

Faleceu Laurentina Torres com 85 anos de idade



PÁG 04

PÁG 12



Dr. Miguel Sousa Neves recebeu Distinção Honorífica

PUB



Fórum Internacional de Arte e Comunidade
PÁG. 09

PÁG 08



MUSEU MARÍTIMO
ESPOSENDE

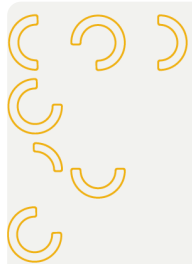
II Feira do Livro de autores Esposendenses

PÁG 03



Ainda a periodicidade do Jornal Farol de Esposende

PUB



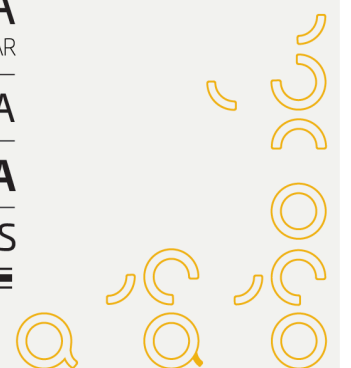
ÓTICA ANTUNES

PRACETA DA MISERICÓRDIA, ED. FAMÍLIA VINHAS A.B.
4740-480 - ESPOSENDE | T. 253 964 281 | F. 253 967 823
OCULISTA.ANTUNES@MAIL.TELEPAC.PT
WWW.OTICAANTUNES.PT



SERVIÇOS
OPTOMETRIA
CONTACTOLOGIA
ÓCULOS

TONOMETRIA
AVALIAÇÃO DA TENSÃO OCULAR
QUERATOMETRIA
RETINOGRRAFIA
TERRAPIAS VISUAIS



farol de esposende

Bimensal

proprietário e editor

Forum Esposendense - Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende
Av.ª Eng. Eduardo Arantes de Oliveira
Estação de Socorros a Náufragos
4740 - 204 Esposende

sede e redacção

Av. Eng. Eduardo Arantes de Oliveira
Estação de Socorros a Náufragos
4740-204 Esposende

contacto

+351 253 964 836
+351 966 342 893

NIPC

502416360

website

www.forum-esposendense.pt

email

jornalfarolesposende@forum-esposendense.pt
associacao@forum-esposendense.pt
museumaritime@forum-esposendense.pt

direcção do forum esposendense

Fernando Loureiro Ferreira, José Alberto Silva,
José Reis Loureiro, Jorge Miguel Ribeiro,
David Cruz, Daniel Mizrahi e Augusto Silva

diretor

Nogueira Afonso

redactores permanentes

A. Miquelino, José Felgueiras, Neco,
Carlos Barros e Ana Rita Pilar

colaboradores permanentes

Dr. Agostinho Pinto Teixeira, Dr. Manuel A.
Penteado Neiva, Fernando Ferreira,
Dr. Francisco Marques, Dr. Sampaio de Azevedo,
Nuno Cerqueira, Duarte Neiva e Luís Eiras

correspondentes

Antas - Nereides Martins,
Belinho - José Torres Gomes,
S. Bartolomeu - Dr. Maranhão Peixoto

estatuto editorial

Facebook Jornal Farol de Esposende

grafismo e paginação

Mária Filipa Figueiredo Ferreira

impressão

Graficamares, Lda. - Amares
Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10
4720 - 608 Prozelos - Amares

nº de registo

114969/90

tiragem

2.000 exemplares

assinatura anual

Portugal - 20,00€; Estrangeiro - 25,00€

IBAN

PT50 0045 1462 40053147615 55

estatuto editorial

O jornal Farol de Esposende prossegue uma política editorial no respeito pelos princípios ético-deontológicos dos jornalistas e em obediência à Lei da Imprensa. Pauta-se pelos princípios da independência, da imparcialidade, da clareza e da objetividade. Notícia assuntos de interesse diverso e desenvolve temas de carácter cultural, científico, social, desportivo e recreativo, regendo-se pelo princípio da verdadeira informação, segundo a Constituição da República Portuguesa. Os artigos de opinião são de exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal.

tesouradas

Hoje a nossa crónica será sobre o tema "aponta aí"! Então comecemos a fazer os nossos reparos.

Será por incúria dos responsáveis ou é para se tornar moda em Esposende? A pergunta tem a ver com a falta das placas toponímicas que há meses desapareceram do local onde se encontravam há anos, em sítio próprio para o efeito, no topo nascente da Avenida Rocha Gonçalves, mesmo em frente ao Hospital Valentim Ribeiro, indicando o nome dessa Avenida. Recordo que no n.º 684, deste jornal, de 24 de junho passado, perguntámos: "ara onde terão ido?". A verdade é que ainda ninguém as recolocou no seu sítio, nem se sabe por que foram de lá retiradas.

Dando uma volta pelas ruas da cidade, apesar de o movimento do verão já ter passado, a verdade é que a questão de estacionamento na cidade continua caótica. Não há ordenamento, nem fiscalização para que os carros sejam estacionados nos termos do código da estrada. Por outro lado, há horas onde não se encontra um lugar de estacionamento, muitas vezes resultante do tal caos de que acabamos de falar.

Muitas ruas da cidade de Esposende encontram-se pejadas de ervas, causando muito mau aspeto a todos nós cá residentes, mas sobretudo a quem vem visitar-nos! Para quando constituir uma equipa de pessoas responsáveis para limpem o que parece mal assim estar? E continuando nas ruas, muitas encontram-se com piso irregular e com passeios e guias de passeios a precisar do tal cuidado que devem merecer por parte das forças que mandam neste concelho, logo também na cidade de Esposende! Que há essas forças há, mas por vezes não parece haver, tal o desleixo que crescentemente se vai evidenciando.

Outro caso que deve ser resolvido o quanto antes é o das passeadeiras ou travessias de peões, existentes nas nossas ruas. Um caso, de entre muitos outros, é das tais passeadeiras, agora com muita utilização, marcadas no piso da EN 13, ou Avenida 19 de Agosto, junto à denominada Rotunda da Zende. Se passarem por lá, senhores responsáveis, constatarão que é urgente tonar bem visíveis os traços que anunciam que ali é uma travessia de peões!

Como sabemos, as entradas de uma habitação e as de uma localidade começam por anunciar ao visitante o estado de embelezamento e de conservação do que se vai visitar. Esposende, cidade intitulada de "Privilégio da Natureza", tem quatro entradas: uma a norte, pela EN 13; outra a sul, para quem vem de Fão ou de Gandra, um a nascente, para quem vem de Barcelos e Braga, e outra a poente, na foz do rio Cávado, ou na barra. Hoje vou falar da entrada nascente, onde se situa a capela da Senhora da Saúde. Minhas senhoras e meus senhores, o adro da Capela foi numa "esterqueira", desde que começou a cair a folha das árvores. Aquele adro está uma vergonha, atafalhado de lixo, assim como à volta da Capela mesmo junto as portas. Não sei quem tem que fazer a limpeza, mas é preciso limpar, aquele adro, pelo menos uma vez por semana. Mas não é só aqui, pois se a entrada está suja o interior também está. A

cidade precisa de limpeza, não interessa e por ação da Casa Grande ou da Junta de Freguesia. Limpem-se as ervas que nascem a esmo nas ruas que também estão uma vergonha. O pessoal vê estas coisas e tem que falar disto.

Algumas vezes passo pela beira rio e tenho reparado nas máquinas a trabalhar, todos os dias da semana, dia e noite, de um lado e do outro do rio. Tenho reparado que estão a fazer a defesa das águas das marés, que vêm do mar. Dou comigo a pensar que as marés, enchentes e vazantes, espalham a areia no rio e periodicamente é preciso a dragá-lo. Os sábios sabem bem que, para defesa do nosso rio, são necessários paredões de pedra e não de areia, assim como são necessárias proteções para defender as nossas marinas. Na marina norte, já desapareceu há anos uma proteção de madeira, e hoje a marina está cheia de lodo e desfeita por falta de defesa que não tem. A marina dos pescadores, a sul, também está cheia de lodo, estando também à espera de outro paredão de madeira, vendo-se lá material encostado, há mais de um ano, e uns canos e flutuantes na frente da lota, mas parece que está tudo em abandono. As mentes estão a ser pouco inteligentes.

A iluminação de Esposende, apesar das últimas chuvas, está a "secar", há dois e três postes seguidos, cuja luz secou mesmo, assim como as luzes que estão no chão, junto ou próximo dos monumentos também "secaram" completamente. E gastou-se tanto dinheiro nessa iluminação pública para iluminar monumentos e deixaram-na "secar"! Até junto do busto ao Padre Sá Pereira, na rotunda da Zende, essa luz também "secou" há muito. Quem passa lá de noite só vê arbustos, não consegue ver um monumento a um homem que até foi Presidente da Casa Grande. Aqui na zona ribeirinha, há um poste que parece um "guião", mas também secou, aparecendo apenas umas "pingas" intermitentes, deixando às escuras toda a zona envolvente. A "Casa Grande" que tire aquilo fora e que ilumine aquela zona com uns candeeiros bonitos. É do que precisa naquele lugar tão bonito de Esposende.

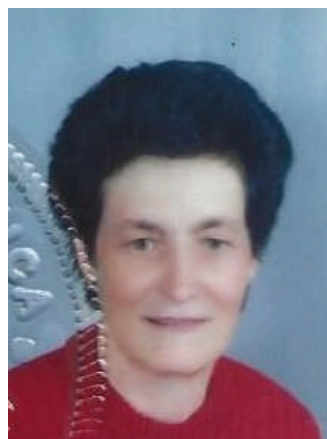
Bom, agora aqui vai a anedota!

Diálogo, ao telefone, entre dois amigos.

- Ó pá, agora, tudo é assédio sexual!
- Porque afirmas isso?
- Porque ontem, duas senhoras perguntaram-me:
- Que horas tem?
- Tenho um quarto para as duas...
- E depois?
- Passado pouco tempo estava a ser incomodado pela PSP.
- E o que te aconteceu?
- Ainda estou na esquadra, sob suspeita de abuso sexual...

Não acreditam?

Neco

**ESPOSENDE****Rosa Fernandes Vieira****AGRADECIMENTO**

A família vem, por este ÚNICO MEIO, agradecer a todas as pessoas que lhe manifestaram o seu pesar e solidariedade, aquando do falecimento, funeral e missa do 7º dia do seu ente querido, bem como às que, por qualquer outro modo, se associaram no momento da sua dor.

Esposende, 18 de novembro de 2022
A FAMILIA

Agência Funerária de Esposende Lda.

**Recolhas de Sangue e de registo de medula óssea**

A Associação Humanitária de Dadores de Sangue de Esposende, em colaboração com o Instituto Português de Sangue, realiza colheitas de sangue. Assim, todos os beneméritos dadores poderão dirigir-se, no dia e local abaixo indicados, para participarem em mais um acto de solidariedade e amor ao Próximo.

- > Belinho - 4 de Dezembro, Escola Básica, das 9h00 às 12h30.
- > Gemeses - 6 de Dezembro, Centro Paroquial, das 15h00 às 19h00.
- > Curvos - 9 de Dezembro, Junta de Freguesia, das 15h00 às 19h00.
- > Vila Chã - 11 de Dezembro, Centro Paroquial, das 9h00 às 12h30.

