



VIANA REVISTA JOVEM

MARÇO 2021
#EDIÇÃO 4



CÂMARA MUNICIPAL
VIANA DO CASTELO





Os elementos do Conselho Municipal da Juventude são as figuras centrais desta revista, no entanto não podemos deixar de dar visibilidade aos nossos jovens de Viana do Castelo.

Esta edição sofreu algumas mudanças, consideramos hoje que temos uma revista mais madura, resultado dos contributos de melhoria de todos os jovens que nos enviam sugestões. Optamos por escolher a temática do desporto por sugestão de muitos jovens e porque a nossa cidade respira desporto na comunidade, nas escolas e nas associações desportivas.

Os convidados desta edição são personalidades que muitos de vocês conhecem, outros vão ficar a conhecer melhor e é também esse um dos nossos grandes objetivos: dar a conhecer os jovens de Viana do Castelo a outros jovens.

Apelamos à vossa participação nestas edições, temos todo o interesse em divulgar o vosso trabalho e o vosso talento. Para isso encontram os nossos contactos no final da revista.

Até breve.

CARLOTA BORGES

VEREADORA DA JUVENTUDE
CÂMARA MUNICIPAL DE VIANA DO CASTELO



04

. CONSELHO MUNICIPAL DA JUVENTUDE

- Darque Kayak Clube
- Associação de Estudantes da Escola Superior Desporto e Lazer IPVC

09

. SÍTIO DA TUA VOZ

- Antoine Launay
- Bruna Parente
- Lara Carvalho
- Maria Enes
- Marta Paço

20

. DESPORTO

- Náutica nas escolas – Projeto Educativo
- Vítor Dias – Diretor Regional do IPDJ

27

. PROJETOS DA JUVENTUDE

- Concurso “Viana Jovens Empreendedores 2021”
- Concurso “Viana Jovens com Talento 2021”
- Cartão Jovem Municipal

. EVENTOS E INICIATIVAS

- ENETUR- Encontro Nacional de Estudantes de Turismo
- Disco do Mês - NAAM

.SUMÁRIO





A prática desportiva regular e de alto rendimento é
dinamizada pelos clubes e associações desportivas e
estimulada através de uma política integrada para as áreas
do desporto e da juventude



04

**.CONSELHO
MUNICIPAL DA
JUVENTUDE**



Darque Kayak Clube



A Darque Kayak Clube nasceu à mercê de um grupo de jovens que quis fomentar a canoagem, dar oportunidades aos jovens em zonas carenciadas e o fomento de hábitos de vida saudáveis, despertando a atenção para a defesa do meio ambiente.

Sonha com a construção de uma pista de slalom em Viana do Castelo, para que os seus jovens não tenham que se deslocar a outros concelhos para a prática do slalom e para que os atletas de Alto Rendimento não tenham que estar em permanência no estrangeiro pela falta de pistas de slalom de nível em Portugal.

Fundação:
4 de abril de 1994

Tipologia:
Associação Juvenil, clube olímpico

Número de praticantes/atletas que em
média movimenta anualmente:
+- 3000

Número médio de atletas de competição:
80

Número de embarcações:
300

Situado:
Centro de Canoagem de Viana do
Castelo, Darque, Rua Gustavo Eiffel

Especialidades Praticadas

Olímpicas:

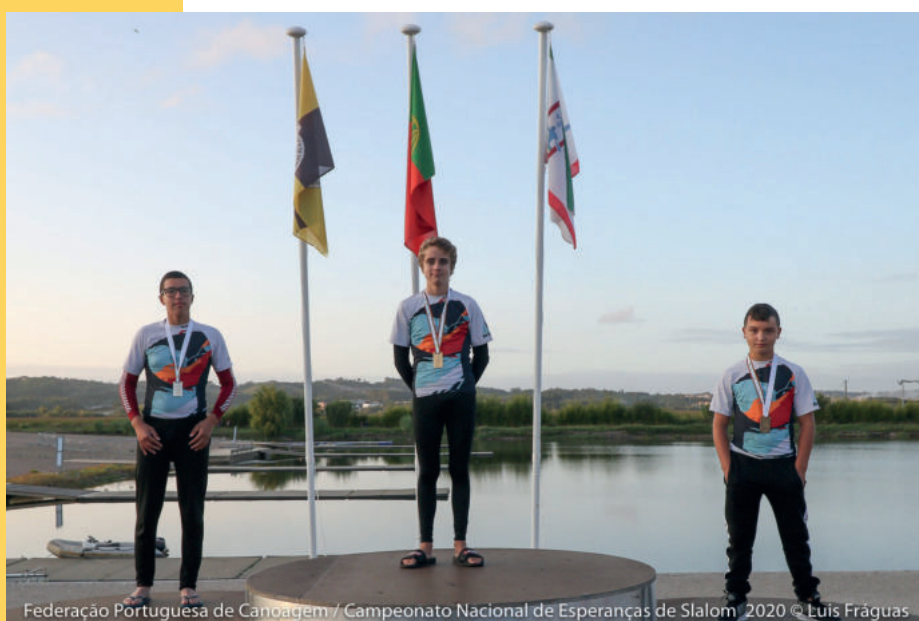
Velocidade, Slalom e
paracanoagem

Não Olímpicas:

Fundo, maratona, kayak
mar, kayak surf, surfski,
kayak polo, kayak à vela,
kayak extremo, Freestyle,
lazer, náutica nas escolas.

