MILÉNIO STADIUM

Ano XXXII edição nº 1628 | 17 a 23 de fevereiro de 2023

mileniostadium.com

TERRAMOTOS

A TERRA E O SEU PODER DE MORTE

2015
TERRAMOTO NO NEPAL
Mortes:
8,964

2008
TERRAMOTO EM SICHUAN
Mortes:
87,587

2005
TERRAMOTO DE CAXEMIRA
Mortes:
87,351

2023
TERRAMOTO DE TURQUIA-SÍRIA
Mortes:
42,001

2011
TERRAMOTO E TSUNAMI EM TÔHOKU
Mortes:
19,759

2001
TERRAMOTO DE GUJARAT
Mortes:
20,085

2010
TERRAMOTO DE HAITI
Mortes:
220,000

2003
TERRAMOTO DE BAM
Mortes:
34,000

2004
TERRAMOTO E TSUNAMI NO OCEANO ÍNDICO
Mortes:
227,898

Norovírus

Casos aumentam no Canadá

P24

Carnaval em Portugal

P32

Competições europeias

Vitória/Empate/Derrota

P44

convidados
Manuel DaCosta
Vince Nigro

Temas em discussão

Discussão de temas da atualidade
Terramotos: a Terra e o seu poder de morte

sexta-feira às 18h

UNIVERSAL EVENTSPACE
MAY 13, 2023
TICKETS ON SALE AT TICKETMASTER.CA

LEAD SPONSOR
LiUNA!
LOCAL 183

EDITORIAL

Credito: DR

Fendas & Panquecas

Manuel DaCosta
Editorial

A estrada para o inferno passou pela Turquia e pela Síria. O sismo cataclísmico que atingiu as regiões do sul da Turquia e noroeste da Síria ultrapassou os 33,000 mortos, sendo 30,000 somente da Turquia. A esperança daqueles que ainda estão presos sob os escombros diminui a cada hora, aumentando o seu sofrimento.

Este tipo de tragédia não é incomum na nossa grande Terra onde as ocorrências catastróficas fazem parte do modo de vida terrestre, resultando num sofrimento trágico em diferentes lugares. Muitos sugerem que estes desastres são o resultado das alterações climáticas, ignorando contudo o facto de que a política geralmente faz parte da equação, pois as medidas de proteção são negligenciadas por aqueles que deveriam fazer cumprir os códigos de planeamento e construção. Sim, abriram-se fissuras e a terra arqueou-se onde este desastre ocorreu, mas as fendas para o inferno poderiam ter sido reduzidas se os políticos corruptos e os fiscais das construções tivessem garantido medidas de construção adequadas.

Como resultado, mais de 1.1. milhões de pessoas encontram-se em abrigos temporários em pleno inverno, a tremer sem condições de proteção e à mercê de um governo mal preparado para reagir ao desastre. Embora a Turquia tenha recebido atenção e ajuda mundial, falhamos com o povo do noroeste da Síria. Essas pessoas sentem que foram abandonadas e a ajuda internacional não chegou. Porquê? Não são seres humanos como os turcos? Os conflitos geopolíticos e a guerra civil na Síria prejudicaram os esforços humanitários, mas deve existir uma maneira de colocar as diferenças de parte para salvar vidas.

O ministro da Justiça da Turquia disse ter aberto um "escritório de investigação de crimes de sismos" para investigar possíveis negligências que deixaram edifícios vulneráveis ao colapso durante os terramotos. Desde 1983, quando a democracia foi estabelecida na Turquia, houve um boom de construção. Os padrões de construção foram negligenciados por funcionários corruptos, como costuma acontecer quando ocorrem transições de governos fascistas para democratas. O Presidente da Turquia, Recep Tayyip Erdogan, chegou ao poder em 2014. Desde o início do seu mandato, ele não fez nada para conter a corrupção e lentamente transformou o país num Estado semifascista. Cerca de 6,000 edifícios colapsaram numa zona conhecida por ter placas tectónicas defeituosas e o Presidente nunca ordenou uma investigação sobre a construção dos edifícios. Há sangue nas mãos de Erdogan e do seu governo e as tentativas de silenciar os meios de comunicação não reduzirão as opiniões do mundo sobre o seu duplo padrão de governo.

O secretário-geral das Nações Unidas, António Guterres, gosta de recorrer a proclamações sombrias como "aniquilação nuclear" e "inferno climático". Talvez se deva concentrar na "exploração das pessoas comuns" e fazer da Turquia um exemplo. Organizações como a ONU e a NATO perderam a capacidade de proteger as pessoas e estão apenas a concentrar-se em processos. A tolerância da corrupção política e da construção de má qualidade fará com que muitas áreas do mundo sejam engolidas pela próxima cratera. Este desastre é muito mais do que um terramoto. É sobre a falta de humanidade dos Homens e sobre as conveniências políticas. A Turquia deveria servir de exemplo, evidenciando que os governos não existem para proteger. São muito parecidos com o edifício desmoronado com cimento que se parece a areia e sem reforço de aço. São egoístas a sobreviver num ambiente onde são importantes. É tudo um espetáculo de sorrisos e apertos de mão, com moralidades de burros.

Não persiga apenas os construtores das infraestruturas. Oprima e prenda todos aqueles que aceitaram a responsabilidade de nos proteger contra ocorrências como a da Turquia. Não, a estrada para o inferno não está cheia de boas intenções.

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 1628
17 a 23 de fevereiro 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, Maiane Nogueira.**

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

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 — 17 A 23 FEVEREIRO

SEX	SÁB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI
-3º	4º	5º	6º	2º	-1º	-3º

A TERRA TREMEU E DEVASTOU A TURQUIA E SÍRIA

Data: 6 de Fevereiro de 2023

Países afetados: Turquia & Síria

Sismo de magnitude de 7.8 às 4h17, seguido por um sismo de 7.5 nove horas depois. Resultou em 120 tremores secundários.

42,001 mortos

114,926 pessoas hospitalizadas

2.4 milhões de pessoas estão em abrigos temporários

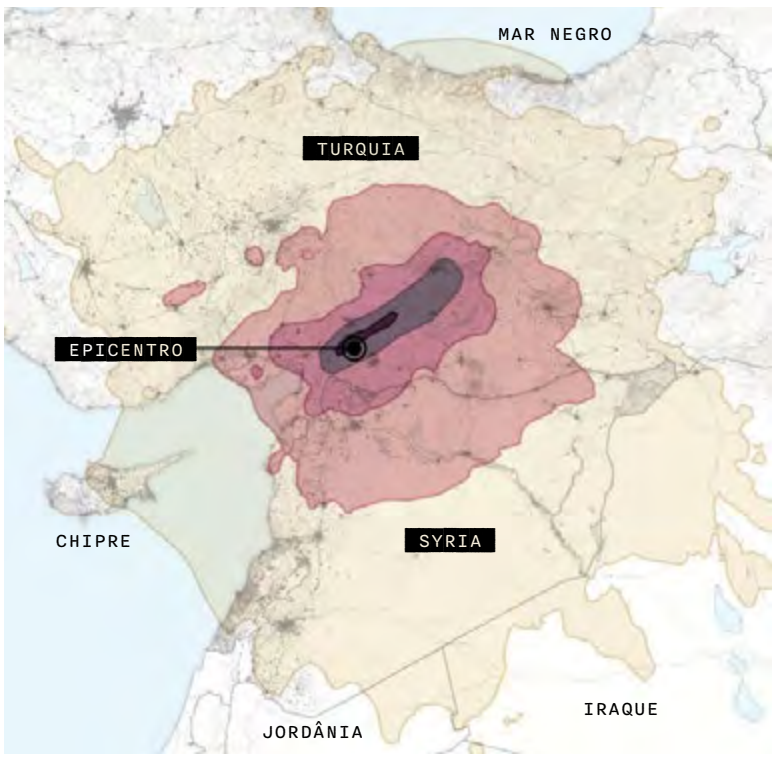
$50-85 mil milhões em danos

50,576 edifícios na Turquia colapsaram ou estão gravemente danificados

A Organização Mundial da Saúde estima que o desastre pode afetar 24 milhões de pessoas, numa zona em penúria devido aos conflitos armados e à fuga de refugiados.

Intensidade de agitação do primeiro tremor de terra

grave — moderado



Do nada, a terra tremeu e deitou abaixo a vida de milhares de pessoas. No meio do caos, evidencia-se a desgraça e a tristeza daqueles que viram as suas vidas roubadas e que não sabem aquilo que o amanhã trará. Contudo, no meio da incerteza, erguem-se histórias milagrosas de resgates que nos dão esperança. Uma das várias histórias que têm percorrido o mundo, é a de Aya - cujo nome significa "sinal de Deus" - um bebé que nasceu sob os escombros e foi encontrada 10h após o devastador sismo na Síria, ainda ligada à mãe pelo cordão umbilical. Da sua família, foi a única sobrevivente.

COMO NOS PODEMOS PREPARAR PARA UM SISMO?

ANTES

- Verifique se há perigos na sua casa e tente minimizá-los.
- Crie um plano de emergência com a sua família e identifique as zonas seguras de cada divisão da sua casa.
- Tenha um kit de emergência à mão (kit de primeiros socorros e uma mochila com bens essenciais).
- Prepare-se para que serviços como eletricidade, água e comunicações não estejam disponíveis imediatamente.

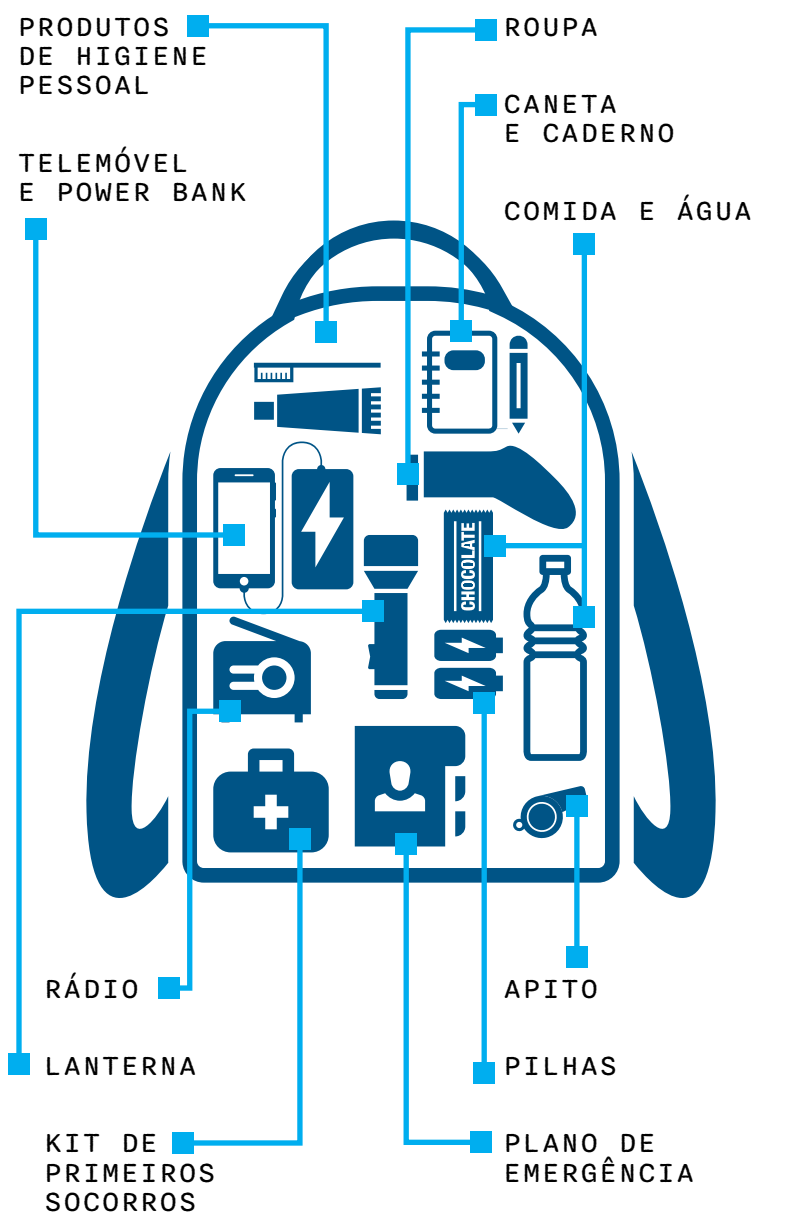
DURANTE

- Identifique zonas seguras (abrigue-se debaixo de móveis robustos, coloque-se contra uma parede interna, mantenha-se longe de vidros). Caso esteja ao ar livre, mantenha-se longe de cabos elétricos, viadutos, árvores e prédios.
- Baixe-se, procure abrigo em zonas seguras e espere.
- Quando o sismo terminar, conte até 60 para se mover, uma vez que se podem seguir tremores secundários após o choque principal.
- Se for seguro, permaneça no mesmo local e utilize o seu kit de emergência. Caso o edifício esteja extremamente danificado, procure abrigo noutro local.

OS MITOS

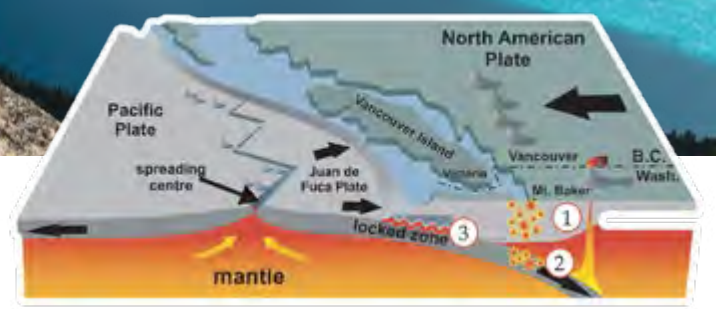
- Os animais conseguem pressentir um sismo.
- Pequenos sismos impedem que grandes sismos ocorram.
- Os sismos estão a tornar-se mais frequentes.
- É possível prever sismos - cientistas podem fazer declarações sobre as taxas de sismo e onde podem provavelmente ocorrer no futuro, mas não podem prever quando.

MOCHILA DE EMERGÊNCIA



Inês Carpinteiro/MS/David Ganhão. Fotos DR

Creditos: DR



Os terramotos ocorrem em três regiões do sudoeste da Colúmbia Britânica. Regiões 1 - 3 como mostra a figura. Créditos: Natural Resources Canada.

O Canadá, os terramotos e o sistema de alerta

O Earthquake Early Warning (EEW) é o sistema canadiano de alerta de terramotos. O seu trabalho implica a deteção rápida de terramotos, a estimativa em tempo real do perigo do tremor de terra e a notificação do nível de tremor esperado. Em segundos o aviso começa a circular, antes de começar o tremor forte, o que pode ajudar a reduzir ferimentos, mortes e perdas de propriedade.

Trata-se de um sistema nacional EEW desenvolvido pelo Natural Resources Canada (NRCan), com parceiros, para melhorar a deteção e alerta precoce em áreas de risco sísmico moderado a elevado e concentrações de população e infraestruturas. No Canadá, este risco sísmico mais elevado concentra-se ao longo da costa ocidental da Colúmbia Britânica, do Vale do Rio Ottawa, e do Saint Lawrence Valley.

Abrir automaticamente as vias circulação de bombeiros e ambulâncias

Parar o tráfego nas pontes e nos túneis

Fechar válvulas

Parar comboios

Desviar aviões da aterragem

Mover elevadores para o andar mais próximo e abrir portas

Parar cirurgias

Com este tipo de sistema de alerta é possível que as autoridades ponham em prática medidas preventivas que, entre outras, incluem:

Alison L. Bird é sismologista e exerce o cargo de Liaison & Outreach Officer do Earthquake Early Warning. Foi com ela que conversámos para percebermos melhor a razão de ser deste organismo público e saber como realmente funciona.

Milénio Stadium: Na vossa página pode ler-se o seguinte: "Com o atual estado dos conhecimentos científicos, não é possível prever terramotos e certamente não é possível especificar antecipadamente a sua data, hora e local exatos, embora os cientistas tenham efetuado investigação sobre uma grande variedade de métodos de previsão". Então, qual é a função do Earthquake Early Warning? Como é que funciona?

Alison L. Bird: Os sensores sísmicos detetam a onda sísmica mais rápida a irradiar de um terramoto, a onda P, que raramente causa danos. Os sensores transmitem esta informação para centros de dados onde um computador calcula rapidamente a localização e magnitude do terramoto, e o tremor de terra esperado em toda a região. Um alerta é então imediatamente disseminado para a área suscetível de ser afetada, antes da chegada das ondas S mais lentas, mas mais fortes, que geralmente causam a maior parte dos danos. Todo este processo leva apenas alguns segundos. Dependendo da distância de um recetor de alerta em relação ao terramoto, ela ou ele pode receber um aviso em segundos, até 10 segundos. Muito perto do epicentro de um sismo, contudo, o alerta pode chegar após o forte tremor de terra.

MS: No caso específico de terramotos, o que pode ser feito preventivamente?

ALB: Os edifícios e outras estruturas devem ser concebidos e construídos de acordo com as normas de código de construção modernas, que incluem a resiliência sísmica. Em termos de alertas EEW, podem ser instaladas tecnologias de resposta automática que serão desencadeadas pelos alertas EEW para iniciar ações de proteção (por exemplo, abrir portas, fechar válvulas, alarmes sonoros, parar processos perigosos, fixar máquinas). Além disso, as pessoas e organizações devem ter um plano de emergência e kit(s), e devem prender mobiliário e aparelhos altos e/ou pesados aos pregos. Finalmente, todos deveriam praticar as regras básicas de proteção - a queda, cobrir, e aguentar a resposta a tremores de terra ou alerta. Para isso devem consultar os seguintes sites: https://www.shakeoutbc.ca/ e https://www.grandesecousse.org/quebec/.

MS: Será que o tipo de construção no Canadá (de um modo geral, claro) está preparada para terramotos?

ALB: Se seguir as orientações técnicas e científicas e se for conforme com a lei, a construção moderna é sismicamente resiliente. Infelizmente, os edifícios mais antigos, que são de alvenaria (pedra ou tijolo) ou feitos de betão "mal armado", não são tão resistentes às fortes forças horizontais de um terramoto.

Além disso, de um modo geral, as habitações unifamiliares são relativamente seguras, especialmente as de construção em estrutura de madeira. Os elementos mais perigosos são chaminés de tijolo/pedra, adições e pórticos/balcões mal construídos e garagens. A maior ameaça vem frequentemente do conteúdo interior (ver resposta anterior sobre a fixação de mobiliário e aparelhos).

MS: Com que frequência e onde ocorrem os terramotos no Canadá?

ALB: Os terramotos ocorrem com mais frequência ao longo da Colúmbia Britânica ocidental, mas também ocorrem regularmente no Território de Yukon, Ontário oriental, e Sul do Québec. Os terramotos podem, no entanto, ocorrer em qualquer lugar. Em BC, ocorrem aproximadamente uma dúzia de terramotos todos os dias (~4.000/ano). Há ~1,500/ano no leste do Canadá.

MS: Mas porque há tantos terramotos na parte ocidental do Canadá?

ALB: O oeste do Canadá situa-se ao longo dos principais limites das placas. Ao longo da costa ocidental de Haida Gwaii, a placa do Pacífico oscila ao longo da placa norte-americana, ao longo da Queen Charlotte Fault (QCF) - muito semelhante à falha de San Andreas na Califórnia. A QCF registou vários grandes terramotos nas últimas décadas, incluindo uma magnitude 8,1 em 1949 e uma M7,8 em 2012.

A oeste da Ilha de Vancouver encontra-se a secção norte da Zona de Subducção de Cascadia (CSZ), onde a Placa Juan de Fuca empurra para baixo da Placa Norte-Americana, e que se estende até ao norte da Califórnia (tem um comprimento de ~1.100 km). As zonas de subducção são onde ocorrem os maiores terramotos ("megathrust") e estes também causam tsunami; o último terramoto de megathrust ao longo da ZCZ foi a 26 de Janeiro de 1700. Há também sismos significativos adjacentes a esta falha, devido às pressões das duas placas que empurram juntas. Uma destas foi uma M7.3 em 1946, ao longo da ilha de Vancouver.

MS: Concretamente o que devemos fazer durante um terramoto?

ALB: Se estiver no interior, deve cair ao chão (antes que o terramoto o faça cair), abrigar-se (debaixo de uma secretária, mesa ou qualquer outra coisa que o proteja da queda de destroços), e agarrar-se (à mesa ou o que quer que esteja debaixo) e proteger a sua cabeça e pescoço com o seu outro braço. Se não conseguir ficar debaixo de algo na sala em que se encontra, agache-se contra um canto ou parede interior (longe de perigos) e proteja a sua cabeça e pescoço com os braços. Se estiver no exterior, afaste-se de perigos tais como edifícios antigos, agache-se no chão e cubra-se com os braços. Se estiver a conduzir, encoste num local seguro, acione o travão de mão e permaneça no seu veículo.

Madalena Balça/MS

Alison L. Bird é sismologista. Créditos: DR

Ajudar a reerguer

Crédito: DR

Não foram só as estruturas de casas e prédios que desabaram - também a vida e esperança de muitas pessoas que viram aquilo que batalharam durante toda a vida para conseguir reduzir-se a entulho ou que perderam familiares ou entes queridos na tragédia que assolou a Turquia e a Síria no passado dia 6 de fevereiro. Pessoas que se veem com as mãos cheias de nada e no coração um vazio que nem o tempo e a esperança de dias melhores parece poder preencher.

Os sismos, que tiveram lugar em dois locais distintos do sudeste da Turquia, junto à fronteira com a Síria, atingiram magnitudes de 7,8 e 7,5 na escala de Richter e registaram fortes réplicas.

Na quinta-feira (16) a agência de gestão de emergências e desastres da Turquia (AFAD) avançou o número de mortes se situa agora nas 36.187 e que cerca de 108 mil pessoas ficaram feridas na Turquia, o que faz deste o mais grave desastre no país nos últimos 100 anos - em 1939, o terramoto de Erzican fez 33 mil mortos. Já na Síria o balanço mais recente aponta para os cinco mil mortos.

A UNICEF divulgou que mais de sete milhões de crianças foram afetadas pelos sismos - destas, teme-se que milhares tenham morrido e ainda se desconhece quantas ficaram órfãs, ainda que pelo menos 1.362 tenham sido separadas das suas famílias nas áreas afetadas da Turquia.

OS INCRÍVEIS SOBREVIVENTES E O RISCO DE SAÚDE PÚBLICA

Mais de uma semana depois dos sismos ainda continuam a ser encontrados sobreviventes. Depois de 248 horas debaixo dos escombros de um prédio, uma jovem de 17 anos foi resgatada com vida. Antes, na quarta-feira (15), haviam sido também salvas quatro mulheres e duas crianças após mais de 220 horas. Especialistas apontam as baixas temperaturas que se fazem sentir na região como um factor que facilita e potencia uma maior probabilidade de sobrevivência das pessoas: por um lado, os escombros protegem contra o frio extremo e, por outro, o corpo não desidrata já que não existe calor como, por exemplo, no verão - nesse caso, as chances de sobrevivência seriam de apenas dois ou três dias.

Ainda assim, outras não tiveram tanta sorte e acredita-se que existem dezenas de milhares de cadáveres sob os escombros e muitos deles não serão resgatados tão rapidamente quanto se esperaria - e também isso levanta outro problema. Para além da sarna (que já é uma realidade pois as pessoas não conseguem fazer a sua higiene desde o dia em que os sismos aconteceram), há que ter em conta um possível surgimento de um surto de cólera, caso não sejam tomadas as medidas necessárias, o risco de diarreia devido à contaminação das águas e ainda a transmissão para humanos de doenças de animais que morreram no terramoto.

Na Síria, conforme alertou nesta quarta-feira (15) a ONU, existem cerca de 40 mil grávidas em risco de darem à luz sem condições sanitárias nos próximos meses - a grande maioria das unidades de saúde foi afetada, ficando sem equipamento básico necessário e medicamentos.

A CRUZ VERMELHA

Perante este cenário de horror, foram vários os países e instituições que prontamente se mostraram disponíveis para ajudar, quer através do envio de equipas especializadas de busca e salvamento, como também angariando fundos vitais para ajudar a reerguer estes territórios.

A Cruz Vermelha Canadiana (CVC) é uma dessas organizações: parte da maior rede humanitária do mundo, a CVC tem como grande e principal missão ajudar pessoas e comunidades não só no Canadá como em todo o mundo quando estas mais necessitam.

Milénio Stadium: Perante a situação de catástrofe na Turquia e na Síria - o que é que todos nós podemos fazer para ajudar? E como o podemos fazer?

Cruz Vermelha Canadiana: As pessoas no Canadá que desejem ajudar são encorajadas a fazer uma doação ao Apelo da Cruz Vermelha Canadiana na Turquia e na Síria. Os donativos podem ser feitos online em www.redcross.ca ou através do telefone 1-800-418-1111.

MS: Como é que os donativos recebidos pela Cruz Vermelha são aplicados na Turquia e Síria?

CVC: As equipas locais Red Crescent da Cruz Vermelha estão no terreno a fornecer ajuda humanitária vital às pessoas afetadas pelos terramotos. As equipas estão a fornecer ajuda de emergência o mais rapidamente possível. A equipa está a prestar apoio com busca e salvamento, apoio psicossocial e primeiros socorros. Estão também a distribuir artigos de ajuda de emergência, incluindo água, cobertores, sacos-cama, aquecedores, conjuntos de cozinha e tendas de inverno. O dinheiro angariado permitirá à Red Crescent da Cruz Vermelha fornecer alívio imediato, esforços de recuperação contínuos e atividades de resiliência e preparação nas áreas impactadas e circundantes.

MS: Quantos funcionários e/ou voluntários da Cruz Vermelha Canadiana se deslocaram à Turquia e à Síria para prestar apoio? Que tipo de ajuda lhes tem sido solicitada?

CVC: A força do movimento do Red Crescent da Cruz Vermelha está na nossa combinação de apoio baseado na comunidade e global. O Red Crescent da Cruz Vermelha é a maior organização de ajuda em catástrofes do mundo. Quando uma emergência é demasiado grave para que os sistemas de apoio locais possam responder, a resposta global do Red Crescent da Cruz Vermelha é iniciada rapidamente.

Tanto o Red Crescent turco como o Red Crescent árabe da Síria têm uma forte presença no terreno e acesso às comunidades afetadas através de milhares de voluntários ativos, programação contínua e fortes relações com a comunidade.

Temos três representantes da Cruz Vermelha Canadiana no terreno na Síria, como parte da resposta do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Red Crescent. Mantemo-nos em estreito contacto com os nossos parceiros do movimento do Red Crescent da Cruz Vermelha e estamos prontos a responder conforme necessário.

MS: Depois de um primeiro apoio direto de 10 milhões de dólares, o governo federal anunciou que igualará as doações que os canadianos fizerem à Cruz Vermelha, até um máximo de 10 milhões de dólares. Como viram esta iniciativa?

CVC: Estamos gratos ao Governo do Canadá pelo seu fundo de contrapartida, que correspondia a donativos individuais até 10 milhões de dólares. O montante da doação correspondente através do Governo do Canadá foi atingido a de 12 de fevereiro.

Estamos muito gratos pelo apoio contínuo das pessoas que vivem no Canadá. Todos os donativos feitos irão no sentido de apoiar as pessoas afetadas pelos terramotos na Turquia e Síria.

MS: Conseguem fornecer um valor estimado dos donativos que receberam até ao momento? Existe algum valor-alvo que necessitem de atingir?

CVC: Até 15 de fevereiro, graças à generosidade das pessoas que vivem no Canadá, a Cruz Vermelha Canadiana angariou 16,5 milhões de dólares para o Apelo Sísmico da Turquia e da Síria. Este montante não inclui fundos correspondentes.

MS: Sentem que os canadianos se mobilizaram para ajudar nesta causa e que têm mostrado o seu espírito solidário?

CVC: As pessoas que vivem no Canadá têm demonstrado repetidamente a sua generosidade em tempos de crise. Os recentes terramotos na Turquia e na Síria não foram exceção.

Inês Barbosa / MS

Creditos: Emily Garthwait

A Terra e o "puzzle" que a faz abanar

O The Earthquake Physics Research Group, da Universidade de Toronto Mississauga (UTM), como o nome indica, dedica-se ao estudo da física dos terramotos. O trabalho destes cientistas leva-os a procurar respostas que expliquem os processos de origem sísmica e a dinâmica de rutura de falhas para explorar os complexos mecanismos físicos que conduzem a este fenómeno devastador.

O objetivo é desenvolver modelos e metodologias, baseadas na física, que possam contribuir para a atenuação dos riscos sísmicos e a previsão de terramotos. Semechah Lui, Ph.D., e professora assistente de Geografia Aplicada, no Departamento Ciências Físicas e Químicas, é a responsável por este grupo de investigação e ajuda-nos a compreender melhor o que provoca um tremor de terra e, mais importante, o que pode e deve ser feito pela ciência para se evitarem níveis de destruição e morte como vimos acontecer recentemente na Turquia e na Síria.

Milénio Stadium: De uma forma que todos possam compreender, pode explicar-nos o que é um terramoto e o que o provoca?

Semechac Lui. Créditos: DR.

Semechah Lui: A casca exterior da Terra é uma camada de crosta composta por peças gigantescas de puzzle chamadas "placas tectónicas". Estas placas estão constantemente a deslocar-se devido à camada de manto que flui lentamente por baixo. Os movimentos das placas provocam a acumulação de stress nas bordas destas placas (a que chamamos linhas de falha). A certa altura, o stress é tão grande que estas falhas se quebram e sofrem movimentos bruscos, provocando aquilo a que chamamos um terramoto.

MS: O recente terramoto na Turquia e na Síria chocou o mundo pelo nível de destruição que causou. De uma forma simples, pode explicar-nos o que causou especificamente este terramoto?

SL: Como mencionado acima, os terramotos são comuns ao longo dos limites onde as placas tectónicas se encontram. A Turquia e a Síria são áreas tectonicamente ativas onde múltiplas placas tectónicas interagem umas com as outras, nomeadamente as placas anatónicas, árabes, eurasiáticas e africanas. Elas formam várias zonas de falha ativas na área. O recente terramoto ocorreu na East Anatonlian Fault Zone, onde a placa árabe está a deslizar horizontalmente para além da placa de Anatonlian.

MS: Como podem os estudos científicos no campo da sismologia ajudar a evitar um tal nível de destruição?

SL: Infelizmente, é impossível impedir a ocorrência de um terramoto. No entanto, os sismólogos têm conduzido muitos estudos científicos para ajudar a compreender melhor as características de sismos passados, bem como o nível de forças tectónicas construídas ao longo das linhas de falha principais, a fim de estimar a taxa de sismicidade a longo prazo de uma região, bem como a dimensão máxima de um potencial grande terramoto que atinja a área. Isto dará aos engenheiros e decisores políticos algumas bases científicas para a conceção de códigos de construção seguros para diferentes tipos de infraestruturas e para a implementação de um plano eficaz de atenuação dos riscos, a fim de evitar tal nível de destruição.

MS: E o que pode o cidadão comum fazer de uma forma preventiva?

SL: Mais uma vez, infelizmente, não se pode prever ou prevenir terramotos. Mas as pessoas que vivem em zonas sismicamente ativas devem estar preparadas para o perigo potencial, tais como a prática de exercícios de simulacro de sismo e a assegurar a existência de kits de sobrevivência a sismos, nas suas casas e veículos.

MS: Existem várias ideias associadas a este tipo de catástrofe natural - que os animais podem sentir um terramoto, que existem certas condições meteorológicas que podem indicar a aproximação de um terramoto, que é bom ter pequenos tremores de terra para libertar energia e evitar terramotos maiores... etc. Qual é a verdade científica nestas teorias/mitos populares.

SL: Até agora, os cientistas não conseguem encontrar provas convincentes sobre os efeitos causais do comportamento animal ou das condições meteorológicas nos terramotos, e por isso não podem ser considerados sinais precursores eficazes. É um interesse de estudo contínuo para alguns cientistas. Em muitos casos, contudo, observamos pequenos terramotos que ocorrem antes de um grande terramoto, que poderiam potencialmente servir como sinais precursores úteis. Chamamos-lhes "premonições". No entanto, nem todos os grandes terramotos são precedidos por premonições. Por conseguinte, a relação exata entre os abalos precursores e o seu choque principal subsequente continua a ser um trabalho em curso.

MS: É comum atribuir aos seres humanos o estado em que se encontra a natureza e as consequências dos danos ambientais que o Homem tem infligido ao planeta Terra. No caso de terramotos, sabe-se que existem alguns que também são causados pelo Homem. Em que circunstâncias é que isto acontece e quais são as vantagens ou desvantagens de tal acontecer?

SL: Nos últimos anos, operações industriais como o fracionamento e a injeção de águas residuais são levadas a cabo com o objetivo de produção de hidrocarbonetos. Estas envolvem a injeção de fluidos pressurizados no subsolo. O fracionamento pode abrir fendas no subsolo perto das fontes de energia, o que pode ser muito útil para a extração destes recursos. Pequenos terramotos ocorrem durante a abertura das fissuras, mas normalmente não causam danos. Contudo, o problema é que os fluidos fluem de facto. Com o passar do tempo, podem fluir para longe e alcançar áreas com linhas de falha pré-existentes e reativá-las, causando terramotos muito maiores, criando riscos sísmicos inesperados.

MS: Qual é a probabilidade de que um terramoto de magnitude e capacidade destrutiva semelhante ao que devastou uma área da Turquia e da Síria, aconteça em território canadiano?

SL: A maior parte do Canadá é bastante segura em termos de risco sísmico, mas encontramos grandes linhas de falha no St. Lawrence Valley e na Costa Oeste, onde será de esperar que venham a ocorrer grandes terramotos. Em particular, a zona de subducção de Cascadia é um limite de placas tectónicas que está junto à zona costeira da British Columbia, e é aí que os cientistas esperam que possa acontecer um terramoto tão poderoso como o de magnitude 9.0, dentro dos próximos 200 anos. Os cientistas têm trabalhado em estreita colaboração com agências governamentais para assegurar que a zona esteja bem preparada para o terramoto, nomeadamente, assegurando a melhoria das infraestruturas e o desenvolvimento de planos de emergência, a fim de diminuir o impacto de um terramoto desta dimensão em regiões povoadas.

