MILÉNIO STADIUM

Ano XXXII edição nº 1623 | 13 a 19 de janeiro de 2023

mileniostadium.com

Créditos: David Ganhão

Trânsito

Toronto uma das piores cidades do mundo

P20

Bancos alimentares preveem 60% de aumento de procura

P22

Taça de Portugal

Águias e dragões nos "quartos"

P40

roundtable

apresentador
Manuel DaCosta
convidados
Augusto Bandeira
Vince Nigro

Temas em discussão

Discussão de temas da atualidade

A arte da mentira – porque mentimos, Inclusive a nós próprios?

CAMÕESTV
Camõesradio

sexta-feira às **18h**

nova law

Krystle Ferreira, B.A. (Hons), LLB
Real Estate Lawyer – Notary Public

1158 St. Clair Ave W | novalaw.ca | 647.417.6682
Ligue para marcar a sua consulta de 30 minutos GRATUITA
Advogada – falamos português

RE/MAX

Fernando Ferreira
Sales Representative
416.528.4724 fernandoferreira.ca

avaliação grátis • free home evaluation

EDITORIAL

Credito: DR

A arte de mentir

Manuel DaCosta
Editorial

Poderá a mentira ser muito mais doce do que uma verdade nua e crua? Encurralar-nos a nós próprios em situações, que apoiam mentiras, é uma opção que muitos adotaram para si próprios. Assim que a armadilha mental está montada, sair da toca do coelho é desconfortável, portanto mentir a nós próprios é a melhor opção para muitos.

Com o início do novo ano, a maioria de nós faz promessas e compromissos consigo próprio e com os que o rodeiam. É, na sua maioria, uma falsa narrativa que proporciona um consolo mental temporário, particularmente para aqueles com vidas imperfeitas, onde a maioria de nós se insere. Normalmente comprometemo-nos com coisas como perder peso, fazer exercício, uma melhor alimentação, e a escolha cuidadosa de ações que criaram um impacto negativo no passado. O problema é que estamos a atentar mudar coisas em apenas um ano, mas que demoraram vários anos até nos levarem aqui. Os milagres mentais percebidos criam resultados positivos falsos. Os mentirosos muitas vezes superestimam a sua veracidade, adicionando palavras ou frases a uma declaração que pretende torná-la mais convincente, como "para ser honesto", "para dizer a verdade", "acredite em mim", "para esclarecer", "o facto é", isto só para citar alguns. Existe uma enorme variedade de tipos de mentiras, inclusive a negação, a omissão, a fabricação, a minimização e o exagero. Talvez você reconheça num número de mentiras comuns que as pessoas utilizam, tal como:

- Estou bem, não se passa nada.
- Estava preso no trânsito.
- Estás ótimo com essa roupa.
- Só bebi uma cerveja.
- O meu telemóvel ficou sem bateria.
- Nunca recebi a tua mensagem.
- Ligo-te já de volta… em breve.

A arte de mentir pode ser aperfeiçoada ao ponto de as pessoas viverem as suas vidas inteiras como vigaristas para consigo mesmos, tal como Bernie Madoff e outros esquemas Ponzi que se tornaram parte do escalão mais alto da sociedade e ocupando posições respeitosas nas comunidades em que vivem.

Um exemplo são os escândalos políticos em Portugal, onde o governo no poder não consegue encontrar indivíduos honestos para servir como ministros. Onze saíram devido às irregularidades nas suas verdades. Um dos maiores contribuidores para a arte da mentira são os políticos. Estes homens e mulheres que são colocados em posições de poder com integridade irrepreensível mostraram ser os maiores atores do nosso tempo, superando as histórias de Hollywood. Como pode uma nação e os seus cidadãos não adotar a falsificação de informação se os líderes vivem num mundo de mensagens convenientes para conquistar um propósito, recorrendo a quais que sejam os meios necessários? O camarada Putin com as suas mentiras decidiu que tomará uma nação e mentirá aos russos sobre os propósitos enganosos que estão a ser utilizados. As suas mentiras são assistidas pela igreja, que ignora a quantidade de pessoas que vivem no processo. São estes homens de Deus que nos dizem como viver as nossas vidas?

Se examinarmos o mundo ao nosso redor, as mentiras encontram-se em cada esquina. Os meios de comunicação, com as suas interpretações tendenciosas de informações, criam ambientes que encorajam a mentira. Os pais mentem aos seus filhos; os professores mentem aos seus alunos porque não podemos lidar verdadeiramente com as pressões da sociedade. Família, amigos, colegas de trabalho e todos à sua volta, mentem e embelezam para servir os seus propósitos. Sendo assim, em quem se pode confiar, quando não podemos sequer confiar em nós próprios? Ninguém, infelizmente. Por isso, se me for mentir, diga pequenas mentiras. São melhor de serem digeridas. No entretanto, certifique-se que dá uso à sua nova adesão ao ginásio.

Felizes mentiras para todos!

Versão em inglês P. 11

MILÉNIO STADIUM

Leia a qualquer hora do dia mileniostadium.com
Siga-nos nas redes sociais @mileniostadium

Ano XXXII- Edição nº 1623
13 a 19 de janeiro de 2023
Semanário. Todas as sextas-feiras, bem pertinho de si!
Propriedade de:
Milénio Stadium Inc./MDC Media Group
309 Horner Ave. Etobicoke, ON M8W 1Z5
Telefone: **416-900-6692**
Direção:
Manuel DaCosta
Presidente, **MDC Media Group Inc.**
info@mdcmediagroup.com

Madalena Balça
Diretora, **Milénio Stadium**
m.balca@mdcmediagroup.com

Assistente de Direção: **Carlos Monteiro**
c.monteiro@mdcmediagroup.com

Marketing: **José M. Eustáquio**
jm.eustaquio@mdcmediagroup.com

Diretor Criativo: **David Ganhão**
d.ganhao@mdcmediagroup.com

Edição Gráfica: **Fabiane Azevedo**
f.azevedo@mdcmediagroup.com

Publicidade: **Rosa Bandeira**
Telefone: **416-900-6692**
info@mdcmediagroup.com

Redação: **Adriana Paparella, Adriana Marques, Inês Barbosa, Inês Carpinteiro, Lizandra Ongaratto.**

Colaboradores do jornal: **Adam Care, Adriana Marques, Aida Batista, Augusto Bandeira, Cristina Da Costa, Daniel Bastos, Luís Barreira, Paulo Gil Cardoso, Raul Freitas, Rosa Bandeira, Vincent Black, Vítor M. Silva.**

Cartoonista: **Stella Jurgen**
Traduções: **Inês Carpinteiro e David Ganhão**
Parcerias: **Diário dos Açores e Jornal de Notícias**

A Direção do Milénio Stadium não é responsável pelos artigos publicados neste jornal, sendo os mesmos da total responsabilidade de quem os assina.

PREVISÃO METEOROLÓGICA

TORONTO — 13 A 19 DE JANEIRO

SEX	SÁB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI
1º	-5º	-1º	2º	3º	5º	3º

MENTIRA

Jamais diga uma mentira que não possa provar.

Millôr Fernandes

Nenhuma mentira chega a envelhecer no tempo.

Sófocles

As pequenas mentiras fazem o grande mentiroso.

William Shakespeare

Uma mentira dá uma volta inteira ao mundo antes mesmo de a verdade ter oportunidade de se vestir.

Desconhecido

Pode-se enganar todos por algum tempo; pode-se enganar alguns por todo o tempo; mas não se pode enganar todos todo o tempo.

Desconhecido

Assim como uma gota de veneno compromete um balde inteiro, também a mentira, por menor que seja, estraga toda a nossa vida.

Mahatma Gandhi

Assim como o mentiroso está condenado a não ser acreditado quando diz a verdade, é privilégio de quem goza de boa reputação ser acreditado mesmo quando mente.

Miguel de Cervantes

Na boca do mentiroso, até a verdade é suspeita.

Jacinto Benavente y Martinez

A mentira é o único privilégio do homem sobre todos os outros animais.

Fiódor Dostoiévski

Nenhum mentiroso tem uma memória suficientemente boa para ser um mentiroso de êxito.

Abraham Lincoln

As verdades podem ser nuas - mas as mentiras precisam de estar vestidas.

Textos Judaicos

A principal mentira é a que contamos a nós mesmos.

Friedrich Nietzsche

As faces da mentira

A mentira já faz parte da nossa vida em sociedade e há quem defenda que sem ela nem podemos conviver de forma pacífica. Afinal, imagina se de uma hora para outra as pessoas começassem a falar aquilo que realmente pensam sobre tudo e todos? De fato, seria quase impossível manter qualquer nível de harmonia. Será essa uma arte que aprendemos desde muito cedo na vida e que vamos lapidando aos longos dos anos e aperfeiçoando conforme nossas necessidades?

Cristina Aldenora. Créditos: DR

São muitas as perguntas que permeiam esse assunto, bastante universal e complexo, já que existem muitas faces da mentira, desde aquelas mais corriqueiras e que são mais "aceitas e toleradas", aquelas que contamos para nós mesmos até os casos mais graves onde uma pessoa se habitua tanto a mentir ou distorcer a realidade dos fatos que isso se torna uma compulsão ou patologia.

Para esclarecer melhor esse assunto, nessa edição do Milénio Stadium em que buscamos a verdade sobre a mentira, estivemos à conversa com a psicoterapeuta Cristina Aldenora, que nos deu algumas explicações e discorreu sobre esse assunto tão complexo e presente nas nossas vidas.

MENTIR FAZ PARTE DA NATUREZA HUMANA, APRENDEMOS DESDE SEMPRE?

Desde muito pequenos, até por uma questão de educação, somos "ensinados" a mentir. Um pequeno e trivial exemplo é aquela costumeira orientação, quando vamos visitar alguém, de sempre elogiar a comida que nos foi oferecida, não importando se de fato ela agradou nosso paladar. Quando nos machucamos as mães tendem a dizer: "eu dou um beijinho e sara", mesmo sabendo que a dor continuará ali. E assim ao crescer vamos assistindo nossos pais e os mais velhos contar essas pequenas "mentiras" e aprendendo que fazem parte da nossa convivência social.

O renomado psicólogo infantil Jean Piaget, em seu estudo do desenvolvimento moral, diz que "a tendência de contar mentiras é uma tendência natural...espontânea e universal". Segundo a psicoterapeuta Cristina Aldenora uma das explicações para essas pequenas mentiras que contamos desde crianças é o medo da rejeição. "Desde muito cedo aprendemos a nos comportar de acordo com os outros esperam, e assim, vamos adquirindo um comportamento não tão autêntico. Dizemos aquilo que sabemos que o outro quer ouvir". A profissional completa destacando que "temos a necessidade básica de sermos aceitos, de nos sentirmos queridos, e por isso acabamos adotando essas táticas, uma espécie de mecanismo de defesa".

Percebemos assim que começamos a contar "mentirinhas" desde pequenos e ao longo de nossas vidas vamos "aprimorando essa arte" e a usando a nosso favor, seja na vida pessoal ou no trabalho.

POR QUE MENTIMOS PRA NÓS MESMOS?

Não minta. Você mesmo já mentiu para si mesmo. Parece até um jogo de palavras, mas essa é uma frase muito verdadeira. Basta lembra quantas vezes você já prometeu a si mesmo que irie começar aquela dieta na próxima segunda-feira ou que não iria mais ligar para aquele ex-namorado "tóxico" e não conseguiu cumprir essas metas. Por vezes nossa tendência e responsabilizar outra pessoa ou até o Universo pelos nossos projetos mal-sucedidos, quando no fim das contas o único responsável foi você mesmo.

Cristina explica assim: "Fazemos aquela lista interminável de desejos e metas para nós mesmo, mas na primeira oportunidade que temos, não cumprimos nada do que havíamos estabelecido.

Se isso se repete sistematicamente estamos a "enfraquecer" nossas mentes e sempre achando justificativas para tal". Segundo a especialista se responsabilizar por aquilo que queremos é fundamental para que se concretize: "o que observamos muito é que as pessoas querem muitas coisas, mas não estão de fato dispostas a trabalhar de forma árdua para as conquistar. Querem que seja "dado", "oferecido", afinal assim é mais fácil do que sair da zona de conforto e de fato batalhar para que as metas se realizem". Dessa forma encontrar justificativas ou culpados para esses nossos fracassos acaba sendo a saída mais comum ou ao invés de nos responsabilizarmos pelos nossos erros.

Gallery of the Portuguese Pioneers
Galeria dos Pioneiros Portugueses
960 St. Clair Avenue West, Toronto, Ontario
(647) 748-0960 PioneersGallery.ca

Creditos: DR

Segundo outros especialistas na área da mente humana, o autoengano é uma tática psicológica comum - tão comum, de fato, que as pessoas podem até não ter consciência de que estão fazendo isso e usamos essa ferramenta por uma questão de proteção, aceitação e claro, para termos vantagens em certas situações e, portanto, é preciso atenção para que não se torne um hábito tóxico e que prejudique a sua vida.

OMITIR A VERDADE OU "DOURAR" A PÍLULA

"Está tudo bem", "você não parece gorda nessa calça jeans", "é uma doença difícil, mas você vai superar". Essas são aquelas frases clássicas que costumamos usar e que nem sempre correspondem a realidade dos fatos. Mas são mais convenientes e educadas e nos ajudam a manter a civilidade nas relações, quando a realidade nua e crua seria mais trabalhosa e árdua e exigiria explicações.

Alguns classificam essas mentiras como uma "omissão da verdade" ou o dourar a pílula, para que afinal ela não caia tão mal naquele que a recebe.

Para Cristina Aldenora, essas "mentiras leves" são um reforço da nossa própria falta de preparo para encarar a verdade e um reflexo de que muitas vezes quando pedimos a opinião de outras pessoas estamos mais interessados em ouvir o que queremos, ou seja termos a aprovação alheia, do que de fato obtermos a verdade.

Conhecidas comumente como mentiras brancas, são consideradas mais inofensivas ao contrário daquelas "mentiras reais" ou "grandes mentiras".

Mas fica aqui um ponto de reflexão: já que o que pode parecer um gesto de apoio e compaixão, do ponto de vista de quem está mentindo, pode por outro lado ser visto como uma traição. Afinal, se você contasse de fato a sua amiga que aquela calça vestiria melhor se ela perdesse uns 3 quilinhos, poderia a estar ajudando a abandonar a adotar novos hábitos mais saudáveis, por exemplo.

QUANDO MENTIR SE TORNA UMA DOENÇA

Na literatura da área psicológica a mentira não patológica é descrita como sendo comum entre as pessoas e não é vista como um sinal de qualquer desordem. A situação se torna diferente quando a mentira se torna hábito comum. A chamada mentira patológica, também conhecida como mitomania, é um comportamento crônico no qual a pessoa mente habitual ou compulsivamente. A psicoterapeuta pondera que muitas vezes "a pessoa já não tem controle sobre o ato de mentir. O outro já percebe que o que ela diz não é real e ela segue com a farsa, porque aquilo de certo modo já virou uma realidade na cabeça dela".

Diante de situações assim, segundo a profissional, o adequado não é confrontar quem está a mentir e sim devolver o que foi dito em forma de pergunta. "São pessoas com dificuldade em aceitar a realidade e na maioria das vezes têm baixa auto-estima, por isso criam mentiras para serem aceitas e se sentirem melhor".

As causas da mentira patológica são desconhecidas e normalmente associadas a sintomas de certos distúrbios de personalidade, entre os mais comuns: bipolaridade, transtorno de personalidade limítrofe (borderline), transtorno de personalidade narcisista e transtorno de personalidade anti-social.

Nesses casos, a indicação é a de buscar a ajuda de um médico ou terapeuta qualificado. Esses profissionais poderão ajudar os mentirosos compulsivos a compreender sua condição e o modo como ela afeta outras pessoas.

DISTINÇÃO ENTRE VERDADE E MENTIRA: CADA VEZ MAIS DIFÍCIL

"Uma mentira repetida mil vezes se torna uma verdade". Com certeza você já ouviu essa frase atribuída a Joseph Goebbels, ministro da propaganda na Alemanha Nazista, que ficou mundialmente famosa e muito se aplica a realidade que vivemos atualmente, muito através da disseminação das "fake-news" que se tornaram cada vez mais frequentes principalmente com o advento das redes sociais, que ajudam a disseminar essas mentiras e fazem com que elas atinjam milhares de pessoas que passam a acreditar no que leram ou ouviram sem checar as fontes."

Cada vez menos temos o hábito de questionar aquilo que nos e apresentado", reitera Cristina.

"Nas redes sociais cada vez se disseminam mais ideias, é um excesso de informação que nos atinge, somos estimulados a toda hora", afirma a psicoterapeuta, portanto não é de estranhar que "compramos as ideias de outras pessoas e assumimos que são verdades para nós mesmos", não necessariamente porque estão alinhadas com nossa autenticidade e sim porque nos venderam tão bem essa ideia" e finaliza dizendo que comportamentos assim "fazem parte do senso de integração, do efeito manada".

Lizandra Ongaratto/MS

De **segunda** a **quinta-feira**, das **17h** às **21h**, na **Camões Radio**

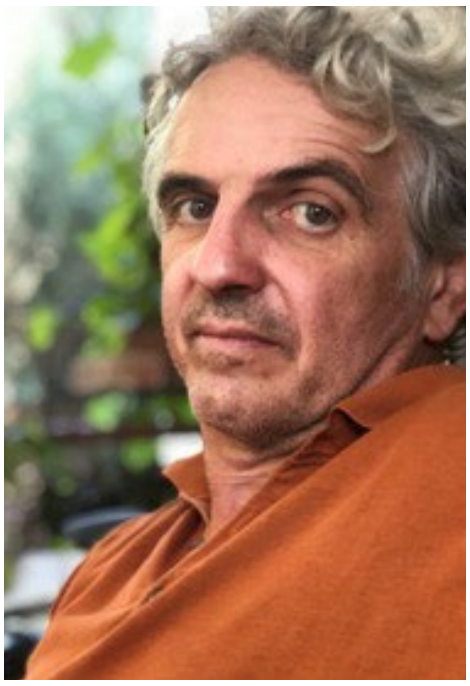
Ouça em camoesradio.com ou faça download da aplicação

SCAN ME

Credito: DR

Que credibilidade tem hoje o discurso político? As sucessivas omissões da verdade, a falta de transparência nas ações e decisões, o dizer aquilo que todos querem ouvir só para cair nas graças dos eleitores... o que é que tudo isto está a fazer à saúde das democracias? Na verdade, a diferença entre verdade e mentira no discurso político hoje é tão ténue que muitos de nós não a conseguem ver. Por isso se torna imperioso um jornalismo sério e digno do nome que nos ajude a identificar as verdadeiras armadilhas (para caçar simpatizantes, votantes) que diariamente são lançadas pelo sistema político. São inúmeros os casos concretos que todos os dias chegam ao nosso conhecimento de situações onde a mentira, ou pelo menos a omissão da verdade, sujam o terreno da credibilidade política, que devia ser imaculado.

Em grande medida para evitar situações destas, o discurso político é cada vez mais pensado ao pormenor, treinado (nunca foram consideradas tão importantes as sessões de media training), de tal modo que nada parece ser dito ao acaso. Sendo esta uma realidade, sentida na pele por todos os jornalistas que têm de ter arte para "sacar" a um político algo que verdadeiramente interesse, o sociólogo e professor da Universidade de Toronto, William Magee, sublinha que quando se trata de pessoas no topo da estrutura política nota-se uma diferença, e explica-nos que, por exemplo, "Trump foi sempre fora do guião, e Biden também. Trudeau pode ser mais controlado... mas suspeito que os comentários com scripts são comuns em todo o lado, e isso pode ter a ver com a tendência do político para estar sempre em modo de campanha - sloganeering...". Embora o mundo digital tenha vindo dificultar a mentira no discurso político, já que "uma vez na net, para sempre na net". Deste modo, notou-se um decréscimo acentuado de promessas exacerbadas. É que o facto de haver mais acesso à informação, o que não acontecia nas décadas passadas, fez com que as promessas que se ouviam na rádio ou na televisão e que acabavam por se diluir, passassem a ter uma omnipresença que ameaça o discurso político. Agora há memória online e é crucial que nenhum político se esqueça disso.



Willian Magee. Créditos: DR.

Para além de tudo isto, a realidade é que não há democracia sem jornalismo livre que nos ajude a distinguir o "espetáculo" e a dissimulação, daquilo que realmente interessa saber. É que só assim conseguimos percecionar a verdade num mundo onde cada vez mais os políticos, mesmo não mentindo descaradamente, em vários momentos da história, têm tendência a ajustar a sua interpretação da realidade àquilo que lhes é instrumentalmente mais útil. Howard Ramos – professor da UWO (Western University Canada) acha mesmo que "jornalistas experientes são a chave para verificar os factos, processar e curar a informação. Sem eles, obtemos informação não filtrada e vemos o verdadeiro custo das notícias "grátis"".

Por falar em comunicação, há quem argumente que as redes sociais são os maiores "aliados" dos movimentos políticos populistas que se estão a espalhar pelo mundo, devido à facilidade em transmitir informação e ao facto de serem verdadeiros focos de inverdades ou mesmo de mentiras. Mas será que as plataformas de interação online podem ter esta função e efeito perverso sobre o discurso político? William Magee acha que sim. "Penso que as redes sociais provavelmente aceleram a difusão de ideias, incluindo ideias populistas, e ideias falsas", mas lembra também que tem que lhes ser creditada a função de fazer passar boas ideias e até contribuir para assegurar a vida democrática e dá-nos um exemplo objetivo: "As networks online têm sido utilizadas por progressistas para organizar a resistência (por exemplo, em Hong Kong,) à propagação da opinião num só sentido". Já Howard Ramos destaca que apesar de ser verdade que os "espaços públicos online como as redes sociais têm permitido uma interação mais radical e não filtrada o que pode ser mau quando cria câmaras de eco e as pessoas não são expostas a desacordos e a um conjunto mais amplo de ideias", há um outro lado que torna as diversas plataformas de redes sociais importantes para um certo equilíbrio na sociedade "por exemplo quando pessoas marginalizadas podem encontrar comunidades" onde se sentem acolhidas e protegidas.

A questão é - em quem e no que podemos acreditar hoje em dia? A mentira - nas suas mais variadas formas, seja uma mentira piedosa, uma mentira do discurso político ou científico, ou mesmo, por vezes, as meias-verdades veiculadas pelos meios de comunicação social - é cada vez mais uma realidade e, de certa forma, conscientemente aceite pela sociedade? William Magee responde-nos de forma inequívoca "sim - suspeito que as mentiras são provavelmente mais prevalecentes atualmente e que a questão da confiança é enorme. Mas a maioria das pessoas agora sabe isto. Em alguns pontos do mundo, a maioria das populações, talvez se confie demasiado facilmente".

Independentemente de tudo e falando de uma forma mais abrangente, quisemos saber até que ponto são "admissíveis" e até, eventualmente importantes as omissões e/ou mentiras. Será que podem facilitar, em certos casos, as nossas relações interpessoais e a nossa convivência em sociedade? William Magee acha que são, "mas há diferentes maneiras de ver isto - por exemplo, é mais fácil seguir com o fluxo e não desafiar o poder e, por outro lado, as pessoas não são perfeitas e estão sempre a encobrir imperfeições. É gracioso e simpático agir com tato e deixá-las encobrir, em alguns casos". Já Howard Ramos considera que "as mentiras fazem parte das sociedades humanas. Por vezes, elas são necessárias. Por exemplo, se o seu amigo perguntar se tem mau aspeto, pode ferir os seus sentimentos e ser-lhe prejudicial se disser que sim. No entanto, também há limites, quando as mentiras são utilizadas maliciosamente com a intenção de minar ou prejudicar. No nosso ambiente atual, temos ambos os casos e os meios de comunicação social oferecem uma plataforma para que ambos os tipos de mentiras sejam amplificados, muitas vezes sem controlo, o que por sua vez significa que têm um alcance e impacto mais amplos - tanto positivos como, mais frequentemente, negativos".

Voltando à pergunta inicial - o que é que tudo isto está a fazer à saúde das democracias? – pois bem, evocando a frase de Bob Marley que dá título a este texto, diria que estamos na fase em que a falta de verdade, ou o uso reiterado da mentira, tortura a nossa confiança no sistema político.

Madalena Balça/MS

Howard Ramos. Créditos: DR.

THE QUEEN'S PLATINUM JUBILEE

LE JUBILÉ DE PLATINE DE LA REINE

2022 marks the 70th anniversary of her Majesty's accession to the Throne. She is Canada's longest reigning Sovereign and the first to celebrate a platinum jubilee.

The emblem of the Platinum Jubilee, created for this occasion by the Canadian Heraldic Authority, features the Royal Crown and the Royal Cypher (EIIR) as personal symbols representing the Queen. With its seven-sided shape, seven maple leaves and seven pearls, it marks seven decades of service to Canada and embodies the idea celebration.

Received by Teixeira Accounting Firm, November 2022

"If you go across the riding you will see an unbelievable diversity of small businesses anchored in coffee shops and restaurants and pop-ups that come and go, are the professional services that serve the local community, they are a part of the life lines of our community and almost all of them are started by hard working immigrants to our Country.

This Davenport business award winner is the son of two Portuguese immigrants from São Miguel, the largest of nine islands of Azores. The father of our winner opened his accounting practice in the Davenport Riding in the 1970s serving the large and growing Portuguese immigrant community. Our winner pursued his Bachelor of Business Degree in the York University and took over his father's business growing the operations to twelve full time and two part time employees, and he also grew into the largest accounting office in any Portuguese community in Canada.

Next year the firm will celebrate 50 years of operations serving the Davenport community and the broader Toronto Community.

This hardworking small business is not just about providing much needed services to the community and creating jobs, it also has made mentoring youth and providing internships a priority, and it serves as model for other small businesses as they provide scholarships to students through the F.P.C.B.P. They have raised hundreds of thousands of dollars for the friends of the Covenant House. They support local futebol teams and local Portuguese Casas. They are also significant donors to an affordable housing project and long-term care facility that it has been proposed for the Davenport Riding. They also provide reduced cost income tax returns and advice to low-income seniors.

These are just some of the many things that this amazing business has done through the years.

They are a model and I believe many of the small business across of this riding will see that as an inspiration.

I would like to invite Carlos Teixeira from Teixeira Accounting Firm to accept the Davenport Business Award."

Julie Dzerowicz, awarding Teixeira Accounting Firm, November 2022

TEIXEIRA
ACCOUNTING FIRM INC.
HelpingBusinesses.com

1015 Bloor Street West (Bloor & Dovercourt) | 416.535.8846

VOX POP

Inocentes, necessárias, inconscientes, educadas ou maliciosas - são muitos os tipos de mentiras que todos nós, sem exceção, vamos contando ao longo da nossa vida. E nem vale a pena negar!

Este comportamento, que chega a ser visto por especialistas como necessário à nossa convivência em sociedade, é comum a todos nós e começa, por exemplo, nas promessas que fazemos a nós próprios no começo de um novo ano: fazer dieta, ser mais tolerante ou adotar um estilo de vida mais saudável fazem parte, não raras vezes, da nossa lista de desejos e/ou objetivos para uma nova jornada de 355 dias… O "problema" é que na maioria das vezes acabam por não sair do papel!

Mas existe um lado mais negro e que vai além das mentiras tidas como "socialmente aceites": a mitomania. Estas são pessoas que sofrem de um distúrbio que as faz mentir compulsivamente e viver num mundo de "faz de conta" - de tal forma que as leva a destruir relacionamentos, perder o controlo de vários aspetos da sua vida, incluindo a parte financeira, prejudicar a sua saúde mental e de outros, e em alguns casos envolver-se em complicações legais, que as obriga a responder judicialmente.

Nesta edição do jornal Milénio Stadium, em que tentamos perceber as razões, influência e consequências que as mentiras ou omissões têm no nosso dia a dia e nas nossas relações interpessoais, quisemos saber junto de pessoas de várias faixas etárias qual a sua posição e opinião perante as diferentes inverdades com que nos deparamos na nossa vida.

Inês Barbosa/MS

André Marques - 53 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Sempre mentimos para nós próprios quando prometemos algo que sabemos que não vamos cumprir. Ir para academia todo dia, por exemplo. Eu sempre prometo que semana que vem eu vou todo dia, isso raramente acontece.

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Frequentemente prometo coisas a mim mesmo. Isso acho que faz parte da natureza humana, como uma tentativa de evolução. Quando não cumprimos, deve ser porque o resultado daquela promessa não era tão relevante para nossa vida e pôde ser deixado de lado. O fato de ninguém mais saber dessa promessa também afeta, pois não devemos explicações a ninguém.

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

Sim, aceitáveis e necessárias para evitarmos embates desnecessários.

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Sim, com certeza, e isso já aconteceu. Faz parte da autodefesa. Claro que sem prejudicar terceiros gravemente.

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Conheço e isso não me impactou muito pois descobri rapidamente. Mas esse mundo fantasioso em que essa pessoa vive só faz mal para ela mesma (ou não, pois ela acredita em tudo que vive). Mas o dia em que ela cair em si, talvez seja tarde demais.

Isabele Matos de Souza, 28 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Eu acredito que as mentiras que eu conto para mim mesma, são coisas que não me parecem sérias ou que alterem a minha percepção de realidade. Coisas como "vou começar a dieta amanhã" ou "vou estudar todos os dias pelo menos um pouco", não me parecem mentiras que possam me prejudicar gravemente ou prejudicar um terceiro. Mas sim, conto essas pequenas mentiras pra mim mesma, quase todos os dias.

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Incontáveis as vezes que não cumpro o que prometo. Eu acho que a gente se engana para nos sentir menos mal com o não cumprimento das coisas que gostaríamos de cumprir e assim vai se seguindo, num ciclo sem fim de promessas.

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

Considero, muito. Acredito que sem essas mentiras, o convívio em sociedade poderia colapsar.

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Se não prejudicasse absolutamente ninguém, talvez o faria. Mas geralmente, eu procuro arcar com as consequências dos meus erros e falhas. Em relação a me beneficiar através da mentira, a minha consciência tem que estar tranquila de que realmente mereci esse benefício. Então, não me sentiria bem em mentir para colher privilégios.

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Sim, conheci algumas. Eu sinto pena de pessoas que têm essa péssima característica, porque elas vivem numa realidade paralela. Geralmente, corto relações com pessoas assim.

Rosa Teixeira - 63 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Não, não tenho.

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Várias. Acho que, na realidade, tinha esperança de as conseguir concretizar.

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

Sim, porque vai influenciar positivamente o estado de espírito e ânimo da pessoa.

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Não, não seria capaz.

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Sim, muitas pessoas. Não tiveram nenhum impacto, porque não permiti que influenciassem de qualquer forma a minha vida.

LUSO LIFE
issue 013 available now
READ
lusolife.ca
FOLLOW
@lusolifemag
CONTACT
info@lusolife.ca

Crédito: DR

Manuel Gomes - 48 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Não minto a mim próprio, uma vez que a mentira acaba depois por ser um arrastar de um problema e nunca uma solução.

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Já prometi algumas vezes a mim mesmo coisas e acabei por não conseguir, às vezes por adotar diferentes perspectivas ao longo do tempo e outras até mesmo por fatores extra que não consigo controlar.

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

Considero que a mentira, independentemente de que tipo seja, não é aceitável. A verdade por mais que magoe e traga consequências desagradáveis deve ser sempre a opção. Como se costuma dizer, a verdade é libertadora.

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Não o faria. No momento parece trazer benefícios, mas a longo prazo a mentira, na minha opinião, é corrosiva e nefasta.

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Sim, já conheci, tendo mesmo essas mentiras prejudicado a vida pessoal e familiar. Quanto a mim nunca me afetou diretamente, uma vez que tento perceber sempre as motivações das pessoas e dificilmente me deixo enganar.

Ana Silva - 21 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Algumas vezes. Por exemplo quando digo que vou acordar um bocadinho mais cedo... e nunca acontece!

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Muitas vezes... Por exemplo, a resposta que lhe dei anteriormente. Acordar cedo para ir, por exemplo, ao ginásio. A razão? Preguiça, talvez!

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

É uma resposta complexa. Porque, de certo modo, essas "mentiras" ou respostas mais simpáticas, por exemplo, são um bocado aceitáveis porque têm como objetivo não afetar negativamente alguém - por exemplo a sua autoestima. Então sim, por vezes é em certas ocasiões são aceitáveis.

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Não. Não acho que seja o método indicado para tirarmos proveito de alguma coisa.

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Que eu saiba nunca conheci que mentisse compulsivamente, senão acredito que tivesse uma influência bastante negativa na minha vida.

Anthony Pascoal, 35 anos

Tem por hábito mentir a si próprio/a? Se sim, em que contexto/circunstâncias é que o faz?

Não!

Quantas vezes já prometeu coisas a si próprio/a que depois acabou por não cumprir? Porque é que acha que isso acontece/aconteceu?

Algumas aconteceram por falta de disciplina.

Considera as mentiras sociais (em que mentimos de forma a não prejudicar alguém ou apenas para sermos simpáticos/as, por exemplo) aceitáveis? Porquê?

Sim, porque a verdade com certeza tiraria o emprego de muita gente. Estamos em 2023, a sinceridade é um problema que ofende, e se ofende, é proibido!

Se se visse confrontado/a com uma situação em que mentir impediria que fosse afetado/a negativamente ou até que lhe permitisse tirar algum proveito da mesma, mentiria?

Não! A verdade já me tirou muito dinheiro, mas em outra mão, me trouxe felicidade, relações de amizade profunda e verdadeira! Valeu a pena e continua valendo!

Conhece ou já conheceu alguém que minta compulsivamente? Se sim, que impacto é que essa pessoa teve na sua vida?

Sim. E uma das pessoas mais financeiramente bem sucedidas que eu conheço. Por outro lado, no âmbito pessoal, é um fracasso completo.

A verdade das mentiras

Credito: DR

Cristina da Costa
Opinião

Mais uma semana a que viramos a página. E assim estamos com quase um mês volvido e assim vão passando os nossos dias. Com saúde e agilidade e alguma verdade. Pois...

Porque esta semana o jornal Milénio debruça-se sobre este tema - porque existe a necessidade de mentir? De controlar e esconder realidades?

Os media que "engordam" as realidades para nos assustar e controlar. "Dividir para reinar". Pois... os governos que nunca, jamais, nos contam o que realmente se está a passar. Controlam com meias-verdades e enchem-nos de falsas esperanças. Promessas sem fundamento e qualquer noção de realidade. Só fingem ser "reais" quando querem arrancar os nossos votos.

E a nível pessoal, porque existe a necessidade de enganar quem nos dá a mão? Quando depositamos confiança em pessoas que pensamos serem fiéis e terem os nossos interesses no coração e sofremos doses reais de desilusão.

Qual será o interesse de ser menos bom e destruir sentimentos puros e genuínos com cobras venenosas, que só nos querem mal e são mesmo falsas. Acreditar em quê e em quem?

Verdade das mentiras. Quando se aponta o dedo é melhor que se certifique que não se tem telhados de vidro. Não vá a "pedra" escapar das mãos do atirador.

É o que é e vai valer sempre o que vale. De mentiras e meias delas está o mundo farto e mais algum.