Programas de maior prestígio:

Náutica nas Escolas;
Desporto para todos no
âmbito da deficiência
intelectual e motora com
APPACDM de Viana;
Recolha de Sangue;
Defesa do Ambiente;
Proteção ao ninho de
Borrelho de Coleira
Interrompida;
Erradicação de espécies
invasoras.



Federação Portuguesa de Canoagem / Campeonato Nacional de Esperanças de Slalom 2020 © Luis Fráguas

PALMARÉS DESPORTIVO MAIS RELEVANTE

114 títulos de campeão nacional conquistados;
Tetracampeão nacional de Esperanças de Slalom por clubes;
Duas vitórias por clube da Fase Final das Primeiras pagaiadas de slalom;
Um atleta com título individual de campeão da europa ao serviço da selecção nacional;
Um atleta com dois títulos vice campeão do mundo ao serviço da selecção nacional;
Um atleta com qualificação olímpica para os Jogos Olímpicos Tóquio 2020+1;
Organização de campeonatos nacionais;
Organização de Taças Ibéricas;
Organização de Taça do Mundo Maratona 2018.



Associação de Estudantes da Escola Superior Desporto e Lazer – IPVC



A Escola Superior de Desporto e Lazer é uma das seis Escolas do Instituto Politécnico de Viana do Castelo [ESDL-IPVC].

As instalações da ESDL foram inauguradas a 15 de maio de 2013 e situam-se no Complexo Desportivo e de Lazer Comendador Rui Solheiro, Monte Prado (de que faz parte integrante o Centro de Estágios de Melgaço), com vista para o Rio Minho.

Melgaço é particularmente reconhecida pelas atividades de desporto natureza, turismo e lazer. Com toda a envolvimento da natureza, a ESDL completa as suas aulas com o ar puro e a descontração.

Pode-se integrar este curso através de candidatura por CTESP que contém a área de Treino Desportivo e Trabalhos em Altura e Acesso por Cordas ou por Licenciatura com saídas profissionais para áreas de Fitness, Treino Desportivo ou Desporto Natureza.

Fundação:
15 de Maio de 2013

Tipologia:
Instituto Politécnico

Nacionalidade:
Portuguesa

Cursos:
CTESP - Treino Desportivo e Trabalhos em Altura e Acesso por Cordas;
Licenciatura com saídas profissionais para áreas de Fitness, Treino Desportivo ou Desporto Natureza;
Mestrado de Atividades de Fitness, de Desporto de Natureza e de Treino Desportivo;
Pós-Graduação de Desporto de Natureza e Planeamento, Avaliação e Performance em Trail Running.



A ESDL contém ainda 3 Mestrados, sendo eles o Mestrado de Atividades de Fitness, de Desporto de Natureza e de Treino Desportivo, conta ainda com Pós-Graduação de Desporto de Natureza e Planeamento, Avaliação e Performance em Trail Running.

A ESDL é constituída por Docentes com ótimos currículos e uma vasta experiência profissional.

A Associação de Estudantes da ESDL, neste ano atípico, tem feito de tudo para cativar todos os alunos à prática de exercício físico em casa, mas também a toda a população. Estes incentivos são marcados todas as semanas através de treinos online via instagram realizados por alunos, ex-alunos e docentes.

Tem sido bastante reconfortante ver a adesão dos treinos e de todo o trabalho investido nos nossos alunos.



DESPORTO UNIVERSITÁRIO - FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO IPVC

O IPVC é representado pelos seus estudantes nos Campeonatos Nacionais Universitários (CNU) da Federação Académica de Desporto Universitário (FADU).

Desde 2011 já foram 41 as medalhas que os nossos 86 estudantes ganharam em 35 campeonatos. Com uma enorme satisfação e orgulho dizemos que temos 13 medalhados em 1º lugar, 14 em 2º lugar e 14 em 3º lugar.

A organização destas representações encontra-se a cargo do Centro Desportivo do IPVC, desde 2016 em parceria com a Federação Académica do IPVC.



Cinco jovens desportistas partilham connosco o seu
percurso desportivo e as suas conquistas

09

**.SÍTIO
DA
TUA VOZ**

ANTOINE LAUNAY - CANOAGEM



“Sou atleta da DKC desde 2014. Ingressei em 2015 na selecção nacional como atleta de Alto Rendimento.

Em 2017 ganhei o estatuto de atleta de Percurso Olímpico, apoiado pelo Comité Olímpico Português, pela classificação de 12º no Campeonato da Europa, atribuindo-me bolsa olímpica. Em 2019, alcancei a vaga olímpica no campeonato do mundo ao alcançar o 4º lugar que classificava as vagas olímpicas para Tóquio 2020 - 7º na Final, 4º por países. Nos Jogos Olímpicos apenas compete um atleta/país, sendo que as expectativas permitem sonhar com a medalha olímpica.

Comecei a praticar canoagem muito cedo e com grande entusiasmo. Especializei-me no slalom/águas bravas.