Madalena Balça/MS

TEIXEIRA
ACCOUNTING & FIRM INC.
Business People Helping Business People

Empresários a ajudar empresários

Serviço administrativo
Contabilidade
Bookeeping

Aconselhamento sobre impostos
Impostos particulares
Impostos corporativos

Planeamento patrimonial
Seguro de vida corporativo
Planos de reforma privados
Opções de reforma

Financiamento empresarial
Soluções de dívida empresarial

Carlos Teixeira
Managing Partner

1015 Bloor Street West (Bloor & Dovercourt) | 416.535.8846 | teixeiraaccounting.com

Credito: DR

Construir para resistir

A notícia correu mundo – a Turquia começou um processo de detenção de empreiteiros que terão sido responsáveis pela construção dos prédios que se desmoronaram na sequência do recente tremor de terra, com uma magnitude de 7,8 da escala de Richter. A acusação defende que os projetos e construções não teriam cumprido o determinado no Código de Obras turco, que já havia sido reformado após o terramoto de 1999. Claro que se espera que quem não procedeu à devida fiscalização de obra também venha a ser incriminado pelos milhares de mortos causados.

Oh-Sung Kwon. Creeditos: DR.

Já não é novidade - se as construções cumprirem os requisitos técnicos indicados pelos investigadores que dentro da área da construção civil se dedicam à prevenção de sismos, a probabilidade de resistência dos edifícios é bem maior e, consequentemente, o número de vítimas será também menor.

O Grupo de Resiliência Sísmica é uma equipa de investigadores do Departamento de Engenharia Civil e Mineral, na Universidade de Toronto. O grupo realiza investigação e estudos de pós-graduação no domínio da dinâmica estrutural e da engenharia sísmica. Vários projetos de investigação únicos estão em curso para melhorar a compreensão sobre o desempenho sísmico das estruturas e para reduzir os danos potenciais de futuros eventos sísmicos. Entre os investigadores/membros deste grupo encontra-se o professor Oh-Sung Kwon, que aceitou explicar-nos melhor a importância e o tipo de trabalho que desenvolvem.

Milénio Stadium: É bem conhecido que o tipo de construção de casas e edifícios é um fator determinante no nível de destruição de um terramoto. Os conhecimentos científicos hoje existentes podem, de facto, prevenir catástrofes como a que todos nós testemunhámos na Turquia e na Síria?

Oh-Sung Kwon: Sim, penso que sim. O conceito de resiliência, e não apenas a prevenção do colapso, está a receber cada vez mais atenção dos investigadores após o terramoto de Christchurch de 2011. Muitos estudos têm sido realizados para minimizar os danos nos edifícios e assegurar a sua reutilização após os acontecimentos sísmicos. Assim, ainda que não possamos evitar terramotos, os danos nas estruturas, as baixas e as perdas económicas podem ser minimizados se os edifícios forem adequadamente concebidos e construídos.

MS: Pensa que os estudos desenvolvidos pelos cientistas estão a ter um efeito prático sobre o tipo de construção civil nos dias de hoje? Por outras palavras, será que as casas são hoje mais resistentes a episódios sísmicos?

OSK: Sim. Os códigos de construção são regularmente revistos e revistos com base nos últimos resultados da investigação. Assim, edifícios modernos adequadamente concebidos terão menos danos do que os que vimos no terramoto na Turquia.

MS: No Canadá, especificamente, o tipo de construção existente está preparado para enfrentar terramotos de maior magnitude?

OSK: Os edifícios são concebidos tendo em conta o provável perigo sísmico do local. Por exemplo, não projetaríamos edifícios em Toronto para resistir ao terramoto que ocorreu na Turquia porque o risco sísmico em Toronto é muito menor do que na zona sísmica da Turquia. Os edifícios na costa ocidental são concebidos para resistir a terramotos que podem ocorrer uma vez em 2.500 anos. Não tenho a certeza se a magnitude do terramoto na costa ocidental seria mais significativa do que a da Turquia. O impacto de um terramoto pode ser significativamente diferente dependendo de a falha estar próxima de uma área densamente povoada.

Os edifícios devidamente concebidos estão equipados com um sistema lateral de resistência à força, dissipando a energia sísmica e impedindo o colapso dos edifícios.

MS: Que tipo de relação existe entre aqueles que realizam os estudos e chegam às conclusões científicas e aqueles que têm a responsabilidade de construir, e mesmo aqueles que têm de supervisionar as construções?

OSK: Se eu limitar a questão à investigação em engenharia estrutural, os investigadores desenvolvem uma compreensão do comportamento de um sistema estrutural, desenvolvem um novo sistema de resistência à carga lateral, desenvolvem um novo sistema de dissipação de energia, desenvolvem um método de simulação, desenvolvem novos elementos estruturais, etc. Depois, os comités de códigos nas sociedades técnicas melhoram os códigos de conceção com base nas últimas descobertas. Uma vez adotados os códigos propostos pelas jurisdições, os engenheiros projetam edifícios seguindo o código, e os empreiteiros constroem edifícios com base no projeto.

MS: O que pode ser feito para evitar efeitos tão catastróficos como os que vemos diariamente na Turquia e na Síria? Por outras palavras, existe algum tipo de prevenção?

OSK: Os terramotos não podem ser prevenidos. No entanto, podemos reduzir os danos na construção, o número de vítimas e as perdas económicas. Penso que os edifícios construídos recentemente, seguindo o último código de conceção, não sofreriam colapso, embora seja um desafio dizer deterministicamente, tendo em conta as incertezas no perigo sísmico. Penso que uma forma eficaz de minimizar as perdas poderia ser rever edifícios construídos com códigos de conceção obsoletos e reequipá-los de modo a cumprir os mais recentes códigos de conceção. No entanto, a aplicação do retrofit de edifícios existentes pode ser bastante dispendiosa.

Madalena Balça/MS

Creditos: DR

Ajuda da comunidade internacional salva milhares de vidas

O avanço das mortes tornou esse terremoto o pior e mais mortal dos últimos 80 anos - superando outro tremor em território turco em 1999, que teve 17 mil mortos. Esse é o sétimo abalo sísmico mais mortal do mundo. Uma tragédia ainda sem dimensão do estrago, desespero, angústia e número de vítimas cada vez maior. A rápida ajuda da comunidade internacional no envio de suprimentos médicos, equipes de resgate e hospitais de campo foi essencial para salvar vidas.

Em entrevista ao jornal Milénio Stadium, a Embaixada da República da Turquia no Canadá disse que "tem havido uma forte resposta internacional ao desastre. A partir desta semana, mais de 9000 profissionais de busca, resgate e ajuda de 80 países estão trabalhando no terreno. A equipe Burnaby USAR de Vancouver, Canadá, estava entre estas equipes SAR".

A Embaixada da Turquia disse que a União Europeia anunciou apoio através do Mecanismo de Proteção Civil da UE, "incluindo equipes de resposta, itens de abrigo e especialistas. O Presidente turco, Tayyip Erdogan, recebeu um telefonema da Presidente da Comissão Europeia, Ursula von der Leyen, para assumir os esforços de socorro. O Comissário de Gestão de Crise encarregado da Proteção Civil e Ajuda Humanitária Européia, Sr. Janez Lenarcic, visitou a Gaziantep".

Quanto à ajuda concedida pelo Governo do Canadá foi enviada uma doação de $10 milhões em assistência humanitária para as regiões atingidas pelo terremoto na Turquia e na Síria. "O valor é para apoiar serviços médicos de emergência, fornecer abrigo, alimentos e outros itens essenciais", explicou a Embaixada ao Milénio. "Há um estreito contato e coordenação entre a Turquia e o Canadá. Para discutir as necessidades urgentes, os representantes do governo turco, ministro das Relações Exteriores Çavuşoğlu e o ministro da Defesa Nacional Akar, realizaram ligações telefônicas com seus homólogos, a ministra Mélanie Joly e a ministra Anita Anand, respectivamente" disse a Embaixada.

Pensando em formas da sociedade civil ajudar nessa tragédia, o Milénio perguntou de que maneiras os canadianos podem colaborar. Em resposta, a Embaixada disse que: "As doações podem ser feitas através das contas bancárias abertas pela Presidência de Gestão de Desastres e Emergências da Turquia (AFAD), Crescente Vermelho Turco, Fundação Türkiye Diyanet (TDV), Cruz Vermelha Canadiana e ACNUR Canadá".

Nesta comunicação direta com lideranças dessa catástrofe no sul da Turquia, eles explicaram ao Milénio as melhores formas de ajuda. "Para doações em espécie, considerando as duras condições de inverno, os itens prioritários são barracas de inverno, acampamentos e esteiras a serem usadas em barracas, containers, sacos de dormir, cobertores e aquecedores. Os banheiros portáteis e as cabines de chuveiro também são urgentemente necessários. Nossa Embaixada e Consulados Gerais em Montreal, Toronto e Vancouver coordenam a coleta e o transporte das doações em espécie".

> "tem havido uma forte resposta internacional ao desastre. A partir desta semana, mais de 9000 profissionais de busca, resgate e ajuda de 80 países estão trabalhando no terreno."
>
> **Embaixada da República da Turquia no Canadá**

Na quinta-feira (16), uma semana após o terremoto, o número de mortes passa de 36 mil e feridos são mais de 108 mil apenas na Turquia. Na Síria as vítimas fatais dessa tragedia chegam a 6 mil.

Com dados da agência de gestão de emergências e desastres da Turquia (AFAD), mais de 216 mil pessoas foram retiradas das províncias mais afetadas pelos tremores. A região afetada pelos sismos, de magnitude 7,8 e 7,5, estende-se por mais de 100 mil quilómetros quadrados e abriga cerca de 14 milhões de pessoas.

A Cônsul honorária da Síria, Sawsan A. Habbal, da província de British Columbia, em contato com o Milénio confirmou que "a Crescente Vermelha (Cruz Vermelha na Síria) está ajudando e distribuindo ajuda para as áreas afetadas no país".

Maiane Nogueira/MS

Credito: DR

Mundo por onde vais?...

Cristina da Costa
Opinião

Ora viva, bom dia,

Cá estamos. Mais uma sexta-feira e o mundo continua a pulsar. Já agradeceu hoje ou ultimamente por ter uma casa segura? Cama quentinha e uma refeição na mesa?

Pois. Não temos culpa, mas como sociedade somos responsáveis. Mais uma tragédia. Como se o que nos tem passado nos últimos anos não bastasse e uma guerra de egos acesa, sem fim à vista. A ganância de meia dúzia de construtores a porem à prova a fúria da mãe-natureza. Valerá a pena guardar dinheiros à custa da vida alheia? Pelos vistos, há quem ache que sim e vai continuar.

Vivemos num mundo egotista. Sem nexo, nem bondade. Dá vontade de fugir mesmo para outra galáxia. Desaparecer e talvez conviver com *aliens* mais educados ou será que não somos nós os *aliens*?

Enfim.

Com mais um escândalo em mãos. Após Rob Ford a era de Mr.Tory que só provou a todos nós que, afinal, também ele é humano. Tem o dom de errar. De cometer devaneios, de se arrepender quando lhe entalam o rabo. É humano. Ponto. Errou, pediu desculpas e vamos tocar o barco já chega de críticas.

Estou a ficar irritada com esta sociedade que só vê os vidros sujos na casa alheia.

Enfim é o que é e vale o que vale. Mais não digo.

Fiquem bem e até já,

Cristina

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

Esta semana

Provamos um muito tradicional **Arroz de Lebes**

Conhecemos melhor o escritor **João Tordo** e o seu **Cem Anos de Perdão**

Conversamos com **Tiago Cerveira** e **José Moreira** no Laboratório de Talentos

Participamos na **35ª Festa Anual da História Negra** com **Francisco Pegado**

Vemos o documentário **"Os Caretos de Lagoa"** realizado por **Tiago Cerveira**

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

Crevices & Pancakes

The road to hell has gone through Turkey and Syria. The cataclysmic earthquake that rampaged through the regions of southern Turkey and northwestern Syria has surpassed 33,000 with more than 30,000 in Turkey alone. Hope for those still trapped under the pancaked rubble is fading by the hour, compounding the suffering.

This type of tragedy is not unusual on our big earth where catastrophic occurrences are part of the earthly way of life resulting in tragic suffering in different places. Many will suggest that disasters are a result of climate change but overlooking the fact that politics often are part of the equation as protective measures are overlooked by those who should be enforcing planning and building codes. Yes, fissures opened and buckled the earth where this disaster occurred but the crevices to hell could have been reduced had corrupted politicians and building officials ensured proper construction measures. As a result, more than 1.1 million people are staying in temporary shelters in the middle of winter, shivering without protective conditions and a government ill prepared to react to the disaster. While Turkey has received worldwide attention and help, we have failed the people of Northwest Syria. These people feel that they have been abandoned and international help has not arrived. Why? Are they not human beings like Turkish people? Geopolitical conflicts and the civil war in Syria have derailed humanitarian efforts, but there must be a way that differences can be put aside to save lives.

Turkey's Justice Ministry said it opened an "earthquake crimes investigation office" to probe possible negligence that left buildings vulnerable to collapse during the quakes. Since 1983 when democracy was established in Turkey there was a building boom. Construction standards were overlooked by corrupt officials as is often the case when fascist to democratic transitions occur. The president of Turkey Recep Tayyip Erdogan came into power in 2014. Since the beginning of his mandate, he has done nothing to curb the corruption and has slowly transitioned the country into a semi-fascist state. 6,000 buildings have collapsed in an area known for faulty tectonic plates and the president never ordered an investigation into the construction of the suspected buildings. There is blood on the hands of Erdogan and his government and attempts at silencing the media will not reduce the opinions of the world about his double-standard of government.

The UN secretary general Antonio Guterres is fond of using grim proclamations such as "nuclear annihilation" and "climate hell". Perhaps he should focus on "exploitation of the common people" and make an example of Turkey. Organizations such as the UN and NATO have lost the ability to protect people and are focusing on processes. The tolerance of political corruption and shoddy construction will place many areas of the world to be swallowed by the next crater. This disaster is about much more than an earthquake. It's about men's lack of humanity to men and political conveniences. Turkey should serve as an example that governments do not exist to protect. They are very much like the collapsed building with concrete like sand and without reinforcing steel. They are selfish shells surviving in an environment where they matter. It's all a show of smiles and handshakes with moralities of donkeys.

Don't just persecute the builders of the structures. Oppress and jail all those who have accepted the responsibility to protect us against occurrences such as Turkey. No, the road to hell is not paved with good intentions.

Manuel DaCosta/MS

roundtable
com Cristina Da Costa

Convidados
Manuel DaCosta
Vince Nigro

Tema da semana:
Discussão de temas da atualidade
Terramotos: a Terra e o seu poder de morte

sexta-feira às **18h**

it's SHOWTIME

Com a realização de Tiago Cerveira, Os Caretos da Lagoa é um documentário que mostra a ancestral tradição carnavalesca tão identitária da localidade da Lagoa, e que marca a matriz cultural das terras de Mira. No Laboratório dos Talentos recebemos o realizador Tiago Cerveira e o representante dos Caretos, José Moreira para falar desta ancestral prática de uma comunidade.

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 documentário, "Caretos da Lagoa" dá a conhecer as práticas festivas que envolvem os Caretos, valorizando os seus costumes e reconhecendo esta ancestral tradição da localidade da Lagoa.O realizador Tiago Cerveira guia-nos pelo mundo dos "Caretos da Lagoa" e mostra-nos que ser careto na Lagoa no período carnavalesco.

Sáb 14h30

WAR ROOM

Political Sex Scandals...

This program will review some political sex scandals that have graced our screens. John Tory and his announcement about his sex scandal and the real reason why he stepped down. We will give you the real goods and the most recent updates on who will be running if Tory steps aside.

Fri 19h30

here's the thing...

A informação, a análise e a opinião na Camões TV. Nesta edição Augusto Bandeira 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

Para o Mês da História Negra, vamos conversar sobre o impacto das danças Afro como forma de arte no Canadá e dos projetos do dançarino profissional moçambicano, Salomão Almirante.

Dom 18h30

roundtable

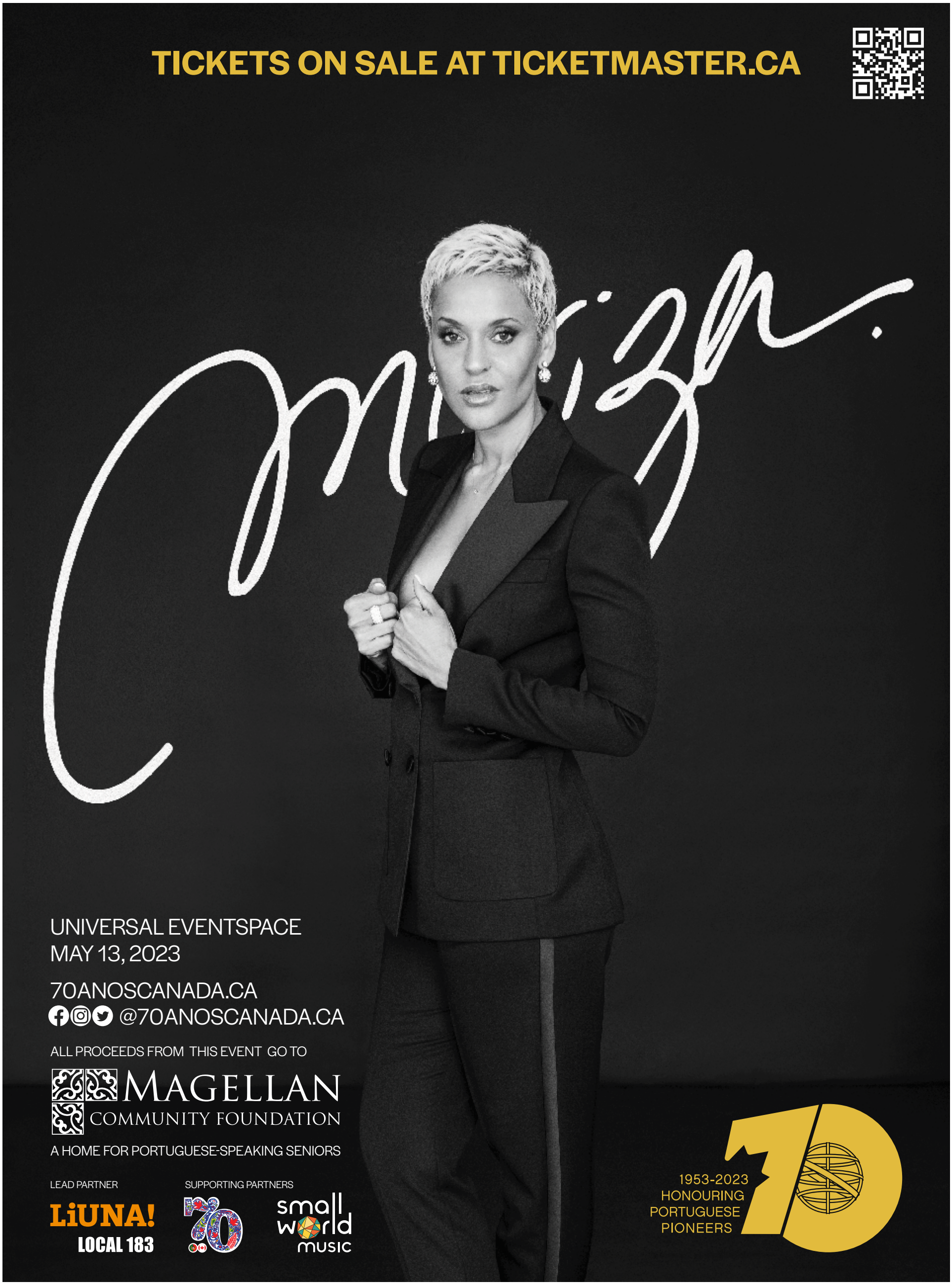
É a falar que a gente se entende! Cristina e convidados nesta sexta-feira a partir das 6h00 pm (Toronto/time).

Sex 18h

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 Cable 672 | 1-888-764-3771 IGNITE TV 880


TICKETS ON SALE AT TICKETMASTER.CA
Mirza
UNIVERSAL EVENTSPACE
MAY 13, 2023
70ANOSCANADA.CA
@70ANOSCANADA.CA
ALL PROCEEDS FROM THIS EVENT GO TO
MAGELLAN
COMMUNITY FOUNDATION
A HOME FOR PORTUGUESE-SPEAKING SENIORS
LEAD PARTNER
LiUNA!
LOCAL 183
SUPPORTING PARTNERS
small world music
1953-2023
HONOURING
PORTUGUESE
PIONEERS

OPINIÃO

Crédito: DR

The earth is quaking

We're in an era of conflict and mistrust, whether it be at home or across our border, so much so, that even in the face of tragic human misery, some of those who play key roles in causing such despair still won't let up, even when the tragedy is worsened by a natural disaster.

As we all know, the population of southern Turkey and Northern Syria are currently struggling to dig their fellow human beings out from under tonnes of debris, and by the time this edition rolls out, the current number of 35000 deaths will undoubtedly be much higher. The real figure may never be known. The number of people affected by this current disaster is estimated to be over 13 million and among those are millions of homeless and injured, some of which will die from their injuries due to a lack of medical assistance and supplies. Various multinational corporations and organizations are sending aid, which includes food, clothing, money, rescue teams, and even shelters. Medical supplies are also being flown in. As always, and especially in a case such as this one, where millions are affected, the help can't come quickly enough, and when it does, it falls short. It's estimated that over one million Turks are living in tents and temporary shelters while over five million Syrians have been left homeless. In northern Syria, an area already ravaged by war, famine and cholera, an area where infrastructure has collapsed, where hospitals and other aid are solely supported by international organizations, there is only one border crossing open from Turkey, making help a difficult thing to supply. The UN is apparently trying to open more borders, which are closed due to their own sanctions, but Putin has vetoed the Security Council's motion, citing a principle of national sovereignty, if you can believe it. This attitude from Syrian president Assad's main supporter, leaves the UN little choice other than diplomacy, or finding legal loopholes to get around the veto at the Security Council. These recourses, as we all know, take a lot more time than the people of western Syria have. The people are suffering as I write this, and when you read this, little or maybe nothing will have changed. The Islamic group that controls the region is also reportedly refusing help from areas that are government-controlled, so for now, it will be just the one border-crossing to supply millions of people in dire need of help. Knowing all of this, some will still be sticking to their guns, and there's definitely no pun intended there.

One would figure that now that all the world is a stage, where it's difficult to hide any major international move, that in times such as these the egomaniacs putting on the displays of power at the world's expense, would at the very least allow for the ease of human suffering even if only to avoid embarrassment in the eyes of the world. But no! We've come to a point where it doesn't matter anymore. We're just numbers now, more than ever. Hollywood makes movies based on videogames, and world powers are following suit. News outlets are rolling out the numbers on a daily basis, which is what we've all become accustomed to and expect. Imagine if Toronto had been the epicenter of what happened in Turkey and Syria a week ago. Imagine the GTA's population scrambling to find their loved ones among the debris. Imagine screaming for help and getting no response. Imagine it getting cold and you have no roof over your head and no idea when, or if, the situation was going to change. This isn't a videogame, it's yet another wakeup call warning us that we are getting in deep over our heads. The more we sit, the more we look away, the closer to home these issues will come. It's already happening.
Fiquem bem.

Raul Freitas/MS

Are you prepared?

Adam Care
Opinião

As most of you, I am sure, are aware, a sizeable earthquake hit parts of Turkey and Syria last week, which has left approximately 42,000 people dead and hundreds of thousands in immediate need of emergency assistance. Less of you may be aware of the train derailment which occurred on the Ohio-Pennsylvania border, 700 km from here, which forced the evacuation of a town and has put the entire area on an environmental risk watch. My concern in the ever-growing world of disasters is how ready is the average Canadian for a disaster. After witnessing Canadians' behavior most recently during the pandemic, I am confident when I say not ready at all! During the early stages of the COVID lockdown, who can forget the run-on toilet paper? Canadians seemed to be far more concerned about toilet paper than the more crucial necessities. This is eyebrow raising to say the least.

The government of Canada and most emergency agencies will tell you that it is up to you to be prepared to look after yourself, your family members, and your pets for 72 hours in the wake of a disaster. I'm here to tell you in today's chaotic world of poor governance (have you seen who is running Canada?) and the ever-present mentality of greed above need, that's its closer to 7 days minimum, not 3 for being prepared in an emergency or disaster situation. While nothing seems to happen in the GTA, I can assure you that its complacency which kills. Toronto will probably never be hit by a 7.8 earthquake. Still, with populations growing and resources shrinking, it won t take much for chaos to reign in the wake of any emergency.

What are the residents of the GTA really at risk of other than each other when the chaos begins? I would put flooding and train derailments, like the one mentioned above very high on the list. Both disasters can occur at a moment's notice and are equally as deadly. Both can make you evacuate your immediate area at a moment's notice and keep you away for quite a length of time. Are you prepared to evacuate your home in, and I will be reasonable and say, an hour? By the way, it could be half that time, depending on your proximity to a flash flood or train derailment. The people in Turkey and Syria had far less time to evacuate, and they had far fewer resources to be ready. What's your excuse? Canadians have the time to learn to be prepared and almost all of us, have the resources.

If you suppose the government will come and help you in a reasonable time frame, that could be a bad decision for your well-being. The government tells you that you must be able to look after yourself for 72 hours. They don't just mobilize on a moment's notice. Take, for example, Hurricane Katrina, the perfect storm (nature at its worst and human nature at its worst). Was it the actual hurricane that killed all those people? No, it was what came after.

The lack of preparation and execution by the one government on this planet that prides itself on being ready for anything and the lack of preparedness by the people is what killed most of the people during that disastrous event.

You could argue with me that it was all because the people were poor. That may have a little validity; it only goes so far. It costs little to have some of the necessities stored away. No, not being poor is what killed those people; being unaware is. Know where you live and have an emergency preparedness plan and kit. That means know the risks and be prepared. The basic necessities to live for seven days are a little, depending on your climate. In Toronto, we should be far more prepared than those in New Orleans due to our unpredictable climate.

Below is the basic Canadian emergency checklist listed on the government of Canada website for preparedness (https://www.getprepared.gc.ca/cnt/kts/bsc-kt-en.aspx). This is for 3 days. Now imagine you need all that is below for 7 to 14 days!

Basic emergency kit checklist

- **Water** – two litres of water per person per day (include small bottles)
- **Food** that won t spoil, such as canned food, energy bars and dried foods (replace once a year)
- **Manual can opener**
- **Wind-up or battery-powered flashlight** (and extra batteries)
- **Wind-up or battery-powered radio** (and extra batteries)
- **First aid kit**
- **Extra keys** for your car and house
- **Cash, travellers' cheques** and change
- **Important family documents** such as identification, insurance and bank records
- **Emergency plan** – include a copy in your kit as well as contact information

Consider these additional emergency kit supplies:

- Two additional litres of water per person per day for cooking and cleaning
- Candles and matches or lighter (place in sturdy containers and do not burn unattended)
- Change of clothing and footwear for each household member
- Sleeping bag or warm blanket for each household member
- Toiletries and personal hygiene items
- Hand sanitizer, toilet paper and garbage bags
- Prepaid phone card, mobile phone charger
- Pet food and supplies
- Infant formula, baby food and supplies
- Activities for children like books, puzzles or toys
- Prescription medications, medical equipment
- Utensils, plates and cups
- Household chlorine bleach or water purifying tablets
- Basic tools (hammer, pliers, wrench, screwdrivers, work gloves, pocket knife)
- Small fuel-operated stove and fuel
- Whistle (to attract attention)
- Duct tape

Conciliar a vida pessoal e política como estratégia de sucesso

Vítor M. Silva
Opinião

Longe de mim fazer juízos de valor sobre a vida pessoal do demissionário presidente da Câmara Municipal de Toronto, John Tory. Contudo, este acontecimento público leva-me a debruçar sobre a importância que a vida pessoal tem na política e a política na vida pessoal. Qual é a mais importante? E qual é a que deve sempre prevalecer?

É muito comum nos dias de hoje ouvirmos os cidadãos dizerem que não gostam de política, que preferem não se envolver, que são todos iguais, uns mentirosos e ladrões que só se interessam pelo seu umbigo. E até chegam mais longe, dizendo que a palavra corrupção é um sinónimo de política. Geralmente, quando ouvimos falar de política é pelos piores motivos, associamo-la sempre a algo mau e que se passa lá longe, a muitos quilómetros. Muitos até dão o conselho que nunca se deve falar de política entre amigos, pois é um assunto de fácil confronto e pode gerar discussões insanáveis. Nunca me esqueço de uma frase de Platão que dizia que "não há nada errado com aqueles que não gostam de política, simplesmente serão governados por aqueles que gostam".

A política não é corrupta, os seus intérpretes podem-no ser, mas a política não. Muitas das vezes pensa-se que não precisamos de preparação para ocupar cargos públicos. Grande erro. É preciso uma grande preparação e um grande suporte familiar e de amigos. Para além da política ser o grande regulador de conflitos, esta também é algo nobre.

Não podemos deixar de pensar que para exercer a atividade política temos de prescindir de muitas horas em família e que, muitas vezes, essa ausência tem resultados nefastos e devastadores para a harmonia familiar. Se é possível ser político e dar atenção à família? Eu digo que sim.

Se a nossa atuação política for assente em alicerces fortes, eu direi que se a família estiver posteriormente também construída com betão, não deveremos ter problemas. É de suma importância para o político ter consigo, em todos os momentos, a sua família e os seus amigos. O seu desempenho será mais forte e a liderança fluirá com muito mais energia. Ninguém pode governar sozinho, e não falo das maiores ou menores equipas de gabinetes políticos, falo daqueles familiares, ou simplesmente, amigos com quem falamos fora do ambiente político que nos dão a estabilidade emocional para podermos tomar as melhores decisões.

O Homem nasceu para ser social, quem vive isolado não pode ter bons resultados a trabalhar para a sociedade, sim, porque o principal princípio da política é trabalhar para as pessoas, para os outros. Um político é um servidor, nada mais do que isso, alguém que está à disposição de todos e pronto para ouvir todos sem exceção.

"A diferença entre a moral e a política está no facto de que, para a moral, o homem é um fim, enquanto para a política é um meio. A moral, portanto, nunca pode ser política, e a política que for moral deixa de ser política."

Créditos: 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

Credito: DR

What's really behind the John Tory resignation?

Vincent Black
Opinion

I may know something that you may not know, so read on!

Last Friday (10) when most of us were just starting to wind down the week and maybe kick start the weekend, a news bombshell was dropped at 8.30 pm with our current mayor John Tory having a quick press conference and indicating that he was stepping down supposedly because of a mutually consentual relationship with a thirty-one-year-old former assistant in his office. Many started to throw stones at Tory for what he had admitted to and the knives were out with everyone and anyone that ever wanted to be a mayor coming out of the woodwork.

Just for the record, I personally have no issues with John Tory admitting to this affair and possibly others. I have never been a big fan nor a supporter of Mr. Tory and his administration, but I have to admit, he has done an admirable job and his personal life should not dictate whether he stays on or not in my opinion. Yes, he was a person of power over someone that may have been a subordinate, but if the consent was there...I have no issues with it. Let's be very frank, these things happen all the time and unless there is criminal or sexual abuse, it's normal.

This is all smoke and mirrors when it comes to John Tory stepping down. Unknown factors factors folks may be preventing John Tory from playing ball with others future agendas.

So, you ask...what other agenda's and why? This is the million-dollar question and we as citizens of this great city should be asking and get more information. From where this writer sits and from what I am hearing through the grape vine is that John Tory may have been, and I will use this word lightly...forced to step down.

The development community in this town over the past twenty years or so has made vast amounts of cash and with no end in sight. The power and arrogance of this community is such that they feel that they are invincible and untouchable. Let's begin with our current premier giving two mayors unlimited powers to overrule legislation and veto power over many items including budgets and development. Ottawa and Toronto were the anointed winners but let's call it and say that Ottawa was just a throw in with Toronto and the person who sits in that seat to have all the power. This was the first shoe to drop with all kinds of rumors at the time that this was always indented for Doug Ford to start to control the future agenda of Toronto.

The second shoe to drop was the orchestrated and quickly timed effort to move John Tory out of the mayor's chair because he was not going to comply with foreseeable changes that others would want him to move on. The powers that be were hoping that John Tory would support projects like the rail deck park and others which will have long lasting effects on the city of Torontos skyline and waterfront. After John Tory was given these powers and the powers lobbyists were hoping that Mr. Tory would conform and support certain projects.... well guess again. He decided not to conform and do what's best for the residents of our city. John Tory was given an ultimatum and hesitantly rushed to make a bad political move which would benefit a silent small minority.

So, you may ask.... who is this silent small minority with unbelievable reach and power to dominate the political landscape and many of the decision makers? The answer to this question and many others all leads to one road, and that is to Doug Ford. When you connect the dots and you check out the names, they all lead to the province and those that are plugged into the Ford machinery. The minute that the province granted the Infrastructure Minister to use a tool called an MZO or better known as a Ministerial Zoning Order which allows this particular designation and the province to override all the municipalities rights.

One by one, Doug Ford and his majority government have stripped the cities and specifically the city of Toronto of any ability to maneuver on its own. Specifically, on re zoning and any and all major development that the city will oppose, in particular the waterfront and the proposed new rail deck park.

Rail Deck Park is a track of land that Mayor John Tory wanted to develop into a central park area for residents of the waterfront and the downtown core that will be set on a constructed deck that encloses the active railway lands between Bathurst Street and Blue Jays Way. This proposal was rejected by the city of Toronto and the developers appealed it to the LPAT for a ruling and in 2021, LPAT reversed its earlier ruling, stating that the City was wrong to reject the development. In its ruling, LPAT noted the lack of progress in the Rail Deck Park plan, negotiations to purchase the developer's air rights or initiate expropriation proceedings for its decision.

