



ACARF Clube UNESCO



Alvarás n.º EOP 25947  
n.º ICC 258

**DANIEL, FILHOS,  
CONSTRUÇÕES, LDA**

Rua da Fonte Velha  
4740 Forjães Esposende  
Fax: 253 877 137

Telm.: José - 937470992  
Fernando - 939021837  
Aníbal - 93 72 44 793

# O FORJANENSE

Directora executiva: Susana Costa  
Outubro 2010 • Ano XXV 2ª série • n.º 256  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0.80

*Mensário informativo e regionalista*

## Centro Escolar de Forjães



Alimentação:  
a actualidade social e escolar

*págs. 2-3*

Cortes de energia inesperados  
revoltam forjanenses

*pág. 4*



**EspoAuto**  
comércio de automóveis

www.espoauto.com    espoauto@espoauto.com

Bouro - Gandra - 4740 - 473 Esposende - Tel. 253 969 180

## Destaque

# Alimentação hoje

O Dia Mundial da Alimentação, celebrado no dia 16 de Outubro alerta-nos para os comportamentos inadequados que cada vez mais caracterizam a população. A pressão social exercida sobre os jovens e a imposição de medidas estandardizadas, contrapõe-se à publicidade e à diversificação cada vez maior de produtos alimentares, nem sempre saudáveis. Tudo isto torna mais difícil o papel das escolas na implementação de hábitos saudáveis.

## Exigência dos padrões de beleza

Ao longo da história, a nutrição tem sido tema de interesse e contradições, especialmente pela sua relação com os parâmetros variáveis de beleza. Actualmente, o padrão estético vigente de magreza, reforçado pelos media, tem repercussões inevitáveis sobre as adolescentes e jovens adultas. Nesta faixa etária, é preciso algum tempo para aceitação e assimilação da imagem corporal resultante das transformações da puberdade. No entanto, a necessidade de marcar posições e de ser aceite pelo grupo pode provocar uma busca frenética por um corpo idealizado que, na maior parte das vezes, não está de acordo com as características genéticas. Desta forma, as adolescentes são o grupo mais vulnerável aos distúrbios do comportamento alimentar.

No entanto, alguns estudos epidemiológicos inquietantes apontam um aumento na incidência de anorexia nervosa e bulimia, não apenas em adolescentes, mas também em crianças, sendo essencial o diagnóstico e terapêutica precoces.

A anorexia nervosa apresenta um conjunto de sinais e sintomas, nomeadamente: a recusa em manter o peso dentro dos limites considerados normais para a altura e idade; perda de peso rápida e superior a 15% do peso corporal «normal»; fobia ao aumento de peso; distúrbio grave da ima-

gem corporal, medida predominantemente pela severa auto-avaliação; negação da gravidade da doença; ausência de ciclos menstruais ou amenorreia (ausência de mais de três ciclos). A anorexia nervosa pode ser restritiva (restrição da ingestão alimentar e realização de exercícios físicos intensos) ou purgativa (ingestão compulsiva de alimentos seguida de purgação – vômito induzido com ou sem utilização

---

*Estudos apontam para um aumento da incidência de distúrbios alimentares, não só nos adolescentes como também nas crianças*

---

de diuréticos e laxantes). Na realidade a anoréctica não apresenta perda de apetite, mas sim um controlo voluntário obsessivo da ingestão alimentar. A bulimia nervosa é caracterizada por episódios de ingestão alimentar excessiva com sensação de perda de controlo, seguida de comportamento purgativo intencional. Estes episódios são acompanhados de uma profunda insatisfação com a forma do corpo e com o peso.

como são as cadeias de restaurantes de fast-food. Aliada a esta há ainda outra variável tentadora: o preço. «Vou gastar 10 euros numa refeição se posso saciar-me com metade?», questionam-se muitos jovens, sobretudo aqueles que possuem uma escassa mesada. Contudo, este é um

---

*Uma publicidade mais variada e apetecível está relacionada com comportamentos alimentares cada vez menos saudáveis*

---

argumento discutível quando analisamos o preço de um almoço na cantina escolar, mas, infelizmente, estas estão cada vez mais vazias. E a verdade é que a crise

Apesar destes comportamentos, o bulímico pode apresentar um peso normal ou discreto excesso de peso, sendo fundamental a avaliação de alguns sinais físicos, tais como: aumento das glândulas salivares; erosão do esmalte dentário; gengivite; fissuras labiais; lesões nas articulações dos dedos (por constante indução do vômito), etc. O tratamento destes distúrbios requer uma equipa multidisciplinar constituída por psiquiatra, psicólogo, pediatra ou clínico geral e nutricionista.

Os indivíduos com distúrbios alimentares necessitam de uma abordagem nutricional flexível, que tenha em consideração os seus medos e preconceitos em relação à alimentação e aos alimentos e que coloque metas exequíveis e realistas.

O nutricionista deve fazer reparos sensíveis, deve ser paciente, cuidadoso e nunca deve julgar nem apresentar comportamentos controladores. A abordagem nutricional da anorexia nervosa é, normalmente, diferente da efectuada na bulimia nervosa.

Existem, no entanto, mais distúrbios do comportamento alimentar. Aliás, o dis-

túrbio do comportamento alimentar com maior impacto na saúde pública, devido ao seu carácter multifactorial com elevada componente psicológica de dependência de alimentos, é a obesidade.

A crescente importância da aparência física com padrões de beleza formatados, nem sempre fisiológicos, e a rápida disseminação da informação implicam uma necessidade de vigilância acrescida aos padrões alimentares e sociais das crianças e adolescentes para que cresçam e se desenvolvam de forma saudável e sustentável.

Ricardo Moreira

## Os jovens e a alimentação

Quando se pensa na relação entre os jovens e a alimentação nos dias de hoje, de certo que a reacção de qualquer pessoa não será muito positiva em função do aumento de notícias que reportam diariamente casos de obesidade, anorexia e até subnutrição.

Graças à ciência, existe uma grande variedade alimentar hoje em dia, bem como uma maior disponibilização de informação necessária para que os hábitos alimentares dos mais novos sejam os melhores de sempre mas, ao contrário do que seria de esperar, estes têm vindo a revelar-se, em muitos casos, os piores da história.

Esta relação não-saudável entre os mais novos e a sua alimentação resulta de várias combinações. Uma das razões pela qual estes se encontram inevitavelmente tentados a comprar é a explícita e tão apetitosa publicidade que leva ao consumo de produtos nada saudáveis,

instalada por todo o país leva os próprios pais a confeccionarem refeições pouco saudáveis devido ao corte nas despesas, particularmente na alimentação.

Se, por um lado, há jovens com um IMC (Índice de Massa Corporal) acima da média, muitos são aqueles que sofrem em prol do estereótipo de beleza dos dias de hoje sacrificando as suas refeições e o seu corpo até ao limite em que a doença não é mais física mas psicológica (no caso da anorexia ou bulimia) deixando marcas para toda a vida. O que muitos não sabem é que o metabolismo celular difere de ser humano para ser humano e, por vezes, é essencial, para além de uma alimentação saudável, a prática constante de desporto.

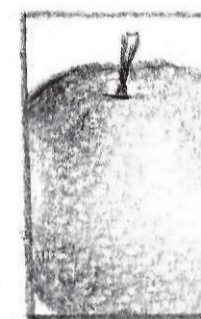
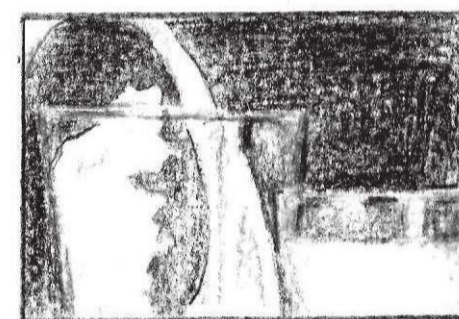
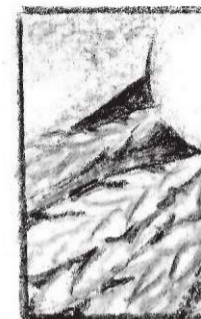
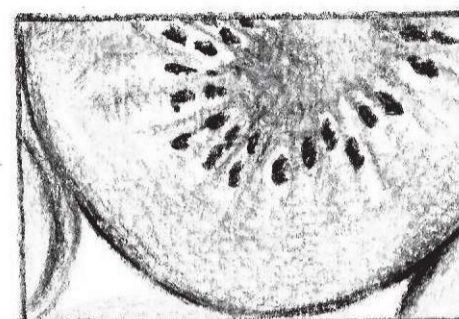
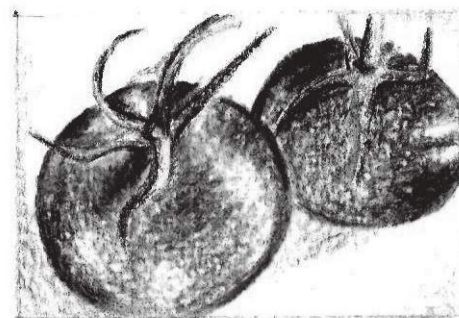
Muitos sabem os erros alimentares que cometem mas, atendendo ao nível de preocupações que os rodeiam, preferem simplesmente não pensar no assunto e satisfazer somente o seu paladar. Porém, através de numerosos estudos, sabe-se

finalmente que as consequências destes actos são desastrosas num plano de saúde a curto e, sobretudo, longo prazo.

Nunca antes foi tão importante uma refeição em família e em tempos de crise, não há nada melhor que parar para saborear, na companhia de família e amigos, um bom prato que dará forças para enfrentar todos as adversidades da vida. E não há nada melhor que o conforto de uma comida saudável para de seguida procedermos a verdadeiras resoluções de vida.