O meu maior sonho é participar nos Jogos Olímpicos Tóquio 2020+1. Orgulho-me de usar as cores da selecção nacional, e espero usá-las no lugar mais alto do pódio. São 6 anos de um caminho difícil, mas lindo (...)

Antoine Manuel
Quintal Launay

Idade:
27 anos

Nacionalidade:
Portuguesa

Clube:
Darque Kayak Clube

Profissão:
Desportista-Canoagem

CONQUISTAS

2016

- Campeão Nacional K1 sénior
- Vencedor da Segre Cup K1 sénior

2017

- Campeão Nacional k1
- Campeão Nacional k1 Patrulhas
- 12º lugar k1 Campeonato da Europa
- 13º lugar k1 Campeonato do Mundo

2019

- Campeão Nacional K1
- Campeão Nacional C1
- Campeão Nacional K1 patrulhas
- Vencedor da Segre/Cup
- Alcançou a vaga olímpica no campeonato do mundo ao conseguir o 4º lugar que classificava as vagas olímpicas para Tóquio 2020
- Na final alcançou o 7º lugar, sendo o 4º melhor país.

2020

- Campeão Nacional k1
- 7º lugar por países e o 12º lugar no Campeonato da Europa, em Praga
- 13º na Taça do Mundo em Tacen
- 19º lugar na Taça do Mundo em França.

“Aconteça o que acontecer a estrada é bonita e saio reforçado positivamente do ponto de vista do humano que sou. A canoagem é o desporto que amo e vivo-o intensamente a tempo inteiro.

Por vezes há dificuldades a superar como foi o adiamento dos Jogos, foi um colapso... foi um choque emocional real, corporal ... foi muito difícil.

Porém a minha equipa técnica, médica e a minha esposa foram maravilhosas e ajudaram-me muito.

Superei e voltei a treinar em boas condições, e, desde então, as sensações foram gradualmente voltando. As vicissitudes e as superações são próprias de atletas jovens e neste capítulo, do alto rendimento.

Estarei nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020+1, representando Portugal, mas também Viana do Castelo e o Darque Kayak Clube.”



BRUNA PARENTE - REMO



“Desde pequena que pratico desporto, mas esta jornada no mundo do Remo só começou em 2013. Por essa altura tinha 11 anos e nunca me tinha passado pela cabeça a ideia de algum dia vir a praticar esta modalidade. No entanto, muito graças a familiares que tinham ligações ao Remo, decidi experimentar, só por lazer. Após alguns dias de aprendizagem, acabei por gostar imenso da sensação de paz e alegria que o Remo me trazia e acabei por ficar.

Remo é um desporto tanto individual como de equipa. Dependendo do escalão, é possível fazer barcos de uma só pessoa, mas também de duas, quatro e até oito remadores. É um desporto praticado ao ar livre, no rio, e talvez tenha sido isso que me tenha puxado para esta modalidade, já que sempre gostei do contacto com a natureza. Agora tenho 18 anos, oito anos de Remo nas pernas a representar o Viana Remadores do Lima e espero que muitos mais estejam para vir. Entre regatas e campeonatos, fui onze vezes campeã nacional, em diferentes barcos e diferentes vertentes do remo (indoor, velocidade, fundo e yolle).(...)

**Bruna Eliana Farinhoto
Parente**

Idade:
18 anos

Nacionalidade:
Portuguesa

Clube:
Viana Remadores do Lima

Profissão:
Estudante do Curso de
Bioquímica na Universidade do
Minho

CONQUISTAS

- Regatas em Sevilha - Espanha
- Regatas Macôn e Saint-Nazaire - França.

2018

- Uma participação nos Jogos Náuticos, em 2018.

“No entanto, não é disso que mais me orgulho, mas sim do que, durante todos estes anos, cresci como pessoa. O Remo ensinou-me a trabalhar em equipa e a não desistir. Evoluí a nível físico, mas também a nível mental, tornando-me mais responsável e organizada. Treino todos os dias para que, algum dia, seja chamada à Seleção Nacional, mas isso nunca me impediu de conciliar, nas melhores condições, a Escola com o Remo.

Entre provas e estágios, ganhei uma independência incrível, algo que se revelou bastante útil, agora que estou a estudar na Universidade. Esta modalidade também me deu a oportunidade de competir, não só por todo o país, mas também internacionalmente.

Já competi em regatas em Espanha (Sevilha) e em França (Macôn e Saint-Nazaire), incluindo uma participação nos Jogos Náuticos, em 2018, competição que no próximo ano se vai realizar aqui, em Viana do Castelo.

Assim, sou eternamente grata ao Remo, pelo que me trouxe e mostrou ao longo destes anos. Venham outros tantos!”



LARA CARVALHO - VELA



“O meu percurso como velejadora começou nas antigas instalações do Clube de Vela de Viana do Castelo (CVVC). A partir daí passei a fazer parte da Escola do CVVC. Represento o meu clube há cerca de dez anos, durante os quais participei em centenas de campeonatos e conquistei vários títulos e prémios, todos na classe Optimist, como por exemplo, os títulos de Campeã Regional de Infantis Feminina (aos 9 anos), Campeã Nacional de Infantis Feminina (aos 11 anos), Bicampeã Ibérica Infantil Feminina, entre outros.

