sucedem, numa roda infernal, que vai da lua-de-mel ao adensamento da tensão e a explosões violentas, para voltarem as flores, os pedidos de desculpa e as juras de que não voltará a acontecer. Um ciclo que não tem fim e no qual a violência se vai avolumando. Em casa ou na rua, a culpa é quase sempre delas: vestiam roupa desadequada,



COOLABORA

beberam demasiado, não deviam estar na rua àquela hora, etc.

Prevenir e combater a violência contra as mulheres exige que saibamos reconhecer o peso da cultura patriarcal que marca a nossa sociedade de forma indelével. Os preconceitos que carregamos contaminam a nossa visão. É necessário continuar a discutir este tema nas escolas, com rapazes e raparigas, mas também na comunidade, nos locais de trabalho ou nas nossas casas.

Há cerca de dois anos a Coolabora iniciou uma resposta especializada para apoiar crianças e adolescentes vítimas de violência doméstica. Entre Belmonte, Covilhã e Fundão, foram já acompanhadas cerca de 100 crianças e adolescentes. É no lar, no doce lar, que a maioria destes actos de terrorismo grassam: 84% das pessoas agressoras são os/as progenitores/as.

São traumas que ficaram pelo que viram ou pelo que sofreram na pele. São também, demasiadas vezes, abusos sexuais, geralmente perpetrados por quem as deveria proteger. Afirmações como “tenho vontade de morrer”, “eu fiquei preso no carro a chorar muito com o meu irmão”, “fiquei tão nervosa que deixei de conseguir respirar” revelam situações que precisam de ser resolvidas. Há crianças isoladas, diagnosticadas com perturbações de ansiedade e humor, jovens incapazes de manter relacionamentos afetivos funcionais. Ao invés do que gostaríamos de imaginar, as crianças mais pequenas não estão mais protegidas: 11% dos casos que a Coolabora acompanha envolvem crianças entre os 4 e os 6 anos de idade e 26% entre 7 e 10 anos.

Urge desmontar mitos, nas escolas, nas colectividades, nas autarquias, na comunicação social e em todos os lugares. É necessário enfrentar os estereótipos que alimentam e legitimam a violência nas relações de intimidade, fruto das crenças e da cultura patriarcal que habitamos. Temos de os reconhecer, de os visibilizar e de os desmontar pois precisamos de atenuar a violência de quem a vive e, em simultâneo, de promover uma transformação social profunda, no sentido de uma vida sem violência.

LUTA NA LAMA

NUNO EZEQUIEL PAIS
CONSELHEIRO NACIONAL DO PSD



No próximo sábado, 25 de novembro, assinala-se uma data fundamental no percurso português em direção à democracia que hoje temos. Nesse mesmo dia (não foi coincidência) o Partido Social Democrata (PSD) vai ter mais um dos seus animados Congressos Nacionais. O objetivo é rever os estatutos: a lei fundamental do partido.

Daquilo que já se sabe, a proposta que Luís Montenegro leva a votos determina a elaboração, discussão e aprovação de um Código de Ética para o PSD. Vai ser um regulamento interno com especial incidência nos valores e no perfil dos candidatos “laranja” às diversas eleições: autárquicas, legislativas, europeias, presidenciais. Ora, não deixa de ser curioso que o PSD vá no final do mês falar de ética, quando desde o início do mês temos assistido à falta dela no PS.

O primeiro-ministro teve o seu chefe de gabinete detido, mas só o exonerou quando encontraram maços de notas que o senhor tinha escondidos na sua sala. O primeiro-ministro viu um ministro seu ser constituído arguido, mas só o exonerou quase uma semana depois, e a pedido do exonerado. O primeiro-ministro viu o seu ministro da Administração Interna anunciar a candidatura a líder do PS e aceita que este continue membro do governo. Repito, estamos a falar do MAI...o primeiro-ministro usa a residência oficial de São Bento para uma comunicação pessoal, que devia ter sido feita na sede do PS. O primeiro-ministro “despede” o melhor amigo em direto. E quando achávamos que já tínhamos visto tudo em matéria de falta de ética, João Galamba faz uma galambada. A saber: demite-se de ministro dizendo que tinha condições políticas para se manter ministro. Como? Ser arguido e continuar a achar que se pode continuar ministro? Em que República das Bananas seria isso considerado normal? Ninguém diz que Galamba é culpado de corrupção, mas devia ser imediatamente condenado pelo crime de “tremenda lata”! Inocente estava Miguel Macedo e demitiu-se. Mas, evocar Miguel Macedo pode ser demais para João Galamba e para o PS. Porque daquilo que o PS gosta é de chutar a bola para a frente, como se mais nada estivesse a acontecer no relvado. Só que está: o relvado está a ficar um lamaçal, com tanta água que o PSD está a meter. Eles não notam, mas já se estão a debater com os pés enterrados na lama. Não vai ser bonito, mas lá estará o PSD para subir o nível.