Até já e fiquem bem,

Cristina

Também estamos disponíveis na Global DURHAM, para todo o Canadá,aos domingos, entre as 10 e o meio-dia

Esta semana

Assistimos à estreia de A Lei do Cinema, com **Bernardo Freire,** numa co-produção de **CineClubBairrada**

Provamos uma tradicional **Chanfana**

Conhecemos o artista e compositor **Gari Sinedima** em mais um **Espaço Mwangolé**

Desbravamos o novo trabalho da artista aveirense **MEMA**.

E analisamos os temas da atualidade em mais um **Roundtable**

Bell Bell TV 583 Bell Fibe 235 e 1235

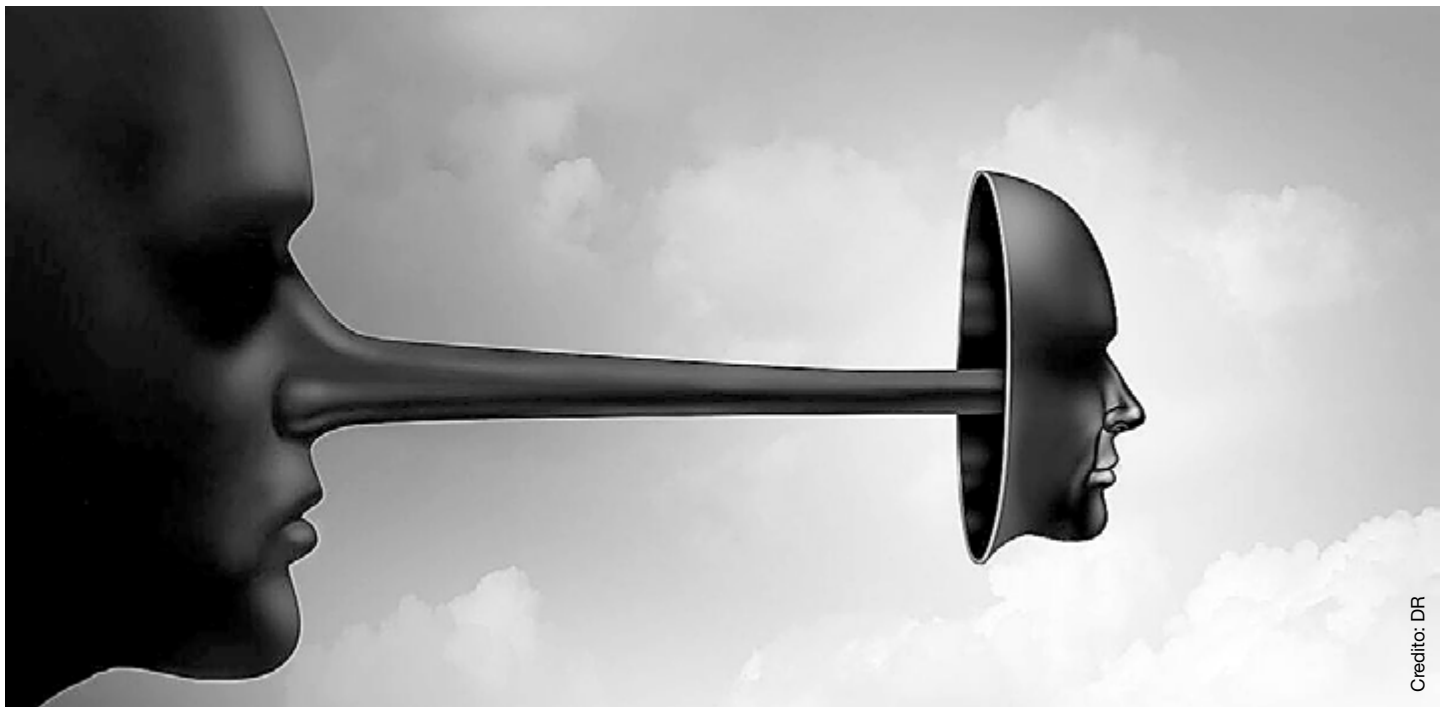
Rogers Digital 129 Rogers Cabo 12

Shaw Shaw 646

YouTube/camoestvofficial

CAMOESTV.com

Editorial English version


Credito: DR

The art of lying

Can lying be a lot sweeter than telling the cold hard truth? Trapping ourselves in situations, which supports lies, is an option that many have adopted for themselves. Once your mind-trap is set, getting out of the rabbit hole is uncomfortable so lying to ourselves is the better option for many.

As the new year begins, most of us make promises and commitments to ourselves and those around us. It's a yearly ritual where the expectations of the new year bring new beginnings and thus improvements to our lives. It's mostly a false narrative which provides temporary mental solace, particularly to those with imperfect lives, which are most of us. We usually commit to changing things such as losing weight, exercise, eating better, and to choose carefully the actions that created negative implications in the past. The problem is that we are trying to change things in a year which took years to get us to where we are at. Perceived mental miracles create false positive results. Liars often overemphasize their truthfulness by adding words or phrases to a statement that are meant to make them sound more convincing, such as "to be honest", "to tell you the truth", "believe me", "to be clear", "the fact is", just to name a few. There are a number of types of lies, including denial, omission, fabrication, minimization and exaggeration. You may recognize a number of common lies which people use such as:

- I'm fine, nothing's wrong.
- I was stuck in traffic.
- You look great in that outfit.
- I only had one beer.
- My phone died.
- I had no way to contact you.
- I never got the message.
- I'll call you right back...and soon.

The art of lying can be perfected to the point of people living entire lives being con artists to themselves as Bernie Madoff and other Ponzi schemers become part of the higher echelon of society holding respectful positions in communities they live in.

An example are the political scandals in Portugal where the ruling government can't find honest individuals to serve as Ministers. 11 have left because of irregularities in their truthfulness. One of the biggest contributors to the art of lying are politicians. These men and women who are placed in positions of power with integrity beyond reproach have shown to be the biggest actors of our time, surpassing Hollywood story lines.

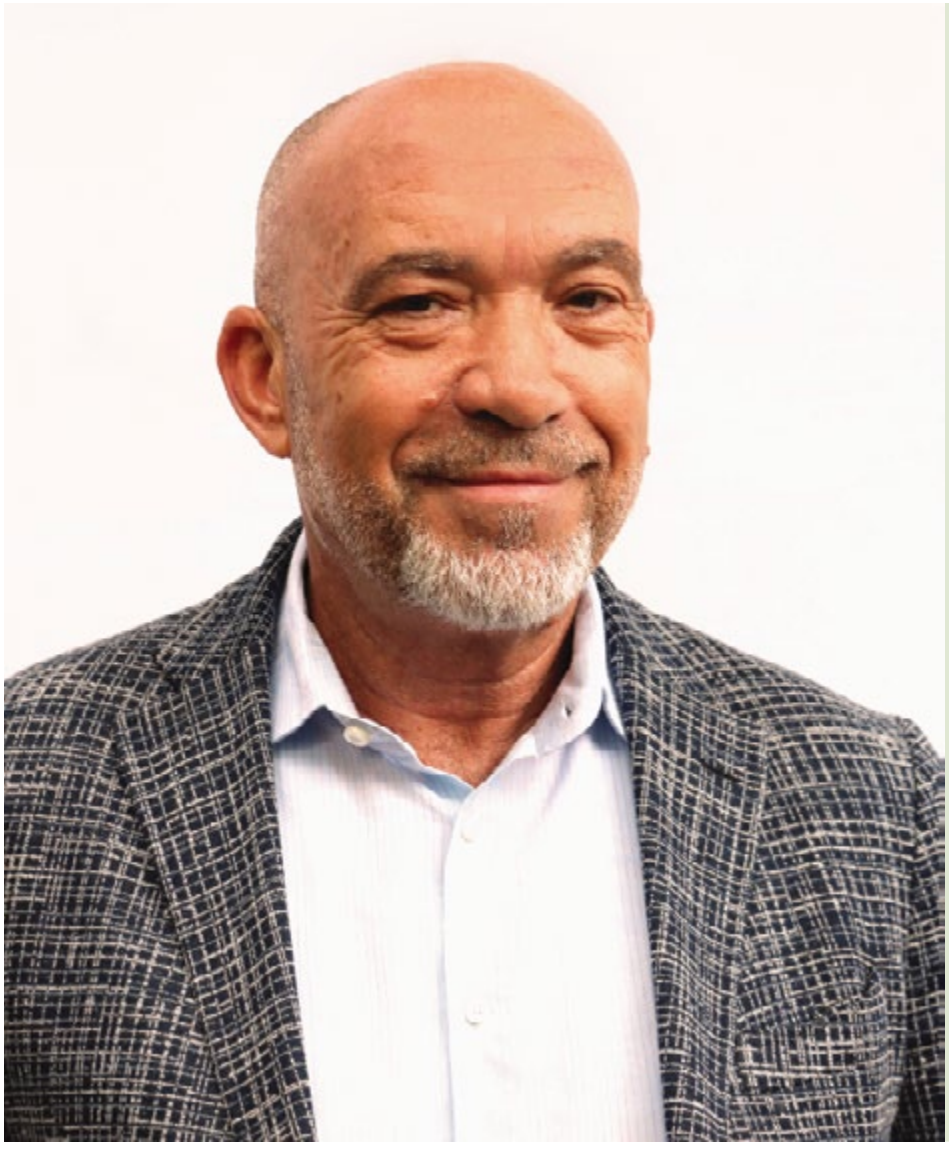
How can a nation and its people not adopt the falsification of information if the leaders live in a world of convenient messaging to achieve a purpose by any means necessary. Comrade Putin with his lies decided that he will take a nation and lie to Russians about the deceptive purposes being used. He's assisted on his lies by the church not caring about how many people die in the process. These are men of God who tell us how to live our lives?

If we examine the world around us, lies are at every corner. Media with its biased interpretations of information creates environments which encourage lying. Parents lie to their children; teachers lie to students because we cannot deal truthfully with the pressures of society.

Families, friends, co-workers and those around you all lie and embellish to suit their purposes. So who can you trust, when you can't even trust yourself? No one unfortunately. So if you are going to lie, just tell me little lies. They are better to digest. In the meantime, make sure you use your new gym membership.

Happy lying everyone!

Manuel DaCosta/MS



roundtable

Apresentador
Manuel DaCosta

Convidada
Augusto Bandeira
Vince Nigro

Tema da semana:
Discussão de temas da atualidade
A arte da mentira – porque mentimos, inclusive a nós próprios?

sexta-feira às **18h**

Camõesradio CAMÕESTV

GUIA CAMÕES TV WIN TV

it's SHOWTIME

MEMA., artista aveirense e responsável pelo EP "Cidade de Sal", prepara-se agora para entrar numa nova fase da sua carreira, com o lançamento do seu mais recente single "Imortal". Este tema antecipa o aguardado lançamento do seu disco de estreia, agendado para abril de 2023. A canção é de sua autoria, como também a composição e produção, já a masterização é de Stephen Kerrison e a mistura de Ruby Smith.

Dom 17h

MISSA DOMINICAL

Missa passa a ser transmitida na Camões Rádio e na Camões TV, aos sábados, 9h30 da manhã. A missa vai chegar-nos todas as semanas gravada na Igreja da Paróquia de Nossa Senhora de Fátima em Laval (Montreal).

Sáb 9h30

PORTUGAL À VISTA

O antigo Hospital Colónia Rovisco Pais, que foi a única leprosaria do país, abriu um núcleo museológico, no Centro de Medicina de Reabilitação da Região Centro, na Tocha, concelho de Cantanhede. O percurso expositivo dá a conhecer a última leprosaria portuguesa, criada em 1947. Uma viagem no tempo, à história da Medicina, da saúde e da assistência social no século XX durante a época em que a doença de Hansen [lepra] proliferou em Portugal.

Sáb 14h30

WAR ROOM

Are you in the stock market? If you are in it heavy or just play around with stocks and bonds, you need to check us out. We will explain the markets in the simplest way and show you the pitfalls of the markets. Market Makers & Promoters...

Fri 19h30

here's the thing...

A informação, a análise e a opinião na Camões TV. Nesta edição Manuel DaCosta e Vítor Silva trazem para a conversa temas que estão a dominar a atualidade no mundo.

Sáb 21h

Fora de Jogo

Às segundas-feiras, Vitor Silva, do Benfica,Carmo Monteiro, do Porto e Sergio Ruivo, do Sporting, entram em campo, fazem remates certeiros e defesas seguras. Francisco Pegado é o árbitro desta partida onde nada, nem ninguém ficará Fora de Jogo. Todas as segundas-feiras, às 6 da tarde, na Camões Rádio, Camões TV e ainda no Facebook da Camões Radio. Não fique Fora de Jogo.

Seg 18h

Montreal Magazine

A informação do Quebeque todas as terças, quintas e sextas-feiras às 20h. Repetição às 23h30.

Ter/Qui/Sex 20h

ESPAÇO MWANGOLÉ

No Espaço Mwangolé teremos o Carnaval fora de época com o show da banda Monobloco em Toronto. Espaço Mwangolé o seu ponto de encontro mesmo distante da sua terra natal.

Dom 18h30

roundtable

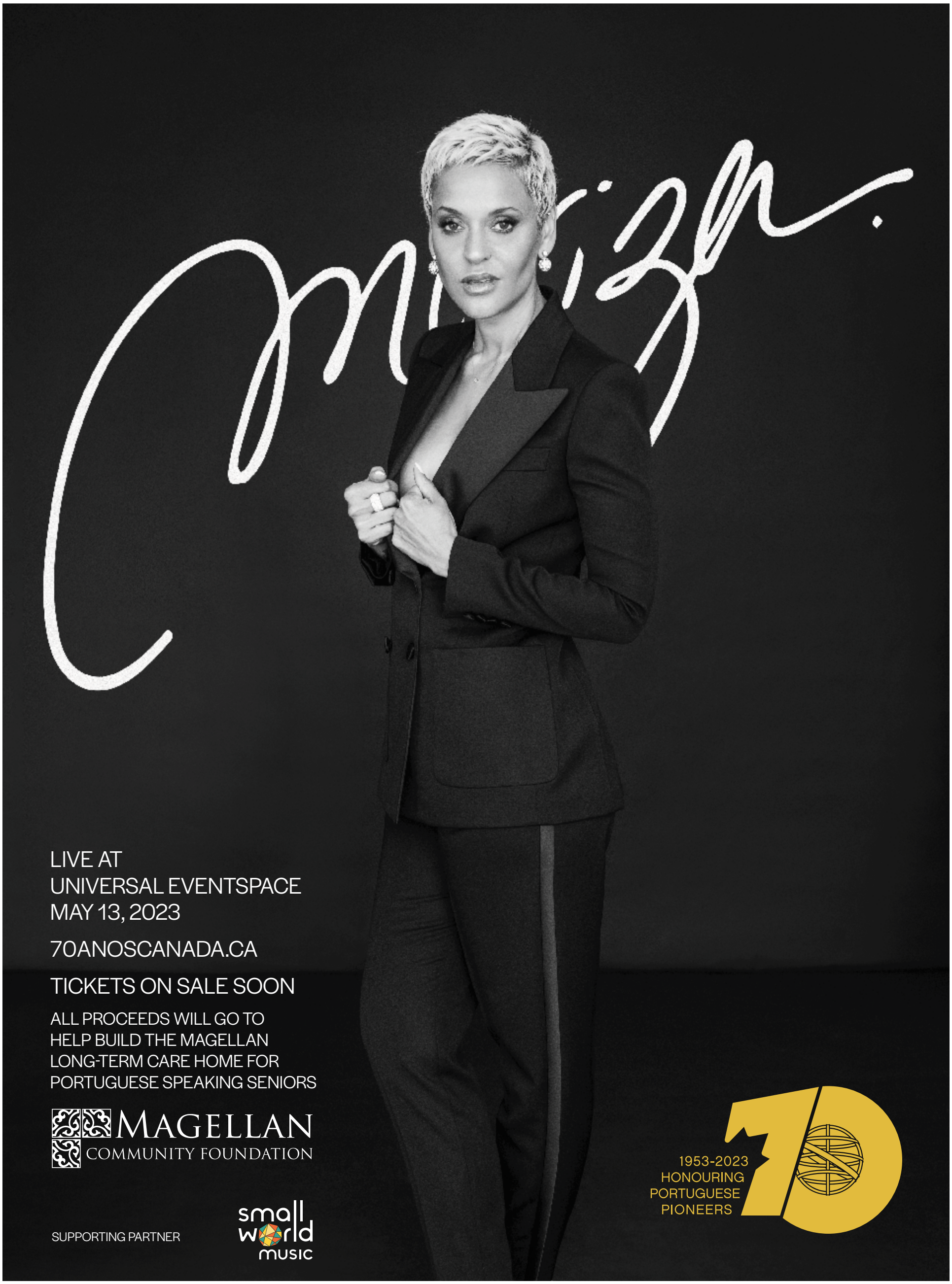
É a falar que a gente se entende!Manuel DaCosta e convidados nesta sexta-feira a partir das 6h00 pm (Toronto/time).

Sex 18h

CAMÕES TV WIN TV

24 horas por dia, 7 dias por semana. Subscreva hoje! Ligue e peça o canal WIN TV.

Bell Bell Fibe 659 | 1-866-797-8686 Rogers Cable 672 | 1-888-764-3771 IGNITE TV 880


Mizar.
LIVE AT
UNIVERSAL EVENTSPACE
MAY 13, 2023
70ANOSCANADA.CA
TICKETS ON SALE SOON
ALL PROCEEDS WILL GO TO
HELP BUILD THE MAGELLAN
LONG-TERM CARE HOME FOR
PORTUGUESE SPEAKING SENIORS
MAGELLAN
COMMUNITY FOUNDATION
SUPPORTING PARTNER
small world music
1953-2023
HONOURING
PORTUGUESE
PIONEERS

OPINIÃO

Creditos: DR

Alternative facts

Not being generous with the truth is as popular as honesty itself. There are so many guises of lying that some of them aren't, by many, even thought of as such. Although lying is lying, there are actually various tiers of untruth in our society. You might warn someone that you might be adding a slight exaggeration when telling a tale, which, in essence, is a lower tier of lying, no real harm done.

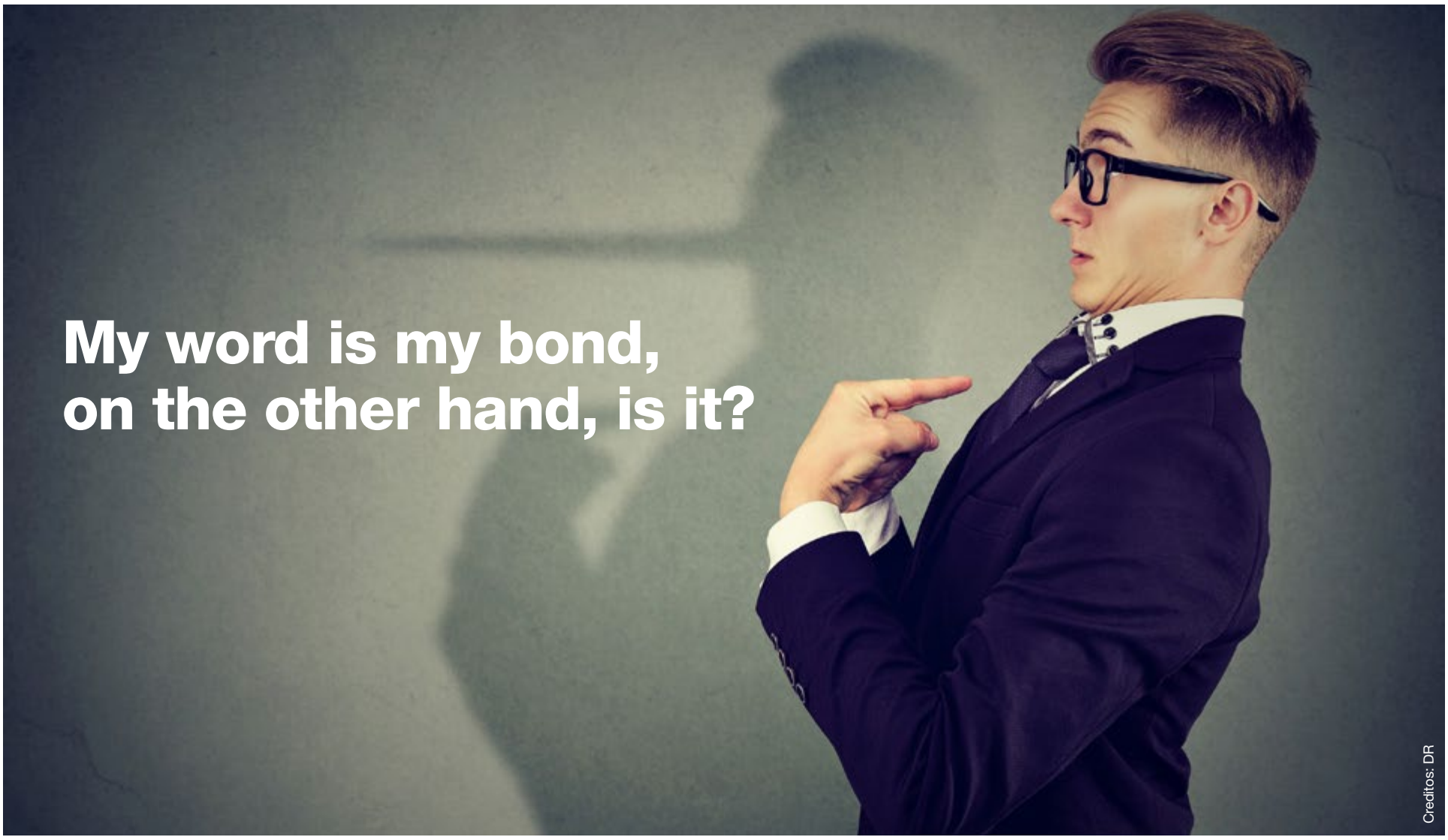
Of course, if that same story gets retold by others, each adding their own flair, after a while, the story being told can differ significantly from the original, "true" one. That has happened to me. It's a long story, but to sum it up, a friend of mine once introduced me to a person that had once declared that they had been present at my funeral. Needless to say, it was a very awkward moment for the "exaggerator" and great fun for myself and my buddy João. Yeah, things can eventually get out of hand with the slightest bending of the truth. In my opinion, lying has become pretty commonplace. Does anybody really trust politicians? They have made an art out of speaking with their fingers crossed behind their backs. I don't know about you, but there isn't one sentence spoken by someone in office, or attempting to get into one, that I take at face value. I see supporters waving banners and wearing t-shirts and hats to mark the occasion and I can't understand how they can muster up so much apparent enthusiasm for a politician. They actually look authentic! Some make politicians look like they'll be the one true answer to all our woes. I'm sorry, without meaning any disrespect to anyone, but what is their endgame? Have they been promised money? A Job? What motivates a person to be so enthusiastic about a politician? Is it free swag? I never see anyone wearing campaign wear to the mall or walking the dog in the park!

Today, the most fertile place for bull is social media, (thus the attraction for politicos). Now that anyone can voice anything on the internet and be seen by all kinds of people, it's open season. People deliberately lie about everything for various reasons, and I believe one of the primary reasons is simply because they can. There are a lot of lonely people out there and jumping on an internet bandwagon is a popular one. I don't think many people realize the damage they're doing to the truth. One can't believe anything anymore without thorough fact-checking. There are liars out there having a blast misleading people. There are other liars out there getting paid by other liars to deceive people, and there's no repercussion because the web is a free space, one that is available to all, uncensored, kind of.

But it's all "been there, done that" for most of us. We live with it every day and I don't think the art of the deception will ever be a thing of the past. How can it be? It's how we're governed on a daily basis by all the players involved. In order to be ahead of the game, information is key, and we don't have nearly enough of it to be able to avoid it. We can smell it, we can see it, but we still have to walk in it.

Fiquem bem.

Raul Freitas/MS



My word is my bond, on the other hand, is it?

Creditos: DR

Vincent Black
Opinion

Growing up with one expression, which was used quite a bit... "My word is my bond" or something similar to that my promise, or my commitment is cemented in stone. These expressions or agreements whether in business or personally were done on a handshake or a personal commitment. These daily commitments had meaning and depth, but today most situations that one commits to are full of hot air and lies. Today whether in business or on a personal level, you need to have it in writing. If its not on paper, do not commit.... sad but, better safe than sorry.

In today's society, twisting the truth or simply lying is a norm and these encounters to many are part of the landscape and have no meaning. The constant make believes and lying for many is normal and maneuvering the social landscape is all about survival and getting ahead at no expense or someone else's dime. Telling folks that you are bigger and better with a big army behind you is a norm with our youth with no one being able to set examples. Many of these so-called basic customs should be instilled in you through your family values, but the family as we once knew it is no longer. The solid foundations and constant education with basic respect is a thing of the past.

Lying to oneself today is part of the fabric, or culture and no accountability has been instilled in our youth and how they should handle themselves. Many adults these days are also constant liars and talk a big game, but when it comes to showing the bacon or the money, many folds like a cheap suitcase. That is why making commitments at the beginning of the year are simple expressions that make you feel better for a few days, with no follow up. Making a new year's resolution-based individuals past history is a waste of time. Not everyone is in the same category, but unfortunately, the masses of folks never keep any of their promises.

Keeping one's promises is worth nothing these days because they do not mean anything. The general norm of liars is increasing in my humble estimation and be very careful on who you get any commitments from, make sure that you have a backup and some sort of referencing anyone that is making these promises. This may all sound like I am down on mankind and having trust factors...well, the real reason is that I am keeping an optimistic approach to life and with those that I come in contact with. Trying to be optimistic these days is such a chore but unfortunately, we all need to have our guards up. Double check on almost everything when it comes to dealing with someone because you will be very disappointed if things do not work out.

On a personal level, many have disillusioned me and in many of these cases I have no answer for these behaviors. It appears some lie for no reason at all, while many lie with great reasoning, some lie for a cause, and many build a cause to lie. It is not always about the flip side of the truth. Sometimes, a lie stands on its own. Upon deep examination, you will find that lying is a complex act, a complicated aspect of one's personality, it is more than a habit, almost a natural human trait. Often while pursuing the first one, that is, hiding information, one gets into the habit of lying. When you repeatedly do the same thing over and over again, it becomes your habit. Perfection, carelessness, a lack of detail or attention to detail are all habits, as are telling the truth and lying.

The habit of lying is formed, like many other habits, right from childhood. It must be traced back to certain incidents during the early years or the atmosphere at home were speaking the truth mostly ends up in an unpleasant conflict and undue scolding. When parents start to behave like kids as well, it gives their children a strong reason to lie. By lying, they feel safe. However, this becomes their habit, their coping mechanism, their strategy to put up with all undesirable situations later on in their own lives. Unfortunately, it is incredibly hard to break the habit of lying. Like many other habits of smoking, drinking, punctuality, and so on, children also pick up lying from their parents, other elders, and peers. If you lie frequently, do not be harsh on your children expecting them to tell the truth. They will not follow what you tell them to do, they will follow what you do yourself. In other words, they do not learn from your instructions but your actions. If this is how they see you lying, it is but natural that they will follow suit.

Lying to oneself and to others is so common that many takes this as a norm and no one ever questions someone lying to you. I on the other hand still take lying to heart. I try to always tell the truth, but sometimes just staying quiet could be the best policy. For me lying is hard work and the need to remember every aspect of the lie is not worth it.

Lies have a snowball effect, if you lie about something small initially, in order to maintain that lie, you sometimes have to lie in bigger and bigger ways. Thus, it makes sense that telling lies is challenging for the person or people involved and takes a lot of cognitive effort. With that in mind, no lie is too small to get you caught up in others which might make you question if avoiding the truth is really worth the trouble.

Its much easier to be honest!

CAMÕESTV WINTV

24 horas por dia, 7 dias por semana.

Subscreva hoje. Ligue e peça o canal WIN TV.

Bell Bell Fibe 659 1-866-797-8686
Rogers 672 1-888-764-3771
IGNITE TV 880
CAMOESTV.com

Créditos: DR

Política com ética e moral já

Vítor M. Silva
Opinião

Mais importante que a legalidade é a ética e a moral. Não se pode pedir aos cidadãos que, das mais diversas formas, tenham uma conduta perfeita quando os exemplos que vêm de cima são no mínimo duvidosos. A ética de um Governo tem que se fazer sentir no comportamento e na política produzida por este. Os funcionários do Estado, com ou sem nomeação política, devem servir o interesse público com a verdade e a responsabilidade ética sempre em primeiro lugar.

A verdade cada vez se torna mais importante, mas mais difícil também de encontrar. Quando lemos jornais ou redes sociais, quando vemos televisão ou canais de YouTube sabemos discernir, de imediato, realidade de ficção? O preto e o branco do cor-de-rosa? Nietzsche deixou-nos um pensamento atual dizendo não existirem factos, existem apenas interpretações.

Quem ocupa cargos de relevância na política tem que ser um servidor, um trabalhador da causa do povo. Não pode favorecer nem discriminar assim como não deve usar o cargo para seu benefício pessoal e deve evitar a todo o custo conflitos de interesse. Aqui se aplica na perfeição a célebre frase de Júlio César, imperador romano que dizia "à mulher de César não basta ser séria, tem que parecer séria".

Todos temos assistido estupefactos ao carrossel de nomeações e de demissões no Governo de Portugal. Para quando uma comissão independente que sirva de filtro quando se pensa num nome para ser governante, como aliás já se passa noutros países do mundo, como os Estados Unidos da América, só para deixar um exemplo? Esta comissão garantiria maior transparência e daria outra confiança aos mandatários e aos nomeados. Mas todo este enredo digno de ser chamado de "best seller" faz-me lembrar o grande estadista Winston Churchill quando dizia que a política é quase tão excitante como a guerra e não menos perigosa. Na guerra a pessoa só pode ser morta uma vez, mas na política diversas vezes.

Imediatamente os governantes têm que tratar a humanidade como um fim e não como um meio. Vendo este exemplo a população sentiria vontade de agir bem, agindo livremente sem medo de qualquer julgamento. Portanto, através do exemplo não só conseguimos leis e o cumprimento destas, como melhores seremos nós, os seguidores destas legislações com o padrão que vem de cima.

Não estaria na hora de deixarmos o marketing político para trás e preocupar-nos com verdadeiros instrumentos de governação para as pessoas, estando estas no centro de todas as políticas? O respeito pelos princípios que respeitam as instituições da democracia e a liberdade estão a esfumar-se. Urge fazer algo rapidamente. Não percamos a esperança. Em Portugal, como por aqui, temos muitas mulheres e homens com capacidade para grandes feitos. Vamos respirar e acreditar em quem tem capacidade para governar com ética e moral, afinal essa pessoa pode estar a ler este artigo.

"Na política de massas, dizer a verdade é uma necessidade política"
Antonio Gramsci

Creditos: DR

As diatribes do governo e a exigência de bem governar!

Luis Barreira
Opinião

Na passada semana dei-vos conta da crise política que envolveu o Governo português, a braços com uma trapalhada causada por si próprio, com um "corridinho" de governantes nomeados para o governo a serem posteriormente demitidos, ou a demitirem-se, após terem sido publicamente conhecidas razões que os impediam de se manter nos lugares para os quais tinham sido designados.

Esta embrulhada de nomeações e demissões (12) é consequência da incapacidade do atual governo em analisar convenientemente todas as situações que envolviam as pessoas que designava para os cargos governamentais e ao qual se podia adicionar a ambição pessoal de alguns dos envolvidos para obterem lugares no governo, escondendo ou evitando revelar ao governo algumas das "nódoas" do seu comportamento anterior.

Entretanto e no seu estilo "soft", o primeiro-ministro tentou passar uma esponja sobre o assunto (perante um coro de protestos por parte da oposição e dos comentadores políticos, queixando-se das inúmeras falhas de informação sobre quem sabia, ou não, da indemnização milionária da ex-secretária de Estado das Finanças), nomeando novos ministros e secretários de Estado e remetendo as respostas às dúvidas para um inquérito que está a ser realizado pala Inspeção Geral das Finanças (IGF). Na mesma ocasião, decidiu também substituir a atual secretária de Estado da Agricultura, por motivo de doença da anterior, colocando no seu lugar Carla Maria Gonçalves Alves Pereira.

Então não é que, no dia seguinte à nomeação desta última e depois de toda a confusão gerada, um jornal quotidiano português, denuncia que a tal Carla Alves Pereira tem várias contas conjuntas com o marido arrestadas, pelo facto de que o seu marido, antigo presidente da Câmara Municipal de Vinhais, estava a ser investigado pela Polícia Judiciária desde 2013. E isto porque, nas contas do casal, entrava muito mais dinheiro do que era declarado. Informação que consta na acusação que lhe é imputada, ou seja, culpado de crimes de prevaricação e corrupção ativa. Segundo a acusação, nas contas do casal entraram 763 mil euros não declarados ao fisco.

Embora Carla Alves Pereira não tivesse sido acusada de nada e o primeiro-ministro tivesse vindo a público em sua defesa, tentando demonstrar que o facto de a senhora estar casada com alguém que é acusado de um crime não belisca a inocência dela, o facto é que o ambiente criado depois de tudo o que se tem passado com as nomeações para cargos políticos e a enorme contestação gerada (entre os quais a do Presidente da República) por mais esta "bomba", a adicionar a mais de uma dezena de outras semelhantes, em tão pouco espaço de tempo desta governação, a senhora acabou (ao fim de 24 horas...) por também se demitir do cargo, evocando problemas pessoais e profissionais.

Por ser evidente que o atual governo, eleito há tão pouco tempo tem: a maioria absoluta no parlamento; que as atuais sondagens de opinião dos portugueses continuam a manter o Partido Socialista com maioria de votos e o principal partido da oposição, o PSD, continua a não se apresentar ao eleitorado com um programa alternativo e apelativo (talvez por isso a sua criticada fraca atitude contestatária face a estes momentos críticos do governo), o Presidente da República, após muitos apelos à sua intervenção, veio a terreiro informar que não dissolverá a Assembleia da República! Antes quer que o governo governe e bem!

E bem precisa de governar muito bem!

Para além da guerra que assola a Europa sem previsão do seu futuro, a inflação consequente que afeta a nossa sociedade e alguns dos problemas crónicos de algumas das nossas instituições que prejudicam os cidadãos, o ano de 2023 é um ano decisivo para que Portugal possa aplicar convenientemente os muitos milhões de euros de que vai ser dotado pelos Fundos Europeus.

Independentemente dos maiores ou menores atrasos na concretização dos projetos sujeitos à aplicação das regras estabelecidas pela União Europeia, quanto à utilização dos referidos Fundos, os montantes financeiros incluídos nos programas Portugal 2020, o novo Portugal 2030 e a "bazuca" do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) podem exceder tudo o que temos recebido de Fundos Europeus.

A situação inédita de se acumularem três grandes quantias em simultâneo, pode ocasionar que o país possa obter uma média superior a um milhão de euros por hora!...