The real owners of the majority of the air rights over the rail corridor are owned by Craft Kingsmen Fengate, a private landowner and a union component. This is just one development that I have singled out, there are others but the rail deck park development is a multi billion dollar deal that will change the landscape forever. The amount of money that will be made by a small handful of folks is scary and in my humble opinion is one major reasons why John Tory has been pushed aside. Is John Tory being pressured? I can go on and on and all roads will lead to a mayor that will not play ball and will not change his mind and vote to accomplish certain changes. What happens to such people? Change is in the air.

There will be many more shoes that will drop in the coming days and months .... and this picture will never be clear on what just happened to John Tory. You may want to draw your own conclusions, but it looks like John Tory is the fall guy in all of this and there may be no going back. His legacy will be remembered as embroiled in a sex scandal, but will the real truth ever be known.

Money, power and greed is what it's all about and John Tory has fallen between the cracks.

Creditos: DR

A bela razão de ser dos postais é a de se contentarem em não ser carta, fotografia ou memória.

Carolina Bettencourt, in "Quando a casa é escrita no mar"

Correntes escritas no mar

Aida Batista
Opinião

Estamos em plena semana das Correntes. Basta dizer, escrever "Correntes" que já não é preciso acrescentar mais nada. Todos sabem de que evento se trata – as Correntes d'escritas.

A Romaria para a Póvoa de Varzim começa a formar-se muito tempo antes, como os pequenos ribeiros que, lentamente, vão engrossando os leitos para se transformarem em rios de vontades que desaguam no mar da Póvoa. São os telefonemas, as mensagens e os e-mails trocados entre os habituais militantes do evento a perguntar: vais este ano? já te decidiste? encontramo-nos lá? e fulano? e beltrana? há muito que não sei nada deles!

Fala-se da viagem à Póvoa como da ida a um santuário, onde as palavras - sob a forma de prosa, poesia, música, cinema, teatro e até silêncio – são sagradas; e consagrados os que as produzem e reproduzem, como quem profere uma oração.

Ano após ano (exceto durante o interregno que a pandemia provocou) acontece o mesmo: todos os caminhos vão dar à Póvoa. Pelas redes sociais, vamos descobrindo companheiros de jornada: mais um amigo ou um conhecido. Depois, para que certas particularidades das conversas não se tornem públicas, passa-se às mensagens privadas. Acabamos por descobrir que vamos ficar hospedados no mesmo hotel, no hotel ao lado ou noutro da vizinhança. E a vizinhança, assim que tudo começa, salta do hotel para a sala do teatro Almeida Garrett, onde decorre grande parte do evento, para o toldo da feira do livro, para o café da bica social - após a que já foi tomada ao pequeno-almoço -, para restaurantes que saem da esfera da organização, sempre que se quer ter um convívio mais pessoal. É a alegria dos encontros e reencontros que, no meu caso, é ainda mais desejado, porque a missão de voluntariado, que fiz à Guiné-Bissau, me impediu de ter estado presente no último ano.

Quando faltamos, somos sujeitos a um escrutínio, como se faltar fosse proibido, quase um pecado. Não faltam as perguntas: não apareceste? não pudeste vir? aconteceu alguma coisa? E fica aquela sensação tão terna de que passámos de espetadores a uma família, em que o grau de parentalidade varia conforme a relação de pertença a uma genealogia, cujas cédulas de nascimento são lavradas no papel da árvore que nos abriga.

E a Póvoa suga-nos a todos como um movimento centrípeto que, no seu rodopio, nos atira para o centro do verbo onde tudo começou. Mesmo quando os motes mudam, não se alteram os desafios, nem falta imaginação a quem os enfrenta. E nós evitamos atrasos, porque sabemos que a disputa por um bom lugar sentado é como a dança das cadeiras, em que é importante estarmos atentos ao compasso da saída e das entradas das figuras que queremos ver e ouvir.

No programa, há sessões justapostas, lançamentos de livros e conversas à mesa. Temos de escolher. Às vezes, enganamo-nos e o que excluímos acaba por ser mais interessante do que aquilo a que fomos assistir, dizem-nos! Que importa? O saldo é sempre positivo, porque saímos de lá intelectualmente mais ricos do que quando entrámos.

Se a vida é feita de rituais, este é um dos que se entranhou em mim. Fora eu serpente, que mudaria a natureza das coisas. Decretaria que se não largasse a pele, porque é nela que ficam tatuados todos os mitos e ritos que nos definem. E há um que sempre pratico – enviar um postal aos meus netos, com o carimbo do quanto me marcou naqueles dias.

Ao contrário da autora da epígrafe, eu acredito que, no futuro, eles serão sempre "uma carta, fotografia ou memória" da escrita com que serei recordada.

Transatlântico

As Migrações nos Açores

Daniel Bastos
Opinião

No decurso dos últimos anos o acervo bibliográfico sobre o fenómeno migratório tem sido profusamente enriquecido com o lançamento de um conjunto significativo de livros que têm ampliado o estudo e conhecimento sobre a história da emigração portuguesa.

Um dos exemplos mais recentes que asseveram a importância destas obras na análise e compreensão da emigração nacional, encontra-se vertido no livro Transatlântico – As Migrações nos Açores, da autoria de José Andrade, atualmente diretor regional das comunidades do Governo dos Açores.

Com chancela da Letras Lavadas, e prefácio de José Manuel Bolieiro, presidente do Governo Regional dos Açores, a obra lançada no alvorecer deste mês nas instalações da Biblioteca Pública e Arquivo Regional de Ponta Delgada, numa sessão que esteve a cargo do presidente da Associação dos Emigrantes Açorianos, Rui Faria, e da presidente da Associação dos Imigrantes nos Açores (AIPA), Cristina Borges, constitui-se como uma reflexão/retrato incontornável das Migrações nos Açores, de ontem e de hoje, para fora e para dentro.

Embrenhando-se num fenómeno marcante na vida de milhares de açorianos, estima-se que cerca de 1,5 milhões de açorianos e seus descendentes residam no estrangeiro, o livro do atual responsável das áreas da emigração, da imigração e das comunidades açorianas no exterior, tem não só o condão de (re)valorizar os movimentos da emigração açoriana para o Brasil, o Uruguai, o Havai, os Estados Unidos, a Bermuda ou o Canadá. Mas também destaca o papel de 4 mil cidadãos estrangeiros de mais de 90 nacionalidades diferentes, como é o caso de brasileiros, alemães, chineses ou ucranianos, que presentemente habitam e trabalham nos Açores, e contribuem assim de forma muito positiva para o desenvolvimento do território arquipelágico e do país.

Com mais de duas dezenas de livros publicados, a mais recente obra de José Andrade, como acentua a casa editorial que apadrinha o trabalho literário, "rima Açorianidade com Interculturalidade. O seu pretexto são textos produzidos pelo Diretor Regional das Comunidades do Governo da Região Autónoma dos Açores durante os anos de 2021 e 2022. O seu propósito é a consciência e o orgulho de sermos um arquipélago transatlântico que projeta identidade no mundo e que abraça continentes nas ilhas. Não estamos no fim da Europa ou no princípio da América. Estamos no centro do mundo".

Capa do livro Transatlântico – As Migrações nos Açores. Créditos: DR.

Credito: DR

Pior do que cair uma bomba

Augusto Bandeira
Opinião

Religião católica - foi pior do que cair uma bomba. Foi preciso esperar sete décadas para que a justiça fosse chamada a intervir, e certos casos se dessem a conhecer.

Muitas vezes o cidadão admira-se com a falta de adesão de juventude às igrejas, muitos paroquianos pediam aos padres para se mudar a forma de celebrar missas para atrair a juventude. Eu concordo que tem de se modernizar e trabalhar para trazer os católicos a assistir às missas, especialmente a classe mais jovem. Hoje vamos assistir a uma missa e olhamos em nossa volta e não se vê muitos jovens, é muito mau. Em tempos muito se culpava os padres por serem antiquados e nada fazerem para atrair jovens, isto tem vindo em decadência desde há muitos anos. Não quer dizer que a falta de jovens a praticar a religião que lhes foi ensinada seja pelo facto de nas últimas sete décadas ter havido tantos abusos em jovens. Quando a igreja dizia que era uma mão cheia de casos de abuso sexual, o relatório vem falar em milhares. O mais preocupante de tudo, além de ser um caso muito sério, depois da comissão apresentar o relatório, é que se veio a saber que Portugal tem mais casos de abusos do que a Europa, isto deixa Portugal, mais uma vez, na cauda da desgraça, desta vez com a religião católica. Para qualquer cidadão português a notícia anunciada pela comissão independente foi pior que uma bomba - 4,800 abusos sexuais. A própria comissão independente validou 512 dos 564 testemunhos recebidos, quer isto dizer que dos testemunhos recebidos foram quase 100% aprovados, isto é muito grave. Eu como católico honestamente tenho vergonha, andaram anos a fio a esconder um crime e ainda ninguém veio a público falar dos que ainda se encontram no ativo. Um caso destes era de no dia seguinte os colocar na rua sem nada e apresentar os nomes ao Ministério Público.

Depois de se ter conhecimento do relatório, diz-se que não é difícil encontrar dados chocantes no documento entregue, entre muitos casos vergonhosos um deles destaca que a idade média das vítimas no início dos abusos é de 11 anos. Um dos locais que praticavam os abusos era no próprio altar, nos confessionários, nos colégios entre outros lugares. Histórias chocantes que dão para pensar. Segundo informação divulgada, os distritos com maior número de casos são Lisboa, Porto e Braga. A Igreja já veio dizer que será divulgada uma lista de abusadores ainda no ativo, provavelmente até ao final do mês, não falta muito. Esperemos que justiça seja feita, que os que ainda se encontram no ativo sejam colocados na rua, porque dos 4,800 que foram abusados a maioria, de certeza, são jovens ou crianças que ficaram destruídos, não seguiram uma carreira, muitos não formaram família, outros ficaram com trauma e nem padres podiam ver na frente, de tal modo que um dos abusados, segundo noticias, já faleceu e nem padre quis no funeral, assim relatou um familiar. Estranho é que se viveram décadas de tristeza e muita gente sabia e não houve coragem de se denunciar, muitos com medo de represálias. Todos sabemos o poder que os padres tinham no passado. Podemos chamar a isto uma situação dramática, que não vai ser fácil de ultrapassar a nenhuma das vítimas. Para a maioria das vítimas os casos já prescreveram. Tudo isto ajudou muito a que as pessoas largassem de praticar, de acreditar em quem dentro das igrejas passava a palavra de Deus ao seu povo. Hoje vivem-se dias difíceis na religião católica especialmente em Portugal, agora esperemos, que ainda vai correr muita tinta e ainda pode ser que a igreja tenha que indemnizar as vítimas como aconteceu em França.

Os que são, continuem a ser católicos e a crer e acreditar, mas as dioceses juntamente com o Papa têm muito trabalho pela frente para mudar muita coisa e, se calhar, passar a haver mulheres a desempenhar o papel de padre. Agora para se continuar o trabalho de investigação a comissão quer que seja constituída uma nova comissão para esse fim, mas pede para que seja com a integração de elementos da igreja, para que sejam tomadas medidas que possam renovar confiança religiosa e que se evite novos casos.

A religião não tem culpa do que certas pessoas fizeram e se calhar alguns continuam a fazer.

Bom fim de semana.

Josefa de Maltezinho

Fracturas Expostas

A autora nasceu no Porto (1956) e vive em Aveiro mas não é de geografia que tratam estas «Fracturas Expostas»; a sua organização é sentimental e não geográfica. Desde logo o poema que dá título a este livro (editora Húmus) de 102 páginas e 52 poemas (tantas são as semanas do ano) é o poema «Outono» que pode ler-se na página 93. «parir solidão, esse cão a lamber fracturas expostas».

Este livro só poderia ter sido escrito por uma mulher: o poema da página 30 lembra a frase maternal «não dês conversa a estranhos», o da 26 afirma que «parir não há-de querer dizer apenas dor», o da 70 enumera as chamadas tarefas transparentes sem as quais o tempo parava «lavar, secar, passar a ferro, arrastar móveis, aspirar, limpar o pó» e tudo o resto na casa e no mundo. Na página 101 o poema «As mulheres de Atenas» abre com um verso lúcido: «Há quem diga que elas são ilegíveis até ao tutano.» Depois temos a solidão na página 83: «A solidão é um animal ferido. Com hemorragias internas».

E a seguir temos o amor na página 77: «Sabes, o amor, esse que devia ser sempre verdadeiro, também se faz de fingimento». Este poema levanta de novo a dúvida que já o poeta alemão Novalis tinha resolvido ao escrever: «Quanto mais poético mais verdadeiro, quanto mais verdadeiro mais poético». Surge neste livro, embora não de modo explícito, uma ideia forte de Santo Agostinho: «A única medida do amor é amar sem medida.» Isto porque só o amor pode responder à solidão e à morte e é nele, no amor sem medida, que está a resposta ao poema da página 55: «Para onde vão, afinal, todas as horas da nossa vida?»

Quem viveu o seu tempo que já vai em sete na tabuada dos dez, há uma certeza: «todas as horas são para nos ferir, a última é para nos matar».

JCF

PEDRO ABRUNHOSA
PORTUGAL
PLUTONIO
PORTUGAL
DULCE PONTES
PORTUGAL
2023
TOY
PORTUGAL
INTERNATIONAL
PORTUGUESE MUSIC
AWARDS
DIOGO PIÇARRA
PORTUGAL
SATURDAY
MAY 20 | 7PM
CO-HOSTED BY
DANIELA RUAH
PROVIDENCE PERFORMING ARTS CENTER
CO-HOSTED BY
RICARDO FARIAS
IPMAAWARDS.COM/TICKETS
401.421.2787
MARISA LIZ
PORTUGAL
ERATOXICA
USA
RUBY ANDERSON
CANADA
#2023IPMA
Get your tickets today at IPMAAWARDS.COM/TICKETS
#2023IPMA

LiUNA!
Local 506

www.local506.ca

Happy Family Day!

EXECUTIVE BOARD

CARMEN PRINCIPATO
BUSINESS MANAGER

TONY DO VALE
SECRETARY-TREASURER

ROLY BERNARDINI
PRESIDENT

PETER GLAZE
EXECUTIVE BOARD MEMBER

SAVERIO REPOLE
RECORDING-SECRETARY

LUIS PIMENTEL
VICE-PRESIDENT

FABRIZZIO MASSARI
EXECUTIVE BOARD MEMBER

REGIONAL ORGANIZING CO-ORDINATOR
ELIO TOPPAN

OFFICE MANAGER
ISABELLA COSTANZO

LEGAL COUNSEL
RYAN EHRENWORTH

DISPATCHER
HARDY JALLOH

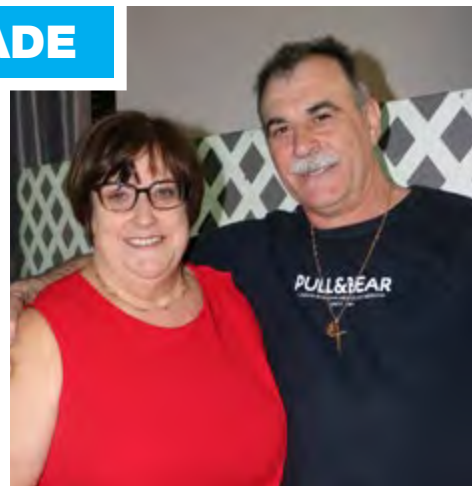
COMPLIANCE CONTROL OFFICER
RENATO TAGLIONE

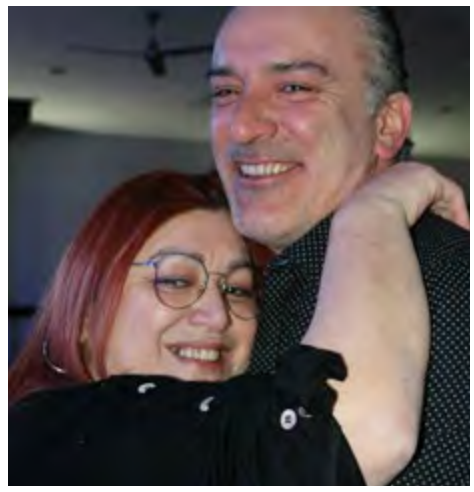
BUSINESS REPRESENTATIVES
MIKE BETTENCOURT
MAMADOU BAH
JOE INACIO
JOE FURTADO
JOHN WALKER
MILTON MEDEIROS
MARCO MELO
ROCCO CHIAVUZZO
ANTHONY DO VALE
MAURO MAGLIOCCHI

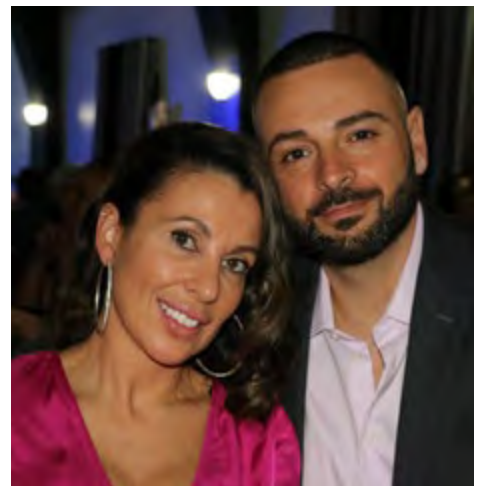
SUPPORT STAFF
PATRICIA LUM
MONIQUE SERINO
NATALIY KRASKOVSKY
MISHEL BIRFIR
NICOLE PIETRANGELO
ADRIANNA DO VALE
LILY MEDEIROS

3750 Chesswood Drive, Toronto, ON M3J 2W6
Tel: 416.638.0506 • **Fax:** 416.638.1334 • **Website:** www.local506.ca

COMUNIDADE







Clube Cultural Português de Bradford celebrou o Dia dos Namorados

No dia 11 de fevereiro o Clube Cultural Português de Bradford (CCPB) celebrou o Dia dos Namorados num ambiente de romantismo. Sala decorada a rigor, ementa leve e requintada, e música ao som da banda Mexe Mexe foram os ingredientes para animar os mais românticos.

O CCPB, que foi fundado em 1986, celebra o seu aniversário no primeiro sábado de dezembro e, como tantos outros clubes no Ontário, também resistiu aos efeitos da pandemia. Presidente - e Chefe! - há 6 anos do clube, Paulo Perdiz, contou ao Milénio Stadium que, com exceção do interregno de verão, o clube tem um evento por mês, "uns com mais de 400 pessoas e outros com cerca 250 como hoje".

Os próximos eventos são: o Dia da Mulher em março, que já está esgotado; em abril a famosa Festa do Mar; em maio o Dia da Nª Senhora de Fátima e em junho, se tudo correr como planeado, o S. João. Este clube, que já teve uma equipa de futebol, neste momento aluga o campo às academias de futebol que "sempre ajuda a fazer face às despesas", confirmou Paulo Perdiz. Paulo Perdiz lamenta que a juventude se tenha afastado do clube: "a malta jovem não frequenta muito o clube como antigamente, não sei bem o que mudou... talvez porque há pouca divulgação", porém fica a esperança de que se fizer mais festas para a juventude isso possa ser revertido. De igual modo, o presidente também referiu que o CCPB não tem tido um grande suporte de patrocinadores, que fazem falta para que alguns projetos possam ser alcançados, como por exemplo, algumas obras pois como nos revelou "o prédio já tem alguns aninhos e precisa de uma boa renovação".

Da nossa parte, só temos que agradecer ao Paulo Perdiz e à sua direção por tão bem nos ter recebido. Aos nossos leitores deixamos o convite a passar e apoiar o Clube Cultural Português de Bradford, que também tem contribuído para a divulgação da nossa cultura e tradições.

Texto e fotos: Carmo Monteiro/MS

70 anos Canada

70anoscanada.com | @70anoscanada

English

70 Anos Canada, a volunteer organizing committee of Portuguese Canadians - AnaBela Taborda, Angie Câmara, Bela Cumberbatch, Bernardino Ferreira, Bon Falcone, Jorge Ribeiro, Manuel DaCosta, Maria João Dodman, Matthew Correia, Tânia Barbosa - announced a yearlong program to honour Portuguese Pioneers who first immigrated to Canada on May 13, 1953, in support of Magellan Community Foundation.

The honourific and marquee celebrations on May 13 and May 14, generously supported by lead partner LiUNA Local 183, will feature a star-studded line-up featuring Mariza, Pedro Abrunhosa and Bárbara Bandeira, while honouring Portuguese-Canadians for their outstanding achievements on the Portuguese-Canadian Walk of Fame and recognizing the future ground-breaking of the Magellan Centre, the first culturally sensitive home for Portuguese-speaking seniors.

First time ever, the Portuguese community will host the public and share an authentic culinary, cultural, and musical experience at the doorstep of City Hall, on Nathan Phillips Square with a licensed 19+ area. The weekend celebrations will proudly include confirmed attendance from officials of the Government of Portugal, the Regional Government of the Azores, a delegation from the Government of Canada and more to be announced.

May 13th, 2023

- **Portuguese Canadian Walk of Fame (PCWoF) induction ceremony** - College St. & Crawford St. in Toronto. Lead Partner, LiUNA Local 183
- **PCWoF reception** - Universal Event Space, Vaughan
- **Mariza in concert** - Universal Event Space – Lead Partner, LiUNA Local 183All proceeds of ticket sales from this event will go to the Magellan Community Foundation

May 14th, 2024

- **Portugal The Festa** - Nathan Phillips Square. Featuring Pedro Abrunhosa, Bárbara Bandeira, various folklore groups from across Ontario, authentic cuisine, artisans and so much more! Lead Partner, LiUNA Local 183 and event partner, LiUNA Local 506.

The 70 Anos Canada volunteer committee will continue to organize initiatives throughout the year and encourages the Portuguese community and clubs to organize their own events in celebration of this 70th Anniversary of Portuguese immigration to Canada. The 70 Anos Canada organizing committee invites third party organizers to submit their 70th Anniversary events that occur before or after the May 13 &14 weekend for rights to use the 70 Anos Canada logo and to be featured on 70anoscanada.com.

Português

A comissão de voluntários luso-canadianos organizadora dos 70 Anos Canada, - AnaBela Taborda, Angie Câmara, Bela Cumberbatch, Bernardino Ferreira, Bon Falcone, Jorge Ribeiro, Manuel DaCosta, Maria João Dodman, Matthew Correia, Tânia Barbosa – anunciou um programa de um ano para homenagear os pioneiros portugueses , que imigraram pela primeira vez para o Canadá a 13 de maio de 1953. Este programa terá uma componente de apoio à Magellan Community Foundation.

As celebrações que honram esta data histórica para a comunidade portuguesa residente no Canadá, acontecerão nos dias 13 e 14 de maio, são generosamente apoiadas pelo parceiro principal LiUNA Local 183 e contarão com uma formação de estrelas composta por Mariza, Pedro Abrunhosa e Bárbara Bandeira, homenageando ao mesmo tempo os luso-canadianos pelas suas extraordinárias realizações no Portuguese Canadian Walk of Fame e reconhecendo o futuro promissor do Magellan Centre, o primeiro lar culturalmente sensível para os idosos de língua portuguesa.

Pela primeira vez, a comunidade portuguesa acolherá o público e partilhará uma autêntica experiência culinária, cultural e musical à porta da Câmara Municipal, na Nathan Phillips Square. As celebrações do fim de semana contarão com a presença confirmada de membros do Governo de Portugal, do Governo Regional dos Açores, de uma delegação do Governo do Canadá e de mais a anunciar.

13 de maio de 2023

- **Cerimónia de indução do Portuguese Canadian Walk of Fame** (PCWoF) Parceiro principal, LiUNA Local 183
- **Receção PCWoF** - Universal Event Space, Vaughan
- **Concerto de Mariza** - Universal Event Space. Parceiro principal, LiUNA Local 183 Todas as receitas deste evento irão para a Magellan Community Foundation

14 de maio, 2024

- **Portugal the Festa** - Nathan Phillips Square. Com Pedro Abrunhosa, Bárbara Bandeira, vários grupos folclóricos de todo o Ontário, cozinha autêntica, artesãos e muito mais! Parceiro principal, LiUNA Local 183 e parceiro do evento, LiUNA Local 506.

O comité de voluntários 70 Anos Canadá continuará a a organizar iniciativas ao longo do ano e incentiva a comunidade e clubes portugueses a organizarem os seus próprios eventos para celebrar este 70º aniversário da imigração portuguesa para o Canadá. O comité organizador do 70 Anos Canadá convida estas instituições a submeterem os seus eventos do 70º aniversário, que ocorram antes ou depois do fim de semana de 13 e 14 de maio, para que possam ter direito ao uso do logótipo do 70 Anos Canadá e sejam apresentados no 70anoscanada.com.

John Tory pede demissão

O Mayor de Toronto, John Tory, apresentou uma carta de demissão ao secretário da cidade, John D. Elvidge. A renúncia de Tory ocorreu depois que ele assumiu que teve um relacionamento com um ex-membro do seu escritório durante a pandemia. A vice-presidente da Câmara Jennifer McKelvie assumirá algumas das responsabilidades durante o período de transição.

"Quero agradecer ao povo de Toronto por confiar em mim como prefeito desde 2014. Continuo lamentando profundamente e pedindo desculpas sem reservas ao povo de Toronto e a todos aqueles prejudicados por minhas ações, sem exceção", escreveu Tory. "Este tem sido o trabalho de uma vida, e embora eu tenha decepcionado muitas pessoas, inclusive eu mesmo, neste caso, tenho sido profundamente honrado pela oportunidade de servir ao povo desta cidade maravilhosa por mais de oito anos e espero ter conseguido algum bem para a cidade que realmente amo". Na carta ele disse ainda que o relacionamento, que "não atendeu aos padrões aos quais me considero como prefeito e como um homem de família", terminou mutuamente este ano.

Em uma declaração, a cidade confirmou que o funcionário recebeu o aviso de demissão de Tory, dizendo que Elvidge está trabalhando com o gerente da cidade e McKelvie nos próximos passos.

A Lei da Cidade de Toronto exige uma eleição suplementar para escolher o próximo prefeito, que será convocada depois que o conselho da cidade declarar vago o cargo de prefeito em sua próxima reunião em 29 de março.

CBC News

Crédito: DR

Nova tecnologia ajuda a polícia de Ontário a multar mais

Desde segunda-feira (13), a polícia de Ontário aumentou a capacidade de escanear centenas de placas dentro de minutos da patrulha rodoviária, graças a tecnologia ALPR (Automated License Recognition) recentemente expandida.

A sargento Kerry Schmidt da Polícia Provincial de Ontário (OPP) publicou um vídeo no Twitter no início desta semana dizendo que a tecnologia está agora "rolando pela província".

Schmidt disse que o sistema ALPR entrou em vigor na grande Toronto e continuará a se expandir nas demais partes da província de Ontário nas próximas semanas. O novo sistema permite que a polícia leia muitas placas ao mesmo tempo enquanto estiver na estrada e rastreie uma variedade de delitos, incluindo registros de veículos vencidos, suspensões de licenças, motoristas sem licença, e muito mais.

No vídeo, Schmidt diz que Mississauga OPP sinalizou 32 veículos durante uma parada de trânsito de 22 minutos, com a ajuda da ALPR. O sistema identificou um motorista suspenso, quatro motoristas sem licença e 27 matrículas de veículos expirados.

CTV/MS

Crédito: DR

LOCAL

Principais propostas indicadas no orçamento de Tory

John Tory apresentou na quarta-feira (15), na Câmara Municipal de Toronto o orçamento deste ano, o primeiro preparado sob os novos poderes de "Mayor forte". Sinalizamos aqui alguns dos principais pontos do documento. No site Milénio Stadium você pode ver mais detalhes.

Policiamento

Em janeiro, a Tory anunciou um aumento proposto de US$ 48,3 milhões no orçamento da polícia de Toronto, que em parte iria para a contratação de cerca de 200 policiais, bem como uma programação destinada a enfrentar a violência juvenil.

O aumento traria fundos para pouco mais de US$ 1,1 bilhão para 2023, um número que os críticos da Tory disseram estar inflado em comparação com outros itens de linha e serviços sociais subfinanciados.

Mudanças no trânsito

O orçamento propõe um corte de 5% no serviço de trânsito em comparação com o ano passado, ou um corte de 9% em comparação com os níveis pré-pandémicos. Tory defendeu o orçamento de trânsito ao apontar que ele aumenta o subsídio da cidade à Comissão de Trânsito de Toronto em 53 milhões de dólares e os níveis de serviço permanecem acima dos níveis pré-pandémicos, que o orçamento estima ser cerca de 73% dos níveis pré-pandémicos.

Homeless

Alguns vereadores sinalizaram sua intenção de reabrir o debate sobre os centros de aquecimento da cidade depois que uma recomendação para mantê-los abertos 24-7 até meados de abril foi eliminada por uma maioria do conselho apoiado pelos Tory na semana passada. Enquanto o orçamento operacional prevê um aumento de 6,5% para abrigo, apoio e administração de moradia, os críticos dizem que mais precisa ser feito.

DCN/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

CANADÁ

Credito: DR

Sobram salas para escritórios em todo o Canadá

Os edifícios destinados as salas comerciais no Canadá estão experimentando uma taxa recorde de vagas, e chegou a 17,1% dos escritórios vazios no final do ano passado.

A taxa de vagas no centro de Toronto, capital financeiro do Canadá, subiu para 13,6%, a mais alta desde o terceiro trimestre de 2003.

Grande parte desses imóveis vazios estava em Toronto, porque os proprietários de edifícios antigos não conseguiram substituir as empresas que se mudaram para os novos empreendimentos. De acordo com um relatório do quarto trimestre da CBRE Group Inc, ainda tem o fato de que as empresas de tecnologia reduziram os planos de crescimento em meio a uma redução cada vez maior nesse setor.

Outro fato importante foi a pandemia da Covid-19, que levou as empresas a se adaptarem ao trabalho remoto, ampliando ainda mais a divisão entre os edifícios de escritórios mais antigos e os mais sofisticados.

Com o empilhamento de espaço vazio, os desenvolvedores estão diminuindo o ritmo dos novos projetos. Entretanto, 62% do que está em construção é esperado para entrega em 2023, indicando que o mercado de escritórios deve chegar a uma maior pressão este ano.

MS

Casos de norovírus têm aumentado no Canadá

As autoridades sanitárias no Canadá confirmaram que os casos de norovírus, uma doença altamente contagiosa do estômago, têm aumentado em várias províncias como British Columbia, Alberta, Saskatchewan, Manitoba, Ontário, New Brunswick e Newfoundland e Labrador, segundo a Agência de Saúde Pública do Canadá (PHAC)

O aumento das infecções desde o começo de janeiro é comparável aos níveis observados em épocas anteriores à pandemia. Os sintomas do norovírus incluem dor de estômago, vômitos, diarreia, fraqueza e desidratação. Lawrence Goodridge, professor de microbiologia da Universidade de Guelph, comentou que os níveis atuais de infecção estão voltando à linha de base antes da pandemia.

Os casos de norovírus também estão aumentando nos Estados Unidos e no Reino Unido, com os Centros de Controle e Prevenção de Doenças dos EUA relatando 225 surtos de agosto a início de janeiro, em comparação com 172 durante o mesmo período da última temporada.

No Reino Unido, os dados de vigilância nacional mostram um aumento de 66% nos relatórios de laboratório do vírus em comparação com a média desta época do ano, com as casas de repouso sofrendo um aumento dos surtos, particularmente entre pessoas com 65 anos ou mais.

O norovírus se espalha através de alimentos contaminados, como mariscos crus ou frutas importadas, e em ambientes fechados, incluindo casas, casas de repouso, navios de cruzeiro e creches. O início da doença é repentino, e os sintomas aparecem dentro de 12 horas após o contato com uma pessoa infectada.

Norovírus é altamente contagioso. A dica é lavar sempre as mãos, limpar superfícies, cuidar dos mais vulneráveis, incluindo idosos e crianças.

CBC

Credito: DR

Médicos nascidos no Canadá, mas não podem trabalhar no país

Credito: DR

Muitos médicos nascidos no Canadá estão trabalhando no exterior, no momento em que o país enfrenta uma escassez significativa de profissionais da área da saúde. A justificativa é que eles foram formados fora do Canadá.

O sistema de saúde canadiano carece de quase 17.000 médicos, de acordo com o Royal Bank of Canada, e há poucas perspectivas de que esses médicos nascidos no Canadá possam praticar a atividade em seu próprio país. Em 2022, apenas 439 médicos canadiano treinados no exterior foram combinados com residentes de um grupo de 1.661 candidatos, uma taxa de correspondência de 26,6%.

Muitos canadianos vão para a escola em países como Austrália, Irlanda, Reino Unido e Estados Unidos. Isso levou a uma queda no número de graduados internacionais que se candidatam a vagas de residência no Canadá, de 2.219 em 2013 para 1.661 em 2022, uma queda de 25% em apenas uma década.

CBC/MS

Laval

Homenagem às vítimas da creche

Credito: DR

Os motoristas de ônibus da área de Montreal pararam seus veículos em fileiras e fizeram um minuto em silêncio. O gesto foi em homenagem às vítimas do acidente que matou duas crianças depois que um ônibus da cidade bateu no Garderie Éducative Ste-Rose, uma creche no Dufferin Terrace, no bairro Ste-Rose da Laval. Seis outras crianças foram enviadas ao hospital com ferimentos que não ameaçam a vida.

"O evento perturbou os motoristas de ônibus em Laval em particular, e os motoristas de ônibus em todos os lugares em geral. Ver o próprio veículo de trabalho causar tal tragédia é terrível", disse Dominic Aubry, um funcionário do sindicato CUPE, filiado à FTQ, que representa os operadores de trânsito, em um comunicado à imprensa.

Nos últimos dias, os dois garotos mortos no acidente foram identificados como Jacob Gauthier e Maëva David, ambos de quatro anos de idade. Um funeral para Gauthier aconteceu na quinta-feira (16) em uma igreja local onde foram realizadas vigílias para lamentar a tragédia que abalou a comunidade.