BELMONTE

As Olas ficaram sem fibra ótica, quando 98 por cento do concelho já tem essa cobertura de rede



ALAO

OLAS

UMA ALDEIA COM “FIBRA” QUE NÃO ACEITA SER EXCLUÍDA

No concelho de Belmonte, as Olas foram uma das únicas localidades que não foram abrangidas pela instalação de fibra ótica. Associação local está a angariar verbas para que tecnologia chegue, em março, à aldeia

JOÃO ALVES

“Vivemos numa democracia que não chega a todos”. É esta a convicção do presidente da Associação Liga dos Amigos das Olas (ALAO), Jorge Ferreira, quando pensa no facto de, no concelho de Belmonte, cerca de 98 por cento do território estar coberto, segundo a autarquia local, por uma rede de fibra ótica que, contudo, deixou a aldeia de fora.

Nas últimas reuniões de Câmara, e Assembleias municipais, o tema tem sido levantado, sendo que a autarquia alegou falta de capacidade

financeira para despende 20 mil euros para servir uma população de 36 pessoas residentes na aldeia. A Câmara, contudo, aprovou um apoio de dois mil e 500 euros à Liga das Olas para a aquisição de um transformador que faça chegar a fibra ótica à aldeia, e a Junta de Freguesia de Inguias também já aprovou um apoio de dois mil euros. Mas as verbas são insuficientes, pelo que a Associação tem vindo a dinamizar uma recolha de fundos para chegar a esse objetivo.

Jorge Ferreira, à *Rádio Caria*, recusa a ideia de uma “teimosia” das Olas num diferendo com a autarquia neste assunto, mas garante que deve haver um princípio de igualdade para todos os cidadãos do concelho. “É uma causa de direitos humanos

Olas não aceitam “rótulo de inferiorização”

para todos. Não aceitar a exclusão de cidadãos, um rótulo de inferiorização a uma aldeia que pertence a uma freguesia e concelho” frisa o responsável. Que já anunciou que, através da associação que dirige, as Olas terão fibra ótica no ano que vem.

Segundo o dirigente, já está estabelecido um acordo comercial com uma empresa de telecomunicações para a colocação de um transformador e que este plano começará a ser executado ainda este mês. “A expectativa é que a fibra ótica chegue à localidade de Olas em março do próximo ano” garante. Uma tecnologia que custará cerca de 22 mil e 700 euros, a pagar em três prestações, uma em 2023 e duas em 2024.

A ALAO tem vindo, nos últimos meses, a criticar a falta de investimento da autarquia na aldeia, nomeadamente nesta questão da fibra, lembrando que a mesma faz falta aos jovens, nomeadamente a alguns que são empresários “que necessitam do digital para estabelecer contactos e desenvolverem as suas actividades”, e a estudantes.

BREVES

ASSOCIAÇÕES COM NOVO REGULAMENTO

■ A Câmara Municipal de Belmonte aprovou, na sua última reunião privada, o novo Regulamento Municipal de Atribuição de Subsídios e Apoios às Associações. O documento com 26 páginas aguarda agora aprovação na Assembleia Municipal.

ALMOÇO DE NATAL DOS IDOSOS

■ Estão abertas, até amanhã, sexta-feira, 24, na Câmara ou juntas de freguesia do concelho, as inscrições para o 17º Almoço de Natal para os seniores do concelho, que decorre a 3 de dezembro no pavilhão multiusos de Belmonte. Uma iniciativa destinada a munícipes com 65 ou mais anos, aos quais o município disponibilizará transporte, das freguesias até ao pavilhão, e vice-versa.

FEIRA DE DEZEMBRO NA VARIANTE

■ Este ano, a tradicional feira anual de 8 de dezembro será realizada na variante à vila, adianta a União das Freguesias de Belmonte e Colmeal da Torre, responsável pela organização da mesma. Até 5 de dezembro, os interessados podem fazer o pagamento dos terrados na secretaria da Junta de Freguesia de Belmonte ou no próprio dia da Feira Anual.

SANTA BEBIANA EM CARIA

■ A Irmandade de Santa Bebiana, em Caria, promove, nos dias 1, 2 e 3 de dezembro, a tradicional festa pagã. Na sexta, 1, destaque, às 20 horas, para o cortejo de chamamento das irmãs pelas ruas da vila, e no sábado, 2, para um colóquio, no largo do reduto, sobre “A simbologia de Santa Bebiana na comunidade de Caria”. Sendo, à noite, a altura “mais forte” da festa, com a tradicional procissão pelas ruas de Caria.

MANTEIGAS

ASSOCIATIVISMO

SE A TUA TERRA TE DÁ NATUREZA, CORRE...

A Associação Desportiva de Manteigas tem vindo a promover o trail, nos últimos anos e aposta agora numa equipa no circuito nacional. Quem corre, desvaloriza a competição, mas enaltece a vertente terapêutica de uma modalidade onde o que importa é a amizade

JOÃO ALVES

“Quando, em 2017, começámos, corríamos na rua e as pessoas chamavam-nos malucos”. É assim que Vítor Graça, 39 anos, na altura presidente da Associação Desportiva de Manteigas (ADM), onde jogou futebol largos anos, lembra como se iniciou a modalidade do trail no concelho que se orgulha de ser o “coração” da Serra da Estrela. Vítor, que ainda hoje

representa a ADM, não a correr atrás da bola, mas sim nas paisagens que a natureza tem para oferecer, foi, a par de Roberto Cleto, um dos percussores do trail naquele concelho, onde agora se aposta em ter uma equipa federada para fazer o circuito nacional da modalidade.