À atenção dos Assinantes e dos Sócios do Forum Esposendense Ainda a periodicidade do Jornal Farol de Esposende



Como deve ser do conhecimento das pessoas mais atentas e interessadas, nomeadamente os assinantes do jornal Farol de Esposende, os sócios da Associação Forum Esposendense, os nossos leitores e os esposendenses em geral, desde agosto passado temos alardado para as dificuldades financeiras que o Forum Esposendense tem vindo a suportar, particularmente desde há cerca de três anos, para fazer sair o jornal em edições quinzenais, como sempre foi acontecendo, desde a sua fundação, em dezembro de 1990. E foi precisamente em agosto passado que, por decisão da Direção da Associação proprietária do jornal, as edições passaram a ser mensais, tendo em vista a redução de custos e assim se manterá, pelo menos até dezembro próximo, quando o jornal fará 32 anos de vida. A partir desse mês, a Direção tomará a melhor decisão, em defesa da saúde financeira do Forum, dos interesses dos assinantes e dos sócios, dos leitores em geral e do concelho de Esposende, em particular, pois o jornal faz falta no nosso concelho, designadamente para registar evidências que venham a constar da história da nossa memória futura.

Um facto é indelmentável: há assinantes que têm em grande atraso o pagamento das assinaturas do jornal; e há sócios do Forum que não pagam as respetivas quotas, mas recebem o jornal em cada edição.

Um facto é indelmentável: há assinantes que têm em grande atraso o pagamento das assinaturas do jornal; e há sócios do Forum que não pagam as respetivas quotas, mas recebem o jornal em cada edição.

PUB

Lembra-se que a expedição de jornais de 12 páginas, em cada edição, para os 375 destinatários em falta de pagamento, custou ao Forum Esposendense 343,74€, para os enviados para o continente + 39,50€, para os residentes na Europa + 24,05€, para os residentes no resto do mundo, num total de custos de aproximadamente 407,29€, por edição, sendo que nos meses com duas edições o custo é de 814,58€. Estes valores são superiores quando há edições com mais de 12 páginas. Os custos foram e são suportados pelo Forum Esposendense, sem que esta Associação tenha recebido qualquer centimo proveniente dos 375 destinatários.

Assim, face ao apuramento de dados, se, até ao próximo mês de dezembro, os 326 assinantes não liquidarem os seus débitos, respeitante às assinaturas para receberem o jornal, a Direção da Associação Forum Esposendense ver-se-á forçada a suspender o envio dos jornais, a partir de janeiro de 2023, inclusive, resultando este procedimento numa poupança de 814,54€/mês, se o jornal voltar a sair com duas edições mensais, ou em 407,27€/mês, no caso de se manter uma só edição mensal.

Em mais uma tentativa, voltamos a apelar aos assinantes em falta e aos sócios do Forum com quotas em atraso, que procedam ao respetivo pagamento, podendo fazê-lo presencialmente, na sede da Associação Forum Esposendense, instalada no edifício dos Socorros a Náufragos, em Esposende, ou por transferência bancária, utilizando o IBAN PT50004514524005314761555, enviando-nos o comprovativo da operação para o seguinte endereço eletrónico: jornalfarolesposende@forum-esposendense.pt, ou ainda por outra via que cada um ache mais expedita e adequada.



SESSÃO

“CANCRO DA PRÓSTATA FACTOS E MITOS”

17H00 | CENTRO DE INFORMAÇÃO TURÍSTICA ESPOSENDE

19 NOV 22

SÁBADO

Intervenientes:
Emanuel Dias
Hospital de Braga / Escola de Medicina da Universidade do Minho

João Alturas da Silva
Hospital de S. João / Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Carlos Martins da Silva
Hospital de S. João / Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

PUB

PUBLIZENDE

Pontodecópias

O que fazemos, fazemos bem.

00351 **253 968 001**
correio@publizende.com

decoração FACHADAS MONTRAS	publicidade OUTDOOR VIATURAS	DESIGN GRÁFICO serviços	impressão GRANDES FORMATOS	<i>Pontodecópias</i> CENTRO DE CÓPIAS	corte/gravação CNC FRESA CNC LASER	personalizações CARTÕES PVC CARIMBOS	DIVULGAÇÕES RECLAMOS sinalética	GRÁFICA offset e digital PUBLICAÇÕES

Forum Esposendense e o Museu Marítimo de Esposende lamentam o falecimento da Professora Laurentina Torres



Como já é do domínio público, faleceu no passado dia 6 do corrente mês de novembro, na sua residência, em Apúlia, de onde era natural, a senhora professora D. Laurentina Veloso Fernandes Torres, muito conhecida em todo o concelho de Esposende, em particular por ter exercido o

cargo de Presidente da Câmara Municipal de Esposende, entre julho de 1986 a dezembro de 1989.

Não obstante o que já foi escrito e dito e que também consta desta página, a Direção do Forum Esposendense não podia deixar de manifestar, publicamente, o seu sentimento de pesar, pelo desaparecimento de tão ilustre Senhora, que prestou muito contributo e bastante colaboração ao Museu Marítimo de Esposende, estrutura cultural tutelada pelo Forum Esposendense. Esse contributo e a prestímosa colaboração sempre prestados a propósito, ficam traduzidos no enriquecimento do espólio do Museu, quer a nível digital quer expositivo. Para além deste reconhecimento a título póstumo, também ficaremos eternamente gratos à D. Laurentina Torres pelo incentivo que nos deu e pela confiança que o projeto do Museu Marítimo lhe mereceu e ela acarinhou.

A Direção da Associação Forum Esposendense e do Museu Marítimo vêm, por este meio, apresentar sentidos cumprimentos de pesar a toda a Família e, de uma forma muito especial, às senhoras D. Emília e D. Glória, que eram consideradas pela D. Tininha como sua família, senhoras que a acompanham e sempre muito bem trataram, durante mais de 60 anos até à hora da sua morte.

O Presidente da Direção do Forum Esposendense e Diretor do Museu Marítimo,
Fernando Loureiro Ferreira

Laurentina Torres Losa Faria A primeira e única Mulher a presidir aos destinos do Município Esposendense, no decurso dos 450 anos da sua administração

Professora Primária e Licenciada em Administração Escolar, a Professora Laurentina Veloso Fernandes Torres Losa Faria, natural de Apúlia, dedicou-se de alma e coração às tradições da sua terra, particularmente à cultura etnográfica dos "seus" Sargaceiros, cujo grupo folclórico foi fundado por seu pai, António Fernandes Torres, em 1934, tendo sido eleita Vereadora da Câmara Municipal de Esposende, cujos destinos da sua administração assumiu, nos termos da lei, em Agosto de 1986, em consequência do trágico falecimento do titular do cargo, Eng.º Alexandre Losa Faria, na perspectiva da continuidade política e da actividade municipal sufragada eleitoralmente em Dezembro de 1985 e aprovada pela Assembleia Municipal para o quadriénio de 1986-1989.

A Prof.ª Laurentina Torres foi a imagem do futuro, reflectindo no passado, para compreender a realidade ao ajuzar o dia a dia da administração municipal, com todas as dificuldades e inerências públicas e políticas associadas ao exercício das funções em causa e, ainda, pelo facto de se tratar da primeira mulher que presidiu aos destinos municipais no decurso dos 450 anos do concelho.

Pautou as suas funções pela HUMILDADE e DEDICAÇÃO ao serviço da causa pública, prosseguindo com tenacidade e vontade o cumprimento do legado político, na perspectiva de que o seu cumprimento se traduziria no desenvolvimento e progresso no futuro do concelho.

Das acções mais emblemáticas e profícuas que foram realizadas no seu mandato de Presidente da Câmara, assinala-se a criação da Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende (APPLE), cujo início teve origem na proposta aprovada pelo Executivo Municipal em 23 de Novembro de 1982, no sentido de serem classificadas todas as dunas do concelho de Esposende, de Apúlia à Foz do Neiva, como Zona de Utilização Pública (Reserva Natural, Paisagística, Recreativa e Ecológica) e levou à proposta da Assembleia Municipal para que fosse criada uma reserva natural do Litoral Norte de Esposende, constituída pelos terrenos classificados como baldios municipais pela Câmara Municipal em reunião de 17 de Junho de 1984, com as delimitações e confrontantes definidos, bem como o domínio público marítimo que lhe era adjacente e a que mais tarde a Câmara propôs a sua extensão a todo o litoral do concelho, desde Apúlia à foz do rio Neiva.

Na cerimónia de posse do Conselho Geral da APPLE, realizada a 17 de Maio de 1988, no Salão Nobre da Câmara Municipal, presidida pelo Secretário de Estado do Ambiente, Eng.º Macário Correia, a então Presidente afirmou que "fez-se justiça a todos quantos por esta causa pugnaram ao longo dos anos, e mais recentemente se preocuparam, sobremaneira, com a utilização comunitária, por parte das populações. Criaram-se os mecanismos legais para promover o uso ordenado deste espaço, de forma a permitir o seu uso público para fins recreativos, sem prejudicar a continuidade dos processos evolutivos, para sustentar e corrigir processos conducentes à degradação do património e dos recursos naturais e, finalmente, para proteger e conservar todo o concelho de Esposende e os seus elementos naturais físicos, estéticos e paisagísticos", traduzindo-se numa atitude política de solidariedade das actuais gerações para com os vindouros, que o Município fez questão de liderar e levar a bom porto, contra tudo e contra todos.

Nesta hora de pesar, pelo seu falecimento, quero testemunhar a sua disponibilidade para com o concelho de Esposende, que serviu desinteressadamente, o respeito, consideração e trato indiferenciado que sempre estiveram presentes nas suas relações com todos os funcionários municipais, não sendo parcos os elogios que testemunham a sua vida.

M M DA SILVA COSTA

Faleceu Laurentina Torres com 85 anos de idade



Laurentina Veloso Fernandes Torres Losa Faria nasceu a 5 de junho de 1937 e faleceu a 6 de novembro de 2022, na freguesia de Apúlia. Além do profícuo trabalho que desenvolveu profissionalmente, enquanto professora, Laurentina Veloso Fernandes Torres Losa Faria destacou-se pela intensa atividade social que levou a cabo ao longo da sua vida, desempenhando um papel primordial na defesa das tradições e cultura de Apúlia, em particular, e de todo o concelho de Esposende, tendo, pelo percurso exemplar, recebido a Medalha de Mérito Municipal, na sessão camarária de 27 de julho de 2006.

Na sequência das eleições autárquicas de 15 de dezembro de 1985, Laurentina Torres foi eleita vereadora da Câmara Municipal de Esposende, tendo sido, também, membro do Conselho de

Administração dos Serviços Municipalizados e representante da Câmara Municipal no Conselho Técnico de Deficientes. Entretanto, em julho de 1986, assumiu a Presidência da Câmara Municipal de Esposende, por ter falecido o então Presidente Eng.º Alexandre Domingos Losa Faria, tendo cumprido o restante mandato, como Presidente, até às eleições autárquicas de 17 de dezembro de 1989.