O primeiro-ministro Justin Trudeau e o primeiro-ministro do Quebec, François Legault, prestaram seus respeitos visitando a igreja e encontrando-se com o pessoal da creche e outros afetados pelo acidente.

CTV News/MS

Relatório JN

Metas para a redução do plástico ainda longe de serem alcançadas

O segundo relatório do Pacto Português para os Plásticos conclui que ainda há muito trabalho pela frente na redução e reutilização do plástico no país. A coordenadora do Pacto admite que a pandemia atrasou algumas metas definidas.

O relatório, apresentado esta quinta-feira (16) no Pólo II da Universidade de Coimbra, e cujos dados são relativos a 2021, constata uma subida ligeira da entrada no mercado de embalagens recicláveis ou reutilizáveis (de 52 para 57%), uma pequena redução dos plásticos de uso único ou desnecessários (de quatro para 3%) e uma descida da taxa de reciclagem de embalagens de plástico (de 36 para 34%).

"A pandemia foi um entrave sobretudo na parte da reciclagem dos plásticos em 2020. Os dados da reciclagem são desse ano e houve um forte impacto", lamenta a coordenadora do Pacto Português para os Plásticos (PPP), Patrícia Carvalho.

Acrescenta que os progressos "não estão ainda com a velocidade desejada, mas são seguros e certos nas metas definidas. Estamos a falar de 2021, ainda temos alguns anos para os atingir e estamos expectáveis que nos vamos aproximar das metas".

As metas definidas pelo PPP para 2025 apontam para a eliminação total de plásticos de uso único ou desnecessário (é atualmente de 3%), que todas as embalagens de plástico no mercado sejam reutilizáveis ou recicláveis (atualmente a percentagem é de 57%) que a taxa de reciclagem de embalagens de plástico seja de 70% (segundo o relatório, é de 34%) e que haja 30% de incorporação, em média, de plástico reciclado em novas embalagens, sendo que os dados do estudo apontam para 11%.

O PPP é atualmente composto por 111 membros, entre efetivos (indústria do plástico, retalhistas, marcas, operadores de resíduos e recicladores) e institucionais, desde agências governamentais, Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional, universidades, institutos politécnicos e institutos de investigação.

JN/MS

Credito: DR

Migrantes JN

Governo considera promoção da migração ordenada e segura uma prioridade

O ministro dos Negócios Estrangeiros português, João Gomes Cravinho, disse, esta quinta-feira (16), que "a promoção da migração ordenada e segura" é uma prioridade para Portugal e avisou que as mudanças climáticas vão aumentar o deslocamento forçado de populações.

Numa conferência internacional sobre a relação entre as mudanças climáticas e as migrações, João Gomes Cravinho defendeu que é "com naturalidade" que Portugal vê os dois temas como "prioridades estreitamente interligadas".

O chefe da diplomacia portuguesa lembrou o papel tanto da comunidade africana em Portugal como da "diáspora portuguesa espalhada em África" para sublinhar a importância do acordo de mobilidade da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP). João Cravinho disse que o acordo é "uma resposta necessária para promover a livre circulação" na CPLP, que integra Angola, Brasil, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Guiné Equatorial, Moçambique, Portugal, São Tomé e Príncipe e Timor-Leste.

"Desde sempre que os desastres naturais são catalisadores dos fluxos migratórios", lembrou o ministro, que acrescentou que a humanidade caminha "no sentido da intensificação das consequências das mudanças climáticas, nomeadamente migratórias". Eventos climáticos extremos têm "privado muitas pessoas do seu meio de subsistência em zonas de risco", levando ao aumento do "deslocamento forçado" de populações em África, disse João Cravinho em Adis Abeba, capital da Etiópia.

"Estamos disponíveis para continuar a dar o nosso contributo, sobretudo na redução dos desastres e dos riscos climáticos", garantiu o chefe da diplomacia portuguesa, numa conferência coorganizada pela Organização Internacional para as Migrações (OIM). Questionado sobre a eventual criação do estatuto do refugiado ambiental ou climático, o português disse que o mais importante é que "estas são pessoas que precisam de apoio e é nisso que nos devemos concentrar". Em outubro entrou em vigor o novo regime de entrada de imigrantes em Portugal, que prevê uma facilitação de emissão de vistos para os cidadãos da CPLP, no âmbito do Acordo sobre a Mobilidade entre Estados-membros da comunidade.

Segundo o decreto, os cidadãos da CPLP podem obter um visto para procura de trabalho ou visto de residência CPLP, ficando dispensados da apresentação de seguro de viagem válido, comprovativo de meios de subsistência, cópia do título de transporte de regresso e apresentação presencial para requerer visto.

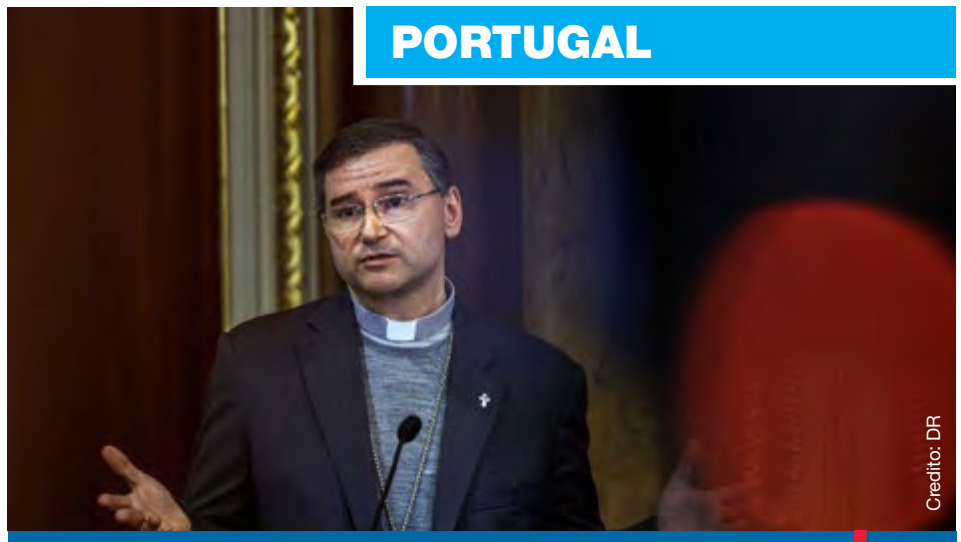
O acordo, assinado em julho de 2021, em Luanda, prevê a adoção de um regime mais simples de emissão de vistos.

Aos Estados é facultado um leque de soluções que lhes permitem assumir "compromissos decorrentes da mobilidade de forma progressiva e com níveis diferenciados de integração".

JN/MS

Credito: DR

PORTUGAL


Credito: DR

JMJ JN

Américo Aguiar considera que abusos sexuais na Igreja não mancham Jornadas

O bispo auxiliar de Lisboa considerou quarta-feira (15) que os casos de abusos sexuais na igreja católica portuguesa não constituem uma mancha para as Jornadas Mundiais da Juventude (JMJ), que se realizam em agosto, em Lisboa.

"Mancha indelével é um jovem ou uma criança ter sofrido um abuso. Para a JMJ e para a notoriedade da igreja, seja lá para o que for, nada se compara ao sofrimento vivido por alguém que tenha sido vítima de um crime destes, tudo o resto é secundário", frisou Américo Aguiar.

O presidente da Fundação JMJ Lisboa 2023, que falava aos jornalistas antes de um encontro com jovens no Instituto Justiça e Paz, em Coimbra, não antevê que o relatório da Comissão Independente para o Estudo dos Abusos Sexuais de Crianças na Igreja Católica reduza a participação no encontro.

Para Américo Aguiar, as decisões de participação ou não "decorrem no coração de cada um", mas que até à data os "desejos de inscrição" estão a atingir os 500 mil na primeira fase, "sem que houvesse qualquer tipo de reação, nem melhor nem pior".

O líder da organização das JMJ salientou o facto da igreja católica portuguesa ter avançado com a comissão independente e de ter criado todas as condições para pudesse ter feito o seu trabalho.

"Agora é o momento de lermos o relatório e de quem de direito tomar as decisões que são urgentes e inadiáveis para que não volte a acontecer", sublinhou o bispo auxiliar de Lisboa. "O que devia ser feito foi feito e o que tem de ser feito tem de ser feito, independentemente dos calendários, porque, como dizia há dias, a dor não prescreve, o mal está feito e o que é preciso fazer é impedir que volte a ocorrer", acrescentou.

A esmagadora maioria dos cerca de meio milhão de jovens inscritos são estrangeiros, de 183 países, segundo Américo Aguiar, que gostava de contar com jovens de todos os países da lista oficial das Nações Unidas.

"Tenho pedido muito aos portugueses que confiem que a JMJ é algo muito positivo para os jovens portugueses, não só católicos, mas para a juventude do mundo inteiro", enfatizou. A JMJ, considerada o maior acontecimento da Igreja Católica, vai realizar-se este ano em Lisboa, entre 01 e 06 de agosto, sendo esperadas cerca de 1,5 milhões de pessoas.

As principais cerimónias da jornada decorrem no Parque Tejo, a norte do Parque das Nações, na margem ribeirinha do Tejo, em terrenos dos concelhos de Lisboa e Loures. A realização da JMJ tem um custo superior a 150 milhões de euros, segundo as estimativas mais recentes da Igreja Católica (cerca de 80 milhões), do Governo (30 milhões, sem considerar o IVA, que reverte a favor do Estado) e dos municípios de Lisboa (até 35 milhões de euros) e Loures (10 milhões). As jornadas nasceram por iniciativa do Papa João Paulo II, após o sucesso do encontro promovido em 1985, em Roma, no Ano Internacional da Juventude. O Papa Francisco estará em Lisboa para participar na JMJ.

JN/MS

Transportes JN

Greve na CP suprimiu 140 comboios de 687 programados

A CP suprimiu, entre as 0 horas e as 14 horas desta quinta-feira (16), 140 comboios, de um total de 687 programados, devido às greves que se iniciaram no dia 8 de fevereiro e se prolongam até ao dia 21.

De acordo com informação divulgada pela transportadora, neste período foram realizados 547 comboios, tendo suprimido 20,4% dos serviços previstos.

No longo curso, de 39 programados, não se realizaram oito comboios e no regional, dos 180 previstos, foram suprimidos 58.

Nos urbanos de Lisboa, não se realizaram 53 comboios de 328 previstos e no Porto, dos 140 programados, foram suprimidos 21.

A CP tem no seu 'site', um alerta aos passageiros para perturbações na circulação até dia 21 de fevereiro.

"Por motivo de greves, convocadas pelos Sindicato Nacional dos Maquinistas dos Caminhos de Ferro Portugueses (SMAQ), Sindicato Nacional dos Trabalhadores do Setor Ferroviário (SNTSF) e Sindicato Ferroviário da Revisão Comercial Itinerante (SFRCI), ocorrerão fortes perturbações na circulação de comboios, a nível nacional, no período entre as 0 horas do dia 8 de fevereiro de 2023 e as 24 horas do dia 21 de fevereiro de 2023".

JN/MS

AUTONOMIAS

Creditos: DR

Açores batem recorde de dormidas em alojamentos turísticos em 2022

Os Açores contabilizaram cerca de 3,2 milhões de dormidas em alojamentos turísticos em 2022, um valor acima do de 2019, em que tinha sido registado um valor recorde, segundo dados do Serviço Regional de Estatística (SREA) revelados esta semana.

"No ano de 2022, no conjunto dos estabelecimentos de alojamento turístico (hotéis, hotéis-apartamentos, apartamentos turísticos, pousadas, unidades de turismo no espaço rural e unidades do alojamento local) dos Açores registaram-se 3.215,4 mil dormidas, valor superior em 65,7% ao registado no ano de 2021", lê-se numa publicação divulgada na página da Internet do SREA. Segundo dados do Serviço Regional de Estatística dos Açores, consultados pela Lusa, o valor de 2022 é o mais elevado desde que há registos, superando o recorde de 2019 (3.009.385 dormidas), em 6,8%.

As dormidas de turistas residentes no estrangeiro (1.945,4 mil) mais do que duplicaram face ao período homólogo (149,4%), superando as dos turistas residentes em Portugal (1.270,0 mil), que registaram igualmente uma subida, mas menos acentuada (9,4%). A variação homóloga de dormidas ficou, ainda assim, abaixo da registada a nível nacional (86,3%).Já o número de hóspedes (1.014,7 mil) apresentou "uma taxa de variação anual positiva de 62,7%".

Olhando apenas para o mês de dezembro, cujos dados foram conhecidos esta semana, registaram-se 122,8 mil dormidas, nas diferentes tipologias de alojamento, "um acréscimo de 32,9% relativamente ao mesmo mês de 2021".

A hotelaria foi a tipologia que concentrou mais dormidas nos Açores, em 2022, num total de 1.960.020, com um aumento de 64,8% face ao período homólogo. Os turistas provenientes do estrangeiro superaram os nacionais neste tipo de alojamento, com 1.046.000 dormidas, mais 159,2% do que no ano anterior. As dormidas de hóspedes nacionais (914.011) subiram 16,4%. Os proveitos totais nos estabelecimentos hoteleiros subiram 86,9%, registando em 2022 um montante superior a 126,4 milhões de euros. Todas as ilhas registaram um aumento de dormidas nesta tipologia, em 2022, tendo as subidas mais acentuadas sido verificadas nas ilhas Terceira (78,6%), São Miguel (71,4%) e Corvo (58,5%).

"A ilha de São Miguel, com 1.345,9 mil dormidas, concentrou 68,7% do total das dormidas, seguindo-se a Terceira com 327,0 mil dormidas (16,7%), o Faial com 120,2 mil dormidas (6,1%) e o Pico com 67,7 mil dormidas (3,5%)", acrescenta o SREA.

O alojamento local foi a tipologia que mais cresceu (67,3%) em número de dormidas, em 2022, com um total de 1.166.147.

Os residentes no estrangeiro representaram mais de metade das dormidas desta tipologia, com 827.358, um aumento de 137,9% face ao ano anterior.

As dormidas de residentes nacionais diminuíram 3%, fixando-se em 338.789.

Também no alojamento local houve um aumento de dormidas em todas as ilhas, com Terceira (84,6%), Pico (55,8%) e Faial (50%) a registarem os maiores crescimentos. Já o turismo em espaço rural registou 89.218 dormidas, em 2022, mais 63,3% do que no período homólogo, a maioria de turistas provenientes do estrangeiro (71.990).

Esse valor mais do que duplicou em 2022 (151%), enquanto o número de dormidas de turistas nacionais (17.228) registou um decréscimo de 33,7%.

NM/MS

Hotel Savoy Palace recebe nova edição do Pérola Wine Fest

A 6.ª edição do Pérola Wine Fest realiza-se novamente no Hotel Savoy Palace, nos dias 5 e 6 de março, entre as 15h00 e as 20h00 locais.

Esta edição conta com mais de 30 produtores nacionais que prometem surpreender os apreciadores de vinho com mais de 400 vinhos em prova.

A animação musical é também um dos pontos fortes do evento. No domingo, dia 5 de março, atuará Miguel Pires. Já na segunda-feira, dia 6 de março, subirá ao palco Cristina Barbosa. O valor do bilhete é de 12,50 euros (inclui copo).

Os bilhetes estão à venda nas lojas da Rua da Alfândega e Loja ao Lado do Pestana CR7 e no Hotel Savoy Palace.

JM/MS

Creditos: DR

Tribunal dá "nega" às contas da Segurança Social da Madeira

O Tribunal de Contas não homologou as contas da Segurança Social da Região relativas aos anos de 2020 e 2021. As contas em análise dizem respeito a 2021 e 2020, sendo a responsável da Segurança Social Micaela Freitas.

O relatório divulgado refere que não foi possível aferir que a entidade registou e reportou de forma fidedigna e adequada a sua posição económico-financeira. Verificou-se que os documentos de prestação de contas não apresentam uma imagem verdadeira e apropriada da sua situação financeira.

O Tribunal de Contas concluiu que as contas não reúnem as condições para serem objeto de homologação. Da análise efetuada são deixados reparos a carências ao nível do sistema informático , que não permite , entre outras situações, conferir as correctas transações contabilísticas, no capitulo das cobranças e das dívidas dos contribuintes. O tribunal não conseguiu por exemplo aferir com segurança e rigor o montante global da dívida a receber de contribuintes e das prestações sociais a repor. O relatório refere também que o Instituto de Segurança Social não atende com rigor ao princípio da especialização dos exercícios preconizado no Plano Oficial de Contabilidade das Instituições do Sistema de Solidariedade e de Segurança Social.

Aponta ainda a falta de provisões orçamentais, para o pagamento de pensões de aposentação e sobrevivência, definidas pela Caixa Geral de Aposentações, relativamente aos trabalhadores que transitaram do regime de trabalho das diversas instituições de previdência.

RTP/MS

Creditos: DR

"Vive a Madeira por inteiro" é a nova campanha de promoção do destino

A Associação de Promoção da Madeira lançou a sua nova campanha sob o mote: "Vive a Madeira por inteiro".

A Madeira tem tudo. Natureza, praia, mar, gastronomia, cultura. Mas como mostrar tudo isso num anúncio? Impossível. Consciente desta condição, a Associação de Promoção decidiu fazer o inesperado e criou uma campanha com um conceito fora da caixa por admitir que, só ao estar presencialmente na Madeira e no Porto Santo, é que as pessoas conseguem experienciar "por inteiro" tudo o que oferece o destino.

Assim, e principalmente para os canais display e redes sociais, a campanha, em vez de tentar mostrar integralmente os deslumbrantes cenários do arquipélago, revela, apenas, uma parte dos mesmos, fomentando a curiosidade do utilizador. Desta forma, todos aqueles que nunca visitaram a região, são convidados a fazê-lo e, assim, a "Viver a Madeira por inteiro".

Esta campanha multimeios – digital, out of home e rádio - estará ativa durante todo o ano de 2023 em Portugal e também, desde ontem, nos mercados externos, numa versão adaptada, produzida em paralelo.

O lançamento da campanha foi assinalado com um evento que decorreu na Estufa Fria, em Lisboa, e que contou com a presença dos embaixadores da Madeira, Cláudia Vieira e Lourenço Ortigão.

VS/MS

Creditos: DR

love is on the *menu*

289-917-0198 | STATEANDMAIN.CA

3584 MAJOR MACKENZIE DRIVE WEST, VAUGHAN

Amorim Hospitality Group

Please drink responsibly. House rules apply

ÁFRICA

Créditos: DR

Lavrov acusa a França de considerar África como o seu "quintal"

O ministro dos Negócios Estrangeiros russo, Serguei Lavrov, afirmou que a França considera a África como o seu "quintal" e ainda se permite acusar Moscovo de levar a cabo uma política neocolonialista naquele continente.

"Um representante do Ministério dos Negócios Estrangeiros francês acusou-nos no início deste mês de levar a cabo uma política neocolonialista em África", começou por dizer Lavrov num discurso na Duma (câmara baixa do Parlamento) da Rússia.

Em seguida, Lavrov culpou a França, juntamente com outros países europeus, por "crimes sangrentos" em África, continente que "considera inequivocamente o seu quintal", dando-se agora o direito de acusar de neocolonialismo a Rússia, que "teve um papel decisivo na libertação do continente do jugo colonial".

"É um caso clínico. Como se costuma dizer, toma o justo por pecador", declarou o chefe da diplomacia russa.

Na semana passada, Lavrov regressou a Moscovo de uma digressão por vários países africanos para reforçar as posições russas naquele continente, incluindo posições militares, e a viagem foi duramente criticada pelos media franceses.

O chefe da diplomacia russa também declarou o seu apoio a uma iniciativa do grupo parlamentar Rússia Unida, no poder, de convocar um fórum internacional de apoiantes da luta contra novas formas de colonialismo.

NM/MS

Japão e ONG lusa tiram crianças de aulas debaixo de árvores

A cooperação japonesa vai apoiar a organização não-governamental (ONG) portuguesa Helpo a construir cinco novas salas de aula na província de Nampula, norte de Moçambique, anunciaram os promotores.

A obra deve permitir que várias centenas de crianças deixem de ter aulas ao relento, debaixo de árvores, em Matibane, arredores da cidade de Nampula, numa escola com 1.200 alunos que funciona até ao 9.º ano.

As únicas salas em alvenaria que ali existem já tinham sido construídas pela Helpo, em 2016, enquanto as restantes são feitas de estacas e barro, com coberturas de zinco - e não chegam para todos os alunos.

Nestas salas precárias, parte das paredes já está descascada com a chuva, deixando as estacas à vista, buracos na estrutura e telhados de zinco quase a tombar. Não há eletricidade na escola e o tamanho dos buracos na parede cresce, de tal forma que acabam por deixar entrar mais luz natural nas salas, apinhadas. Não há espaço para todos e os mais novos têm de ter aulas debaixo de árvores de grande porte - a secretária permanente distrital de Nampula, Adelina Dulce, frisou que há, pelo menos, 20.000 alunos no distrito nestas mesmas condições.

A embaixada do Japão e a Helpo visitaram a escola para assinar o acordo de construção das cinco novas salas, um momento que juntou alunos e professores em festa.

É como concretizar "um sonho muito grande", frisou César Cardoso, diretor do estabelecimento de ensino.

"As novas salas devem estar prontas ainda este ano", referiu Carlos Almeida, coordenador da Helpo em Moçambique, ONG que desde 2008 já construiu 54 salas de aula naquela província do norte do país - a que se juntam mais 29 em Cabo Delgado.

O Japão vai financiar a obra de Matibane com cerca de 90.000 mil euros, naquela que é a segunda escola que financia, tendo a Helpo como entidade implementadora, depois de uma obra em Jembesse, na Ilha de Moçambique, em 2019. "Moçambique pode fazer grandes progressos se investir na educação", destacou Shogo Jikuhara, primeiro secretário da embaixada do Japão, que mostra a experiência do seu próprio país na formação de recursos humanos para querer replicar o sucesso.

A construção e reabilitação de salas de aula tem sido uma das prioridades da cooperação japonesa em Moçambique.

No horizonte, para Matibane está outro projeto da Helpo que consiste na instalação de painéis solares: o objetivo é que haja eletricidade na escola e assim equipá-la com uma sala de computadores e abrir ensino noturno para adultos. A utilização de fonte solar pretende ali servir de modelo para replicar noutros estabelecimentos de ensino remotos. Nampula é a província mais populosa de Moçambique com quase seis milhões dos 32 milhões de habitantes do país (cerca de metade com menos de 20 anos) e em que a Helpo tem uma intervenção permanente.

As ações incluem um programa designado "lanche escolar" que beneficia nove escolas de Nampula (cerca de 12 mil alunos) - incluindo Matibane - e em que a Helpo entrega, uma vez por semana, sacos de farinha para cada comunidade produzir pão, e porções de açúcar, entregues para se fazer chá, cultivado nas instalações da escola.

Outra iniciativa da ONG consiste na atribuição de bolsas de estudo que garantem a matrícula, uniforme e material escolar para o ensino secundário, num apoio que começa em 40 euros por ano, por estudante.

"A distância que os alunos têm de percorrer a pé para chegar à escola secundária é só uma das dificuldades, há muitas outras" que os programas tentam resolver, concluiu Carlos Almeida.

NM/MS

Credito: DR

ONU quer resposta para travar "subida exponencial" da cólera em África

Organização das Nações Unidas (ONU) pede resposta urgente para travar a "subida exponencial" de surtos de cólera em África, incluindo em Moçambique, com 26 mil infetados e 660 mortes registados até 29 de janeiro em 10 países africanos".

Estes países são os que "enfrentam surtos desde o início do ano", acrescenta num comunicado divulgado esta terça-feira (14).

A Organização Mundial de Saúde (OMS), a Unicef e a Cruz Vermelha já mobilizaram mais de 3 milhões de doses de vacinas para dar resposta ao surto em três países africanos. Mas "a infeção aguda e virulenta mata rapidamente por desidratação" e a "intervenção com reidratação oral ou intravenosa imediata pode ajudar a tratar a maioria das pessoas". Em janeiro de 2023, os casos registados situaram-se 30% acima do total de todas as notificações do ano passado.

Em 2022, quase 80 mil casos e 1.863 mortes foram registados em 15 países afetados por surtos de cólera. Por isso, a OMS receia que com a persistência da tendência de crescimento da doença, o número de casos notificados em 2021, que foi considerado o pior ano de cólera em África em quase 10 anos, seja superado.

"A taxa média de letalidade ultrapassa agora em quase 3%, os 2,3% de 2022. O nível aceitável é menos de 1%", refere ainda a nota emitida de Nova Iorque. A maior parte dos novos casos e mortes foi confirmada no Malaui, que enfrenta o pior surto da doença em duas décadas. Mas Moçambique e Zâmbia também relataram casos recentemente. Outros países afetados são: Burundi, Camarões, República Democrática do Congo e Nigéria, adianta.

Na África Oriental, Etiópia, Quénia e Somália estão a responder a surtos de cólera ao mesmo tempo que atravessam uma seca prolongada e severa que deixou milhões de pessoas em extrema necessidade de assistência humanitária.

A diretora regional da OMS para África, Matshidiso Moeti, citada no comunicado, lembrou que a agência está a apoiar o reforço das principais medidas de controlo, para interromper o surto.

Mas apela aos países africanos para que do seu lado "aumentem o nível de prontidão no diagnóstico dos casos e montem uma resposta abrangente e oportuna".

Os esforços conjuntos têm de se concentrar no aumento da vigilância da doença, medidas de prevenção e tratamento, envolvimento das comunidades e coordenação com parceiros e agências de vários setores, para melhorar o saneamento e fornecer água potável à população.

Por isso, a agência refere que "enviou 65 especialistas para cinco países africanos, incluindo 40 para o Malaui e desembolsou 6 milhões de dólares para iniciar a resposta de emergência neste país, no Quénia, e em Moçambique".

Só este ano, cerca de 3,3 milhões de doses da vacina contra a cólera foram enviadas para RD Congo, Quénia e Moçambique, através do Grupo de Coordenação Internacional de Fornecimento de Vacinas.

A parceria da Cruz Vermelha, Médicos sem Fronteiras, Unicef e OMS visa administrar suprimentos emergenciais de vacinas. Porém, o grupo teve que adotar a abordagem de dose única em campanhas de resposta a surtos de cólera, suspendendo temporariamente o regime padrão de duas doses, devido ao aumento global dos surtos que "colocou enorme pressão sobre a disponibilidade de vacinas". Assim, "receia-se que um novo surto aprofunde a escassez" de vacinas, acrescenta a nota. Para Moeti, a cólera "é um desafio tanto para a saúde quanto para o desenvolvimento" porque "todas as mortes pela doença podem ser evitadas" com investimentos em melhor saneamento e acesso à água potável, que complementam "formidavelmente as iniciativas de saúde pública para controlar e erradicar a cólera de forma sustentável".

O controlo eficaz da doença, "depende da implementação de medidas abrangentes, como vigilância epidemiológica e laboratorial aprimorada para detetar, confirmar e responder rapidamente a surtos", defende a OMS.

A agência da ONU sublinha também que "os surtos ocorrem num contexto de eventos climáticos extremos, conflitos, surtos contínuos de doenças como o poliovírus selvagem e recursos financeiros limitados".

NM/MS

Governo recria Pró-Catador e aprimora decreto da reciclagem

O Presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) assinou nesta segunda-feira (13) dois decretos que promovem os catadores no processo de reaproveitamento de materiais recicláveis e reutilizáveis no Brasil e permitem, ainda, uma mudança no modelo atual de economia circular e logística reversa.

Segundo o governo, o primeiro decreto instituiu o programa Diogo Sant'ana Pró-Catadoras e Catadores para a Reciclagem Popular – uma recriação do antigo Pró-Catador, extinto na gestão passada. Já o segundo criou três novos instrumentos: certificado de crédito de reciclagem, certificado de estruturação e reciclagem de embalagens em geral e, por fim, o crédito de massa futura.

"A logística reversa permite o retorno de embalagens e produtos descartados pelo consumidor para o ciclo produtivo, evitando descarte inadequado, que causa poluição do solo e das águas", explicou o ministro da Secretaria-Geral da Presidência, Márcio Macêdo.

O programa leva o nome de Sant'ana, advogado que morreu em 2021. Ele trabalhou durante os Governos de Lula e de Dilma Rousseff (PT) em diversas áreas: gabinete da Presidência da República, Secretaria-Geral e Casa Civil. Além disso, ajudou a formular leis para implementar justiça social e foi parceiro do Movimento Nacional de Catadores de Materiais Recicláveis.

R7/MS

40% dos brasileiros aprovam início do governo e maioria acredita que Lula 3 vai superar Bolsonaro

O início do terceiro governo do Presidente Luiz Inácio Lula da Silva é avaliado como positivo por 40% dos brasileiros, de acordo com pesquisa divulgada nesta terça-feira (14), pela Genial/Quaest. Este é o primeiro levantamento feito pelo instituto na nova gestão, que completou 45 dias na terça-feira (14). São 24% os que classificam a administração federal como regular, enquanto 20% a consideram negativa.

A largada dos índices de aprovação do Presidente Lula em 2023 é compatível com 20 anos atrás. À época, ele foi o Presidente mais bem avaliado no início de governo desde a redemocratização.

A taxa de aprovação da gestão Lula é maior entre a parcela mais pobre da população. Entre os entrevistados que declaram ter renda mensal de até dois salários mínimos equivalente ao valor canadiano de $334,23 cotação de 14 de fevereiro.

Os pesquisadores da Quaest fizeram mais de duas mil entrevistas presenciais entre 10 e 13 de fevereiro. São 60% dos brasileiros os que dizem avaliar que a administração de Lula será melhor que a de Bolsonaro. Para 27%, será pior que a do antecessor. Outros 8% acham que será igual.

Globo/MS

Crédito: DR

Carnaval 2023 em São Paulo e Rio de Janeiro iniciam-se neste fim de semana

Este ano será a primeira folia está totalmente liberada desde o início da pandemia de Covid-19. O governo do Estado de São Paulo informou que a folia irá contar com 80 torres de patrulhamento da Polícia Militar nos trajetos.

O carnaval de 2023 é um dos eventos mais aguardados pelos brasileiros depois de mais de dois anos de pandemia. Com isso, a Prefeitura da cidade de São Paulo anunciou novas regras para as comemorações. No Carnaval 2023, a capital paulista terá 511 desfiles espalhados por todas as regiões do estado.

O metro no Rio de Janeiro vai funcionar 24 horas sem interrupção a partir da meia-noite desta sexta-feira (17) até terça-feira (21). As agências bancárias de todo o país não irão funcionar durante o carnaval, nos dias 20 e 21 de fevereiro.

Como agora a folia volta ao normal, muitas pessoas se perguntam, afinal, carnaval é feriado? O trabalhador tem direito a folga? O carnaval é feriado? O carnaval não é feriado nacional, então qualquer folga depende de leis locais. No Estado do Rio de Janeiro, por exemplo, é feriado na terça (21). A dispensa é garantida sem desconto no salário ou banco de horas.

A regra é diferente apenas para aqueles que trabalham em alguns setores da saúde e transporte, categorias consideradas essenciais. Quem for convocado, neste caso, deve ir e será recompensado.

MS

No Brasil, 32 milhões de crianças e adolescentes vivem na pobreza, diz Unicef

Crédito: DR

O Brasil tem, hoje, ao menos 32 milhões de crianças e adolescentes que vivem na pobreza. É o que aponta a pesquisa "As Múltiplas Dimensões da Pobreza na Infância e na Adolescência no Brasil", do Unicef.

Os dados presentes no levantamento apresentam dados até 2019 sobre pobreza; até 2020 sobre saneamento básico; até 2021 sobre renda e até 2022 sobre educação. A chefe de Políticas Sociais, Monitoramento e Avaliação do Unicef Liliana Chopitea explicou que a pobreza infantil tem que ser analisada além da renda.

"É necessária uma visão multidimensional, que é o que a gente analisou, como acesso a saneamento, informação, moradia adequada, educação fundamental, acesso à água e proteção contra o trabalho infantil." Diante de todos esses fatores, 63% do total de crianças e adolescentes se enquadram na situação de pobreza. Chopitea avalia que o cenário é desafiador, mas não impossível de ser revertido.

"O Brasil já foi exemplo de políticas de proteção social que tiraram mi-lhões de possibilidades, mesmo com cenário de crise global, as políticas sociais têm de ser priorizadas", completou. Segundo ela, é preciso fazer análises de onde estão os recursos públicos: "Queremos contribuir para mapear essa situação para que os recursos sejam destinados para onde eles são necessários."

Ao mesmo tempo, a chefe do Unicef defende que os sistemas precisam ser fortalecidos, como educação, saúde e assistência social. O Unicef considera que o novo ciclo de governo, tanto no âmbito federal quanto estadual, sempre é "uma porta aberta para que melhore" e, por isso, o Fundo fez o estudo para contribuir com as novas gestões.

CNN/MS

Como remix funk feito pelo DJ brasileiro Klean foi parar no show de Rihanna no Super Bowl

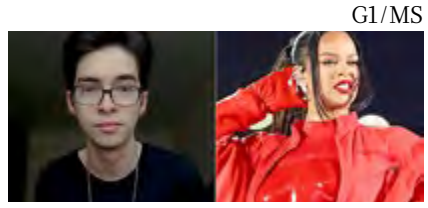
"No começo de 2023, recebi um e-mail de uma pessoa que dizia ser da equipe da Rihanna, que queria falar de um assunto sério. Eles pareciam desesperados. Eu me assustei, achei que fosse alguma brincadeira. Sou novo, não tenho experiência com esses assuntos."

Ewerthon Carvalho Santos, o DJ Klean, teve a prova de que a mensagem surreal era séria na noite deste domingo (12), quando Rihanna tocou seu remix funk de "Rude boy" no intervalo do Super Bowl.