“Comecei a perceber que em Manteigas faltava algo diferente, não na ADM, mas na vila. E acabei por usar a associação para promover este desporto da natureza que, sem dúvida, se adequa ao nosso território. Chamavam-nos malucos” frisa. Aos poucos, foi desafiando pessoas a pegar nuns ténis e correr. No meio do mato. Junto à ribeira. Na rua. Em especial pessoas para quem o desporto nunca tinha feito parte do quotidiano. “A superação está sempre presente e, talvez por isso, o aparecimento de pessoas que nada faziam. Foi um dos objetivos que defini, ir buscar essa gente para promover a atividade física” conta, lembrando

que seja em distâncias mais curtas, ou mais longas, o que conta mais não é a competição, a classificação. “Nós, o que sempre tentamos promover é a entreaajuda. Pode-se deixar alguém para trás, desde que se saiba que está bem. De outro modo, não” garante.

Joel Albuquerque, tesoureiro da direção, e responsável pela secção, lembra que este projeto já vem do elenco diretivo anterior, com os “ditos malucos” que iniciaram “uma brincadeira” a que agora a ADM quer dar mais asas. “O que queremos é apostar na modalidade a nível nacional, com atletas que tenham valor, mas também espírito de equipa e se

identifiquem com o clube. Este ano é de iniciação, no qual queremos fechar o circuito nacional, com gente de cá, e não só. Um sonho desta direção é sermos uma referência do trail, em termos regionais. E tenho a convicção que podemos chegar a um bom patamar a nível nacional” afirma o responsável. Que garante que o que mais importa é “o valor da amizade”.

A ADM conta neste momento com 58 atletas, “uns mais praticantes, outros menos” e no circuito nacional, que se iniciou este mês e se prolonga até abril, contará com 15. Com idades compreendidas entre os 27 e os 44 anos. Um investimento de cerca de oito mil euros anuais, mas em que cada atleta corre sem qualquer remuneração, garante Joel Albuquerque.



Quando começámos, chamavam-nos malucos”

“É UMA FUGA À REALIDADE DO DIA-A-DIA”

Uma das caras da equipa é Susana Terras, 29 anos. “O trail é uma fuga à realidade do dia-a-dia. Traz-nos um bocadinho de liberdade, alívio, deixamos de pensar naquilo que nos apoquentam mais. Tem um espírito terapêutico” garante a jovem, que diz que a competição, mais do que contra adversários, é sobretudo interna. “Muitas vezes competimos contra nós próprios. O importante, no fundo, é a entreaajuda, o espírito de equipa e o convívio. E superar limites, uma competição interior. Há dois, três anos, que faço, e é para continuar” garante.

Hélio Costa, belmontense de 47 anos, tem sido um dos rostos de divulgação do trail em termos regionais. E este ano, é em Manteigas que o faz. “Foi um desafio que me lançaram. Tive o convite da ADM, e foi com agrado que agarrei o projeto. Quero ajudar a modalidade a crescer” garante, lembrando que este concelho serrano é “um sítio espectacular, com todas as condições, para a prática do trail.”

Joel Albuquerque subscreve esta opinião, recordando que esta tem sido também uma aposta da autarquia local. “A Câmara tem apostado nos vários trilhos que temos. Por isso, faz todo o sentido que a nossa associação tenha o máximo de atividades, entre as quais o trail, o desporto da moda. Tem atraído cada vez mais gente, mais provas, e malta que praticava outras modalidades, como o futebol” garante.



AD Manteigas tem 58 atletas nesta modalidade, e este ano terá 15 no circuito nacional de trail

FUNDÃO

CENTRO DE MIGRAÇÕES

REQUALIFICAÇÃO DE NOVA ALA DO SEMINÁRIO VAI AVANÇAR



ANA RIBEIRO RODRIGUES

Intervenção permite acolher mais 32 a 35 pessoas

ANA RIBEIRO RODRIGUES

A Câmara do Fundão vai requalificar mais uma ala do Centro para as Migrações, a funcionar no antigo edifício do Seminário, que vai permitir acolher no espaço mais 32 a 35 pessoas em 24 quartos.

O anúncio do procedimento para a segunda fase de alteração do edifício foi feito no dia 17 em Diário da República e prevê um investimento global de 634 mil euros, com uma participação de 75% no âmbito de uma das várias candidaturas feitas ao Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração (FAMI).

Segundo Alcina Cerdeira, a vereadora com o pelouro da Ação Social, Inclusão e Igualdade, a requalificação de uma nova ala “muito degradada” do Seminário “aumenta a capacidade

de resposta” do município ao acolhimento de migrantes, num espaço onde atualmente residem cerca de 250 pessoas.

A autarca informou que o período de entrega de propostas decorre até 18 de dezembro e, se tudo correr normalmente, é expectável que a obra possa ser adjudicada até ao final do ano. A intervenção prevê um período de execução de 240 dias.

Alcina Cerdeira realçou que a primeira fase, que implicou a requalificação de uma outra ala, no valor de 900 mil euros, também com o apoio do FAMI, tornou possível receber cerca de cem pessoas oriundas da Ucrânia, várias já a fazer a sua vida de forma autónoma e “a contribuir com o seu emprego”.

A vereadora sublinha que o investimento se enquadra na política da Câmara do Fundão enquanto “terra de acolhimento” e que, além “da perspetiva humanitária”, tem também presente a “necessidade de mão de obra” na região em várias áreas,

nomeadamente no terceiro setor e na hotelaria.