É muito dinheiro para se poder perder em crises governamentais intestinas, em incompetências na gestão dos dinheiros públicos ou em situações de bloqueio governativo, fomentadas por algumas forças políticas da atual oposição, tentando impedir a ação do governo e, simultaneamente, captar o interesse de algum eleitorado, face à aproximação (embora ainda distante), de próximos períodos eleitorais, nomeadamente: as eleições europeias (2024); eleições autárquicas (2025); legislativas (2026), ou mesmo as presidenciais portuguesas em 2026.

Se a situação internacional provocada pela guerra na Ucrânia não o vier a impedir, por muitas dificuldades políticas ou sindicais que o futuro próximo nacional apresente à ação governativa, será imperdoável se o atual governo de maioria absoluta no parlamento e já uma longa experiência de resolução de conflitos, não concretizar a correta aplicação destes Fundos Europeus, uma das grandes esperanças na modernização do país e do bem-estar do seu povo.

A pescadora de vontades

> **Vi teu braço acenando, entre as velas já soltas.**
> Barco Negro, letra de David Mourão Ferreira

Aida Batista
Opinião

Andamos diariamente de um lado para o outro, entregues aos nossos pensamentos, sem darmos conta de quem passa ao nosso lado. Cada pessoa com quem nos cruzamos carrega a sua história de vida ou uma vida com história, a que ficamos indiferentes. Não é o caso de Helena da Bernarda que, com a sua máquina fotográfica, caminhou em busca de vidas para registar em imagens e palavras que deram corpo ao livro "Nós nos Outros."

Gosto do título. "Nós", como palavra polissémica, permite duas leituras: pronome pessoal ou substantivo. No primeiro caso, todos nós nos revemos em pedaços das vidas dos outros, incorporados que estamos em qualquer das vidas retratadas. Como substantivo, cedo concluímos que todas as vidas são feitas também de nós ensarilhados, rematados no avesso da urdidura que vamos tecendo ao longo do tempo. No avesso, para não serem vistos, mas escondidos por trás de um rosto, de um sorriso, ou de uma alegria, disfarçada na reserva da intimidade de cada um.

Foi por mero acaso que cheguei a Alexandra da Bernarda: através de uma amiga que, abordada e entrevistada à saída de uma exposição, me falou do livro. Mostrei interesse, enviei e-mail à autora e tinha duas maneiras de o adquirir: pelo correio ou entregue em mão. Preferi a segunda hipótese, porque gosto de um livro de corpo inteiro: conhecer o rosto da autora, a voz que fez as perguntas, as mãos que o escreveram e os gestos com que se expressa, como elementos identitários da obra.

Não entro nos detalhes do encontro, porque o que importa é falar do livro e das vidas que folha a folha se dão a conhecer. Logo na página 17, aparece-me a fotografia de uma mulher – Maria José – que, natural de Esposende, por amor se fixou em Castelo do Neiva, de onde o marido é natural. Mais conhecida por Zeza, ela e o marido trabalhavam numa fábrica de redes em turnos diferentes (um de noite, outro de dia) pelo que se encontravam "de raspão".

Ele, além de trabalhar na fábrica, também ia ao mar, que Castelo do Neiva é terra de pescadores. A vida não era fácil e ainda pensaram em emigrar, mas ele, habituado ao risco da vida do mar, não arriscou deixar de o ouvir marulhar. O pai tinha um barco, mas, numa noite de sábado para domingo, faltou-lhe o ajudante. Zeza não hesitou e disse ao sogro: "Deixe estar que eu vou consigo." E foi. E a noite correu muito bem, como se a aprendiz de pescadora fosse a ninfa que atraíra os peixes à rede.

Quando o sogro se reformou, arranjou um tripulante que falhou à palavra dada. Zeza não pensou duas vezes e tomou a decisão de passar a ser a companheira do marido, perante o espanto da população que, como as velhas loucas da praia do "barco negro", lhe vaticinaram uma experiência breve. Enganaram-se e, em 2005, Maria José passa a ser a primeira mulher pescadora daquela região.

Muito cedo Zeza se apercebeu de que, em vez de cada um puxar para seu lado, a força estaria na união de todos. Lembrou-se de criar uma Associação que juntasse todos os pescadores para, de forma solidária, resolverem os seus problemas. Assim se torna, em 2011, presidente da Associação dos Armadores de Castelo do Neiva, constituída por 22 barcos associados. Um cargo, só por si, nada diz, a não ser que sirva para dar voz aos que dela precisam. É o que faz Maria José, quando solicita apoios à Capitania ou à Junta de Freguesia, para pedir uma máquina que puxe as embarcações ou um trator que retire o sargaço para facilitar a passagem.

Após estas conquistas, pensaríamos que já tinha atingido todas as suas metas, mas ela quer mais, sempre mais, para aqueles que, do mar, retiram o pão com que alimentam as suas famílias. Concluiu o 9º Ano, através do programa "Novas Oportunidades", mas não se arrepende de não ter ido mais longe. "Aprendi outras coisas" – diz ela.

Estou certa de que uma delas foi ter estado sempre ao lado dos pescadores, aprendendo a pescar vontades para as leiloar na lota da solidariedade.

O fenómeno da emigração na música portuguesa

Daniel Bastos
Opinião

A emigração, parte integrante da história e cultura nacional, tem sido ao longo dos anos uma profícua fonte de inspiração para inúmeros cantores, letristas, compositores e artistas, que nos mais diversos estilos musicais têm evocado as agruras da partida e da saudade de quem demanda no estrangeiro melhores condições de vida.

Os mais antigos recordar-se-ão seguramente da voz suave e triste de Adriano Correia de Oliveira que interpretou o "Cantar de Emigração", com letra de Rosalia de Castro e música de José Niza. Uma das mais emblemáticas trovas do cantor de intervenção, o "Cantar de Emigração" constitui um retrato fidedigno da emigração portuguesa "a salto" para França nos anos 60, um período marcado pela saída massiva de jovens, impelidos pela miséria rural, a ausência de liberdade e a fuga ao cumprimento do serviço militar, antecâmara da incorporação na Guerra Colonial.

Esta experiência marcante de fuga à pobreza de centenas de milhares de portugueses, que na sua maioria encontraram nos setores da construção civil e de obras públicas da região de Paris, cidade que muitos conheceram como expressa António Barreto "antes de ir a Lisboa ou de ver o mar", seria celebrizada nos anos 80 com o tema "Um Português (Mala de Cartão) " de Linda de Suza, uma das mais afamadas cantoras lusas, emigrante em França. Falecida no ocaso do ano transato, Linda de Suza, como evocou então o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, a artista "fica na nossa memória como exemplo de determinação e de fidelidade. Foi um ícone francês da imigração portuguesa e, portanto, um ícone de Portugal".

Ainda em terras gaulesas, os anos 90 assistiram ao sucesso entre a comunidade portuguesa de Graciano Saga, um cantor popular que ficou conhecido com músicas sobre a Diáspora, de que se destaca o tema "Vem devagar emigrante" e "Amiga Emigrante".

A influência do fenómeno da emigração na expressão musical portuguesa não se cinge ao passado mais recente ou às canções de intervenção e música popular. A multiplicidade de projetos musicais onde está retratada na atualidade a temática da emigração vai desde o Fado e a Pop, singularmente representada em 2013 no dueto de Pedro Abrunhosa com o fadista Camané, que no tema "Para os braços da minha mãe" abordam a nova vaga de emigração; até ao Rap, discurso rítmico com rimas e poesias que o rapper brigantino Jorge Rodrigues e a cantora Vanessa Martins usaram em 2016 na música "Filha de emigrantes", uma composição que retrata a vida hodierna dos emigrantes e a saudade que sentem da família e do país de origem.

Como realçava Khalil Gibran, um dos mais célebres autores mundiais, na esteira da influência do fenómeno da emigração na música portuguesa, a "música é a linguagem dos espíritos".

Linda de Suza (1948-2022), um ícone da emigração portuguesa para França. Créditos: DR

Ou se tem Portugal, ou uma vida digna

Augusto Bandeira
Opinião

Afinal, o que queremos? Ou se tem Portugal, ou uma vida digna. Saíram mais 60,000 do país que mais exporta mão de obra, Portugal.

É uma realidade e nada surpreendente, como todos sabemos Portugal é campeão na exportação de mão de obra qualificada. Somos o país da Europa de onde mais se emigra. Acontece em períodos de maior sufoco, grande número emigra, em períodos de otimismo a emigração cai. No ano de 2021 o país perdeu mais 15,000 pessoas que em 2020, saíram do país mais de 60,000 - afinal para onde foram? E porquê? São perguntas difíceis de obter uma resposta. E estes são portugueses qualificados. Ouvia um programa na rádio e fiquei surpreendido com os números, o Estado investiu na formação, mas não consegue aguentar quem se formou. São os ordenados muito baixos e o custo de vida muito alto.

É muito preocupante o tipo de emigração, houve mais homens do que mulheres e uma população sobretudo em idade ativa, muito jovem.

O Reino Unido continua a ser o destino mais procurado, mas houve uma procura por toda a Europa, Espanha teve um crescimento muito grande. Neste caso é de ficar mais preocupado, se os filhos da nação procuram o país vizinho para viver algo está mal, a forma de governação não está a funcionar, Portugal investe e outros tiram proveito das capacidades. Podemos parar e pensar porque, regra geral, os portugueses que emigram conseguem acumular riqueza, afinal o que é que se pode fazer para isso se tornar regra também em Portugal? Reparem que ainda ninguém conseguiu uma resposta, porque não fazer uma réplica no nosso país sobre aquilo que tem sucesso noutros países, ou para políticos não convém mudanças? Não será fácil, mas na verdade alguém vai ter que reinventar algo para não se continuar a perder talentos. Na verdade, parece que custa a muitos perceber, se há exemplos que funcionam, basta copiá-los e aperfeiçoar. Não deve custar muito fazer uma experiência, mas a vontade não se vê em ninguém.

Perante situações destas é urgente todos fazerem uma reflexão, especialmente aqueles que vivem fora, no estrangeiro, e dizer a nós próprios que Portugal tem de deixar de ser visto apenas como um destino de férias.

Temos que olhar para Portugal como um país com muito potencial, se outros imigram para lá porque é que muitos continuam a sair? Eu contra mim falo, porque saí, regressei, e mais tarde voltei a este país, agora o tempo de passagem por terras do coração é para passar tempo com familiares e amigos e para matar saudades que, na realidade, devia ser para exigir mais aos governos e classe política no geral. Eles ficam muito contentes com os números que saem, são menos a exigir, a população portuguesa que emigra continua a ser na maioria composta por pessoas menos qualificadas, mas a classe com mais qualificações tem vindo a aumentar de ano para ano. Isto deixa o país cada vez mais pobre, porque os bons e honestos saem e os que menos querem ficam. A falta de transparência ajuda a que cada vez mais os jovens não acreditem nos políticos, nem no sistema instalado e procuram melhor qualidade de vida e a prova é que conseguem muito mais no mesmo tempo.

Nem tudo é um mar de rosas, sabemos disso e é muito evidente que não é, mas quem emigra consegue melhor vida face à que tinha em Portugal. Continuem a amar o vosso país que vos viu nascer e nunca se esqueçam de onde vieram, mas não desrespeitem o país que vos deu a qualidade de vida que hoje todos temos. O mal de todos nós foi fazer a mala uma vez para tentar melhor vida, depois disso tudo se tornou difícil de compreender e de estar em sossego.

Bom fim de semana.

Creditos: DR

Christopher J. Clapperton
Barrister & Solicitor

CLAPPERTON MUNRO LAW
APART FROM THE REST

ESTATE LAW · TRUSTS · REAL ESTATE
WILLS · CORPORATE TAX PLANNING

Falamos Português
4888 Dundas Street West, Suite 100
www.cmlaw.ca | cclapperton@cmlaw.ca
Tel 416-443-1200 | Fax 416-443-1202

LUSO
Luso Insurance Brokers Ltd.
A Division Jones Deslauries IMI Inc.
Representamos as maiores companhias do mercado Canadiano
46 ANOS SERVINDO A COMUNIDADE

Casa • Automóvel • Mobiliário • Barco • Vida
Negócio • Acidente • Doença • Hipoteca

POUPE 30% – CASA E CARRO NA MESMA APÓLICE

AUTOMÓVEL
- Condutores com mais de 10 anos de condução - 20% de DESCONTO

SEGUROS COMERCIAIS—EMPREITEIROS
- Contractors Liability, Auto-fleet policy, Gen. Contractors, Commercial, Industrial and Apartment Buildings, Hotels, Restaurants, Garage or Auto Body, Manufacturing, Professional Buildings

CASA e CONDOMÍNIO
- Casas novas e equipadas com alarme - 30% de DESCONTO
- Casas residencias de uma só família, renovadas e actualizadas - 20% de DESCONTO
- Se reside em Mississauga, Oakville, Brampton, Concord, Ajax, Richmond Hill, Pickering, Oshawa, Hamilton, Barrie ou Bradford - Compare as nossas Tabelas
- Se é inquilino e reside num apartamento ou "flat", proteja os seus bems com uma apólice (tenants insurance) - Fale connosco

OFERECEMOS A SOLUÇÃO CERTA PARA QUALQUER TIPO DE SEGURO

1152 College St. Toronto, ON
(a oeste da Dufferin)
www.lusoinsurance.com
416.534.8455
luso@lusoinsurance.com

LOCAL

Creditos: DR

Toronto classificada como uma das piores cidades do mundo em termos de congestionamento

Toronto é uma das piores cidades do mundo para se dirigir, de acordo com um novo relatório emitido por uma empresa de análise de tráfego. O relatório, publicado pela INRIX este mês, baseia-se em quatro anos de mobilidade e dados obtidos por GPS para identificar padrões de tráfego em várias cidades em todo o mundo.

No cenário mundial, Toronto foi classificada em sétimo lugar e a primeira no Canadá para o pior local para se conduzir, com os motoristas perdendo em média 118 horas nas estradas e rodovias da Grande Toronto em 2022. Na América do Norte, Toronto ficou em terceiro lugar, atrás apenas de Chicago e Boston.

De acordo com a pesquisa, a velocidade média dos veículos em Toronto, no ano passado, foi de 24 km/h.

Nos horários de pico de tráfego, a velocidade média para os motoristas de GTA era de 20 km/h, e nos horários fora de pico, a velocidade média atingia 61 km/h. E Os motoristas de veículos não são os únicos moradores de Toronto que sofrem com longos tempos de trânsito, de acordo com outro relatório.

Em dezembro de 2022, Moovit, um aplicativo de trânsito, mostrou que os usuários do transporte público da cidade tinham o quarto maior tempo de deslocamento diário na América do Norte, uma média de 56 minutos.

MS

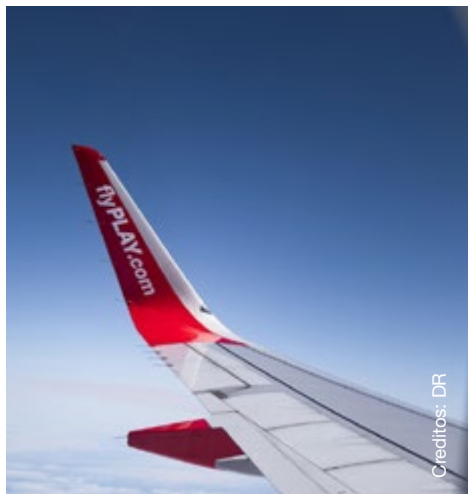
Campanha encabeçada por líderes religiosos pede que a cidade de Toronto abra mais centros de aquecimento para desabrigados

Dezenas de líderes religiosos lançaram uma campanha em toda a cidade (09) para exigir que mais centros de aquecimento sejam abertos imediatamente em Toronto.

Esta chamada renovada acontece depois da morte de uma pessoa desabrigada no passado final de semana em um incêndio em um acampamento em Liberty Village. Esta é a segunda morte de uma pessoa em situação de rua na cidade desde o Natal. Os organizadores da campanha estão pedindo a todos os moradores que escrevam ao autarca John Tory e aos vereadores para chamá-los a "tomar medidas para salvar vidas neste inverno", aumentando o número de centros de aquecimento em toda a GTA, tornando o acesso disponível 24 horas por dia durante os meses de inverno, acabando com os despejos de acampamentos e a destruição de equipamentos de sobrevivência, mantendo os atuais espaços de abrigo abertos, incluindo os cinco hotéis-abrigo com fechamento previsto para 2023, e acrescentando mais 2.700 espaços no sistema regular de abrigos.

Atualmente, os centros de aquecimento da cidade são ativados apenas quando o Médico Oficial de Saúde de Toronto declara um alerta de frio extremo com base em uma previsão do Environment Canada de -15 C ou mais frio, ou quando há uma sensação térmica de -20 C ou mais frio.

MS



Creditos: DR

Proprietários de imóveis de Toronto enfrentarão o maior aumento de impostos dos últimos 24 anos

Mais um aumento à vista. Dessa vez para os proprietários de imóveis em Toronto. De acordo com o plano de gastos para a cidade, esses impostos sobre propriedade podem sofrer o maior aumento desde a fusão da cidade, há 24 anos, o que vai custar em média um adicional de $233 para os proprietários de casas de classe média, avaliadas em torno de 700 mil dólares.

O orçamento operacional de Toronto de 16,16 bilhões de dólares, apresentado pela primeira vez na terça-feira (10), é baseado em um aumento de 5,5% na taxa do imposto sobre imóveis residenciais.

Entretanto, os proprietários verão suas contas aumentar em 7% em 2023 devido a um aumento previamente aprovado de 1,5 % na taxa de construção da cidade.

As tarifas de água, águas residuais e resíduos sólidos também verá um aumento de 3%. Tory apresentará o orçamento até 1º de fevereiro para consideração pelo conselho em 14 de fevereiro.

MS

Polícia investiga alegadas agressões praticadas por grupo de adolescentes no TTC

A polícia de Toronto está investigando depois que um grupo de até 10 garotas supostamente agrediu várias pessoas em diferentes estações de metrô do TTC no mês passado.

Os atos de violência aconteceram na Queen's Park, St. Patrick, Osgoode, St. Andrew e nas estações da Union entre às 22h e meio-dia do dia 17 de dezembro. Em um comunicado divulgado na quarta-feira (11), a polícia pede ajuda para localizar as vítimas das agressões.

O pedido é para que qualquer pessoa que possa ter sido agredida naquela noite entre em contato com os investigadores pelo telefone 416-808-5200 ou pela linha anônima 416-222-TIPS (8477).Este é o segundo incidente violento em Toronto envolvendo um grupo de meninas adolescentes. Também em dezembro, oito garotas, com idades entre 13 e 16 anos, atacaram um sem-teto na área da York Street e University Avenue.

A vítima, Ken Lee de 59 anos de idade, morreu. A polícia disse que não pode confirmar até o momento se o mesmo grupo de meninas teria sido responsável pelos atos de violência no TTC.

MS

Toronto tem o 2º melhor restaurante italiano do mundo, segundo classificação de lista

Um estabelecimento de Toronto foi nomeado um dos melhores restaurantes italianos do mundo. O "Don Alfonso 1890", localizado no Westin Hotel no centro do Toronto Harbour Square, ganhou o segundo lugar na lista dos estabelecimentos que servem a melhor comida italiana, na lista anual dos 50 Melhores da Itália edição 2023.

O único outro restaurante canadiano a fazer parte dessa lista foi o Vancouver's Cioppino's, chegando ao número 33.

O Don Alfonso 1890 abriu pela primeira vez na Toronto Street - um local que fechou durante a pandemia da COVID-19. O restaurante logo reabriu como uma loja pop-up operando fora da Casa Loma antes de encontrar uma casa permanente no Westin Hotel. Dirigido pela família Iaccarino, Don Alfonso 1890 é um dos restaurantes mais celebrados da cidade. No ano passado, ele encabeçou a lista dos 50 melhores restaurantes italianos fora da Itália e foi recentemente nomeado um dos 100 melhores restaurantes do Canadá.

Em setembro de 2022, quando o guia Michelin foi lançado no Canadá, o restaurante foi premiado com uma estrela Michelin.

MS

Creditos: DR

MAGELLAN
COMMUNITY CHARITIES

IT'S OUR TURN TO GIVE BACK

By donating to the Magellan Community Foundation, you'll help fund Ontario's first long-term care home for the Portuguese-speaking community, as well as affordable housing residences and a community hub

Help provide Portuguese-speaking seniors the care they deserve

WWW.MAGELLANCOMMUNITYFOUNDATION.COM

Scan to Donate Online

CANADÁ

Creditos: DR

Bancos de alimentos e outras instituições de caridade alimentar preveem um aumento de 60% na demanda em 2023

Um novo relatório diz que a dependência dos canadianos do serviço dos bancos de alimentos e outras instituições de caridade alimentar deverá aumentar 60% em 2023, após um crescimento de 134% em 2022.

Mais de 1.300 organizações de doação de comida foram pesquisadas no final do ano passado, a fim de determinar o que se espera da futura insegurança alimentar em comunidades específicas. A pesquisa foi conduzida pela Second Harvest, a maior organização canadense de salvamento de alimentos.

De acordo com o relatório, as organizações sem fins lucrativos que concluíram a pesquisa previram um déficit orçamentário total de $ 94 milhões para atender à demanda dos próximos anos. Esta média é de $70 mil dólares por organização.

A pesquisa também informou que 39% das organizações precisarão de 50% a mais de alimentos perecíveis no próximo ano para atender à crescente demanda, com 44% dos programas alimentares necessitando de 50% ou mais de alimentos não perecíveis no próximo ano. Até 70% das organizações pesquisadas disseram que precisarão tanto de alimentos - perecíveis ou não - quanto de financiamento para serem adequadamente equipados para o ano.

Um relatório sobre o preço dos alimentos da Universidade de Dalhousie projetou que os custos de mercearia deverão aumentar até sete por cento em 2023, com a família média de quatro pessoas tendo um gasto alimentar anual de mais de 16 mil dólares.

CTV/MS

Escassez de medicamentos para resfriado e gripe no Canadá é um 'alerta', dizem os farmacêuticos

Primeiro foram os medicamentos para dor e febre que sumiram das prateleiras de farmácias no país, agora a situação se repete com aqueles destinados aos adultos.

Essas prateleiras vazias sugerem que há vulnerabilidades no sistema de abastecimento de remédios no Canadá, segundo especialistas. De acordo com Joelle Walker, vice-presidente de assuntos públicos e profissionais da Associação Canadiana de Farmacêuticos, isso deve servir como uma forma de alerta. Em dezembro, a associação descobriu com farmacêuticos do país que "ainda havia alguma pressão" no estoque de medicamentos pediátricos para dor e febre, mesmo depois do governo federal ter importado um alto volume deles para diminuir a escassez.

Agora o problema são os estoques para adultos. Segundo Mina Tadrous, professor assistente de farmácia da Universidade de Toronto, especializado em políticas de medicamentos e vigilância de medicamentos, não houve nenhum problema identificado na fabricação que pudesse explicar essa falta. Tanto Tadrous quanto Walker disseram que o problema parece ser uma demanda enorme, à medida que mais e mais pessoas adoecem durante uma temporada brutal de doenças respiratórias. A situação é agravada pela compra e estocagem de pânico.

Numa tentativa de reverter esse cenário, a sugestão dos profissionais é de que o governo federal precisa investir no desenvolvimento de uma "lista crítica de medicamentos", para identificar os mais importantes para os canadianos e quais são as chances de falta e assim tomar medidas como aumentar a produção doméstica ou trabalhar com outros países que produzem essas drogas. Em uma declaração o gabinete do ministro federal da Saúde, Jean-Yves Duclos, disse que está "ciente da escassez em relação à medicação para resfriado e gripe em adultos e monitora a situação.

CTV/MS

Creditos: DR

Canadá atingirá em 2023 o nível mais baixo na venda de casas desde 2001, aponta relatório do TD

Um novo relatório da TD Economics prevê que o Canadá atingira o nível mais baixo de venda de casas desde 2001 este ano. A perspectiva do economista Rishi Sondhi para o mercado imobiliário atribui a previsão ao nível mais baixo de acessibilidade desde o final dos anos 80 e início dos anos 90. Sondhi prevê que as vendas de casas atingirão seu nível mais baixo em algum momento no início de 2023, depois de ter caído 20% do pico que foi atingido.

Ele diz que são esperadas quedas acentuadas dos preços médios anuais na maioria das províncias do Atlântico, Ontário e B.C. em 2023, enquanto quedas menores se materializarão nas Prairies e Newfoundland e Labrador.

A Associação Imobiliária Canadiana disse no mês passado que o preço médio nacional real das casas era de U$ 632.802 em novembro, uma queda de 12% em relação ao mesmo mês do ano passado.As vendas de casas em novembro totalizaram 30.135 dólares, uma queda de 39% em relação ao ano anterior.

CTV/MS

Crédito fiscal para renovações de casas multigeracionais já disponível para os canadianos

O governo federal está oferecendo um novo crédito fiscal para ajudar a facilitar os canadianos que necessitem cuidar de parentes adultos em suas próprias casas.

O crédito fiscal para renovação de residências multigeracionais entrou em vigor em 1º de janeiro para despesas relacionadas à construção de uma suíte secundária para um membro da família que seja idoso ou adulto com deficiência. O benefício proporcionará um reembolso de 15% de impostos sobre despesas de até $50 mil a um máximo de $7.500.

Essa suíte secundária deve ser para um adulto acima de 65 anos de idade ou portador de deficiência, incluindo um avô, pai, filho, neto, irmão, tia, tio, sobrinha ou sobrinho.

A construção deve incluir uma entrada separada, banheiro, cozinha e quarto. Além disso, a casa que está sendo renovada deve ser habitada dentro de 12 meses após o final das reformas.

Algumas despesas, tais como a compra de eletrodomésticos e custos para a manutenção da casa ou outros serviços, não se qualificam para o crédito.

A estimativa é de que esse crédito fiscal custará ao governo federal US$ 44 milhões durante os próximos cinco anos.

O crédito estava entre uma série de novas medidas de acessibilidade de moradia prometidas pelos Liberais na última eleição e incluídas no orçamento de 2022 em abril passado.

CTV/MS

Canadá e EUA trabalham para acelerar aplicações no programa Nexus

Em um esforço para diminuir o acúmulo de candidatos à espera de entrevistas no programa Nexus, a Segurança Pública do Canadá e o Departamento de Segurança Interna dos EUA anunciaram que essas pessoas terão agora mais oportunidades para completar entrevistas, com horas de serviço prolongadas e permitindo que os candidatos completem entrevistas perto dos aeroportos canadianos.

A U.S. Customs and Border Protection (CBP) e a Canada Border Services Agency (CBSA) têm sido capazes de acelerar a aprovação para mais de 80% dos candidatos renovados, ao mesmo tempo em que estende os benefícios para aqueles qualificados por até cinco anos além da data de expiração de sua filiação enquanto as entrevistas estão pendentes. "Desde 1º de outubro de 2022, o CBP e a CBSA completaram um recorde de 203.000 inscrições no Nexus e reduziram o acúmulo líquido de candidatos em 100.000", disse a declaração.

O governo federal também anunciou em dezembro a reabertura dos dois centros de matrícula canadianos, numa tentativa de aumentar a disponibilidade para que os candidatos em potencial possam agendar entrevistas em Lansdowne, Ont. (Thousand Islands Bridge) e Fort Erie, Ont. (Peace Bridge).

Com o objetivo de liberar mais tempo para os agentes de segurança de fronteira canadianos e americanos e proporcionar uma liberação acelerada na fronteira para os viajantes, o programa Nexus tem mais de 1,7 milhões de membros.

CTV/MS

Creditos: DR

Líderes da oposição de Ontário pedem ao Auditor Geral que investigue planos de desenvolvimento no Greenbelt

Creditos: DR

Os líderes da oposição de Ontário estão se reunindo para pedir novamente ao Auditor Geral da província que lance uma investigação sobre os impactos financeiros e ambientais dos planos de desenvolvimento do Governo Doug Ford na área de preservação ambiental do Greenbelt.

O governo pretende usar 7.400 hectares de terras, que antes eram intocadas, para a construção de moradias. A carta conjunta é assinada pela líder do NDP de Ontário Marit Stiles, pelo líder do Partido Liberal Interino de Ontário John Fraser e também pelo líder do Partido Verde de Ontário Mike Schreiner.

Várias grandes incorporadoras adquiriram terras na área do Greenbelt desde que o Governo Ford foi eleito pela primeira vez em 2018, incluindo um investimento recente feito em setembro de 2022. Grupos de defesa ambiental como a Environmental Defence and Democracy Watch solicitaram à Polícia Provincial de Ontário (OPP) o lançamento de uma investigação, alegando que os empreiteiros foram avisados de forma antecipada sobre os planos de usar a área de preservação.

O premier Doug Ford e o ministro da Habitação Steve Clark negaram repetidamente que os desenvolvedores tivessem sido avisados sobre seus planos no Greenbelt.

CP24/MS

PORTUGAL

Credito: DR

Telemóveis JN

Avaria telefónica limitou chamadas do INEM

Uma avaria provocou, na manhã de quinta-feira (12), constrangimentos nas centrais telefónicas do INEM. Durante cerca de uma hora, os operadores ficaram impossibilitados de contactar com os meios no terreno e vice-versa por telemóvel, sendo obrigados a recorrer aos rádios da rede Siresp.

Chegou a haver 55 chamadas em espera para acionamento de meios, denunciou, ao JN, o Sindicato dos Técnicos de Emergência Pré-Hospitalar (STEPH).

Contactado pelo JN, fonte oficial do INEM informou que a situação se deveu a uma falha na rede Vodafone, que durou cerca de uma hora, mas que foi totalmente resolvida.

De acordo com a mesma fonte, a falha criou dificuldades nos contactos para telemóveis, mas não houve impacto nas chamadas de emergência. "As centrais recebem chamadas via 112, mas não conseguem contactar os meios de emergência que estão no terreno por telemóvel, só com o Siresp", referiu, ao JN, Rui Lázaro, presidente do STEPH.

O dirigente alertou para o número limitado de consolas Siresp, a rede de comunicações de emergência do Estado, disponíveis nos Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU) do INEM. "No Algarve só há uma, o que significa que têm de falar com um meio de cada vez", denunciou Rui Lázaro.

Segundo o presidente do STEPH, o número verde que os parceiros do INEM -bombeiros e cruz vermelha - usam para contactar o CODU também esteve sem funcionar. "Só conseguem falar com o CODU via 112", assegurou Rui Lázaro.

JN/MS

Caso Alexandra JN

CEO da TAP ouvida no Parlamento a 18 de janeiro por causa de indemnização polémica

A presidente da Comissão Executiva da TAP, Christine Ourmières-Widener, vai ser ouvida no Parlamento a 18 de janeiro, para esclarecer a indemnização de meio milhão de euros paga aquando da saída de Alexandra Reis da empresa.

Segundo a TSF, o Chega apresentou um pedido potestativo que obriga a administradora da TAP a responder aos deputados, numa audição marcada para as 10.30 horas de Portugal.

No dia 27 de dezembro, o ministro das Finanças, Fernando Medina, demitiu Alexandra Reis das funções de secretária de Estado do Tesouro, menos de um mês depois de a ter convidado para o lugar e ao fim de quatro dias de polémica com a indemnização de 500 mil euros que esta gestora de carreira recebera da TAP, empresa então tutelada pelo ministro das Infraestruturas e Habitação, Pedro Nuno Santos.

A direção da companhia aérea portuguesa ainda não se pronunciou sobre o caso, mas a Assembleia da República aprovou a realização de uma comissão parlamentar de inquérito à gestão da TAP entre 2020 e 2022.

JN/MS

Custo de vida JN

Portugueses mais preocupados com impacto da guerra do que a média na UE

Os portugueses estão mais preocupados do que a média europeia com as consequências da guerra na Ucrânia, nomeadamente o aumento do custo de vida e a possibilidade de propagação do conflito a outros países, revela o Eurobarómetro.

De acordo com o último Eurobarómetro, divulgado esta quinta-feira (12) e que inquiriu 1028 cidadãos portugueses de um total de 26.431 cidadãos de Estados-membros da União Europeia (UE), 91% dos portugueses estão "preocupados" com a possibilidade de propagação a outros países da guerra que começou em 24 de fevereiro do ano passado na Ucrânia.

A percentagem de cidadãos nacionais preocupados com esta possibilidade é em 10 pontos percentuais maior do que a média europeia. Apenas 7% dos inquiridos dizem-se despreocupados com uma possível disseminação do conflito a outros territórios.

Os portugueses entre os 40 e os 54 anos são os que estão mais preocupados com a hipótese de o conflito ucraniano alastrar (96%). A faixa etária entre os 25 e os 39 anos é a que revela a percentagem mais baixa, ainda assim está próxima dos 90%.

Entre a população jovem, os portugueses com 15 anos na altura em que foi feito este Eurobarómetro são os mais preocupados com o cenário de a guerra propagar-se a outros países (95%).

Ainda com a guerra na Ucrânia como pano de fundo, o relatório demonstra que 98% dos portugueses inquiridos estão preocupados com as consequências socioeconómicas decorrentes do conflito, nomeadamente o aumento do custo de vida, por exemplo no aumento do preço dos produtos alimentares e da energia.

A média europeia neste parâmetro é de 93%. Todos os inquiridos nacionais que estão a trabalhar por conta de outrem ou que são empresários responderam com preocupação à possibilidade de as condições de vida se deteriorarem por causa da guerra.

A sondagem revela que 98% dos portugueses têm dificuldades em pagar contas quase todos os meses.

JN/MS

Saúde JN

Associação de genéricos pede atualização urgente dos preços

A associação de medicamentos genéricos apelou para que o Governo "atualize urgentemente" os preços do mercado concorrencial face ao aumento dos custos de produção, alertando para o desaparecimento de vários medicamentos do mercado devido à redução dos preços.

Considerando "o momento crítico" vivido pela indústria farmacêutica de medicamentos genéricos e biossimilares, a associação defendeu, em comunicado, a urgência de "garantir a sustentabilidade do setor com vista a não comprometer o acesso dos portugueses à saúde", uma vez que as dificuldades sentidas nas cadeias de fornecimento são "cada vez mais críticas".

Segundo a Associação Portuguesa de Medicamentos Genéricos e Biossimilares (APOGEN), "as dificuldades intensificam-se devido aos preços significativamente mais baixos quando comparados com os fármacos de referência".

"A própria sustentabilidade do setor, que tem sido sucessivamente ignorada pela tutela, vive sérias incertezas", afirmou, citada no comunicado, a presidente da APOGEN, Maria do Carmo Neves, que acaba ser reeleita para o biénio 2023-2024.

Citando dados da autoridade nacional do medicamento (Infarmed), a associação avançou à agência Lusa que estão temporariamente indisponíveis 802 medicamentos genéricos.

"As ruturas afetam especialmente medicamentos para a hipertensão arterial, estatinas (medicamentos para redução do colesterol), antidepressivos, antipsicóticos, antiepiléticos, anticonvulsivantes, anti-inflamatórios, fármacos para o tratamento de doença de Alzheimer, ansiolíticos e inibidores da bomba de protões (medicamentos para controlo da acidez gástrica)", refere a associação.

Maria do Carmo Neves observou que "há cerca de 20 anos que os preços dos medicamentos só têm caído".