O DJ de 20 anos é de Itarantim, cidade de 20 mil habitantes no sudoeste baiano. Ele toca desde os 15 anos. A história com Rihanna começou há mais de dois anos, ele conta: "Tudo começou em outubro de 2020, com uma simples brincadeiracom minha música favorita da Rihanna, que é "Rude boy". Fiz um remix bem curtinho e postei no meu Instagram. Ele repercutiu as pessoas pediram para que eu terminasse."

O viral de 2021 explica, portanto, a chegada do remix aos ouvidos da equipe da cantora. No fim das contas, o remix que tocou no Superbowl, para dezenas de milhões de espectadores, tem a assinatura oficial do DJ Klean.

G1/MS


DJ brasileiro Klean, de 20 anos. Créditos: Oahky Gravadora/Mark J. Rebilas/USA TODAY Sports

MUNDO

Creditos: DR

Sismo JN

Sobe para mais de 36 mil número de mortos na Turquia

Pelo menos 36.187 pessoas morreram e outras 108 mil ficaram feridas na Turquia após os dois fortes sismos que atingiram o país em 6 de fevereiro, declarou, esta quinta-feira (16), a agência de gestão de emergências e desastres da Turquia (AFAD).

Os sismos provocaram a queda de milhares de edifícios - sob os quais dezenas de milhares de corpos ainda podem estar soterrados, alertaram vários especialistas turcos e internacionais - e outras 50 mil edificações foram gravemente danificadas e terão de ser demolidas.

Esta quinta-feira (16), uma jovem de 17 anos foi resgatada com vida depois de passar 248 horas presa nos escombros de um prédio na província de Kahramanmaras, onde foi registado o epicentro do primeiro terramoto.

A região afetada pelos sismos, de magnitude 7,8 e 7,5, estende-se por mais de 100 mil quilómetros quadrados e abriga cerca de 14 milhões de pessoas.

Segundo a AFAD, mais de 216 mil pessoas foram retiradas das províncias mais afetadas pelos terramotos.

Coskun Aral, jornalista e fotógrafo de guerra que esteve na zona do desastre, garantiu à agência de notícias EFE que existem dezenas de milhares de cadáveres sob os escombros e que alguns permanecerão ali por muito tempo. "Estive em muitas zonas de guerra e desastres, mas nunca vi nada parecido com isso", declarou Coskun, alertando ainda que surtos de cólera podem acontecer se uma ação forte não for tomada agora.

"Já existe sarna, as pessoas não se conseguem lavar desde o primeiro dia", afirmou o jornalista.

Deniz Yavuzyilmaz, deputado do principal partido da oposição social-democrata CHP, assegurou que existe o risco de uma epidemia porque os cadáveres que permanecem nos escombros estão a começar a decompor-se e que os membros das equipas de resgate que removem os corpos não se podem lavar ou trocar de roupa.

Alpay Azap, especialista em doenças infecciosas, indicou que ainda não há epidemia na área, mas existe o risco, e que é importante que os corpos que ainda estão nos escombros sejam enterrados adequadamente.

Azap também mencionou o risco de transmissão para humanos de doenças de animais que morreram no terramoto, além de diarreia devido a problemas no abastecimento de água potável.

No dia 06 de fevereiro, a Turquia e a Síria foram atingidas por um terramoto de magnitude 7,8 na escala de Richter - com epicentro em território turco -, a que se seguiram várias réplicas, uma das quais de magnitude 7,5.

Até ao momento, cerca de cinco mil pessoas morreram na Síria devido aos sismos.

JN/MS

EUA JN

Tiroteio em centro comercial do Texas faz um morto

Uma pessoa morreu e três ficaram feridas num tiroteio num centro comercial em El Paso, no Texas, EUA.

Um tiroteio na zona de restauração do centro comercial Cielo Vista, em El Paso, na quarta-feira (15), causou um morto e três feridos, dois dos quais em estado grave. Dois suspeitos foram detidos.

O chefe da polícia de El Paso, Peter Pacillas, explicou que agentes fora de serviço que trabalham como seguranças no centro comercial responderam "em três minutos" e prenderam um suspeito sem disparar uma arma. Não há pormenores sobre a detenção do segundo suspeito.

As quatro vítimas são do sexo masculino, acrescentou o chefe da polícia de El Paso.

O centro comercial Cielo Vista situa-se perto do supermercado Walmart onde, em 2019, 29 pessoas foram mortas num ataque com motivos racistas.

JN/MS

Creditos: DR

Homossexualidade JN

"Terapias de conversão" continuam a ser praticadas contra comunidade LGBT

A comissária para os Direitos Humanos do Conselho da Europa, Dunja Mijatovic, denunciou, na quarta-feira (15), que "continuam a ser praticadas" em países europeus "terapias de conversão" para modificar a orientação sexual e impor a heterossexualidade.

Num relatório divulgado na quinta-feira (16), Mijatovic exortou os Estados-membros do Conselho da Europa a terminar com as "terapias de conversão".

As terapias podem ser realizadas através de diferentes métodos, como eletrochoques, medicação com hormonas ou rituais de exorcismo.

"Estas intervenções continuam a ser praticadas na Europa, muitas vezes legalmente e geralmente sob pretexto médico ou religioso. Apesar das nefastas consequências dessas intervenções, que são profundas e duradouras, é difícil para as vítimas ver reconhecido o dano sofrido e obter compensação. Esta situação não é mais sustentável", destacou Dunja Mijatovic no relatório, citado pela agência France-Presse (AFP).

"Estima-se que, na União Europeia, 2% das pessoas LGBT (lésbicas, gays, bissexuais e transgénero) tenham sofrido tais práticas e 5% tenham recebido propostas de conversão, mas os números reais podem ser muito superiores", acrescentou.

De acordo com os dados mais recentes disponíveis no Reino Unido, cerca de um quinto das pessoas LGBT experimentaram práticas de conversão, e as pessoas transexuais são desproporcionalmente visadas por essas intervenções, alertou.

"Também estou particularmente preocupada com as descobertas de que, globalmente, crianças e jovens correm um risco muito maior de serem submetidos a estas" práticas, vincou.As "terapias de conversão" podem causar depressão, ansiedade, ódio de si mesmo ou pensamentos suicidas, lembrou a comissária para os Direitos Humanos do Conselho da Europa.

Dunja Mijatovic observou, no entanto, uma "tendência recente" de banir tais métodos na Europa. Malta foi o primeiro país europeu a proibi-los em 2016, e outros países também abordaram este problema, como a Alemanha, Grécia, Albânia ou França. Projetos de lei para a proibição destes métodos estão a ser considerados em vários países.

Embora Mijatovic reconheça estes esforços, a comissária pede aos Estados-membros que adotem uma "abordagem baseada nos direitos humanos para eliminar estas práticas". Em concreto, pede a implementação de "proibições precisas e aplicáveis" para enviar um "sinal forte à sociedade" e permitir que os autores desses atos sejam levados à justiça.

Com sede em Estrasburgo, o Conselho da Europa foi criado em 1949 e conta agora com 46 membros, incluindo os 27 Estados-membros da União Europeia.

JN/MS

Creditos: DR

Defesa JN

Seul estima que Pyongyang tenha plutónio para mais de uma dúzia de bombas atómicas

O exército sul-coreano estima que a Coreia do Norte tenha cerca de 70 quilos de plutónio, suficiente para fabricar mais de 10 bombas atómicas, segundo o Livro Branco da Defesa publicado, esta quinta-feira (16), em Seul.

O cálculo é superior aos 50 quilos de plutónio estimados pelas autoridades de defesa do país, na edição anterior do livro. No Livro Branco da Defesa, publicado a cada dois anos, é também referido, sem mais detalhes, que o stock de urânio altamente enriquecido é "considerável". Na análise é destacado o progresso do regime norte-coreano no desenvolvimento de mísseis balísticos de combustível sólido de longo alcance.

Atualmente, Pyongyang opera apenas três mísseis de combustível sólido de médio alcance (cerca de dois mil quilómetros de alcance), dois deles para submarinos (SLBM). No seu plano de modernização de armas aprovado em 2021, o regime propôs-se desenvolver um míssil balístico intercontinental de combustível sólido (ICBM), que torna muito mais fácil e seguro armazenar e disparar um projétil.

No desfile com que a Coreia do Norte comemorou o 75.º aniversário do seu exército em 8 de fevereiro, o regime apresentou precisamente um novo suposto ICBM a combustível sólido, embora ainda não o tenha testado.

No Livro Branco da Defesa Seul volta a referir-se ao país vizinho como "inimigo", algo que não acontecia há seis anos. "Como o Norte nos definiu como 'inimigo indubitável' na reunião plenária do Comité Central do partido em dezembro de 2022 e continua a representar uma ameaça militar sem desistir do seu programa nuclear, o regime e os militares norte-coreanos são nossos inimigos", pode ler-se no documento.

As relações entre Seul e Pyongyang pioraram dramaticamente nos últimos dois anos, especialmente depois de o conservador Yoon Suk-yeol ter chegado ao poder em maio de 2022. No ano passado, o regime da Coreia do Norte realizou cerca de 50 lançamentos de mísseis, um número recorde, em muitos casos em resposta a manobras militares do Sul e dos EUA e ao posicionamento de meios estratégicos do Pentágono na península coreana.

JN/MS

LiUNA! LOCAL 183

TORONTO - BARRIE - COBOURG - GUELPH CAMBRIDGE - KINGSTON

FELIZ DIA DA FAMILIA

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

@liuna183 | www.liuna183.ca

AS TRADIÇÕES DE CARNAVAL EM PORTUGAL

Não se sabe bem como nem porque é que surgiu o Carnaval, mas é festejado de formas diferentes por todo o mundo. E até um país tão pequeno como Portugal apresenta celebrações diferentes em cada zona. O primeiro registo oficial deste festejo data de 1252, no reinado de D. Afonso III, e era marcado pela espontaneidade popular – saíam à rua, mandavam baldes de água, atiravam ovos e laranjas, viam-se carruagens decoradas e personagens mascaradas.

Inês Carpinteiro/MS/David Ganhão. Fotos DR

Os Caretos

Desde 2019, os Caretos foram incluídos na lista de Património Cultural Imaterial da Humanidade. Associados à figura do diabo, representam os excessos e a euforia. São reconhecidos pelos fatos coloridos e farfalhudos, campinas de ferro que não escondem, ao invés revelam os traços de personalidade do Careto e à cintura, os chocalhos e um pau para os amparar. Dividem-se nas variadas regiões do Norte e são os protagonistas das festas de inverno. E tal como no Carnaval – em que não há só um carnaval - os Caretos apresentam-se de forma diferente consoante a região do país.

O Entrudo chocalheiro em Podence festeja o fim do mortiço inverno e o começo da sobriedade da Quaresma. Do Domingo Gordo à terça-feira de Carnaval, os rapazes da aldeia encarnam personagens misteriosas e cheios de alegria, que acreditam ser-lhes transmitida pela máscara, correm pela aldeia aos saltos e aos gritos. E uma das principais missões é encontrar raparigas para dançar e "chocalhar". No domingo, destacam-se ainda momentos de humor como os casamentos a fingir e na terça-feira de Carnaval o desfile e a cerimónia de Queima do Entrudo que dá por terminados os festejos.

A corrida do Entrudo nas Aldeias de Xisto

O almoço da Terça-Feira Gorda traz-nos os sabores obrigatórios da chanfana. É preciso um almoço de categoria para a corrida do Entrudo que se segue. Pegam-se em roupas e objetos antigos a que já não se dá uso e embarca-se numa corrida até às aldeias do concelho de Góis onde tudo é permitido. Ouvem-se quadras e versos, referentes ao quotidiano dos habitantes das aldeias de Xisto, pregam-se partidas aos mais velhos e chocalham-se as mulheres. Quem participa, deve envergar máscaras feitas de cortiça e elementos naturais que figuram expressões aterradoras e diabólicas.

CAMÕESTV MAGAZINE

Veja "OS CARETOS DA LAGOA" na Camões TV.
Domingo, 19 de fevereiro às 10h

Canas de Senhorim e a rivalidade carnavalesca

Uma rivalidade com mais de 400 anos entre dois bairros de Canas de Senhorim - o Paço e o Rossio - que desfilam em despique. As duas marchas saem às ruas no Domingo Gordo, entoando canções de marchas antigas e a envergar fatos alusivos ao passado. No grande desfile de terça-feira vence quem celebrar com mais alegria.

A segunda-feira de Carnaval divide-se entre a farinhada, em que as raparigas correm o risco de ficarem "enfarinhadas", e a segunda-feira das velhas. O Carnaval termina na Quarta-Feira de Cinzas, com a Queima do Entrudo. Depois da batatada, segue-se o jantar comunitário onde o prato principal é o bacalhau com batatas, ovos, portaliças, pão e vinho. Depois, o palhaço do Entrudo é levado pelas ruas fazendo-se assim a despedida do Carnaval. No fim da leitura do testamento, o boneco é queimado em público, dando por terminada a festa e o início da Quaresma.

Torres Vedras – o Carnaval mais português

Surgiu em 1923, é considerado o Carnaval mais português de Portugal e dura 6 dias. A originalidade é um dos pontos mais evidentes e que atrai milhares de pessoas – os carros alegóricos são construídos por artistas talentosos e apresentam uma sátira político-social e as Matrafonas, os Cabeçudos e os Zés Pereiras completam o espetáculo. Com um carisma eminentemente popular, rejeitam figurinos externos e as preparações para o Carnaval começam mais de seis meses antes. Este ano, o tema é "100 anos do Carnaval de Torres Vedras".

O fim do Entrudo faz-se depois de um desfile de tochas e velas pela rua, segue-se um julgamento de alusões satíricas e a queima do Boneco do Entrudo. Acaba-se a noite com fogo de artifício.

Loulé – o Carnaval Algarvio

Loulé é ponto de encontro no Carnaval: com mais de 100 anos de história é o mais antigo do Algarve. A animação começa com um desfile de crianças. O corso carnavalesco destaca os carros alegóricos e os figurantes que espalham uma dose de alegria contagiante. O tema para 2023, é "Oh Zé... Já viste Algarvensis?" e, este ano, vai incluir 14 carros alegóricos, nove grupos de animação, três escolas de samba e mais de 600 animadores. E como o Carnaval é época de sátiras, espera-se ver apresentações de políticos portugueses a lutar contra a recessão, Putin e Zelensky, o rei Carlos III, Lula e Bolsonaro e até Greta Thunberg.

Our theme this year is “Honouring the Past, Inventing the Future”. The Carpenters’ Regional Council stands in solidarity with our Black community members, Black Canadians, and all people of African descent. We are proud of the contributions they have made and continue to make to build our Union and our country. We strive to promote equity, diversity, inclusion, and a sense of belonging for all people within our organization.

At this month’s celebration, we will be unveiling the Carpenters’ Union coin commemorating and recognizing the contributions of the Second Construction Battalion of Nova Scotia. The keynote speaker will be the Right Honourable Jean Augustine, the first Black Canadian woman elected to the Parliament of Canada. The event will be held at the Bellagio Boutique Event Space on Thursday, February 23 at 6:30pm. The event is in collaboration with Afroglobal TV and several other construction trade unions. Happy Black History Month, Canada.

thecarpentersunion.ca/inclusive-workplace

Carpenters’ Regional Council

222 Rowntree Dairy Rd, Woodbridge | 905.652.4140 | thecarpentersunion.ca | CarpentersONT

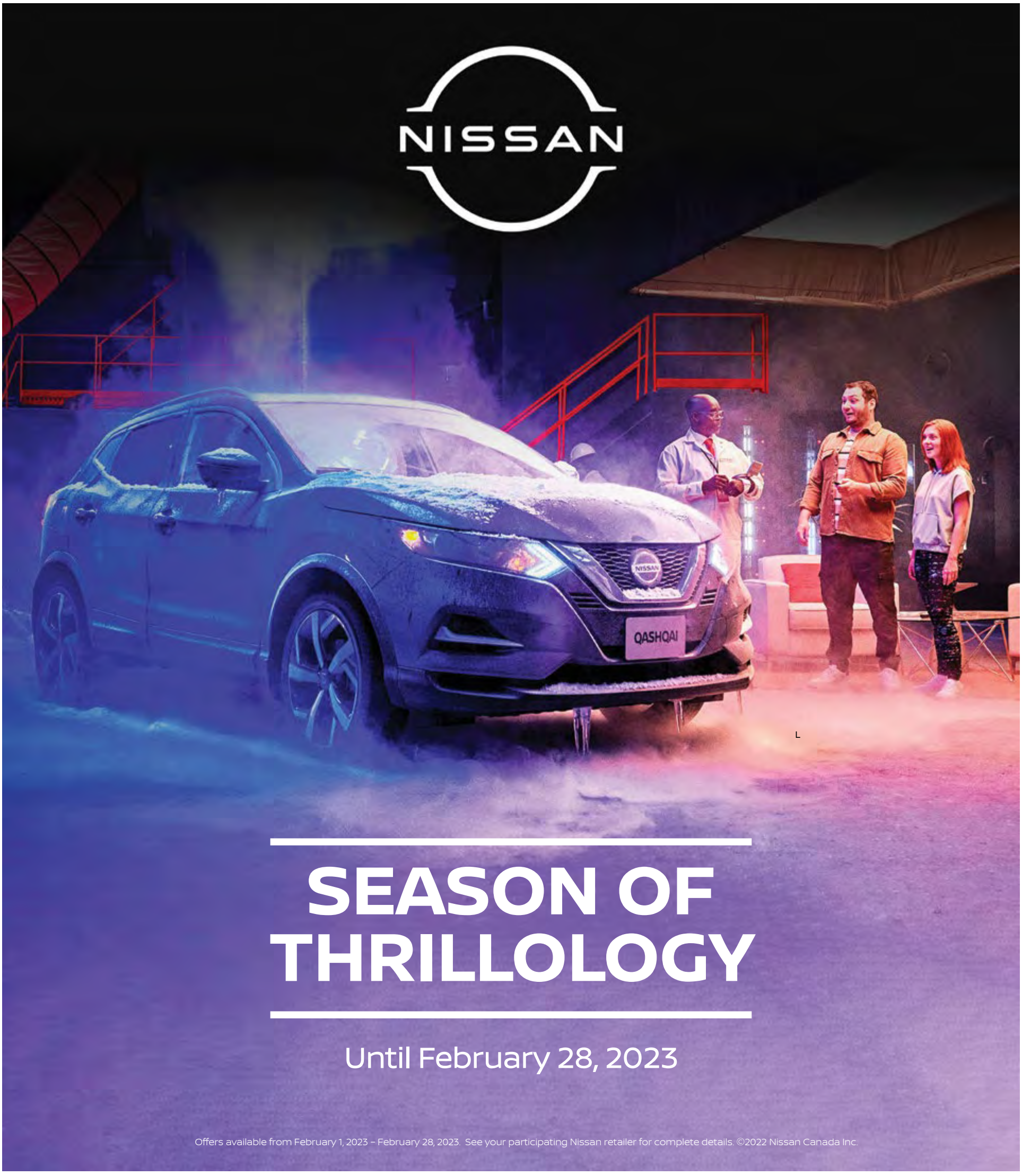
Desejamos a todos os nossos membros
e à comunidade portuguesa um feliz Dia da Família!

UNITED BROTHERHOOD OF CARPENTERS AND JOINERS OF AMERICA
LABOR OMNIA VINCIT
1

CARPENTERS
& ALLIED WORKERS

We build strong. Local 1030.

facebook.com/Local1030 | 905-652-4140



SEASON OF THRILLOLOGY

Until February 28, 2023

Offers available from February 1, 2023 – February 28, 2023. See your participating Nissan retailer for complete details. ©2022 Nissan Canada Inc.

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

A TRADIÇÃO MANTÉM-SE

Inês Barbosa
Opinião

Na temporada 2022/2023, e até ao clássico do passado domingo (12), o F. C. Porto não perdeu qualquer embate frente ao Sporting. E também não foi nesta 20.ª jornada que os leões conseguiram mudar a história: no Estádio José Alvalade, os leões surgiram de garras pouco afiadas e acabaram derrotados pelos dragões. A contagem de partidas ganhas pelos azuis e brancos frente aos leões nesta época e no conjunto de competições subiu agora para três, sendo que uma delas valeu a conquista da Taça da Liga. A última vez que o Sporting venceu um clássico frente aos dragões foi em janeiro de 2021, nas meias-finais da Taça da Liga. No total de confrontos desde que Rúben Amorim assumiu o comando dos leões - 11 - o Sporting apenas ganhou uma vez. Nas outras ocasiões somaram-se quatro igualdades e seis vitórias da turma de Sérgio Conceição, sendo que as últimas cinco foram consecutivas.

O jogo começou dividido em Alvalade, com boas oportunidades a serem construídas por ambas as equipas. Edwards foi o autor da primeira, por parte dos leões, mas Galeno, pouco tempo depois, também ameaçou. Já Marcano, com a baliza à sua mercê, conseguiu fazer o mais difícil e atirar por cima e ainda antes do intervalo Diogo Costa teve que se esmerar para travar um livre direto de Edwards que levava selo de golo.

Já no segundo tempo chegou o primeiro golo da noite, com Uribe (60') a beneficiar de um ressalto e a precisar apenas de encostar para colocar os dragões em vantagem. Depois disso, o marcador só voltou a sofrer alterações já em tempo de compensação: pelo meio, Chermiti ainda viu aquele que seria o golo do empate ser anulado por posição irregular (90+2').

Aos 90+4' Pepê viu-se frente a frente com Adán e sacou de um grande chapéu para dilatar a vantagem portista e três minutos depois, na sequência de um cruzamento de Arthur Gomes, Chermiti surgiu ao segundo poste para, desta vez, atirar mesmo a contar - embora tarde demais para a turma leonina.

À parte da derrota, o Sporting tem o "consolo" de ter vindo a assistir ao nascimento de (mais) um grande talento: Chermiti chegou, viu e venceu.

Vizela e Chaves não conseguiram desatar o nó e partida acabou mesmo empatada e sem golos em casa dos vizelenses. Ambas as equipas ocupam lugares tranquilos na tabela classificativa, facto que pode ter contribuído para um jogo "morno" e equilibrado. Ainda assim, é de notar que a equipa de Vitor Campelos registou 10 ausências no seu plantel.

A tentar livrar-se da "batata quente", o Santa Clara acabou mesmo por deixar queimar o jantar... que é como quem diz deixar a bola à mercê dos arouquenses. Alan Ruiz agradeceu a simpatia, levou o esférico até à grande área, deixou vários adversários para trás e atirou para um golo que foi um verdadeiro "pitéu"! Por outro lado, os açorianos veem-se em maus lençóis, ocupando o 16.º lugar, que os atira para as eliminatórias de despromoção.

Também o Vitória SC - Portimonense se decidiu com um golo solitário. Os vitorianos alcançaram o seu terceiro triunfo consecutivo graças a um remate de pé esquerdo de Jota Silva, figura do encontro, assistido pelo guarda-redes Bruno Varela. O extremo, que também havia marcado frente à equipa algarvia na primeira volta, mostrou que está de pedra e cal no D. Afonso Henriques, mesmo depois de ter sido cobiçado pelo Monza, nos mercados de verão e de inverno.

A sorte não quis nada com o Famalicão nesta jornada: na receção ao Gil Vicente, os famalicenses enviaram três bolas aos ferros da baliza de Kritsyuk mas viram o Gil Vicente colocar um ponto final numa série de dois jogos sem vencer graças a um pontapé certeiro de Murilo, aos 51'.

A derrota atirou a turma famalicense para o 15.º posto, o primeiro em zona de manutenção.

O Marítimo recebeu e perdeu com o Braga por 2-1, nesta 20.ª jornada, mantendo assim a sua situação bem difícil na I Liga. Os arsenalistas até começaram a perder, já que Riascos inaugurou o marcador a favor dos insulares (38'), mas logo no minuto seguinte Banza marcou o golo do empate. Já aos 45' foi a vez de Racic fazer o gosto ao pé, na marcação de uma grande penalidade, e oferecer o triunfo aos minhotos.

Mas este jogo ficou ainda marcado por um episódio insólito: Edgar Costa, lançado aos 81' por José Gomes, viu cartão amarelo por protestos apenas dois minutos depois. Não satisfeito, continuou a mostrar o seu desagrado... e recebeu ordem de expulsão no mesmo minuto!

A vitória do Rio Ave sobre o Estoril permitiu que os vila-condenses, que já não venciam há seis jogos, ultrapassassem os canarinhos na tabela classificativa: estão agora no 11.º lugar, enquanto que o Estoril caiu para 13.º. Uma grande penalidade convertida por André Pereira (65') e um autogolo de Joãozinho (90+5') impuseram a quarta derrota dos estorilistas nas últimas cinco rondas.

O Boavista - Casa Pia, jogo que fechou esta jornada, terminou empatado e sem golos. Os axadrezados viram-se em inferioridade numérica aos 65', após Seba Pérez ter recebido ordem se expulsão por acumulação de amarelos e ainda enviaram duas bolas aos ferros. O Casa Pia voltou assim a escorregar e ainda caiu para o sexto lugar.

De relembrar que o jogo entre Paços de Ferreira e Benfica, referente à presente jornada - e que terminou com a vitória da equipa de Roger Schmidt, construída com golos de Grimaldo (7') e João Mario (11'), já havia sido realizado no passado dia 26 de janeiro, de forma a que a turma encarnada pudesse usufruir de um maior tempo de descanso entre os jogos da Liga e da primeira mão dos oitavos de final da Liga dos Campeões, diante do Club Brugge.

St. Clair & Dufferin

PREÇO NOVO!

Oportunidade de investimento extraordinária no coração vibrante do Corso Itália. No andar principal está localizada uma mercearia em funcionamento há já várias décadas; o segundo andar tem um apartamento grande com dois quartos espaçosos. 1 contador de luz, 1 contador de gás e 2 parques de estacionamento na traseira do edifício. TTC à porta e vários parques municipais próximos. Zona com muitos pedestres.

Renforth & Eglinton

Meticulosamente mantido pelo mesmo proprietário desde 1954! Esta linda casa de família possui: 3 quartos, 2 casas-de-banho, basement amplo com sala de trabalho espaçosa para os seus hobbies. Garagem para dois carros, entrada privada. No quintal sentirá-se como se estivesse no campo, longe de tudo, já que dá para o Eringate Park. Com potencial para um basement com dois quartos com entrada separada. É um achado raro!

Renforth & Eringate

Recém-pintada e com pisos de madeira. Cozinha luminosa com balcões de quartzo, portas de armário maple, backsplash, eletrodomésticos em aço inoxidável e pot lights. Casas-de-banho com balcões em quartzo. Sala de estar/jantar em conceito aberto com pot lights. Quartos espaçosos, todos com roupeiros embutidos. Basement totalmente acabada com grande potencial para uma suíte. Quintal amplo.

Keele St / Maple Leaf / Culford

Este incrível bungalow, com muita claridade e espaçoso, é compost por um basement alto, totalmente acabado e com uma entrada separada. Tem ainda uma lareira a gás, uma nova cozinha e piso laminado. Excelente para obter um rendimento extra, com um layout inteligente. Tem de marcar uma visita para ver. Com excelente localização, numa das ruas mais desejadas, de frente para uma zona verde protegida, com quintal privado,

RE/MAX
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

Creditos: DR

Creditos: DR

I LIGA

Dragão cínico e letal volta a caçar leão sem garras

Voltou a repetir-se a história recente, com o Sporting a deixar boa imagem e o F. C. Porto a ganhar, com mérito e eficácia. Uribe abriu o caminho e Pepê baixou o pano. Chermiti reduziu, de cabeça.

Um F. C. Porto experiente, cínico e letal, venceu (2-1) o Sporting, em Alvalade, reduzindo para cinco os pontos de diferença em relação ao líder Benfica. Num clássico equilibrado e com alternância no controlo, os azuis e brancos foram mais fortes nos detalhes e eficazes no ataque. Foram felizes na génese do 0-1, mas deram sempre a sensação que, apesar da boa exibição leonina, poderiam puxar a si o destino que lhes tem sorrido nos últimos clássicos.

Os leões voltaram a deixar uma imagem positiva, assente na qualidade do jogo, veloz e a toda a largura do campo. Porém, voltaram a revelar pouca qualidade e confiança no momento de ferir o adversário e mostraram fragilidade anímica após o golo de Uribe.

Os dragões controlaram a luta a meio-campo na fase inicial, frente a um leão perigoso nas alas. Fatawu e Bellerín, surpresas no onze, geraram desequilíbrios, ao passo que Marcus Edwards e Trincão estiveram desinspirados.

O F. C. Porto preferiu baixar a intensidade e atacar com critério, num registo mais lento. A ideia, aparentemente, menos atrativa, deu frutos quando Taremi atirou à barra e Marcano, na recarga, de cabeça, atirou por cima. Foi a melhor chance do primeiro tempo.

O equilíbrio imperou até ao intervalo, com os verde e brancos mais soltos e rápidos. Só que a cada ameaça, os dragões respondiam na mesma dose, dando a sensação que teriam sempre um trunfo para lançar.

Ruben Amorim acabou por lançar cedo os "titulares" Paulinho e Nuno Santos, que começaram o jogo no banco. O F. C. Porto reentrou decidido na tentativa desatar o nó e Galeno agitou o flanco, mas os leões voltaram a equilibrar as forças.

Numa luta de contornos semelhantes, Uribe não tremeu na cara de Adán. O colombiano ganhou um ressalto, mas antes combinou de forma fina com Grujic. Com espaço na grande área, o colombiano rematou cruzado para o fundo das redes.

Em vantagem, o campeão nacional sentiu-se confortável, perante um Sporting psicologicamente afetado e a acusar os fantasmas do passado.

As alterações de Ruben Amorim não melhoraram a equipa, embora Chermiti tivesse marcado, mas em fora de jogo.

Para as compensações ficou guardado o melhor golo da noite, com Pepê a fazer o 0-2, ao picar a bola por cima de Adán. O F. C. Porto selava o triunfo e nem o golo de Chermiti, que mereceu a felicidade, tirou o ouro aos dragões.

Mais: Uribe não tremeu frente a Adán e Pepê, sempre irreverente, fechou o duelo com classe. Diogo Costa foi providencial a segurar a equipa e Chermiti nunca desistiu.

Menos: Zaidu sentiu problemas para travar Bellerín e Marcano tinha condições para fazer melhor sem Adán na baliza. Trincão, condicionado por amigdalite, foi substituído.

Árbitro: Entendeu que Inácio não derrubou Pepê e socorreu-se do VAR para anular o golo de Chermiti.

JN/MS

A arma da eficácia também Val para manter sonho vivo

Guerreiros dão a volta na primeira parte, após tento inicial insular. Penálti de Racic após erro de Val Soares desequilibra duelo. Arsenalistas sobem para oito os pontos de distância para o Sporting.

O Sporting de Braga passou o teste dos Barreiros, somou três pontos após ter estado em desvantagem e aproveitou a derrota do Sporting no clássico para aumentar para oito pontos a diferença sobre os leões, na terceira posição.

Num jogo em que a equipa minhota não entrou bem e chegou a estar em desvantagem no marcador, a forma como rapidamente reagiu ao tento dos insulares e também se colocou a vencer foram aspetos fundamentais para alcançar o precioso triunfo, que permite manter vivo o sonho de ir o mais longe possível: está a dois pontos do F.C. Porto e a sete do líder Benfica.

Em posição de descida e a precisar urgentemente de pontuar, o Marítimo entrou melhor e após a meia hora inicial desfez o nulo, sem surpresa. Na sequência de um livre, Banza não subiu no terreno, acabando por deixar em jogo Brayan Riascos que, completamente isolado, aproveitou para bater Matheus.

Creditos: DR

A reação do Braga foi imediata, com Banza a emendar o erro, na jogada imediatamente a seguir. O avançado francês desviou da melhor forma um cruzamento da esquerda de Borja e empatou o jogo.

Nos descontos do primeiro tempo, a equipa bracarense concretizou a reviravolta no marcador, através de um penálti. Niakaté surgiu em zona ofensiva, cruzou e, na área, Val Soares deslizou no relvado, batendo com uma mão na bola. Racic, chamado a converter o castigo máximo, fez o 1-2.

A eficácia do Braga prevalecia, em detrimento do esforço do Marítimo que chegou ao intervalo a perder de forma injusta, mas depois acabou por acusar a pressão, ao assinar uma segunda parte inferior, perante um opositor que geriu bem a supremacia no marcador e assegurou o triunfo.

Com a expulsão de Edgar Costa que, a par de João Afonso foi uma das últimas apostas do técnico José Gomes, o Marítimo acabou o jogo a procurar o empate, mas sem discernimento, acabando sem usufruir nada de positivo.

JN/MS

Boavista-Casa Pia: falhanços escurecem ainda mais a noite

Creditos: DR

Falta de eficácia das panteras vale ponto que sabe a pouco. Pérez foi expulso e complicou.

Jogo entretido, só faltando os golos para aquecer a noite fria do Porto. Boavista e Casa Pia empataram, num encontro com dois remates à barra dos axadrezados, que se podem queixar da falta de eficácia.

O Boavista iniciou o jogo com o foco em fazer estragos na baliza adversária. A equipa entrou versátil e com um caudal ofensivo elevado. Na antevisão ao encontro, Petit teceu rasgados elogios a Yusupha e o avançado esteve em evidência, mas não pelos melhores motivos. Logo a abrir, numa recarga, rematou à barra e, pouco depois, viu como o passe de Makouta saiu muito esticado. O Boavista estava bem no encontro, mas foi o Casa Pia a marcar, por Diogo Pinto, mas o lance foi anulado por fora de jogo. Na jogada seguinte, mais um remate à barra, desta vez por Ricardo Mangas. O Casa Pia pouco ameaçou e não conseguiu criar chances de perigo.
Na segunda parte, Yusupha teve mais duas oportunidades para marcar, mas não conseguiu finalizar. À passagem da hora de jogo, Seba Pérez foi expulso e mesmo assim ninguém desfez o nulo.

JN/MS

Investimentos do banco afastam crise nos Arcos

Creditos: DR

Rio Ave voltou a vencer seis jogos depois com golos decisivos de André Pereira e João Graça.