A par das suas atividades políticas e de docente, Laurentina Torres dedicou grande parte da sua vida à promoção da cultura e tradições da sua terra natal. De 1964 a 1979 dirige a Secção Feminina do "Grupo dos Sargaceiros da Casa do Povo de Apúlia". Em 1984 fundou o "Grupo Infantil dos Sargaceiros de Apúlia".

Exerceu o cargo de Presidente da Comissão de Apoio à Casa do Povo de Apúlia e de Coordenadora do "Grupo dos Sargaceiros da Casa do Povo de Apúlia". O expoente deste seu trabalho surge em 2004 com a proposta de classificação do repositório oral da cultura luso-galaica como Património Imaterial da Humanidade da UNESCO, onde alguns valores da etnografia esposendense foram integrados, nomeadamente as tradições dos sargaceiros de Apúlia, com as suas atividades agro piscatórias.

Fonte: Serviço de Comunicação e Imagem da CME

Município de Esposende decretou Luto Municipal por Laurentina Torres



O Município de Esposende decretou um dia de Luto Municipal – 8 de novembro – pela morte de Laurentina Torres, ex. Presidente da Câmara Municipal de Esposende, autarquia onde também desempenhou as funções de vereadora. Entretanto, na reunião do Executivo Municipal, realizada no passado dia 10 do corrente mês, foi aprovado, por unanimidade, um voto de pesar.

Pelo falecimento do então Presidente Alexandre Domingos Losa Faria, Laurentina Torres assumiu a Presidência da Câmara em 1986, tendo cumprido o restante mandato, como Presidente da Câmara Municipal de Esposende, até às eleições autárquicas de 17 de dezembro de 1989.

Foi com enorme pesar que o Executivo da Câmara Municipal de Esposende recebeu a notícia do falecimento da Digníssima Senhora Professora Laurentina Torres, manifestando a autarquia um público Voto de Pesar pelo seu falecimento.

Laurentina Torres dedicou a sua vida à causa pública, facto que merece o nosso reconhecimento e que serve de exemplo, na persecução da defesa dos valores comuns à sociedade e ao desenvolvimento do País.

A Câmara Municipal de Esposende apresenta sentidas condolências à sua família e a todos os que sentem profundamente a sua ausência.

(Texto contendo extratos da NI do Serviço de Comunicação e Imagem da CME)

Pesar pela morte da Professora Laurentina Torres



A Comissão Concelhia de Esposende do PCP manifesta público pesar pelo falecimento da Senhora Professora Laurentina Torres.

A Professora Laurentina Torres desempenhou o cargo de Presidente da Câmara Municipal de Esposende. Foi uma cidadã politicamente ativa e com uma intensa intervenção cívica, características que marcaram a sua vida!

A Comissão Concelhia de Esposende do PCP

Escola Profissional de Esposende

Halloween ecológico Animador Sociocultural



Assinalar o Halloween, é já uma iniciativa que integra o Plano de atividades da EPE.

Os alunos valorizam as diferentes manifestações associadas à data e, por esse motivo, serve de mote para um conjunto de aprendizagens técnicas e pessoais.

Este ano, a turma de Animador Sociocultural criou um conjunto de figuras onde o requisito foi o uso de materiais de desperdício e a transparência.

A elaboração dos trabalhos permitiu a sensibilização para práticas ambientais mais sustentáveis e a utilização de técnicas e materiais diversificados.

Os trabalhos estão expostos no espaço exterior da escola proporcionando um forte sentido do grupo e pertença à escola.

EPE distinguida com bandeira verde em Valongo



A Escola Profissional de Esposende foi distinguida mais uma vez com a bandeira verde Eco-Escola 2021/2022, no âmbito do Programa Internacional promovido em Portugal pela ABAE (Associação Bandeira Azul da Europa), cujo objetivo é encorajar

ações e reconhecer o trabalho de qualidade desenvolvido pelas escolas, no âmbito da Educação Ambiental/Educação para o desenvolvimento sustentável.

Desde a sua criação, a EPE sempre procurou desenvolver uma cultura ambiental na sua comunidade escolar, e em particular nos seus alunos, através da divulgação de conteúdos e, principalmente, pela dinamização de diversas iniciativas e atividades, com a finalidade de promover a sensibilização para o ambiente e a alteração de comportamentos.

A comunidade escolar tem abraçado com entusiasmo este projeto e foi com muita satisfação que viu, mais uma vez, reconhecido o trabalho desenvolvido neste âmbito, no dia 12 de outubro, em Valongo, na cerimónia do Dia do Galardão Bandeiras Verdes. É, sem dúvida, mais um estímulo para a EPE continuar o caminho de uma melhoria contínua rumo à sustentabilidade.

Um dia cheio de novas experiências! Alunos de Turismo em visita de estudo



No dia 4 de novembro, no âmbito da disciplina de Turismo e Técnicas de Gestão, foi realizada uma visita de estudo, com os alunos do curso Técnico de Turismo Ambiental e Rural.

Durante a manhã realizaram o "Batismo de Golf", conheceram a modalidade e também o impacto turístico que esta atividade traz ao concelho de Esposende.

No final da manhã, os alunos visitaram o Hotel Santo André, mais uma unidade hoteleira da região e assim aumentaram os seus horizontes relativamente à área da hotelaria.

Depois, na parte da tarde, a turma foi conhecer o Clube Hípico do Norte, localizado em Gandra.

Foi uma visita muito interessante pois para além de tomarem conhecimento da logística de um clube hípico, e do background deste negócio, constataram também as diferentes valências e a importância económica, cultural, social e turística da equitação/hipismo.

Foi um dia cheio de novas experiências, conhecimentos e boas recordações...

Escola Profissional de Esposende no Festival Internacional do Chocolate 2022 que decorreu no WOW - Porto entre 20 e 23 de Outubro.



2022/2023

A TUA PRIMEIRA OPÇÃO

ENSINO PROFISSIONAL GRATUITO

12º ano | Nível 4

- **Restaurante/Bar**
- **Cozinha/Pastelaria**
- **Animador Sociocultural**
- **Comunicação - Marketing, Relações Públicas e Publicidade**

9º ano | Nível 2

- ~~Restaurante/Bar~~
- **Cozinheiro/a**

APOIO FINANCEIRO:

Alimentação, Transporte, Bolsa

- Transportes
- Aulas com computadores portáteis
- Visitas de estudo nacionais e internacionais
- Participação em Projetos Erasmus+ (mobilidades ao estrangeiro)
- Elevados níveis de sucesso e empregabilidade
- Excelente ambiente escolar
- Acesso ao ensino superior
- Viagens de Finalistas
- Estágios Nacionais e Internacionais



Inscreve-te em
www.epe.pt

253 982 779 | 964 701 368
Rua Amorim Campos - 4740-335 Fão

Vamos publicar hoje, dia 18 de novembro de 2022, a 73.ª edição da rubrica “Página das Escolas”. Como já temos referido, as notícias desta rubrica são, genericamente, produzidas por alunos de Escolas do nosso concelho, motivados pelos senhores professores titulares de turma e também pelas Direções Executivas, Coordenadores de Bibliotecas Escolares, Diretores de Turma, que muito bem sensibilizam os alunos para a produção escrita, cujos textos nos fazendo chegar, depois, para publicação.

Neste jornal de 18 de novembro, o destaque vai para os trabalhos de alunos do JI de Cepães, da EB de Mar, integrados no Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, Marinhas, e da Escola Básica António Correia de Oliveira, Esposende. Recordamos que a produção dos textos obedece às linhas orientadoras dos Planos Anuais de Atividades e Projetos Educativos das respetivas Unidades Organizacionais.

Esta rubrica só é possível graças ao patrocínio da conceituada empresa Teixeira&Lima, S.A, da área das energias renováveis, uma sociedade comercial com sede em Esposende, a cuja Administração Farol de Esposende, em seu nome e em nome dos autores dos textos e das respetivas Escolas, agradece reconhecidamente a prestimosa colaboração.

Atividades do Dia Nacional da Água



No âmbito da comemoração do Dia Nacional da Água o Jardim de Infância de Cepães participou nas iniciativas programadas pela Esposende Ambiente e a Águas do Norte no dia 3 de Outubro, que se realizaram na envolvente da Estação Elevatória de Cepães - Marinhas, junto ao Canal Intercetor de Esposende.



Participaram com gosto nas atividades propostas e aprenderam algumas coisas ligadas ao ambiente, à fauna e à flora local. e sobre a necessidade de poupar água. Receberam a oferta de alguns brindes e uns panfletos para ensinarem às suas famílias como poupar água.

No dia seguinte voltaram ao local para uma conversa mais intimista com o “muralista” Tiago Hacke e para o ver mais de perto a pintar.

Cada uma das turmas teve o seu momento com o pintor e apreciaram de perto a obra em fase de conclusão. O autor simpaticamente falou às crianças sobre o mural que está a pintar, as técnicas que utiliza e sobre alguns animais retratados e seu habitat. Prometeu voltar na Primavera para conhecer o nosso Jardim de Infância.

Foi uma experiência muito enriquecedora!

Dia Nacional da Água



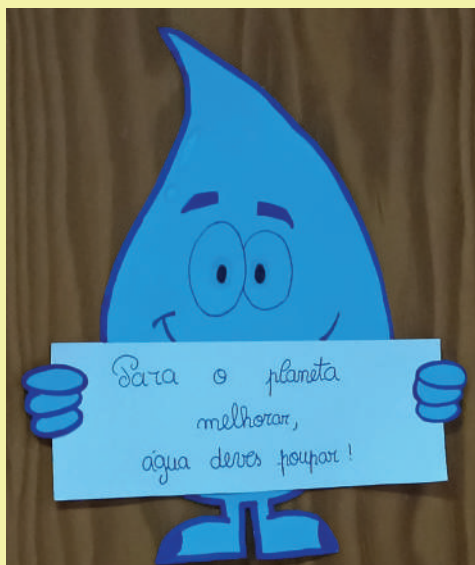
No dia 30 de setembro, durante os dois intervalos da manhã, os alunos do 6.º A e B, com a ajuda das Brigadas Verdes, sob coordenação das professoras Manuela Tavares e Fátima Gomes, participaram na comemoração do Dia Nacional da Água, no bloco central da Escola Básica António Correia de Oliveira.

Durante a manhã, os alunos foram incentivados a beber água da torneira e a participarem num questionário alusivo à importância da água e o que fazer no dia a dia para poupar este recurso natural precioso.

As portas das salas de aula foram decoradas com gotas de água, que continham mensagens a apelar à sua poupança. A água potável é um bem essencial, que não deve ser desperdiçado, e o seu consumo não deve colocar em risco os nossos ecossistemas naturais. Por isso é que pequenos gestos, como usar garrafas reutilizáveis, beber água da torneira e fechar a torneira enquanto se lava os dentes, são tão importantes.

Com esta atividade, os alunos e professores envolvidos tentaram alertar para a necessidade de poupar água e como é simples fazê-lo. Com pequenos gestos podemos preservar este bem essencial e proteger o meio ambiente.