Todos estes prémios e títulos obviamente têm bastante importância, mas sem dúvida que o essencial e o que mais me marcou foram as experiências que o CVVC me proporcionou: os dois campeonatos da Europa para os quais me apurei (um na Holanda e outro na França), em que representei a seleção portuguesa de vela e que se tornaram, sem dúvida, em aventuras que nunca irei esquecer. Para além disso, em 2019, tive a oportunidade de ir a Omã participar no campeonato “Golfo Pérsico” e pude conhecer um novo país e uma nova cultura.(...)”

Lara Ribeiro Carvalho

Idade:
16 anos

Nacionalidade:
Portuguesa

Clube:
Clube de Vela de Viana do
Castelo

Profissão:
Estudante

CONQUISTAS

2014

- Campeã Regional de Infantis Feminina

2016

- Campeã Nacional de Infantis Feminina
- Bicampeã Ibérica Infantil Feminina, entre outros.

2019

- Participação no campeonato “Golfo Pérsico” em Omã
- Primeiro lugar do Ranking Nacional Juvenil Feminino
- Participação campeonato da Europa na Holanda e outro na França.

“Terminei o meu percurso na classe Optimist em 2019, com o primeiro lugar do Ranking Nacional Juvenil Feminino. A prática da vela exige muita dedicação e algum espírito de sacrifício, pois muitas vezes tanto os treinos como as regatas são realizados em situações de tempo adversas e bastante complicadas.

No entanto, sinto que tudo isso vale muito a pena, é uma modalidade única que me permite viver experiências fantásticas, conhecer muito melhor o nosso país e fazer muitas amizades por onde vou viajando para competir ou treinar.

Apesar de atualmente não competir, algo que permanece igual é o gosto que tenho pelo mar, não necessariamente o andar de barco à vela, mas sim a brisa do mar, as ondas e o sentimento de liberdade que o mesmo me transmite. Nunca tive medo do mar, nem acho necessário, mas devemos ter cuidados com as nossas ações. Na minha opinião não é preciso ter medo do mar, mas sim respeito por ele.”



MARIA ENES - CANOAGEM



“Pratico canoagem desde os 8 anos, por influência do meu pai que é também um aficionado deste desporto.

A canoagem subdivide-se em várias especialidades dependendo, por exemplo, do local onde é praticada, do tipo de embarcação utilizada ou mesmo da distância executada na competição, permitindo aos atletas uma grande diversidade e variedade de escolha. Pessoalmente, dedico-me à especialidade de canoagem em águas lisas, sendo o k1 o meu barco de eleição, ou seja, uma embarcação monolugar na qual o objetivo é atingir uma determinada distância no menor tempo possível.

Desde as categorias mais jovens que realizo competições obtendo, na última época em específico, resultados bastante auspiciosos, alcançando três pódios nacionais sendo um deles de primeiro lugar e por isso sagrei-me mais uma vez campeã nacional de esperanças, na qual o percurso é composto por 4 km.(...)”

Maria Enes

Idade:
14 anos

Nacionalidade:
Portuguesa

Clube:
Darque Kayak Clube

Profissão:
Desportista-Canoagem

CONQUISTAS

2016

- Campeã Nacional de Esperanças de slalom K1 menor
- Campeã nacional das Primeiras Pagaiadas slalom K1 menor

2017

- Campeã nacional Primeiras Pagaiadas Fundo K1 menor- Campeã Nacional de Esperanças de slalom k1 iniciado

2019

- Campeã Nacional c1 Infantil 1ªAs pagaiadas fundo

2020

- Campeã Nacional k1 Infantil de Esperanças, fundo

“Esta prova marcou-me muito positivamente, assim como este desporto o faz todos os dias.

A canoagem representa muito para mim, sendo que lá encontrei pessoas bastante importantes, além de ser um desporto que me preenche por completo e tem tido um lugar especial na minha vida por todas as qualidades e benefícios que me tem trazido.

A Canoagem exprime todo um sentimento de liberdade e exponencia a minha força e resiliência.”



MARTA PAÇO - SURF



“O surf é muito mais do que pegar numa prancha e apanhar ondas. É um lifestyle, algo que preenche a vida de quem se atreve a entrar nesta onda. Desde que comecei a surfar, a minha perspetiva da vida mudou radicalmente. Dia após dia, sinto-me mais empática, mais disposta a encarar os desafios de forma leve, e, muito disso, devo ao mar.

Tudo começou em 2017 quando um desafio, em tom de brincadeira, me levou a apanhar a primeira onda na praia do Cabedelo. No momento em que deslizei sobre a primeira onda e senti a energia do mar a levar-me, percebi que estava perante algo que me fazia, e faz, imensamente feliz. Nunca vi o mar, só o posso sentir, imaginar e deixar que a sua energia me guie. Uma brincadeira transformou-se rapidamente num sonho, o sonho de competir, de provar a todos que é possível e de levar o nome de Portugal e da minha cidade mais longe. Muitas horas na água, o apoio incondicional do meu treinador Tiago (que me treinou desde o primeiro dia) e a colaboração do Surf Clube de Viana bastaram para que as oportunidades comessem a surgir. (...)