"No caso dos medicamentos genéricos, a redução foi superior a 67% tornando o mercado pouco ou nada atrativo, o que provocou o desaparecimento de vários medicamentos do mercado e consequente menor acesso e aumento dos custos para o cidadão e SNS", salientou.

Perante o relato de "inúmeras ruturas de 'stock' de medicamentos em áreas prioritárias", a associação defende ser fundamental que o Ministério da Saúde "olhe para o valor estratégico" desta indústria farmacêutica "na dinâmica da saúde, da inovação tecnológica farmacêutica, da economia e da sociedade portuguesa".

A associação defende que "existem soluções que podem anular o aumento dos custos para os utentes, já bastante afetados por esta crise, uma vez que durante o ano de 2023, e seguintes, serão lançados no mercado um conjunto substancial de novos medicamentos genéricos e biossimilares, aumentando a disponibilidade financeira para uma majoração da comparticipação dos medicamentos no mercado concorrencial e maior acesso à inovação".

JN/MS

Transporte Público JN

Portugal é dos países europeus que menos utiliza transportes públicos

Portugal não alcança ainda a média europeia, estando longe dos 30% dos países líderes.

É dos países europeus em que se utilizam menos os transportes públicos: em 2019, representavam apenas 12% das deslocações totais dos transportes de passageiros. Portugal ocupa a 27.ª posição num conjunto de 29 países europeus - os 27 estados-membros da União Europeia, o Reino Unido e a Noruega -, estando longe da média europeia (18%) e de países como a República Checa, Hungria e Eslováquia, que lideram o ranking com taxas a rondar os 25% e os 30%.

Os resultados são do primeiro estudo de Índice de Transição Verde (GTI) - divulgados esta semana pela consultora Oliver Wyman -, que avalia, numa escala de zero a 100, o desempenho sustentável de cada país europeu, determinado por fatores como o uso de tecnologias de transição energética, o grau de sustentabilidade ambiental do sistema económico, as emissões de CO2 produzidas pela indústria, a qualidade ambiental dos transportes, a eficiência energética dos edifícios, a gestão de resíduos e a conservação da natureza.

Na categoria dos transportes públicos, Portugal situa-se entre os lugares mais fracos (18.º), sendo penalizado pelo seu uso reduzido.

Ainda assim, registou, em 2020, um cenário mais positivo no que diz respeito à intensidade de emissões de carbono por passageiro (4.º), e de automóveis novos por quilómetro (5.º), ainda que apenas 1,6% do stock total de carros seja de baixas emissões.

Mal a proteger natureza

Por seu turno, Portugal obtém dos melhores resultados no uso de energias renováveis, ocupando o segundo lugar no pódio. Em 2019, mais de metade (57%) da energia utilizada no aquecimento doméstico foi produzida através destas fontes.

De forma geral, os Países Baixos e a Dinamarca lideram o ranking, com a mesma classificação (57 pontos). Portugal fica-se pelo 18.º lugar, quatro lugares atrás da Espanha, com 48 pontos, alinhando-se com a média europeia. "Ainda há um longo caminho a percorrer, sobretudo se queremos atingir uma transição em todas estas categorias", alertou a consultora Sofia Cruz, da Oliver Wyman Ibéria.

Na conservação da natureza, Portugal tem das posições mais fracas em todos os indicadores, ocupando mesmo o último lugar no índice de áreas terrestres e marinhas protegidas: são 3% de todo o território, contra 17% na média europeia.

JN/MS

AUTONOMIAS

Credito: DR

Propostas para as Portas da Cidade não satisfazem autarquia

A Câmara Municipal de Ponta Delgada vai assumir a requalificação do centro histórico. A decisão foi comunicada, em nota de imprensa, após a autarquia liderada por Pedro Nascimento Cabral (PSD) não ter ficado satisfeita com qualquer das quatro propostas apresentadas ao concurso de ideias, mesmo a que terminou na primeira posição.

Segundo nota de imprensa, nenhuma das propostas atingiu uma pontuação que refletisse "o exigente nível a que o concurso se propôs e que aquele troço de território merece", pelo que a autarquia decidiu-se pela não adjudicação do projeto.

A proposta vencedora, que vai receber 10 mil euros, foi considerada pelo júri do concurso, no relatório final, como aquela que melhor soube "ler e interpretar o núcleo urbano central da cidade, nas suas diferentes dimensões e componentes, sejam temporais, materiais ou imateriais". A proposta do gabinete Vieitas, a vencedora, propunha a deslocalização das Portas da Cidade, monumento classificado de interesse público nacional, para o seu local original, junto aos edifícios mais a este, a recriação simbólica da antiga Varanda de Pilatos, com um espelho de água.

No entanto, e segundo o comunicado de imprensa, o júri do concurso aponta a "reduzida participação e a manifesta falta de matéria crítica e de soluções, traduzida pelo redutor número de propostas apresentadas a concurso". É referido ainda que as propostas, "não obstante em fase embrionária", falham ou omitem premissas relevantes estipuladas nos Termos do Concurso, como conceitos de smart city, circuitos de mobilidade, mobiliário e equipamentos técnicos, entre outros.

Tendo em consideração o relatório final, a autarquia decidiu "não adjudicar o projeto em causa e terá de assumir a solução a implementar na reabilitação do centro histórico de Ponta Delgada".

AO/MS

Biblioteca de Vila do Porto acolhe exposição sobre Agustina Bessa-Luís

A Biblioteca Municipal de Vila do Porto acolhe, de 22 de janeiro a 28 de fevereiro, a exposição "(Re)Descobrir Agustina Bessa-Luís na ilha de Santa Maria (Açores)", promovida pelos Lions de Santa Maria, no âmbito do centenário do nascimento da escritora (1922-2022).

A mostra é de caráter bibliográfico, e apresentará livros, documentos inéditos, curiosidades da vida de Agustina e da sua relação com a escrita e com o mundo, e com parte do arquivo Agustiniano de Luís Abel Ferreira.

A exposição pode ser visitada à segunda-feira das 10h00 às 18h00 locais e de terça a sexta-feira das 09h00 às 18h00 locais.

AO/MS

Promoção das marcas regionais com investimento de 20,6 ME

A promoção das marcas regionais terá um investimento total de 20,6 milhões de euros, sendo a aposta em mercados que permitam maior crescimento em valor e redução da sazonalidade uma das prioridades turísticas, revela o Ministério da Economia.

"O Conselho Estratégico para a Promoção Turística (CEPT) discutiu, no Ministério da Economia e Mar, aquelas que são as prioridades estratégicas do setor para 2023 e que deverão ser adotadas na promoção do destino Portugal e dos destinos regionais, contando, para a promoção das marcas regionais, com um investimento total de 20,6 milhões de euros para 2023", refere o Ministério da Economia e do Mar, em comunicado.

Uma das prioridades para a promoção turística deste ano será a aposta em mercados "que permitam um maior crescimento em valor e na redução da sazonalidade", com "particular ênfase nos mercados do Reino Unido, Espanha, Alemanha e França".

A aposta na promoção turística nacional irá abranger, contudo, também os mercados de longo curso como os EUA, Canadá e Brasil, devido ao "seu crescimento" e à "sua perspetiva de crescimento económico".

O Ministério da Economia avança ainda que, paralelamente, "a promoção externa irá fomentar a oferta comercial de produtos diferenciados para segmentos mais exigentes, como é o caso do turismo literário, arte contemporânea, arquitetura, surf, gastronomia e enoturismo".

"Crescer na internacionalização das empresas e nas marcas turísticas, crescer em valor, crescer no interior e crescer na dupla transição, digital e climática, a que se junta, crescer nas qualificações. Sem prejuízo de uma visão nacional, é muito importante dar força às regiões na promoção turística regional, para que possam afirmar os seus ativos turísticos territoriais específicos", afirma o secretário de Estado do Turismo, Comércio e Serviços, Nuno Fazenda, em comunicado.

O CEPT é uma estrutura consultiva do Governo para a promoção turística externa e de concertação estratégica, constituída por representantes do Turismo de Portugal, dos Governos Regionais da Madeira e dos Açores, do setor privado, através da Confederação do Turismo de Portugal, das Entidades Regionais de Turismo e das Agências Regionais de Promoção Turística, indica o Governo.

AO/MS

Mais de 800 açorianos registaram testamento vital

Mais de 800 açorianos já registaram o seu testamento vital, segundo os dados dos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde (SPMS).

O testamento vital, feito de forma voluntária, é o documento em que o cidadão pode manifestar a sua vontade sobre os cuidados de saúde que deseja, ou não, receber quando estiver incapaz de expressar a sua decisão.

O Registo Nacional do Testamento Vital (RENTEV), sistema gerido pelos SPMS que permite registar toda a informação relativa a este documento, entrou em funcionamento em 2014 e, desde essa data, mais de 53 mil portugueses registaram o seu testamento vital.

A região de Lisboa e Vale do Tejo tem o número mais elevado de testamentos vitais registados, aproximando-se dos 22 mil, seguindo-se o Norte, com mais de 16.700. A região Centro conta com mais de 7.700, o Algarve mais de 2.800, o Alentejo mais de 1.900, a Madeira mais de 1.300 e nos Açores há mais de 800 registos.

Os dados divulgados pelos SPMS indicam que, até segunda-feira (9), o número de testamentos vitais ativos ultrapassava os 34.500 (mais de 12 mil relativos a homens e mais de 22.500 a mulheres). Em qualquer dos géneros, as faixas etárias com maior número de registos ativos situam-se entre os 65 e os 80 anos e entre os 50 e os 65 anos.

Para alguém fazer o seu testamento vital é necessário que tenha número de utente do Serviço Nacional de Saúde. Depois, basta preencher o formulário do testamento vital ou diretiva antecipada da vontade e entregar num dos muitos balcões do RENTEV espalhados pelo país ou enviar por correio.

Válido durante cinco anos, a contar da data da assinatura, o testamento vital pode ser alterado e renovado.

Quem tem o seu documento ativo pode consultá-lo através da área pessoal do portal ou da aplicação SNS 24.

A lei que veio regular as Diretivas Antecipadas da Vontade (DAV) sob a forma de Testamento Vital, bem como a nomeação de um Procurador de Cuidados de Saúde, foi publicada em Diário da República a 16 de julho de 2012.

AO/MS

Credito: DR

Programa para a promoção de uma gestação saudável possibilita reembolso de suplementos a 100%

O Governo Regional da Madeira, através do Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM (IASAÚDE, IP-RAM), disponibiliza o 'Programa para a Promoção de uma Gestação Saudável', que visa o reembolso a 100% das despesas com a aquisição de suplementos na gravidez, nomeadamente ácido fólico e iodeto de potássio.

Esta medida, destinada às mulheres residentes na Região Autónoma da Madeira, permite um apoio financeiro, através do reembolso do valor total da despesa, na aquisição dos suplementos prescritos na gravidez, para as beneficiárias em fase de pré conceção e durante o primeiro trimestre de gravidez (ácido fólico) e para as beneficiárias em fase de pré conceção, gravidez e amamentação (iodeto de potássio).

Para solicitar o reembolso as beneficiárias devem dirigir-se ao Balcão do utente nas instalações do IASAÚDE, IP-RAM, com os seguintes documentos: prescrição médica ou guia de tratamento, declaração do médico assistente atestando a gravidez ou a necessidade do suplemento, fatura/recibo da aquisição do suplemento, documento emitido pelo Centro de Saúde onde se encontra inscrita, cópia do cartão de cidadão, documento com o número de identificação bancária (NIB) da beneficiária. Os documentos devem ser apresentados no prazo máximo de seis meses a contar da data da aquisição dos suplementos.

O 'Programa para a Promoção de uma Gestação Saudável' está alinhado com os eixos estratégicos para a saúde constantes no Programa do XIII Governo Regional da Madeira e surge como uma medida de incentivo à natalidade e de reforço no apoio às jovens famílias RAM, contribuindo, ao mesmo tempo, para o bom desenvolvimento e crescimento das gerações futuras.

JM/MS

Crédito: DR

Portos da Madeira com recorde de escalas em 2022, relativamente aos últimos 10 anos

O ano de 2022 foi o melhor dos últimos 10 anos dos Portos da Madeira - Funchal e Porto Santo – a nível de escalas, tendo registado 323 escalas, mais 25, em comparação com 2019, o que representa um crescimento de mais de 8% relativamente ao ano pré-pandemia, quando houve um total de 298 escalas.

O número de escalas em 2022 poderia ainda ter sido melhor, não fossem os 17 cancelamentos, devido às condições de tempo ou de mar, segundo comunicado enviado à redação pela Administração dos Portos da Região Autónoma da Madeira (APRAM). Segundo o documento, o movimento de passageiros é que ainda não atingiu os números da pré-pandemia. Mas, mesmo assim, no ano passado, foram 417 730 os passageiros que passaram pelos Portos da Madeira, além de 226 987 tripulantes.

Temos um ano recorde de escalas, em 10 anos, e verifica-se que o movimento de passageiros, paulatinamente, foi subindo ao longo do ano, representando no final, apenas -30%, em relação a 2019, o ano com mais passageiros desde 2013."

"Junta-se a estes resultados a atribuição do prémio Madeira, melhor Destino de Cruzeiros da Europa, além de outros passos fundamentais alcançados a nível comercial. O Porto do Funchal teve mais 11 escalas em 2022, relativamente a 2019 e um movimento de passageiros de 413 863 passageiros, -30% que no ano em comparação. O Porto do Porto Santo conseguiu um resultado inédito, em 2022: 21 escalas, 3 867 passageiros e 3822 tripulantes. Em relação a 2019, houve mais 14 escalas e 716 passageiros.

Paula Cabaço afirma que "os números registados no Porto Santo, em escalas e passageiros, são muito interessantes e demonstram o potencial da ilha dourada no nicho dos chamados paraísos ambientais, hoje muito procurados pelos navios de expedição e temáticos. A APRAM tem promovido a ilha do Porto Santo há alguns anos e esta administração, nas reuniões que tem mantido com os decisores das companhias, nos grandes encontros internacionais do setor de cruzeiros, tem continuado esse trabalho que pretende mesmo reforçar."

No ranking das companhias que mais escalas fizeram nos portos madeirenses, a AIDA Cruises continua a liderar a tabela com 40 escalas em 2022, seguida da TUI Cruises, com 33, P&O - 29, Marella Cruises -25 e MSC – 17. A Madeira foi visitada, em 2022, por passageiros oriundos de mais de 160 países ou regiões do mundo. O Reino Unido lidera a lista das primeiras cinco nacionalidades, com 174 839, seguido da Alemanha, com 143 000; EUA, 311 609; Itália, 11 266 e o Brasil, com 6 959 passageiros.

JM/MS

FERREIRA KOACH
IMMIGRATION SERVICES
CONHECEDORES ABSOLUTOS DAS LEIS DE IMIGRAÇÃO

Vistos de trabalho aberto a jovens (18 aos 35 anos)

Processos de residência permanente (nomeações em Ontário e outras Províncias, Express Entry, entre outros)

Ofertas de trabalho podem resultar em vistos de trabalho temporário ou permanente

Jason Ferreira, B. Comm, RCIC
immigration4canada.ca | 416-653-8938
1560 Bloor Street West, Toronto

ÁFRICA

Credito: DR

Governo do Uganda e OMS declararam fim do surto de Ébola no país

O Governo do Uganda e a Organização Mundial da Saúde (OMS) declararam formalmente na quarta-feira (11) o fim do surto de Ébola detetado há menos de quatro meses, com um total de 164 casos registados e 55 vítimas mortais, segundo dados oficiais.

O surto eclodiu no distrito de Mubende, no centro do país, e deriva da estirpe Sudão do Ébola, um acontecimento inédito na última década e que 'à priori' complicou as tarefas de contenção, uma vez que não puderam ser utilizadas, neste caso, as vacinas que funcionaram em outras emergências.

O último paciente detetado com a doença teve alta em 30 de novembro, portanto, no dia 11 de janeiro completaram-se os 42 dias que os especialistas definiram como prazo para dar o surto por terminado. Mas as autoridades de saúde vão ainda manter as medidas de vigilância, para poderem responder rapidamente a qualquer novo caso suspeito que possa vir a surgir.

A ministra da Saúde de Uganda, Jane Ruth Aceng Ocero, elogiou a "rápida" contenção da crise, graças a "medidas-chave" como "vigilância, rastreio de contactos e prevenção e controle de infeções". No entanto, para o ministro, o papel mais marcante é o das comunidades locais, que "entenderam a importância de fazer o que era necessário". O diretor-geral da OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus, também aplaudiu a mobilização de autoridades e comunidades no Uganda para alcançar "a vitória de hoje contra o Ébola". O "Uganda mostrou que o Ébola pode ser derrotado quando todo o sistema funciona em conjunto", acrescentou o responsável da OMS num comunicado.

Nesse sentido, o responsável da organização para África, Matshidiso Moeti, alertou que este surto pareceu à primeira vista "um dos mais complicados" dos últimos cinco anos, devido à falta de vacinas específicas e tratamento terapêutico, mas acabou por dar ao continente um motivo de "grande esperança" no início de 2023.

De facto, a rápida mobilização internacional permitiu identificar três potenciais vacinas, das quais mais de 5.000 doses chegaram ao Uganda. Embora não tenham sido usadas neste surto, a agilidade da mobilização demonstrou a importância da colaboração entre diferentes atores, segundo a OMS.

Descoberto em 1976 na RDCongo - então chamado Zaire - o Ébola é uma doença grave, muitas vezes fatal, que afeta seres humanos e primatas e é transmitida através do contacto direto com o sangue e fluidos corporais de pessoas ou animais infetados.

Provoca hemorragia grave e os seus primeiros sintomas são febre alta súbita, fraqueza e dores musculares graves, na cabeça e garganta, e vómitos.

NM/MS

Banco Mundial corta previsão de crescimento em Angola para 2,8% este ano

De acordo com as Previsões Económicas Globais, divulgadas esta semana em Washington, Angola deverá ter crescido 3,1% em 2022, recuperado face aos 0,7% de 2021 e acelerando depois de cinco anos de recessão, mas verá o seu crescimento abrandar este ano.

O Banco Mundial reviu esta terça-feira (10) em baixa a previsão de crescimento de Angola para este ano, estimando agora uma expansão de 2,8%, menos 0,5 pontos abaixo do que estimava no relatório de junho.

De acordo com as Previsões Económicas Globais, divulgadas em Washington, Angola deverá ter crescido 3,1% em 2022, recuperado face aos 0,7% de 2021 e acelerando depois de cinco anos de recessão, mas verá o seu crescimento abrandar este ano.

"Uma produção de petróleo e nível de receitas mais estável deverão sustentar a atividade na economia não petrolífera e ajudar a melhorar a posição orçamental, mas os preços mais baixos do petróleo, juntamente com as medidas de consolidação orçamental para reduzir a dívida pública, deverão pesar na despesa pública e restringir o crescimento", lê-se no relatório divulgado em Washington.

O documento prevê um crescimento de 5% na África subsaariana neste e no próximo ano, ligeiramente abaixo da previsão de junho, dizem os economistas, alertando que "o ambiente externo deverá continuar desafiante para alguns países, com mais declínios em vários preços de matérias-primas, o que deverá prejudicar as receitas e as exportações".

Muitos países, acrescentam, "deverão continuar a enfrentar preços elevados para as importações de fertilizantes e combustível, apesar de abaixo do pico registado no ano passado".

A nível regional, a África subsaariana deverá ter crescido 3,4% no ano passado, 0,3 pontos percentuais abaixo da previsão de junho, devido à descida previsão de crescimento "em mais de 60% dos países" devido ao abrandamento da economia global e do aperto nas condições financeiras, em conjunto com o aumento da inflação, que prejudicou as já de si frágeis recuperações e ampliou as vulnerabilidades internas", conclui o Banco Mundial.

JN/MS

Credito: DR

África do Sul investiga vídeo de tropas a queimarem corpos em Moçambique

Credito: DR

As Forças Armadas da África do Sul anunciaram na terça-feira (10) a abertura de um inquérito sobre o alegado envolvimento de soldados da força militar regional da SADC em Moçambique (SAMIM) num vídeo que mostra tropas a queimarem corpos naquele território.

O vídeo, divulgado nas redes sociais, mostra militares alegadamente do exército sul-africano e outros elementos desconhecidos a atirarem cadáveres para uma pilha de escombros a arder, segundo as autoridades militares de Pretória. "O Comandante da SAMIM está a realizar uma investigação sobre o envolvimento dos seus membros neste ato desprezível", referiu a Força de Defesa Nacional da África do Sul (SANDF) em comunicado, a que a Lusa teve acesso.

"A SANDF não tolera de forma alguma os atos cometidos no vídeo, e aqueles que forem considerados culpados de tais atos serão responsabilizados", adiantou.

No comunicado, o porta-voz da SANDF, Andries Mokoena Mahapa, explicou que o exército sul-africano "tomou recentemente conhecimento de um vídeo a circular nas redes sociais retratando membros em uniforme de uma Força de Defesa ainda não identificada a atirarem cadáveres para uma pilha de escombros a arder, bem como os elementos da SANDF observando-os".

Segundo a nota, o incidente terá ocorrido durante o mês de novembro de 2022 em Moçambique, para onde a África do Sul destacou um contingente militar como parte da Missão da Comunidade de Desenvolvimento da África Austral (SADC) em Moçambique (SAMIM).

"Uma vez que as forças são destacadas, elas fazem parte de uma força combinada e estão sob o comando e controle da SAMIM. A África do Sul apenas apoia a missão logisticamente", referiu-se no comunicado.

A província moçambicana de Cabo Delgado enfrenta há cinco anos uma insurgência armada com alguns ataques reclamados pelo grupo extremista Estado Islâmico.

A insurgência levou a uma resposta militar desde julho de 2021 com apoio do Ruanda e da SADC, libertando distritos junto aos projetos de gás, mas surgiram novas vagas de ataques a sul da região e na vizinha província de Nampula.

O conflito já fez um milhão de deslocados, de acordo com o Alto-Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (ACNUR), e cerca de 4.000 mortes, segundo o projeto de registo de conflitos ACLED.

Sapo/MS

Escolas de samba começam ensaios para o carnaval no Anhembi

Os ensaios das 34 agremiações filiadas à Liga-SP acontecerão de quinta a domingo, entre os dias 7 de janeiro e 9 de fevereiro. As escolas de samba de São Paulo começaram no sábado (7) a temporada de ensaios técnicos para o carnaval de 2023.

Os ensaios são fundamentais para as escolas de samba organizarem o que pretendem apresentar nos desfiles de fevereiro, e são abertos ao público com entrada gratuita.

Os desfiles do grupo especial devem ocorrer nos dias 17 e 18 de fevereiro. Já as escolas do grupo de acesso desfilam nos dias 19 e 20. Os desfiles das campeãs estão previstos para o sábado posterior, dia 25 de fevereiro de 2023. Os ensaios das 34 agremiações filiadas à Liga-SP acontecerão de quinta a domingo, entre os dias 7 de janeiro e 9 de fevereiro.

UOL/MS

Guajajara entra para história ao se tornar a primeira indígena a chefiar um ministério

A líder indígena Sônia Guajajara assumiu nesta quarta-feira (11) o comando do Ministério dos Povos Indígenas. Agora à frente da pasta, Guajajara entra para a história ao se tornar a primeira indígena a chefiar um ministério.

Concorrida, a solenidade, que contou com a presença do Presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT), teve muitas filas. Quem não conseguiu entrar para ver, assistiu em um telão montado no primeiro andar do palácio. Na abertura da cerimônia, parte do Hino Nacional Brasileiro foi cantado na língua Ticuna, dos povos Ticuna – o mais numeroso povo indígena da amazônia brasileira.

Durante a cerimônia de posse no Palácio do Planalto, a ministra homenageou o indigenista Bruno Araújo Pereira e o jornalista britânico Dom Phillips – que foram assassinados em uma expedição à região amazônica do Vale do Javari, no Amazonas, em junho de 2022.

G1/MS

São Paulo soma 6 mil casos de furto e vandalismo a semáforos em 2022

Um levantamento feito pela CET (Companhia de Engenharia de Tráfego) sobre as ocorrências de furtos e vandalismo no sistema semafórico da cidade de São Paulo mostra que, de janeiro a dezembro de 2022, foram registradas 6.035 ocorrências desse tipo de crime.

O número representa, em média, 17 semáforos danificados por dia. Trata-se de um aumento de 20% em relação ao ano de 2021, quando foram contabilizadas 5.237 ocorrências. A cidade de São Paulo tem o maior parque semafórico do país, com mais de 6.600 cruzamentos e travessias semaforizadas.

G1/MS

BRASIL

Credito: DR

Saiba as semelhanças das invasões ao Capitólio e às sedes dos Três Poderes no Brasil

Os atentados do passado domingo (8) em Brasília alcançaram o triplo da abrangência da invasão do Capitólio em Washington há dois anos, porque tiveram como alvo as sedes dos Três Poderes.

Já do ponto de vista do momento político e institucional, o que ocorreu no dia 6 de janeiro de 2021 foi muito mais grave e representou muito mais riscos para a estabilidade do país.

Os invasores em Washington foram convocados pelo então Presidente Donald Trump a impedir a certificação da vitória de seu adversário, Joe Biden, que estava em curso no Congresso americano.

No caso do Brasil, o principal líder dos manifestantes, Jair Bolsonaro, não está no cargo há cerca de duas semanas, não fez uma convocação pública explícita para os ataques do passado domingo (8), e seu adversário, o Presidente Lula, já tomou posse.

O dano causado em Brasília é muito maior, não só no sentido material, mas do risco objetivo para a segurança nacional. A Casa Branca não foi invadida, o que seria impensável, porque ela é protegida pelo dispositivo ostensivo da CIA. Os invasores brasileiros tiveram potencialmente acesso a segredos de segurança nacional guardados no Palácio do Planalto, a documentos de processos extremamente sensíveis no Supremo Tribunal Federal (STF), envolvendo Bolsonaro, seus filhos, Lula e tantas outras personagens importantes da república, e àqueles também existentes no Congresso. O atentado ao Capitólio teve consequências humanas mais sérias. Cinco pessoas morreram. Terrorismo, como diz a Enciclopédia Britânica, é o "uso calculado da violência para criar um clima geral de medo numa população para produzir um objetivo político particular".

CNN/MS

CPF como registro único: entenda o que muda com a nova lei

Credito: DR

O Presidente Luiz Inácio Lula da Silva sancionou nesta quarta-feira (11) uma lei que estabelece o CPF como número suficiente para identificar um cidadão nos serviços públicos.

O que diz a lei? A lei estabelece que o CPF deve constar nos cadastros e documentos de órgãos públicos, do registro civil de pessoas naturais ou em documentos de identificação emitidos pelos conselhos profissionais.

O que muda na prática? Órgãos de governo não poderão exigir outros números de identificação para preencher um cadastro – como o PIS, o RG ou o número da carteira de trabalho, por exemplo. Os outros documentos podem ser solicitados, mas a ausência das informações não poderá mais impedir a conclusão do cadastro ou requerimento.

Quando a nova regra começa a valer? Os governos municipais, estaduais e federal têm prazo de 12 meses para se adaptar à nova regra.

E quanto à nova carteira de identidade? Em fevereiro de 2022, o gov-erno anunciou um novo modelo de carteira de identidade para o Brasil – que também será unificado pelo número do CPF.

G1/MS

Belém 407 anos

Moradores falam das riquezas de sabores, aromas e cores da metrópole da Amazônia

A 'Cidade das Mangueiras', fundada em 12 de janeiro de 1616, a partir do desembarque de Francisco Castelo Branco na foz do rio Guajará, completou nesta quinta-feira (12) 407 anos. A primeira capital da Amazônia celebra nesta data mais de quatro séculos de histórias e encantos.

Belém chegou neste 12 de janeiro de 2023 como uma cidade única em inúmeros sentidos. A metrópole da Amazônia oferece aos seus 1,5 milhão de habitantes um passeio no passado, mas sem perder de foco a perspectiva de futuro.

As igrejas centenárias, os parques pulsantes de biodiversidade, a gastronomia de encher de desejo os olhos e a boca e, sobretudo, a cultura do seu povo são as principais marcas da cidade do grande filósofo Benedito Nunes.

Falou em Belém, pensou em açaí. Na terra do "Ouro Roxo", iguarias para aguçar o paladar não faltam: tacacá, pato no tucupi, maniçoba, filhote, castanha-do-Pará, bolinho de pirarucu, arroz paraense, caranguejo, pupunha, bacuri, etc. A lista, que aparenta não ter fim, revela a riqueza gastronômica da cidade, coroada com o título mundial de 'Cidade Criativa da Gastronomia', título concedido pela Unesco em 2015. A cidade erguida às margens da baía do Guajará e do rio Guamá não nega sua ligação com o meio ambiente. Cercada de belezas naturais, Belém mantém vivos os traços da fauna e flora amazônica.

Parques, bosque, jardim botânico, ilhas e inúmeras praias dão forma à paisagem urbana contemporânea.

G1/MS

Credito: DR

As maiores mentiras e mentirosos da história

Inês Carpinteiro / David Ganhão. Fotos: DM

Pelos vistos nem todas as mentiras são más, pelo menos para quem estava do lado dos Aliados e queria vencer a guerra. Durante a Segunda Guerra Mundial, os americanos não conseguiam decifrar o significado de "AF", a localização de um ataque naval que estava a ser planeado pelas forças do Japão. Os especialistas da inteligência militar americana ponderavam se "AF" significaria "midway" já que normalmente designavam "A" como sendo o Hawaii e essa parecia ser uma potencial localização alvo de ataque.

Para testar a sua teoria, enviaram uma mensagem encriptada falsa a afirmar que a água fresca de midway estava contaminada devido às avarias da estação de destilação. Pouco depois dessa transmissão, intercetaram um relatório japonês que dizia "AF tem pouca água". A sua mentira confirmou as suspeitas! Então, os Estados Unidos prepararam-se para o ataque e conseguiram uma vitória que contribuiu para o triunfo da guerra.

Em 1998, a estimada revista médica Lancet publicou um artigo do médico britânico Andrew Wakefield, no qual relacionava o autismo com a vacina comummente administrada contra sarampo e rubéola (MMR). O estudo recebeu ampla publicidade, embora a pesquisa tenha sido baseada numa amostra incrivelmente pequena e seletiva de 12 crianças. Levantaram-se também questões éticas, como o facto de Wakefields não ter as autorizações necessárias para proceder ao estudo e falsificar dados, sendo que mais tarde perdeu a sua licença médica. No entanto, o estrago estava feito. Nos anos que se seguiram, as taxas de vacinação em crianças desceram 50% em algumas partes do Reino Unido. Durante esses 15 anos que se seguiram a este estudo, existiram mais de 10.000 casos evitáveis de sarampo.

O Presidente Donald Trump foi um dos presidentes mais polarizados da história dos EUA, e a sua campanha de reeleição não foi exceção. Em 2020, o senador democrata Joe Biden derrotou o republicano que se recusou a acreditar no insucesso, alegando repetidamente fraude eleitoral e encorajando os seus apoiantes a acreditar no mesmo. Depois de um ano após a eleição, 68% dos republicanos ainda acreditavam que a eleição foi fraudulenta.

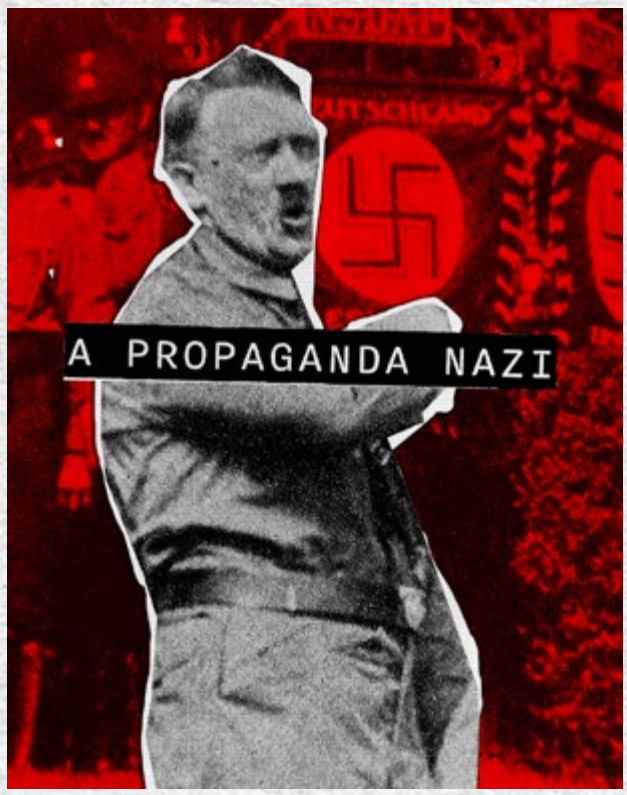
Estas alegações de fraude eleitoral foram fortemente investigadas e nunca confirmadas. Os repórteres da Associated Press fizeram a sua investigação em seis estados em que Trump tinha contestado os resultados. Embora tenham encontrado 475 possíveis casos de fraude eleitoral, esses não fazem diferença num contexto em que mais de 25 milhões de votos revertem a favor do opositor. As alegacões infundadas de Donald Trump culminaram nos motins do Capitólio de 2021, onde milhares de pessoas invadiram o Capitólio para impedir a certificação da vitória eleitoral de Biden.

Simon Leviev (ou Shimon Hayut que é o seu verdadeiro nome) é um nome que ficou recentemente nas bocas do mundo por ser um golpista nas redes sociais criadas para gerar conexões amorosas, como o Tinder. Crescemos com contos de fados e há quem se aproveite disso. O romance perfeito e a chegada do príncipe encantado, é assim que Leviev dá o golpe. No mundo dos relacionamentos há quem minta na idade, outros na aparência e qualidades. Leviev atraia mulheres com um estilo de vida luxuoso, vivido por um herdeiro de uma empresa de diamantes que conduz negócios pelo mundo inteiro. Depois de um encontro avassalador seguido do início de um relacionamento romântico, a vida de Simon entrava numa espiral de problemas causados pelos seus 'inimigos', sendo que a sua vida só poderia ser salva com a ajuda monetária da sua cara-metade. Foi assim que deixou várias mulheres endividadas que, sem saber, financiavam a sua vida de luxo que conquistavam a próxima vitima.

Anna Sorokin ou Anna Delvey é uma vigarista alemã conhecida a nível mundial e porquê? Fez-se passar por uma herdeira rica para chegar à elite da sociedade de Nova Iorque. Delvey tinha o objetivo de criar um clube privado e uma fundação artística, o que incluía o arrendamento de um dos prédios mais cobiçados da cidade. Além de inventar uma persona para se inserir no meio artístico e milionário, também inventou fundos para concretizar o seu sonho e angariar financiamentos. Recorreu a falsificações de transferências e cheques fraudulentos para enganar as instituições bancárias para que concebessem grandes empréstimos sem garantias, que lhe financiavam um estilo de vida luxuoso. No período de 5 anos, Delvey enganou grandes instituições financeiras, bancos, hotéis e indivíduos, totalizando um total de $275.000.