Não é fácil ser-se jovem nos tempos que correm onde existe tanta variedade à disposição e, ao mesmo tempo, ter de preencher um sem fim de requisitos ao nível da imagem. Eu ainda sou do tempo em que não podia levantar-me da mesa sem acabar a sopa e o prato principal. No fim, era tempo de correr e brincar. Talvez seja isso que falta nos dias de hoje.

Diana Martins



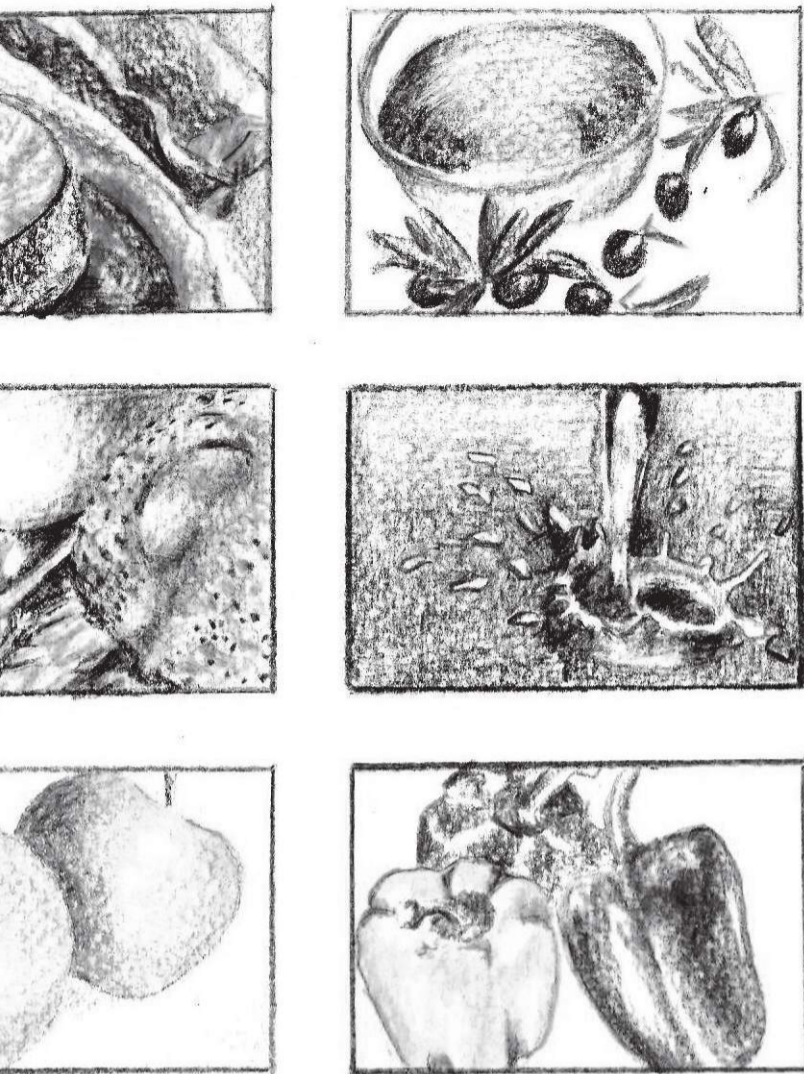


Foto: Arquivo da EBI

**A** alimentação saudável, ou desequilibrada, é uma problemática que ocupa um destaque de relevo na sociedade contemporânea, pois esta deixa de ser um fenómeno de escolhas individuais e ganha uma dimensão pública digna de intervenção política.

A obesidade e os distúrbios alimentares atingem um número cada vez maior de jovens portugueses. A alimentação desequilibrada, a falta de exercício físico e poucas horas de sono são apontados como as principais causas para esta situação, que começa a ganhar contornos epidémicos.

Nos dias que correm, os adolescentes dividem grande parte do seu tempo entre a escola e a família, assim, facilmente se compreende a importância que estas

organizações têm como veículo de formação para uma alimentação equilibrada e saudável.

Em entrevista à Professora Diana Costa, responsável pela saúde escolar da Escola Básica Integrada de Forjães, tentamos compreender que medidas são adoptadas mediante a percepção desta realidade.

A cantina da escola tem o privilégio de funcionar com o modelo de gestão directa onde as ementas são preparadas e escolhidas pelos diversos colaboradores e cozinhados no próprio dia. Em tempos tiveram uma nutricionista, que recomendada pela Câmara Municipal, elaborava as ementas e realizava acções de formação com os colaboradores da cantina escolar.

Quem assegura as refeições

## Entrevista: Responsável pela saúde escolar elogia EBI Forjães

aos alunos é a Câmara Municipal que estabelece contratualmente com a escola o valor de capitação, tendo em conta os escalões de acção social escolar ou de participação familiar em que se encontrem.

Diana Costa reconhece excelência na oferta alimentícia dizendo: «já trabalhei noutras escolas onde a gestão da cantina era concessionada e a qualidade nem sequer se assemelhava».

Quando questionada sobre a adesão à cantina, Diana responde que todos os alunos que passam o dia na escola almoçam na cantina, e mesmo os que só têm aulas de manhã optam por almoçar antes de voltar para casa. Admite que alguns alunos evitam a sopa e, por vezes, o prato de peixe. Para combater esse comportamento fazem acções de carácter esporádico onde oferecem brindes (pens, entre outros) a quem fizer uma refeição completa. Para além desta intervenção têm delineado um plano contínuo que se concretizará através da afixação de mensagens de sensibilização que promovam os benefícios do consumo de determinados alimentos tais como o peixe, a sopa, e a fruta. Outra iniciativa interessante foi o envolvimento dos alunos na confecção do pão.

No bufete, a oferta tenta ser variada e o mais salutar possível, e para os pais menos informados, aqui é disponibilizada fruta e leite a título gratuito, durante todo o ano lectivo. Contudo, a professora Diana queixa-se da falta de adesão dos alunos a este serviço, e garante que não é pelo seu desconhecimento.

A postura da escola orientada no sentido de boas práticas alimentares fez com que, «por opção própria» nunca tivesse existido naquele estabelecimento uma máquina de venda automática, apesar de todos os benefícios

económicos que isso pudesse trazer à instituição. Para além do plano alimentar, a escola possui um leque de actividades extracurriculares que possibilitem aos alunos uma vida mais rica em experiências e aprendizagem e mais activa. Não obstante, algumas crianças acabam por não participar, já habituados ao sedentarismo do computador, acabam por ficar horas em frente a um ecrã, quando o recomendável se situa nas duas horas diárias.

*EBI de Forjães garante refeições completas e saudáveis a um preço acessível a todos, contrariamente à alimentação desequilibrada que caracteriza a sociedade portuguesa*

A escola usa dos recursos disponíveis para oferecer a melhor qualidade nos produtos e serviços alimentares. Apesar de tudo, o Presidente do Conselho Executivo, Manuel Ribeiro, reconhece pesadamente que o refeitório não possui todas as condições necessárias. Numa escola com 25 anos «alguns equipamentos estão obsoletos», e com todas as alterações ocorridas na legislação das unidades de restauração não é fácil estar em conformidade, uma vez que isso implica um grande investimento. Como instituição pública, e portanto dependente de outros organismos governamentais, a escola vai-se ajustando «naquilo que é mais imediato».

Diana Costa, apesar de estar na escola há apenas dois anos, nunca conheceu nenhum caso de distúrbio alimentar nesta escola,

mas confessa que na sua experiência profissional já teve turmas em que metade dos alunos tinha excesso de peso, sendo que alguns sofriam de obesidade.

Efectivamente, estudos recentes revelam que uma em cada três crianças portuguesas sofre de obesidade e estima-se que 3,5 por cento das despesas totais de saúde pública estejam relacionadas com doenças provocadas pela obesidade.

Desta forma, este é um problema que se impõe à sociedade e sobre o qual é necessário agir de forma organizada. Apesar da visão exemplar da EBI de Forjães, nem todas as escolas actuam da mesma forma e nesta área Portugal está ainda tutelado por um conjunto de regras que não são mais que meras orientações sem carácter de obrigatoriedade, onde a fiscalização é escassa e o lucro prevalece, na generalidade dos casos.

Por outro lado, é indispensável consciencializar e responsabilizar cada um individualmente. A dimensão do problema não se prende só com o adolescente em si, nem com as famílias, nem com as escolas isoladamente. A temática é muito mais abrangente e está também relacionada com as exigências da sociedade actual.

A emancipação, a crescente exigência profissional, as novas estruturas familiares, a globalização, e o consumismo são fenómenos que revolucionaram o nosso dia-a-dia e que nos exigem comportamentos e ritmos diferentes.

Num panorama tão desregulado que é a vida familiar dos dias de hoje, a escola aparece como uma instituição de carácter estável que garante uma refeição completa, saudável e pronta a um preço acessível para a maior parte das famílias.

Sofia Carvalho

## Hábitos alimentares saudáveis na ACARF

O Dia Mundial da Alimentação foi celebrado pela primeira vez a 16 de Outubro de 1981. Este ano apesar de ter sido um sábado, não poderíamos deixar de comemorar um dia tão importante. Assim, este foi celebrado no passado dia 18 de Outubro. As crianças da ACARF, não deixaram passar este dia sem uma pequena actividade: a confecção de uma salada de fruta. Os pais foram convidados a participar, trazendo um fruto por criança.

Desde pêras, laranjas, maçãs, bananas e outros frutos, as crian-

ças experimentaram diferentes cheiros, sensações e sabores. De cores e sabores se revestem os alimentos que nos fazem crescer, ser fortes, ter saúde, energia e alegria!

As educadoras propuseram a confecção de uma salada de fruta porque é uma óptima opção, que permite a congregação de várias frutas, ricas em nutrientes essenciais para uma vida saudável. Fomentar bons hábitos alimentares foi o principal objectivo desta actividade. Apurando os nossos sentidos, comemos uma salada de fruta deliciosa.

Na sala dos «avós» a data também foi marcada com a elaboração de uma salada de fruta, pois os diabetes e o colesterol não permitem grandes «aventuras». A actividade começou com o descascar e cortar das frutas, que serviu de sobremesa do almoço.