Fim do jejum de vitórias que durava há seis jogos consecutivos para o Rio Ave, que capitalizou dois investimentos vindos do banco de suplentes para superar o Estoril, numa partida em que os locais passaram de dominados a dominadores após o intervalo.
Apesar da falta de brilhantismo no primeiro tempo, os canarinhos foram mais acutilantes, impondo-se a um Rio Ave sem soluções ofensivas e que tremia em demasia a defender, saindo para o descanso com um nulo lisonjeador. Mas, na segunda parte, a história do jogo mudou, com os locais a surgirem mais arrojados e, à passagem da hora de jogo, a beneficiar de um penálti, após falta sobre Boateng, que André Pereira, vindo do banco e que não marcava desde 2019, a fazer o 1-0.
O Estoril ainda tentou reagir, mas não encontrou brechas na defesa local e foi-se expondo em demasia, aos contra-ataques finais do Rio Ave. Numa dessas investidas, já aos 90+5 minutos, João Graça, que tinha entrado no primeiro tempo, deu a tranquilidade aos vila-condenses, fazendo o 2-0 num centro remate, que teve ligeiro desvio num adversário .

JN/MS

I LIGA - CLASSIFICAÇÃO

Equipas	P	PD	V	E	D	GM	GS	DG
Benfica	53	20	17	2	1	51	12	39
F.C. Porto	48	20	15	3	2	47	12	35
Braga	46	20	15	1	4	45	20	25
Sporting	38	20	12	2	6	40	21	19
Vitória SC	33	20	10	3	7	19	20	-1
Casa Pia	31	20	9	4	7	18	20	-2
Arouca	30	20	8	6	6	24	29	-5
Chaves	26	20	6	8	6	19	24	-5
Boavista	26	20	7	5	8	23	31	-8
Vizela	25	20	7	4	9	22	20	2
Rio Ave	24	20	6	6	8	20	24	-4
Portimonense	23	20	7	2	11	16	26	-10
Estoril	22	20	6	4	10	18	26	-8
Gil Vicente	22	20	6	4	10	20	27	-7
Famalicão	21	20	6	3	11	18	28	-10
Santa Clara	15	20	3	6	11	14	26	-12
Marítimo	13	20	3	4	13	13	37	-24
P. Ferreira	9	20	2	3	15	12	36	-24

I LIGA - RESULTADOS - 20.ª JORNADA

Vizela	0-0	Chaves
Arouca	1-0	Santa Clara
Vitória SC	1-0	Portimonense
Famalicão	0-1	Gil Vicente
Sporting	1-2	F.C. Porto
Marítimo	1-2	Braga
Rio Ave	2-0	Estoril
Boavista	0-0	Casa Pia
P. Ferreira	0-1 (26 Jan)	Benfica

I LIGA - PROGRAMA - 21.ª JORNADA

Sexta-feira (17)
Gil Vicente 15h15 Vizela - SPORT TV
Sábado (18)
Portimonense 10h30 Marítimo - SPORT TV
Estoril 13h00 P. Ferreira - SPORT TV
F.C. Porto 15h30 Rio Ave - SPORT TV
Domingo (19)
Santa Clara 09h30 Famalicão - SPORT TV
Braga 13h00 Arouca - SPORT TV
Casa Pia 15h30 Vitória SC - SPORT TV
Segunda-feira (20)
Chaves 14h00 Sporting - SPORT TV
Benfica 16h15 Boavista - BTV

Ferro transferido em definitivo para o Hajduk Split

O Benfica anunciou, esta quarta-feira (15), que chegou a acordo com o Hajduk Split para a transferência definitiva do defesa central Ferro, que passou a primeira metade da temporada emprestado aos neerlandeses do Vitesse.

Ferro iniciou a ligação às águias em 2008/09, no centro de treinos de Aveiro, rumando ao Seixal em 2011, fazendo toda a formação com a camisola encarnada, até se estrear na equipa principal em janeiro de 2019, conquistando o título de campeão nacional logo nessa época.

Depois de ter passado, sem grande sucesso, no Valência, também por empréstimo do Benfica, Ferro fez 14 jogos em 2021/22 pelo Hajduk Split, com a prestação a convencer os responsáveis do clube croata a avançar, agora, para a contratação definitiva por valores que não foram divulgados. As águias desejaram a melhor sorte ao atleta e, nas redes sociais, publicaram um vídeo onde se pode ver a evolução do atleta desde as camadas jovens até à equipa principal.

Youssef Chermiti perto de renovar até 2027

Processo negocial entre o jovem avançado e o clube de Alvalade está muito bem encaminhado. Vínculo vai ser prolongado por três épocas

Chegou, destacou-se e vai renovar. Chermiti, que se estreou esta temporada na equipa principal dos leões, tem contrato com o clube de Alvalade válido até julho de 2024 e, sabe o JN, está prestes a prolongar a ligação até 2027. Segundo apurou o nosso jornal, o processo de renovação está praticamente fechado e deverá ser oficializado nos próximos dias. O avançado de 18 anos terá, também, uma melhoria no salário e resta saber se o valor da cláusula, atualmente fixada nos 60 milhões de euros, vai sofrer alterações.

Youssef Chermiti era, até há pouco, um nome desconhecido para muitos, mas depressa chegou às luzes da ribalta. O avançado luso-tunisino, que fez toda a formação no Sporting, estreou-se pela equipa de Ruben Amorim no dérbi com o Benfica, a 15 de janeiro, e foi lançado a titular nos jogos com o Rio Ave, no qual se estreou a marcar e foi decisivo no triunfo por 1-0, e F. C. Porto (1-2), no qual também marcou e se tornou, com 18 anos, 8 meses e 19 dias, no jogador leonino mais jovem de sempre a marcar num clássico com os azuis e brancos, ultrapassando Rafael Leão.

JN/MS

ONZE DA JORNADA

Jornada marcada pelo clássico entre Sporting e F.C. Porto, que terminou com os três pontos a viajarem até à Invicta. Tivemos ainda o regresso dos vila-condenses às vitórias, o triunfo do Vitória SC sobre o Portimonense que lhe valeu o quinto lugar isolado e um bom jogo entre Boavista e Casa Pia, que ainda assim terminou empatado e sem golos. De relembrar que o encontro entre Paços de Ferreira e Benfica, referente a esta ronda e que as águias venceram por 2-0, já havia sido disputado a 26 de janeiro.

GUARDA-REDES

Bruno Varela (Vitória SC)

Para além de não ter sofrido qualquer golo e de se mostrar bastante seguro quando solicitado, Bruno Varela acabou mesmo por se evidenciar num campo que não é comum aos jogadores na sua posição: as assistências. Foi graças à sua rápida reação e excelente capacidade de bater a bola que não só nasceram grandes lances de perigo como também o golo que deu a vitória aos vimaranenses.

DEFESAS

Grimaldo (Benfica)

É, sem margem para dúvidas, uma das grandes figuras do Benfica nesta temporada e na partida frente ao Paços de Ferreira inaugurou o marcador num fantástico livre direto. Jogador muito versátil, que também contribuiu muito na vertente ofensiva.

Rúben Fernandes (Gil Vicente)

A partida frente ao Famalicão marcou o regresso do capitão gilista: e que fantástica forma de voltar! Rúben Fernandes sabe comandar a sua equipa quase na perfeição e é um verdadeiro pilar na defesa barcelense. Um grande jogador.

André Amaro (Vitória SC)

O defesa vitoriano tem mostrado um enorme crescimento e com certeza vai dar muitas cartas no futebol português e, quiçá, também lá fora - na realidade, já foi apontado a um clube italiano, da Serie A. André Amaro é um jogador que até pode nem dar muito nas vistas, mas é exemplar.

MÉDIOS

Uribe (Porto)

Foi, muito provavelmente, um dos melhores em campo no clássico entre Sporting e F. C. Porto. Mostrou-se inteligente, pressionante, bloqueou e recuperou muitas bolas, assinou o primeiro golo portista... e calou muitos críticos!

Murilo (Gil Vicente)

Ainda que não tenha sido o seu melhor jogo, os gilistas conseguiram mesmo os três pontos na visita a Famalicão: e têm a agradecer ao golo solitário de Murilo. O médio brasileiro só marcou por três vezes na Liga mas rendeu sete pontos à sua equipa (para além do tento em Famalicão, apontou ainda golo do empate frente ao Rio Ave e o da vitória na receção ao Santa Clara).

Alan Ruiz (Arouca)

O médio argentino deu um autêntico "bailinho" no lance que culminou no golo que valeu os três pontos ao Arouca frente ao Santa Clara. Jogador riquíssimo em pormenores técnicos.

João Graça (Rio Ave)

O médio só fez, até ao momento, um jogo completo na I Liga. No entanto, nesta jornada saltou do banco para não só intervir no lance que resultou no primeiro golo, de grande penalidade, como também se estreou a marcar na competição.

AVANÇADOS

Pepê (F.C. Porto)

O avançado brasileiro matou as esperanças leoninas, apontando o 2-0 já em tempo de compensação, num golo que transbordou classe. Muito equilibrado, Pepê é um verdadeiro todo-o-terreno. Craque!

Chermiti (Sporting)

E por falar em craques... O jovem avançado luso-tunisino assumiu a titularidade no clássico, marcou por duas vezes (ainda que só uma delas tenha efetivamente contado) e ainda quebrou um recorde: tornou-se o mais jovem de sempre a marcar num clássico entre dragões e leões, ultrapassando Rafael Leão... por um dia!

Jota Silva (Vitória SC)

Convenhamos que a assistência de Bruno Varela foi exímia... mas Jota Silva levantou o D. Afonso Henriques ao apontar o golo que valeu os três pontos aos vimaranenses. Irrequieto e inconformado, o extremo foi a figura do encontro frente ao Portimonense, dando muita luta aos defesas algarvios.

Inês Barbosa/MS

LIGA PORTUGAL bwin

LIGA 2

Sócios do Covilhã admitem recorrer à "via judicial" se AG não for marcada

Creditos: DR

Os sócios do Sporting da Covilhã que entregaram um requerimento a pedir uma Assembleia Geral (AG) extraordinária estranham não ter sido ainda marcada a reunião magna do clube da Liga 2 e admitem recorrer "à via judicial".

Um grupo de sócios entregou, em 31 de janeiro, ao presidente da mesa da AG do clube, um documento com as mais de cem assinaturas necessárias para solicitar a marcação da reunião que pretendem que tenha como ponto único votar a revogação da criação de uma Sociedade Anónima Desportiva (SAD), decidida em dezembro.

Segundo Nuno Pinto, representante dos associados signatários, o presidente do órgão, Jorge Gomes, "continua sem prestar qualquer esclarecimento e não procede à convocação da reunião".

"Este grupo de sócios vai equacionar todas as formas que estejam ao seu alcance no sentido de fazer cumprir a legislação em vigor e os estatutos do clube, incluindo o recurso à via judicial", sublinhou Nuno Pinto.

O porta-voz dos sócios que contestam os moldes em que foi votada a criação de uma SAD nos "leões da serra" manifestou ainda a sua "preocupação em relação ao silêncio que o assunto tem merecido", depois de o abaixo-assinado ter sido entregue a Jorge Gomes.

Nuno Pinto explicou que em 9 de fevereiro o presidente da mesa da AG foi contactado para os signatários perceberem o ponto de situação, uma vez que, sendo os estatutos do clube omissos quanto ao prazo, o código do procedimento administrativo aponta para um período de 10 dias até ser dada resposta ao requerimento, argumentou.

O representante lamentou que desde o dia em que a documentação foi entregue "não existiu mais qualquer contacto oficial" entre este grupo de sócios e o presidente da AG.

"É uma situação que consideramos estranha, uma vez que a recolha de assinaturas e o pedido para a convocação da reunião cumpriu integralmente com todos os pressupostos enunciados nos estatutos do Sporting Clube da Covilhã", acrescentou Nuno Pinto.

Os associados promotores do requerimento pedem que "de forma tão breve quanto possível" seja convocada a reunião magna do emblema serrano "em que o ponto único da ordem de trabalhos é a reversão da decisão de transformação da atual Sociedade Desportiva Unipessoal por Quotas (SDUQ) em Sociedade Anónima Desportiva (SAD) tal como foi votada no passado dia 29 de dezembro".

Os sócios do clube, único detentor da SDUQ, votaram, em AG, a criação de uma SAD, proposta da direção aprovada com 67 votos a favor, seis abstenções e 27 votos contra dos sócios presentes, num ato eleitoral de braço no ar.

JN/MS

Sporting da Covilhã conquista primeira vitória em casa esta época

Creditos: DR

O Sporting da Covilhã conquistou a primeira vitória em casa esta temporada na Segunda Liga, ao vencer no sábado (11) o Tondela, na 20.ª ronda da prova.

O único golo do jogo foi marcado aos 55 minutos pelo capitão Gilberto, na transformação de uma grande penalidade, a castigar o derrube de Aponza por Manuel Hernando dentro da área.

Com o triunfo os Leões da serra somam pela primeira vez duas vitórias consecutivas, o Tondela aumenta para 11 o número de jogos sem ganhar e cai para o 11.º posto da classificação, com 26. O Sporting da Covilhã mantém-se no último posto com 14 pontos.

Esta foi apenas a terceira vitória do Covilhã na prova.

Sapo/MS

II LIGA - CLASSIFICAÇÃO

Equipas	P	PD	V	E	D	GM	GS	DG
Moreirense	46	20	14	4	2	39	18	21
E. Amadora	37	20	9	10	1	33	20	13
Farense	35	20	10	5	5	33	25	8
Ac. Viseu	34	20	9	7	4	34	25	9
Vilafranquense	30	20	8	6	6	27	22	5
Oliveirense	28	20	7	7	6	29	29	0
Porto B	27	20	7	6	7	26	22	4
Feirense	27	20	6	9	5	26	24	2
Penafiel	26	20	6	8	6	20	22	-2
Benfica B	26	20	7	5	8	35	35	0
Tondela	26	20	5	11	4	22	19	3
Leixões	25	20	6	7	7	19	20	-1
Torreense	24	20	7	3	10	16	23	-7
Mafra	21	20	5	6	9	26	35	-9
Nacional	21	20	5	6	9	22	25	-3
B-SAD	20	20	5	6	10	29	37	-8
Trofense	16	20	4	4	12	15	33	-18
Sp. Covilhã	14	20	3	5	12	16	33	-17

II LIGA - RESULTADOS - 20.ª JORNADA

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

II LIGA - PROGRAMA - 21.ª JORNADA

Sexta-feira (17)
Tondela 13h00 Ac. Viseu - SPORT TV+
Sábado (18)
Penafiel 06h00 Sp. Covilhã - SPORT TV
Trofense 09h00 Oliveirense - SPORT TV+
Porto B 10h30 E. Amadora - PORTO CANAL
Feirense 10h30 Vilafranquense - SPORT TV
Domingo (19)
Nacional 06h00 Leixões - SPORT TV
Moreirense 09h00 B-SAD - SPORT TV+
Benfica B 10h30 Torreense - BTV
Farense 10h30 Mafra - SPORT TV

Creditos: DR

Não há duas sem três. Clóvis eleito melhor avançado do mês da II Liga

A Liga Portugal anunciou, esta quarta-feira (15), a eleição de André Clóvis como o melhor avançado do mês da II Liga, distinção que acontece pela terceira vez na presente temporada.

Nos cinco jogos em que esteve ao serviço da equipa orientada por Jorge Costa nos passados meses de dezembro e janeiro, o ponta de lança brasileiro apontou quatro golos e contribuiu para a subida do Académico de Viseu na tabela classificativa, encontrando-se atualmente no quarto lugar.

Com 28,89% dos votos dos treinadores da competição, André Clóvis bateu a concorrência de Nené, do Vilafranquense, com 20%, bem como de Ronaldo, do Estrela da Amadora, com 11,85% da votação.

Mafra e Nacional empatam num jogo com festival de golos

Mafra, na estreia de Rui Borges no comando técnico, e Nacional empataram (3-3), esta segunda-feira (13), na 20.ª jornada da Liga 2.

Num jogo com muitos golos foram os madeirenses a adiantarem-se no marcador, por intermédio de Zé Manuel, aos 12'. O Mafra ainda empatou, aos 18', por Pedro Lucas, mas o Nacional voltaria para a frente do marcador ainda antes do intervalo, com golo de Pipe Gomez, aos 28'.

A segunda parte começou com novo golo para os insulares. Luís Esteves fez o 3-1 à passagem do minuto 53. O Mafra não baixou os braços e viria a chegar ao empate. Pité (57') e Pedro Lucas (78') marcaram e fecharam o resultado numa igualdade a três.

Com este resultado, Mafra e Nacional continuam com os mesmos pontos, agora 21, e seguem nas 14.ª e 15.ª posições, respetivamente.

JN/MS

HAPPY FAMILY DAY

Benefit Plan Administrators Limited is a financial services company dedicated to providing leading edge professional administrative, custodial, consulting and Trust Management services needed by our clients today and into the future.

CUSTOMER SERVICE

ACCOUNTABILITY

INNOVATION

O Executivo da CCWU deseja a todos os seus membros e à comunidade portuguesa um

Feliz Dia da Família!

Canadian Construction Worker's Union 1170 Sheppard Ave W, Unit 42, North York | 416-762-1010

Creditos: DR

Creditos: DR

LIGA DOS CAMPEÕES

Águia com a porta dos quartos escancarada

O Benfica passou de forma vitoriosa pela Bélgica e deu um passo de gigante na direção aos quartos de final, num jogo em que foi superior ao adversário e igualou o registo do F. C. Porto, alcançado na altura de José Mourinho, ao garantir o 12.º jogo consecutivo sem perder na Champions. João Mário, de penálti, e David Neres, após uma perda de bola dos belgas, sentenciaram o jogo diante do Brugge num estádio bem composto e vibrante pela alma de vários milhares de adeptos portugueses.

Depois da primeira fase, em que o sofrimento foi mais por culpa própria do que por mérito belga, o Benfica assumiu o controlo da discussão na tentativa de forçar o erro na defesa contrária, o ponto mais fraco do Brugge. Esbanjou oportunidades, mas aproveitou as falhas primárias do último setor belga para selar o triunfo e abrir o cofre com mais de 10 milhões de euros.

A equipa encarnada revelou competência e dominou o jogo, sem nunca perder o registo pressionante, marca forte de Roger Schmidt, mesmo que a saída de Enzo Fernández tenha significado alguma falta de qualidade de rotura diante de adversários mais fechados. Para já, Chiquinho tem assumido bem o papel anteriormente destinado ao argentino, mas é a força do coletivo que tem resolvido alguns problemas, muito à custa da liberdade dos jogadores da frente.

Os encarnados surgiram pressionantes e a tentar jogar no meio-campo adversário, numa postura a assumir riscos e que quase permitia o golo do Brugge, após um lance de Buchanan que surpreendeu Bah, mas não Vlachodimos. A incursão motivou os belgas, muito aquém no campeonato mas a surpreender na Liga dos Campeões, e lançou-os para uma fase de maior domínio.

Enquanto o Benfica se manteve retraído, sofreu golpes do adversário, embora sem grande perigo. E quando tornou a explorar a passividade da defesa belga, nas saídas para o ataque, reassumiu o comando do jogo. António Silva, Rafa e Gonçalo Ramos desperdiçaram boas oportunidades. Mesmo assim, a águia sofreu um susto na saída para o intervalo, já que Odoi fez abanar as redes de Vlachodimos, mas estava fora de jogo.

Os encarnados reentraram no mesmo registo e Gonçalo Ramos deu um aviso, ao falhar uma chance clara, até aproveitar uma imprudência de Hendry, que cometeu um penálti que acabaria por ser cobrado por João Mário. Em vantagem, o Benfica geriu o jogo com conforto e manteve-se à espreita da melhor oportunidade para dar a estocada final na eliminatória. Schmidt lançou Neres e Guedes para dar maior imprevisibilidade à equipa que passou a ter mais espaço à mercê. Seria o brasileiro a fechar o resultado, ao aproveitar da melhor forma um erro crasso da defesa belga. O Benfica continua imparável na Europa.

Positivo: João Mário não tremeu no pénalti, fabricado por Gonçalo Ramos. Neres tranquilizou e Florentino jogou simples e bem.

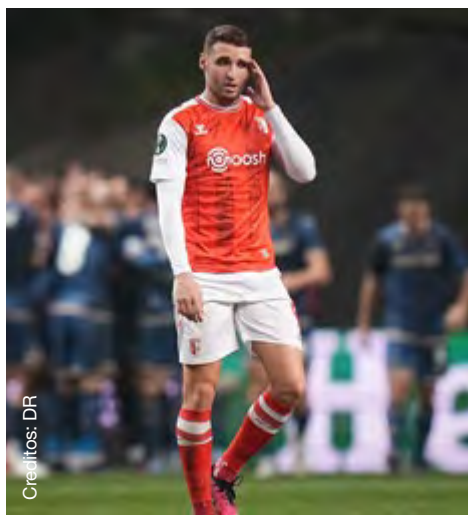
Negativo: Bah mantém dificuldades de posicionamento. Hendrik e Meijer erraram de forma infantil para bem das águias.

Árbitro: Permitiu sempre o contacto físico na pressão, por vezes irregular, mas manteve uniformidade de critério.

JN/MS

LIGA CONFERÊNCIA

Derrota pesada deixa Braga em maus lençóis na Liga Conferência


Creditos: DR

Fiorentina vence em Braga por 4-0 e fica em posição privilegiada para avançar para os oitavos de final da Liga Conferência. O ex-Benfica Luka Jovic bisou, num jogo em que Tormena foi expulso e Al Musrati saiu lesionado.

Os italianos arrancaram melhor no encontro, dispondo das primeiras ocasiões de golo. Aos 20 minutos, Matheus comprometeu, mas Saponara não conseguiu aproveitar o erro do guarda-redes bracarense.

O melhor que se viu do Sporting de Braga em todo o encontro surgiu à meia hora, quando Niakaté e Alan Ruiz, em lances consecutivos, ameaçaram seriamente a baliza italiana.

Porém, seria a Fiorentina a primeira a marcar, pelo ex-Benfica Luka Jovic, num lance que nasce de um desentendimento entre Matheus e Al Musrati, que resultou num lançamento de linha lateral. Dele nasceu o golo do avançado internacional sérvio, após cruzamento de Biraghi.

A missão bracarense ficou mais complicada com a expulsão de Tormena, aos 55 minutos, consequência de uma entrada dura sobre Jovic. Inicialmente, o árbitro Carlos del Cerro Grande exibiu o amarelo ao defesa brasileiro mas, avisado pelo videoárbitro, alterou a cor do cartão após ter visualizado as imagens do lance.

O 2-0 da Fiorentina não demorou a surgir, ao minuto 61, novamente por Luka Jovic, que bisava no jogo.

Artur Jorge ganhou uma nova dor de cabeça aos 72 minutos, quando foi obrigado a substituir o lesionado Al Musrati, elemento preponderante na manobra da equipa, por Castro.

Aos 80 minutos chegou o terceiro golo da Fiorentina, apontado pelo recém-entrado Arthur Cabral, que tinha rendido, pouco antes, Luka Jovic. O avançado brasileiro bisou no tempo de compensação, fechando o resultado em 4-0.

A segunda mão do play-off de acesso aos oitavos de final da Liga Conferência disputa-se no dia 23 de fevereiro (20 horas), no estádio Artemio Franchi, em Florença.

JN/MS

LIGA EUROPA

Coates corrige erro de Adán e salva Sporting na Liga Europa

Um erro de Adán originou o golo que deu vantagem ao Midtjylland no play-off de acesso aos oitavos de final da Liga Europa, mas Coates, no último minuto do tempo de compensação, repôs a igualdade.

Num duelo entre equipas em crise nas competições domésticas (o Sporting é 4.º na Liga portuguesa e o Midtjylland é 7.º no campeonato dinamarquês), era notório um certo nervosismo em cada disputa de bola.

A intensidade estava lá, tanto de um lado como do outro, mas sem o discernimento necessário para tornar as aproximações às áreas contrárias em situações de golo.

As exceções aconteceram junto da baliza dos nórdicos. Ao minuto 34, Pedro Gonçalves, à entrada da pequena área, atirou por cima, a passe de Nuno Santos.

O lance aconteceu pouco depois de Arthur Gomes, solto ao segundo poste, desviar para fora um cruzamento de Edwards. Em cima do intervalo, Paulinho fugiu pelo lado direito, tentou assistir Pedro Gonçalves, mas Andersson, no sítio certo, limpou o lance.

Com um cenário tão desolador em termos ofensivos, o nulo no marcador que se registava ao intervalo não surpreendia.

O Sporting manteve o ascendente no arranque do segundo tempo e até chegou a marcar, aos 55 minutos, por Arthur Gomes, mas o lance foi invalidado por fora de jogo.

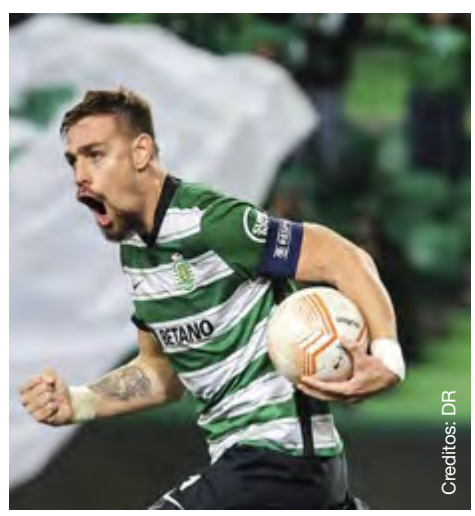
Aos poucos, o Midtjylland foi sacudindo a pressão leonina e começou a acercar-se com maior perigo da baliza de Adán, que aos 69 minutos teve de se aplicar para negar o golo a Ashour.

Depois do aviso, o egípcio acabaria mesmo por marcar, aos 77 minutos, aproveitando uma má reposição de bola de Adán. O guardião espanhol redimiu-se pouco depois, ao parar um remate cruzado de Olsson.

No último minuto da compensação, Coates fez o empate, no primeiro remate enquadrado dos leões em todo o jogo.

A segunda mão do play-off de acesso aos oitavos de final da Liga Europa joga-se na próxima quinta-feira, na Dinamarca (17.45 horas).

JN/MS


Creditos: DR

Creditos: DR

PRÉMIOS

Messi, Mbappé e Benzema na corrida pelo "The Best"

Lionel Messi e Kyllian Mbappé são os dois jogadores do PSG candidatos ao prémio "The Best". Os atacantes juntam-se ao avançado do Real Madrid, Karim Benzema, entre os três finalistas que podem conquistar a distinção que premeia o melhor jogador de 2022.

O argentino, campeão do Mundo no Catar, é o único dos três jogadores que já venceu o prémio, em 2019, ficando à frente de Van Dijk e Cristiano Ronaldo. Benzema e Mbappé figuram, pela primeira vez, no pódio desde a criação deste galardão.

Benzema é o atual detentor da Bola de Ouro, tendo sido distinguido como o melhor jogador do Mundo, em 2021/22

JN/MS

MUNDIAL DE CLUBES

Real Madrid conquista o Mundial de Clubes pela quinta vez

Lionel Messi e Kyllian Mbappé são os dois jogadores do PSG candidatos ao prémio "The Best". Os atacantes juntam-se ao avançado do Real Madrid, Karim Benzema, entre os três finalistas que podem conquistar a distinção que premeia o melhor jogador de 2022.

O argentino, campeão do Mundo no Catar, é o único dos três jogadores que já venceu o prémio, em 2019, ficando à frente de Van Dijk e Cristiano Ronaldo. Benzema e Mbappé figuram, pela primeira vez, no pódio desde a criação deste galardão.

Benzema é o atual detentor da Bola de Ouro, tendo sido distinguido como o melhor jogador do Mundo, em 2021/22.

JN/MS

Creditos: DR

Flamengo acaba Mundial de Clubes no terceiro lugar

Equipa comandada por Vítor Pereira derrotou o Al Ahly no jogo de atribuição do lugar mais baixo do pódio, em Marrocos.

O Flamengo, treinado pelo português Vítor Pereira, garantiu, no sábado (11), o terceiro lugar do Mundial de clubes, ao vencer o Al Ahly, por 4-2, em Tânger, Marrocos.

Gabriel Barbosa (11 e 85 minutos), ambos de penálti, e Pedro (77 e 90+1) marcaram os golos da equipa brasileira, com o Ahmed Abdelkader (37 e 60) a bisar para os egípcios, que falharam uma grande penalidade por Ali Maaloul (58) e viram Khalid Abdullfatah (69) ser expulso.

JN/MS

LIGA PORTUGAL

AS CORES DO FUTEBOL NA CAMÕES RADIO

Sábado, 18 de fevereiro
FC Porto - Rio Ave FC
15h30m

Segunda-feira, 20 de fevereiro
GD Chaves - Sporting CP
14h00m
SL Benfica - Boavista FC
16h15m

Descarrega a aplicação na App Store e Google Play

Creditos: DR

ANDEBOL

Sporting vence na Liga Europeia, Águas Santas empata na Macedónia do Norte

O Sporting, já apurado para os oitavos de final, venceu, esta terça-feira (14), na receção aos espanhóis do Granollers (38-31), para a Liga Europeia de andebol, enquanto o estreante Águas Santas empatou com os macedónios do Eurfarm Pelister (27-27).

No Pavilhão João Rocha, em Lisboa, na oitava jornada do Grupo C, os leões venciam ao intervalo o conjunto espanhol, que também já está na próxima fase, apenas por um golo de vantagem (15-14), que engrossou após o regresso dos balneários, com diferenças significativas no marcador.

O lateral Martim Costa foi o jogador em evidência no lado leonino, com nove disparos para o fundo da baliza, com o irmão Francisco Costa a anotar sete, os mesmos de Salvador Salvador.

Já no Granollers, o nigeriano Faruk Yusuf foi aquele que se destacou, com um total de seis.

Assim, o clube lisboeta passa a somar 12 pontos, no segundo lugar, a dois do líder Nexe, com o Granollers a contabilizar 10, no último lugar do pódio.

No Grupo D, o Águas Santas, depois de ter conseguido uma histórica primeira vitória europeia, no seu ano de estreia, 'arrancou' um empate em Bitola, na Macedónia do Norte, naquele que foi o segundo na poule, após ter estado em desvantagem ao intervalo (14-13).

No segundo tempo, o conjunto luso chegou a estar a liderar por três golos, em duas ocasiões, porém, permitiu a recuperação aos anfitriões na partida da nona ronda.

Com sete golos, Gustavo Oliveira foi o melhor do Águas Santas, que é quinto na classificação, com quatro pontos.

Mais cedo, o Benfica saiu derrotado de Göppingen, na Alemanha, após reviravolta da equipa local (31-29), para a oitava ronda da 'poule' A, e adiou o apuramento para a próxima fase.

JN/MS

Creditos: DR

FPF

Futebol português pode receber até mais 29% de financiamento da FIFA até 2026

A Federação Portuguesa de Futebol (FPF) pode receber mais 29% de financiamento para o desenvolvimento da modalidade nos próximos quatro anos, até ao montante de 7,5 milhões de euros, segundo o relatório anual da FIFA divulgado esta terça-feira (14).

"O futebol português pode receber até mais 29% de fundos para o desenvolvimento durante os próximos quatro anos", informou a entidade que rege o futebol mundial, cujo programa FIFA Forward 3.0 prevê uma subida para oito milhões de dólares (7,5 milhões de euros) até 2026 para cada uma das 211 federações que integram a FIFA.

Durante o período entre 2019 e 2022, a FIFA distribuiu seis milhões de dólares (5,6 milhões de euros) para cada membro e, desde que o atual presidente Gianni Infantino tomou a liderança da instituição, em 2016, o montante de financiamento fornecido às federações disparou em sete vezes.

"É dever da FIFA assegurar não só o envolvimento de raparigas e rapazes, mulheres e homens de todos os cantos do mundo, mas também que o futebol continue a fornecer oportunidades para todos, independentemente de onde nasceram", realçou no documento Gianni Infantino.

O Programa FIFA Forward visa promover o desenvolvimento global do futebol, com o objetivo de promover o aumento da competitividade da modalidade.

JN/MS

TÉNIS

Nuno Borges e João Sousa sobem lugares no ranking ATP

O tenista Nuno Borges subiu um lugar no ranking ATP, para o 104.º posto, mantendo-se como o melhor português. João Sousa ascendeu 20 posições numa lista que continua a ser liderada pelo sérvio Novak Djokovic.

Creditos: DR

Nuno Borges, de 25 anos, aproximou-se um pouco mais do top 100, que já integrou (tem como melhor posicionamento o 91.º posto, em novembro de 2022), um dia após ter conquistado a entrada no quadro principal do torneio de Delray Beach, nos Estados Unidos, ao vencer o norte-americano Steve Johnson.

João Sousa, que na semana passada ficou de fora dos 100 primeiros tenistas mundiais e perdeu o estatuto de número um português, ao cair 78 lugares na hierarquia (de 84.º para 162.º), subiu 20 lugares na classificação divulgada na segunda-feira (13), para a 142.ª posição.

Djokovic permaneceu no topo do ranking, à frente do espanhol Carlos Alcaraz e do grego Stefanos Tsitsipas, segundo e terceiro colocados, respetivamente, num top 10 que conheceu uma única alteração, a subida do oitavo para o sétimo lugar do norte-americano Taylor Fritz, por troca com o canadiano Felix Auger-Aliassime.

Na hierarquia feminina, não se registou qualquer mexida entre as 10 primeiras classificadas, com a polaca Iga Swiatek a manter-se na liderança, imediatamente seguida da bielorrussa Aryna Sabalenka e da tunisina Ons Jabeur, segunda e terceira posicionadas, respetivamente.

JN/MS

FUTSAL

Sporting e Benfica jogam em Palma de Maiorca fase final da Champions

O Sporting e o Benfica vão disputar a final four da Liga dos Campeões em Palma de Maiorca, com a UEFA a informar, esta segunda-feira (13), que o anfitrião da fase final será o Mallorca Palma Futsal.