Marta Jordão Paço

Idade:
16 anos

Nacionalidade:
Portuguesa

Clube:
Surf Clube de Viana

Profissão:
Estudante - 10º Ano
(Escola Secundária de
Monserrate)

CONQUISTAS

2018

-3º lugar Stance ISA World Adaptive Surf Championship

2019

-Campeã Europeia de Surf adaptado-Campeonato Europeu de Surf Adaptado - Viana do Castelo.

“Em dezembro de 2018, surgiu a minha primeira grande oportunidade de mostrar que o surf é para todos e que os cegos também podem surfar. Participei, em 2018 no Stance ISA World Adaptive Surf Championship. Conquistei o terceiro lugar. Foi uma grande alegria!

Em maio de 2019, no primeiro Campeonato Europeu de Surf Adaptado e que se realizou em Viana do Castelo, tornei-me a primeira campeã europeia de surf adaptado, rodeada de família e amigos.

Além dos títulos, o surf trouxe para a minha vida pessoas incríveis, experiências inesquecíveis e sensações inimagináveis. Ensinou-me o valor do trabalho em equipa, pois o surf adaptado não é um desporto individual.

A relação treinador-atleta é decisiva. O meu treinador é responsável por grande parte da minha evolução. Transmite-me cada detalhe técnico, não através da demonstração visual, mas recorrendo a todos os meus outros sentidos. Muitos sonhos estão por realizar, muitos objetivos a cumprir, mas uma certeza: a de continuar.”





“Sucesso não é acidente. É trabalho duro, perseverança, sacrifício e, acima de tudo, amor pelo o que você faz ou está aprendendo a fazer.”

Edson Arantes do Nascimento, Pelé, lendário jogador brasileiro



20

.DESPORTO



NÁUTICA NAS ESCOLAS

PROJETO EDUCATIVO

Projeto Educativo –
Alunos do 2º/3º Ciclo e
Secundária

Divulgar e implementar a
prática dos desportos
náuticos aos alunos do 2ª e
3º ciclos
do ensino básico.

Inserção da náutica no
currículo da disciplina de
educação física.



A Câmara Municipal desenvolveu um projeto de promoção de atividade desportiva denominado “Náutica nas Escolas”, que pretende trazer para os estabelecimentos de ensino atividades náuticas através da disciplina de educação física. Este inovador projeto permite que sejam implementadas aulas de surf, canoagem, remo e vela enquanto atividades letivas curriculares na disciplina de Educação Física.

O projeto Náutica nas Escolas, enquanto atividade letiva curricular na Disciplina de Educação Física, é dinamizado ao longo do ano letivo, de acordo com o projeto de cada agrupamento de escolas.

Tendo por base sessões de iniciação, as aulas decorrem semanalmente e cada agrupamento desenvolve a atividade náutica com a frequência solicitada, sendo a principal orientação do Município que todos os alunos tenham a experiência nas quatro modalidades/disciplinas náuticas ao longo do seu percurso escolar: canoagem, remo, surf e vela.

Independentemente da sua condição socio económica e da sua condição física todos têm a oportunidade de participar. É um projeto inclusivo que permite a prática de desporto em contacto direto com a natureza.

As aulas decorrem nos três centros náuticos de Remo, Canoagem e Vela e no Centro de Alto Rendimento de Surf. É responsabilidade do Município assegurar o transporte e o enquadramento técnico, através de protocolos com os clubes náuticos.

A iniciativa foi lançada em 2013 com a participação de 6 escolas, 19 turmas, dando um total de 370 alunos.

No ano letivo 2018/2019, sem influência da pandemia, participaram no projeto, 11 escolas, 111 turmas, correspondendo a 2241 alunos.

1º ciclo
Natação Curricular
(3/4 anos)

2º ciclo
Atividades Náuticas
(Canoagem, Remo, Surf,
Vela)

1º e 2º ciclos
Cultura Marítima – Gil
Eannes

3º ciclo e secundário
Clubes Náuticos/Desporto
Escolar

Parceria:
Escolas (professores e alunos)
+ Município (logística e suporte
financeiro) + Clubes
(Instalações e técnicos)



No Primeiro Ano 2013/2014

Escolas:
6

Turmas:
19

Alunos:
70

No Último Ano 2018/2019

Escolas:
11

Turmas:
111

Alunos:
2241

Para promover hábitos que promovem a saúde, a cidadania e a vivência do território, o Município fez um grande investimento na recuperação de edifícios situados em locais estratégicos da cidade, dotando a cidade de um equipamento de remo, um centro de vela, um centro de canoagem e um centro de alto rendimento de surf.

Estes equipamentos constituem um suporte à dinamização concertada e participação nas atividades náuticas das escolas e de toda a população. Destaca-se, ainda, o Centro Interpretação Ambiental e de Documentação do Mar situado no interior do navio Gil Eanes.

Paralelamente, e também com base nesta primeira abordagem aos desportos náuticos, tem sido registado um aumento de atletas nos clubes e Viana do Castelo tem sido palco de inúmeros eventos desportivos de âmbito nacional e internacional. A descoberta de campeões nos vários desportos é uma constante.