Alcina Cerdeira frisa que ao concelho, onde há residentes de 70 nacionalidades, têm chegado também pessoas “altamente qualificadas” e outras que têm sido integradas, acompanhadas e capacitadas em áreas no domínio dos trabalhos agrícolas.

“Esta nova ala vem aumentar a nossa capacidade de resposta e o

Autarquia diz que intervenção “aumenta a capacidade de resposta” do município ao acolhimento de migrantes

nosso objetivo é continuar a acolher”, realça a vereadora com o pelouro, que alerta para o índice de envelhecimento do concelho de 328 e a perda de população, assim como a importância de receber novos residentes que ajudem a tornar o território mais competitivo.

O Centro de Migrações do Fundão contempla uma residência para requerentes de asilo e para refugiados, por onde já passaram cerca de 300 pessoas, uma residência para alunos estrangeiros, a maioria alunos da Escola Profissional do Fundão, e uma residência para trabalhadores temporários, com capacidade para cem a 120 pessoas.

Alcina Cerdeira vinca a preocupação da Câmara do Fundão em “continuar a acolher”, acompanhar esses migrantes, através de uma equipa multidisciplinar, que ajuda na integração e processo de autonomização, assim como em “capacitar” quem chega e fazer com que essas pessoas “se fixem cá”.

Obra representa um investimento de 634 mil euros, com uma participação de 75% do Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração

O QUE VEM À REDE

“Um bom médico tem de ter duas características, que são inegociáveis: empatia e competência”



“Tenho colegas com 40 e 50 anos que continuam sem um emprego fixo”

→ Zita Martins, astrobióloga, in SICNotícias

TOMÁS PESSOA E COSTA
Médico, fundador da DIOSCOPE in foreveryoung.pt

FRASES DO ANO



“Eu não atirei a bicicleta contra as portas de vidro do Ministério!”

FREDERICO PINHEIRO
Ex-adjunto no MPI, em comissão parlamentar, 2023



“Depois destes dois anos e meio liderados por António Costa, podemos todos sair lá fora e com orgulho dizer; ‘Sim, eu sou socialista.’”

PEDRO NUNO SANTOS
No Congresso do PS, Maio de 2018

VOZES DO POVO AQUI CHEGAM AOS SEUS

LINHA DA BEIRA ALTA DEVERÁ REABRIR ATÉ FINAL DO PRIMEIRO SEMESTRE DE 2024



“Tenho ideia que a Beira Alta deverá reabrir no 12º semestre de 2028”

→ Fernando Fernandes

“Oxalá seja verdade. Já vi vários troços onde não se vê máquinas e pessoal a trabalhar, por isso eu acredito que seja em 2025 e não em 2024.”

→ João Paulo Sequeira

“Mais um engano. É só passarem ou falarem com alguém que esteja a realizar as obras. Toda a linha está com um atraso imenso. Os avanços são ridículos, mínimos. Não poderá abrir no primeiro semestre”

→ Rivaldo Anjos



Acompanhe-nos on-line:
noticiasdacovilha.pt

DESPORTO

ATLETISMO

FUNDÃO PROMOVE CORRIDA DOS RESTAURADORES

Inscrições abertas até esta quarta-feira para prova que decorre dia 30

Encontram-se abertas, até esta quarta-feira, 22, as inscrições para a 3.ª Corrida dos Restauradores no Fundão, que acontece no dia 30 de novembro, com início na Praça do Município do Fundão pelas 21 horas e 30. A corrida celebra uma das “seculares tradições

do Fundão”, a arruada do 1.º de Dezembro, em que todos os anos, a partir da meia-noite, nesse dia, os populares se reúnem na Praça do Município e percorrem as ruas da cidade “com o propósito de ‘correr os espanhóis’, numa alusão aos acontecimentos de 1640”.

A partir das 19 horas e 30, decorre a prova destinada aos escalões de benjamins, seguindo-se as competições de infantis e iniciados. Às 21 horas e 30

começa a prova principal em que participam os escalões de juvenis (5.000 metros), juniores, seniores e veteranos (10 mil metros).

As inscrições podem ser feitas presencialmente na secretaria das Piscinas Municipais Cobertas do Fundão ou online e são gratuitas para os benjamins, infantis, iniciados e juvenis. Para os restantes escalões, a inscrição tem um custo de oito euros.



Recinto da Senhora do Almortão acolheu prova

ATLETISMO

CORTA-MATO DISTRITAL JUNTA QUASE UMA CENTENA NA IDANHA

■ Foram 97 os atletas que, no passado domingo, competiram, no recinto de Nossa Senhora do Almortão, em Idanha-a-Nova, no corta-mato distrital, prova organizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco, com a colaboração do Clube União Idanhense (CUI). A competição contemplava provas para atletas de todos os escalões etários (masculinos e femininos).

Na categoria de infantis, Madalena Dias (NJCPN) ganhou nas raparigas, Aderly Valdez (ECAF) nos rapazes. Nos iniciados triunfaram Sofia Machado (GCAD) e Carlos Ruano (PCC). Nos juvenis destacaram-se Catarina Sampaio (GCAD), e João Alexandre (NJCPN).

Daniel Martins (CUI) venceu nos juniores, não havendo participações de juniores femininas. No escalão de seniores, Rita Mestre (CBCB) e Carlos Sanches (CBCB) levaram a melhor.