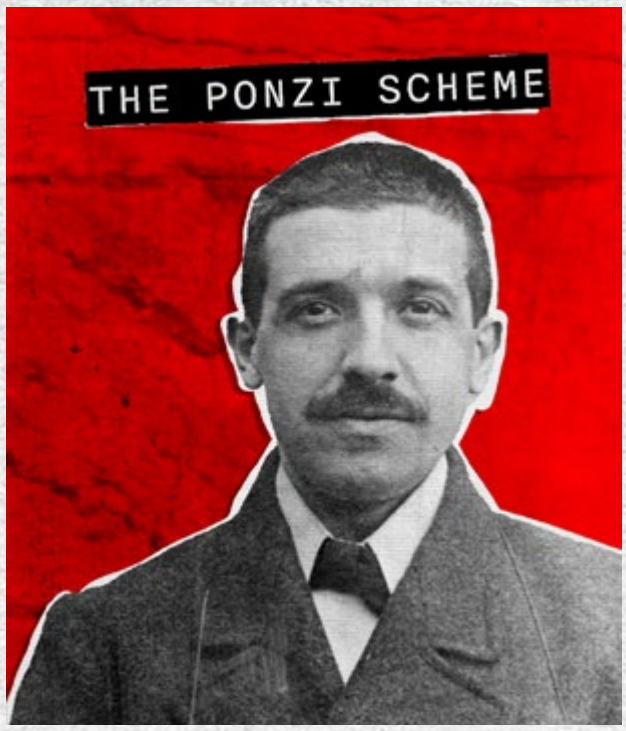
Dizem que vale tudo no amor e na guerra. Quando Trojan Paris fugiu com a esposa do rei espartano, a guerra explodiu. Já durava há 10 longos anos quando os troianos acreditaram que finalmente tinham vencido os gregos, mas estes tinham outro truque.

Num golpe de génio, os gregos construíram um enorme cavalo de madeira, com barriga oca onde esconderam os seus homens. Depois de convencerem o inimigo que esta estrutura era uma oferta de paz, os troianos aceitaram e levaram-nos para dentro da sua cidade fortificada. Quando a cidade já dormia, os gregos saíram do cavalo e derrotaram os troianos.



Na época em que o nazismo surgiu na Alemanha na década de 1930, o antissemitismo não era novidade, o povo judeu já vinha a sofrer uma longa história de preconceito e perseguição. Embora os nazis perpetuassem mentiras centenárias, desta vez teriam efeitos mais devastadores. O antissemitismo manifestou-se numa ampla política nacional que pretendia eliminá-los. Para o conseguir, foi lançada uma campanha massiva que assumiu o controlo da imprensa, fabricaram-se mentiras que culpavam os judeus de todos os problemas da Alemanha, incluindo a perda da Primeira Guerra Mundial e inventou-se o assassinato de crianças cristãs dizendo que utilizavam o seu sangue na fermentação do pão que comiam na Páscoa. “Nenhuma salvação é possível até que o portador da desunião, o judeu, tenha se tornado impotente para ferir”, disse Hitler aos seus seguidores em 1922. O resultado foi o assassinato de 6 milhões de judeus e 5 milhões de outros prisioneiros de guerra.

Conhecida como a técnica da grande mentira – não importa o tamanho da mentira, as pessoas acreditam se for repetida as vezes suficientes.



Charles Ponzi, um imigrante italiano, fez uma fortuna das mentiras que pregava às pessoas. Era tão bom na arte do engano que o governo até usou o seu último nome para apelidar um tipo de fraude – o Ponzi Scheme.

Em 1920, Ponzi enganou milhares de residentes de New England para que investissem num esquema de especulação de selos postais. Prometeu aos investidores que poderia fornecer um retorno impressionante de 50% em apenas 90 dias. Cada vez que um novo investidor lhe dava dinheiro, utilizava esses fundos para pagar os investidores anteriores para criar a ilusão de que estavam a lucrar com um negócio legítimo.

No auge do seu grande golpe, arrecadou $250.000 por dia, o que hoje equivaleria a cerca de $3 milhões. No entanto, os dias de fraude e complô duraram apenas até ao mês de agosto, desse mesmo ano, quando foi acusado de 86 casos de fraude.

A indústria do tabaco talvez seja a responsável de uma das maiores mentiras já contadas. Já desde 1964, os especialistas médicos apresentavam relatórios sobre os perigos do tabagismo. No entanto, os fabricantes afirmaram o contrário e esta noção perpetuou durante décadas. Ainda em 1994, James W. Johnson da R.J. Reynolds disse que “fumar cigarros não é mais ‘viciante’ do que café, chá ou twinkies”, quando na verdade causam dependência na mesma escala que a cocaína, o álcool e opioides. A indústria sempre esteve plenamente consciente dos efeitos viciantes da nicotina, mas escolheram continuar a negá-lo. Hoje, sabemos que é severamente prejudicial, incluindo o fumo passivo. O tabagismo causa mais de 480.000 mortes a cada ano.

Em 1998, as quatro maiores empresas de tabaco, depois de serem processadas, chegaram a um acordo de pagar $206 mil milhões ao longo de 25 anos para ajudar a custear os custos médicos de doenças relacionadas ao fumo.

Na World Series de 1919, oito jogadores de basebol do Chicago White Sox perderam intencionalmente contra o Cincinnati Reds em troca de um suborno de $100.000 (o que equivaleria a $1,5 milhões hoje).

As pessoas ficaram desconfiadas quando os atletas dos White Sox começaram a jogar de forma incomum na melhor série de nove campeonatos. Os jogadores que aceitaram o suborno ficaram conhecidos como Black Sox devido à sua conduta obscura e foram indiciados por nove acusações de conspiração. Depois de enfrentarem o julgamento e confessarem o crime, o desaparecimento misterioso das suas confissões levou à sua absolvição e a apenas uma proibição permanente de jogar na Liga Principal.

A Guerra dos Mundos é um episódio da série antológica de rádio-teatro, apresentada a 30 de outubro de 1938, transmitida pela rede de rádio do Columbia Braodcasting System. Este episódio ficou conhecido por causar o pânico em massa – sendo que a sua dimensão foi contestada pela fraca audiência do programa. Começou por ser uma transmissão típica de rádio noturna interrompida por uma série de boletins noticiosos. Descreveram-se uma série de explosões estranhas observadas em Marte, seguido de um relato de um objeto incomum caído numa fazenda, mais tarde, uma transmissão “ao vivo” onde uma multidão e polícia cercavam o objeto. A situação escala quando, do cilindro, emergem marcianos que recorrem a um raio de calor para atacar, interrompendo o repórter em pânico no local. Seguiu-se uma série de notícias alarmantes que detalhavam uma invasão alienígena. Depois, aparece o relato de um sobrevivente e finalmente, descobre-se que os marcianos foram derrotados... não por humanos, mas por micróbios.

Este efeito de ilusão deu-se para os ouvintes que perderam a introdução e a contextualização de que o programa era um drama. Nos dias seguintes, a indignação foi expressa nos meios de comunicação, descrevendo o formato do programa como enganoso.

MUNDO

Creditos: DR

Saúde JN

Tempo de espera recorde nas urgências em Inglaterra

O serviço de saúde pública (NHS) do Reino Unido registou um recorde de 54.532 pessoas à espera "mais de 12 horas" nas urgências hospitalares em dezembro, de acordo com dados oficiais divulgados esta quinta-feira (12).

Por outro lado, o tempo médio de resposta telefónica que os doentes tiveram de esperar para serem atendidos quando solicitaram uma ambulância, no mês passado, nos casos mais urgentes foi de 10 minutos e 57 segundos.

O tempo de espera considerado ideal para uma resposta telefónica em tais casos é de sete minutos.

Estes dados evidenciam as dificuldades que o serviço de saúde britânico enfrenta atualmente devido à chamada da "twindemic", uma vaga de casos de covid-19 e gripe, aliada à falta de pessoal e de investimento nos últimos anos. De acordo com o centro de estudos King's Fund, o Reino Unido gastou na saúde 10,2% do Produto Interno Bruto (PIB) em 2019 (antes da pandemia), inferior aos 11,7% da Alemanha e 11,1% da França. O NHS também tem sido afetado nos últimos meses por greves de tripulantes de ambulância e enfermeiros para exigirem melhores salários e emprego. Um dos principais problemas identificados pelo Governo foi a ocupação de milhares de camas hospitalares por pessoas em condições de receber alta mas que não têm para onde ir devido à escassez de espaços em unidades com cuidados continuados.

Isto leva a que ambulâncias tenham de esperar horas à porta dos hospitais com doentes que não podem ser admitidos, e, consequentemente, demorem horas para assistir pessoas que telefonaram para pedir assistência urgente.

Na semana passada, o ministro da Saúde, Steve Barclay, mobilizou 200 milhões de libras (226 milhões de euros) para obter camas em lares de idosos e outras unidades de saúde para aliviar a pressão nos hospitais sentida durante o inverno.

Ainda assim, o médico chefe do NHS England, Stephen Powis, saudou resultados positivos na redução da lista de espera de tratamentos ou operações planeadas que aumentou durante a pandemia covid-19.

"Enquanto os profissionais de saúde respondiam ao número recorde de atendimentos nas emergências, telefonemas para o 999 [número de emergência] e pedidos de ambulância urgentes por causa da 'twindemic' que resultou em níveis inéditos de doenças respiratórias nos hospitais, também continuaram a ajudar doentes (...) a fazer testes de diagnóstico e tratamento do cancro", vincou.

JN/MS

França JN

Homem que feriu seis pessoas em Paris foi detido por tentativa de homicídio

Creditos: DR

O homem que feriu seis pessoas, na manhã de quarta-feira (11), na estação de comboios Gare du Nord, em Paris, foi detido por tentativa de homicídio, anunciou a procuradoria regional de Justiça de Paris.

O estado de saúde do homem, que foi baleado pela polícia, foi considerado compatível com a medida de custódia, explicou a procuradoria regional de Justiça de Paris.

O detido foi internado, depois de ser atingido por duas balas no peito e uma no braço disparadas por um polícia de fronteira, fardado e em serviço, e outro da brigada da rede Ile-de-France que estava fora de serviço, mas no local quando o homem esfaqueou seis pessoas na estação de comboios.

Segundo descreveu a procuradora de Paris, Laure Beccuau, em comunicado divulgado na quarta-feira (11) à noite, o homem, de 20 e poucos anos, "começou, de repente e sem razão aparente, a ferir uma primeira vítima com a sua arma, tendo desferido cerca de 20 golpes" com um 'gancho de metal'".

O ataque provocou ferimentos a três homens, um dos quais um polícia de 46 anos, além de outros dois com 41 e 36 anos, e três mulheres de 40, 47 e 53 anos.

A identidade do agressor ainda está a ser verificada, acrescentou a procuradoria de Paris, explicando que o detido está "registado sob várias identidades no arquivo de impressões digitais".

Uma fonte policial disse, entretanto, tratar-se de um líbio nascido em 2000 que tinha uma ordem de expulsão de França que não pôde ser concretizada devido à instabilidade que reina na Líbia.

As suas motivações são ainda desconhecidas e não há indícios que comprovem a hipótese de se ter tratado de um atentado terrorista, segundo garante o jornal "Le Figaro".

O incidente aconteceu na quarta-feira (11) às 6.40 horas em Paris (5.40 horas em Portugal continental), quando um "indivíduo extremamente ameaçador" iniciou um ataque dentro da estação de comboios, explicou o ministro do Interior francês, Gérald Darmanin.

A Gare du Nord é a maior estação de comboios da Europa e a terceira maior do mundo em termos de tráfego, recebendo 700 mil pessoas por dia e mais de 220 milhões de passageiros por ano.

Os comboios servem o norte da França, mas também destinos internacionais como Londres, Bélgica e Países Baixos.

JN/MS

Conflito JN

Rússia convoca reunião do Conselho de Segurança da ONU

O representante permanente da Rússia nas Nações Unidas, Dimitri Polianski, anunciou que o Conselho de Segurança da ONU realizará uma reunião sobre a Ucrânia na próxima semana, a pedido de Moscovo.

"Não vou entrar em detalhes sobre o que acontecerá no Conselho de Segurança - por nossa sugestão - sobre a Ucrânia no início da próxima semana: deixemos que os nossos opositores vivam na ignorância por enquanto", disse na quarta-feira (11) Polianski na plataforma Telegram.

A Rússia convocou ainda para 20 de janeiro uma outra reunião, esta informal, do Conselho de Segurança da ONU sobre o bombardeamento ucraniano, em dezembro, de zonas controladas pelas forças russas na região de Donbass, no leste da Ucrânia.

Segundo Polianski, a Rússia decidiu convocar uma reunião porque na quinta-feira (12) o Conselho de Segurança debateu, a pedido do Japão, "o Estado de Direito entre as nações" e, hoje (13), debaterá a situação na Ucrânia.

Creditos: DR

O diplomata russo disse temer que a discussão aconteça "com tons antirrussos".

"Os nossos antigos parceiros ocidentais farão todo o possível para provar que todos os problemas do mundo começaram precisamente em 24 de fevereiro de 2022. Claro que nos iremos opor", disse Polianski.

A ofensiva militar lançada a 24 de fevereiro pela Rússia na Ucrânia causou já a fuga de mais de 14 milhões de pessoas -- 6,5 milhões de deslocados internos e mais de 7,9 milhões para países europeus -, de acordo com os mais recentes dados da ONU.

Neste momento, 17,7 milhões de ucranianos precisam de ajuda humanitária e 9,3 milhões necessitam de ajuda alimentar e alojamento.

A invasão russa foi condenada pela generalidade da comunidade internacional, que tem respondido com envio de armamento para a Ucrânia e imposição à Rússia de sanções políticas e económicas.

A ONU apresentou como confirmados desde o início da guerra 6.919 civis mortos e 11.075 feridos, sublinhando que estes números estão muito aquém dos reais.

JN/MS

HELP US BUILD ONTARIO

The Carpenters' Union

JOIN TODAY

organizing@thecarpentersunion.ca

We Offer Among the Best Benefits, Pension & Wages in the Industry

Carpenters' District Council of Ontario

www.thecarpentersunion.ca | 905.652.4140

visit **highparkNissan.com**

HIGH PARK NISSAN

Michael Cruz
Pre-owned/New Car Specialist
mcruz@highparkNissan.com

HIGH PARK NISSAN
3275 Dundas St W, Toronto
(416) 762-7537

STADIUM
Suplemento Desportivo

LEÃO VIROU... RATÃO

Inês Barbosa
Opinião

O leão, que vinha amealhando importantes vitórias na Liga que o foram envaidecendo, vestiu-se a rigor para ir "jantar fora" e tentar encontrar a sua próxima vítima. O menu servido na Madeira parecia delicioso e uma ótima forma de conseguir engordar três pontos - mas o caldeirão mostrou-se fatal para este guloso leão - qual João Ratão - que acabou a chuchar no dedo... e a ver o pódio cada vez mais longe.

Os insulares, que precisam desesperadamente de pontos para se escaparem dos últimos lugares da tabela classificativa, entraram decididos em lutar e surpreender. Por outro lado, a equipa de Rúben Amorim esteve apática e nunca se conseguiu realmente superiorizar.

Logo nos minutos iniciais da partida os verde-rubros foram ameaçando a baliza de Adán com vários lances de perigo. Já os lisboetas chegaram pela primeira vez com perigo junto das redes dos insulares aos 17', mas o estreante Marcelo Carné travou as intenções de Paulinho. Seguiram-se um par de novas tentativas leoninas de inaugurar o marcador, mas a estratégia José Gomes mostrava-se vencedora e o marcador não se alterou até ao intervalo. Já na segunda metade, e depois de reclamarem duas grandes penalidades, os leões viram Percy Liza cair na sua grande área: Cláudio Winck esperou que o guardião espanhol cedesse um lado e atirou para o outro, dando a vitória à sua equipa.

As águias receberam e bateram pela margem mínima o Portimonense na Luz, numa partida que se mostrava crucial para a equipa se colocar novamente "nos eixos", após pesada derrota frente ao Braga na jornada anterior.

O Benfica conseguiu criar diversas (e boas) oportunidades mas a pontaria parecia não querer nada com a formação encarnada: valeu o castigo máximo cobrado por João Mário, logo aos 9', depois de Nakamura ter derrubado Gonçalo Ramos na área.

O marcador poderia ter mexido novamente aos 19' a favor do Benfica, mas Nakamura travou uma nova grande penalidade, desta feita cobrada por Aursnes.

Depois, já perto dos 30', o guardião da formação algarvia voltou a mostrar-se vital para negar a finalização de uma excelente triangulação entre Aursnes, Gonçalo Ramos e João Mário.

Ainda antes do intervalo Gonçalo Ramos viu a bola sair ao lado da baliza algarvia após um vistoso pontapé e já na segunda parte voltou a estar perto do golo, mas o cabeceamento saiu ao lado.

No final, ficou a sensação de que os comandados de Schmidt podiam ter feito mais - mas, convenhamos, também era preciso que Nakamura deixasse.

O Braga continua a vencer (e de que maneira): em Ponta Delgada, um bis de Ricardo Horta (15' e 80') e os pontapés certeiros de Iuri Medeiros (16') e André Horta (53') valeram a terceira vitória consecutiva dos Guerreiros do Minho no campeonato.

O Famalicão voltou a vencer na Liga, derrotando o Vizela por 2-1. Penetra adiantou os locais aos 45+1' e o Vizela empatou, por Kiko Bondoso, aos 49'. O golo que confirmou o triunfo do Famalicão chegou aos 81', com assinatura de Iván Jaime.

Os canários acabaram por servir de banquete aos lobos de Arouca: um bis do palestiniano Oday Dabbagh (28' e 64') permitiu aos arouquenses, que vinham de duas derrotas consecutivas na prova, isolarem-se no sétimo posto da tabela classificativa e agudizou a crise dos estorilistas, que somaram a terceira derrota seguida e o quinto encontro sem vencer.

O marcador não sofreu qualquer alteração no D. Afonso Henriques, o que impediu o Vitória SC, que na jornada anterior saiu derrotado da visita ao Vizela, de se aproximar do quinto lugar, atualmente ocupado pelo Casa Pia. Já o Rio Ave é oitavo com 20 pontos. Nota para o (novo) lamentável episódio que levou à interrupção da partida perto do minuto 80, quando Emmanuel Boateng se queixou de ter ouvido insultos racistas das bancadas.

Podia ter sido uma noite de glória para Sérgio Conceição - que, em caso de vitória, ultrapassaria José Maria Pedroto como o treinador com mais vitórias na história do clube - mas acabou em tragédia. Os azuis e brancos viajaram até Lisboa e, não conseguindo ir além de um empate sem golos frente ao Casa Pia, permitiram o distanciamento do Benfica na liderança e ainda cederam o segundo lugar ao Braga.

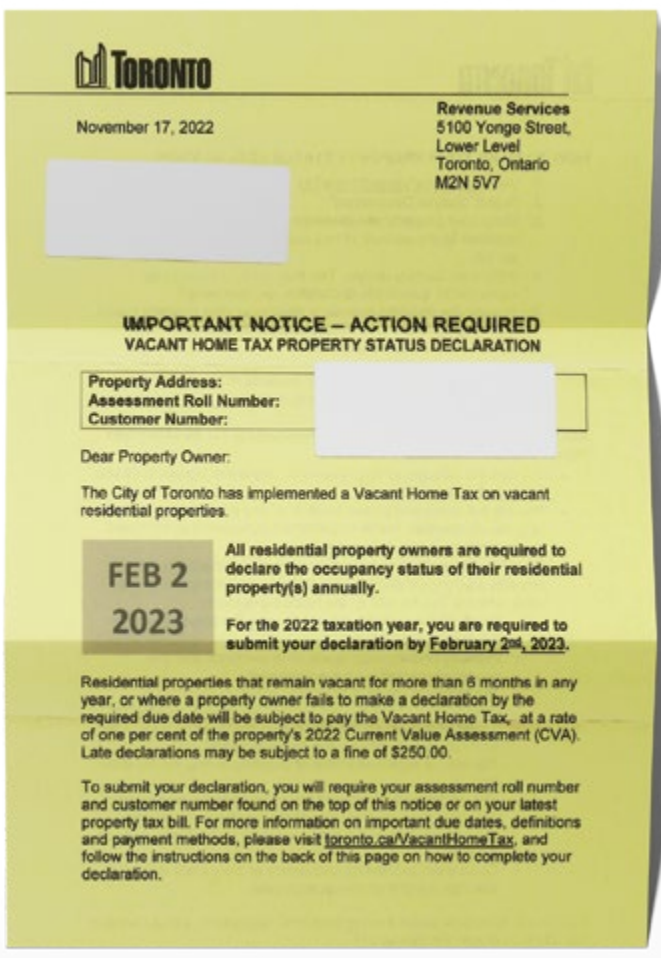
Não é novidade que os gansos são uma das equipas sensação desta edição do campeonato português - e voltaram a fazer das suas nesta jornada. A equipa de Filipe Martins mostrou-se muito capaz, organizada e uma verdadeira dor de cabeça para os dragões - por alguma razão são a terceira melhor defesa da Liga.

E nem mesmo a expulsão de Lucas Soares, já próxima do final da primeira parte, abriu caminho para a vitória azul e branca. Mas quem sabe se a história não seria outra se o jogo fosse jogado, até final, com onze contra onze?

O F.C. Porto somou oportunidades de marcar, mas o bloco defensivo casapiano mostrou ser uma verdadeira muralha. A somar a isso houve ainda a noite inspirada de Ricardo Batista, que manteve invioladas as redes da baliza dos gansos.

Na (nova) estreia de César Peixoto no comando dos castores, os pacenses ficaram-se pelo empate - o terceiro da equipa no campeonato - a uma bola na receção ao Chaves. Os flavienses colocaram-se em vantagem aos 67', por intermédio de Juninho, mas Uilton, aos 75', resgatou o empate. Ainda assim, o ponto alcançado foi insuficiente para que o Paços de Ferreira abandonasse o último posto, com apenas três pontos conquistados. Já o Desportivo de Chaves segue tranquilamente no nono lugar.

A vitória do Boavista em Barcelos fechou esta 15.ª jornada. As panteras, que regressaram aos triunfos, após seis encontros sem vencer, graças a um golo solitário de Yusupha, terminam a ronda no oitavo lugar, com 20 pontos, enquanto o Gil Vicente manteve o 16.º lugar.


TORONTO

November 17, 2022

Revenue Services
5100 Yonge Street,
Lower Level
Toronto, Ontario
M2N 5V7

IMPORTANT NOTICE – ACTION REQUIRED
VACANT HOME TAX PROPERTY STATUS DECLARATION

Property Address:
Assessment Roll Number:
Customer Number:

Dear Property Owner:

The City of Toronto has implemented a Vacant Home Tax on vacant residential properties.

FEB 2
2023

All residential property owners are required to declare the occupancy status of their residential property(s) annually.

For the 2022 taxation year, you are required to submit your declaration by February 2nd, 2023.

Residential properties that remain vacant for more than 6 months in any year, or where a property owner fails to make a declaration by the required due date will be subject to pay the Vacant Home Tax, at a rate of one per cent of the property's 2022 Current Value Assessment (CVA). Late declarations may be subject to a fine of $250.00.

To submit your declaration, you will require your assessment roll number and customer number found on the top of this notice or on your latest property tax bill. For more information on important due dates, definitions and payment methods, please visit toronto.ca/VacantHomeTax, and follow the instructions on the back of this page on how to complete your declaration.

Declaração da situação de casas desocupadas em Toronto

Todos os proprietários de imóveis residenciais (unifamiliar, multifamiliar, ou comercial e residencial de uso misto) são agora obrigados por lei a declarar anualmente o estatuto de ocupação das suas propriedades que se localizam na cidade de Toronto.

Para o ano fiscal de 2022, é-lhe exigido que submeta a sua declaração até ao dia 2 de fevereiro de 2023. Declarações submetidas após o prazo estarão sujeitas a uma multa de $250.00 e a não apresentação da declaração até à data de vencimento estará também sujeita ao pagamento do imposto de habitação desocupada. Por exemplo, se o atual valor atual da sua casa (CVA) for de $800,000.00, o imposto de casa desocupada será de $8,000.00 além do atual imposto imobiliário.

Se precisar de assistência para completar a Declaração do Estatuto de Casa Desocupada, sinta-se à vontade para me contactar quando lhe for conveniente, **antes do dia 2 de fevereiro de 2023.**

REMAX ULTIMATE
REALTY INC.,BROKERAGE
Independently Owned and Operated

CANDIDO FARIA
SRS, ABR, Hon. B.A.
Real Estate Broker

416.459.2007
candido@candidofaria.ca
www.CandidoFaria.ca

Se as taxas de juro o estão a preocupar, por favor contacte-me para rever as suas opções.

Creditos: DR

I LIGA

Vitória magra dá balão de oxigénio às águias

Golo de João Mário, de penálti, garante os três pontos no regresso aos triunfos. Noite marcada pelo bom jogo dos encarnados e também pela falta de eficácia. David Neres volta à competição.

A vitória do Benfica por 1-0, frente ao Portimonense, graças a um golo de João Mário de penálti, foi magra mas revelou-se preciosa para devolver a confiança aos encarnados, que têm seis pontos de vantagem sobre o Braga, segundo classificado, e mais sete que o F. C. Porto, que está no terceiro posto. Apesar de ter jogado de início sem três peças chave, casos de Enzo, Rafa e Neres, a equipa de Schmidt fez uma exibição bastante satisfatória mas terminou a queimar tempo. Depois de ter desperdiçado inúmeras oportunidades de golo frente a um adversário inofensivo, as memórias da derrota com o Braga, na última jornada, vieram ao de cima e o Benfica preferiu segurar a bola e não meter-se em aventuras. No fim, a Luz respirou de alívio com a conquista dos três pontos, vitais para encarar com tranquilidade o dérbi com o Sporting.

A história do jogo foi quase sempre de sentido único para a baliza de Nakamura. O golo madrugador de João Mário, aos nove minutos, foi crucial para estabilizar o conjunto e, logo a seguir, o Benfica poderia ter aumentado a vantagem, porém Aursnes desperdiçou o castigo máximo, depois de ter rendido o colega a bater o castigo máximo. É que o guarda-redes do Portimonense quase defendia o penálti do internacional português.

O festival de golos perdidos começou com um cabeceamento de António Silva à trave, prosseguiu com remates sem pontaria de João Mário, de Gonçalo Ramos e até de Florentino, em cima do intervalo. No reatamento, as águias mantiveram o pé no acelerador, mas foi uma daquelas noites totalmente desinspiradas no capítulo da eficácia, em que tudo correu bem mas só até ao último remate. Já os algarvios, que apostaram tudo com várias substituições na reta final do encontro, só conseguiram uma meia oportunidade, através de Cariello, que por pouco não acertou na bola em zona frontal à baliza.

No banco do Benfica, Schmidt mexeu com as entradas de Neres, que regressou à competição, e de Musa, mas o resultado não se alterou. A equipa não marcou mas voltou a mostrar segurança.

JN/MS

Casper Tengstedt oficializado até 2028

O Benfica oficializou a contratação de Casper Tengstedt, que assinou um contrato válido até 2028 com os encarnados.

Casper Tengstedt, de 22 anos, é internacional sub-21 pela Dinamarca e foi eleito jogador do ano pelo Rosenborg em 2022. No último ano, em 14 jogos pelo emblema norueguês, Tengstedt fez 15 golos e ainda ajudou com seis assistências, ele que chegou a meio da época vindo do Horsens,, clube do segundo escalão dinamarquês onde conquistou um título de campeão.

Nas primeiras palavras enquanto reforço do Benfica, Tengstedt mostrou-se feliz com a transferência. “Estou feliz por estar aqui e vou tentar ajudar a equipa. O Benfica é um clube grande e estou ansioso por me mostrar aos adeptos. Espero que consigamos fazer coisas grandes, todos juntos”, disse o dinamarquês, aos canais oficiais do clube.

JN/MS

Creditos: DR

Nem contra dez o dragão encontrou a chave do golo

Azuis e brancos marcam passo frente ao Casa Pia e ficam a sete pontos do líder Benfica. Exibição muito desinspirada em termos ofensivos.

O F. C. Porto tropeçou no sábado (7), frente ao Casa Pia, ao ceder um nulo, numa partida em que não conseguiu aproveitar o facto de ter jogado em superioridade numérica durante a segunda parte. Os dragões atacaram, tiveram oportunidades, mas faltou brilho e mais clarividência à exibição, voltando assim a ceder terreno ao líder Benfica, agora com sete pontos de vantagem. Um empate comprometedor, mas o F. C. Porto só se pode queixar de si próprio.

A má primeira parte do conjunto de Sérgio Conceição, morna e quase sem oportunidades, explica parte do insucesso. Com o mesmo onze que goleou o Arouca, na jornada anterior, os dragões remataram muito mas sem causar calafrios ao Casa Pia, que, muito bem organizado em campo, cresceu de produção mas depois baixou a guarda quando ficou reduzido a dez elementos. Com pouca velocidade, os jogadores da frente não faziam a diferença: Veron e Otávio não mostravam capacidade de desequilíbrio, já Taremi teve poucas bolas de qualidade. Por seu lado, a equipa de Filipe Martins, que trocava a bola com eficácia, teve a sua melhor chance num cabeceamento de Fernando Varela.

Nos descontos, antes do intervalo, o lance influenciou o duelo: Lucas Soares entrou com dureza sobre Galeno e viu o segundo amarelo. Os dragões receberam uma injeção de adrenalina e, logo a seguir, Fábio Cardoso esteve perto de marcar.

No reatamento, a entrada de Pepê, por troca com Uribe, anunciou um F. C. Porto declaradamente ao ataque e Galeno, num cabeceamento, esteve muito perto de marcar. Com posse de bola esmagadora, o golo adivinhava-se a qualquer momento mas nunca chegou a acontecer. O recém-entrado Toni Martínez permitiu uma excelente defesa a Ricardo Batista, Galeno e Marcano tiveram também chances de ouro perante um Casa Pia que, no plano geral, rubricou uma excelente exibição, sem nunca perder a cabeça. No banco, Conceição fez várias alterações, tentou tudo, mas o F. C. Porto falhou rotundamente no capítulo da eficácia e, antes, no último passe. O Benfica volta a estar mais longe.

JN/MS

Creditos: DR

Furacão Horta chega aos Açores

Capitão minhoto volta a bisar em nova vitória sem discussão. Braga sobe ao segundo lugar.

Uma avalanche ofensiva em modo furacão viajou diretamente do Minho para as ilhas. O Braga venceu de forma esclarecedora o Santa Clara, por 4-0, em mais um jogo em que Ricardo Horta bisou, depois de ter marcado dois golos ao Benfica na jornada passada. André Horta e Iuri Medeiros apontaram os restantes tentos de um triunfo motivador para a equipa minhota.

Artur Jorge voltou a repetir o onze que defrontou o Benfica e a nova fórmula está a revelar-se eficaz. Os arsenalistas entraram a todo o gás na primeira parte, a conseguir encostar o Santa Clara às cordas e, em dois minutos, praticamente fecharam o jogo. À passagem do quarto de hora, primeiro numa combinação entre Abel Ruiz e Ricardo Horta, semelhante àquela do segundo golo contra o Benfica, o capitão abriu a contagem para os guerreiros. Na jogada a seguir, após remate do espanhol, Iuri Medeiros aproveitou o ressalto para alargar a vantagem. O Santa Clara não conseguiu responder aos ataques rápidos do Braga e no início do segundo tempo Sequeira e Paulo Oliveira ameaçaram a baliza de Gabriel Batista.

Os arsenalistas tanto procuraram que encontraram o ouro. Aos 53 minutos, André Horta ampliou o marcador para, já a 10 minutos do fim, Ricardo Horta bisar e levar o jogo à goleada.

Com este triunfo o Braga ultrapassa o F. C. Porto no segundo lugar.

JN/MS

Creditos: DR

Leões sem ataque nem cabeça caem na Madeira

Creditos: DR

Sporting perde com o Marítimo e volta a atrasar-se na classificação, está a 12 pontos do líder Benfica. Golo de Winck, de penálti, decide o jogo e Porro reclama duas grandes penalidades.

O Sporting perdeu por 1-0, frente ao Marítimo, graças a um golo de penálti de Cláudio Winck, e volta a ficar a 12 pontos do líder do Benfica, sendo que o terceiro lugar, sinónimo de acesso à pré-eliminatória da Champions, está também mais distante, a cinco. Com cinco derrotas em 15 jogos, os leões voltaram a dar um tiro no pé.

No primeiro período, a equipa foi pouco agressiva e demorou muito a entrar no jogo, após o intervalo melhorou, mas o lance do penálti, que resultou no golo do Marítimo, acabou por deitar por terra a estratégia. A exibição tornou-se irregular, com muitos nervos, e o Sporting só acordou nos últimos minutos, com muitos cruzamentos, mas com pouca cabeça e... remates. Uma derrota difícil de digerir a uma semana do dérbi com o Benfica e que ocorre no melhor período da temporada, após sete triunfos seguidos em todas as competições.

Com Arthur e Mateus Fernandes no onze e sem Pedro Gonçalves, castigado, o Sporting foi surpreendido com uma boa entrada dos insulares, que, por Xadas, tiveram a primeira oportunidade do jogo.

Paulinho respondeu num lance que criou muito perigo junto da baliza madeirense e o duelo tornou-se morno até ao intervalo, sem grandes oportunidades para os dois lados. O Marítimo defendia bem e o Sporting não era agressivo. O arranque da segunda parte ficou marcado pela polémica. Porro caiu duas vezes na grande área do adversário, mas o árbitro não concedeu penálti, a seguir Mateus Fernandes, que jogou de início, pisou Liza e foi marcada grande penalidade, concretizada com êxito por Winck. Atordoado, o Sporting demorou a reagir mas nem com as opções vindas do banco, lançadas por Amorim, tiveram arte e engenho para se aproximar do empate. O jogo foi muito lateralizado, mas com pouco sumo no remate final. Aliás, no segundo período, o Sporting não fez um único pontapé enquadrado com a baliza de Carné. Já o Marítimo teve chances no contra-ataque.

Mais: Porro foi o melhor do Sporting, em especial a atacar, e Nuno Santos deu alma à equipa. No Marítimo, Mosquera e Wick brilharam.

Menos: Leões sem chama no ataque e incapazes de criar verdadeiro perigo após o golo do Marítimo. Paulinho desperdiçou a melhor chance.

Árbitro: Leo Pereira empurrou Porro e ficou um penálti por assinalar a favor do Sporting. Decisão correta no castigo máximo dos madeirenses.