A história de Viana e o mar, a sua relação com a economia do mar passando pela afirmação de cidade náutica do atlântico, promotora de um conjunto de apoios à náutica de recreio e às atividades náuticas de aprendizagem e competição, são realidades que permitem compreender a forte afinidade que esta cidade tem com o mar.



ENTREVISTA

VITOR DIAS

DIRETOR REGIONAL DO IPDJ

Vítor Dias

Instituição:
Instituto Português do
Desporto e Juventude, IP

Função:
Diretor Regional do Norte

Nacionalidade:
Portuguesa

Localidade:
Norte



1. O Desporto e a Juventude são termos indissociáveis. Considera fundamental que os jovens sejam praticantes ativos de uma modalidade desportiva?

Claro que sim, sem dúvida. Todos os especialistas o referem, todos os estudos o indicam, a prática desportiva é essencial para um crescimento equilibrado e saudável, física e mentalmente, devendo a prática ser iniciada o mais cedo possível.

2. O Desporto não é só para os jovens, cada vez mais vemos os mais velhos viverem mais tempo e com estilos de vida mais saudáveis. Será uma mudança de mentalidades que faz parte da evolução da população em geral? Ou acha que também se deve às campanhas promovidas pelo IPDJ, e outras entidades, a incentivar estas práticas?

A prática desportiva e a atividade física são fundamentais para um desenvolvimento humano harmonioso, ao longo de toda a vida, independentemente da idade ou da fase da vida. Apesar de termos melhorado, os dados indicam que Portugal tem ainda índices de prática desportiva e de atividade física muito aquém do desejável. Existem diversas razões para isso, uma das quais é a nossa mentalidade, a nossa cultura desportiva, individual e coletiva, que precisa mudar ainda mais.

O IPDJ tem promovido algumas campanhas e programas no sentido de promover a atividade física e o desporto para todos, em articulação e parceria com os vários agentes do setor. Genericamente, nos últimos anos, o trabalho das Autarquias tem sido muito importante, nomeadamente ao nível da criação de condições para a prática. Mas este é um processo permanente, contínuo e sempre incompleto, que precisa do esforço e do contributo de todos.

Julgo que estes últimos meses deixaram clara a necessidade de repensarmos modelos, estratégias, formas, conceitos e preconceitos, sobre o desporto, a prática desportiva e a atividade física em Portugal.

3. Todas as modalidades desportivas têm sofrido alterações e restrições neste tempo de pandemia. Em que medida acha que isso pode afetar a vida dos mais jovens? Será que haverá um retrocesso na prática de atividade física depois deste confinamento?

Sim, a Pandemia obrigou à paragem total ou a grandes limitações na prática desportiva, nomeadamente na componente competitiva, e com grande impacto nos desportos coletivos e nos escalões de formação, mas também no dito “desporto de base” no desporto informal e na atividade física em geral.

Os estudos parecem indicar não só um grande retrocesso na predisposição para a prática, mas também impactos negativos ao nível das competências de mobilidade e destreza, na obesidade e na saúde mental.

Será um grande desafio para todos a retoma da atividade. Teremos que, em conjunto, Estado, Autarquias, Federações, Clubes e Famílias, encontrar as estratégias necessárias para tentar recuperar a prática e voltar à normalidade de forma progressiva e segura.

4. Como é que o IPDJ está a reagir à situação pandémica que estamos a atravessar? Tem sido difícil aceder a todos os pedidos de ajuda das associações e clubes?

Esta foi uma situação nova e inesperada para todos à qual tivemos que nos adaptar para tentar responder de forma adequada. O IPDJ tem procurado fazer a sua parte e em diferentes vertentes. Em termos financeiros, como é sabido, os apoios financeiros ao Desporto são efetuados, quase exclusivamente, através das Federações de modalidade e esses mantiveram-se na totalidade e como previsto. Por outro lado, garantiram-se os apoios financeiros previstos no Programa Nacional de Desporto Para Todos, de acordo com os planos apresentados em candidatura e que as Entidades tiveram oportunidade de ajustar. Foi lançado o programa “Ser Ativo em Casa”, e criada uma equipa para apoio na elaboração dos Planos de Confinamento para as instalações desportivas, entre outros exemplos. Paralelamente, O IPDJ participou, a nível nacional, num processo de recolha de informação, em articulação e cooperação com outros países europeus, para avaliação de impacto da Covid no desporto, estando a ser preparadas medidas extraordinárias de apoio, em função dessa avaliação.

Ao nível do Associativismo Jovem, também se mantiveram os apoios financeiros no âmbito dos programas PAJ (Associativismos Juvenil) e PAE (Associativismo Estudantil) e outros, tendo sido aprovada uma Portaria Extraordinária que possibilitou não só o ajustamento das atividades a desenvolver, como também a apresentação de justificativos de despesas. De salientar ainda a possibilidade de apresentação de candidaturas para projetos pontuais para os quais foi alargado (para o dobro) o valor de apoio.

5. Que mensagem de esperança e força daria aos jovens, que atravessam uma fase muito complicada, privados de todas as atividades sociais e desportivas, tão fundamentais para a sua evolução e crescimento enquanto seres humanos?