Esta actividade teve como principais objectivos a celebração do Dia da Alimentação bem como mostrar aos idosos a importância da ingestão de frutas diariamente.

As educadoras



## Local

# Voltar a viver sem luz

Setembro trouxe um corte de luz inesperado a mais de vinte casas forjanenses. Entre habitações próprias e estabelecimentos comerciais, erros simples na toponímia de Forjães (cujas últimas alterações foram efectuadas há dez anos) acarretaram um corte no fornecimento da electricidade. A lei diz que é obrigatório mandar um aviso prévio dez dias antes de cortar os serviços.

Mas o problema que os fez não receber as facturas, também não lhes permitiu receber os avisos. Perante o sucedido, inicialmente associado a um problema comum de falha de energia, a população forjanense revoltou-se e pediu esclarecimentos à EDP e aos CTT de Esposende. O FORJANENSE tentou contactar as duas empresas que não esclareceram devidamente a ocorrência. Sa-

be-se, porém, que a EDP não recebeu a devolução das cartas e os CTT afirmam não ter retido as cartas em Esposende. Só perante a revolta de Forjães é que a EDP diz ter tido conhecimento acerca desta situação, o que a levaria a cancelar outros cortes previstos na freguesia. A verdade é que todos os afectados tiveram de pagar uma taxa de religação da luz, no valor de 26,11 euros,

que prometeram devolver. Muitas pessoas, alertadas pelos exemplos, correram para Esposende para pagar as contas antes que ficassem desprovidos de energia. Entre os numerosos afectados, escolhemos quatro famílias que deixam aqui o seu testemunho, e as consequências que esta suspensão da electricidade lhes trouxe. *Textos Susana Costa Fotos Luís Pedro Ribeiro*



Edviges Jaques

Edviges Jaques andava no quintal, quando avistou uma carrinha da EDP. Quando nada o fazia prever, a luz foi-lhe cortada, mesmo diante dos seus olhos. A octogenária bem tentou convencê-los a não o fazer, alegando o facto de já ter uma idade avançada e viver sozinha. Mas de nada lhe serviu. Os operários justificaram-se com ordens superiores para cumprir. Deixaram-lhe um papel onde confirmavam o corte por falta de pagamento, o que qual teria de efectuar, acrescido da taxa de religação da luz. Como o dia já ia longo, só no dia seguinte, o filho António se pode deslocar a Viana a fim de resolver esta situação. Uma hora mais tarde, a luz foi-lhe reposta, mas entretanto “já tinham passado vinte e sete horas sem ter energia”, afirma Edviges.

À reclamação do corte feita na EDP aproveitou para acrescer a reivindicação de um poste novo, face ao seu portão de entrada, que estava danificado desde os temporais de Março passado, e que ainda não havia sido substituído.

Com a falta de luz, teve de recorrer a uma vizinha para que lhe guardasse os alimentos que estavam no congelador. Tinha ainda alguns medicamentos no frigorífico, que usa diariamente no seu problema de diabetes, que deixou estar, rezando para que não se estragassem.

A verdade é que a factura, até à data, sempre tinha chegado, e a factura bimestral torna mais difícil definir as datas em que chegam. Quanto à devolução da taxa de religação não sabe nada. A única informação que dispõe é que, após ter sido restabelecida a energia eléctrica, recebeu uma carta que confirma a reposição da luz e uma alegada restituição de quatro euros, que supõe que será deduzida na próxima factura.



Helena Torres

Helena Torres já estava a estranhar que a carta da luz ainda não tivesse chegado, mas continuou à espera que ela chegasse, supondo um atraso na distribuição do correio.

Um dia, tinha ido visitar uma irmã, quando, no caminho de regresso a casa viu um operário da EDP, no largo da Santa, a efectuar um corte de luz. Estando por ali uma senhora à conversa com ele, foi-lhe dito que também a sua casa havia sido afectada pelos cortes. Indignada, tentou reverter de imediato a situação, mas já nada pode fazer naquele dia. Correu para casa, temendo que a casa já estivesse alagada pela água que escorria do frigorífico.

De facto, haviam-lhe deixado um aviso na caixa do correio a alertá-la sobre o corte de luz em consequência da falta de pagamento, que nunca havia acontecido até ali.

Não dispondo de viatura própria, só no dia seguinte pode ir a Esposende resolver a sua situação. Lá teve de enfrentar uma fila enorme, maioritariamente composta por forjanenses, a quem havia sucedido o mesmo problema. Só foi atendida às cinco horas da tarde, e por isso, a luz só lhe foi reposta quase 48 horas depois do corte. «O problema maior foi estar sem água, porque o motor funciona com electricidade», afirma revoltada.

Diz Helena que toda esta situação «é uma vergonha», porque sabendo que o problema estava nas moradas, o aviso devia ser feito de outra forma. «Porque é que perante estas situações não deixam um aviso às pessoas no posto dos Correios forjanense ou na Junta de Freguesia para alterarem o que está mal, antes que seja tarde?», interroga Helena, esperando que estas medidas drásticas não se voltem a repetir.



Augusto Pimenta e Lurdes Correia

Lurdes Correia e o marido, Augusto, estavam a ver televisão no final do almoço, quando a luz foi abaixo.

Durante algumas horas, supuseram que a falha era geral na rua, ou então o quadro da luz teria ido abaixo. Mais tarde, com a ajuda de um vizinho, aperceberam-se que lhes tinham cortado a luz, deixando, apenas uma notificação do sucedido na caixa do correio.

Aquela hora, já nada puderam fazer, a não ser distribuir pelos vizinhos os alimentos que tinham na arca congeladora, e que estes amavelmente guardaram nas suas casas para que nada se estragasse até a luz ser reposta.

Hoje lembram a situação que tanto teve de revoltante como de caricata. Augusto diz que, com a noite, «o remédio que tivemos foi espalhar velas acesas por toda a casa». O maior problema foi que o nebulizador que precisa de usar durante a noite, naquele dia não esteve disponível. Felizmente, não tem de o usar irrepreensivelmente todas as noites, senão as consequências desta falha de comunicação entre a EDP e os clientes podiam ter sido bem mais graves.

No dia seguinte, um genro do casal, dirigiu-se a Viana do Castelo para resolver todo este imbróglio, que ainda não teve um fim, uma vez que ainda não foram ressarcidos na taxa de religação da luz, como lhes havia sido prometido. Mas Agostinho Maciel continua a lutar para que os seus sogros recebam aquilo a que têm direito.

Augusto e Lurdes não percebem porque é que desta vez a carta não chegou, mas o mais provável é que o erro tenha passado pelo nome da rua – a actual Rua de Neiva era, até há bem pouco tempo, era denominada Lugar de Neiva.



Lino Abreu

Lino Abreu foi a casa à hora de almoço, quando o seu filho João lhe disse que, desde as nove horas da manhã, não tinham luz. Achou que seria mais uma daquelas situações em que a luz cai, infelizmente variadas vezes, na sua zona de residência. Mas quando se dirigiu para o exterior da sua moradia, ouviu o motor da sua vizinha e achou estranho. Desta feita colocou a hipótese de ser um problema numa das fases eléctricas, uma vez que o contador é trifásico. Só que quando chegou ao pé do contador, finalmente percebeu o que se passava. Um papel dobrado e entalado na porta do contador referia um corte de luz por falta de pagamento.

Quando chegou ao escritório ligou para a EDP a pedir esclarecimentos. Disseram-lhe que o corte foi efectuado após o envio de dois avisos, uma vez ultrapassada a data limite de pagamento. Ao mesmo tempo, a EDP responsabilizou os CTT por ainda não lhes terem reenviado as cartas, porque se o tivessem feito detectariam o problema atempadamente e assim os cortes teriam sido evitados.

Na mesma tarde, dirigiu-se à Drogeria do Mercado, em Esposende, onde regularizou a sua situação, pagando, também, a taxa de 26,11 euros. A luz foi-lhe reposta neste mesmo dia.

Entretanto, já corrigiu a morada, que ainda estava com os dados da avó da sua esposa, e que, apesar de a saber incompleta, não tinha trazido problemas até então.

Quanto à devolução do dinheiro, nada sabe. Espera que seja verdade e tudo vai fazer nesse sentido. Para já, contactou a DECO (Defesa do Consumidor) com o intuito de se esclarecer quanto aos direitos e deveres dos clientes neste tipo de situações.