A fase final da competição, a realizar entre 05 de maio, com os jogos das meias-finais, e 07, com a final, decorrerá na Palma Arena, pavilhão com capacidade para 6.607 espectadores, e além dos clubes portugueses e do organizador, terá também o Anderlecht.

São estas quatro equipas que tentam a conquistam do título europeu de clubes de futsal, depois de terem vencido os respetivos grupos da ronda de elite, com o Anderlecht a ficar à frente do campeão em título, Barcelona, no grupo D.

No seu grupo, o Benfica terminou à frente dos checos do FK Chrudim, dos malteses do Luxol St.Andrews e dos cazaques do Kairat, campeões europeus em 2013 e 2015, e o Sporting venceu o grupo com os ucranianos do Uragan, os italianos do Feldi Eboli e os sérvios do Loznica.

Na competição, o Sporting é finalista vencido em título, tendo perdido a última final, com o Barcelona (4-0), numa edição em que o Benfica terminou em terceiro.

Os 'leões' sagraram-se campeões, diante do mesmo Barcelona (4-3), em 2020/21, e frente ao Kairat (2-1), em 2018/19, e o Benfica em 2009/10, diante dos espanhóis do Inter FS (3-2 após prolongamento), em final disputada em Lisboa.

JN/MS

Creditos: DR

Labourers' International Union of North America

LiUNA!

Ontario Provincial District Council

HAPPY FAMILY DAY

Jack Oliveira
Business Manager

Joseph S. Mancinelli
President

Luigi Carrozzi
Secretary-Treasurer

Carmen Principato
Vice President

Robert Petroni
Recording Secretary

Brandon MacKinnon
Executive Board Member

Terry Varga
Executive Board Member

liunaopdc.ca

Creditos: DR

FÓRMULA E

António Félix da Costa celebra 100.ª corrida na Fórmula E com pódio na Índia

O piloto português António Félix da Costa (Porsche) assinalou a sua 100.ª corrida no Mundial de Fórmula E com o terceiro lugar conquistado no e-prix de Hyderabad, na Índia, depois de ter partido da 13.ª posição da grelha.

O piloto natural de Cascais terminou a prova a 1,859 segundos do vencedor, o francês Jean-Eric Vergne (DS), com o neozelandês Nick Cassidy (Envision) em segundo, a 0,400 segundos.

Na estreia do circuito indiano, que acolheu a quarta ronda da temporada, de um total de 16 corridas, Félix da Costa aproveitou os acidentes que aconteceram à sua frente para escalar posições.

Na 15.ª volta, o britânico Sam Bird (Jaguar) tentou ultrapassar o seu companheiro de equipa, o neozelandês Mitch Evans, que liderava depois de ter saído da 'pole', mas falhou a travagem e abalroou-o.

Aproveitou Vergne para conquistar a primeira vitória da temporada, enquanto Félix da Costa subiu ao pódio pela primeira vez este ano, batendo o seu companheiro de equipa, o alemão Pascal Wherlein, que foi quarto, depois de na véspera ter sofrido um acidente que o levou ao hospital para exames complementares.

"Foi um dia emocionante. Olhar para as 99 corridas que já fiz neste campeonato ajudou-me a fazer esta corrida. Ganhámos 10 posições, depois de largar do 13.º lugar. Não tem sido um início de temporada fácil, mas vejo quem me continua a apoiar. É uma questão de tempo até começarmos a andar nestas posições de forma mais regular", disse Félix da Costa.

O piloto promete "continuar a lutar e nunca desistir".

Com estes resultados, António Félix da Costa subiu ao nono lugar do campeonato, com 21 pontos, a 59 do líder, o seu companheiro de equipa, Pascal Wherlein.

A próxima ronda disputa-se no dia 25 de fevereiro, na estreia do circuito da Cidade do Cabo, na África do Sul.

JN/MS

CICLISMO

Ciclistas Iúri Leitão e Maria Martins falham lugares de pódio dos Europeus

Os ciclistas Iúri Leitão e Maria Martins falharam os lugares de pódio das respetivas provas dos Europeus de pista, em Grenchen, na Suíça.

Detentor do título da corrida de scratch, alcançado no ano passado nos Europeus de Munique, Iúri Leitão era um dos favoritos a alcançar o pódio, numa das mais difíceis disciplinas do ciclismo de pista, mas acabou por terminar no sexto lugar.

O corredor português fez várias tentativas para se destacar do grupo e assim poder encarar em melhor posição as últimas voltas, mas os seus adversários nunca lhe deram grande espaço, até pela ameaça que representava.

Na fase final, Iúri Leitão, mais desgastado, não teve argumentos para contrariar os adversários mais rápidos, contentando-se, assim, com o sexto posto final.

Também com alguma expetativa de medalha estava Maria Martins, que, na passada quarta-feira (8), se sagrou campeã europeia de scratch, mas acabou por concluir no nono lugar a prova de omnium.

Maria Martins não conseguiu qualquer posição de relevo nas provas que compõem o omnium, principalmente as três primeiras, que definiam com quantos pontos entraria na corrida final, a corrida por pontos.

A atleta lusa iniciou o dia a ser quinta no scratch, o qual ostenta agora o título europeu, depois foi 11.ª na corrida tempo e nona na de eliminação, entrando na prova por pontos no oitavo lugar, com 76 pontos. Nesta, somou apenas dois, o que lhe conferiu o nono lugar final, com 78.

Na qualificação da perseguição individual, Rodrigo Caxias alcançou o 15.º posto, ficando assim arredado da disputa pelas medalhas.

Finalmente, João Matias terminou a prova masculina de omnium na nona posição.

JN/MS

Creditos: DR

ATLETISMO

Mamona fez a melhor marca europeia do ano com a certeza de estar a valer mais

Patrícia Mamona igualou, no domingo (12), a melhor marca europeia do ano no triplo salto em pista coberta, ao conseguir 14,41 metros na terceira tentativa nos Nacionais de clubes, em Pombal, mas assegurou estar a valer mais.

"Obviamente que é positiva, eu vim com o objetivo de conseguir os oito pontos para o Sporting, porque tenho a preparação um bocadinho atrasada devido a alguns problemas. Mas, felizmente, comecei bem a época e foi um teste para decidir se quero ir aos Europeus. Correu bem e, se calhar, foi a minha melhor abertura de sempre em pista coberta", afirmou a vice-campeã olímpica.

Na Expocentro, em Pombal, Patrícia Mamona conseguiu três saltos acima dos 14 metros, começando com 14,13, seguindo-se um 14,11 e encerrando com 14,41, antes de marcar um nulo, impondo-se à benfiquista são-tomense Agate Sousa (14,13).

"Para a semana tenho os Campeonatos de Portugal e vou ver agora como o joelho reage depois da competição. Saltar até tenho conseguido saltar bem, mas, depois, sinto algumas dores. Não é nada de grave. Mas hoje esqueci tudo, dei o meu melhor sem pensar noutra coisa e se o joelho não der nenhuma indicação estou preparada para ir aos Europeus", explicou.

A melhor marca de Mamona igualou o registo obtido pela ucraniana Maryna Bekh-Romanchuk, em 27 de janeiro, em Rheinstetten, onde a campeã europeia ao ar livre em 2022 e vice 'indoor' também saltou 14,41.

Na primeira prova da época, Mamona ficou a 12 centímetros do seu recorde nacional em pista coberta, que lhe valeu, em 2021, o título europeu, em Torun, na Polónia, depois de ter disputado, em 2022, os Mundiais e os Europeus ao ar livre condicionada por lesões.

"Quando puxamos muito pelos nossos limites, podemos arriscar e correr bem ou correr mal, por isso, é uma questão de saber gerir, mas sempre à procura de mais e mais. Faz parte da carreira de um atleta, sobretudo de alguém que quer fazer mais do que 15,01 [marca com que conquistou a medalha de prata olímpica em Tóquio2020], que deu muito trabalho, mas sinto que consigo fazer mais e é disso que estou à procura", disse Mamona.

Assumindo estar numa fase em que quer "saltar mais", a atleta do Sporting escusou-se a revelar a marca que tem como objetivo.

"Não vou dizer, é sempre surpresa. Lembro-me de antes dos Jogos Olímpicos ter escrito que ia fazer 15 metros e saiu. Agora tenho escrito, é segredo, mas sei que estou a valer muito mais do que 14,53", rematou.

Mamona, que já está qualificada para os Europeus em pista coberta, marcados para Istambul, na Turquia, entre 02 e 05 de março, protagonizou a primeira vitória do Sporting na segunda e última jornada do Nacional de clubes, que terminou com o 28.º triunfo da equipa feminina 'leonina' na competição.

JN/MS

Creditos: DR

Creditos: DR

Creditos: DR

SUPER BOWL

Pontapé a oito segundos do fim dá o Super Bowl ao Kansas City Chiefs

Uma grande segunda parte e um pontapé de Harrison Butker a oito segundos do fim permitiram, no domingo (12), aos Kansas City Chiefs derrotar os Philadelphia Eagles, por 38-35, no Super Bowl de futebol americano.
A perder por 10 pontos ao intervalo (24-14), os Chiefs, comandados por um quase perfeito Patrick Mahomes, conseguiram dar a volta ao resultado e venceram pela terceira vez o Super Bowl.
Mahomes, que chegou a assustar no final da primeira parte, depois de sair a coxear, terminou com a "maldição" do jogador mais valioso (MVP) da fase regular, que já não ganhava o Super Bowl desde 1999 - foi também eleito o melhor da final.
Pela sexta vez neste século chegaram ao Super Bowl as duas melhores equipas da fase regular, que venceram as respetivas conferências com 14 vitórias e três derrotas, além de estarem frente a frente os dois melhores ataques.
E esta força ofensiva notou-se logo a abrir, com ambas as equipas a conseguirem "touchdowns" nas duas primeiras posses de bola, sendo que foram os Eagles os primeiros a colocar pontos no marcador.
Ainda antes dos primeiros cinco minutos, o "quarterback" dos Eagles, Jalen Hurts, aproveitou uma curta corrida de uma jarda para fazer um primeiro ensaio da partida, deixando a equipa de Filadélfia em vantagem por 7-0 - o ponto extra foi convertido.
Os Chiefs não demoraram a reagir e da forma mais comum, numa ligação entre o "quarterback" Patrick Mahomes e o "tight end" Travis Kelce, que recebeu um passe de 18 jardas para o "touchdown".
A equipa de Kansas City conseguiu parar o ataque dos Eagles na posse de bola seguinte e podia ter passado para a frente no seu "drive", mas Harrison Butker acertou no poste um pontapé de 42 jardas, mantendo o 7-7 no final do primeiro período.
Os Eagles não perderam tempo e, com apenas oito segundos percorridos no segundo período, Hurts lançou uma "bomba" de 45 jardas para o "touchdown" de AJ Brown.
Sem que os Chiefs conseguissem responder, os Eagles pareciam estar no controlo do encontro, mas Hurts cometeu um erro e deixou a bola fugir das mãos, com Nick Bolton a recuperar e a conseguir o segundo "touchdown" da equipa de Kansas.
No seu primeiro Super Bowl, Hurts não pareceu ficar afetado pelo erro e no "drive" seguinte - em que os Eagles arriscaram em dois quartos "downs" - conseguiu o seu segundo "touchdown", numa corrida de quatro jardas.
Em desvantagem por 21-14, os Chiefs ainda tiveram duas más notícias antes do intervalo, com Mahomes a sair a coxear, após sofrer um toque no tornozelo direito, que magoou há umas semanas, e Jake Elliott a acertar um pontapé de 35 jardas, aumentando o avanço dos Chiefs (24-14).
Já depois de Rihanna ter brilhado no tradicional espetáculo de intervalo, os Chiefs fizeram um "drive" praticamente perfeito, com Isiah Pacheco a reduzir a desvantagem com uma corrida de uma jarda (24-21).
Após um longuíssimo "drive", os Eagles, que estiveram quase a permitir mais um "touchdown" defensivo aos Chiefs, conseguiram aumentar a vantagem, graças a um pontapé de 33 jardas de Elliott (27-21).
Perfeito após o intervalo, Mahomes, aparentemente sem problemas físicos, fez o nono passe acertado na segunda parte - em outros tantos tentados até ali - para o "touchdown" de Kadarius Toney, colocando os Chiefs pela primeira vez na frente (28-27).
Se os Chiefs entraram bem para a segunda parte, os Eagles deixaram de conseguir atacar com a mesma qualidade e viram a sua defesa cometer muitos erros, deixando, por exemplo, Toney fazer um "punt return" de 65 jardas - o mais longo da história do Super Bowl - ou Skyy Moore completamente só para mais um "touchdown" (35-27).
Hurts, que se tornou o "quarterback" com mais jardas em corrida num Super Bowl, voltou a aparecer no encontro dentro dos seis minutos finais, com o seu terceiro "touchdown" e ainda a conversão dos dois pontos extra, que colocaram o jogo empatado a 35 pontos.
Já dentro dos dois minutos finais e com os Chiefs a fazerem correr o tempo para tentarem pontuar e não deixar hipótese aos Eagles de atacar, um jogador de Filadélfia fez uma falta, que deu um primeiro "down" automático aos adversários.
Jerick McKinnon podia ter feito um "touchdown" para os Chiefs, mas preferiu parar a uma jarda da linha de fundo para não deixar tempo de ataque aos Eagles - este "touchdown" teria transformado este no Super Bowl com mais pontos da história.
Apesar da pressão de já ter falhado um pontapé durante um encontro, Butker não desperdiçou a oportunidade de dar o título aos Chiefs, a oito segundos do final.

JN/MS

LEÃO D'OURO
RESTAURANT | PATIO | TAKE-OUT
LEAODOURO.COM | 905.566.5326 | 920-A DUNDAS ST, E. MISSISSAUGA

Creditos: DR

NHL

Matthews has two points in return as Maple Leafs down Blackhawks

Sheldon Keefe has asked his players to take more ownership in key moments.

Auston Matthews — back in the Maple Leafs' lineup following an injury absence — and William Nylander took their head coach's words to heart early on Wednesday.

Nine seconds later, Toronto was ahead.

"You watch any experienced and championship-calibre team, their people are taking charge of different situations," Keefe said.

"That's what you love to see — those guys taking that initiative."

Nylander scored on a set play moments after puck drop as part of a three-point performance and Matthews had a goal to accent a two-point night after three weeks on the shelf in the Leafs' 5-2 victory over the Chicago Blackhawks.

The slick sequence on the opening faceoff saw Matthews win the draw back to T.J. Brodie, who in turn fed Morgan Rielly. He then hit a streaking Nylander as Chicago defenceman Jake McCabe lost his footing.

The winger moved in alone on Petr Mrazek and appeared to run out of room before banking his 30th goal of the season in off the former Leafs netminder from a tight angle.

"It was Matty's idea to draw that play up," Nylander said. "Usually it's not open ... luckily (McCabe) blew a tire there and gave me the space."

The Swede, who has five points in two games, also nearly ran out of room.

"I think I waited too much," Nylander added with a smile. "Lucky that it slipped by his skate there on the post."

John Tavares and Rasmus Sandin, with a goal and an assist each, and Connor Timmins provided the rest of the offence for Toronto (33-14-8). Ilya Samsonov made 27 saves.

Keefe was pleased with the result following Saturday's ugly 4-3 home-ice loss to last-place Columbus, but didn't take much more from a game against a rebuilding opponent playing for the second time in as many nights.

"Tired team in here and a back-to-back," he said. "I didn't think the game had much life to it. Not what you come to expect in terms of what it's like to play in the NHL.

"We're happy to get through it with two points."

Sam Lafferty and Philipp Kurashev replied for Chicago (16-32-5), which got 37 stops from Mrazek.

"Our guys fought to the end," Blackhawks rookie head coach Luke Richardson said. "There was no give-up."

Last season's Hart Trophy winner as NHL MVP and the first player to register a 60-goal campaign in a decade, Matthews suffered a knee sprain Jan. 25, but only missed five games thanks to the all-star break and Toronto's bye week.

"The adrenalin kicks in," Matthews said. "My energy faded a little bit throughout the game.

"For the most part, I felt pretty good."

Leapfrogged by Tampa Bay for second in the Atlantic Division following the Columbus loss, the Leafs went ahead on that early Nylander goal, but the visitors got it right back on the game's second shot 53 seconds later when Lafferty jumped on a turnover to score his ninth.

Sandin restored Toronto's lead later in the period with his fourth on a shot that hit a Chicago stick and fooled Mrazek, who signed with the Leafs in the summer of 2021 before getting traded to the Windy City less than a year later.

"When we had some breakdowns or they responded ... our response was better," Tavares said. "We want to be able to grab the game back and grab momentum."

Alexander Kerfoot appeared to give Toronto a 3-1 lead just 15 seconds later only to have the Blackhawks correctly challenge for offside before Matthews ripped his 26th off a Nylander feed.

"Huge boost to get him back," Tavares said of the Leafs' best player. "Just unbelievable the way he picks the corner."

Chicago got back within one early in the second when Kurashev blasted his eighth.

Tavares restored the two-goal advantage off a Mrazek miscue to score his 24th, and Timmins added his second on a one-timer for a 5-2 lead through 40 minutes before the teams played an even third period to bring a night that largely lacked energy and emotion to a close.

"We're not going to evaluate too much in terms of anything good, anything bad," Keefe said.

"We're gonna wash it and move on."

NYLANDER MILESTONE

The 26-year-old found the back of the net for a 30th time in 2022-23 to join Matthews, Tavares and Phil Kessel as the only Leafs to hit the mark in 55 contests or fewer over the last 20 years.

The goal was the also fourth-fastest to start a game in franchise history behind only Charlie Conacher in 1932 (seven seconds), Mitch Marner in 2019 (seven seconds) and Ted Kennedy in 1953 (eight seconds).

LEAFS TALK KANE, TOEWS

With both their contracts set to expire July 1, Blackhawks icons Patrick Kane and Jonathan Toews could be moving on before the trade deadline — if they waive their no-movement clauses.

Tavares was asked before the game if it's difficult to envision Kane and Toews in different uniforms.

"I don't think you really ever thought it was going to possibly come to that point," he said. "But when you're seeing it from the outside — just the way they've been talking about it, handling it in their situation now — that's becoming more and more likely."

UP NEXT

Leafs: Host Montreal on Saturday (18).
Blackhawks: Visit Ottawa today (17).

TSN/MS

NBA

Poeltl's 30 points power Raptors past Magic

It took Jakob Poeltl three games to find his role in the Toronto Raptors' offence. When he did, the results were impressive.

Poeltl's 30 points were one shy of a career high as he led the Raptors past the Orlando Magic 123-113 on Tuesday (14). He also had nine rebounds and six blocked shots in his best performance since being traded to Toronto from San Antonio last Thursday (9).

"We've just got so many guys out there that have great length, that have great athleticism, so we can really make it tough on teams to get into the paint," said Poeltl, who went 15 of 17 on field-goal attempts. "I'm just trying to play my role in that whole system and I feel like I'm figuring out more and more."

Poeltl had a career-best 31 points for the Spurs in a 117-110 loss to the Portland Trail Blazers on Nov. 15. He was traded back to Toronto for Montreal native Khem Birch plus a first-round pick in the 2024 draft and a pair of second-round selections ahead of the NBA's trade deadline.

The Spurs acquired Poeltl from the Raptors as part of the Kawhi Leonard-DeMar DeRozan trade in 2018 that built the foundation of Toronto's championship run.

"I think we've got great guys in the locker room," said Poeltl, adding that he feels like he was brought back to be a true centre for the team. "Obviously, some of them I know a little bit better from back in the day and there are some I just know from playing against them."

Pascal Siakam added 26 points with four rebounds and six assists for the Raptors (28-31), while Fred VanVleet scored 10 and had a season-high 15 assists in a critical Raptors victory.

"We got someone I think in the area that we wanted the most help," said Siakam about Poeltl. "His presence is huge. A night like tonight, 15-for-17, rebounds, blocked shots. "Six blocked shots. I don't think anybody's done that this year on our team. We definitely needed that."

The win means that Toronto and Orlando, who are jockeying for the final play-in berth in the NBA's Eastern Conference, will finish their season series 2-2.

Wendell Carter Jr. led Orlando (24-35) with 26 points and Jalen Suggs came off the bench to score 24.

The two teams traded the lead back and forth in the second quarter before Orlando went on an 8-2 run to end the half with a 70-65 lead.

Toronto head coach Nick Nurse said that at the intermission his staff emphasized better transition defence and stopping cutters from getting open.

"Forty-three points we gave up in the second and I think that's 43 in the second half," said Nurse, looking at the scoresheet. "So really good, really good defensive effort."

A 9-3 run to start the third brought the Raptors back into the game.

Creditos: DR

With 7:35 left in the third, VanVleet passed the ball from the ground to Siakam, who drilled a three-pointer. Poeltl followed that up with a four-foot shot to make it 83-75 as Toronto began to pull away

Markelle Fultz's field goal with 1:49 left to play was the last score of the third quarter, as the Raptors entered the final frame with a 94-89 lead.

Siakam nailed a 21-foot jumper over six-foot-10 Franz Wagner nearly five minutes into the fourth to extend Toronto's lead to 11. The Raptors kept pressing throughout the quarter to maintain their lead.

Poeltl sank a seven-foot hook shot with 29.1 seconds left in the game for his 30th point of the night and the final score of the game.

ALL-STAR BALL — Siakam was presented with a black and white all-star basketball by Raptors general manager Bobby Webster. Siakam was named an injury replacement last Friday (10) and will be making his second all-star game appearance this coming weekend.

INJURIES — The Raptors were without forward O.G. Anunoby (left wrist sprain), guard Gary Trent Jr (left calf strain) and Otto Porter Jr (left foot, toe dislocation surgery). Forward Precious Achiuwa, who sprained his right ankle on Sunday (12) against the Detroit Pistons, was back in the starting lineup on Tuesday (14).

UP NEXT — Toronto hosts the New Orleans Pelicans on Feb. 23, a lengthy break thanks to the NBA all-star game.

This was also the last game before the break for the Magic, who will welcome Detroit on Feb. 23.

TSN/MS

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

U of T professor to lead groundbreaking green infrastructure projects

It has been an exciting couple years for Jennifer Drake. The University of Toronto professor was named a 2019 Engineers Canada honoree last month, received a Young Engineer medal from Professional Engineers Ontario last year, and welcomed her second child in November.

Creditos: DR

From the sounds of it, the next year is gearing up to be just as exciting.

Drake, 36, is an assistant professor of Civil and Mineral Engineering at U of T, and works closely with the Faculty of Architecture, Landscaping and Design. She currently supervises seven graduate students working on a range of active green infrastructure research projects. One of their projects is something that has never been done before: an extensive literature review and surveying on bioretention sites in Ontario.

"We're taking approaches that were generally used in the medical sciences for investigating literature and applying it to the civil, where you have a rigorous and repeatable practice so that we can actually look at the biases and the interest into the research globally, specifically on bioretention," said Drake.

"It's a really interesting project because we're using practices from one scientific field and applying them to something quite innovative for civil engineering."

Drake's students will be taking a look at Ontario's existing infrastructure, the first generation of biorention gardens across the province, to evaluate how they are performing. They will be looking at construction issues that have been encountered and whether or not the built conditions are matching up with their original designs.

"I'm very curious to see what the findings are once we start visiting these sites," said Drake.

Currently on maternity leave, Drake has been holding supervision sessions with her students at her home so that she can provide feedback, brainstorming sessions, and any type of help her students need – all while taking care of the baby.

"My research group doesn't end while I'm on leave!" said Drake.

Among the students' other upcoming infrastructure projects is a street-sweeping equipment test. Right now, the group is preparing pavement, ensuring schedules are in place, and taking care of anything that needs to be done prior to the experiment this summer.

Drake will return to work this fall in a brand new lab, allowing for even more new and exciting green infrastructure projects.

"We have a new green roof facility that we'll be starting work in this fall and it's going to allow us to look at some really neat things, including using bio char as an amendment to green roof material," said Drake.

They'll also be looking at developing a sustainable process for recycling and harvesting green roof water.

"Green roofs in Toronto have to be arrogated and we're using potable water, so for something that is supposed to be considered green technology, that's a lot of energy consumption," explained Drake.

The idea is to be able to use be able to recycle and reuse at least some of the water that is generated more than once.

"If we can use it more than once, we can develop, from a holistic perspective, a more sustainable technology."

Part of this work is going to be led through a new training group that Drake will be leading this fall. Along with a network of eight other professors from U of T, Ryerson, University of Saskatchewan, and St. Mary's University, Drake will be helping to establish a Canadian training network on living infrastructure for graduate students.

The program will offer symposiums and specialized courses designed to help students gain the necessary interdisciplinary skills needed to design living and green infrastructure, which include landscaping, horticulture, and engineering knowledge skills.

"The idea is to create graduates that are really leading the way and can be experts in the field wherever they are from, not only in their schools and communities, but nationally."

CP/DCN/MS

Canada ranks third in the world for LEED certified buildings in 2022

Canada ranked third globally on the annual list of Top 10 for LEED accomplishments in 2022, the Canadian Green Building Council (CAGBC) announced. The global ranking is released annually by the U.S. Green Building Council (USGBC), highlighting countries and regions outside the United States that are making significant strides in healthy, sustainable and resilient building design, construction and operations.

Rank	Country	Project Count	Certified Square Feet
1	Mainland China	1,121	180,347,421.08
2	India	323	112,717,100.08
3	Canada	248	57,499,943.21
4	Brazil	108	25,863,895.93
5	Sweden	152	24,419,164.67
6	Republic of Korea	83	23,563,512.84
7	Mexico	92	18,427,638.40
8	Spain	99	16,851,697.75
9	Italy	96	14,469,150.48
10	Philippines	24	11,456,313.70

In 2022, Canada certified 248 projects, representing more than 5.3 million gross square meters (GSM) of LEED space, the most widely used green building rating system in the world and provides a framework for healthy, highly efficient, and cost-saving green buildings.

"Over the last 20 years, CAGBC, its members and stakeholders have proven that green buildings have positive impacts on people, business and the planet. They also drive the innovation and skills development needed for a strong economy," said Thomas Mueller, president and CEO, CAGBC. "LEED certification continues to be the gold standard for green building, offering Canada's building sector a holistic way to deliver on sustainability targets, from energy efficiency and wellbeing, to resource use, carbon emissions and resiliency."

Mainland China topped the list with more than 16 million GSM certified to LEED in 2022 and India raked second with more than 10 million GSM. Brazil and Sweden rounded out the top five.

The U.S. is not included in the list but remains the world's largest market for LEED with more than 47 million GSM certified space in 2022.

OCN/MS

LiUNA!
LOCAL 183
Training Centre
WE ARE EXCELLENCE IN TRAINING
Member Login
Visit www.183training.com
Click Member Login
Follow the steps for login
Member Number will be required

AMBIENTE

Terra Viva
Curso de Estilo de Vida Sustentável

Paulo Gil Cardoso
Opinião

Lançado curso gratuito online pelas Nações Unidas sobre estilos de vida sustentáveis.

No dia 14 de fevereiro foi anunciada e disponibilizada uma formação on-line, produzida e promovida pela UNEP (United Nations Environment Programme), que tem como objetivo disponibilizar um conjunto de ferramentas educacionais que capacite os jovens para estilos de vida sustentáveis e promover oportunidades para jovens em campus universitários verdes e a promoção de empregos verdes.

Pode ler-se no press-release da UNEP:

"O módulo estará disponível para qualquer pessoa interessada em aprender mais sobre estilos de vida ou utilizá-lo como um guia de trabalho para educadores em sustentabilidade. O módulo pode ser concluído em média em 3 horas e está disponível gratuitamente para qualquer pessoa com ligação à internet.

Nos últimos dois anos, o GO4SDGS, o Programa de Estilos de Vida Sustentáveis do PNUMA e o United Nations System Staff College (UNSSC) desenvolveram, juntamente com parceiros e especialistas, um módulo on-line para facilitar a formação em Vida Sustentável, abrangendo o como traduzir a ciência por trás dos estilos de vida em ações eficazes para uma vida melhor e mais equilibrada."

Poderão aceder ao curso através do link:
unssc.org/courses/sustainable-lifestyles

O UNSSC define como principal compromisso da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável "a persecução de medidas transformadoras para colocar o mundo num caminho sustentável e resiliente. Isso só é possível se repensarmos coletivamente a forma como vivemos e como consumimos, fazendo escolhas conscientes para estilos de vida mais sustentáveis."

Ora aqui está uma excelente iniciativa, pena que os media a nível global não tenham dado qualquer destaque nas suas notícias ao anúncio desta ferramenta. Sem a mobilização da comunicação-social não será possível alterar comportamentos.

Necessitamos de perceber que, diariamente e ao longo da vida, as nossas escolhas têm impactos no meio-ambiente, os quais, nem sequer nos apercebemos ou temos sensibilidade, sobre a sua dimensão ou gravidade. É importante, por isso, ter noção de que os nossos padrões de consumo e as nossas atividades, têm impactos muitas vezes nefastos no nosso planeta. Temos de fazer escolhas que respeitem a sustentabilidade da Terra.

Através desta ferramenta disponibilizada pela UNEP, podemos melhorar o nosso comportamento e contribuir para a inversão sobre o caminho errado que temos seguido.

A Terra necessita que a nossa civilização altere rapidamente e drasticamente a sua linha de conduta. Aprendamos e participemos, desfrutemos da Natureza com respeito e admiração.

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 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

Creditos: DR

Treino a dois

Esta terça-feira (14) "pombinhos" por todo o mundo celebraram mais um Dia de São Valentim. As propostas para assinalar esta data acabam por se repetir de ano para ano e baseiam-se, por norma, em almoços, jantares, escapadinhas, massagens, uma ida ao cinema e/ou troca de presentes... tudo "regado" com uma boa dose de romantismo, é claro! Mas apesar deste Dia dos Namorados já ter passado, não quer dizer que não possamos aproveitar a deixa para agarrarmos na nossa cara-metade - ou amigo ou familiar (solteiros também são gente, verdade?) - e fazermos aquilo a que tomei a iniciativa de apelidar de "Valentine's workout"! Vai, com toda a certeza, deixar o vosso coração a palpitar!

Se muitos casais culpam o início de uma relação pelos números inflacionados na balança - afinal, os jantares gulosos acompanhados, não raras vezes, por uns simpáticos copos de vinho ou outra bebida alcoólica têm tendência a tornar-se mais frequentes - o que é certo é que é sempre possível seguir uma rotina mais disciplina e manter (ou até melhorar) a forma física de ambos. Na realidade, a ajuda e motivação que o casal pode dar um ao outro pode ter uma influência muito positiva quando se trata de alcançar um estilo de vida mais saudável.

Treino em dupla

A série de exercícios que vos proponho podem e devem ser feitas entre duas pessoas - e isso significa não só que pode ser realizada por um casal como também por amigos. familiares... e, quem sabe, até pode ser uma boa forma de, se estiverem solteiros, ficarem a conhecer alguém melhor.

Assim, podem optar por duas modalidades de treino: se forem Iniciantes realizem dois circuitos com 12 repetições de cada exercício. Se estiverem num nível intermédio optem por três circuitos com 15 repetições de cada exercício e para o nível avançado realizem os mesmos três circuitos mas com 20 repetições de cada exercício e menos tempo de descanso.

Preparados? Vamos a isso!

Prancha

Coloquem-se em posição de prancha, de frente um para o outro. Levantem a mão direita e batam uma na outra, à frente. Façam o mesmo com a outra mão.

Prancha com burpee

Uma das pessoas fica em posição de prancha e a outra fica em pé ao seu lado - essa pessoa irá então saltar por cima da zona das pernas/costas da outra e fazer um burpee. Depois terá que se levantar e repetir o processo para o outro lado.

Correr no lugar

Durante 10 segundos devem correr sem sair do lugar. Se quiserem dificultar a tarefa podem sempre levantar os joelhos, realizando um skipping alto.

Leg press

Uma das pessoas precisa de se deitar de barriga para cima e levantar as pernas. Os pés devem então apoiar-se no peito da outra pessoa, que deve manter o corpo inclinado e funcionar como "peso". Depois a pessoa que está deitada terá que flexionar os joelhos o máximo que conseguir. Se pretenderem elevar a fasquia, a pessoa que estiver em pé pode exercer força contrária ao movimento das pernas.

Agachamento de mãos dadas

De pé, afastem as pernas à largura dos ombros e deem as mãos, cruzando os braços. Depois, agachem ao mesmo tempo, sempre com os braços esticados.

Agachamento unilateral

Continuamos nos agachamento! De frente um para o outro, deem a mão direita. Depois apoiem-se unicamente no pé direito, estendam a perna esquerda e agachem tão baixo quanto conseguirem e repitam o movimentos com a outra perna.

Ponte e tríceps

Enquanto uma das pessoas se deita no chão e eleva o quadril, a outra, virada de costas, irá apoiar as mãos nos joelhos do/a parceiro/a, com os dedos voltados para seu próprio corpo. Depois precisa de fazer o movimento para exercitar os tríceps, que consiste em dobrar os cotovelos até formar um ângulo de 90° e levando o rabo em direção aos pés.

Burpee

Só o nome já assusta não é? Mas vá lá, não desistam! Com o abdominal sempre contraído, coloquem-se em posição de prancha, saltem e tragam os pés para a frente mantendo as mãos no chão e depois levantem-se, num forte salto. Podem, nesse momento, tocar com as mãos um no outro. Repitam o movimento durante 20 segundos.

Abdominal

Uma das pessoas deita-se, com os pés no chão e a outra fica em pé, a pisar nos pés do outro. As pernas de quem está deitado devem ficar sempre em linha com os ombros para não magoar nem forçar a coluna. Levantem o queixo e levantem a parte superior do corpo fazendo força apenas na zona abdominal. Quando subirem, batam com as mãos um(a) no(a) outro(a). Lembrem-se de inspirar pelo nariz e expirar pela boca.