Na categoria de veteranos, Sandra Ferreira (CBCB) e Sérgio Silva (GCAD) garantiram os primeiros lugares.

CAMINHADA

DESAFIOS DO SERRA SHOPPING

■ O Penta Clube da Covilhã organiza, com o apoio do Serra Shopping, esta quinta-feira, 23, a partir das 20:30, mais uma caminhada e corrida “Serra Mostra Challenge”, um evento com desafios mensais que vão por todos os participantes à prova, numa das quartas-feiras de cada mês, entre novembro e abril.

O objetivo é promover a prática da actividade física, lazer e exploração/

desenvolvimento das capacidades funcionais da população em geral. Pretende-se assim “fomentar o gosto pela marcha e corrida, bem como os benefícios inerentes a este tipo de atividade.”

Nas edições anteriores, segundo a organização, quase cerca de três milhares de pessoas percorreram a pé e a correr a cidade da Covilhã.

A iniciativa conta com uma caminhada com um percurso de aproximadamente 7 quilómetros e uma corrida com cerca de dez, que percorre as diversas zonas da cidade através de trilhos, ruas, escadarias, subidas e descidas, pontes, entre outros lugares.

Por cada participação, a organização irá oferecer uma árvore para a reflorestação da Serra da Estrela.



DESPORTO

FUTSAL

REGRESSO ÀS VITÓRIAS

Dois meses depois, Desportiva do Fundão ganha, em casa, ao Caxinas

Após seis jornadas consecutivas sem vencer, a Desportiva do Fundão regressou, no passado sábado, 18, aos triunfos, ao bater em casa o Caxinas por 2-1, em jogo da nona jornada da

primeira liga de futsal.

Desde 23 de setembro que a equipa liderada por Nuno Couto (esteve ausente por castigo) não sabia o que era ganhar. Desta vez, numa boa partida, a equipa foi mais eficaz. Aos 10 minutos, marcou, por Igor, permitiu o empate do Caxinas aos 18, por Milton Dias, e aos 25 fez o 2-1, numa

grande penalidade convertida por Uesler, após falta, na área, sobre o capitão Mário Freitas.

Os fundanenses sobem ao sexto lugar da tabela e esta quarta-feira, na penúltima jornada da segunda volta, têm complicada deslocação a Lisboa (20 horas) para defrontarem o Benfica, terceiro classificado.



Uesler, de penálti, fez o golo da vitória

DAVID SANTOS



ACAMCTO

Clube obteve 12 medalhas na Taça Nacional disputada em Portalegre

ARTES MARCIAIS

CENTRO FESTEJA 40 ANOS NA COVILHÃ

■ A Associação Centro de Artes Marciais da Covilhã e Terapias Orientais (ACAMCTO) comemora no sábado, 25, a partir das 15:30, no Grupo Desportivo da Mata, os seus 40 anos de existência, com uma demonstração de artes marciais, entre outras actividades.

Nos passados dias 11 e 12 deste mês, o Centro obteve, na Taça Nacional de Kempo, disputada em Portalegre, 12 medalhas, numa competição da Federação Portuguesa de Lohan Tao, que juntou mais de mil atletas de diversos escalões.

Marina Cardona (mais de 40 anos) obteve quatro medalhas, sendo também premiados Carolina Taborda, Emanuel Taborda, Iris Machado, Tiago Rosário e Fernando Cláudio.

AUTOMÓVEL

MUSEU DA MINIATURA CELEBRA 16.º ANIVERSÁRIO

■ O Museu da Miniatura Automóvel, em Gouveia, celebra no próximo sábado, 25, o seu 16.º aniversário. A comemoração pretende destacar os jornalistas ligados ao desporto automóvel e ao automóvel na área do comércio e indústria.

Desta forma, a exposição de aniversário conta com a presença de Eduardo Freitas, diretor de prova das 24 Horas de Le Mans e do Campeonato Mundial de Endurance, Hélder de Sousa e Fernando Petronilho, antigos relatores dos pilotos em pistas.



Museu da Miniatura Automóvel está situado em Gouveia

CMC

PUBLICIDADE

foto
académica
Filipe Pinto

REPORTAGENS FOTOGRÁFICAS
TUDO PARA COMUNHÃO E BAPTIZADOS | ARTIGOS
RELIGIOSOS | PARAMENTARIA | ARTIGOS NUMISMÁTICA

Escadas do Quebra Costas n.º 2, 6200-170 Covilhã
E-MAIL: fotoacademica@hotmail.com | TEL.: 919 487 978 | 964 196 950

CULTURA

TRIENAL INTERNACIONAL DE DESIGN

OLHAR O TÊXTIL PARA VALORIZAR O TERRITÓRIO

Evento decorre entre março e junho de 2025 e terá “dimensão internacional”

ANA RIBEIRO RODRIGUES

Trabalhar a partir de e com o território, valorizar o que se faz no concelho e trazer artistas de referência, ter como meta o desenvolvimento sustentável e a inclusão e desenvolver iniciativas que deem frutos para projetos futuros são premissas da Trienal Internacional de Design da Covilhã, que se realiza entre março e junho de 2025, mas contempla ações a partir do ano anterior, para dar a conhecer na mostra.