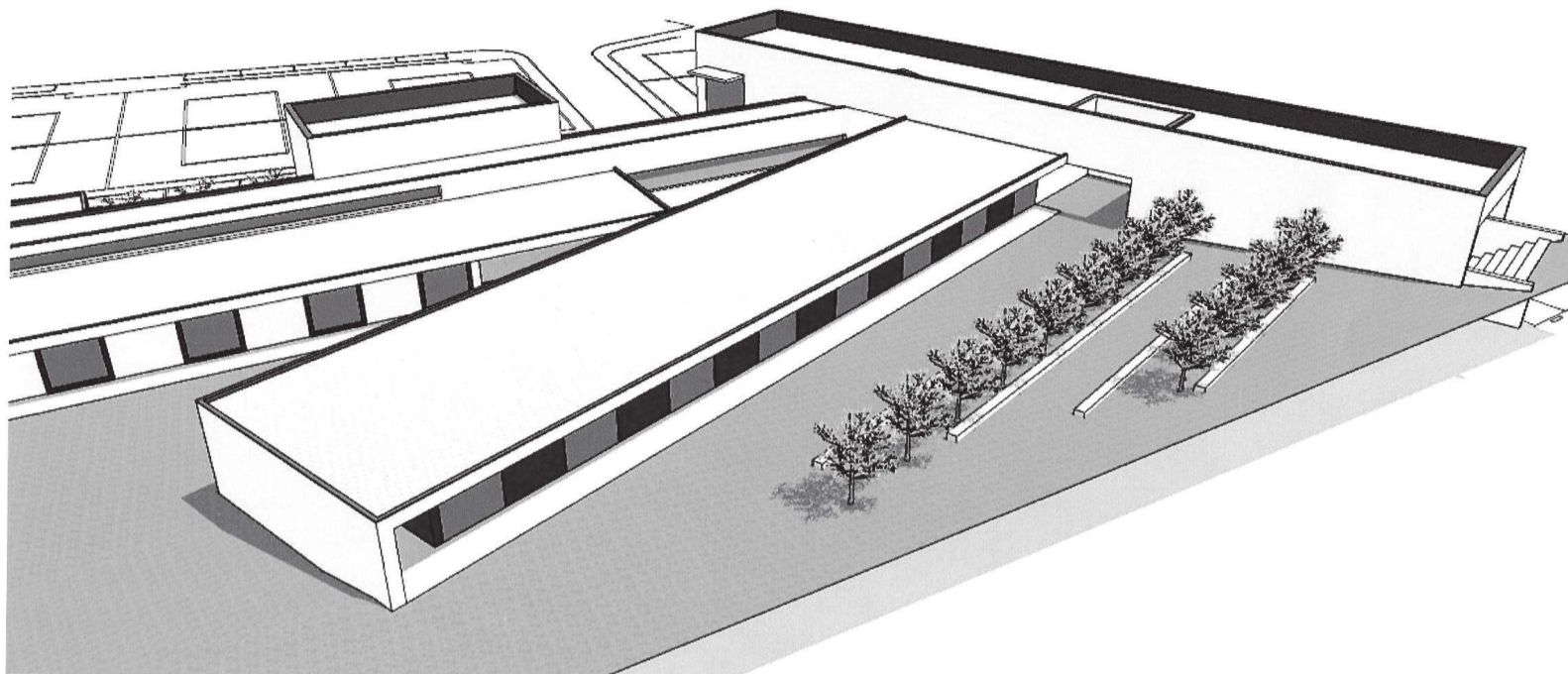
# Projecto concluído

Muito se tem falado e escrito, ultimamente, sobre o centro escolar de Forjães. De leccionadores a manifestarem-se contra, passando por jornalistas até elementos do PS - Partido Socialista de Forjães.

As promessas eleitorais não são esquecidas, como afirma a oposição no seu papel. Um projecto como este não pode ser feito em cima do joelho. Não é essa a forma de trabalhar desta junta de freguesia. Existem trâmites e passos que têm que ser dados.

Muito mais que a alteração do projecto do Jardim de Infância, a opção pelo Centro Escolar determinou a elaboração de um novo projecto, com as consequências que daí advêm, designadamente a alteração da carta educativa municipal (o novo Conselho Municipal da Educação teve que aprovar a passagem de jardim de infância para centro escolar). Para além disso, tiveram que se obter vários pareceres (CIM - Comissão Intermunicipal do Cavado e da DREN - Direcção Regional de Educação Norte), para que estivessem reunidas todas as condições para se apresentar a candidatura a fundos estruturais no âmbito do QREN - Quadro de Referência Estratégica Nacional.

Por tudo isto, facilmente se compreende que, em Fevereiro deste ano, como



pretendia o PS de Forjães, não estivessem reunidas as condições para a apresentação da candidatura.

Todo o processo está concluído neste momento. Por isso resolvemos apresentar, aqui n'O Forjanense, uma imagem do que será o futuro centro escolar de Forjães.

Para os mais distraídos, o novo centro escolar, a construir no terreno adquirido pela Câmara Municipal, junta à EBI, na rua da Morena, irá incluir, no mesmo espaço, o jardim de infância e a escola primária.

Este edifício terá, para além de um refeitório com mais de 200 m<sup>2</sup>, salas de pro-

fessores, de isolamento, de atendimento, gabinete para coordenadores, uma área para jardim de infância e outra para o 1º ciclo.

A parte de jardim de infância terá sete salas de actividades. O actual possui apenas 3 salas e, desde há vários anos, que anualmente, 20-30 crianças ficam em fila de espera.

O 1º ciclo, para além das 8 salas de aula e 3 salas para actividades artísticas e experiências, possui ainda uma biblioteca.

Estamos em crer que se tratará de um empreendimento que resolverá o proble-

ma a nível de ensino básico, em Forjães, pelo menos no que concerne a infra-estruturas, por várias dezenas de anos.

Falta apenas o parecer final para se poder dar início às obras.

De destacar o apoio e esforço financeiro por parte da Câmara Municipal que, para além da aquisição do terreno, suportará uma parte dos custos de uma obra que ultrapassará um milhão e meio de euros.

As crianças e os forjanenses o merecem e poderão contar com todo o nosso apoio.

José Henrique Brito

# O FORJANENSE

## Valor em prioridade

Em regra, a alteração de uma situação, quando acontece por razões que não podemos controlar, tende a ser recebida com alguma reserva e muita preocupação. É obvio que todos temos perfeita consciência que a vida não é estante. Tem ciclos. Fases. Contudo, o ser humano necessita de estar preparado para a mudança. Precisa de se adaptar, ambientar, ajustar, de molde a racionalizar as escolhas.

Mas a vida é assim mesmo. Cheia de surpresas. Cheia de incertezas. Plena de desafios.

É curioso pensar que é nas alturas mais conturbadas que tendemos a alinhar com mais rigor as

nossas prioridades, assim como a reconhecer o valor que já conquistamos.

Este é o momento em que se inicia um novo ciclo para o Forjanense. Uma nova Direcção deverá assumir o comando do nosso Jornal. Um Jornal com mais de 25 anos de existência, com toda a responsabilidade que o "peso" da idade pode acarretar.

O valor conquistado pelo Forjanense, fruto do trabalho e dedicação de todos os que por ele passaram é, sem qualquer dúvida, incontornável e incontestável.

Do mesmo modo, também é incontornável a posição de destaque

que o Forjanense ocupa na imensa lista de prioridades que a Associação deverá alinhar. Impõe-se assegurar o respeito e a consideração pelo trabalho desenvolvido ao longo de quase três décadas. E é com muito agrado que constato que a equipa de colaboradores do Forjanense está disposta a trabalhar para isso. Muito obrigada por tudo.

Resta-me, por fim, agradecer, em nome da ACARF, à Direcção cessante. O trabalho, os sacrifícios e os contratemplos que tiveram. Mas sobretudo, agradeço terem-nos deixado os instrumentos necessários para continuar a ambicionar um Jornal maior e melhor.

Sandra Bernardino

PUB

## SAÚTRA-MED

Serviços de Segurança, Higiene e Medicina do Trabalho, Lda

### MEDICINA DO TRABALHO

#### Médicas do Trabalho

Dra. Ana Maria R. Fernandes

Dra. Maria da Luz Braga

Autorização nº 007/2010 da Direcção-Geral de Saúde para a prestação de Serviços Externos de Saúde do Trabalho

### ORGANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS DE SEGURANÇA NO TRABALHO

#### Técnicos de Higiene e Segurança do Trabalho

Eng<sup>a</sup> Elizabeth Dias e outros

Autorização nº 224/03.1.10.1/ACT

Autoridade para as condições do trabalho para a prestação de Serviços Externos de Segurança do Trabalho

### COORDENAÇÃO E GESTÃO DE SEGURANÇA

Rua António Pascoal, nº1 a 3, 4740-233 Esposende

(frente ao quartel da GNR)

Tlf.: 253 962 987 Fax.: 253 967 609

Email: [sautramed@mail.telepac.pt](mailto:sautramed@mail.telepac.pt)

<http://sites.google.com/site/sautramedlda/home>

## Comunidade paroquial

### Mês do Rosário, Mês Missionário!

Neste mês missionário que se Abre diante de nós, vem-me espontaneamente a recordação vivida do acolhimento demonstrado pelo povo Português ao Santo Padre, quando nos visitou em Maio. Como peregrino, no meio de nós, a sua viagem começou e acabou sob o signo da Missão, não só evocando as façanhas do passado missionário de Portugal, mas sobretudo encorajando-nos a dar novo vigor à missão, aqui e além fronteiras por que ou a Igreja vive em estado de missão ou acabará por morrer. Baseados na esperança, o Papa convidou os cristãos à missão pela fidelidade e testemunho, num tempo onde persistem vestígios de um velho «republicanismo» e num ambiente de grande relativismo. Foi uma lufada de ar fresco para toda a Igreja de Portugal.

A mensagem do Papa para o Dia Mundial das Missões, neste ano, corre na mesma direcção, exortando-nos a uma vida cristã que seja testemunho credível do amor de Deus porque «somente a partir deste encontro com o Amor de Deus, que muda a existência, podemos viver em comunhão com Ele e entre nós, e oferecer aos irmãos um testemunho credível, dando razão à nossa esperança».

Bento XVI recorda também a cada cristão a necessidade de uma «fé adulta, capaz de entregar-se totalmente a Deus com uma atitude filial, alimentada pela oração, pela meditação da Palavra de Deus e pelo estudo das verdades da fé» para promover um humanismo novo, fundado no Evangelho de Jesus.

Neste mês de Outubro – mês missionário – é a Igreja toda que cresce, ano após ano, na consciência da sua identidade missionária e



consequentemente, renova o seu compromisso de anunciar o Evangelho, pelo envolvimento organizado não apenas dos fiéis, mas de todas as comunidades diocesanas e paroquiais dando às suas actividades pastorais «uma ampla conotação missionária». Sob o impulso missionário, o Papa exorta que se promova nas paróquias a «novidade de vida, feita de relações autênticas», capazes de «oferecer sinais de esperança e a tornarem-se irmãos universais».

**P.Alberto Silva**

*in Missão: comunhão partilha*

### Ano Pastoral

- Todos os Santos (S), 1 de Novembro (Eucaristia às 09h, com Proclamação da Palavra na igreja Matriz e às 15,30h, seguida de Procissão ao Cemitério).