Inês Barbosa/MS

PORTUGAL À VISTA
cultura | tradição | histórias | lugares
aos sábados 14h30
CAMOESTV.com

O planejamento é a chave para viver mais e melhor

Adriana Marques
Opinião

Planejar é importante, porque é através do planejamento que a gente vai delimitando os "miles stones" e dessa forma, as tarefas a serem realizadas começam a tomar forma e a gente vai concluindo-as, pouco a pouco.

Mas nesses tempos que estamos vivendo, acho que deu pra perceber que planejar demais pode gerar uma certa frustração, porque não sabemos ao certo qual o evento que acontecerá amanhã. Se tem uma coisa que eu aprendi nesses ciclos pandêmicos, de guerras, desastres e afins, é que precisamos ao máximo aproveitar a vida, as pessoas que estão presentes, não deixar de fazer aquilo que quer hoje por medo, por falta de aprovação alheia, ou qualquer que seja o motivo que o bloqueia de realizar o que se quer.

Tempo e saúde, mais do que nunca e na atual conjuntura, são as coisas mais importantes! Vou dar uma dica pessoal: uma vez por ano eu tento fazer uma lista do que eu desejo concretizar. Se possível, liste também tudo aquilo que você tem vontade de fazer, ser, realizar, vivenciar. Acho importante simbolizar aquilo que você imagina através das palavras. Afinal de contas, a palavra tem poder. Essa lista vai te ajudar a priorizar aquilo que você realmente considera importante fazer a curto prazo.

Mais do que só escrever, sonhar e ficar imaginando uma novela na tua cabeça, é fazer a coisa acontecer. E pra isso, é preciso viver de fato através do ação, movimento, transformação, caminhada. Pode ser complexo, como por exemplo abrir um negócio, ou simples, como sanar a vontade de comer um bolo de cenoura, por exemplo. Mas acredite: a ação é fundamental para que você possa sair do campo dos sonhos.

> "Se tem uma coisa que eu aprendi nesses ciclos pandêmicos, de guerras, desastres.., é que precisamos ao máximo aproveitar a vida, as pessoas que estão presentes..."

Para saborear um belo bolo de cenoura, primeiramente, você deve conferir se tem em casa os ingredientes necessários, caso não, precisa comprar o que falta! Olha o planejamento aí! A nova estapa é misturar os ingredientes em suas quantidades certas e depois colocar para assar na temperatura correta e no tempo ideal. Mais planejamento! Enquanto espera assar, é hora de fazer a cobertura, e quanto o bolo estiver assado, é hora de ser feliz e jogar aquela cobertura linda de chocolate. Se aguentar esperar, é só atacar!

Faça agora uma analogia com esse passo a passo do bolo, com o fato de abrir um negócio, de viajar para um lugar tão sonhado por anos e tantas outras coisas. Movimente-se, planeje e principalmente, VIVA!

Ilustração: Adriana Marques

COROA REUTILIZADA

Credito: DR

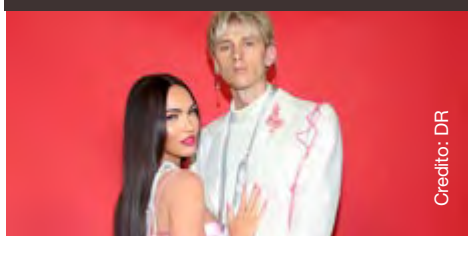
A cerimónia de coroação de Carlos III está marcada para o dia 6 de maio na Abadia de Westminster e, a pouco e pouco, vamos ficando a saber de alguns detalhes. Alberto Miranda, especialista em família reais, explicou na sua página de Instagram que Camilla usará uma coroa que pertencia à rainha Mary, avó de Isabel II - o que significa que "não vai ter a sua própria coroa, como é tradição e, por isso, será a primeira vez em 300 anos que se reutiliza uma coroa em vez de se fazer uma nova para a cerimónia onde os soberanos também recebem uma bênção e uma consagração". Ainda assim, a peça irá sofrer pequenas alterações, uma vez que Camila quis homenagear Isabel II ao incluir na mesma três grandes diamantes, os Cullinan III, IV e V, que pertenciam à monarca.

"NOVO VIZINHO"

Credito: DR

Quem visita Portugal, muito dificilmente não volta. Que o diga Jamie Dornan, que parece ter-se rendido aos encantos do país. Depois de ter estado em Lisboa em junho do ano passado, em gravações para o filme "Heart of Stone", o protagonista de "As Cinquenta Sombras de Grey" voltou a ser visto em território luso - foi Rui Baptista, ex-concorrente do reality show Big Brother, quem o "denunciou", publicando uma foto no Instagram, esta terça-feira (14). "Quando vais à mercearia ao lado de casa e descobres quem é o teu novo vizinho. Obrigado, Jamie", pode ler-se na legenda da imagem. Depois de Madonna, Monica Bellucci, Michael Fassbender e Éric Cantona será que agora é Jamie Dornan quem se vai mudar e escolher Portugal para viver?

ACABOU?


Credito: DR

É (mais) um rumor que promete dar que falar: ao que tudo indica, a relação entre Megan Fox e Machine Gun Kelly terá terminado. A atriz até já eliminou as fotografias que tinha com o músico no Instagram. A notícia surgiu depois de se terem levantado suspeitas de que o músico traiu a atriz com a guitarrista Sophie Lloyd. A somar a isto, temos ainda o facto de Megan Fox ter desativado a sua conta de Instagram... mas não sem antes apagar todas as fotografias que tinha publicado com o músico, segundo avança o Page Six. Para além disso, Megan, de 36 anos, também deixou de seguir Machine e passou a seguir apenas Eminem, Harry Styles e Timothée Chalamet - e o facto de seguir Eminem não parece algo inocente, até porque é sabido que o rapper não se dá bem com Machine Gun Kelly há anos. Vale lembrar que o casal ficou noivo em janeiro de 2022... Será que o noivado se mantém?

REGRESSO AOS PALCOS... E À GRAVIDEZ!

A atuação de Rihanna no Super Bowl era um dos acontecimentos mais esperados deste ano, embora ninguém soubesse ao certo o que esperar deste espetáculo, já que a cantora não subia aos palcos há sete anos - tendo, neste período, estado sobretudo dedicada à sua marca de cosmética Fenty Beauty. O que é certo é que não desiludiu, de todo!

No mítico intervalo da Super Bowl, que aconteceu no passado domingo (12) no estádio State Farm, no Arizona, Estados Unidos da América, a cantora surgiu vestida de vermelho, numa plataforma suspensa no centro do estádio e durante 13 minutos cantou alguns dos seus maiores sucessos: Bitch Better Have My Money, Phresh Out The Runway, Where Have You Been, Only Girl (In The World), We Found Love, Rude Boy, Work, Wild Thoughts, Pour It Up, All The Lights, Umbrella e Diamonds. Pelo meio da atuação, Riri ainda promoveu a sua marca Fenty Beauty, retocando a maquilhagem com um pó compacto matificante.

Mas a surpresa que Rihanna tinha "na manga" superou todas as expectativas e deixou-nos de queixo caído: a cantora está grávida do segundo filho. Apesar de, numa entrevista recente, a cantora ter dado a entender que guardava este grande segredo, na altura ninguém entendeu - "Irá haver alguma surpresa durante a performance?", questionaram, ao que Rihanna respondeu que "estava a pensar levar alguém", mas que ainda não tinha a certeza. De imediato os fãs pensaram que a artista se referia a um convidado, como Drake ou Eminem... mas não podiam estar mais errados.

De relembrar que Rihanna já havia sido mãe de um menino, em maio de 2022, fruto do seu relacionamento com o rapper ASAP Rocky.

Credito: DR

BRIT AWARDS

Credito: DR

Depois dos Grammys, que não deixaram de surpreender em algumas categorias - e que ainda geraram alguma polémica - agora foi a vez dos Brit Awards, os principais galardões do Reino Unido, reconhecerem o que de melhor se fez durante o último ano dentro do panorama musical britânico e internacional. A cerimónia aconteceu no passado sábado (11), na O2 Arena, em Londres.

Começando pela red carpet - onde excentricidade foi sem dúvida a palavra de ordem -, Sam Smith foi a celebridade que roubou todas as atenções. O cantor surgiu com um visual bastante peculiar, que muitos consideram ser o mais ousado que alguma vez usou: criado pelo designer indiano Harikrishnan, o look consistia num fato de látex preto inflável, que exagerava a forma dos ombros e das pernas.

Já no que a prémios diz respeito, Harry Styles, Beyoncé e Wet Leg foram os grandes vencedores da noite. O ex-One Direction venceu todas as categorias em que estava nomeado: Melhor Artista do Ano, Álbum do Ano, com Harry's House, Música do Ano, com "As It Was" e Artista Pop/R&B.

Já Beyoncé levou para casa o troféu de Melhor Artista Internacional e Melhor Canção Internacional, com o tema Break my soul. Os troféus de Melhor Grupo e Artista Revelação foram para a banda indie rock Wet Leg, os Fontaines DC foram coroados como Melhor Grupo Internacional do ano e David Guetta foi considerado Produtor do Ano.

VEM AÍ UM MENINO!

Depois de ter anunciado, no início do passado mês de janeiro, que estava à espera de bebé e de no passado sábado (11) ter exigido a barriguinha de grávida na passadeira vermelha dos Brit Awards, Jessie J brindou agora os seus fãs e seguidores com (mais) uma grande novidade: o sexo do seu primeiro filho!

Na sua conta de Instagram, a artista publicou um vídeo onde surge a cantar o seu novo tema e revela que vem aí um menino! "Desde que escrevi esta música, todas as vezes que a toco ou canto, ele mexe-se como um louco... por isso acho que esta é a música. E sim... Vou ter um menino", contou.

Bem humorada como sempre, Jessie aproveitou ainda para esclarecer um pormenor: "E prometo que estou a usar roupa interior" - isto porque a sua barriguinha já está bastante grande e pode induzir em erro!

De relembrar que a cantora havia sido diagnosticada com Doença de Ménière em 2020, depois de acordar sem equilíbrio e audição, e em 2021 engravidou mas infelizmente sofreu um aborto espontâneo.

Jessie está agora grávida novamente, fruto do relacionamento com o jogador de basquetebol Chanan Colman.

Credito: DR

artesonora

Paulo Perdiz

Credito: DR

"Caretos da Lagoa" A Lenda e a Tradição da Campina

Caretos da Lagoa é um documentário de Tiago Cerveira. O documentário relata as figuras principais do Carnaval da gândara portuguesa. Com a sua lente, Tiago Cerveira captou a transformação, os rituais transmitidos de pais para filhos e a aparição no tempo do Carnaval. Com o rosto tapado por uma máscara, de onde sobressaem uns enormes chifres e muitas cores nas fitas que a adornam, o grupo de homens assusta as raparigas que conseguem apanhar para, logo de seguida, lhes fazer alguns mimos, pelo menos às que permitem. José Moreira, ele próprio careto, é um defensor desta tradição e figura principal deste filme.

Milénio Stadium: José Moreira, como é que te tornaste careto?

José Moreira: Então, eu tornei-me careto aos nove anos e tudo começou num período em que os caretos estavam sem sair há cerca de três anos. O meu tio sapateiro, na altura, decidiu reativar os caretos e pensou em juntar os jovens lá da terra, todos na altura com nove anos, e introduzi-los na tradição. E foi assim, dessa forma, que eu comecei a ser careto.

MS: Qual é a sensação que te invade quando colocas essa máscara? Não é bem uma máscara, porque tu não gostas muito dessa palavra, não é?

Tiago Cerveira (à esquerda) e José Moreira (à direita). Créditos: Camões TV

JM: Não sai da gente...não se chama máscara, chama-se campina. E, de facto, há pouca gente que é capaz de explicar por palavras qual é que é a sensação. Eu faço às vezes um esforço para o conseguir e é difícil. Nós temos uma tradição em que temos o registo fotográfico mais antigo, que é de 1940, que são seis caretos que ninguém sabe quem são. Carregar uma tradição destas às costas e nos manifestarmos num grupo com a cara totalmente tapada com chocalhos, onde a correria é o nosso forte, é uma sensação incrível. É um transporte para, digamos, outra dimensão, porque o cansaço acumula-se, bebe-se álcool, não se sente dor, os chocalhos batem-nos no corpo, mas nós não fazemos caso disso... quando colocamos a campina na cabeça, em que a visão é pouca e a respiração fica ofegante, a adrenalina é total. Somos outra gente, sentimos um poder fora do comum, como se não fossemos deste mundo.

MS: São seres fantásticos transmitidos de pais para filhos, isto é, de geração para geração?

JM: Sim, é. Antigamente quem saía era só os jovens solteiros e a partir do momento em que casavam, deixavam de sair. Houve sempre um esforço para passar de pais para filhos, sim.

MS: Estamos a falar de uma tradição. De onde vem a verdadeira origem e o significado dos caretos?

JM: Não há registos. Nós não sabemos. Existem muitas teorias, mas de facto a gente não sabe qual é a origem. Não há festa religiosa na nossa terra, mas existem os Caretos da Lagoa.

MS: Este documentário, Tiago, é útil para não ficar esquecido. É um documento histórico precisamente para as gentes da Lagoa?

Tiago Cerveira: Sim, eu acho que acima de tudo o poder do vídeo do documentário neste caso em específico, tem um papel atual imediato, que é o de promover, ou seja, de mostrar. Até porque agora, há três ou quatro anos para cá, vivemos em Portugal com as atenções muito viradas, dado o reconhecimento do património da UNESCO. Do caso específico de Podence que, a meu ver, acaba por fechar as portas ao reconhecimento ou ao mesmo tipo de reconhecimento de outros rituais paralelos àquele. Este documento audiovisual é mais um elemento de comunicação para se olhar que na região de Mira também existe uma tradição, uma celebração do que é este Entrudo à portuguesa...o verdadeiro Entrudo português. Depois tem esse caráter documental que esperamos que daqui a 10, 15, 20 anos se veja que houve pessoas como o Ti Cuco como pessoa que foi importante para os Caretos, que infelizmente pela natureza, acabam por desaparecer.

MS: Isto não é uma máscara, é uma campina?

JM: É assim. A minha teoria é, aos meus olhos, que uma máscara esconde e a campina não esconde. Ao longo destes anos percebi que a campina, em vez de esconder, ela revela os traços de personalidade do careto, porque a campina é feita pelo próprio careto e eu defendo isso. Ela deve ser feita pelo próprio careto. Aliás, eu até defendo que ela deve ser construída com materiais simples, porque se permite que apareçam sempre campinas diferentes. E voltando à questão, quando o careto a está a construir e a pintar, ela está a revelar os traços de personalidade dele e, por vezes, até revela o estado de espírito do careto.

MS: Como é que os caretos avaliaram este documentário? Como é que viram este documentário do Tiago?

JM: É assim, todos os trabalhos que são feitos em volta dos caretos ficamos sempre gratos e vemos com bons olhos, obviamente. Até porque nós também queremos que os caretos se projetem no mundo e que toda a gente fique a saber que Lagoa, nesta pequena aldeia, existe esta tradição que é a tradição mais a sul de Portugal e da Europa.

MS: Quem não gosta muito dos caretos são as mulheres, não é?

JM: É verdade, porque esse é um dos nossos rituais. Nada contra o sexo oposto, mas temos os rituais mais básicos comparativamente com outros grupos. Fomos percebendo ao longo dos anos... só podem sair homens, mulheres não são aceites no grupo. E além disso, e já agora, vou-me prolongar aqui também em relação aos rituais, nós temos outro que é o levantar da saia, mas isso é direcionado para as pessoas idosas da aldeia e ainda o nosso som gutural que fazemos.

MS: Tiago, tu andaste na rua da Lagoa à procura de histórias. Sente-se os sentimentos, os sons da Lagoa e dos caretos neste documentário?

TC: Pelo menos tentei. Sim, isso foi basicamente o grande objetivo. Não foi por falta de conteúdo, a dificuldade foi fazer essa tal gestão. O que sair, porque gostamos de certas cenas, mas depois elas não encaixam. Mas sentimento e tradição estão bem no filme.

MS: Este suporte documental foi uma encomenda do município de Mira, mas vai andar nas bocas do mundo?

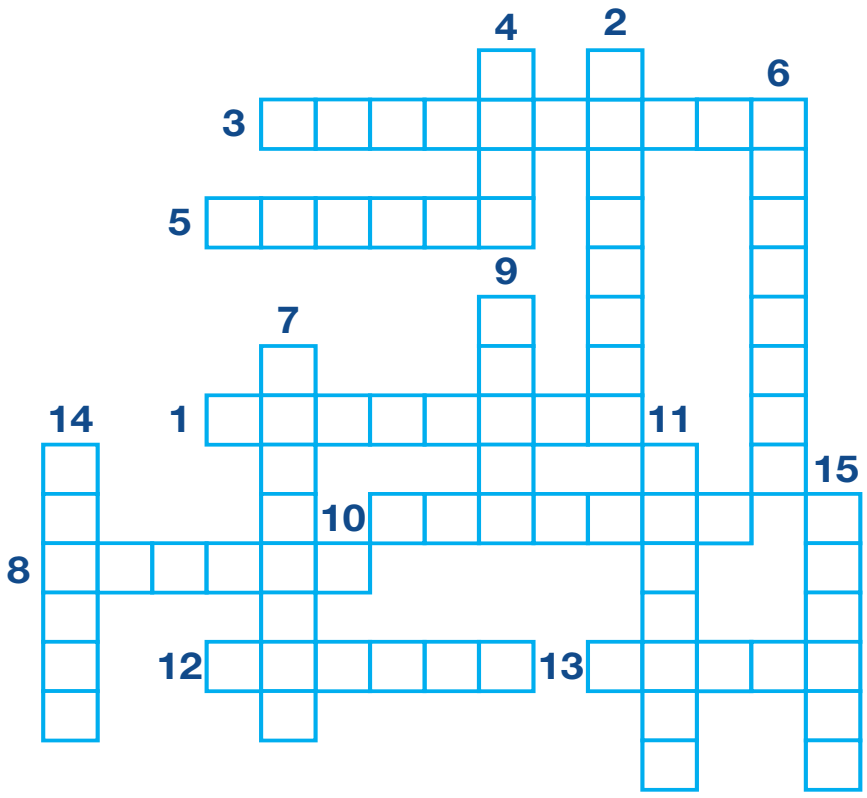
TC: Aqui é o primeiro pontapé de saída. Passe a redundância, é o pontapé de saída internacional através da Camões TV, da Camões Rádio e aqui do Jornal Milénio Stadium a quem muito agradeço. Estamos a inscrever o filme em festivais em todo o mundo, onde nós achamos que o filme pode encaixar, porque cada festival tem o seu perfil documental de temática rural. Ou seja, estamos a fazer sempre uma pesquisa de onde é que devemos candidatar o filme. Ser escolhido no meio de muitos, só isso já é uma vitória. Estar numa seleção num festival de candidaturas com 3, 4, 5000 filmes e chegar aos melhores 10 melhores, já só por si, acho que é espetacular. Se depois de o júri decidir atribuir prémios, isso aí, então sim.

MS: José, tens o peso de carregar uma tradição e tens um orgulho enorme?

JM: Eu tenho um grande orgulho em carregar esta tradição. Não sou eu o único que carrego, porque sozinho não tem valor. E agora sinto que é uma grande tradição e isso tenho orgulho. Um orgulho enorme nos Caretos da Lagoa, em ser o grupo mais a sul da Europa. O grupo de caretos que tem os rituais mais básicos... penso muitas vezes se nós não teremos sido a primeira manifestação.

NOTA: Poderá ver este documentário na programação da Camões TV neste sábado (18), às 14:30h e no domingo, a partir 10h da manhã.

Palavras cruzadas



Representar por meio de caracteres ou escrita
2. Analisar questionando; levantar questões a respeito de (algo); examinar detalhadamente
3. Provocar hipnose em alguém
4. Sustentar-se ou mover-se no ar por meio de asas ou algum meio mecânico
5. Ter veneração por (alguém ou algo); ter grande apreço por; reverenciar
6. Não aprovar; recusar algo
7. Causar dano, prejuízo, apodrecimento em, ou ficar em mau estado, danificado, quebrado
8. Esforçar-se por achar ou descobrir (alguém ou algo)
9. Perceber (som, palavra) pelo sentido da audição
10. Reunir em uma só todas as partes que não têm ligação natural entre si
11. Ir ou conduzir (alguém ou um animal) a algum lugar, para (se) entreter ou exercitar
12. Expressar-se vocalmente por meio de (frases melódicas)
13. Tornar(-se) seco, retirar de ou perder a umidade; enxugar(-se)
14. Fazer trepidar ou trepidar; fazer estremecer ou estremecer; tremer
15. Imprimir grande velocidade ao deslocamento do corpo, pelo contato rápido dos pés ou das patas com o solo

Jogo das 10 diferenças

Caça palavras

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

TERRA
PESQUISA
ANIMAIS
GRUPO
VIDAS
AJUDA
EVENTOS
SOS
SOCIEDADE
PLANETA
TURQUIA
ENTREVISTA
PREVENIR
TREMOR
HUMANIDADE

Caça palavras

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.

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

Culinária por Rosa Bandeira

TIRAMISÙ

Credito: DR

Ingredientes

- **500 g queijo Philadelphia**
- **6 ovos**
- **250 g de açúcar**
- **24 palitos la reine**
- **4 cafés(expresso em chávenas grandes)**
- **6 colheres da sopa de licor de amêndoa**
- **Cacau em pó q.b.**

Modo de preparação

Fazer os cafés e adicionar 3 colheres de licor de amêndoa. Separar as claras das gemas.

Num recipiente bater as claras em castelo. Quando começarem a ficar bem espessas juntar metade do açúcar, pouco a pouco, até ficar em merengue.

Noutro recipiente bater as gemas com o restante açúcar até ficar um creme esbranquiçado.

Juntar o queijo Philadelphia ao creme das gemas e bater bem. Adicionar 3 colheres de amaretto. Envolver as claras no creme das gemas, com uma espátula, envolver muito delicadamente. Num tabuleiro colocar os palitos la reine passados pelo café.

Cobrir com metade do creme.Colocar outra camada de palitos passados pelo café e voltar a colocar o creme na última camada.

Guardar no frigorífico durante pelo menos 8 horas. Colocar uma camada de cacau em pó, com a ajuda de uma peneira.

Bom apetite!

OLHAR COM OLHOS DE VER

#sêfeliz Créditos: Paulo Perdiz

Só ficaram os ossos. Créditos: Inês Carpinteiro

A arte é movimento. Créditos: Maia Nogueira

"Did you call?" statues made in Portugal. Créditos: Stella Jurgen

CARNEIRO 21/03 A 20/04

Durante esta semana vai sentir especial satisfação a dar livre curso ao seu lado sonhador, embora não sinta grande facilidade em exprimir os seus sentimentos. Dedique-se a leituras sobre temas filosóficos, ou outros assuntos sobre os aspetos espirituais da vida e aproveite para ajudar alguém que necessite do seu apoio.

TOURO 21/04 A 20/05

Esta é uma boa altura para fazer atividades em grupo, ir a festas ou estar com os amigos. Vai ter a possibilidade de se relacionar com pessoas diferentes daquelas com quem anteriormente convivia. Está aumentada nesta fase a sua capacidade inventiva e a sua intuição. Sente vontade de fugir à rotina.

GÉMEOS 21/05 A 20/06

Nesta altura sentirá uma grande força e energia para levar a cabo aqueles projetos que se arrastavam há já algum tempo e dos quais poderá obter o reconhecimento dos seus colegas e superiores. Por outro lado, poderá organizar atividades físicas onde terá oportunidade não só de participar como de liderar.

CARANGUEJO 21/06 A 20/07

Vai ter nesta altura uma maior energia, capacidade de estratégia e de transformar positivamente uma situação. Este pode ser, no entanto, um período de insatisfação mental em que está tenso /a, crítico/a e irritável. Em vez de alimentar ideias pessimistas relativamente ao futuro aprecie o que tem de bom na vida.

LEÃO 22/07 A 22/08

A passagem de Mercúrio pela Casa VII beneficia o diálogo e a discussão intelectual, dado que lhe traz realismo, segurança e capacidade de argumentação. É uma boa altura para exprimir os seus afetos, comunicar as suas ideias e os seus projetos, o que lhe pode trazer benefícios em termos financeiros.

VIRGEM 23/08 A 22/09

Momento em que não vai consentir autoritarismo sobre si. Será uma altura em que vai preferir trabalhar individualmente. De qualquer maneira este é um período em que o seu lado profissional estará no auge. A sua relação com os outros também está favorecida devido à sua facilidade de comunicação.

BALANÇA 23/09 A 22/10

Agilidade mental e entusiasmo são as notas dominantes, ao longo deste período em que impera a vontade de se divertir, sair e conviver. Cuidado, porém, com os mal-entendidos que poderá provocar, fruto de trocadilhos ou de provocações infantis. A vida amorosa estará plena de romantismo e de boa disposição.

ESCORPIÃO 23/10 A 21/11

Estará nesta semana a atravessar um período de grande lucidez e com grande capacidade de estratégia. Tudo se irá resolver definitivamente quer seja no bom ou no mau sentido, pelo menos vai saber com o que conta. No plano emotivo tenha cuidado para não dizer o que não quer. Controle o seu lado instintivo para não se vir a arrepender.

SAGITÁRIO 22/11 A 21/12

Durante esta semana a sua intuição e argúcia para os negócios estará mais sublinhada e sentirá uma grande capacidade para, através do seu charme, levar os outros a apoiarem os seus projetos. A sua vontade de agradar e de ser o centro das reuniões será grande, mas tenha atenção a atitudes intransigentes da sua parte.

CAPRICÓRNIO 22/12 a 20/01

Nesta semana a sua energia está direcionada para o planeamento e controle financeiro. É uma época de grande atividade mental na elaboração de transações comerciais lucrativas. Passe à ação e concretize os planos que tão cuidadosamente tem vindo a delinear. Se tiver de correr riscos esta é a altura indicada.

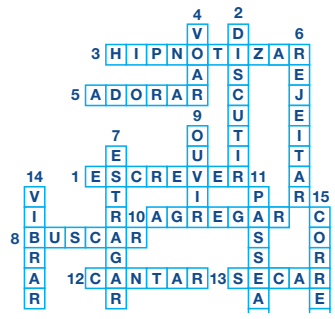
AQUÁRIO 21/01 A 19/02

Este é decididamente um bom período para mostrar aos outros, com objetividade, os seus pontos de vista. Estes entendem-no/a e têm consideração pelas suas opiniões. Tem grande capacidade de argumentação, o seu discurso é autêntico e lógico. É, como tal, uma boa altura para influenciar as outras pessoas a seu favor.

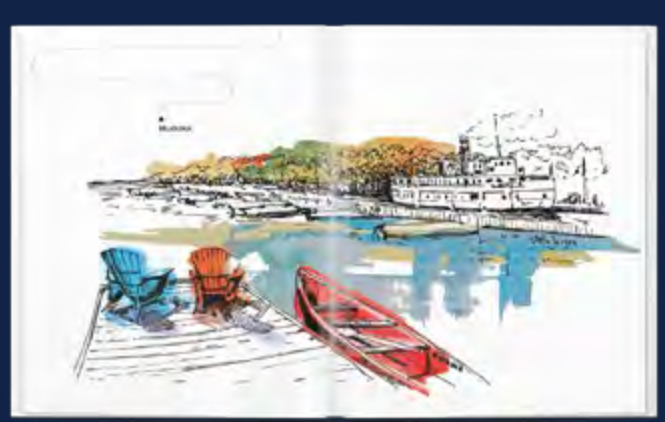
PEIXES 20/02 A 20/03

Diplomacia e tato são qualidades que não lhe faltam, agora que Vénus transita pela sua Casa I, relativa ao Eu. Aproveite para conduzir um assunto delicado ou ultrapassar uma pequena desavença. A sua vida amorosa poderá ganhar novo fôlego mercê da redobrada intensidade e paixão que deixa transparecer.

Soluções



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



260 páginas recheadas de fotografias captadas por Manuela Marujo no Canadá

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!

MAGELLAN COMMUNITY FOUNDATION

Para doar, visite
magellancommunityfoundation.com
ou telefone para (437) 914-9110

Agenda comunitária

Casa do Alentejo
40º Aniversário

1130 Dupont st. Toronto, Fev 25, 7 pm

Sábado, 25 e 26 de fevereiro, com início às 19h, o tradicional "Porto de Honra", seguido do serviço de jantar. Atuação do grupo musical alentejano 'ZANGUIZARRA' (vindos de Portugal). **Reservas 416-537-7766 / 416-525-4534**

ACAPO - Portugal Week 2023
Merit | Scholarship

1263 Wilson Avenue, Toronto, March 4, às 6pm

Aliança dos Clubes e Associações Portuguesas do Ontário apresenta Merit Award | Scholarship. Proceeds to Magellan-Community Charities. **Mais informações: acapo.ca**

Associação Migrante de Barcelos
4º Festival de Marisco

1621 Dupont St., Toronto, 11 março, às 6pm

Na 4º edição a Associação leva a cabo o Festival de Mariscos com uma ementa especialmente elaborada para o evento e atuação musical do Duo Raça Latina. **Reservas 647-949-1390**

Kitchener Portuguese Club
Festa dos Caçadores

1548 Fischer-Hallman Rd. Kitchner, 18 março, 5 pm.

Festa dos Caçadores jantar baile com Henrique Cirpiano. Haverá menu especial para as crianças. **Reservas 516-579-6960**

PCCM
Internacional Women's Day

53 Queen St. N., Mississauga, March 4, 6:30 pm

Comemorar o Dia das Mulheres connosco. Banda Karma para animação. **Reservas 905-286-1311**

Classificados

MEDIA GROUP INC

Procuramos um vendedor proativo para se juntar à nossa equipa. Com conhecimentos de inglês e português. Contacto: info@mdcmediagroup.com

Newcastle Kitchens requires Cabinet Makers / Installers & General labour. Will train. **Please contact Carlos 416-220-9514 or atlanticfinishing@hotmail.com**

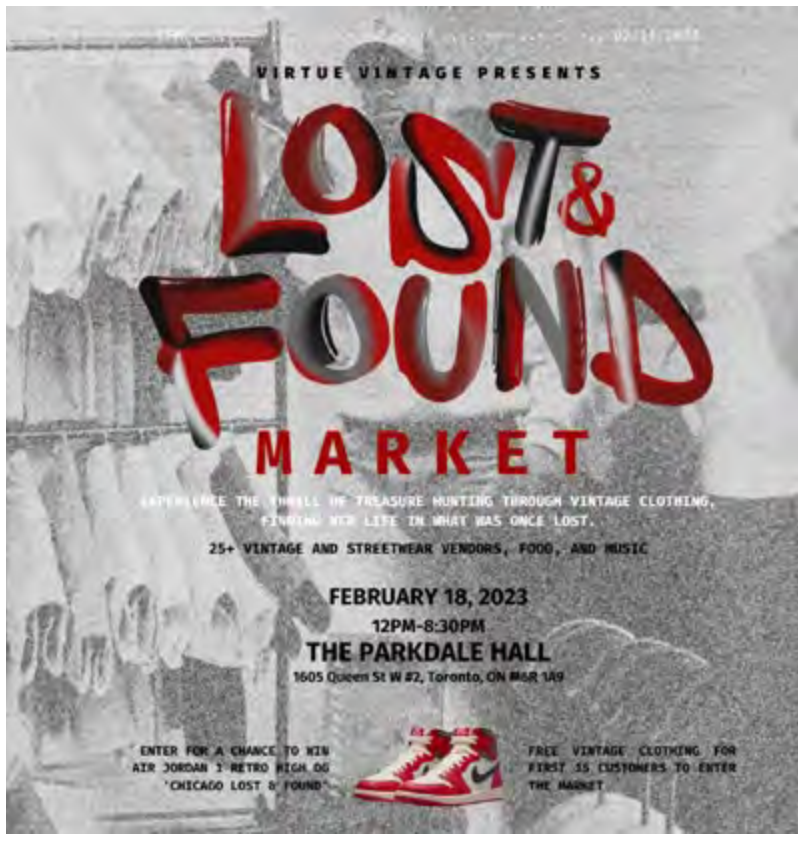
Procura-se senhora de limpeza a tempo parcial ou tempo integral a trabalhar em Mississauga (Hurontario e QEW). Os deveres incluem: limpeza, lavandaria e preparação ocasional de refeições. **Interessados favor entrar em contato 647-500-9192 entre às 18h a 21h em qualquer dia da semana.**

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. **Contactar: Cesario: cesario@mysweetiepie.ca 647-245-3301**

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**



applewood

3000 Woodchester Drive, Mississauga | 905-828-2221 | applewoodauto.com

SIERRA FINANCE: Offer available to qualified retail customers in Ontario on select new and previously unregistered 2022 Sierra 1500 models financed between February 1, 2023 to February 28, 2023. 1.49% purchase financing (1.49% APR) offered on approved credit by TD Auto Finance Services, Scotiabank® or RBC Royal Bank for 72 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 2022 Sierra 1500 model: $69,581 financed at 1.49% APR equals $971 monthly for 72 months with $2,750 down payment. Cost of borrowing is $3,073 for a total obligation of $72,654. Offer includes $2,095 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.

HÁ QUEM PENSE QUE TODAS AS COMPANHIAS DE SEGUROS SÃO IGUAIS

OS NOSSOS MAIS DE 45 ANOS A SERVIR A COMUNIDADE CONTAM UMA HISTÓRIA DIFERENTE

PATRICK VIEIRA, CEO
JOSEPH VIEIRA, PRESIDENT & CHAIRMAN

VIEIRA
& ASSOCIATES
INSURANCE BROKERS LTD.

Contacte-nos para uma estimativa de seguros, sem compromisso.

1-888-843-4721
info@vieirainsurance.com
vieirainsurance.com

Toronto | Bradford

OFERECEMOS OS MELHORES SEGUROS
ESPECIALIZADOS EM IMÓVEIS COMERCIAIS | SETOR DE LIMPEZA | GENERAL CONTRACTORS | BONDING

AVIVA · intact · CAA Insurance COMPANY · SGI CANADA · Wawanesa Insurance · economical · TRAVELERS · echelon Insurance · CHUBB · HAGERTY