Os jovens têm sido exemplares na sua postura e atitude de grande responsabilidade no combate à Pandemia. Com a sua capacidade empreendedora, a sua resiliência e inteligência, saberão também encontrar a força e as estratégias adequadas para recuperar o tempo perdido e transformar este período de dificuldade em oportunidades de superação, crescimento e fortalecimento.

Têm o conhecimento, as competências e a capacidade criativa que lhes permitirão desenvolver iniciativas e projetos inovadores que, estou certo, contribuirão para voltarmos a trilhar um caminho de desenvolvimento e progresso cultural, económico, social e desportivo. Compete às Entidades europeias, nacionais, regionais e locais, criar as políticas, as condições e os apoios necessários para que as suas ideias e projetos se possam concretizar.



**A Tua Escolha
A Nossa Missão**



•

Os projetos municipais destinados aos jovens resultam de um processo contínuo de auscultação e cooperação entre os responsáveis políticos e os jovens do nosso concelho.

•

27

**.PROJETOS
DA JUVENTUDE**



Verba de :
40.000€

Viana Jovens Empreendedores

O concurso Viana Jovens Empreendedores, dinamizado pela Câmara Municipal de Viana do Castelo, destina-se a jovens, entre os 18 e os 35 anos, residentes no concelho de Viana do Castelo, e pretende promover a seleção de ideias/projetos, em torno dos quais se perspetive a criação do próprio emprego.

Residentes em :
**Viana do
Castelo**

**Candidaturas
de 15 a 30
de Abril**

***Ideia de negócio inovadora para implementar no
Município de Viana do Castelo.***

Submissão das candidaturas e mais informações em:
www.cm-viana-castelo.pt/

Verba de :
50.000€

Viana Jovens Talentos

A Câmara Municipal de Viana do Castelo dinamiza, pelo segundo ano, o concurso Viana Jovens com Talento. Este concurso destina-se a jovens, entre os 18 e os 35 anos, residentes no concelho de Viana do Castelo, que pretendem desenvolver o seu potencial criativo e inovador implementando um projeto na área artística e cultural.

Residentes em :
**Viana do
Castelo**

**Candidaturas
de 15 a 30
de Abril**

**Artes digitais, artes plásticas, dança, design, fotografia,
vídeo, música, teatro e cruzamentos disciplinares.**

Submissão das candidaturas e mais informações em:
www.cm-viana-castelo.pt/

WORKSHOP

Jovens Talentos e Empreendedores

31 março
18h00 às 20h00
Plataforma zoom

INSCRIÇÃO OBRIGATÓRIA PARA JUVENTUDE@CM-VIANA-CASTELO.PT

A Câmara Municipal de Viana do Castelo, em parceria com a Escola Superior de Tecnologia e Gestão do IPVC, vai promover um workshop (Plataforma zoom) com o objetivo de capacitar os jovens para a apresentação de projetos aos concursos e criação de um Plano de Investimentos e Custos de Operação.



ALEXANDRA BORGES POUZADA

Licenciada em Gestão
MBA e Mestre em Gestão de Operações
Comerciais
Especialista em Gestão da Qualidade

Mais informações no
www.cm-viana-castelo.pt/

Instagram: @juventudecmvc ou





CAMARA MUNICIPAL DE VIANA DO CASTELO

Cartão Jovem Municipal

Já tens o Cartão Jovem Municipal?

A validade está a acabar e não sabes como renovar?

Temos a solução para ti!

A renovação do cartão jovem municipal é gratuita e pode ser feita online no mesmo formulário que fizeste a primeira subscrição:

<http://www.cm-viana-castelo.pt/pt/adesao-ao-cartao-jovem-municipal>

Só assim poderás aproveitar todos os descontos que temos disponíveis para ti depois do confinamento.

Não percas tempo e renova a validade do teu cartão jovem municipal por mais um ano!

Parcerias :
+3000

**Renovação
Gratuita**
Faz já a tua!

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

1 – Em que país decorreu o Campeonato Mundial de Atletismo de 1995, em que a atleta Manuela Machado ganhou a medalha de ouro?

2 – Em que clube terminou a carreira de jogador de futebol o vianense Tiago Mendes?

3 – Em quantos clubes jogou Luís Viana, jogador de Hóquei em Patins?

4 – Quais as iniciais da equipa vianense que compete no campeonato Nacional de Voleibol masculino?

5 – Que novo equipamento desportivo está instalado perto da antiga Praça de Touros?

6 – Que desporto pratica o atleta vianense Miguel Ribeiro?

RESPOSTAS PALAVRAS CRUZADAS 3ª EDIÇÃO

Como podes obter mais descontos em Restaurantes, Lojas, Ginásios, entre outros? **R: Cartão Jovem**

2- Qual a idade mínima para aderir ao Cartão Jovem Municipal? **R: Doze Anos**

3- Qual a idade máxima para aderir ao Cartão Jovem Municipal? **R: Vinte e Nove**

4- Validade do Cartão Jovem Municipal. **R: Um ano**

5- O Cartão Jovem Municipal é uma parceria da Câmara com outra entidade. **R: Movijovem**

6- Como podes aderir ao Cartão Jovem Municipal sem sair de casa? **R: Online**

7- Local onde podes fazer o Cartão Jovem Municipal. **R: Gabinete da Juventude**

8- O Cartão Jovem oferece 50% de desconto na avença mensal do Parque de Estacionamento do Campo d'Agonia, nos mini autocarros elétricos e outro meio de transporte. Qual? **R: Funicular**





ENETUR

O TEU FUTURO (RE)COMEÇA AQUI!