- Fiéis Defuntos, 2 de Novembro (Eucaristia às 18h).  
Missa de Piedade (Agrupamento 1296), 7 de Novembro (Eucaristia às 11,15h).

- Jesus Cristo Rei do Universo (S), 21 de Novembro (Missa com a Catequese e Compromisso das Catequistas...)

- Início do Advento, 28 de Novembro

(Eucaristia às 09h e 11,15h).  
Missa de Piedade (Agrupamento 1296), 5 de Dezembro (Eucaristia às 11,15h).

- Imaculada Conceição, 8 de Dezembro (Eucaristia às 09h e 11,15h).

- Feira de Natal – Actividade de angariação de fundos (Agrupamento dos Escuteiros)  
Preparação próxima do Natal, de 16 a 24 de Dezembro.

- Natal de Jesus, 25 de Dezembro (Eucaristia às 11,15h).

- Festa dos Reis, 15 de Janeiro/2011, às 21h.

#### Baptismos

11/09 – Mário Rodrigo Novo Almeida, filho de Pedro Miguel Sinaré Almeida e de Maria Armada Alves Novo Almeida.

#### Matrimónios

04/09 – Ricardo Alexandre Alves de Carvalho e Fernanda Isabel Casal Sinaré, ele, de Palme, Barcelos, ela, de Forjães.

04/09 – Paulo Lopes Lago de Car-

valho e Susana Lages Correia, ele, de Paranhos, Porto, ela, de Forjães.

02/10 – José Francisco Gonçalves Teixeira e Andreia Cristina Ribeiro Durães, ele, de Leça do Balio, Matosinhos, ela, de Forjães.

10/10 – Carlos Jaime Sá Rolo e Paula Manuela Alves Casal, ele, de Belinho, Esposende, ela, de Forjães.

#### Óbitos

Óbito: 06/10 – Aida Codeço de Sá, com 69 anos de idade e residente na Rua da Várzea.

## Evangelizar modelos pagãos de vida

O Santo Padre, Bento XVI, há já alguns anos, tem vindo a convidar os seus antigos alunos para algum tempo de reflexão teológica. O tema do encontro deste ano versava o Concílio Vaticano II, nomeadamente na sua correcta interpretação.

No início da Eucaristia de encerramento do referido encontro, o Santo Padre convidou os presentes a pedir perdão pelas atitudes pagãs da vida quotidiana de cada cristão. Bento XVI ao sublinhar a responsabilidade de tantos cristãos em se desligarem «tão pouco do estilo de vida pagão» e ao mesmo tempo viverem «tão pouco a novidade, o estilo de Deus», segundo as suas palavras, não só lança o olhar lúcido e objectivo sobre a realidade da cultura onde se desenrola a vida das comunidades cristãs e dos cristãos em geral, mas também reconhece a influência que o paganismo reinante exerce nas suas vidas. É importante relacionar estes dois temas, o neopaganismo e o Concílio Vaticano II, tal como o faz o Santo Padre.

Já na homilia da celebração da Eucaristia, após a sua eleição como Papa, Bento XVI afirmava que «com o passar dos anos, os Documentos conciliares não perderam actualidade; ao contrário, os seus ensinamentos revelam-se particularmente pertinentes em relação às novas situações da Igreja e da actual sociedade globalizada». Por isso, a verdadeira resposta pastoral só poderá surgir de comunidades e de cristãos que assumam a renovação que o Concílio trouxe à Igreja.

Quando se fala de nova evangelização, for-

çosamente o Concílio Vaticano II tem de impregnar a vida de todos os que se reconhecem discípulos de Jesus Cristo, chamados a participar da missão de salvação que Jesus quer oferecer aos homens e mulheres do mundo de hoje, e fazemo em diálogo com a pessoa humana e a cultura actual. Importa acrescentar mais um tema que é proposto pelo Arcebispo Rino Fisichella e que diz respeito às causas da secularização do Ocidente e, portanto também o campo propício para o renascer de modelos pagãos na cultura europeia. Diz ele que «a primeira causa está nos finais do século XIX e inícios do século XX. Tudo se resume a um nome e a uma ideia: Nietzsche e o nihilismo». Acrescenta que «a Igreja não se deu conta imediatamente do desafio que supunha o pensamento de Nietzsche sobre o tabuleiro da história porque, de formas quase contemporânea, nascia outra ideia muito importante e que entrava no sistema social e político: o marxismo». Daqui, conclui que «a Igreja e a sua teologia viram o marxismo como uma causa determinante, porque o marxismo fazia do ateísmo o seu projecto social».

Chamado a comparar estas duas personalidades Nietzsche e Marx no que diz respeito ao dano que Provocaram na visão integral do ser humano, Monsenhor Fisichella não tem dúvidas em afirmar que o Primeiro «retirou a possibilidade de poder pensar que a verdade se pode alcançar e que esta pode ser objectiva». E, justifica dizendo que «isto faz muito mal à humanidade, porque tem como consequência a fragmentação

da verdade e do sentido». Conclui, então, sublinhando que «assim chegamos ao pensamento débil que hoje teorizam alguns filósofos e à morte da metafísica que tinha sido prevista por alguns». «O marxismo, por seu lado, refere ele, já fracassou porque o sistema que tinha criado, que era basicamente económico, não aguentou perante o desafio da economia global. Tão pouco aguentou perante a fé dos povos, que, pese à vontade do ateísmo, se manteve com o sofrimento».

Já «o nihilismo, insiste ele, entrou no comportamento de cada pessoa, o que levou a uma forma de secularização na qual se encontra hoje o Ocidente». Demonstra-o, dizendo que «assim se desconfiava da razão para alcançar a verdade e produz-se um encerrar-se em si mesmo com um individualismo profundo» (VN nº 2716).

Na verdadeira evangelização, importa observar os factos, mas igualmente saber as suas causas determinantes, para oferecer os verdadeiros conteúdos da Boa Notícia que é Jesus Cristo. O Arcebispo Rino Fisichella apresenta, como exemplo, alguns indicadores do nihilismo reinante na nossa sociedade e que são desafios à acção evangelizadora da Igreja. Começa por referir as novas formas

de pobreza e o conseqüente símbolo de caridade que a Igreja deve representar; continua afirmando que, como compreendemos hoje, perante a profunda pobreza cultural do mundo actual, exige-se um projecto unitário que ajude a sociedade a encontrar o sentido da verdade»; diz ele, que isto não é teórico mas sim a capacidade de ser verdadeiramente livres e de dar sentido à vida; enumera finalmente o suicídio juvenil que grassa em todos os países da Europa e a eutanásia.

Reconhece que paramos muitas vezes nos fenómenos e não buscamos as causas. Por isso, fala do nihilismo, que se apresenta não só como um desafio para a Igreja mas para toda a humanidade. Bento XVI, na sua primeira homilia, após a sua eleição, dizia que «a Igreja de hoje, deve reavivar em si mesma a consciência da tarefa de repropor ao mundo a voz d'Aquele que disse: "Eu sou a luz do mundo. Quem me segue não andarás nas trevas, mas terá a luz da vida" (Jo 8, 12)». Tal como o Papa dizia de si mesmo, podemos referir cada cristão: «a sua tarefa é fazer resplandecer aos olhos dos homens e das mulheres de hoje a luz de Cristo: não a sua, mas a verdadeira luz do próprio Cristo».

**D. João Lavrador,**  
**Bispo Auxiliar do Porto**

Publicidade

**AUTO DETALHE**

MANUTENÇÃO DE FROTAS  
CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA EMPRESAS  
CONSULTE-NOS

**mecânica** | mecânica geral  
recalibração de discos e cubos de travões

**chaparia** | banco de alinhamento  
de chassis

**pintura** | estufas de pintura  
alugação de cor computadorizada

**electricidade** | sistema eléctrico  
rádio / auto rádio / som

**pneus** | vedações, montagem,  
calibragem

**manutenção** | limpeza de interiores e exteriores  
lavagem de estofos

**ar condicionado** | abastecimento superior e actual de  
refrigerante e reciclagem  
(MARCAS ESPECIAIS PARA EMPRESAS)

Rua dos Barreiros, 164 - 4740-439 Forjães - Esposende  
Tel. 253 877600 / 253 877 601 Fax: 253 877 602 - Tlm. 965 017 006

**O TEAR**

- TÊXTEIS LAR COELIMA E OUTRAS
- LINGERIE TRIUMPH, SLOGGI, SIMEL
- TUDO EM ROUPAS INTERIORES, MEIAS E COLLANTS
- PERFUMES VÁRIAS MARCAS
- PEÇAS DECORATIVAS E UTILITÁRIAS
- LINHOS, LOUÇAS DE VIANA, CRISTAIS, ETC

REPRESENTANTE DAS MARCAS TRIUMPH, SLOGGI, E COELIMA

RUA DE PINHEIRO Nº 163, S. ROQUE - FORJÃES Telefone: 253872699

Confeitaria **marbela** BOMBONARIA

ARTE EM DOCE

ESPECIALIDADES DA CASA E REGIONAIS

QUALIDADE • TRADIÇÃO • INOVAÇÃO

Rua 1.º de Dezembro, 71 • Telefone 253963274 • 4740-226 ESPOSENDE

**CONFETARIA PRIMOROSA:**  
Praça do Município, 7 • Telefone 253961563 • 4740-223 ESPOSENDE

de José Manuel da Cruz Torres

**ALTA MIRA**  
Moda Jovem

Visite-nos

Qualidade invejável - Preços imbatíveis

Boucinho - Forjães - Tel - 253 87 16 87

**CAFÉ NOVO**

de Domingos T. Cruz

- Café Snack Bar
- Distribuidor PANRICO
- Agente Totoloto - Totobola - Joker- Euromilhões