Mariana Fernandes, 6.ºA



“Dia Mundial da Saúde Mental” na EB de Mar



Dia 10 de outubro, “Dia Mundial da Saúde Mental”, foi dia refletir, na EB de Mar, sobre a importância da saúde mental como complemento da saúde física para o bem-estar de qualquer pessoa, lembrando o ditado popular “Mente sã, corpo sã”. Os alunos receberam uma pulseira em cetim amarelo alusiva a este dia e foram sensibilizados para algumas ações benéficas à saúde mental que aqui vamos elencar.

1 - Seja gentil com as pessoas. Não custa nada. Deixa quem nos rodeia feliz e torna-nos mais felizes.

2 - Dedique mais tempo aos familiares e amigos. Desta forma, reforçam-se laços, ficamos mais unidos, mais presentes.

3 - Aproveite os tempos livres com tempo de qualidade, com atividades de que gosta e que o faça descontraír, como a leitura, a música, a atividade física.

4 - Sempre que possível aprecie a natureza e faça atividades ao ar livre.

5 - Descanse. Uma boa noite de sono prepara-o melhor para os desafios de um novo dia. “Cuidar de si, não é egoísmo... Cuide da sua saúde mental”.

Uma receita saudável

No passado dia 19 de outubro, na aula de Ciências Naturais da turma 6ºH, da Escola António Correia de Oliveira, o aluno Diogo Correia demonstrou a toda a turma e à professora Elsa Sá como realizar uma receita saudável por ele escolhida.

A atividade foi realizada no âmbito do Dia Mundial da Alimentação.

A data alusiva ao Dia Mundial da Alimentação teve início em 1981, devido ao aumento da obesidade, principalmente da obesidade infantil, surgindo da necessidade de sensibilizar as populações para a importância de uma alimentação de qualidade, bem como, alertar para o facto de que a mesma, infelizmente, não está acessível a todos.

Um dos fatores essenciais para a nossa saúde é a alimentação. Para praticarmos uma alimentação variada e equilibrada, devemos seguir as indicações quanto às proporções que a Roda/ Pirâmide dos Alimentos nos dá, pois todos os nutrientes são indispensáveis para o funcionamento, construção e reparação do corpo humano e estas representações gráficas ajudam a escolher e a combinar os alimentos que devemos ingerir diariamente, nas quantidades corretas.

A receita que o Diogo preparou foi uma salada de frango. Para esta atividade, o aluno trouxe os ingredientes já preparados (o frango cozido e desfiado, os ovos cozidos, o milho, uma maçã aos pedaços, tomates- cereja, couve roxa e cebola roxa). Na sala de aula, misturou tudo, temperou com azeite e vinagre balsâmico e, acrescentou como ingredientes “surpresa”, as sementes de sésamo e de abóbora. Assim, desta forma, apresentou-nos um prato crocante, contudo, saudável. Depois de preparada a receita, todos os colegas puderam apreciá-la. Pelos sorrisos nos rostos, pode-se dizer que foi aprovada!

Adorei a experiência porque é sempre bom conhecermos mais receitas saudáveis, pois não basta escolher bem os alimentos, há que prepará-los também de forma saudável.

Deixo aqui um OBRIGADA à professora de Ciências Naturais, Elsa Sá, pela iniciativa.

Trabalho realizado por:
Margarida Miranda N.º14, 6ºH



PÁGINA PATROCINADA POR:



Teixeira & Lima, S.A.

Como é do conhecimento público, em particular dos estimados leitores, desde abril passado temos vindo a publicar, mensalmente, com a exceção do mês de agosto, a denominada “Página de Artigos de Saúde Pública”, com trabalhos cujos autores, devidamente identificados, são profissionais de saúde afetos à Unidade de Saúde Pública do ACES Barcelos/Esposende. Esta importante divulgação só tem vindo a ser possível graças ao prestimoso patrocínio das Farmácias tradicionais do concelho de Esposende, a saber: Farmácia Apúlia, (edição I); Farmácia Laguna, (edição II); Farmácia Ana Silva, (edição III); Farmácia Higiénica, (edição IV) e Farmácia Gomes (edição V; Farmácia Monteiro (edição VI). Hoje, dia 18 de novembro de 2022, é a vez de a Farmácia Santa Marinha, em Forjães, patrocinar a edição VII.

Para fechar o primeiro ciclo desta rubrica, ligado à saúde, falta sair a edição VIII, no próximo mês de dezembro, por isso, e para que tal aconteça, vamos sensibilizar a Farmácia de Marinhas, em Marinhas, para se encerrar, a contento de todos, a publicação deste importante tema, que o jornal abraçou e que as nossas Farmácias acarinharam e patrocinaram.

Farol de Esposende renova os agradecimentos às Farmácias do concelho de Esposende pela receptividade e colaboração prestadas.

Coma Bem e Viva Melhor

No passado dia 8 de novembro, celebrou-se O Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis nos estados membros da União Europeia.

Esta data foi promovida pela Comissão Europeia desde o ano 2007, com o propósito de estimular uma alimentação saudável nas crianças, com a finalidade de travar o crescimento da obesidade infantil na Europa.

Esta iniciativa da Comissão Europeia incentiva os cidadãos da União Europeia a elegerem um regime alimentar equilibrado e a praticarem mais atividade física. É em tenra idade, nomeadamente na infância, que se formam muitos dos nossos padrões de estilo de vida.

Em Portugal temos a Roda dos Alimentos que nos ajuda a escolher e a combinar os alimentos que deverão fazer parte da nossa alimentação diária para manter uma dieta equilibrada. Apresenta sete segmentos de diferentes tamanhos designados por Grupos que reúnem alimentos com propriedades nutricionais idênticas. Cada um dos grupos, apresenta funções específicas com características nutricionais exclusivas, pelo que todos eles devem estar presentes na alimentação diária. Dentro de cada grupo estão alimentos nutricionalmente semelhantes, podendo e devendo ser periodicamente substituídos uns pelos outros, de forma a garantir a necessária variedade. Cada grupo apresenta as porções necessárias a consumir diariamente, para uma alimentação equilibrada. A água não possui grupo próprio, está representada no centro, pois faz parte da composição de quase todos os alimentos. A água sendo imprescindível à vida, é fundamental que se beba em quantidades suficientes diariamente. As necessidades humanas de água podem variar entre 1,5 e 3 litros por dia.

Para manter hábitos alimentares saudáveis recomenda-se: comer de 3 em 3 horas; tomar o pequeno-almoço todos os dias; comer 5 peças de fruta/legumes por dia; beber quantidades adequadas de água diariamente; e reduzir o consumo de sal e açúcar nas refeições. A alimentação adequada aliada à prática de exercício físico estabelecem fatores de proteção contra doenças crônicas não transmissíveis, em contrapartida o sedentarismo e escolhas alimentares erradas são fortes fatores de risco, bem como a obesidade.

A escola pode ser considerada um espaço privilegiado para

promover ações de promoção de alimentação saudável, pois desempenha um papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida. As cantinas escolares podem ser os grandes motores para promover a dieta mediterrânea que tem por base utilizar produtos vegetais produzidos localmente, frescos e da época, respeitando a sazonalidade dos alimentos, criando pratos simples e saborosos tais como as sopas, os ensopados, as caldeiradas e os cozidos. Nos pratos da cozinha mediterrânea são adicionados produtos hortícolas e leguminosas, que privilegiam o consumo frequente de pescado e consumo baixo de carnes vermelhas, utilizando o azeite e ervas aromáticas como tempero.

A inclusão de programas de promoção da alimentação saudável no processo educativo escolar, deve ser incluído em todas as disciplinas, não só as relacionadas às ciências da natureza e saúde, mas em todas as áreas do conhecimento, assim estimula no cotidiano da criança o consumo de alimentos saudáveis, proporcionando conhecimentos sobre a produção sustentável, a origem do alimento, como ele é produzido, de que jeito ele é armazenado, qual a sua atuação no corpo e o impacto que tem a sua produção no meio ambiente.

A comunidade científica tem contribuído com vários estudos, comprovando que as doenças crônicas não transmissíveis (cardiovasculares, cancro, etc...), podem ter origem nas primeiras etapas da vida e que, para muitas delas, a alimentação inadequada revela um importante fator de risco. De entre os distúrbios relacionados à dieta, com grande impacto epidemiológico, destacam - se as doenças cardiovasculares, a diabetes mellitus, a hipertensão arterial, cancro, obesidade e dislipidémia.

Em Portugal, a prevenção das doenças não transmissíveis impulsionou a uma nova abordagem multisectorial e essencialmente política. Esta preocupação refletiu-se através da criação do Programa Nacional de Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS) em 2012, a primeira tentativa formal de criar no terreno um plano de ação para a alimentação em Portugal.

Este programa enquadra-se assim como um dos programas de saúde prioritários e pretende contribuir diretamente para um dos seus propósitos, sendo a redução dos fatores de risco relacionados com as doenças não transmissíveis, em particular a obesidade.

Outras medidas de caráter preventivo desenvolvidas a nível nacional destaca-se a criação de legislação dirigida especificamente aos jovens, que contempla o combate a táticas de marketing e publicidade de alimentos prejudiciais à saúde. Foi criada a regulamentação da publicidade alimentar dirigida a menores de 16 anos, através da Lei nº 30/2019 de 23 de abril, procedendo à 14.ª alteração ao Código da Publicidade, aprovado pelo Decreto-Lei nº 330/90, de 23 de outubro. Diversos estudos demonstraram que a publicidade alimentar nas crianças tem impacto nas preferências e hábitos de consumo alimentar. A Direção Geral da Saúde através do Despacho nº 7450-A/2019 de 21 de agosto definiu o perfil nutricional dos alimentos a limitar em matéria de marketing e publicidade dirigida a crianças e, determina os valores que devem ser tidos em conta na identificação de elevado valor energético, teor de sal, açúcar, ácidos gordos saturados e ácidos gordos transformados.

Reconhecendo a relevância dos programas de promoção da saúde, a Unidade de Saúde Pública do ACeS Cávado III Barcelos/Esposende tem privilegiado o Programa de Alimentação Saudável em Saúde Escolar – (PASSE), como sendo um programa prioritário.

O PASSE é um programa desenvolvido pelo Departamento de Saúde Pública da Administração Regional da Saúde do Norte. Insere-se entre uma parceria da saúde e educação, que resulta de um conjunto de estratégias integradas para aumentar os níveis de literacia em saúde e a tomada de decisões alimentares responsáveis em toda a comunidade escolar. Trabalha o determinante da alimentação saudável, a saúde mental, a atividade física, a saúde oral e o consumerismo nos Agrupamentos Escolares, usando a metodologia de projeto e a psicologia da saúde, aplicadas à promoção da saúde.

Com este programa pretende-se capacitar os alunos e toda a comunidade escolar para uma correta escolha de alimentos e o desenvolvimento de atitudes salutogénicas (potenciadoras de saúde) que perdurem para toda a vida, contribuindo assim para futuras gerações mais saudáveis com mais qualidade de vida.