JN/MS

I LIGA - CLASSIFICAÇÃO

Equipas	P	PD	V	E	D	GM	GS	DG
Benfica	40	15	13	1	1	38	10	28
Braga	34	15	11	1	3	36	12	24
F.C. Porto	33	15	10	3	2	36	10	26
Sporting	28	15	9	1	5	29	16	13
Casa Pia	27	15	8	3	4	15	11	4
Vitória SC	24	15	7	3	5	14	16	-2
Arouca	22	15	6	4	5	17	24	-7
Rio Ave	20	15	5	5	5	17	19	-2
Chaves	20	15	5	5	5	14	19	-5
Boavista	20	14	6	2	6	15	23	-8
Portimonense	19	15	6	1	8	13	17	-4
Vizela	18	15	5	3	7	15	15	0
Famalicão	17	15	5	2	8	15	19	-4
Estoril	16	14	4	4	6	14	20	-6
Santa Clara	13	15	3	4	8	11	18	-7
Gil Vicente	12	15	3	3	9	12	22	-10
Marítimo	10	15	2	4	9	10	28	-18
P. Ferreira	3	15	0	3	12	8	30	-22

I LIGA - RESULTADOS - 15.ª JORNADA

Rio Ave	1-1	Marítimo
Portimonense	1-2	Casa Pia
F.C. Porto	5-1	Arouca
Gil Vicente	1-0	Santa Clara
Sporting	3-0	P. Ferreira
Chaves	0-2	Famalicão
Vizela	3-0	Vitória SC
Braga	3-0	Benfica
Arouca	4-1	Famalicão

I LIGA - PROGRAMA - 16.ª JORNADA

Sexta-feira (13)

Portimonense 15h15 Santa Clara - SPORT TV1

Sábado (14)

Vizela 10h30 Marítimo - SPORT TV1

Rio Ave 13h00 P. Ferreira - SPORT TV1

Braga 15h30 Boavista - SPORT TV1

Domingo (15)

Chaves 10h30 Arouca - SPORT TV1

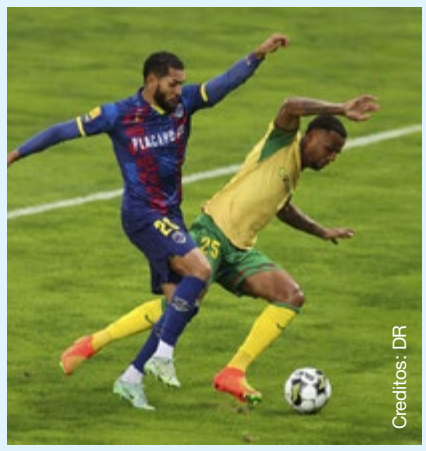
Benfica 13h00 Sporting - BTV

F.C. Porto 15h30 Famalicão - SPORT TV1

Domingo (16)

Estoril 14h00 Casa Pia - SPORT TV

Gil Vicente 16h15 Vitória SC - SPORT TV


Creditos: DR

Regresso a casa ofuscado por uma igualdade

De volta ao Paços de Ferreira, César Peixoto não foi além de um empate. Zé Uilton vale um ponto.

No regresso de César Peixoto ao comando técnico, menos de três meses depois, o Paços de Ferreira não foi além de um empate com o Chaves, agudizando o mau momento de ambas as equipas num jogo fustigado pela chuva.

Na antevisão ao encontro, o treinador pacense avisou que todos os jogos até ao final da temporada seriam "uma guerra" e o arranque da partida enquadrou-se nessa previsão, uma vez que na primeira meia hora os castores já tinham quatro amarelos. A intensidade dos dois lados era notória, com um claro apetite pela baliza contrária, mas o acerto na hora de rematar esteve ausente no primeiro tempo.

No último lugar, o Paços de Ferreira viu-se obrigado a aumentar o volume ofensivo, mas esse atrevimento foi castigado com um belo golo de Juninho, a beneficiar de um ressalto num defesa adversário. A reação não demorou muito, uma vez que Zé Uilton aproveitou um contra-ataque para, de baliza aberta, rematar para o empate.

Até ao final, as duas equipas tentaram desesperadamente chegar ao golo da vitória, mas as redes não voltaram a abanar.

JN/MS

Creditos: DR

ONZE DA JORNADA

Se na primeira jornada após o reatamento do campeonato Sporting e F.C. Porto se riram da (grande) escorregadela do Benfica em Braga, eis que a sabedoria popular voltou a atacar para nos comprovar que "quem ri por último, ri melhor" - ainda que ainda haja muita "piada por contar" até ao final da competição. É que nesta 15.ª jornada quem deixou escapar os pontos foram os leões, que perderam na Madeira, e os dragões, que não foram além de um empate frente ao Casa Pia. Destaque também para nova imponente vitória do Braga, que goleou, nos Açores, o Santa Clara por 4-0.

GUARDA-REDES

Ricardo Batista (Casa Pia)

Depois de se verem reduzidos a 10 unidades, os casapianos tiveram no guarda-redes Ricardo Batista um "porto seguro", assegurando inúmeras defesas e mantendo o marcador inalterado frente ao F.C. Porto.

DEFESAS

Vasco Fernandes (Casa Pia)

O defesa do Casa Pia foi um autêntico capitão na muralha defensiva da equipa da casa, contribuindo e muito para somar um ponto frente a um dos candidatos ao título.

Penetra (Famalicão)

O lateral, nas suas transições ofensivas, foi muito desequilibrador e foi premiado com um golo que ditou a vitória famalicense.

Bah (Benfica)

O defesa dinamarquês tem agarrado a oportunidade dada do lado direito da defesa benfiquista, no lugar de Gilberto. Parece que os encarnados acertaram finalmente nesta posição, que tinha sido o seu calcanhar de Aquiles nas últimas épocas.

MÉDIOS

João Mário (Benfica)

Foi o autor do golo que deu a (magra) vitória das águias sobre o Portimonense, a partir da marca dos onze metros, e esteve bastante ativo no jogo, em conjunto com Gonçalo Ramos. Nesta partida, o médio, que cada vez mais se assume como um verdadeiro líder na turma de Roger Schmidt, alcançou os 150 jogos na Liga.

Iván Jaime (Famalicão)

O camisola 10 foi decisivo, apontando, na reta final da partida contra o Vizela, o golo que deu os três pontos aos famalicenses. O espanhol, que já na jornada passada fez o gosto ao pé, voltou a confirmar que está em grande forma.

André Horta (Braga)

O médio bracarense tem sido cada vez mais uma peça importante no miolo minhoto, joga e faz jogar. Neste jogo marcou um dos quatro golos da goleada minhota.

Ismaila Soro (Arouca)

Um autêntico "tanque" em campo, o médio da Costa do Marfim tem-se afirmado no Arouca após ter representado na última época o Celtic da Escócia.

AVANÇADOS

Ricardo Horta (Braga)

Uma "Horta" de onde continua a sair muita e boa fruta - no bom sentido da expressão, é claro. O avançado bracarense continua a dar cartas e a ser um pilar na equipa de Carlos Carvalhal.

Oday Dabbagh (Arouca)

Foi dos pés do avançado palestiniano que saíram os dois golos da vitória dos arouquenses sobre o Estoril - foi o primeiro bis de Dabbagh, de 24 anos, desde que chegou ao Arouca, na época passada. Destaque para o primeiro golo, apontado num remate acrobático na área.

Yusupha (Boavista)

Um fantástico cabeceamento do avançado axadrezado, que foi às alturas desviar um canto cobrado por Bruno Lourenço, foi o suficiente para que as panteras ganhassem o embate frente aos galos de Barcelos e regressassem aos triunfos.

Inês Barbosa/MS

LIGA PORTUGAL bwin

LIGA 2

Benfica B consente reviravolta e acaba goleado pelo Feirense

O Benfica B perdeu, no domingo (8), na receção ao Feirense, por 3-6, na 15.ª jornada da Liga 2, depois de ter ido para o intervalo a vencer (3-1).

As jovens águias chegaram aos 20 minutos a vencer por 2-0, com bis de Gerson Sousa. Aos 26', Tiago Dias reduziu, mas, dois minutos depois, um autogolo de Jardel (28') colocou o placard em 3-1.

No segundo tempo, o Feirense virou o resultado para 6-3, com golos de André Rodrigues (3), João Paulo e Jorge Luiz. Pelo meio, Luís Semedo falhou um penálti que podia ter dado o 4-2 para o Benfica B.

Com este resultado, o Benfica B mantém os 22 pontos e segue na sétima posição, enquanto o Feirense sobe ao sexto posto, com 23 pontos.

AB/MS

Covilhã e Vilafranquense empatam à chuva

Creditos: DR

Covilhã e Vilafranquense empataram no domingo (8) sem golos em jogo da 15.ª jornada, um resultado que não interessa a nenhum dos clubes, em lados opostos da tabela.

Aos ribatejanos interessava não perder o comboio da frente, mas a equipa, com 23 pontos, acabou por perder o 4.º lugar para o E. Amadora, que empatou 2-2 Trofense, penúltimo classificado.

Os serranos, últimos - não ganham desde a primeira jornada -, perderam oportunidade de sair dessa posição, e têm 7 pontos, menos dois que o Trofense.

Numa manhã de intensa chuva e vento na Covilhã, no Estádio Municipal José Santos Pinto, valeu a resistência dos jogadores dos dois lados, bem como das poucas dezenas de espectadores que aguentaram o tempo para apoiar as equipas.

AB/MS

LIGA 2 - CLASSIFICAÇÃO

Equipas	P	PD	V	E	D	GM	GS	DG
Moreirense	36	15	11	3	1	32	14	18
Farense	31	15	9	4	2	26	17	9
Ac. Viseu	26	15	7	5	3	28	22	6
E. Amadora	24	15	5	9	1	21	16	5
Vilafranquense	23	15	6	5	4	19	17	2
Feirense	23	15	5	8	2	21	13	8
Benfica B	22	15	6	4	5	28	23	5
Porto B	22	15	6	4	5	19	14	5
Penafiel	18	14	4	6	4	15	15	0
Tondela	19	15	3	10	2	18	15	3
Leixões	19	15	4	7	4	15	14	1
Mafra	17	15	4	5	6	18	24	-6
Nacional	16	15	4	4	7	15	18	-3
Oliveirense	15	15	3	6	6	18	22	-4
B-SAD	15	15	4	3	8	23	28	-5
Torreense	14	15	4	2	9	9	18	-9
Trofense	9	15	2	3	10	11	30	-19
Sp. Covilhã	7	15	1	4	10	12	29	-17

Legenda: P - Pontos; PD - Partidas disputadas; V - Vitórias; E - Empates; D - Derrotas; GM - Golos marcados; GS - Golos sofridos; DG - Diferença de golos

LIGA 2 - RESULTADOS - 15.ª JORNADA

Leixões	0-1	Moreirense
Ac. Viseu	2-1	Porto B
Farense	1-0	Nacional
Torreense	1-1	Oliveirense
Mafra	0-1	B-SAD
Sp. Covilhã	0-0	Vilafranquense
Benfica B	3-6	Farense
E. Amadora	2-2	Trofense
Tondela	0-1	Penafiel

LIGA 2 - PROGRAMA - 16.ª JORNADA

Sexta-feira (13)

Moreirense 13h00 Mafra - SPORT TV+

Sábado (14)

Penafiel 06h00 Torreense - SPORT TV1

Trofense 09h00 Sp. Covilhã - SPORT TV+

Vilafranquense 10h30 Leixões - SPORT TV2

Domingo (15)

Feirense 06h00 Ac. Viseu - SPORT TV1

Nacional 09h00 E. Amadora - SPORT TV+

Porto B 10h30 Tondela - PORTO CANAL

Farense 10h30 Benfica B - SPORT TV2

Oliveirense 13h00 B-SAD - STREAMING

Creditos: DR

Estrela empata após anular desvantagem de dois golos em inferioridade numérica

Teve um pouco de tudo o regresso do Estádio José Gomes, na Reboleira, às competições oficiais ao fim de praticamente oito meses. Desde chuva forte, expulsões e quatro golos, com o Estrela a anular uma desvantagem de dois golos frente ao Torreense.

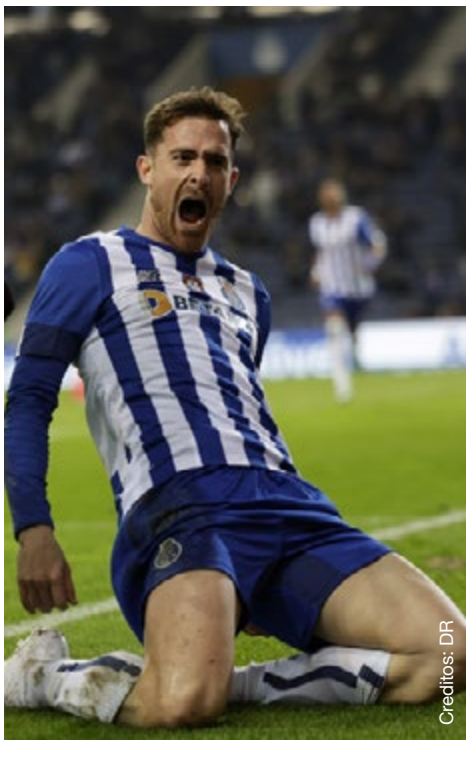
Uma assistência composta por quase duas mil pessoas deu o seu tempo por bem entregue, num encontro que cedo trouxe dificuldades à equipa da casa: Amir Feratovic travou Djalma quando este procurava isolar-se e foi expulso. Apesar da inferioridade numérica, foi o Estrela quem assumiu a iniciativa e até marcou por Gustavo Henrique, num lance que seria anulado por adiantamento. Na resposta, o Trofense revelou-se eficaz. Aos 38 minutos, o conjunto nortenho lançou uma perigosa transição com resultados práticos, graças a excelente passe de Maiga para a velocidade de Patchu, que atirou cruzado para abrir o marcador.

O Estrela regressou para o segundo tempo com uma postura ofensiva, mas a simplicidade de processos do Trofense voltou a ter resultados aos 61 minutos, quando o recém-entrado Okitokandjo tabelou com Maiga, que progrediu com qualidade e apenas parou para celebrar o 0-2, resultado que a equipa da casa ainda conseguiu anular com bravura na meia hora final, começando primeiro por reduzir através de um penálti sofrido por Gaspar e transformado por Ronaldo. E alcançaria a igualdade por Paulinho, que atacou mais rápido a bola após uma tentativa de corte de Simão Martins aos 74'. No período final, o jogo 'partiu', mas os dois conjuntos não voltariam a marcar.

AB/MS

TAÇA DE PORTUGAL

F. C. Porto-Arouca: quartos reservados com número redondo e recorde


Creditos: DR

Dragões marcam duelo com o Académico, em Viseu. Galeno e Toni Martínez, com um hat-trick, marcaram no jogo 300 de Conceição, que bateu o registo vitorioso de José Maria Pedroto.

Os dragões continuam na defesa da Taça de Portugal conquistada em 2021/22 e marcaram um duelo com o Académico de Viseu, nos quartos de final, após um triunfo tão tranquilo como justo sobre o Arouca. Depois da desilusão (0-0) no Jamor, com o Casa Pia para a Liga, Sérgio Conceição tornou-se no treinador com mais vitórias ao serviço do clube (216), superando o recorde de José Maria Pedroto na noite em que cumpriu o 300.º jogo como técnico portista.

Quinze dias depois da goleada azul e branca (5-1) para o campeonato ter começado com um golo madrugador, as duas equipas quase repetiam o início de jogo, mas ao contrário: logo no primeiro minuto, um livre de David Simão quase dava em autogolo de Wendell, mas os dragões não demoraram a marcar o ritmo e a começar a criar ocasiões que Veron, por duas vezes, e Taremi desperdiçaram. Aos 31 minutos, o iraniano tirou um passe fantástico da cartola e permitiu a conclusão, de primeira, de Galeno para o 1-0.

O F. C. Porto até podia ter ido para o intervalo com uma vantagem mais dilatada, mas na verdade o golo do descanso não demorou. Lançado para o lugar de Verón no início da segunda parte, Toni Martínez deu a melhor sequência a mais uma assistência fantástica de Taremi (54m) e, apenas três minutos depois, acabou com todas as dúvidas que pudessem restar, ampliando para 3-0, após um bom cruzamento de João Mário.

A vertigem que tomou conta dos menos de 17 mil adeptos que estiveram no Dragão esteve quase a proporcionar outro momento mágico antes da hora de jogo. Galeno encheu-se de confiança, mas o remate em jeito do luso-brasileiro bateu com estrondo na barra da baliza arouquense. Grujic imitou o companheiro de equipa no estilo e no resultado, em mais uma bola no ferro, poucos segundos antes de o Dragão fazer a devida vénia a Pepe, que regressou à competição após a lesão no Mundial. Aos 90+3, Toni Martínez completou o "hat-trick" e os quartos da Taça, esses, estavam mais que garantidos.

RESULTADOS - OITAVOS DE FINAL

Leixões	1-2	Famalicão
Varzim	0-2	Benfica
Vilaverdense	1-4	B-SAD
Nacional	1-0	Rabo de Peixe
Braga	3-2	Vitória SC
Ac. Viseu	2-0	Beira-Mar
F.C. Porto	4-0	Arouca
V. Setúbal	0-1	Casa Pia

Positivo
Toni Martínez brilhou a triplicar, com Taremi e João Mário decisivos nas assistências. Grujic em grande no meio-campo.

Negativo
Apesar de alguns fogachos de Antony, o trio ofensivo do Arouca - sobretudo Dabbagh - passou ao lado do encontro.

Árbitro
Apesar de alguns erros pontuais, em faltas a meio-campo, João Gonçalves assinou uma arbitragem bem positiva.

JN/MS

Águia em versão pragmática ganha embalo para o dérbi de Lisboa

Antes do embate com Sporting, encarnados apuram-se para os "quartos" da Taça de Portugal, após êxito difícil, mas justo, frente aos varzinistas. Enzo voltou e sentenciou o apuramento

O Benfica sofreu um bocado, mas fez o que lhe competia, apurando-se com naturalidade para os quartos de final da Taça de Portugal.

Em semana de dérbi lisboeta na Luz, a equipa encarnada foi à Póvoa sem grandes poupanças e ciente das dificuldades da eliminatória, dado que o Sporting já tinha sido afastado, em Barcelos, pelos varzinistas. Havia 38 anos que as águias não venciam no reduto poveiro, mas a malapata começou cedo a ser desfeita, com Grimaldo a abrir o marcador ao quarto minuto, na sequência de um livre direto, a castigar falta sobre Gonçalo Ramos.

Com Enzo Fernández de volta ao onze, o Benfica dominou os acontecimentos, mas saiu para intervalo apenas a vencer pela margem mínima. À falta de clarividência ofensiva, o líder da Liga teve ainda de lidar com o esforço e entusiasmo dos poveiros cuja equipa, mesmo militando duas divisões abaixo, bem tentou equilibrar a disputa, algo que acentuou no segundo tempo.

Com o Benfica a mostrar-se quase sempre muito prático, nem por isso teve uma noite descansada, para se focar no dérbi que aí vem. O Varzim foi opositor incómodo, mas acabou por quebrar na reta final do encontro. À entrada do último quarto de hora, o Benfica ampliou o marcador e arrumou com as dúvidas quanto à qualificação. Enzo Fernández, que rematara à figura momentos antes na marcação de um livre, pouco depois foi mais eficaz, assinando um remate de primeira, após desmarcação de Chiquinho. O campeão do Mundo pela Argentina celebrou efusivamente o golo e, de algum modo, fez as pazes com os adeptos, beijando o símbolo do clube, provavelmente como resposta à polémica sobre a possível saída. O jogo ficou resolvido, mas ainda deu para o varzinista Ludovic entrar em campo e despedir-se dos relvados.

Mais: O livre de Grimaldo. Enzo voltou, marcou e beijou o símbolo do clube. O ambiente: a Póvoa merece mais do que a Liga 3.

Menos: Grimaldo lesionou-se e está em dúvida para o dérbi. A irregularidade do Benfica, que foi dando "vida" ao sonho poveiro.

Árbitro: Não isento de erros, embora globalmente positiva. O Varzim reclamou dois penáltis, mas o juiz parece ter decidido bem.

JN/MS

Creditos: DR

Remontada à guerreiro num dérbi eletrizante

Creditos: DR

A perder por dois golos aos 80 minutos, arsenalistas completam a reviravolta e marcam encontro com o Benfica nos quartos de final.

Um dérbi é sempre especial, mas este dificilmente sairá da memória dos adeptos do Braga. Os guerreiros estiveram a perder por dois golos até aos 80 minutos e, em cinco minutos, conseguiram completar a "remontada" para garantir a presença nos quartos de final da Taça de Portugal, onde reencontram o Benfica, no Minho, a quem já venceram esta época.

Embalado por duas vitórias seguidas, o Braga procurou manter o registo que já dura desde 2017: invicto em casa diante do V. Guimarães. Mas cedo esse cenário foi começando a parecer uma miragem. Os vimaranenses entraram bem na partida e Jota Silva, que já tinha ameaçado, abriu o marcador ao quarto de hora, após grande passe de André Silva.

O Braga demorou a responder e não conseguiu mostrar aquele sufoco ofensivo que apresentou nos últimos jogos. O V. Guimarães criou perigo com ataques rápidos e foi assim que chegou ao 2-0 por intermédio de Anderson, depois de ter escapado pelo meio dos centrais para marcar.

Na segunda parte, Artur Jorge lançou os avançados Vitinha e, mais tarde, Banza para dar mais poder de fogo à equipa. Os arsenalistas iam criando chances, sem sucesso, mas bastou entrar o primeiro. Aos 80 minutos, após cruzamento de Victor Gómez, a bola sobrou para Abel Ruiz finalizar e entusiasmar os adeptos.

Dois minutos depois, Vitinha quebrou o jejum de quatro jogos sem marcar ao rematar com um grande gesto técnico. O ambiente no Municipal de Braga estava eletrizante e, aos 86 minutos, após alguma confusão na área, Abel Ruiz bisou, completou a reviravolta arsenalista e levou tudo à loucura.

O Braga voltou a vencer o V. Guimarães esta época, depois de em setembro ter triunfado no dérbi do Minho (1-0), somou a terceira vitória consecutiva e reencontra o Benfica nos quartos-de-final da Taça de Portugal. Já os vimaranenses, seguem há seis jogos sem vencer.

A subir
Abel Ruiz voltou a ser uma dor de cabeça para os defesas e continua a marcar, chegando aos sete golos na época. Jota Silva foi o melhor do V. Guimarães.

A descer
Os vimaranenses mostraram desconcentração defensiva na reta final do jogo e foram abaixo após o primeiro golo. Celton Biai queimou tempo várias vezes.

Arbitragem
Num dérbi quente, Artur Soares Dias conseguiu segurar os níveis de agressividade. Deixou o jogo fluir, apitou e mostrou o cartão amarelo quando necessário.

JN/MS

SELEÇÃO

Martínez "feliz" por comandar "uma das seleções com maior talento do mundo"

Roberto Martínez está feliz por assumir o comando da seleção nacional. "Há grandes expetativas e objetivos", assumiu o treinador espanhol, que assinou até 2026.

Creditos: DR

"Estou muito feliz por estar aqui e encantado por poder representar uma das seleções com maior talento do mundo. Há grandes expetativas e objetivos, mas também uma grande equipa diretiva. Todos, juntos, vamos cumprir os nossos objetivos", disse Roberto Martínez.

Sobre Cristiano Ronaldo, o técnico lembrou que "as decisões, no futebol, têm-se de tomar no terreno". "Não tomo decisões por decreto. Quero falar com os 26 jogadores que estiveram no Mundial. O Cristiano merece o respeito de nos podermos sentar e conversar. Queremos, em dez semanas, criar a equipa mais forte para iniciarmos a qualificação para o Europeu", acrescentou.

Roberto Martínez pretende que a seleção nacional seja "muito competitiva", mas também "uma equipa moderna, que tem de ter flexibilidade tática": "Não acredito em sistemas, mas no ser humano que joga futebol. Temos de adaptar o sistema para extrair o maior talento dos jogadores".

Questionado sobre o seu antecessor, Fernando Santos, o treinador espanhol disse ser "mais fácil suceder a um grande selecionador, porque pode-se aproveitar o bom trabalho que fez", e mostrou-se ambicioso para o futuro: "Ser campeão da Europa? Há que sonhar muito alto, mas o importante é perceber o processo. Esta equipa tem de representar o povo português. O talento está lá e o objetivo de todos é claro. Acredito no projeto, é por isso que estou aqui".

Fernando Gomes, presidente da Federação Portuguesa de Futebol (FPF), elogiou o novo selecionador: "Agradeço o entusiasmo e a ambição com que Roberto Martínez recebeu o convite. É um sinal de coragem que nos dá a todos, pois aceita suceder ao treinador mais titulado da história da seleção. Desejo-te, Roberto, toda a sorte. Este é um momento importante para a seleção nacional". O legado deixado por Fernando Santos foi lembrado durante a cerimónia. "Foi uma honra ter Fernando Santos como selecionador desde 2014.

Juntos construímos o período mais feliz da seleção, com a vitória no Euro 2016, a conquista da Liga das Nações em 2019 e uma das melhores campanhas de sempre num Mundial, no Catar. Muito obrigado, Fernando Santos. Estamos seguros de que os portugueses não esquecerão o que fizeste nesta casa", referiu Fernando Gomes.

O dirigente máximo da FPF apontou a um "novo ciclo", no qual o objetivo passa por "estar permanentemente nas grandes decisões das grandes competições", sendo que "isso significa estar sistematicamente nas meias-finais".

Até por isso, "o novo selecionador teria de ser ambicioso, conhecedor do futebol internacional, habituado a treinar jogadores ao mais alto nível e com experiência em grandes campeonatos e competições", com Roberto Martínez a encaixar no perfil. "O seu percurso fala por si. Colocou a Bélgica durante vários anos no número 1 do ranking mundial", lembrou o presidente da FPF.

Confrontado com os rumores que deram conta do interesse em José Mourinho, atual treinador da Roma, Fernando Gomes foi taxativo: "Falámos com muita gente, mas a única proposta concreta que fizemos para ser treinador foi a Roberto Martínez".

Roberto Martínez, de 49 anos, sucede a Fernando Santos no cargo de selecionador nacional. Entre 2016 e 2022, o técnico espanhol orientou a seleção da Bélgica, a qual conduziu às fases finais dos Mundiais da Rússia (2018) e do Qatar(2022), e do Campeonato da Europa de 2020, que apenas foi disputado em 2021 devido à covid-19.

No currículo, Martínez conta com uma League One, o terceiro escalão do futebol inglês, pelo Swansea, e uma Taça de Inglaterra, pelo Wigan.

JN/MS

Creditos: DR

ARÁBIA SAUDITA

Cristiano Ronaldo já está inscrito na liga saudita e tem estreia marcada

O internacional português deve estrear-se a 21 de janeiro com a camisola do Al Nassr, depois de cumprir dos jogos de castigo.

A estreia de Cristiano Ronaldo pelo Al Nassr está para breve. Segundo a imprensa saudita, o capitão da seleção nacional já está inscrito na liga - o líder do campeonato já terá conseguido resolver a situação depois de chegar a acordo com o camaronês Vincent Aboubakar, que assim deixará o clube saudita, abrindo uma vaga de jogador estrangeiro que será preenchida por CR7 - e deve estrear-se a 21 de janeiro, diante do Al-Ettifaq.

Antes de vestir a camisola azul e amarela pela primeira vez, Ronaldo terá de cumprir os dois jogos de castigo impostos pela Federação Inglesa da época quando alinhava no Manchester United. O português cumpriu o primeiro jogo de suspensão na partida diante do Al-Tai e irá cumprir o segundo quando o Al-Nassr defrontar Al-Shabab, dia 14.

JN/MS

TURQUIA

Sérgio Oliveira abre caminho ao triunfo do Galatasaray sobre o Fenerbahçe

O médio internacional português Sérgio Oliveira abriu caminho à vitória por 3-0 do Galatasaray no estádio do Fenerbahçe, treinado por Jorge Jesus, na 18.ª jornada da Liga turca, que permitiu aos visitantes reforçarem a liderança.

Sérgio Oliveira inaugurou o marcador, aos 32 minutos, com um forte remate cruzado no interior da área do Fenerbahçe, na sequência de um pontapé de canto, cabendo ao avançado Kerem Akturkoglu aumentar a vantagem, aos 78, dois minutos após o médio português ter sido substituído.

O Galatasaray ainda marcou o terceiro golo, por intermédio do avançado argentino Mauro Icardi, aos 90+11 minutos, numa altura em que o Fenerbahçe - pelo qual o médio franco-português Miguel Crespo foi titular - atuava em inferioridade numérica, devido à expulsão de Irfan Can Kahveci, aos 86.

A equipa treinada por Jorge Jesus manteve-se na segunda posição, mas agora com menos quatro pontos em relação ao Galatasaray.

JN/MS

Creditos: DR

Creditos: DR

AÇORES

Mário Silva rescindiu com o Santa Clara

Mário Silva rescindiu contrato com o Santa Clara, deixando a equipa açoriana no 15.º lugar da Liga.

O técnico português tinha contrato até 2024, mas apenas teve três vitórias nos 15 jogos disputados, insuficientes para a Direção do Santa Clara. A derrota com o Braga (0-4), foi a gota de água na insatisfação da equipa insular para com o treinador.

No comando interino fica o treinador adjunto, Danilo Accioly, enquanto os responsáveis açorianos procuram o substituto definitivo.

Mário Silva estava na segunda temporada ao comando do Santa Clara, tendo conseguido apenas oito vitórias em 38 jogos.

JN/MS

Atitude e raça furnense supera qualidade fabril

Vale Formoso conquista a Taça de Honra - João de Brito Zeferino ao bater o Operário no desempate por grandes penalidades

O Vale Formoso conquistou, na Ribeira Grande, a sua sétima Taça de Honra - João de Brito Zeferino da história, depois de superar o Operário no desempate por grandes penalidades. Rui Lopes, com duas defesas, acabou por justificar toda a entrega da equipa que acabou o jogo sem um pingo de energia no corpo.

Os axadrezados, que andaram sempre a correr atrás do resultado, tiveram o mérito de discutir o jogo pelo jogo frente a uma adversário que coletiva e individualmente está melhor apetrechado. Mas essa diferença de qualidade diluiu-se na forma como a equipa de Vítor Cunha bateu-se, com uma atitude competitiva muito forte e uma entrega e raça digna dos verdadeiros campeões.

O Operário cometeu erros defensivos que foram fatais para as suas aspirações e apesar de ter estado sempre em vantagem no marcador nunca conseguiu ter o jogo controlado. Muito pelo contrário! Os fabris até tiveram mais oportunidades de golo, mas João Cunha repartiu com Rui Lopes o mesmo número de intervenções decisivas a negar o golo aos adversários.

O jogo direto dos lagoenses acabou por resolver o problema de ultrapassar a bem organizada linha defensiva do Vale Formoso, mas depois acabou por conceder espaços no meio-campo e na defesa que os axadrezados aproveitaram com grande eficácia.

O Vale Formoso, que parecia quebrar fisicamente no prolongamento, acabou por levar a decisão para as grandes penalidades e da marca dos 11 metros foi mais competente.

Duarte Travassos não comprometeu, mas teve critério largo, permitindo, muitas vezes, agressividade a mais na disputa dos lances. Não se percebe também o facto de não ter concedido descontos no final do prolongamento, depois de muitas paragens para assistência médica, principalmente dos jogadores do Vale Formoso.

AO/MS

Creditos: DR

Creditos: DR

Relvado avaliado, pela primeira vez, com quatro estrelas

O relvado do Estádio de São Miguel foi avaliado com uma nota de quatro estrelas na partida frente ao Sporting de Braga.

O relvado do Estádio de São Miguel foi avaliado pelo Match Center da Liga Portuguesa de Futebol Profissional (LPFP) com a nota de quatro estrelas.

Foi a primeira vez que o relvado do recinto onde a equipa do Santa Clara realiza os seus jogos na I Liga recebeu uma avaliação de quatro estrelas desde que o ranking foi criado pela LPFP na temporada de 2019/2020.

As melhores notas, na época em curso, que o Estádio de São Miguel tinha recebido foi a avaliação de 3,88 nos jogos com o Marítimo e com o Paços de Ferreira. Em sentido inverso, a pior avaliação ocorreu frente ao Estoril (3,00). Os relvados das competições profissionais são avaliados jogo a jogo pelo Match Center da LPFP, delegados e equipa de arbitragem destacados para o encontro, tendo em conta três parâmetros essenciais: estrutura (sistema de rega, taxa de infiltração e planimetria), performance (regularidade, compactação e resistência à tração) e manutenção (densidade, grau de infestação, altura de corte, plano de manutenção e aspeto visual).

O recinto micaelense ocupa atualmente o 11.º lugar do ranking da I Liga, com um acumulado de 35,25, o que corresponde a uma avaliação média de 3,52 estrelas.

AO/MS

Clube K sai derrotado do Dragão Arena

Depois da vitória sobre o Benfica, por 3-1, cabia ao Clube K a tarefa difícil de viajar para o norte do país e defrontar a AJM/FC Porto, encontro que as comandadas por João Carronha souberam equilibrar durante algumas fases.

As micaelenses estiveram a vencer por 2-1, mas no quarto set a vitória do conjunto nortenho foi esmagadora (25-10).

No último set as líderes do campeonato confirmaram a superioridade, com um triunfo por 15-9. A nível individual destaque para Kyra Holta, melhor marcadora das 'azuis e brancas', com um total de 29 pontos.

AAJM/FC Porto mantém a liderança isolada da Liga feminina, estando a terceira posição a cargo do Clube K, que tem os mesmos 13 pontos que o Sporting.

AO/MS

Creditos: DR

Creditos: DR

MADEIRA

Nacional perde no reduto do Farense

O Nacional perdeu em Faro, no reduto do Farense, por 1-0, com um golo do ex-alvinegro Marco Matias.

O ex-jogador do Nacional apontou o único golo da partida ao minuto 34, estabelecendo a magra vantagem que o conjunto algarvio guardou até ao fim do tempo regulamentar.

O Nacional jogou ainda desde o minuto 44 em inferioridade numérica, depois da expulsão de Gustavo Silva, por acumulação de amarelos.

Com este resultado o Nacional mantém os 16 pontos no 13.º lugar, interrompendo uma sequência de seis jogos sem perder na prova, enquanto o Farense continua isolado no segundo lugar, agora com 31 pontos.

JM/MS

Creditos: DR

Andebol: Madeira SAD quer chegar à final da Taça Europa feminina

A equipa feminina do Madeira Andebol SAD joga na esta sexta-feira (13) e sábado (14) a 1.ª e 2.ª mão, respetivamente, dois oitavos de final da Taça Europa feminina.

Na projeção dos dois jogos, esta segunda-feira (9) no salão nobre da Câmara Municipal do Funchal, Ricardo Pestana, presidente da SAD, vincou o objetivo de chegar à final da competição.

"Em 25 anos de projeto, com tantos títulos, temos o lema de 'Ganhar, ganhar, ganhar' e o objetivo passa por chegar à final", começou por dizer.

O dirigente realçou que a equipa leva o "nome do Funchal e da Madeira além-fronteiras", adiantando que a eliminatória terá ainda uma homenagem à primeira equipa do projeto.

"No intervalo do jogo vamos homenagear a equipa que deu o pontapé de saída no projeto. É justo", adiantou.

De resto, Ricardo Pestana apelou aos madeirenses que "encham o pavilhão", de modo a "criar um ambiente favorável" à equipa, no sentido de acederem à próxima eliminatória.

Por outro lado, Bernardo Vasconcelos, presidente da Associação de Andebol da Madeira, elogiou "o trabalho desenvolvido" pela SAD, tanto na "formação bem como nas seniores", demonstrando o "agrado em ver a Madeira representada em provas europeias".