Rua 30 de Junho - 4740 Forjães  
253 87 21 46

Hélder Vieira  
tel. 964 367 772 | 911 122 171

**carneS paladino**

Rua Horácio de Queirós  
Loja 126 | 4740-444 | Forjães | ESP

**SANILUZ**  
energias renováveis

- Energia solar fotovoltaica
- Energia solar térmica
- Energia geotérmica
- Energia aerotérmica

Rua da Corujeira, n.º470, Forjães  
4740-442 - Esposende  
Tel. / Fax: 253 877 135  
e-mail: saniluz@gmail.com

**PSA**  
Padearia e Pastelaria S.º

de Francisco Sá

Fabrico diário de todo o tipo de pão; pizzas; bolos de aniversário e casamento; pastelaria sortida e doce regional

Rua da Calça, n.º 74 - Forjães  
Telefone: 253 87 15 94

**O FORJANENSE**

25 ANOS É MUITO TEMPO,  
MUITAS NOTÍCIAS E...  
MUITAS LEITURAS

DIVULGUE O JORNAL DA NOSSA TERRA

**CASA PEREIRA**  
Tel - 253 87 17 10

Drogas - Ferragens, etc  
Tudo para Casa e Jardim  
Venda de árvores de fruto

**Instituto Português da Juventude**

Rua Santa Margarida, 6  
4700 Braga

Tel. 253 204250 // Fax 253 204259

Com o apoio: Programa de Apoio as Associações Juvenis (PAAJ)  
email: ipj.braga@mail.telepac.pt //http.wwwsejuventude.pt

## Desporto

### Formação sobre patins

Rui Abreu

O Hóquei Clube de Fão (HCF) é uma instituição com 11 anos de idade, onde a sua actividade principal é fomentar a prática da patinagem.

Desde a sua fundação, a 16 de Agosto de 1999, o objectivo do clube é formar jovens, do concelho de Esposende. Formar, não só na vertente desportiva, isto é técnica e tática de jogo, mas também acima de tudo, na vertente educacional, esse facto levou-nos à escolha de treinadores com formação académica.

Com a fundação do clube surgiu o escalão Sénior, que teve grande influência no aparecimento das camadas jovens.

Em apenas três anos, a equipa sénior conseguiu atingir a 2ª Divisão nacional, sendo vice-campeã nacional da 3ª Divisão da zona norte na época 2001/2002. Contudo, devido aos elevados custos financeiros que a equipa acarretava, esta teve o seu fim em 2003, garantindo-se, no entanto,

a continuidade dos escalões de formação.

Na época transacta, (2009/2010) o HCF consegue colocar duas equipas a disputar o Campeonato Nacional de Juvenis e Juniores, como também volta a formar uma equipa de seniores, que ficou em quarto lugar no Campeonato Nacional da Terceira Divisão – Zona Norte.

Para além de organizar vários torneios internacionais, com a colaboração da Associação de Patinagem do Minho, também participou noutras disputas, nomeadamente em Grado, nas Astúrias.

Uma das novidades deste ano passou pelo lançamento de um livro que conta parte da história do HCF, cuja capa é da autoria do forjanense Nuno Mendanha. Este livro retrata um pouco do que se passou ao longo destes anos no HCF.

Também homenageamos um sócio fundador, que faleceu muito novo (Mário Fernando), ele-

mento que foi incansável na fundação do clube, nunca tendo sido reconhecido publicamente todo o seu esforço. Como tal promovemos a 1ª Taça «Mário Fernando» que decorreu em 18 de Julho 2010, com a participação de equipas de grande relevo, como o FC Porto, «Os Limianos», Casa do Povo de Sobreira e Óquei Clube Paço de Rei, que se apresentaram nos escalões de Benjamins, Escolares, Infantis, Iniciados, Juvenis e Juniores.

O desporto não é só dentro do campo, é formação cultural e educação. Devemos tratar os nossos atletas e todos os que trabalham em prol do clube, como pessoas e não como objectos, é esse

Equipa sénior do Hóquei Clube de Fão



o meu dever enquanto dirigente.

Para fomentar este espírito organizamos convívios ao longo do ano, como a ceia de Natal, encerramento da época com um piquenique entre dirigente, atletas e familiares.

Neste momento, o HCF, tem cerca de 150 atletas a competir em todos os escalões (Seniores, Juniores, Juvenis, Iniciados, Infantis, Escolares, Benjamins e Bambini).

Estamos a formar um grupo

de atletas (feminino e masculino) em Patinagem Artística, devido à grande procura nos últimos tempos, principalmente pelos mais pequenos.

O grande objectivo do Hóquei Clube de Fão, em primeiro lugar, é formar pessoas e só depois ter bons alunos. Se puderem conjugar com o desporto tanto melhor.

Treinos das Escolas de Patinagem:  
Terças das 18h às 19,30h  
Sábados das 10h às 12,30h

## Desporto ■ Notícias FSC

### Comissão Administrativa vai mostrando serviço

Fernando Neiva

A Comissão Administrativa tem vindo a fazer uma intervenção profunda no Estádio Horácio de Queirós. Tendo até ao momento procedido à pintura dos muros, bancadas, balneários e salas interiores. Quanto à pintura, ainda há muito trabalho a fazer, sendo de referir que aquilo que já foi feito só foi possível com a colaboração de casas comerciais e empresas de Forjães e arredores que ofereceram tinta e outros materiais, uns como ajuda, outros a troco de publicidade estática no Estádio. Foi também colocada uma caleira nova para recolha das águas da bancada coberta, para assim se conseguir pôr fim às inúmeras infiltrações de água que se verificam em quase todos os compartimentos da zona inferior. Este foi de facto um investimento monetário muito grande, mas sem dúvida necessário. Sendo que a Câmara Municipal de Esposende, mesmo dentro de um quadro de grande redução orçamental, se com-

prometeu a dar uma «ajudazinha» financeira.

Ainda no capítulo de obras, vai proceder-se também a um trabalho indispensável, caro e de difícil execução, que consiste na limpeza total e arranjo da drenagem do terreno de jogo, sendo também necessário corrigir as ligações destas águas para a rede pluvial. A rede de saneamento precisa também de ser corrigida, reparada e ligada à rede pública deste serviço. Obviamente, que tudo isto só será possível com a ajuda de todos os sócios e amigos do clube.

Desta forma, enganam-se aqueles que pensam que o Forjães SC é apenas um investimento numa equipa de futebol sénior.

Relativamente a outros projectos, iniciaram-se contactos e está a fazer-se a recolha de elementos diversos, que permitam, não só avaliar, um anseio dos sócios e desta Comissão Administrativa, a requalificação do Estádio e zona envolvente,

mas também apurar as reais necessidades para um clube que precisa desenvolver o futebol jovem, quer masculino quer feminino e que se possível precisa abrir outros horizontes. Ou seja, pretende-se equipar o actual estádio com um relvado sintético, ampliar a qualidade e o número de balneários e recuperar o espaço do velho ringue, mas engana-se quem pensa que apenas um campo é suficiente para que toda a estrutura do clube, no mínimo será necessário mais um campo para o futebol jovem. Neste âmbito temos alguma promessa de ajuda por parte da autarquia, mas em tempo de cortes e contenção financeira não será fácil conseguir as verbas necessárias para esta requalificação que todos ansiámos. Contudo, somos persistentes e acreditamos que com muito trabalho, dedicação e empenho havemos de levar a água a bom porto.

alhado apenas seis pontos (1 V, 3 E, 3 D). Tem sido um arranque difícil, a equipa perdeu os três primeiros desafios disputados em casa, conseguindo um empate no quarto jogo. Nas partidas disputadas fora, a equipa tem conseguido melhores resultados, ainda não perdeu, nem sofreu qualquer golo. Tudo isto também se deve ao

difícil calendário que lhe calhou nesta fase inicial da competição. A nível exibicional, tem vindo a praticar um futebol esforçado mas com algumas falhas entre os sectores. Certamente que com o desenrolar do campeonato o desempenho vai melhorar e com muito sacrifício de todos o objectivo da manutenção será atingido.

### Festa de São Martinho

No próximo dia 14 de Novembro, Domingo, o Forjães SC irá realizar durante a tarde uma festa de São Martinho. O programa está ainda a ser elaborado e oportunamente será divulgado, mas para além do jogo dos seniores e desfile

das equipas jovens, iremos ter animação, castanhas, vinho e muito mais.

Aqui fica desde já o convite para todos os sócios, simpatizantes, amigos e patrocinadores. Será para nós uma grande honra poder contar com a vossa presença.

### Campanha «EU AJUDO»



No Intervalo do Jogo Forjães-Marinhas foi entregue o computador portátil (nº 341) ao Sr Fernando Matos de São Roque, feliz contemplado com o prémio

da campanha «EU AJUDO». Agora vamos todos ajudar nas próximas iniciativas, em Novembro, esmola e rematação de S. Miguel e em Dezembro no Sorteio de Natal.

### Futebol Sénior

Aquele que é considerado o escalão maior do futebol no nosso clube, iniciou o campeonato da divisão de Honra da A.F. Braga, tendo até ao momento disputado sete jogos e ame-



## Desporto ■ Notícias FSC

### Futebol Feminino

Está neste momento em andamento a criação de uma secção de futebol feminino, para já nas classes mais jovens. Os treinos já começaram e estão abertos a quem quiser participar, à quarta-feira, a partir das 18 horas. O objectivo imediato é formar um grupo que possa para já divertir-se a praticar um desporto que

gostam, e mais para frente competir em torneios e competições concelhias. No futuro, próxima época talvez, será equacionada a inscrição oficial de uma equipa nas competições associativas. Por isso, mulheres jovens ou menos jovens não tenham preconceitos e apareçam para dar força a um clube que também é vosso.