Fonte: <https://alimentacaosaudavel.dgs.pt/>

Edite Castro (Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Comunitária)

Diabetes Mellitus tipo 1 na criança e jovem: envolver para incluir

A Diabetes Mellitus é uma doença crónica que ocorre quando há elevados níveis de glicose no sangue, porque não há produção de insulina, ou o organismo não tem capacidade de uma resposta adequada à insulina produzida.

A Federação Internacional da Diabetes estima que em todo o mundo mais de 1,1 milhões de crianças e adolescentes com idades inferiores a 20 anos têm Diabetes Mellitus tipo 1. Na Europa, em 2019, existiam 296,500 crianças com a doença, sendo 31,100 novos casos.

A Diabetes Mellitus tipo 1 é causada pela destruição das células produtoras de insulina do pâncreas pelo sistema de defesa do organismo, geralmente devido a uma reação autoimune. As

células beta do pâncreas produzem, assim, pouca ou nenhuma insulina. A doença pode afetar pessoas de qualquer idade, mas ocorre geralmente em crianças ou adultos jovens, sendo o seu aparecimento, geralmente, repentino e dramático.

O aparecimento de uma doença crónica na criança ou adolescente, representa um fator adicional de stress, aumentando assim as tensões próprias desta fase uma vez que esta altera o quotidiano tanto da criança/adolescente como o de toda a família, exigindo readaptações constantes por parte de todos.

As crianças e jovens com Diabetes Mellitus tipo 1 devem ter as mesmas oportunidades que as outras crianças e jovens e para que isso aconteça é fundamental o envolvimento de toda

a comunidade escolar bem como a formação de todos os profissionais que cuidam destas crianças e jovens.

De acordo com o Programa Nacional de Saúde Escolar, as crianças e jovens com esta patologia necessitam de uma atenção especial na gestão dos três eixos fundamentais - administração de insulina, alimentação e atividade física. Todas as crianças e jovens devem ter a oportunidade de frequentar uma escola que promova a saúde e o bem-estar. Uma escola promotora de saúde procura um estilo de vida, aprendizagem e trabalho que favoreça o desenvolvimento da saúde da sua comunidade escolar, tendo

como pedras basilares a democracia, a sustentabilidade, a equidade, o empoderamento e a inclusão.

Assim:

- A diabetes não deve provocar alterações significativas na vida escolar (apesar dos cuidados específicos com o seu tratamento);
- Para sentir bem-estar é fundamental;
- Aprender a viver com a diabetes de forma saudável é fundamental e contribui para a melhoria de bem-estar;
- Para a aceitação e gestão da doença é importante o acompanhamento da família, dos amigos e da equipa de saúde, bem como a partilha de experiências/vivências com outras pessoas com diabetes;
- É importante que as crianças cresçam e se desenvolvam de acordo com os padrões de desenvolvimento e os jovens consigam atingir um equilíbrio entre a vida social e um bom controlo glicémico;
- É importante não viver em função da diabetes, mas sim integrar a gestão da mesma na sua vida, desta forma será possível desfrutar de uma vida com mais qualidade.

A prevalência da diabetes tem aumentado consideravelmente e é expectável que esta tendência se mantenha (Portugal, 2019), facto que merece a atenção de todos os profissionais de saúde e da Comunidade. Torna-se assim fundamental, a criação de projetos de intervenção comunitária, em parceria com toda a comunidade escolar e com os demais stakeholders da comunidade em geral, que estimulem o seu empoderamento, compromisso e que contribuam para maiores ganhos em saúde de todos os envolvidos.

Fonte: <https://blog.jaleko.com.br/dia-mundial-do-diabetes-tudo-o-que-voce-precisa-saber/>

Autoras:

**Ana Rita Ribeiro; Andreia Barbosa;
Sandrine Vieira e Vânia Couto
(Mestrandas em Enfermagem Comunitária)**



Farmácia Santa Marinha

“Somos uma farmácia

pequena mas moderna,

por isso tentamos acompanhar

o progresso e não nos

perdermos no passado.”

Av. Rodrigues de Faria, n.º 2 4740-438 Forjães | Telefone 253871150 | email: farm.santamarinha@sapo.pt



**MUSEU MARÍTIMO
ESPOSENDE**

II Feira do Livro

Museu Marítimo de Esposende

**Venha adquirir prendas de Natal originais e
educativas para os seus familiares e amigos**

8,9,10 e 11 de Dezembro de 2022

10h-12h // 14h-18h
Largo Rodrigues Sampaio
Esposende

Para mais informações:
museumaritmo@forum-esposendense.pt
associacao@forum-esposendense.pt
Tel: 253 964 836

Esposende Ambiente renova certificação do Sistema de Gestão Empresarial



A empresa municipal Esposende Ambiente continua na senda da melhoria contínua do seu desempenho, como comprova a renovação dos certificados atribuídos ao seu Sistema de Gestão Empresarial (SGE) ao nível da Qualidade, Ambiente, Saúde e Segurança no Trabalho, e Responsabilidade Social.

A empresa, cujo SGE concluiu recentemente o seu projeto de reestruturação, com a definição do seu planeamento estratégico e ajustamento da sua rede de processos, foi alvo de uma auditoria externa realizada pela APCER –

Associação Portuguesa para a Certificação. A entidade certificadora atestou que “a Esposende Ambiente demonstra conhecer e entender os requisitos aplicáveis ao SGE, aos seus produtos e serviços, nomeadamente os normativos, legais e de partes interessadas relevantes, e determinou os processos necessários para dar cumprimento a estes requisitos”.

Ao longo de sete dias, as várias equipas de auditores acompanharam as práticas adotadas pela Esposende Ambiente no exercício das suas atribuições, no pressuposto da qualidade do serviço que presta, no respeito pelo ambiente, e na garantia de boas condições de trabalho para os seus colaboradores. No seu relatório, a APCER destaca que, no âmbito do SGE, a empresa determinou os resultados pretendidos, tendo-os traduzido em objetivos e resultados a obter nos processos, que por sua vez são monitorizados, medidos e avaliados, estando os mesmos a ser alcançados na sua generalidade. Avaliou o ciclo de auditorias de acompanhamento que precederam esta auditoria de renovação, concluindo que “a organização tem vindo a implementar ações eficazes e consequentemente melhorado o Sistema de Gestão Empresarial”.

Durante este período, as equipas auditoras tiveram a oportunidade de acompanhar no terreno a realização de trabalhos pela empresa, nomeadamente no controlo operacional das redes de água, águas residuais e pluviais, na limpeza pública e na gestão de espaços verdes. Entrevistaram colaboradores, reuniram evidências objetivas sobre o planeamento e operação da empresa, e analisaram a documentação necessária com vista a uma criteriosa avaliação sobre o seu comprometimento com os referenciais normativos de suporte e com as suas partes interessadas mais relevantes, nomeadamente clientes, colaboradores, fornecedores e entidade reguladora.

A auditoria decorreu em vários espaços da empresa, tendo sido acompanhados os trabalhos realizados no edifício Sede, no Armazém, no Parque de Resíduos, no Centro de Educação Ambiental, no Horto Municipal, no Parque de Compostagem e nas instalações provisórias do Mercado Municipal.

A Esposende Ambiente, tendo subjacente o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU, mantém a estratégia de qualidade de serviço, respeito pelo ambiente e garantia de boas condições de trabalho.

Esposende reforça estatuto de melhor município de média dimensão do Minho

Segundo o Anuário Financeiro dos Municípios Portugueses, editado pela Ordem dos Contabilistas Certificados e recentemente divulgado, Esposende ocupa o primeiro lugar do Minho, no ranking global dos Municípios de média dimensão, ocupando o segundo lugar ao nível da região norte, sendo apenas ultrapassado pelo Município de Bragança, que goza do estatuto de capital de distrito. Quando comparados todos os Municípios do Distrito de Braga, independentemente da dimensão, Esposende apenas é ultrapassado por Barcelos que tem a categoria de Município de grande dimensão.

Os Municípios com maiores resultados económicos líquidos em 2021, Esposende ocupa o quinto lugar do distrito de Braga, sendo apenas ultrapassado por Braga, Barcelos, Vila Verde e V. N. Famalicão, sendo o 38.º a nível nacional (308 municípios).

Também a empresa municipal Esposende Ambiente consegue o 22.º posto, entre as entidades do Sector Empresarial Local (SEL) com diminuição de valor em financiamentos obtidos de MLP em 2021.

Desde 2013, Esposende foi por quatro vezes o município com melhor desempenho financeiro no distrito de Braga, o que demonstra uma gestão criteriosa e uma preocupação permanente com a saúde financeira do município.

O documento divulgado pela Ordem dos Contabilistas Certificados atesta o desempenho dos municípios no que se refere ao índice de liquidez, resultado operacional, peso passivo exigível no ativo, passivo por habitante, taxa de cobertura financeira da despesa realizada no exercício, prazo médio de pagamentos, grau de execução do saldo efetivo, índice de dívida total, execução da despesa relativamente aos compromissos assumidos e impostos diretos por habitante.

“Preservação dos Arquivos Locais de Esposende”

O Município de Esposende, através do Arquivo Municipal, vai avançar com a implementação do projeto de “Preservação dos Arquivos Locais de Esposende”. A iniciativa visa promover a identificação, recenseamento e salvaguarda dos arquivos das instituições do concelho, tendo sido recentemente apresentada aos presidentes de Junta e de União de Freguesias do concelho, numa sessão que contou a presença da Vice-presidente da Câmara Municipal, responsável para área funcional da Cultura, Alexandra Roeger. Numa primeira fase, o projeto será desenvolvido em colaboração com estas autarquias, através da localização e avaliação do volume de documentação existente, seguindo-se o recenseamento dos documentos.

A longo prazo pretende-se agregar num único instrumento de pesquisa os dados da informação existente nos diversos arquivos das Juntas e União de Freguesias concelhias, facilitando o acesso e a investigação. Esta ação visa, ainda, criar condições para garantir a preservação e salvaguarda desta documentação pelas próprias instituições.

Este projeto pretende, assim, contribuir para a valorização da memória social e institucional e identidade local, enquadrando-se nas metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

Distinguido o Programa de Sustentabilidade Alimentar do Município de Esposende



O projeto Geração S - Programa de Sustentabilidade Alimentar, do Município de Esposende, foi distinguido pela Associação Internacional de Cidades Educadoras (IAEC), no âmbito da quarta edição do Prémio Cidades Educadoras, onde se posicionou entre os dez projetos finalistas. Esposende distingue-se, assim, entre 65 candidaturas de 53 cidades membros, em 7 países e 3 continentes, que foram

avaliadas por um júri internacional composto por especialistas, representantes do Comité Executivo da IAEC e da Comissão para Inclusão Social, Democracia Participativa e Direitos Humanos, Cidades e Governos Locais Unidos (CGLU) e a rede ICLEI Cidades. Os premiados foram distinguidos no XVI Congresso Internacional das Cidades Educadoras, que decorreu entre os dias 25 e 28 de outubro, em Andong, na Coreia do Sul.