VIANA DO CASTELO 2021

www.enetur.pt

8 e 9
ABRIL
2021



DISCO DO MÊS: ABRIL 2021

AUTOPSY - MENTAL FUNERAL (1991)



NÚCLEO DE APOIO
ÀS ARTES MUSICAIS

Fundindo de forma pioneira o imaginário death metal com filmes de terror e temáticas grotescas, os californianos AUTOPSY formaram-se em 1987 após a separação do baterista Chris Reifert dos influentes Death. Marcaram de imediato um novo estilo, carregado de grooves lentos e arrastados, tornando-se uma influência precursora para centenas de bandas pelo globo fora e uma referência para a sua editora de sempre, Peaceville. Após um interregno de quase 15 anos, ressurgiram das trevas e afirmaram-se novamente como uma das maiores estrelas das sonoridades extremas.



“Mental Funeral” é um exemplo cabal de como um álbum com três décadas pode ser imune à corrosão dos tempos e manter-se absolutamente incontornável e actual ao dia de hoje. Toda a fórmula de genialidade assenta na forma como a crueza, o peso e a atmosfera são doseadas de forma hábil e versátil, residindo nessa combinação horrenda o verdadeiro cunho identitário desta obra singular. A aura doom, predominante a espaços, hipnotiza apenas momentaneamente, até os ouvidos incautos serem tragados com ferócia pela aceleração seguinte, onde solos arrepiantes golpeiam impiedosos. Paralelamente a uma parede de riffs sólidos e lendários, e a um baixo constante e ameaçador, uma voz cavernosa vocífera guturalidades obscenas desde as entranhas do núcleo terrestre.

«Gosto de música boa, seja metal ou rock, antiga ou moderna. Não quero saber, desde que faça algo ao meu cérebro.»

www.naam.pt

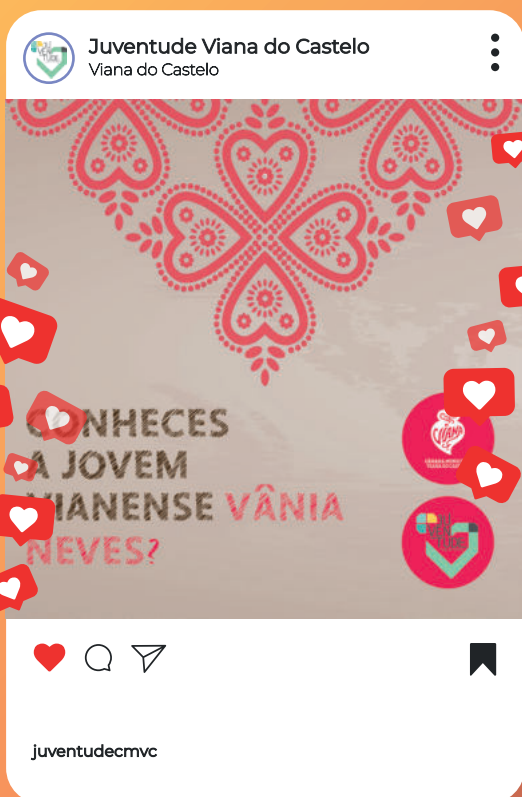


«Lost in the white, nothing in sight
Stumbling through the snow and ice
Blinded by forces you can't control
Just to stay alive your only goal

Caught within the grip of winter
Hyperboric nightmare reigns
A arctic hysteria sets in
Body goes numb as your brain»

Disco do Mês
Abril

Núcleo de Apoio às
Artes Musicais



A TUA JUVENTUDE JÁ ESTA NO



SEGUE-NOS E FICA A PAR DE TUDO!



@juventudecmvc



juventude@cm-viana-castelo.pt



www.cm-viana-castelo.pt/gabinete-da-juventude



258 809 300

VIANA DO CASTELO TEM UM GABINETE DA JUVENTUDE DISPONÍVEL PARA TI!

Inquérito de Satisfação da Revista Jovem -Março de 2021-



**A TUA
OPINIÃO
É IMPORTANTE!**

CAMARA MUNICIPAL DE VIANA DO CASTELO

Passeio das Mordomas da Romaria
4900-877 Viana do Castelo

T. (+351) 258 809 300
www.cm-viana-castelo.pt
cmviana@cm-viana-castelo.pt

Revista do Conselho Municipal da Juventude



Direção: Gabinete da Juventude – CMVC **Edição:** Câmara Municipal de Viana do Castelo
Textos: Câmara Municipal de Viana do Castelo e Convidados
Design: Creative **Fotografia:** Arménio Belo e Convidados
Logo da Juventude : Design Câmara Municipal de Viana do Castelo



CÂMARA MUNICIPAL
VIANA DO CASTELO