### Futebol Jovem

Tem sido outras das apostas da Comissão Administrativa, o relançamento do futebol jovem, que está a decorrer com forte adesão dos jovens forjanenses e dos arredores. Sendo que neste momento frequentam o clube quase centena e meia de jovens. Os juniores treinam à 2ª, 4ª e 6ª a partir das 20 horas, os Iniciados treinam nos mesmos dias a partir das 18:30. Os infantis, benjamins e escolinhas treinam à 3ª e à 5ª a partir das 18:45 e os pré escolas à 2ª, no pavilhão da ACARF, a partir das 18 horas. A oferta é grande, por isso todos aqueles que ainda não o fizeram, podem juntar-se a nós.

Relativamente ao futebol jovem federado é de referir que esta época a Câmara Municipal de Esposende financia a inscrição dos atletas (Iniciado e Juniores)

na AF Braga. Embora não chegue de muito, já é um gesto bonito por parte da edilidade.

Juniores  
Arnosos 1 – Forjães 4  
Forjães 3 – Várzea 1  
Fão 2 – Forjães 1  
Iniciados  
Forjães 1 – Fão 3  
S. Verissimo 4 – Forjães 0  
Forjães 2 – Gandra 6

### Benjamins

Pela primeira vez na sua história o FSC federou uma equipa de Benjamins na AF Braga. Tal só foi possível com a ajuda, empenho e colaboração dos pais dos atletas. O campeonato vai iniciar-se no final de Outubro e os adversários são maioritariamente do concelho de Esposende e Barcelos.

### Patrocínios publicitários nos equipamentos de jogo

A Comissão Administrativa chegou a acordo com a empresa forjanense Etfor, sendo que esta está patrocinar as equipas sénior e júnior do clube, com uma publicidade na frente das camisolas de jogo. Por sua vez, os Iniciados e os Benjamins estão a ser patrocinados pela PLAY UP, também uma

empresa forjanense de vestuário para crianças e jovens, que irá colocar o seu logótipo na frente das camisolas destes escalões.

Relativamente aos seniores a empresa Espoauto, com raízes em Forjães, está a patrocinar este escalão com uma publicidade nas costas do equipamento.

### Pagamento de quotas 2010-2011

Estão já em pagamento as quotas de associado para a presente época. A cobrança está a cargo dos membros da Comissão Administrativa, Hugo Abreu e Eduardo Pinheiro. Assim, caro associado do FSC, quando tiver disponibilidade financeira, pode proceder ao respectivo pagamento.

Um dos grandes objectivos da Comissão Administrativa é aumentar o número de sócios, estando previsto o lançamento de uma campanha neste sentido. Desta forma, você que ainda não é sócio, fica desde já convidado a inscrever-se na família do Forjães SC, fazendo-se sócio desta colectividade.

### Resumo das jornadas

#### 3ª Jornada 25-09-10

Arões 0 - 1 Forjães  
Campo do Arões - Fafe

#### Vitória num campo muito difícil

O Forjães fez um bom jogo em Arões: conseguiu um golo a meio da primeira parte, controlou o jogo a meio terreno e desperdiçou uma boa ocasião para ampliar o score ainda neste período do jogo. Na segunda metade, o Forjães foi uma equipa organizada e muito sólida no sector defensivo, que não vacilou, mesmo com a crescente fúria da equipa fafense na procura de outro resultado. O Arões tentou tudo para dar a volta ao resultado mas, encontrou um Forjães eficiente, confiante e muito prático, que não abdicou dos três pontos.

FSC: 1- Stray; 2- Rick; 3- Mané; 4- Mouzinho; 5- Zé Avelino; 6- César; 7- Chico (Simão aos 80); 8- Zé Carlos (c.); 9- Canigia; 10- Káká (Alfredo aos 70); 11- Ricardo (Rafa aos 75).

Treinador: Fernando Pires  
Não utilizados: Runa, Miguel Banana; Pipo e Xavi.  
Disciplina: Zé Carlos expulso aos 68 min  
Golo: Káká aos 28 min.

#### 4ª Jornada 3-10-10

Forjães 1 - 2 Marinhas  
Estádio Horácio de Queirós

#### Marinhas aproveitou melhor o temporal

Numa tarde de temporal, o FSC não conseguiu tirar partido desse factor que lhe foi favorável na primeira parte. É um facto que os homens de Fernando Pires jogaram a primeira metade do jogo instalados no meio campo marinhense, mas sem conseguirem furar as redes adversárias. O Marinhas entrou para o período complementar muito determinado e marcou o 1-0 nos momentos iniciais, num lance que suscitou muitas dúvidas de fora de jogo. A meio deste mesmo período, aqui em fora de jogo inequívoco, os marinhenses ampliaram o marcador. No último quarto de hora o Forjães procurou reagir mas apenas logrou obter o tento de honra.

O Marinhas deixou bem patente que é um candidato à subida de divisão.

FSC: 1- Stray; 2- Rick; 3- Mané (c.); 4- Mouzinho; 5- Zé Avelino (Ruizinho aos 65); 6- César; 7- Chico (Rafa aos 80); 8- Alfredo; 9- Canigia; 10- Káká; 11- Ricardo Santos (Xavi aos 65).

Treinador: Fernando Pires  
Não utilizados: Runa, Simão; Pipo e Miguel Banana.  
0-1 aos 48 min.  
0-2 aos 74 min.  
1-2 Káká aos 88 min.

#### 5ª Jornada 10-10-10

Forjães 0 - 1 Vilaverdense  
Estádio Horácio de Queirós

#### Desatenção fatal na 2ª parte, dita derrota

Perante um dos mais fortes candidatos à subida, o FSC não conseguiu a vingança da final da taça da época passada e voltou a perder pela margem mínima. O Vilaverdense teve mais ascendente na primeira parte e nesta fase do jogo atirou uma bola ao ferro. Na segunda metade, o FSC afastou os vilaverdenses da sua área, tendo jogado sempre no meio campo adversário. À entrada para o último quarto de hora, uma desconcentração foi fatal para se perder o jogo. O empate seria, sem dúvida, o resultado mais justo, mas no futebol a justiça não faz resultados.

FSC: 1- Stray; 2- Rick; 3- Mané; 4- Mouzinho; 5- Zé Avelino (Ruizinho aos 70); 6- César; 7- Chico (Xavi aos 70); 8- Zé Carlos (c.); 9- Canigia; 10- Káká; 11- Alfredo.  
Treinador: Fernando Pires  
Não utilizados: Joel, Ricardo Santos; Pipo, Raúl e Miguel Banana.  
Golo: 0-1 Armando aos 74 min.

#### 6ª Jornada 16-09-10

Torcatense 0 - 0 Forjães  
Campo do Arnado, S. Torcato - Guimarães

#### Empate com sabor a pouco

Foi uma jogo de fraca qualidade parte a parte. O Forjães mandou no primeiro período, mas foi infeliz nas duas vezes que Káká desviou a bola da baliza torcatense. No segundo tempo a equipa de Guimarães entrou mais determi-

nada. O FSC ficou reduzido a dez, arbitragem vergonhosa, e isso dificultou uma melhor acção na última meia hora de jogo. Apesar das dificuldades que o meio campo forjanense evidencia, ficou a ideia de que este jogo podia e devia ter sido ganho.

FSC: 1- Stray; 2- Rick; 3- Mané; 4- Mouzinho; 5- Zé Avelino; 6- César; 7- Miguel Banana (Ricardo aos 67); 8- Zé Carlos (c.) (Chico aos 80); 9- Canigia; 10- Káká (Alfredo aos 72); 11- Ruizinho.

Treinador: Fernando Pires  
Não utilizados: Joel, Simão; Rafa e Xavi.  
Disciplina: Zé Avelino expulso aos 61 m

#### 7ª Jornada 24-10-10

Forjães 1 - 1 Ninense  
Estádio Horácio de Queirós

#### Primeiro ponto em casa

Jogo de pouca qualidade, entre duas equipas muito iguais e com objectivos semelhantes. Fernando Pires arriscou no ataque, mas o meio campo ainda não “carbura” futebol, e a equipa sente dificuldades em conseguir desequilíbrios na fase de construção de jogo e nos lançamentos ofensivos. Houve bom empenho da maioria dos forjanenses, mas o desempenho global da equipa foi fraco, podendo aqui ser incluído o trio de arbitragem, particularmente o árbitro principal que não teve a coragem, a meio da 1ª parte, de expulsar o guarda-redes do Ninense, que para além de derrubar Káká ainda jogou a bola com a mão fora da área.

Quando Ruizinho fez o 1-0 ainda deu para acreditar na vitória, mas faltou um pouco da felicidade que sorriu ao Ninense, quando minutos depois fez o golo do empate. Mesmo sem conseguir jogar bem, e a precisar de melhorar muito a qualidade do seu futebol na zona intermédia, o Forjães merecia ganhar este jogo.

FSC: 1- Stray; 2- Rick; 3- Mané (c.); 4- Mouzinho; 5- Canigia; 6- César; 7- Chico; 8- Xavi (Ricardo Santos aos 68); 9- Ruizinho; 10- Káká (Raúl aos 75); 11- Alfredo.

Treinador: Fernando Pires  
Não utilizados: Joel, Simão; Pipo e Miguel Banana.  
Golo: 1-0 Ruizinho aos 78 min.  
1-1 aos 81 min.

Av. de S. Romão, 10 - 4935 Neiva - Viana do Castelo Tel. 258 871 466 - Fax: 258 371 420

Av. Marcelino Queirós, 130/140 Estrada E - loja 14 - 4740-438 Forjães  
Tel.: 253 876 074/TLM.: 965 166 956

# Forjães Sport Clube 2010/2011



**Séniores**

Em cima da esq. para a dir.: Joel, Ricardo, Mouzinho, César, Káká, Queirós, Pires, Guimarães, Diogo, Mané, Alfredo, Simão, Stray. Em baixo da esq. para a dir.: Isaque, Ricky, Zé Avelino, Canigia, Ruizinho, Kiko, Raul, Pipo, Xavi, Miguel, Rafa.