O projeto, que o Município tem implementado em todas as escolas do concelho de Esposende, traduz-se num plano de sustentabilidade alimentar, alinhado com as diretivas da Estratégia Nacional para o Desenvolvimento Sustentável 2030. O Geração S propõe-se contribuir para a promoção da saúde e do bem-estar da comunidade escola e assenta num conceito de economia circular, orientado para o consumo de produtos locais, nomeadamente hortícolas e pescado. Possui quatro linhas orientadoras: Cantinas Escolares Sustentáveis, que fomentem hábitos alimentares saudáveis; ECOalimenta, tendo em vista o combate ao desperdício alimentar, a redução, reutilização, recuperação e reciclagem na área alimentar; AgroKids, que se traduz no desenvolvimento de hortas escolares para cultivo e consumo de produtos locais; e ReEduca, que se traduz em atividades pedagógicas que assegurem a consciencialização para a educação para a sustentabilidade alimentar.

Plenamente integrado com as preocupações ambientais emergentes, o Município de Esposende reconhece que a saúde e a promoção do bem-estar devem ocupar um lugar central nas políticas dos territórios e das comunidades, uma vez que se traduzem em fatores preponderantes para o seu desenvolvimento sustentável.

O júri destacou a abordagem inovadora da questão da alimentação por parte do Município de Esposende, considerando que esta é uma questão cuja relevância tem vindo a ser destacada na pandemia. O júri destaca que o projeto estabelece um vínculo interessante com a identidade local e coloca em relação uma multiplicidade de atores envolvendo-os nos diferentes processos.

O Prémio Cidades Educadoras visa reconhecer e dar visibilidade internacional ao trabalho das Cidades Educadoras, assim como destacar boas práticas que possam ser fonte de inspiração para outras cidades na construção de ambientes mais educadores, sendo que, esta edição teve por base o tema “Boas práticas na promoção de cuidados na cidade”.

Fórum Internacional de Arte e Comunidade

O Município de Esposende realizou, nos passados dias 11 e 12 de novembro corrente, o Fórum Internacional de Arte e Comunidade (FIAC), proporcionando a apresentação, discussão e reflexão sobre as pujantes práticas artísticas comunitárias contemporâneas, nacionais e internacionais, e a sua relação com as questões ambientais. O evento, que conta com a curadoria de Hugo Cruz, consultor do Programa Municipal de Arte Comunitária de Esposende, teve como palco principal o Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, em Esposende, e contou com a participação de especialistas de referência nacional e internacional nas áreas da Arte, Comunidade e Ambiente, oriundos de contextos diferenciados entre Portugal, Espanha, Brasil e Inglaterra.

O primeiro dia foi dedicado ao seminário “Arte, comunidade e ambiente: diálogos para hoje”, pretendendo ser um espaço de celebração dos diferentes protagonistas que têm potenciado estes processos artísticos e de cidadania. A sessão de abertura, contou com a presença da Diretora Regional de Cultura do Norte, Laura Castro, do Diretor-Geral das Artes, Américo Rodrigues, e da Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Alexandra Roeger.

No dia 12, no período da manhã, teve lugar a atividade “VERDE ADENTRO — comida bravia nas margens do rio Neiva”, que consistirá numa caminhada de identificação e recolha de plantas espontâneas comestíveis e confeção coletiva de uma refeição silvestre simples, em fogo-de-chão, seguida de almoço e conversa promovida pela Recoletora, com o apoio da Associação Rio Neiva.

No período da tarde decorreu a apresentação do livro “AMAReMAR - IMPRESSÕES. ARTE.COMUNIDADE.”, coordenado por Hugo Cruz e com ilustrações de Joana de Rosa, uma publicação onde as imagens e os testemunhos de quem deram vida ao projeto AMAReMAR, desde a sua fundação, são partilhados com o público e assim se perpetuam. O livro teve a colaboração do Museu Marítimo de Esposende. Teve também lugar a apresentação do trabalho discográfico “Restinga”, editado no âmbito do Programa Municipal de Arte Comunitária – Esposende, que contou com a performance musical de diversos elementos da comunidade que integram a produção, com direção artística de Filipe Miranda e João Miguel Fernandes.

“Restinga” assume-se como um mergulho no universo da tradição. Um cruzamento com uma abordagem expressiva contemporânea. Uma comunidade contaminada pela criatividade. Memórias sonoras dos afetos na partilha. Um património carregado de complicitades, saberes, vivências. Retratos de uma gente e de lugares que se vão redesenhando pelos tempos. O antes e o agora projetados no futuro. Aprendizagem, murmúrio e pensamento. Mar, rio, cidade e monte na convergência da identidade.

Gravada este ano em vários locais do concelho de Esposende, a produção conta com a colaboração de diversos participantes dos projetos que integram o Programa Municipal de Arte Comunitária, assim como do Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, da Ronda de Vila Chã, da Associação Mareada e de alunos da Escola de Música de Esposende. O trabalho discográfico já se encontra disponível online, em www.restinga.bandcamp.com, estando para breve a sua disponibilização na plataforma Spotify.

Ainda na tarde do dia 12, teve lugar a apresentação final da oficina de percussão “Basket Beat”, que decorreu ao longo dos dois dias do Fórum, no Polidesportivo da Escola Básica António Correia de Oliveira, sob a orientação de Josep Borràs, de Espanha.

Ao longo dos últimos anos, o território de Esposende tem vindo a desenvolver um trabalho em rede, formal e informal, com diferentes dispositivos participativos, que, de forma estruturada, tem permitido um diálogo profundo entre arte e comunidades locais. Neste contexto, a promoção deste Fórum assume grande relevância para o Município de Esposende, entre outros motivos, pelo facto de dinamizar, desde 2015, o projeto AMAReMAR – Arte e Comunidade, coordenado pelos técnicos da autarquia, Marina Costa e Diogo Zão. Trata-se de um projeto aberto a todas as idades, de acesso gratuito e que consiste numa proposta de intervenção social através de práticas artísticas, tendo como premissa a importância da educação e da cultura na formação integral do indivíduo e do coletivo, como verdadeiros instrumentos de coesão social.



Respiração que cura, por João Carlos Carqueijó



Será que temos noção do quanto a nossa respiração pode dizer sobre nós? Do quanto ela nos pode limitar, mas também potencializar? “O ar entra e sai de qualquer forma que seja, não sinto falta de ar, logo, respiro bem e não há mais nada a ter que ver sobre a respiração.”

Mas, e se não for bem assim e a forma como respiramos poder ter influência em estados como stress, ansiedade, ataques de pânico, asma, bronquite, rinite, sinusite, apneia do sono, roncopatia, pressão arterial alta, dor crónica, baixa aptidão atlética, insónia, deficit de atenção, hiperatividade, memória, aptidão académica, qualidade do sono, tensão nos ombros, dores nas costas e até, imagine-se, impotência sexual?

O impacto que a respiração tem no equilíbrio da nossa saúde é muito profundo e, infelizmente, isso ainda não é do conhecimento do grande público. Nos últimos anos, tem aumentado o número de crianças que padecem de disfunções respiratórias (ex. respirar pela boca durante o dia e/ou ao dormir, respirar de forma rápida e curta, rressonar, apneias no sono), estas disfunções podem ter impacto negativo na qualidade do sono.

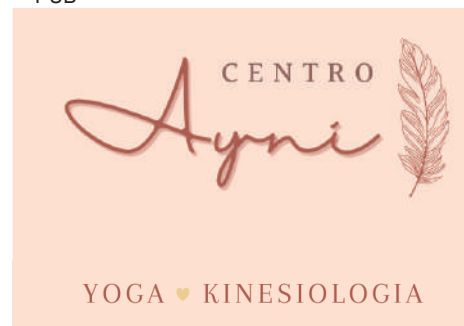
Vários estudos demonstram que a redução na qualidade do sono na infância está relacionada com dificuldades na aprendizagem, deficit de atenção, hiperatividade, prejuizo nas funções cognitivas e outras dificuldades no desenvolvimento. E o mais interessante é que muitas destas condições podem ser prevenidas, atenuadas ou resolvidas conhecendo a nossa respiração e através de um dedicado programa para corrigir e melhorar padrões respiratórios. É dito que cerca de 70% da nossa energia é obtida através da respiração. Se não o fizermos com sabedoria, podemos estar a desperdiçar a nossa principal fonte de energia.

E se pudéssemos passar a conhecer e usar melhor esta ferramenta tão incrível e poderosa que nos acompanha em todos os momentos e que é um dos principais sopros de vida?

Para si que se identificou com aquilo que acabou de ler e quer melhorar a sua saúde através da respiração, pode o fazer com Sessões de Respiração Terapêutica, disponível no Centro Ayni, em Esposende. Através de um conjunto de 5 sessões e exercícios diários para realizar em casa, é possível corrigir e melhorar a respiração para que dela possa tirar o melhor proveito em qualquer situação.

PUB

João Carlos Coutinho Carqueijó,
instrutor de respiração terapêutica, pela
Buteyko Clinic International.



O Centro Ayni localiza-se na Rua Senhora da Saúde, nº42, 1º andar, C - Esposende, atendimento exclusivamente por marcação.

Contactos: telemóvel: 915 125 777 /

Email: geral@centroayni.com /

Site: www.centroayni.pt/

Facebook e Instagram: /centroayni.pt

Banda de Belinho no Aniversário do Orfeão Universitário do Porto



No passado dia 6 do corrente mês de novembro, o Orfeão Universitário do Porto comemorou 110 anos de existência. Do programa constava uma missa de Ação de Graças a celebrar na Sé do Porto, nesse dia 6 de novembro, pelas 11.00 horas, celebração presidida pelo Rev.mo Bispo do Porto, D. Manuel Linda. Entretanto, o

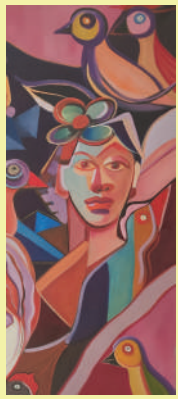
Orfeão Universitário do Porto convidou a Banda de Música de Belinho – Esposende para participar nessas comemorações, cuja peça musical apresentada foi a missa de Santa Cecília, de Jacob da Hann.

O jornal Farol de Esposende noticia este facto com muita satisfação, tanto mais que, numa espécie de intercâmbio institucional, que se louva, também o Orfeão Universitário do Porto se deslocará a Belinho, amanhã, dia 19 de novembro, à Igreja Paroquial, para, pelas 19.00 horas, abrilhantar a missa solene de entronização de uma Imagem de S. Cecília, Padroeira dos Músicos.

Belinho e a sua Banda de Música estão de parabéns, por tão importante intercâmbio cultural.

PUB

Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10 - 4720-608 Prozelos - Amares
 Tel. 253 992 735 / 253 995 297 Fax 253 995 298
 Email geral@graficamares.pt Site www.graficamares.pt



Exposição "Dualidade", de Paula Berteotti

A exposição "Dualidade", da artista que adotou Esposende para residir, Paula Berteotti, estará patente ao público, desde 2 a 29 de dezembro, na Galeria do Paço - Reitoria da Universidade do Minho, em Braga, sendo a entrada livre.