A trienal foi apresentada dia 14, no Teatro Municipal, pela vereadora com o pelouro da Cultura na Câmara da Covilhã, em conjunto com a empresa responsável pela execução, e tem como tema a “Paisagem Têxtil”, com o foco no setor e recorrendo à história do concelho e ao “conceito de cidade-fábrica”.

“A trienal trará até nós mundos e levará a Covilhã longe”, acentuou a vereadora, segundo a qual a Trienal “é o maior evento” do plano de ação da Covilhã Cidade Criativa da UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura) na área do design, selo atribuído há dois anos.

De acordo com Regina Gouveia, as iniciativas não se vão concentrar num único espaço nem apenas na Covilhã.

A autarca salientou que se trata de um evento “com várias componentes” e não pretende “apenas exibir ou expor”, mas fazer com que “as ações se potenciem entre si”.

Durante a trienal estão previstas uma exposição internacional, conferências, exposições de contexto, residências artísticas, oficinas, uma componente científica e serão convidadas a estarem presentes as restantes cidades criativas mundiais na área do design.

O programa, a ser desenhado, contempla a presença de um designer convidado “reconhecido a nível internacional”, adiantou a vereadora com o pelouro da Cultura, que venceu ter “essa ambição”.



“

A trienal trará até nós mundos e levará a Covilhã longe”

A principal premissa é “partir do território e trabalhar com o território”, mas Regina Gouveia destacou que o evento pretende ultrapassar fronteiras e áreas. “A trienal tem de ter uma dimensão internacional que vai extravasar muito além daquilo que somos como cidade criativa na área do design”, vincou a vereadora.

A autarca frisou que é também uma forma de valorizar fora de portas o que de criativo se faz no concelho. “Acreditamos que, trazendo designers de referência, projetos que têm que ver com este papel do design, podemos ajudar a melhorar a relação das pessoas com o seu território e até com os outros”, acrescentou Regina Gouveia.

Regina Gouveia destacou a

importância de trazer à Covilhã “boas práticas”, também numa perspetiva de valorização do que já é feito. “Muitas vezes as pessoas despertam para algo que têm no lugar onde existem percebendo quão é valorizado algo semelhante nos mundos dos outros”, referiu.

De acordo com a vereadora, pretende-se com as iniciativas já desenvolvidas e com a trienal “posicionar a Covilhã como território criativo”.

“Quando se trazem designers para uma residência, não queremos apenas atingir objetivos específicos numa residência. Queremos desenvolver um ecossistema criativo, queremos motivar aqueles que estão cá a sentirem que a Covilhã é um território que valoriza

Vereadora destaca o “envolvimento alargado” da trienal com a comunidade

a criatividade e onde podem desenvolver-se e evoluir como criativos”, enfatizou a vereadora.

Regina Gouveia sublinhou ainda o propósito de a trienal ter “um envolvimento alargado ao nível da comunidade”.

Para Ricardo Gil, que assumiu a direção da Trienal Internacional de Design da Covilhã, outro dos objetivos centrais passa por criar no concelho “uma cultura de design, para ter um efeito reprodutivo a prazo”.

A relação próxima entre a indústria têxtil, a matéria-prima e o território é outra dimensão a considerar, assim como “afirmar relações entre a criatividade e a arte” e envolver parceiros de todas as áreas.

GUIA

AGENDA CULTURAL

“SEXTAS DE HUMOR”

■ O “Sextas de Humor” recebe Pedro Teixeira da Mota, com o espetáculo “Pata de Ganso”, esta sexta-feira, no Pavilhão Multiusos.
→ Sexta, 24, 22 horas, Fundão



CAROLINA DE DEUS

■ A cantora portuguesa Carolina de Deus dá um concerto na Casa das Artes e Cultura do Tejo, onde apresenta músicas do primeiro álbum, “Dores de Crescimento”. O ingresso custa dez euros.
→ Sábado, 25, 21:30 h, Vila Velha de Ródão

A NÃO PERDER

ÚLTIMAS PEÇAS DO FESTIVAL DE TEATRO DA COVILHÃ



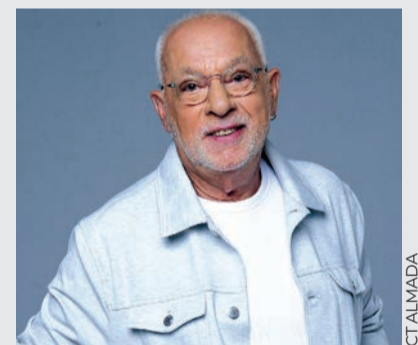
■ Chega ao fim, esta semana, a 40ª edição do Festival de Teatro da Covilhã, promovido pelo Teatro das Beiras. Amanhã e sábado, as duas últimas peças a subirem ao

palco. Sexta, os Artistas Unidos apresentam “Europa”, e no sábado, o Teatro do Montemuro leva ao palco “As memórias do meu pai na rádio do meu tio”.