Já David Gomes, diretor regional do Desporto, desejou "os maiores sucessos" à equipa madeirense, realçando a "confiança" para esta eliminatória.

Do ponto de vista da Câmara Municipal do Funchal, na pessoa do seu presidente, Pedro Calado, foi realçado o palmarés "brilhante" da SAD, demonstrativo de "um grande trabalho" ao longo dos anos, que contribui para a "elevação do Funchal e da Madeira".

Aliado à vertente desportiva, Pedro Calado lembrou a mensagem estampada em t-shirts a distribuir no jogo, 'Juntos no Desporto sem drogas'.

"A vertente desportiva está bem vincada mas o apelo à juventude é também importante", lembrou o autarca, sugerindo às atletas a divulgação da mensagem.

"Uma simples divulgação nas vossas redes sociais pode ajudar jovens na dúvida sobre que caminho seguir. Queremos incentivar os jovens a seguir o caminho certo, afastando-se das drogas e do álcool", realçou.

Recorde-se que o Madeira SAD ultrapassou já duas eliminatórias, onde eliminou as italianas do SSV Brixen e as islandesas do IBV, defrontando agora nos 'oitavos' a formação suíça do LK Zug, no Pavilhão do Funchal, com os dois jogos a serem realizados na Madeira, na sexta-feira (14h30) e sábado (13h00).

JM/MS

Marítimo B vence AD Camacha

O Marítimo B venceu a AD Camacha por 2-0, em jogo da ronda 13 da série B do Campeonato de Portugal, que foi disputado no campo da Imaculada Conceição, em Santo António.

Os verde-rubros fixaram o resultado na primeira parte, com golos de Rúben Marques (29) e Facundo Constantini (39).

AO/MS

Creditos: DR

Joel Tagueu despede-se do Marítimo e ruma à II liga saudita por empréstimo

O avançado Joel Tagueu já se encontra na Arábia Saudita para integrar o Al-Hazm, emprestado pelo Marítimo até ao final da época, adiantou à agência Lusa fonte oficial do emblema da I Liga portuguesa de futebol.

A mesma fonte deu ainda conta que a transferência do ponta de lança camaronês poderá passar a título definitivo "caso sejam cumpridos alguns objetivos desportivos" no emblema que milita na II Liga saudita.

O atleta recorreu às suas redes sociais para deixar uma mensagem a todo o universo maritimistas.

"Vesti honradamente a camisola do Marítimo e dei o melhor de mim para que o Marítimo tivesse sempre os melhores resultados. Experimentei momentos difíceis e outros felizes e de grande realização. Hoje, escrevo para me despedir de vocês, mas não digo adeus, digo apenas até logo", escreveu Joel Tagueu, terminando a publicação com um "até breve".

O jogador chegou pela primeira vez à Madeira cedido pelos brasileiros do Cruzeiro em janeiro de 2018 e, após duas épocas a título de empréstimo, o conjunto insular adquiriu o passe do avançado, em agosto de 2020, após terminado o vínculo contratual do camaronês com o emblema de Belo Horizonte.

O avançado, de 29 anos, cumpriu seis temporadas ao serviço dos 'leões' do Almirante Reis e assinou o seu nome na história do emblema madeirense ao marcar o golo 1.500 do Marítimo na I divisão, em abril de 2021, na vitória caseira diante do Sporting de Braga (1-0).

De leão ao peito realizou 144 partidas oficiais e apontou 41 golos, tendo sido o melhor marcador do conjunto insular na época transata, com nove golos apontados.

Na presente temporada o internacional pelos Camarões apenas registou um tento, nos 18 encontros disputados.

No emblema saudita, treinado pelo português Filipe Gouveia, vai dividir o balneário com Ola John, que disputou igualmente a I Liga portuguesa, ao serviço do Benfica e do Vitória de Guimarães.

O avançado Joel Tagueu é a quarta saída do emblema insular nesta janela de transferências, tendo Joel Soñora, Miguel Sousa e Clésio Baúque rescindido contrato com os 'verde rubros'.

JM/MS

Creditos: DR

ANDEBOL

Novos heróis do mar em busca do melhor mundial de sempre

Creditos: DR

Portugal inicia quinta participação em busca de superar o 10.º lugar de 2021. Estreia dos irmãos Costa no grande palco.

Suécia e Polónia recebem, de 11 a 29 deste mês, a 28.ª edição do Campeonato do Mundo. A seleção nacional portuguesa ficou integrada no Grupo D da fase preliminar, que se vai disputar na cidade sueca de Kristianstad - cuja arena tem capacidade para 5300 espectadores - e será nesse mesmo palco que defrontará a Coreia do Sul (dia 14, às 12 horas) e a Hungria (dia 16, às 14.30).

Os três primeiros classificados de cada um dos grupos apuram-se para a Ronda Principal, transportando os pontos conquistados na primeira fase. No Main Round serão formados agrupamentos de seis seleções, sendo que, caso Portugal siga em frente, será integrado no Grupo II, cruzando com os qualificados do C, composto pela super favorita ao título Suécia e as (bem) mais modestas seleções do Brasil, Cabo Verde e Uruguai. Também por isso, seria importante que os "heróis do mar" conseguissem um pleno de vitórias na Ronda Preliminar, já que, além dos pontos acumulados, teriam muito boas chances de levar a melhor sobre as equipas sul-americanas e/ou a africana, uma vez que só uma grande surpresa impedirá os suecos de arrasarem no Grupo C.

No Main Round, apuram-se os dois primeiros para os quartos de final e, caso isso se torne uma realidade, então o principal objetivo já estaria garantido: superar o 10.º lugar alcançado no Campeonato do Mundo de 2021, no Egito, e estar entre as oito melhores equipas do planeta.

Sangue novo

Sonhar já com os quartos de final até pode ser prematuro, sobretudo defrontando grandes seleções como a Islândia e a Hungria na primeira fase, mas a verdade é que Portugal já tem bastante experiência no palco internacional de andebol - é a quinta presença consecutiva em fases finais -, e conta com a irreverência de dois jovens, que são considerados futuras grandes estrelas do andebol mundial. Os irmãos Martim (20 anos) e Francisco Costa (17) vão estrear-se no Mundial, depois de terem sido vice-campeões europeus de sub-20 em 2022, sendo que o mais novo, também conhecido por Kiko, foi o melhor marcador da prova, com 58 golos em sete jogos.

Dinamarca busca o tri

Entre os grandes favoritos ao título, o destaque vai para a Dinamarca, que procura o terceiro troféu consecutivo (após as vitórias de 2019 e 2021), mas convém não esquecer a recordista França (seis vezes campeã do Mundo e detentora do título olímpico), Suécia (quatro) e Espanha que, tal como a Dinamarca, pode celebrar o "tri".

JN/MS

Convocados

Guarda-redes

Gustavo Capdeville (Benfica)

Manuel Gaspar (HBC Nantes França)

Miguel Espinha Ferreira (Rennes, França)

Centrais

Miguel Martins (Pick Szeged, Hungria)

Rui Silva (FC Porto)

Laterais

André Gomes (MT Melsungen, Alemanha)

Alexandre Cavalcanti (HBC Nantes, França)

Fábio Magalhães (FC Porto)

Martim Costa (Sporting)

Diogo Silva (PAUC Handball, França)

Francisco Costa (Sporting)

Pontas

Diogo Branquinho (FC Porto)

Leonel Fernandes (FC Porto)

António Areia (FC Porto)

Pedro Portela (HBC Nantes, França)

Pivots

Aléxis Borges (Benfica)

Luís Frade (FC Barcelona, Espanha)

Victor Iturriza (FC Porto)

LIGA PORTUGAL
AS CORES DO FUTEBOL NA CAMÕES RADIO
Transmissão em simultâneo com a Antena 1

Domingo, 15 de janeiro
SL Benfica - Sporting CP
13h00m
FC Porto - FC Famalicão
15h30m

Descarrega a aplicação na App Store e Google Play

TÉNIS

Naomi Osaka anuncia que está grávida mas promete voltar em 2024

Osaka é um dos grandes nomes do ténis feminino, contando ainda com dois títulos no Open dos Estados Unidos (2018 e 2020).

A tenista japonesa Naomi Osaka, que não vai participar no Open da Austrália, primeiro 'Grand Slam' da temporada, anunciou que está grávida, mas prometeu regressar aos 'courts' em 2024.

"Mal posso esperar para voltar ao 'court', mas aqui está uma pequena atualização da vida para 2023", escreveu nas redes sociais a duas vezes campeã do Open da Austrália (2019 e 2021), numa publicação ilustrada com a fotografia de uma ecografia. Na mesma publicação, Osaka disse que uma das coisas que mais anseia no futuro é que o seu filho veja um dos seus encontros e "diga a alguém: 'Esta é a minha mãe'".

"2023 será um ano cheio de lições para mim e espero rever-vos no início do próximo, porque estarei na Austrália em 2024".

No domingo (8), a antiga número um mundial, de 25 anos, desistiu de participar no 'major' que vai decorrer em Melbourne, entre 16 e 29 de janeiro, mas só agora foi revelada a razão. A atual 47.ª colocada da hierarquia WTA não disputa um encontro oficial desde que se retirou do torneio de Tóquio, em setembro, devido a dores abdominais.

JN/MS

Creditos: DR

Creditos: DR

Gastão Elias avança na qualificação, Frederico Silva eliminado

Gastão Elias avança na qualificação, Frederico Silva eliminado

O português Gastão Elias, 234.º do ranking mundial de ténis, qualificou-se para a segunda ronda da fase de qualificação para o Open da Austrália, enquanto Frederico Silva, 202.º da hierarquia, foi eliminado.

Elias foi o primeiro representante luso no primeiro Grand Slam da temporada, impondo-se, na ronda inaugural, ao japonês Kaichi Uchida, 197.º do circuito, por 6-7 (5-7), 7-6 (7-3) e 6-1, em duas horas e oito minutos. O tenista natural da Lourinhã recuperou de 3-5 no segundo set e salvou dois "match points", para concretizar a reviravolta e avançar para a segunda das três rondas do "qualifying", fase em que vai defrontar o norte-americano Brandon Holt, 216.º do mundo.

Pelo caminho ficou Frederico Silva, que foi batido na primeira ronda pelo norte-americano Bradley Klahn, 872.º do ranking, por 6-3 e 7-6 (7-5), em uma hora e 33 minutos. João Sousa e Nuno Borges entraram diretamente no quadro principal de singulares masculinos do primeiro Grand Slam da temporada, assim como Francisco Cabral no torneio de pares, que vai disputar ao lado de Sousa.

JN/MS

Creditos: DR

ATLETISMO

São Silvestre molhada é corrida abençoada

Mais de oito mil pessoas participaram na 28.ª edição. Município fez trabalho extra por causa do mau tempo.

Tudo ajudou na organização da 28.ª edição da corrida São Silvestre, na cidade do Porto. A chuva foi amiga dos atletas e parou momentos antes do início da prova. O corredor do Benfica Pedro Amaro foi o vencedor em masculinos com 30:06 minutos, mais rápido que Hélio Gomes e Rui Teixeira, atletas do Sporting. No feminino, destacou-se Mónica Silva (Salgueiros), com um tempo de 35:20m, ficando Sara Duarte (Braga) e Laura Silva (São Salvador Campo) no pódio.

A corredora do Salgueiros voltou a vencer a São Silvestre, depois de ter terminado no primeiro lugar em 2019. "O objetivo era voltar a ganhar depois de ter sido mãe e mostrar que sou capaz. Tenho pena do meu menino não ter estado cá por causa da chuva, mas está no meu coração. Quando chegar a casa vou-lhe oferecer a minha medalha e mostrar-lhe o que a mamã conseguiu", disse, ao JN, após a vitória. Já Pedro Amaro, vencedor dos masculinos, revelou que teve de ter cuidados extra devido ao piso estar escorregadio, por causa da forte chuva que assolou o Porto nos últimos dias. "A estrada estava um pouco húmida, mas fiz tudo com cautela e não me aconteceu nada. Os meus adversários eram muito fortes, mas no fim consegui distanciar-me. Gostei bastante da prova e para o ano estou cá", revelou ao JN, o atleta do Benfica de 20 anos.

A vereadora do desporto da Câmara Municipal do Porto, Catarina Araújo, destacou o ambiente familiar dos atletas e espectadores, não esquecendo o mau tempo. "Foi um enorme trabalho das equipas do município para retomar a cidade à normalidade em tempo recorde. De acordo com as previsões meteorológicas, havia condições para realizar a prova e foi esta alegria", disse ao JN.

Secretário de Estado destaca exercício físico

O Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, destacou o incremento do desporto em Portugal. "Mesmo com as condições atmosféricas adversas a adesão foi muito alta e isso mostra o crescimento da atividade física no país. A São Silvestre é notória no Porto e junta muitas famílias através do lazer e atividade física. A minha presença é para reconhecer o bom trabalho feito ao longo destes quase 30 anos da prova", disse, ao JN.

JN/MS

AUTOMOBILISMO

Guilherme Oliveira cumpre sonho de disputar as 24 Horas de Daytona

O piloto português Guilherme Oliveira, que no sábado passado (7) completou 18 anos, vai "concretizar o sonho" de participar nas 24 Horas de Daytona, entre 26 e 29 de janeiro, nos Estados Unidos.

"É, ao mesmo tempo, o concretizar de um sonho e uma grande oportunidade. Daytona é um dos mais emblemáticos locais do desporto automóvel mundial, um nome que me desperta um certo fascínio desde criança, além de treinar bastante este circuito nos simuladores", assume o português, citado pela sua assessoria, ele que se tornará no mais novo de sempre a competir nesta prova. O jovem gaiense, que em 2022 surpreendeu ao sagrar-se vice-campeão da Europa de LMP3 em automobilismo de resistência, vai integrar a equipa alemã MRS GT-Racing, repartindo o volante do Ligier JS P320 com o mexicano Sebastián Álvarez, o singapurense Danial Frost e o norte-americano Alex Vogel.

"O IMSA é um campeonato importantíssimo, cheio de equipas de topo, sempre à procura de pilotos rápidos e competitivos, de várias partes do mundo. Fiquei muito contente com a oportunidade de correr com a MRS GT-Racing, uma equipa com uma estrutura forte e a aprender a trabalhar com o LMP3. Espero integrar-me bem, fazer um bom trabalho e ajudar a conseguir um bom resultado", disse. Guilherme Oliveira reconhece que o LMP3 "não é um carro pensado para provas de 24 horas", pelo que está preparado para ter de fazer "uma boa gestão da corrida, que é muito dura".

João Barbosa, por três vezes, e Filipe Albuquerque, em duas ocasiões, são os únicos portugueses a terem vencido no emblemático circuito oval na Florida.

"O João Barbosa é um dos pilotos portugueses que me habituei a seguir desde pequeno. É mesmo um exemplo a todos os níveis para mim. Qualquer jovem piloto gostava de construir uma carreira como profissional, como ele fez a partir dos Estados Unidos ao longo de décadas. Daí esta ser uma oportunidade que quero muito agarrar", acrescentou Guilherme Oliveira. O português viaja no dia 17 de janeiro para preparar a sessão de qualificação que decorre em 21 e 22 deste mês e que vai definir a grelha de partida para a competição, que acontece entre 26 e 29 de janeiro.

Guilherme Oliveira conquistou 15 títulos nacionais e ibéricos no karting até se mudar para os protótipos e corridas de resistência, sendo vice-campeão da Europa da categoria LMP3 logo na sua segunda época nos automóveis.

Nos seus êxitos destaque para os triunfos nas 4 Horas de Monza (Itália), 4 Horas de Barcelona (Espanha) e 4 Horas de Spa-Francorchamps (Bélgica).

JN/MS

OLYMPIC TROPHIES SINCE 1963

643 Chrislea Rd. Unit 6,
Vaughan, Ontario L4L 8A3
(905) 856-5599
Info@olympictrophies.com
www.olympictrophies.com
TROPHIES, PLAQUES, MEDALS, AWARDS & GIFTWARE | CORPORATE, ACADEMIC, ASSOCIATION, SPORT, CUSTOM

NHL

Indigenous artwork featured on Maple Leafs warm-up jerseys

Tyler Tabobondung Rushnell, a 23-year-old artist from Wasauksing First Nation in central Ontario was provided with a box seat inside a guest suite as he watched his new favourite National Hockey League squad, the Toronto Maple Leafs, down the visiting Detroit Red Wings 4-1 at Scotiabank Arena.

Rushnell had designed the warm-up jerseys the Maple Leafs wore on Saturday, Jan. 7, which was designated as the club's Indigenous Celebration game.

Rushnell said former NHLer Mark Fraser, who is currently the Leafs' manager of culture and inclusion, reached out to him via his Instagram account this past September. He said it took him less than a week to finalize the jersey design the Leafs' brass approved. It included a Tkaronto Maple Leafs' logo and a shoulder patch of a thunderbird.

Rushnell, who lives in Trenton, Ont., has spent the past half-dozen years working full-time as an artist and has more than 15,000 followers on Instagram.

The Toronto Maple Leafs Facebook page wrote: "The Maple Leafs acknowledge the importance to use our platform to amplify and celebrate Indigenous culture in our city and surrounding communities. In our journey towards reconciliation, we have the responsibility to support local Indigenous artists and artisans, vendors and creators. Recognizing the deep history, we want to acknowledge, celebrate, and uplift Indigeneity from the past, present and beyond," in a post featuring Indigenous design work.

TRT/MS

fora de jogo

Às segundas-feiras, Vitor Silva, do Benfica, Carmo Monteiro, do Porto, e Sergio Ruivo, do Sporting, entram em campo, fazem remates certeiros e defesas seguras.

Francisco Pegado é o árbitro desta partida onde nada, nem ninguém ficará Fora de Jogo.

Todas as segundas-feiras, às 6 da tarde, na Camões Rádio, Camões TV e ainda no Facebook da Camões Radio.

Não fique Fora de Jogo.

segunda-feira às 18h

Creditos: DR

NBA

Raptors honoured by NBA with league award for leadership on inclusion

The Toronto Raptors have pretty much always been known for being one of the NBA's most diverse organizations.

And it appears the rest of the league feels the same. At an NBA conference in Miami, the league recognized the Raptors for their "cross-functional inclusion program that commits to creating meaningful and lasting impact for communities facing barriers," naming Toronto the recipient NBA Inclusion Leadership Award for programming during the 2021-22 season.

A committee made up of team and league executives selected the winners.

Toronto has a series of annual initiatives to uplift local talent in a variety of ways.

One such initiative is the Wayne & Theresa Embry Fellowship, which gives two selected candidates the opportunity to "gain firsthand experience in a professional basketball environment over the course of a full NBA season," by working closely with several different departments through the Raptors organization. Meanwhile, the Welcome Toronto Creators Program showcases local emerging creators who identify as Black, Indigenous, Women, Non-Binary by featuring their artwork and backstories at select games throughout the season.

From its on-court roster that's always featured a host of international talent to its front office led by UK-born, Nigerian-raised president Masai Ujiri, Toronto is a franchise with a reputation for practicing what they preach when it comes to diversity and inclusion.

"Inclusion isn't simply a business pillar for our organization; it is at the center of everything we do," said John Wiggins, Raptors' vice president of organizational culture and inclusion. "We recognize the privilege and responsibility that comes with our platform, and we continuously strive to use our voice to provide opportunities that unite our community through the power of sport."

DH/MS

Joe Wieskamp signs 10-day contract with Toronto Raptors

Muscatine native Joe Wieskamp signed a 10-day contract with the Toronto Raptors, continuing his professional basketball career. Wieskamp started his professional career in 2021 when the San Antonio Spurs drafted him and later gave him a two way contract, allowing him to play on both the San Antonio Spurs and their G League team, the Austin Spurs. In March, 2022 they converted it to a standard contract, giving him opportunities to continue playing with the San Antonio Spurs through the end of the season.

A longtime basketball powerhouse in Muscatine, Wieskamp started his career at Muscatine High School, where he broke the school's all-time scoring record and led his team to their first state tournament in 16 years. He then played basketball at the University of Iowa for three seasons before entering the draft and signing with the San Antonio Spurs. During the off season, Wieskamp returned to Muscatine to host his very first youth basketball clinic along with his now wife, Makenzie Meyer.

As the basketball season continues, teams have the opportunity to try out players they have caught their eyes through short-term contracts. Wieskamp shared that the Raptors have had interest in him for some time, and he welcomes this chance to show them what he has to offer. "I got the opportunity to sign a 10-day contract with the Toronto Raptors by playing well throughout the G-League season with the Wisconsin Herd," he said. "The Raptors were a team that really liked me in last year's draft, and they wanted to give me an opportunity to show what I can do and continue to develop."

Though 10 days may sound like only a short period of time, it will give Wieskamp the opportunity to practice with the team and possibly play in several games as well, showing off his various skills. If the Raptors would like to see more or continue determining how Wieskamp works with other players on the team, they may sign him to one more 10-day contract before making a decision on whether to offer him a longer term contract.

Whatever happens, Wieskamp wants to take away as much experience and knowledge as he can from his time with the Raptors and use it to continue improving his game. "I'm super excited about signing with the Raptors and I look forward to the opportunity!" he enthused. "I hope to take advantage of every opportunity that I get and learn as much as possible."

Though Wieskamp does not fully know where his basketball career will take him next, he plans to continue playing his best, no matter what team he finds himself on, and to continue taking every new opportunity he gets to keep growing as a player and to play at a higher level. "My goal is to just continue getting better and always enjoy the game I love." Wherever he goes and continues to play, Wieskamp's fans in Muscatine will follow his career and cheer him on from his hometown.

DH/MS

Creditos: DR

LiUNA! LOCAL 183

TORONTO - BARRIE - COBOURG - GUELPH CAMBRIDGE - KINGSTON

BUILDING ONTARIO

Jack Oliveira
Business Manager

Luis Camara
Secretary Treasurer

Nelson Melo
President

Bernardino Ferreira
Vice-President

Marcello Di Giovanni
Recording Secretary

Jaime Cortez
E-Board Member

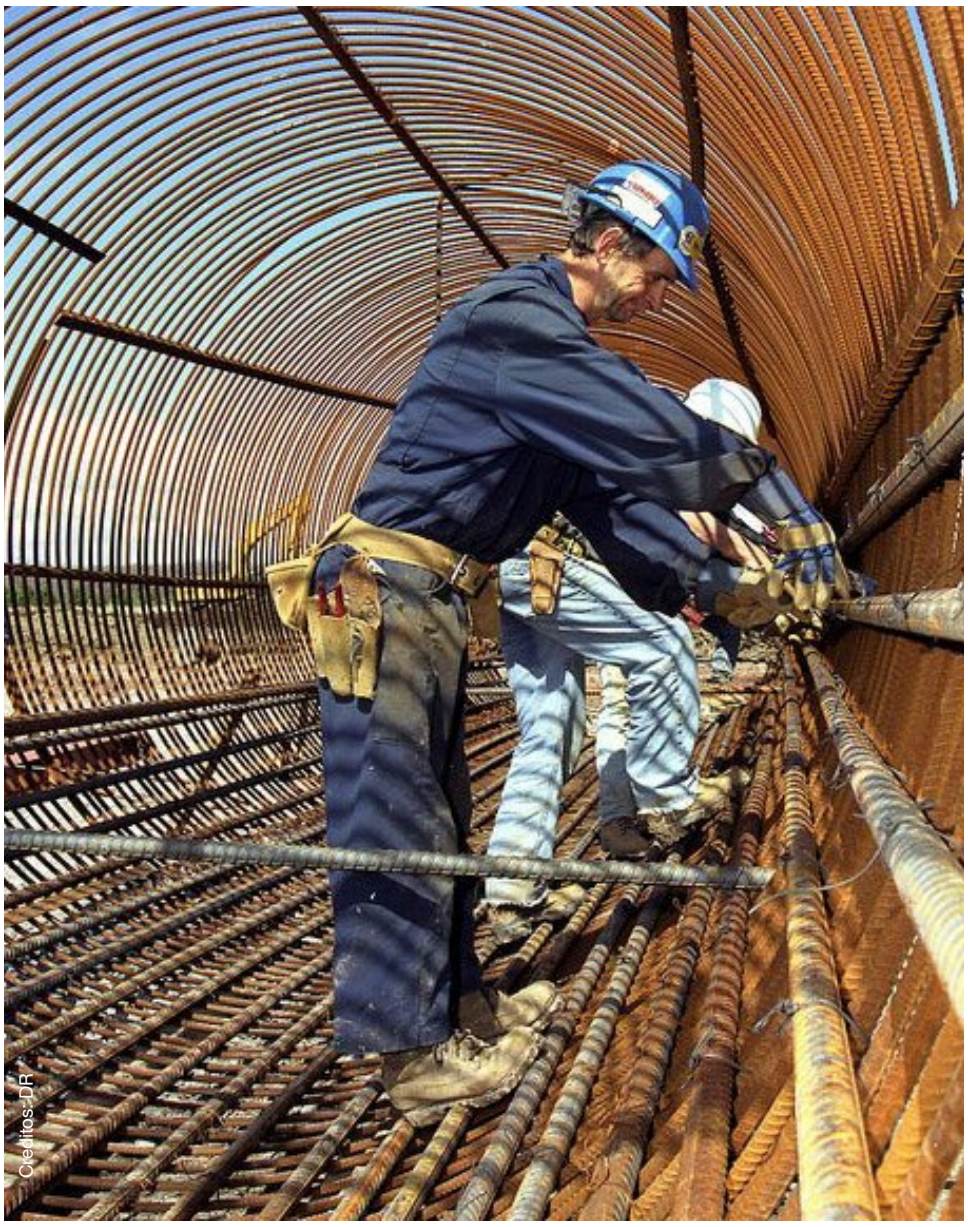
Pat Sheridan
E-Board Member

www.liuna183.ca
@liuna183

CONSTRUCTION NEWS

Labour market posts one last surprise for 2022, adds 104,000 jobs in December

The Canadian labour market ended the year on a strong note as the economy added a whopping 104,000 jobs in December, showing no signs of the slowdown many economists have been anticipating.


Credits: DR

Statistics Canada reported the unemployment rate fell slightly to 5.0 per cent last month. This marks the third decline in the unemployment rate in fourth months, edging it closer to the record-low of 4.9 per cent reached in June and July.

"You always have to be a little bit careful about reading too much into any single Canadian employment report," said Douglas Porter, BMO's chief economist.

"But this is the second time in three months that the economy has cranked out 100,000 new jobs, which is a big number historically."

In its latest labour force survey, the federal agency said the rise in employment was driven by an increase in full-time work.

The number of employees in the private sector also increased last month, with job gains made across industries.

Meanwhile, employment in the public sector held steady.

Many economists have been expecting a downturn in the economy to show up in fourth quarter economic data in response to high interest rates. However, the job numbers show no sign of an economy slipping.

"For those of us who are calling for at least a shallow recession this year, it of course raises some doubts on that view," Porter said.

Wages continued to grow at a year-over-year pace above 5.0 per cent for the seventh consecutive month, with wages up 5.1 per cent.

However, wage growth still lags the country's inflation rate, which was 6.8 per cent in November.

Brendon Bernard, a senior economist with hiring website Indeed, said the broad story for 2022 "of low unemployment and solid job market conditions continued through the final parts of the year."

Employment among youth aged 15 to 24 rose in December, fully recouping job losses experienced between July and September.

The jobs report also noted that the employment rate among women between the ages of 25 and 54 reached a record-high last month.

Despite employment rising on a monthly basis, hours worked held steady in December. Porter said this was likely due to elevated illness rates.

Statistics Canada reported 8.1 per cent of employees were absent due to illness or disability last month, up from 6.8 per cent in November.

The Bank of Canada has previously flagged the country's tight labour market as a contributor to high inflation.

The central bank has raised interest rates aggressively in hopes of bringing down the pace of price growth and cooling the economy.

While economists expect unemployment to rise in response to higher borrowing costs, the labour market has remained resilient over recent months.

The Bank of Canada signalled last month a willingness to press pause on its aggressive rate hike cycle, depending on how the economy evolves.

Though BMO still expects there to be another rate hike at the end of the month, Porter said the latest jobs report doesn't close the debate.

"But I would say at the very least, this strengthens the case for at least one more rate hike in January."

Don Wall/DCN/MS

Ontario sees strong growth in 2022 with new property construction and renos worth over $37.8 billion

Ontario's property inventory grew in 2022, with more than $37.8 billion in new assessments. Residential homes made up over $28.6 billion of the increase, and commercial and industrial properties totalled $4.6 billion, MPAC reports.

Ontario added more than 48,000 residential homes last year, with new detached homes increasing 10.5 per cent year over year. The number of new residential condominiums dropped by 37.4 per cent (7,097, down from 11,331) and there was a small increase in new townhouses.

"The slowdown we see in new residential condominiums is attributed to construction delays arising from changing economic considerations and supply issues," said Nicole McNeill, president and Chief Administrative Officer. "Despite this slowdown in new residential condominiums, we did see year-over-year growth in other property types."

More than 55 per cent of new property value was located in 10 municipalities. Toronto led the way for another year at $8.7 billion (down from $10.7 billion in 2021) followed by Ottawa at $4.4 billion (up from $3 billion), Mississauga at $1.2 billion (down from $1.6 billion), Vaughan at $1.1 billion (down from $2 billion) and Oakville at $1.1 billion.

When looking at the growth rates for small municipalities under 15,000 population), Blue Mountains had the largest overall growth – $140.2 million, despite a drop in new seasonal properties from the previous year (down to $29.3 million from $32.7 million).

Property assessments for the 2023 property tax year will continue to be based on Jan. 1, 2016 assessed values.

Don Wall/DCN/MS

AMBIENTE

Terra Viva

3 GIGANTESCOS PROBLEMAS
Água - Combustíveis - Poluição

Paulo Gil Cardoso
Opinião

Apenas 3% de toda a água no planeta é água doce, sendo potável e acessível para consumo somente 0,02%.

Parece-nos inacreditável que num planeta em que 75% da sua superfície é coberta de água e seja tão difícil ter uma quantidade abundante bebível. Dos atuais 8 mil milhões de seres humanos aproximadamente 800 milhões não têm acesso a água potável. Ásia e África são as zonas do globo onde o acesso a água limpa para consumo humano é mais reduzido. Os cinco países com mais pessoas sem acesso a água potável são: Índia (77 milhões), China (63 milhões), Nigéria (57 milhões), Etiópia (43 milhões) e República Democrática do Congo (36 milhões). Anualmente morrem mais de 900 mil pessoas por doenças causadas por água imprópria para consumo. Como divulgado pela Organização Mundial de Saúde, mais de 2 mil milhões usam água contaminada com fezes.

A acrescentar à escassez do líquido vital, a atividade humana contamina e polui uma gigantesca quantidade de água, sendo que cerca de 80% das águas residuais no planeta não são tratadas ou depuradas.

Combustíveis

O consumo de combustíveis fósseis - carvão, petróleo e gás -, mais do que duplicou desde 1980, continuando a crescer e a bater recordes anualmente, e são os maiores responsáveis de emissões de CO_2. São a fonte de mais de 80% da energia consumida no mundo, sendo atualmente de cerca de 140 000TWh (TeraWatts/hora).

A queima destes combustíveis produz anualmente 34 mil milhões de CO_2, destes 45% são carvão, 35% petróleo e 20% gás.

Apesar do desenvolvimento das chamadas energias verdes, correspondendo a cerca de 20% do total de fontes de energia, não se tem efetivado uma diminuição do consumo dos consumíveis fósseis.

Poluição

A poluição do ar, dos solos e da água, tem atingido números astronómicos. Calcula-se que cerca de 6,7 milhões de pessoas morram anualmente devido à poluição, principalmente pela poluição atmosférica.

À escala global, diariamente, temos poluentes em quantidades gigantescas, todos na ordem das centenas de milhares de toneladas, sejam de óleo de cozinha, químicos tóxicos, roupas usadas, queima de combustíveis, plásticos, diversos resíduos sólidos, etc., etc.

No total, a humanidade produz mais de 2 mil milhões de toneladas de lixo por ano, o que corresponde a mais de 250Kg por pessoa.

Entre 5 milhões a 13 milhões de objetos plásticos chegam aos oceanos anualmente.

Quando olho para dimensão destes problemas, apenas me ocorre – consumir menos, reduzir a poluição pela qual sou responsável e usar água conscientemente. E vocês?

JUNTE-SE À EQUIPA DA VIANA ROOFING

A Viana Roofing & Sheetmetal Ltd. procura homens e mulheres para trabalharem para uma organização progressiva onde o brio e mão-de-obra qualificada são fundamentais.

Se você tem o que é preciso, será compensado/a com um bom salário, benefícios, um plano de reforma e medidas de segurança para garantir a sua proteção.

Envie o seu currículo para viana1984@gmail.com ou ligue para 416-763-2664.

ROOFING SOLUTIONS YOU CAN TRUST
vianaroofing.com

Credito: DR

VIVER A MENTIR

É seguro dizer que todos nós, pelo menos uma vez na vida, mentimos. E as razões para o fazermos são várias e vão das mais inocentes até às mais traiçoeiras ou menos éticas. Basta, por exemplo, pensarmos no dia 1 de abril, em que por todo o mundo existe o costume de se pregar uma partida, que engloba sempre uma mentira. Ou até elogiar, de forma menos sincera, alguém só para a animar, jurar que "é este ano" que vamos começar a dieta ou dizer que não nos tínhamos esquecido do aniversário de alguém, "apenas estávamos a preparar uma surpresa". No entanto, mentir pode realmente tornar-se numa doença - e as consequências não afetam apenas quem dela sofre.

Quando a mentira deixa de ser contada de forma inocente ou por brincadeira, perdendo a graça e tornando-se num verdadeiro vício e até numa forma de estar no dia a dia de alguém, estamos perante uma pessoa que sofre de mitomania.

Neste quadro clínico inserem-se os casos das pessoas que mentem compulsivamente, o que afeta o julgamento racional e prejudica os relacionamentos familiares e sociais.

O QUE É

Também conhecida como pseudologia fantástica ou mentira patológica, a mitomania pressupõe um transtorno ou perturbação psicológica.

Ao contrário de quem mente esporadicamente - e que o pode fazer, por exemplo, para conseguir retirar algum tipo de benefício de uma situação ou para se livrar de algum problema - quem sofre desta patologia

mente como forma de desenhar ou camuflar a sua própria realidade. Assim, o ato de mentir, simular, distorcer ou omitir torna-se numa forma da pessoa se conseguir sentir confortável consigo próprio e com a sua vida, tornar-se mais interessante aos olhos da sociedade ou para se conseguir inserir num determinado grupo social, por exemplo.

COMO IDENTIFICAR

O grande sinal de alarme, na maioria dos casos, será a frequência com que a pessoa é apanhada a distorcer ou alterar completamente determinada realidade. Quando a mentira se torna excessiva e se assume como um hábito patológico, podemos estar perante um sintoma de várias doenças mentais.

Para além disso existem outras características que podem ser observadas, tais como:

- O mitómano é incapaz de sentir culpa ou medo em relação à possibilidade da sua mentira ser descoberta;
- Por norma, as histórias contadas por estas pessoas são exageradas, sendo ora muito felizes ou muito tristes;
- Nesse sentido, a pessoa coloca-se no lugar ou de herói ou de vítima;
- Elaboram muito as respostas a perguntas rápidas;
- Muito preciso/as nas descrições;
- São apanhados/as a contar diferentes versões da mesma história.