A artista plástica de base autodidata é natural de Angola e tem grande paixão pela pintura, tendo criado e continua a criar diferentes estilos, técnicas e em meios diversificados. Passando pelas mais variadas situações e experimentações ao longo do seu percurso de vida, fez com que desenvolvesse o sentido de argumentação e aprendizagem, embora as memórias e as emoções sejam sempre cintilantes e ecoam no mais íntimo da artista. É essa dualidade que move as nossas experiências diárias e a exposição tem tanto para nos revelar.

Paula Berteotti está representada em coleções particulares de países como Angola, Portugal, Espanha, Alemanha, Reino Unido, Holanda, Japão, Canadá e EUA.



Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende
Fundada em 1891
Oficial da Ordem de Benemerência

CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL

No uso da competência que me é conferida pela alínea b) do artigo 44º, e para os fins previstos na alínea b) do nº 2 do artigo 47º, ambos dos Estatutos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende, convoco os Associados na posse dos direitos estatutários para uma Assembleia Geral Ordinária, a ter lugar pelas 20:30 horas do dia 25 de novembro de 2022 (sexta-feira), no Salão Nobre da Associação, com a seguinte

Ordem de Trabalhos:

- 1 – Ratificação/Aprovação da ata da última Assembleia Geral, realizada em 25/03/2022, já aprovada em minuta.
- 2 – Apresentação, discussão e votação da proposta do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2023, tendo em conta o Parecer emitido pelo Conselho Fiscal.
- 3 – Outros assuntos de interesse para a Associação.

Esposende, 04 de novembro de 2022

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral,
(Agostinho Pinto Teixeira)

NOTAS:

- a) Se à hora marcada não estiver presente a maioria dos Associados, a Assembleia iniciar-se-á 30 (trinta) minutos mais tarde, em segunda convocação, com qualquer número de presenças (cfr. nº 1 do artigo 49º dos Estatutos).
- b) Os documentos referidos em 1) e 2) poderão ser consultados na secretaria da Associação a partir do dia 18 de novembro de 2022.



CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL DA ACICE

Nos termos dos Estatutos da Associação Comercial e Industrial do Concelho de Esposende (ACICE), convoco os sócios para uma reunião de Assembleia Geral, a realizar no próximo dia 22 de novembro de 2022 (terça-feira), às 21:00 horas, na sede da ACICE, sita no Largo Comandante Oliveira Martins, nº 12/13, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto Um: Apreciação, discussão e votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2023;

Se à hora indicada não houver quórum para que a Assembleia-geral possa dar início, a reunião começará meia hora mais tarde com qualquer número de sócios.

Só poderão participar na reunião da Assembleia os sócios efetivos.

Esposende, 04 de novembro de 2022

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL
José Albino Lima de Faria

PUB



Abriu, em Esposende, uma nova loja de frutas, legumes e mercearia. Pode encontrar uma variedade de frutas e legumes a preços baixos e de excelente qualidade.

Esperamos pela sua visita!

Rua dos Bombeiros, n.º 66 (ao lado da Escola de Condução Ideal)



Jornal Farol de Esposende nº 690
18 de Novembro de 2022

Cartório Jorge Batista da Silva

Rua José Malgueira, 82 A,
4490-647, Póvoa de Varzim
Tel.: 252 143 479/80 –
Telm.: 966 525 607

E-mail: geral@notariopovoavarzim.com

Certifico para fins de publicação que, por escritura de dezassete de oito de novembro de dois mil e vinte e dois, lavrada a folhas setenta e seguintes do livro de notas 6-E para escrituras diversas, no Cartório do notário, António Jorge dos Santos Batista da Silva, titular deste Cartório da Póvoa de Varzim, o outorgante **FRANKLIM VIEIROS MARTINS** casado com **AMÉLIA BOUCINHA CORREIA**, sob o regime da comunhão de adquiridos, natural de Aguçadoura, do concelho da Póvoa de Varzim, residente na Rua da Barranha, número 17 da união de freguesias de Aguçadoura e Navais, do concelho da Póvoa de Varzim, NIF 133.628.698, titular do CC número 05749494 OZY6, válido até 27.09.2030 emitido pela República Portuguesa declarou que em data que não consegue precisar do ano de mil novecentos e setenta, lhe foi doado, pelo seu pai Salvador Luiz Martins que também era conhecido por Salvador Gomes Martins, por doação verbal o **PRÉDIO RÚSTICO**, do qual é dono e legítimo possuidor, com exclusão de outrem, composto por terreno de cultivo, com novecentos e cinquenta metros quadrados sito no Lugar de Pousados, União de Freguesias de Apúlia e Fão, concelho de Esposende, que confronta a norte e Poente com caminho, nascente com José Gomes Hipólito, a Sul com Maria Alves Martins, inscrito na matriz sob o artigo 1920 (anterior 1170 de Apúlia), com o valor patrimonial e atribuído de 147,84€, não descrito no registo predial não tendo título bastante para proceder ao respetivo registo, o que pretende suprir e tal foi confirmado pelas testemunhas presentes e sua cónjuge.

Que o prédio lhe foi então doado há mais de quarenta anos ainda no estado de solteiro, pelo seu mencionado pai Salvador Gomes Martins, viúvo, residente que foi em Aguçadoura, não sendo detentor de qualquer título formal que legitime o direito de tal imóvel, que permita o seu registo para efeito de primeira inscrição.

Que, não obstante, desde aqueles tempos, entrou na posse do imóvel, agindo sempre por forma correspondente ao exercício do direito de propriedade plena, aproveitando todas as suas utilidades cultivando, colhendo os respetivos frutos e limpando, suportando os respetivos encargos e imposto, posse esta que exerceu até hoje, de modo contínuo, exercida pacífica e publicamente e de boa-fé, pelo que se afirma proprietário do referido prédio, justificando a sua aquisição, por usucapião.

Assim, a posse pública, pacífica e contínua do citado imóvel, perdurou por mais de quarenta anos e foi exercida pelo outorgante, ora justificante, e conduziu à aquisição por usucapião, que o ora declarante invocou para justificar o seu direito de propriedade para fins de registo, uma vez que não dispõe de título.

Póvoa de Varzim, 08-11-2022

O Notário N.º271
Jorge Batista da Silva

PUB

OFERTA DE EMPREGO

Empresa (Serralharia) de Esposende procura serralheiro profissional de ferro.

Oferece salário acima da média e boas condições de trabalho.

Para mais informações contactar através do n.º 966785058 ou geral.janelarolante@gmail.com

futebol

CAMPEONATOS DISTRITAIS DA A.F. DE BRAGA SÉRIA A

No campeonato Pró Nacional da A.F. de Braga, já com dez jornadas concretizadas, as três equipas do concelho de Esposende, integradas na Série A, quer em resultados, quer na tabela classificativa, mantêm-se em polos opostos. Com efeito, a equipa do Forjães S. C., com 6 vitórias, 2 empate e duas derrotas, continua em 2.º lugar, com 20 pontos. Por sua vez, a equipa da ADE, com 3 vitórias e 7 derrotas, está no 10.º lugar, com 9 pontos. Finalmente, o F.C. de Marinhos, apenas com 1 vitória, 2 empate e 7 derrotas, mantêm-se no 11º e penúltimo lugar, com 5 pontos.

RESULTADOS**7.ª Jornada**

Santa Maria, 2 Marinhos, 0
 Forjães, 4 Ninense, 1
 Esposende, 0 Cabreiros, 2

8.ª Jornada

Marinhos, 1 Martim, 2
 Cabreiros, 0 Forjães, 0
 Prado, 1 Esposende, 0

9.ª Jornada

Esposende, 1 Marinhos, 0
 Forjães, 2 S. Paio D'Arcos, 1

10.ª Jornada

Marinhos, 2 Cabreiros,
 Forjães, 1 Prado, 2
 Vieira, 1 Esposende, 0

Próximas Jornadas

11.ª Jornada (19 e 20/11)

Amares – Forjães

Prado - Marinhos

Esposende – Porto D'Ave

12.ª Jornada (27/11)

Marinhos – Forjães

Esposende – Ninense

13.ª Jornada (04/12)

Vieira – Marinhos

Forjães – Santa Maria

S. Paio D'Arcos – Esposende

atrelagem / hipismo

Bernardo Losa Campeão Nacional Completo de Atrelagem


No passado dia 6 do corrente mês de novembro, Bernardo Vilarinho Losa e Patrícia Figueiredo da Intersped Team revalidaram o título de Campeões Nacionais de Completo de Atrelagem, ao vencerem as 3 provas que compõe esta competição, que se disputou na vila da Golegã, inserida na programação da Feira Nacional do Cavalo.

Campeonato Regional de Atrelagem do Norte

O Centro Hípico do Porto e Matosinhos recebeu, no dia 30 de outubro passado, a Final do Campeonato Regional Norte de CM1* de Atrelagem, organizado pelo Clube de Atrelagem do Norte, em parceria com a Federação Equestre Portuguesa.

Os pódios ficaram organizados por quatro escalões, destacando-se, em Juniores e em primeiro lugar, o par Bernardo Losa / Patrícia Figueiredo.

Campeonato Concelhio de Futebol Infantil

O Campeonato Concelhio de Futebol Infantil 2022/2023, promovido pelo Município de Esposende, arrancou no passado dia 23 de outubro, no Estádio Padre Avelino Peres Filipe, em Marinhos. Nesta edição, estão envolvidos aproximadamente 600 atletas, dos 4 aos 12 anos de idade, nos escalões de Petizes, Traquinas, Benjamins e Infantis, num total de 38 equipas: Antas Futebol Clube, Grupo Desportivo de Apúlia, Clube de Futebol de Fão, Forjães Sport Club, Desportivo Recreativo Estrelas Faro, Gandra Futebol Clube, Associação Desportiva de Esposende, Futebol Clube de Marinhos e União Desportiva de Vila Chã.

O campeonato decorrerá até finais de maio de 2023, sendo que os jogos decorrerão quinzenalmente, ao domingo, entre as 9h00 e as 17h00, em diversos estádios do concelho, numa estratégia de descentralização e de aproximação da iniciativa à comunidade. À semelhança das anteriores edições, os jogos têm entrada livre. A participação nesta competição não implica quaisquer custos para as associações e clubes participantes, sendo que o Município oferece equipamentos e bolas a todas as equipas, para além de assegurar toda a logística do evento.

O evento é homologado pela Federação Portuguesa de Futebol e Associação de Futebol de Braga e enquadra-se no Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo de Esposende (PEDDE), estando também alinhado com as metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

Esta competição é relevante para o aumento do número de praticantes nos escalões mais baixos de formação, como comprova o número de atletas e equipas participantes nos campeonatos federados da Associação de Futebol de Braga, sendo de realçar também os excelentes resultados alcançados. O Município de Esposende tem vindo a garantir o apoio ao nível da formação aos clubes e associações desportivas do concelho, através da assinatura de contratos programa de desenvolvimento desportivo.

atletismo

Abertas inscrições para a Corrida de Ano Novo

Já estão abertas as inscrições para a V Corrida de Ano Novo, que se realizará no dia 14 de janeiro de 2023, numa organização do Município de Esposende.