MÚSICA

PAULO DE CARVALHO NA GUARDA

■ Nome maior da música portuguesa e já com 60 anos de carreira, Paulo de Carvalho actua na segunda-feira na Guarda, no âmbito da comemoração do 824º aniversário da cidade. O artista que formou uma das primeiras bandas pop portuguesas nos anos 60 (Sheiks) e que a partir daí construiu uma carreira ímpar e reconhecida, com especial destaque histórico para a sua canção “E Depois do Adeus” ter sido uma das senhas radiofónicas para o início da Revolução do 25 de abril de 1974. Paulo de Carvalho vai percorrer, neste concerto, os seus grandes êxitos.
→ segunda-feira, 27, 21:30, TMG



25
NOV.

21:00 H
FACULDADE DE
CIÊNCIAS DA SAÚDE



FESTIVAL

TUNAS FEMININAS NA COVILHÃ

■ Decorre este fim-de-semana a 10ª edição do Medicalis- Festival de Tunas Femininas da UBI, organizado pela “C’a Tuna aos Saltos” - Tuna Médica Feminina da UBI, que conta com sete grupos, vindos de Lisboa, Porto e Covilhã. Participam “A Feminina” - Tuna Feminina da Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa; “TFFLUP” - Tuna Feminina da Faculdade de Letras da Universidade do Porto;

“Cientuna” - Tuna Feminina de Ciências do Porto; “TeSuna” - Tuna Feminina da Escola Superior de Saúde do Porto. Além destes grupos a concurso o evento conta com a participação especial do grupo “Planeta Fluffen”, da “Tuna-Mus” - Tuna Médica da Universidade da Beira Interior e da “C’a Tuna aos Saltos” - Tuna Médica Feminina da Universidade da Beira Interior.

O PAÍS E O MUNDO

DEMOCRACIA

25 DE NOVEMBRO



O País vai celebrar a data

WIKIPÉDIA

Um país suspenso. Um governo em greve. E uma movimentação militar no sentido de estabilização de uma democracia representativa em Portugal. O PREC “perdeu os sentidos”, e acabaria por finir. O dia em que Costa Gomes decretou o Estado de Sítio na região de Lisboa, em que Otelo Saraiva de Carvalho esteve desaparecido, em que Jaime Neves saído dos Comandos da Amadora a bordo de um chaimite tomou conta das operações militares, e em que Ramalho Eanes

chamou a si o restabelecimento da ordem, posto em causa. A execução do golpe militar começado a formar meses antes, durante o chamado Verão Quente, e que visava terminar com a crescente sovietação do regime, acabar com o “Processo Revolucionário em Curso”, e transformá-lo num “Processo Constitucional em Curso”. Grosso modo, é assim... sendo que após todos estes anos, ainda subsistam muitas dúvidas sobre quem fez o quê, e quem foram de facto os vencedores. Se

de facto foi a esquerda militar que iniciou o golpe, de que forma o PCP tentou tomar o poder, e se a democracia teoricamente instaurada um ano e meio antes em 25 de Abril, só nesta data pode ostentar o título. Até há pouco, por polémica e duvidosa, a data não era celebrada, mas parece que se prepara a mudança. Existem pelo menos seis cidades em Portugal que têm 25 de Novembro de 75 na nomenclatura das ruas. Uma delas é Leiria.

Francisco Figueiredo

PERCEPÇÃO

OS SUSPEITOS

■ Estamos outra vez a falar do mesmo, ou desta vez, as suspeitas de corrupção, prevaricação e tráfico de influências que promoveram a queda do governo, são de uma gravidade indesculpável? Afinal, a Procuradora Geral, olhou para o comunicado que a sua “rapaziada” se preparava para publicar, fez a revisão do texto, e decidiu que faltava um parágrafo. Não fosse a malta lá em casa pensar que a Senhora Gago estava a proteger o Primeiro-ministro, nada como dar a entender aos mesmos, que o chefe do governo por via da actuação dos seus “mais que tudo” andava metido numa trama, com caminho aberto para uma enorme negociata. O Senhor Costa, já refém da detenção dos próximos, leu as frases de Lucília, e decidiu que o seu tempo tinha atingido a meta. Verdade seja escrita, que meio-mundo ou mesmo três quartos do mundo, terão achado tudo tão natural, sobretudo pelo histórico de tumultuosa agitação que tantas vezes abanou o executivo, que o destino tinha hora marcada. Preso por uns galhos, nada como partir de vez. Costa bateu com a porta, mas deixou ficar Galamba, ministro cujo cognome “O Desajustado”, ficará nos anais da história como um tremendo erro de casting. E agora, em primeira instância o juiz decidiu que afinal a trama não terá existido, não se provou a corrupção, nem a prevaricação, quanto muito há sinais de influências. O país segue desgovernado.

Em primeira instância o juiz decidiu que afinal a trama não terá existido



WIKIPÉDIA



UNICEF

Cerca de cinco mil crianças já terão morrido no conflito entre Hamas e Israel

GAZA

MORTE

■ Desde 7 de Outubro, dia em que o Hamas atacou o território israelita, já morreram mais de 12 mil pessoas em Gaza. Civis. Pelo menos cinco mil serão crianças. Estes números chocantes são claramente superiores aos registados desde que a Rússia invadiu a Ucrânia a 24 de Fevereiro de 2022. A associação Save The Children, com base em Londres,

confirma o trágico balanço e alerta para a dimensão do desastre humanitário, já que esta cifra ultrapassa o valor anual de crianças mortas em conflitos armados a nível mundial nos últimos quatro anos. A ONU descreve que os acontecimentos “horribéis” em Gaza, “ultrapassam o entendimento”. Segundo Volker Turk, Alto-Comissário das Nações

Unidas para os Direitos Humanos, nos últimos dias, três escolas que albergam pessoas deslocadas e em fuga, foram alvos de ataques. “A dor, o horror e o medo nos rostos das crianças, das mulheres e dos homens são demasiado grandes para suportar”. O cessar-fogo parece distante.