PORQUÊ?

Apesar de ainda não existirem conclusões concretas acerca do que poderá estar por trás da mitomania, alguns estudos sugerem que o transtorno pode estar relacionado com antecedentes traumáticos ou até epilepsia.

Além disso, acredita-se também que a desesperada necessidade de atenção ou de reconhecimento social possa levar alguém a mentir compulsivamente. "Sabe-se que as principais causas da mentira patológica são decorrentes de traços da personalidade, problemas nas relações familiares e experiências stressantes ou traumáticas", afirma a psicóloga Júlia Machado.

TRATAMENTO

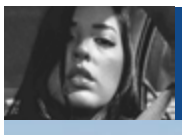
Tendo em conta que "viver a mentir" pode trazer grandes e graves problemas para quem sofre de mitomania - que incluem a exclusão social e até problemas de ordem legal - é de extrema importância fazer-se o diagnóstico e, de seguida, iniciar o tratamento. Sim, a mitomania tem cura!

O processo de reabilitação, por assim dizer, engloba várias áreas de intervenção que vão desde o psicólogo até ao psicoterapeuta, com o objetivo de fazer com que a pessoa entenda que tem um problema, como é que isso a afeta e a importância da mudança de comportamento e hábitos. Pode ainda ser necessário 9 acompanhamento psiquiátrico e uso de psicofármacos em casos em que seja também diagnosticada depressão e/ou ansiedade.

Mas existe uma outra componente do tratamento que se assume crucial: o apoio da família e amigos. São eles que, no final do dia, vão dar a quem sofre da doença a confiança e determinação para mudar e recuperar.

Inês Barbosa/MS

Mais próximo.
Mais dinâmico.
Mais atual.
www.mileniostadium.com
O mesmo de sempre, mas melhor!



Canadá entre nós

Adriana Marques

Credito: DR

Vamos conhecer juntos um lugar bem especial de Toronto: O Tommy Thompson Park

É difícil acreditar que estando no local, você está a poucos passos do centro da quarta maior cidade da América do Norte. As vistas amplas do Lago Ontário, o vôo contínuo dos pássaros e a quantidade de árvores, contribuem para uma sensação de desconexão com o urbano e reconexão com a natureza. O caminho que se apresenta ao longo do trajeto de cinco quilômetros até o ponto mais externo do parque, revela um lugar onde a cidade e a natureza se fundiram de maneiras muito interessantes. Surpreendentemente, o que começou como um aterro de entulho extraído do centro de Toronto na década de 1950, tornou-se hoje, um modelo globalmente significativo para a ecologia urbana.

A história do nascimento desse parque, como já mencionado, se inicia com um depósito de ruínas das construções pré-moderna de Toronto. Os restos desses edifícios aparecem em todos os lugares. Mas, usando esses escombros como base, o plano criado pelo arquiteto e paisagista Walter H. Kehm foi extremamente bem-sucedido em preparar o cenário para a natureza florescer de uma maneira incomum. Kehm afirmou que ao fazer os planos para Tommy Thompson Park, na década de 1980, ele projetava mais para a flora e a fauna que começavam a habitar o parque e menos para as pessoas que chegariam depois.

Hoje, o parque está repleto de pássaros, animais selvagens e espécies de plantas nativas e não nativas, que encontraram conforto nesta península de concreto enquanto coexistem com centenas de milhares de visitantes que vão para este destino regularmente.

As linhas costeiras de Tommy Thompson Park, expõem os materiais brutos de edifícios demolidos da cidade: concreto, tijolo, cerâmica e pedra. No entanto, com o tempo, as ações do lago suavizaram suas bordas e as remodelaram em formas hipnotizantes que podem ser descritas como obras de arte acidentais. Entre essas acumulações, estão espalhadas inúmeras esculturas improvisadas criadas pelos visitantes do parque. Construções de aço, tijolos e outros detritos, aparecem a cada fim de semana, criadas por famílias, grupos de adolescentes ou outros indivíduos, que simplesmente não resistem ao desejo de reimaginar e reconfigurar os escombros do passado de Toronto.

O Tommy Thompson Park, é um ótimo lugar para aproveitar o ar puro e a paz que a natureza proporciona. Esse parque é considerado um dos melhores locais para observação de aves da cidade, com mais de 300 espécies registradas. É também um destino privilegiado para observação da vida selvagem e pesca.

Além de tudo isso, o parque oferece vistas maravilhosas da cidade de Toronto e do Lago Ontário.

Vale lembrar, que você pode aproveitar o local em todas as estações, mas claro, a primavera, verão e outono são as mais populares para atividades, como caminhadas, corridas, patins e ciclismo.

E o melhor de tudo é que fica no centro de Toronto. Então, sem desculpas pra aproveitar o fim de tarde pedalando ou caminhando, depois de um dia estressante, hein?

Credito: DR

Credito: DR

Credito: DR

COMO SEMPRE... SURPREENDENTE!

Credito: DR

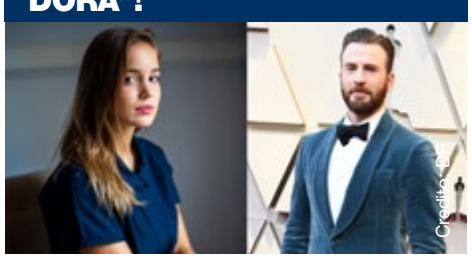
Sempre que assistimos a uma passadeira vermelha contamos com o glamour e irreverência de Billy Porter: e o ator, cantor e cineasta, que marcou presença na gala dos Globos de Ouro, em Los Angeles, voltou a destacar-se. Porter não desiludiu quem aguardava ansiosamente por descobrir qual seria o look escolhido: desta vez o artista de 53 anos optou por um visual que misturava um smoking com um vestido - a criação, toda em veludo e em tons de rosa, é assinada por Christian Siriano. De relembrar que na edição de 2019 dos Óscares Billy Porter também havia surpreendido com um modelo semelhante.

TRANQUILA E CONFIANTE

Credito: DR

Depois de, no passado domingo, dia 8 de janeiro, Preta Gil ter informado, através das suas redes sociais, que tinha dado entrada no hospital com "um quadro de dor abdominal" e sido submetida a diversos exames, eis que o diagnóstico chegou: a cantora, filha de Gilberto Gil, terá que lutar contra um cancro nos intestinos. A artista brasileira confirmou a notícia esta terça-feira (10), explicando que esteve internada durante quase uma semana. "Estive internada nos últimos seis dias na Clínica São João Vicente, no Rio de Janeiro, por conta de um desconforto que sentia. Graças a Deus, hoje recebi um diagnóstico definitivo" , escreveu no Instagram. "Tenho um adenocarcinoma na porção final do intestino. Inicio o meu tratamento já na próxima segunda-feira [16 de janeiro] e conto com a energia de todos para seguir tranquila e confiante", concluiu.

CONFIRMAÇÃO "ASSUSTADORA"!

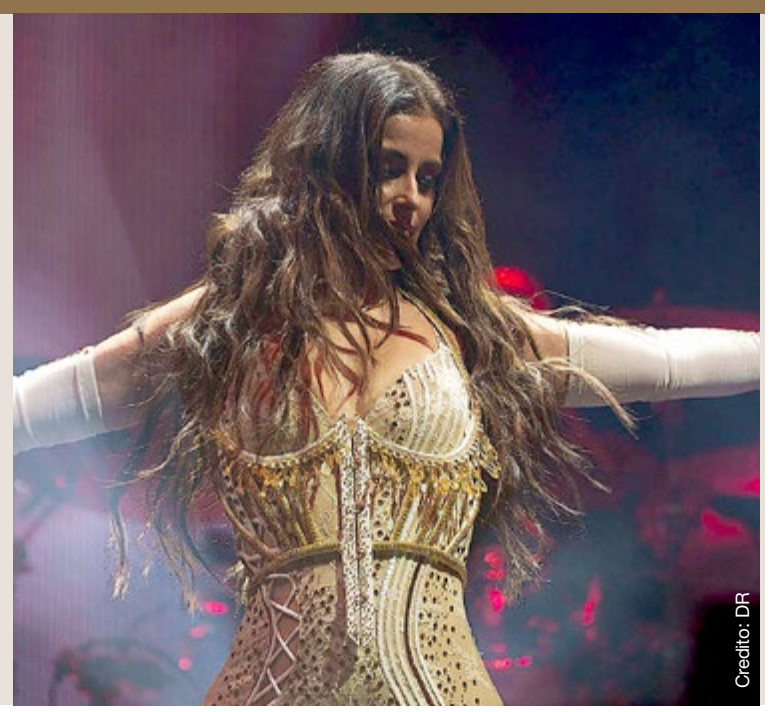

Credito: DR

Muito se especulou acerca de uma possível relação entre Chris Evans e Alba Baptista. Ora depois de meses de interrogação, eis que o mundo teve finalmente a resposta: sim, o ator e a atriz são, de facto, um casal. A confirmação foi dada, ainda que indiretamente, pelo próprio Chris Evans através de uma publicação nas suas redes sociais. Em jeito de retrospetiva do ano de 2022, o ator norte-americano, de 40 anos, partilhou um vídeo muito bem-humorado: uma compilação de sustos que o casal foi pregando um ao outro ao longo do tempo. A certa altura do vídeo é possível ouvir Alba, de 25 anos, soltar uma "expressão" bem portuguesa... e que não podemos aqui reproduzir!

DE VOLTA

Um colapso nervoso obrigou Nelly Furtado a afastar-se das luzes da ribalta em 2017. Mas a cantora lusodescendente voltou aos palcos na noite da passagem de ano, atuando no festival 'Beyond the Valley', na Austrália. A artista não deixou passar a ocasião em branco e no passado dia 1 de janeiro, na sua página de Instagram, publicou uma fotografia com a legenda "Estou de volta". Algum tempo mais tarde a cantora de 44 anos voltou a fazer nova publicação, onde partilhou com os seus seguidores uma série de fotografias da mesma atuação e aproveitou também para abrir o coração.

"Ontem à noite fiz meu primeiro espetáculo em cinco anos. Feliz Ano Novo! O palco fez-me sentir em casa. Obrigado a todos que fizeram parte disto e a todos que partilham a minha música online, trazendo-a para toda uma nova geração de fãs. É um sentimento muito gratificante. Estou muito grata. Obrigada ao 'Beyond the Valley' por me receber. Que multidão!", afirmou. O regresso de Nelly Furtado era muito aguardado pelos fãs - e eles fizeram-se ouvir! "A rainha", "Épica" e "Eu não acredito que as pessoas estejam preparadas" foram alguns comentários. De recordar que em julho do ano passado Nelly surpreendeu os fãs atuando ao lado de Drake no festival 'OVO Fest', na capital do Canadá. Na ocasião interpretou I'm Like a Bird, um dos seus temas mais populares, lançado no ano 2000.


Credito: DR

VALE TUDO

Credito: DR

O programa Vale Tudo, da estação televisiva portuguesa SIC, voltou com uma nova temporada no passado domingo (8). E, à semelhança das primeiras edições, o divertido programa de entretenimento e jogos voltou a fazer as delícias dos telespectadores, liderando de forma absoluta.Entre muitos outros momentos que fizeram doer a barriga de tanto rir, houve um em especial que não passou despercebido e que deixou os intervenientes um pouco...embaraçados! Jessica Athayde, que faz parte do elenco fixo desta nova temporada, preparava-se para jogar ao 'ABCorpo' - mas César Mourão não resistiu e fez uma observação sobre a atriz e João Manzarra. "Eu tenho que dizer isto: eu gosto muito de um programa onde realmente é possível dois ex-namorados se darem muito bem. Acho muito giro, muito bonito", o que arrancou gargalhadas do público... e deixou o ex-casal sem saber o que dizer ou fazer! De recordar que a atriz e o apresentador namoraram mais de dois anos, tendo-se separado em 2014 - no entanto, sempre mantiveram uma boa relação. Facto que, de resto, ficou à vista de todos no passado domingo (8)!

MUDAR O HINO?

Dino D'Santiago atuou, na passada sexta-feira (6), na Grande Conferência comemorativa dos 50 anos do jornal Expresso, no auditório da Fundação Champalimaud, em Lisboa. Já no final da sua performance, o músico decidiu lançar um "desafio bom a pensar nos nossos filhos", onde propunha nada mais nada menos do que alterar o hino nacional português, "A Portuguesa", composto por Alfredo Keil, com letra de Henrique Lopes de Mendonça, em 1890.

"A nossa geração, este nosso tempo, já é um tempo de termos um hino menos bélico, que incentive menos às guerras. Não gritemos mais 'às armas, às armas' e não marchemos mais 'contra os canhões'. Os nossos filhos não precisam disso e a nova emancipação não pode ser territorial. Que seja mental, espiritual, com amor", justificou Dino.

Mas parece que a ideia não caiu muito bem junto do público e as reações não se fizeram esperar nas redes sociais: "Agora há um vírus que todos querem mudar a História. Mudem é o presente e as ações e não o que foi escrito ou feito no passado", "Como artista das palavras estás pouco 'flexível' ou queres algum protagonismo numa agenda dos 'calimeros'" e "Era só o que faltava!" foram alguns dos comentários dos internautas.

Credito: DR

OLHAR COM OLHOS DE VER

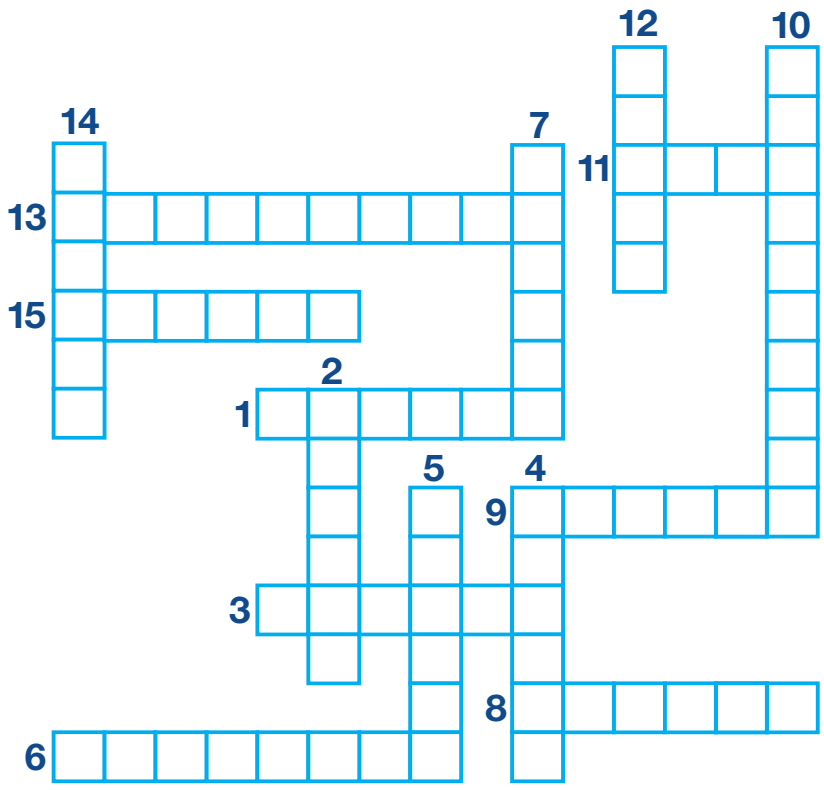
Enjoying the Sun. Gairloch Gardens, Oakville. Créditos: Stella Jurgen

Move on. Créditos: Fa Azevedo

Luz no fim do túnel . Créditos: Paulo Perdiz

The 6ix. Créditos: Inês Carpinteiro

Palavras cruzadas



1. Indivíduo que comete homicídio; homicida
2. Qualquer meio utilizado na difusão de informações jornalísticas
3. Tempestade de neve
4. Parte do fogão onde se assam os alimentos
5. Interrupção de uma atividade ou trabalho, para descanso
6. Criança ou adolescente do sexo masculino; garoto
7. Utensílio de mesa, de três ou quatro dentes em uma das extremidades
8. Conjunto de produtos agrícolas colhidos num período; safra
9. Móvel composto de um tampo horizontal, geralmente se destina a refeições, jogos, apoio etc
10. Situação de não existência de vencedor em um jogo
11. Impresso que acompanha medicamento e contém informações sobre ele
12. Parte exterior da cavidade bucal; o contorno dos lábios
13. Instrumento constituído por lâmina cortante presa a um cabo
14. Entidade das lendas europeias, de aspecto humano, orelhas pontudas e pequenina estatura
15. Instrumento bastante antigo, composto de cordas estendidas numa moldura aberta

Jogo das 10 diferenças

Caça palavras

A	U	E	N	E	C	E	S	S	I	D	A	D	E	J
Z	C	O	M	P	U	L	S	I	V	A	U	M	U	I
Z	L	L	I	E	G	L	O	D	L	Z	M	H	B	S
U	A	L	A	B	S	L	C	M	C	D	E	S	A	M
M	N	F	N	B	R	V	I	A	S	I	N	A	H	E
X	O	S	L	P	X	E	A	I	E	S	T	S	T	G
B	I	S	Z	P	T	R	L	O	U	C	I	S	A	A
I	C	G	N	T	F	D	Q	R	K	U	R	E	R	L
K	I	E	G	K	O	A	U	I	K	R	A	M	T	F
Y	D	R	Q	Y	N	D	P	A	U	S	E	O	E	U
I	A	A	Q	L	Y	E	V	N	P	O	Q	R	C	M
X	R	R	N	Y	H	I	H	P	S	C	E	P	C	A
R	T	K	L	R	E	D	E	R	S	S	R	T	Y	C
P	I	E	D	O	S	A	N	C	W	H	Y	B	Z	V
A	U	O	A	D	I	V	Y	A	E	S	H	W	K	C

MENTIRA
ARTE
PROMESSAS
VERDADE
CAMUFLAGEM
PIEDOSA
DISCURSO
NECESSIDADE
TRADICIONAL
REDE
GERAR
COMPULSIVA
VIDA
SOCIAL
MAIORIA

Caça palavras

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

O objetivo do jogo é a colocação de números de 1 a 9 em cada um dos quadrados vazios numa grade de 9×9, constituída por 3×3 subgrades chamadas regiões. O quebra-cabeça contém algumas pistas iniciais. Cada coluna, linha e região só pode ter um número de cada um dos 1 a 9. Resolver o problema requer apenas raciocínio lógico e algum tempo.

Culinária por Rosa Bandeira

PUDIM ABADE DE PRISCOS

Credito: DR

Ingredientes

- **500 ml de água**
- **500 gr. açúcar**
- **Casca de um limão**
- **Um pau de canela**
- **50 gr. de toucinho**
- **18 gemas de ovo**
- **1 dl de vinho do Porto**
- **Caramelo líquido**

Modo de preparação:

Colocar água num tacho. Juntar o açúcar, a casca do limão, o pau de canela e o toucinho. Deixar ferver durante 15 minutos

Desligar o lume e deixar arrefecer. Barrar uma forma de pudim com o caramelo líquido. Deitar as gemas para uma tigela, juntar o vinho do Porto e misturar bem. Juntar a calda do açúcar passar por um coador, misturar e deitar na forma, tapar bem e levar a cozer em banho-maria durante 50 minutos.

Desligar o lume e deixar arrefecer em banho-maria. Desenformar e servir decorado a gosto.

Bom apetite!

CARNEIRO 21/03 A 20/04

A dualidade poderá estar presente na sua vida profissional, levando a que se interesse ao mesmo tempo por mais do que um projeto ou alternativa profissional, ou poderá simplesmente sentir que a sua atenção dispersa. Esta é uma boa altura para se aconselhar com alguém mais velho sobre um assunto difícil.

TOURO 21/04 A 20/05

É para a sua carreira que, nesta altura, a sua atenção vai estar voltada. Procurará avidamente o sucesso nessa área. É um período em que deseja trazer perfeição, rigor e criatividade para a sua carreira profissional. Poderá sentir uma certa saturação pelos ambientes que lhe são usuais ou monótonos.

GÉMEOS 21/05 A 20/06

Os seus bens materiais serão fortemente defendidos e protegidos nesta fase, mesmo que para isso tenha de entrar em litígios. Não receie, pois, a sua grande capacidade de argumentação vai favorecer a sua expansão financeira. A introspeção e reflexão sobre assuntos como o psiquismo e a vida para além da morte poderão ocorrer.

CARANGUEJO 21/06 A 20/07

Neste momento sente-se desiludido/a pois sente-se inferior aos outros. Em tudo o que faz acha que os outros não o/a entendem, logo não se sente realizado/a. Não se dê ouvidos, a sua imaginação é que é a culpada de se sentir assim. Ignore e ande para a frente.

LEÃO 22/07 A 22/08

É a sua carreira que lhe vai exigir grande atenção neste período. A sua capacidade de trabalho poderá ser posta à prova. Poderá sentir que é alvo do autoritarismo de outros, pelo que se puder optar por um trabalho individual e independente, tanto melhor. Caso contrário, evite entrar em confronto com terceiros.

VIRGEM 23/08 A 22/09

Aproveite para cuidar mais da sua saúde. É também uma altura propícia para reorganizar o seu espaço de trabalho ou a sua casa. Não é a altura mais indicada para fazer novos planos, mas sim a de se ocupar com as suas necessidades mais imediatas. Tudo o que agora fizer procurará fazer com perfeição.

BALANÇA 23/09 A 22/10

O seu poder de iniciativa estará favorecido pela influência de Marte. Assim, novas ideias e projetos terão da sua parte um bom acolhimento. A sua imagem pessoal e a sua presença terão junto dos outros maior aceitação se valorizar o seu aspeto físico e a sua postura.

ESCORPIÃO 23/10 A 21/11

Nesta altura os valores da sua privacidade e intimidade terão a sua atenção e irão assumir grande importância. Vai apetecer-lhe ficar em casa, só ou com a sua família, pois vai sentir-se muito bem junto dela. Será um ótimo momento para imaginar e projetar uma nova decoração no lar, tornando-o mais alegre e confortável.

SAGITÁRIO 22/11 A 21/12

Este é um período mais voltado para os relacionamentos em geral. Procure fugir de atitudes polémicas, de modo a evitar conflitos, já que terá alguma tendência para o confronto. Uma paixão súbita poderá surgir nesta altura. Caso já esteja envolvido/a numa relação poderá ver o sublinhar da cooperação íntima.

CAPRICÓRNIO 22/12 a 20/01

Este é um período em que se orgulhará do trabalho realizado, as suas energias estão voltadas para a área laboral, por isso o melhor é arregaçar as mangas e deitar mãos à obra! Problemas de saúde poderão surgir. Procure relaxar-se e aliviar as suas tensões praticando ioga, nadando ou simplesmente passeando ao ar livre.

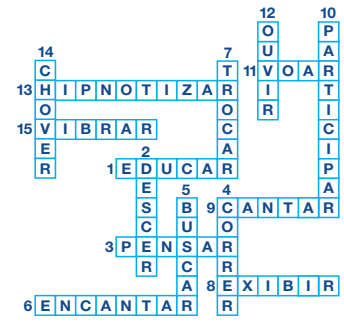
AQUÁRIO 21/01 A 19/02

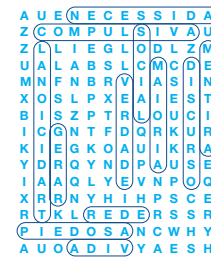
Durante este trânsito de Marte pela sua Casa V, dos amores e divertimentos irá mostrar a sua verdadeira personalidade em todo o seu brilho e esplendor. Sentirá satisfação em ser quem é e não se coibirá de o mostrar. Em termos amorosos, a fase é de conquistas, entusiasmo e paixão. Emoções que quererá viver em pleno.

PEIXES 20/02 A 20/03

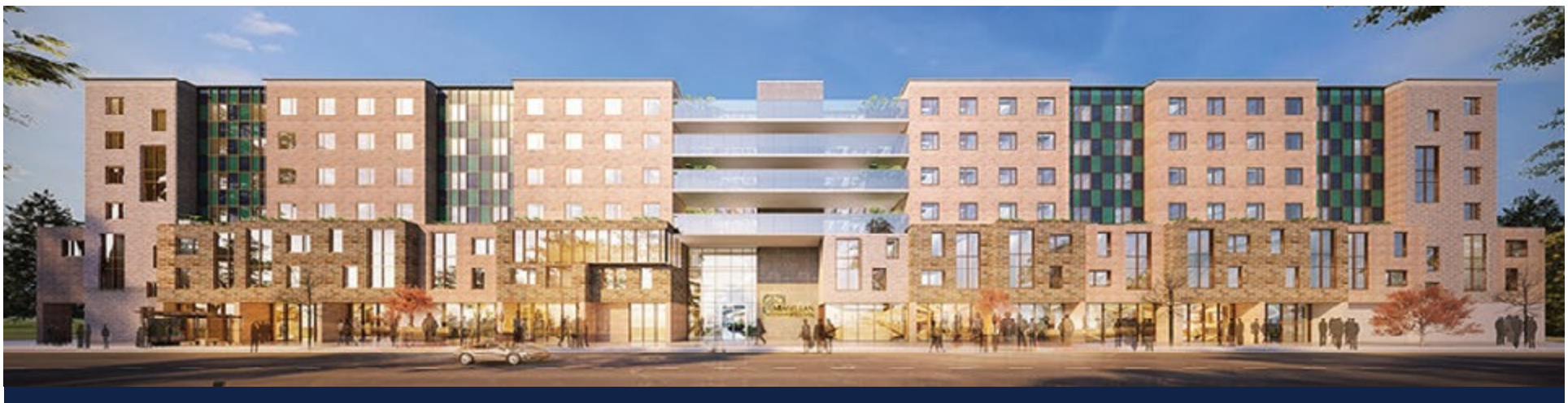
Ajude ou peça ajuda aos amigos. Notará uma grande identificação com eles e descobrirá novas facetas do seu ego, quiçá escondidas no seu interior, e que agora poderá trazer à luz do dia para benefício de todos. Inicie novas amizades e dê atenção aos valores dos outros, verá que não são assim tão diferentes dos seus.

Soluções





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



260 páginas recheadas de fotografias captadas por Manuela Marujo no Canadá

MAGELLAN COMMUNITY FOUNDATION

RECEBA ESTE LIVRO

com a sua doação ao Magellan Community Foundation

Ao doar para o Magellan Community Foundation, ajudará a financiar a primeira casa de cuidados prolongados para os falantes de português em Ontário, assim como unidades residenciais acessíveis e um centro comunitário.

Ajude os idosos luso-canadianos a terem os cuidados que merecem!

Para doar, visite
magellancommunityfoundation.com
ou telefone para (437) 914-9110

Agenda comunitária

Portuguese Cultural Centre of Mississauga
Despedida da Direção

53 Queen St. North Mississauga, Jan 14 - 7 pm.

Despedida da Direção com a banda Santa Fé.

Contacto e reservas. 905-286-1311

Associação Migrante de Barcelos
Valentine's Night

2079 Dufferin St. Toronto , Jan 14 - 7 pm.

Celebrar o dia dos namorados ao som da Banda Karma, jantar e todos irão ganhar uma prenda.

Reservas: 647-949-1390

Associação Migrante de Barcelos
Valentine's Night

2079 Dufferin St. Toronto , Fev 11 - 6 pm.

Comemore o Dia dos Namorados connosco. Lembrança do Dia dos Namorados para todos.

Reservas 647-949-1390

Portuguese Cultural Centre of Mississauga
Baile da nova Direção

53 Queen St. North Mississauga, Fev 4 - 6 pm.

Baila da nova Direção. Contacto e reservas. 905-286-1311

Luso Canadian Charitable Society
Amigas 80's Night

1555 Upper Ottawa St. Hamilton, Feb 4, 6 pm.

Ladies Night Fundraising event, at Michelangelo Event & Conference Centre on Saturday, February 4th, 2023. Tickets: Adults $80 and Children (3-10) $40 with all proceeds going towards Luso Hamilton's ECHO program.

Info and reservations: catarina.echo@lusoccs.org or call 905-522-4612

First Portuguese Canadian Cultural Centre
Feira da Saúde 2023

60 Caledonia Rd. Toronto - Feb 1st - 2 pm

Junte-se a nós para um dia informativo e cheio de energia. Palestra, almoço e pequeno-almoço , aula de fitness, e muito muito mais.

Envie email fpccc@firstportuguese.com telefone 416-531-9971 para se inscrever.

Classificados

Viana SINCE 1984 ROOFING & SHEETMETAL LTD

JUNTE-SE À EQUIPA DA VIANA ROOFING

Procura homens e mulheres para trabalharem para uma organização progressiva onde o brio e mão de obra qualificada são fundamentais. Se você tem o que é preciso, será compensado/a com um bom salário, benefícios, um plano de reforma e medidas de segurança para garantir a sua proteção.

We are looking for a few good men and women to work for a progressive organization where pride in quality workmanship is paramount. If you have what it takes, you will be compensated with good wages, benefits, pension plans and safety measures to ensure your protection.

viana1984@gmail.com ou 416-763-2664

Newcastle Kitchens requires Cabinet Makers / Installers & General labour. Will train. **Please contact Carlos 416-220-9514 or atlanticfinishing@hotmail.com**

Procura senhora de limpeza a tempo parcial ou tempo integral a trabalhar em Mississauga (Hurontario e QEW). Os deveres incluem: limpeza, lavandaria e preparação ocasional de refeições. **Interessados favor entrar em contato 647-500-9192 entre às 18h a 21h em qualquer dia da semana.**

Precisa-se de pessoas para limpeza de prédios comerciais. Preferível com experiência no trabalho. Contrato com chave. Na área de Toronto, Mississauga, Oakville e Burlington. Tem que ter carro próprio.
De segunda à sexta-feira. Interessados ligar: Chantelle: 647.473 4622

Auto Illusions offers 3 job positions: Auto-motive technician, mechanic or even apprentice. 4 to 5 years of experience. Also needs a driver to pick up and drop off vehicles. **Call Paula or Bruno: 416-636-3738**

Sweetie Pie Bakery is looking for people with experience in working in a commercial bakery environment. Duties would include: Rolling dough, mixing dough, mixing cookie dough, scooping cookies & assembly of pies. Salary: $16.00-$17.00 per hour.**Cesario: cesario@mysweetiepie.ca 647-245-3301**

Pessoa para trabalhar em escritório e atendimento de clientes ao balcão, ramo materiais de construção, tem que falar inglês, experiência não necessária, damos formação.

Por favor contactar Dino ou João 416-652-7330

Empresa de limpeza está a recrutar para duas vagas full-time na área de Kitchener/Waterloo. As vagas são para o turno da manhã e turno da tarde.

Contactar: Roberto 226-220-0189

Necessita-se de companhia para limpeza de neve numa residência na área do High Park Avenue e Annette Street. **Interessados ligar para 416.5599694**

A.C.A.P.O.
acapo.ca
PROMOTING PORTUGUESE CULTURE IN ONTARIO

the sour
that never sleeps

Count on this classic to chase the day away.
The big city never felt so close!

289-917-0198 | STATEANDMAIN.CA
3584 MAJOR MACKENZIE DRIVE WEST, VAUGHAN

Amorim Hospitality Group

Please drink responsibly. House rules apply

applewood

3000 Woodchester Drive, Mississauga | 905-828-2221 | applewoodauto.com

EQUINOX FINANCE: Offer available to qualified retail customers in Ontario on select new and previously unregistered 2023 Equinox models financed between January 4, 2023, to January 31, 2023. 3.49% purchase financing (3.49% APR) offered on approved credit by TD Auto Finance Services, Scotiabank® or RBC Royal Bank for 60 months. Participating lenders are subject to change. Rates from other lenders may vary. Down payment, trade and/or security deposit may be required. Monthly payment and cost of borrowing will vary depending on amount borrowed and down payment/trade. Representative finance example based on an eligible 2023 Equinox model: $37,691 financed at 3.49% APR equals $635 monthly for 60 months with $2,800 down payment. Cost of borrowing is $3,183 for a total obligation of $40,874. Offer includes $1,995 freight; $100 A/C charge; $10 OMVIC fee; $21.50 EHF (tires); $1 EHF (filters); up to $699 dealer administration fee; PPSA registration (up to $28); as well as all other applicable fees, levies and duties (all of which may vary by retailer). License; insurance and applicable sales taxes are extra. Dealers are free to set individual prices. Factory order may be required. Limited time offer which may not be combined with certain other offers. General Motors of Canada Company may modify, extend or terminate offers for any reason, in whole or in part, at any time, without notice. Conditions and limitations apply. See dealer for details. These offers may not be redeemed for cash and may not be combined with certain other consumer incentives. Void where prohibited. Chargeable paint costs may vary depending on the vehicle/colour. See Dealer for full program details. ®Registered trademark of The Bank of Nova Scotia. RBC and Royal Bank are registered trademarks of Royal Bank of Canada. TD Auto Finance is a registered trademark of The Toronto-Dominion Bank. †Rate & Incentives Protection offer available to qualified retail customers upon the purchase, lease, or financing of select new GM models ordered from a participating dealership in Canada, on approved credit. Upon eligible vehicle delivery, client must select their preferred incentives applied as of the following dates: (a) the order date (available incentives as stated in the order form); or (b) the date of delivery (available incentives identified by your dealer). Offer excludes: i) any vehicle orders that require a newer model-year vehicle for fulfillment; and ii) certain tactical incentives, at GM's sole and absolute discretion. Offer does not protect sale price or elements other than rate & available incentives, which will vary by model. Dealer may require a deposit. Offer cannot be combined with certain other offers and may be modified or terminated by General Motors at any time. Conditions apply. See dealer for details.

VIEIRA & ASSOCIATES
INSURANCE BROKERS LTD.

1-888-843-4721
info@vieirainsurance.com
Toronto | Bradford
vieirainsurance.com

PROTECTING YOUR FUTURE FOR OVER 45 YEARS

PATRICK VIEIRA
CEO
patrickv@vieirainsurance.com

JOSEPH VIEIRA
PRESIDENT & CHAIRMAN
josephv@vieirainsurance.com

PERSONAL INSURANCE SALES TEAM

NELSON PINTO
ACCOUNT EXECUTIVE
nelsonp@vieirainsurance.com

BRYCE LAWSON
ACCOUNT EXECUTIVE
brycel@vieirainsurance.com

HOME • TENANT • COTTAGE
AUTO • CLASSIC CAR
ATV • MOTORCYCLE

COMMERCIAL INSURANCE SALES TEAM

MARLAENA F. SILVA
VP COMMERCIAL LINES
marlaenas@vieirainsurance.com

NANCY DORLING
ACCOUNT EXECUTIVE
ndorling@vieirainsurance.com

CONSTRUCTION • HOSPITALITY
MANUFACTURING • REAL ESTATE
COMMERCIAL AUTO • FLEET
PROFESSIONAL LIABILITY • BONDS
COMMERCIAL GENERAL LIABILITY

AVIVA · intact · CAA Insurance Company · economical · Wawanesa Insurance · SGI Canada · Travelers · echelon Insurance · Chubb · Hagerty