A prova integra uma corrida de 10 quilómetros, mas apresenta as variáveis Kids Run, prova direcionada para os mais jovens, e uma Caminhada, com oito quilómetros de extensão. Todas as provas terão a partida e a meta na Avenida Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira. A competição inicia-se às 16 horas, com a Kids Run, e prossegue, às 18 horas, com a Corrida e a Caminhada. Às 19h30 realizar-se-á a cerimónia de entrega de prémios, sendo encerrado, às 20h30, o controlo de tempos.

A Corrida de Ano Novo integra a estratégia de desenvolvimento desportivo e turístico do Município de Esposende, promovendo a prática desportiva e dinamizando o comércio local.

Mais informações e inscrições em www.esposenderun.com.


Forum Esposendense

Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende

Instituição de Utilidade Pública

CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os associados da Associação Forum Esposendense, para a Assembleia Geral Eleitoral, a realizar na sede, sita na Av.ª Eng. Eduardo Arantes de Oliveira – Estação de Socorros a Náufragos, em Esposende, no dia 17 de dezembro de 2022, pelas 17 horas.

Esta assembleia funcionará 30 (trinta) minutos mais tarde, com qualquer número de associados, se àquela hora não houver número suficiente, com a seguinte ORDEM DE TRABALHOS:

Ponto único: Eleição dos Corpos Sociais da Associação para o mandato de 2022 a 2025.

O ato eleitoral decorrerá de acordo com preceituado nos artigos 54º a 65º do referido Regulamento Interno.

Esposende, 18 de novembro de 2022

O Presidente da Assembleia Geral
 (António de Almeida Miquelino)


Forum Esposendense

Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende

Instituição de Utilidade Pública

CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os associados da Associação Forum Esposendense, para a Assembleia Geral, a realizar na sede, sita na Av.ª Eng. Eduardo Arantes de Oliveira – Estação de Socorros a Náufragos, em Esposende, no dia 17 de dezembro de 2022, pelas 18,30 horas.

Esta assembleia funcionará 30 (trinta) minutos mais tarde, com qualquer número de associados, se àquela hora não houver número suficiente, com a seguinte ORDEM DE TRABALHOS:

- 1.º Apreciação e Votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2023;
- 2.º Outros assuntos.

Esposende, 18 de novembro de 2022

O Presidente da Assembleia Geral
 (António de Almeida Miquelino)

PUB



Avenida 19 de Agosto, loja A, 2452 - 4740-575 - Marinhos
 tel.: 253 986 294 | 253 962 421 | martinsrogeriom@gmail.com

PUB



Av. da Igreja 9, 1G
 4740-571 Esposende
 T. F. +351 253 986 032
 M. +351 936 380 517

Praça D. Maria II 138, Lj. 14
 4900-489 Viana do Castelo
 T. F. +351 258 847 099

www.vcspt.com
vcs.geral@hotmail.com

Dr. Miguel Sousa Neves recebeu Distinção Honorífica

O nosso prezado amigo e distinto médico Oftalmologista, Dr. Miguel Sousa Neves, a exercer a sua profissão há cerca de 3 décadas, designadamente entre a Póvoa de Varzim e Esposende, recebeu a Distinção Honorífica de Mérito em Gestão de Serviços de Saúde, galardão atribuído, anualmente, para distinguir um médico que, ao longo do seu percurso profissional, se tenha destacado na Área da Gestão nos Serviços de Saúde, em Portugal. Este ano de 2022, a Competência em Gestão dos Serviços de Saúde da Ordem dos Médicos, distinguiu e homenageou, na cerimónia da entrega do prémio, o Senhor Dr. Miguel Sousa Neves, pelo seu trabalho excepcional e percurso de vida como gestor.

A sessão solene teve lugar no passado da 9 do corrente mês de novembro de 2022, pelas 19.00 horas, no Auditório completamente lotado da Sede da Ordem dos Médicos, em Lisboa. A entrega deste prémio esteve integrada no Programa da 9ª edição, que, em anteriores edições, já havia distinguido figuras conhecidas como Paulo Mendo, Luís Portela, Sobrinho Simões e Eduardo Barroso, entre outras personalidades.

Nascido no Zimbábue e residente na Póvoa de Varzim, há praticamente três décadas, Miguel Sousa Neves, conceituado médico oftalmologista, tem sido alvo, com justiça e muito meritoriamente, de outras condecorações e homenagens, levadas a cabo designadamente nas duas localidades nortenhas que acolheram o Dr. Sousa Neves, Póvoa de Varzim e Esposende, concelhos onde trabalha no exercício da sua nobre função, na área da Medicina. Nestas duas cidades e nas diferentes freguesias dos dois municípios, o Dr. Miguel Sousa Neves é muito querido e respeitado, não só pelo seu valor profissional e pela sua produção literária com que tem brindado os seus leitores, mas também pelo importante contributo que tem prestado no domínio do comunitário, apoiando instituições de solidariedade social, sobretudo as que acolhem e acompanham crianças desfavorecidas. Acrescente-se que as ações solidárias não se circunscrevem aos concelhos da Póvoa de Varzim e de Esposende, estendendo-se a outras localidades a nível nacional, como por exemplo no Porto, bem como em países de expressão portuguesa, nomeadamente Moçambique e Timor.

Pós-graduado e Mestre em Gestão de Serviços de Saúde,

Professor Convidado de Governação Clínica no ISCTE – IUL, em Lisboa, e Doutorando em Políticas Públicas na mesma instituição pública universitária, o Dr. Miguel Sousa Neves vem conseguindo gerir o seu tempo sobrecarregado e multifacetado em inúmeras ocupações, sendo que os filhos e a profissão são sempre as maiores prioridades. Para além da sua muito conhecida Clínica na Póvoa de Varzim, que é por si superiormente gerida, o Dr. Miguel Sousa Neves exerce também, desde há muitos anos, medicina oftalmológica, fazendo consultas, exames e cirurgias, no Hospital Valentim Ribeiro, tutelado pela Santa Casa da Misericórdia de Esposende, e na Delegação de Esposende da Cruz Vermelha Portuguesa. Recorde-se que o seu filho Filipe Sousa Neves, que profissionalmente seguiu as pisadas do pai, é hoje médico oftalmologista, já com um pé bem dentro do Hospital Valentim Ribeiro, onde colabora.

Para além de médico, o Dr. Sousa Neves também é um valor na área do Gestão, por isso foi agora condecorado, como acima já referido, no pretérito dia 9 de novembro corrente, pela Competência em Gestão dos Serviços de Saúde da Ordem dos Médicos.

Entretanto, por diversas razões, é com muita honra que o jornal Farol de Esposende noticia o evento e faz uma breve entrevista ao Dr. Sousa Neves que, amavelmente, se disponibilizou, mais uma vez, a responder às questões que lhe colocamos. Eis então o conteúdo da entrevista que nos concedeu.

Farol de Esposende – Como e quando soube que iria receber a Distinção Honorífica de Mérito em Gestão de Serviços de Saúde?

Miguel Sousa Neves – Em setembro recebi um telefonema do Doutor Duarte Nuno Vieira que, em nome da Ordem dos Médicos, me comunicou que tinha sido escolhido. Foi algo inesperado, mas recebido com muita satisfação.

F.E. – Que significado tem para si esta Distinção Honorífica e o momento em que a recebeu?

M.S.N. – Fiquei muito grato por sentir que este tipo de distinções também pode abranger pessoas que têm um percurso autónomo e fora das grandes instituições. O momento é relevante porque nas nove distinções anteriores pareceu ter sido um prémio de carreira, enquanto no meu caso foi entregue alguém que está em pleno de atividade profissional.

F.E. – Este prémio destina-se a homenagear um médico que, ao longo do seu percurso profissional se tenha destacado na área da Gestão nos Serviços de Saúde, em Portugal.

Dr. Sousa Neves, fale-nos um pouco do seu excepcional trabalho e do seu percurso de vida como gestor.

M.S.N. – Penso que terão tido em devida conta vários fatores. Em primeiro lugar, a criação de raiz de três serviços de oftalmologia com sucesso: Clipóvoa-Hospital da Luz, Hospital Valentim Ribeiro e a minha clínica que neste momento conta com a colaboração de 14 oftalmologistas e é uma das maiores do país. Depois, o facto de ter fundado uma associação que se dedica a discutir assuntos de gestão em saúde (Sociedade Portuguesa de Gestão de Saúde) e uma revista científica nesta área (Revista Portuguesa de Gestão & Saúde). E por fim a minha aprendizagem na área (uma pós-graduação e um mestrado, para além de um doutoramento alinhavado) e o ensino como professor convidado de uma Instituição Universitária pública (ISCTE).

F.E. – Para além desta, que outras Distinções ou Homenagens, de que já foi alvo e que o marcaram pela grandeza que lhes atribuiu?

M.S.N. – Já tive alguns reconhecimentos pelos trabalhos e projetos em que me vou envolvendo, não só na área da oftalmologia e da gestão, como também pelo meu envolvimento na sociedade civil. O que mais me terá tocado foi a atribuição da Medalha de Cidadão Poveiro pela Câmara Municipal da Póvoa de Varzim por acharem que eu era uma mais-valia para o concelho. A título de gratificação pessoal são os sorrisos das crianças, e mesmo adultos, que vou tentando apoiar ao longo do caminho.

F.E. – É publicamente sabido que o Dr. Sousa Neves é um verdadeiro defensor das causas sociais. Nos dias que correm, à nossa volta, as carências e as necessidades, aos mais variados níveis, são evidentes. Como entende que poderão e deverão ser ajudados os mais necessitados?

M.S.N. – Há inúmeras formas de agir, desde a institucional pelos governos e autarquias, até às organizações civis das comunidades que vão ajudando quando reconhecem os problemas. Somos um país que tem recursos limitados e devemos ir capacitando as pessoas a poderem agir por elas próprias cada vez mais, aumentando a literacia e fomentando também pontes, ligações e parcerias para melhor responderem às necessidades das populações. No topo da hierarquia, se calhar há que repensar uma ligação muito mais dinâmica entre os setores da saúde e da segurança social. E por fim, mas muitíssimo importante porque somos um país envelhecido, há que investir intensamente na promoção do envelhecimento ativo.

F.E. – Em declarações prestadas em tempos a este jornal, disse ser “um cidadão ambicioso por desafios e projetos bem definidos”. Presentemente, que desafio ou projeto está na sua “mira” pôr em prática?

M.S.N. – Acho que a ambição por desafios é algo muito positivo porque me permite estar sempre atento ao que se vai passando tentando, de forma construtiva, intervir quando me é possível. Quando referi em “projetos bem definidos”, quis dizer que gosto de ter prazos e avaliações dos resultados, porque só assim é podemos evoluir. Concluir o doutoramento em Políticas Públicas na área de “Envelhecimento Ativo” é o meu projeto pessoal atual.

F.E. – A terminar querará deixar alguma mensagem aos leitores do jornal Farol de Esposende?

M.S.N. – Um agradecimento do fundo do coração a todos aqueles que me vão batendo à porta, ajudando-me continuamente a crescer, não só como oftalmologista, mas especialmente como cidadão empenhado em dar o seu contributo na comunidade onde se insere.



PUB



CA
Crédito Agrícola
O Banco nacional com pronúncia local

Póvoa de Varzim,
Vila do Conde e
Esposende