FF

ÚLTIMA PÁGINA

EU SEI, NÓS SABEMOS



FRANCISCO FIGUEIREDO
DIRECTOR

Nós sabemos bem, como tu linda mulher, nasceste para a música. Eu estava lá, nós estávamos lá quando aconteceu. Ficamos prisioneiros desse olhar, do teu lindo e genuíno sorriso, do mel que pousaste em nós. Bebemos dessa luz que nos irradiaste, apagaste as nossas noites, iluminaste as nossas manhãs, espalhando alegria, chamando a música, pegando nas nossas mãos, enchendo-nos de amor. Oh, como nos abraçaste, como nos tomaste no teu colo, e simplesmente cantaste. E como cantaste sem pedir nada em troca, musa dos teus temas sim, como voaste, sem saber para onde ias provavelmente, ao sabor daquela brisa quente que nos afagou e aqueceu a alma. E chegou o dia em que disseste que já não podes estar aqui, e nós, colamos a vista na tua viagem e seguimos-te para onde nos queiras levar. Vamos contigo, sem pensar. E Sara, roubando as palavras que tão bem soubeste dizer, te direi também: "Se a tristeza é mais profunda que a dor Se este dia já não tem sabor E no pensar que tudo isto já pensei Eu sei..."

**O SEU JORNAL ESTÁ AQUI
REST. VAI NAPINGA - TEIXOSO**

E EM MAIS DE 200 LOCAIS:

■ Balcão Único	■ Central Camionagem	■ Leões da Floresta	■ Junta Freg. Belmonte	■ Serra Shopping
■ Meu Super - Tortosendo	■ Centro Hospitalar	■ Mepisurfaces	■ Junta Freg. Teixoso	■ Twintex
■ Biblioteca da Covilhã	■ G. Desp. Teixosense	■ Mercado Municipal	■ UBI – Polo 1	■ UBI – Biblioteca Central
■ P. Papelito - Manteigas	■ Galp da Covilhã	■ G.Recr. Refugiense	■ UBI – Ciências	■ UBI – Engenharias
■ CM Covilhã	■ Hotel Solneve	■ Quiosque Estrela 2000	■ Fitecom - Tortosendo	■ Pad.ª Dias - Tortosendo
■ CM Guarda	■ INATEL da Covilhã	■ P. Sonypal - Tortosendo		

CURTA COM... / Casimiro Santos

UNIÃO DOS RESISTENTES ANTIFASCISTAS PORTUGUESES

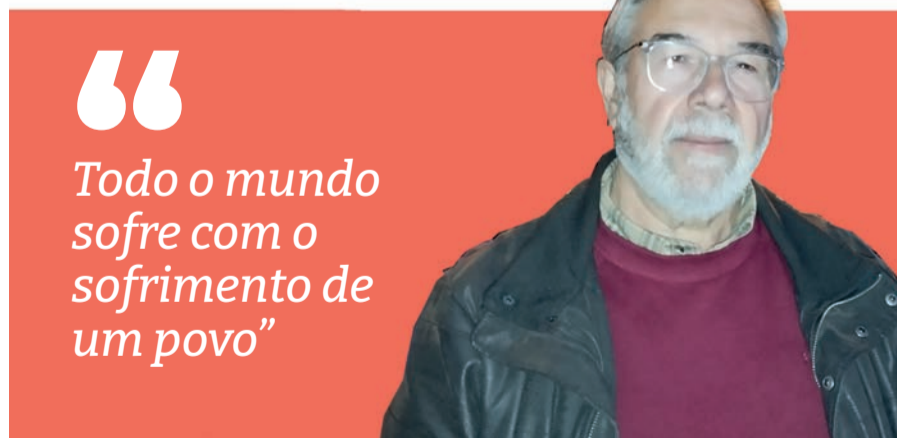
Qual a importância desta concentração pela Palestina?

A luta pela paz, no mundo, contra aquilo que Israel está a fazer aos palestinianos. Um verdadeiro genocídio.

Que repercussão pode ter o conflito no médio oriente em Portugal e na Covilhã?

Já está a ter. Desde que haja uma guerra em qualquer parte do mundo, todos os outros países sofrem. Todo

o mundo sofre com o sofrimento de um povo. Em termos económicos, por exemplo, sabemos da dependência de Portugal do petróleo. Em termos pessoais, já cidadãos portugueses foram mortos pelo bombardeamento israelita. Portugal sofre. Se não sofrêssemos, não nos tínhamos juntado para estarmos em solidariedade com a Palestina.



Há covilhanenses na zona de conflito?

Penso que não, não tenho notícia de que haja.

Já teve oportunidade de falar com palestinianos? Que preocupações têm?

Sentem uma dor muito grande porque é o seu próprio povo que está a ser agredido. Os palestinianos já sofrem desde 1947 com a criação do estado de Israel.

PUBLICIDADE

XICOS.

Aproveita o código na app
"PRIMEIRAVEZ"

5€
OFERTA

pede aos xicos.

Disponível na App Store

Disponível no Google Play