**Juniore**

Em cima da esq. para a dir.: Mateus, Nuno, Cassy, Julio, Ruben, Sérgio, Ruca, João, Ricardo, Diogo, Helder, Helder C., Carlos. Em baixo da esq. para a dir.: Tiago M., Marco, Simão, Ricardo J., Rui, Fábio, Cristiano, André, Runa, Tiago



**Iniciados**

Em cima da esq. para a dir.: Luís, Joel, Eduardo, Hugo, Alexandre, Amaral, Miguel, Fábio, Miguel S., Carlos M., Perdigão, Miguel, Luís. Em baixo da esq. para a dir.: Diogo, João, Miguel, David, Ricardo, Renato, João S., David R.

## Centro de Formação

### FF



**Infantis**

Em cima da esq. para a dir.: Tiago, João, André, Miguel, Cocas. Em baixo da esq. para a dir.: Marcelo, Alexandre, Nuno



**Escolas**

Em cima da esq. para a dir.: Hugo, Flávia, Gonçalo, David R., Afonso, André, Rafa, Pereira. Em baixo da esq. para a dir.: David L., Rodrigo, Diogo T., Filipe, Dani, Luís, Diogo S.



**Pré-escolas**

Em cima da esq. para a dir.: Costa, Francisco, Pedro, Hugo, Bruno, Raul, Luís. Em baixo da esq. para a dir.: Rodrigo, Guilherme P., Fábio, Gonçalo, Tomás, Guilherme F.



**Minis**

Em cima da esq. para a dir.: Costa, Duarte, Alexandre, Simão, Pedro, Gonçalo, Luís. Em baixo da esq. para a dir.: Nuno, Rafael, Pedro J., Salvador, Ana Marta

# Boletim — Nascente Escolar

Agrupamento de Escolas Terras do Baixo Neiva

Outubro 2010

## A República Nasceu Há 100 anos



Numa iniciativa do Departamento de Ciências Sociais e Humanas (área disciplinar de História) e por este coordenada, celebrou-se, a 4 de Outubro de 2010, o centenário da «Proclamação da República Portuguesa».

A cerimónia, embora simples, revestiu-se de um brilho especial, fruto, em grande medida, da performance levada a cabo, em redor de uma grande bandeira nacional, erigida em semim colorido (no chão, no exterior do Polivalente), toda a Comunidade Educativa (alunos), muitos professores e funcionários não docentes) ouviram uma versão daquilo que terá sido a proclamação que o Dr. José Relvas

fez, da varanda da Câmara Municipal de Lisboa, para o povo que o ouvia, nesse 5 de Outubro de 1910.

O professor António Neiva, do Agrupamento de Barroselas e actor da companhia Teatro do Nordeste, no papel do dito Dr. José Relvas, empolgou a plateia com um desempenho que pareceu colocar na cena real de 1910, os que assistiam à cena, tal foi o empolgação que de todos se apossou. E o fascínio continuou quando uma salva de seis morteiros irrompeu pelos ares e o Hino Nacional (com o suporte dos professores da Escola de Música de Esposende e do coro dos nossos alunos que a fre-

quentam) se cantou a plenos pulmões.

A Direcção Executiva do Agrupamento e o Departamento de Ciências Sociais e Humanas deixam aqui público reconhecimento a todos aqueles cuja colaboração tornou possível esta realização, em especial, ao professor António Neiva, da Escola Básica 2,3 de Barroselas, aos professores Duarte Silva, Jorge Afonso e José Pinho, aos funcionários auxiliares António Carvalho, Amândio Dias e Eduardo Pinheiro, à Escola de Música de Esposende, aos alunos do 7.º A e do 9.º C, todos da EBI de Forjães, e às empresas Viana & Filhos, Lda, Lanafor e José Manuel Ribeiro.

Professor Basílio Torres

## DESFOLHADA NO LAR DE ST.º ANTÓNIO

Jardim de Infância de Forjães

No passado dia 1 de Outubro, as crianças do Jardim de Infância de Forjães aceitaram o simpático convite dos dirigentes do Lar de St.º António para participarem numa desfolhada, juntamente com os utentes daquela Instituição.

Depois de acomodados à volta de vários montes de milho, os idosos e as crianças deitaram mãos à obra e lá foram desfolhando espiga atrás de espiga.

Porque a desfolhada é também sinónimo de festa, houve bombos e, ao som da concertina, cantaram-se músicas populares enquanto se enchiam os cestos e se ia dando um “pezinho de dança”.

No final da labuta, e depois das espigas arrumadas, foi-lhes oferecido o tão merecido lanche que veio restabelecer as forças desgastadas com o árduo trabalho e com a folia.

É com iniciativas deste género que as novas gerações podem conhecer e dar valor às mais genuínas características da memória colectiva. Mas, foi acima de tudo um momento de grande convívio, confraternização e alegria para os idosos. No final de um bocadinho de tarde bem passado, a boa disposição e a alegria estavam bem patentes no olhar de todos.

O nosso bem-haja ao Lar de St.º António.



# Eleição para a Associação de Estudantes da EBI Forjões



## A Campanha Eleitoral...

Ocorreu sem qualquer incidente que pudesse prejudicar a imagem das listas. Foram três dias de campanha onde o principal objectivo era incentivar os eleitores desta comunidade escolar a votar em cada uma das listas. A lista A, encabeçada pelo Daniel Silva, do 9º A, e a Lista B, encabeçada pela Daniela Santos, do 9º B, embelezaram o espaço escolar com cartazes e painéis, revestidos de muito entusiasmo. Estão todos de parabéns!

## O Debate...

Moderado pelo nosso Director, o professor Manuel Ribeiro, decorreu na véspera do acto eleitoral, durante o intervalo grande do turno da manhã. O polivalente da escola estava bem composto e os apoiantes de cada uma das listas faziam-se ouvir a cada palavra dos seus líderes. Posteriormente foram colocadas algumas questões pelos alunos, tendo algumas delas deixado os nossos candidatos a reflectir sobre o cargo que desejavam ocupar

## As Eleições...

Decorreram no passado dia 15 de Outubro, no polivalente da escola, tendo estado a mesa eleitoral aberta das 10h às 15h30. Logo pela manhã, era já longa a fila para votar. Votaram 283 alunos e ficaram 22 por votar. Após o encerramento da mesa eleitoral, procedeu-se à contagem de votos, tendo-se obtido os seguintes resultados:  
Lista A - 157 votos  
Lista B - 98 votos  
Votos nulos - 5  
Votos em branco - 0

## Os Vencedores...

### Direcção

Presidente: Daniel Silva  
Vice-Presidente: Mónica Sampaio  
Secretário: Jéssica Casal  
Tesoureiro: Daniela Salgueiro  
1º Vogal: Ana Laranjeira  
2º Vogal: Sara Torres

### Assembleia Geral

Presidente: Vânia Sepúlveda  
Secretário: Juliana Soares  
Secretário: Eliana Montenegro

### Conselho Fiscal

Presidente: Patrícia Coutada  
Secretário: Diana Côrte-Real  
Secretário/Relator: Rui Rodrigues

## MORREU MATILDE ROSA ARAÚJO



Não foi ontem nem na semana passada, foi durante as férias de Verão, no dia 6 de Julho. Mas nem por isso queremos deixar de prestar aqui uma breve homenagem à escritora que mais contribuiu para o desenvolvimento e divulgação da literatura infantil no nosso país.

Matilde Rosa Araújo publicou mais de 40 livros, grande parte deles dedicados à infância, mas destacou-se também por defender os direitos das crianças e ter fundado, em 1979, o Comité Português para a UNICEF e o Instituto de Apoio à Criança.

Entre os vários prémios que recebeu, destacam-se o Grande Prémio de Literatura para Criança, da Fundação Calouste Gulbenkian, em 1980, e o Prémio de Consagração de Carreira, que recebeu da Sociedade Portuguesa de Autores em 2004.

### Biografia:

Matilde Rosa Araújo nasceu em Lisboa em 1921. Licenciou-se em Filologia Românica pela Faculdade de Letra da Universidade Clássica de Lisboa. Foi professora em Lisboa, Porto e outras cidades do País.

Autora de livros de contos e poesia para adultos e crianças, a sua temática centra-se em torno de três grandes eixos de orientação: a infância dourada, a infância agredida e a infância como projecto.

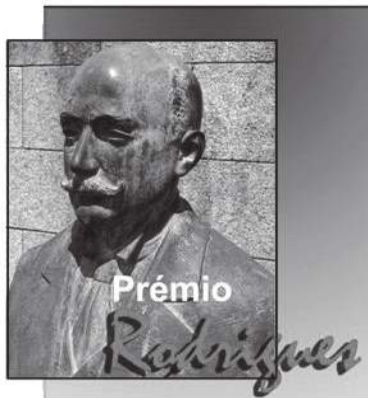
Escreveu alguns volumes sobre a importância da infância na criação literária para adultos, sobre a importância da Literatura Infanto-Juvenil na formação da criança e sobre a educação do sentimento poético como mais-valia pedagógica.

Recebeu o Prémio para o melhor livro para a Infância publicado no biénio 1994-1995, pelo livro de poemas Fadas Verdes, atribuído pela Fundação Calouste Gulbenkian, em 1996.

### Títulos que publicou:

História De Uma Flor O Sol Livro (1976)  
As Crianças. Todas As Crianças (1976)

Os Direitos Da Criança Livros Horizonte (1977)  
Baladas Das Vinte Meninas (1978)  
Camões. Poeta Mancebo E Pobre (1978)  
O Cavaleiro Sem Espada (1979)  
As Botas De Meu Pai (1981)  
Joana-Ana (1981)  
Os Quatro Irmãos (1983)  
A Guitarra Da Boneca (1983)  
O Palhaço Verde (1984)  
O Gato Dourado (1985)  
A Infância Lembrada (1986)  
De Que São Feitos Os Sonhos (1986)  
Voz Nua (1986)  
O Cantar Da Tila (1986)  
O Livro Da Tila (1986)  
O Reino Das Sete Pontas (1986)  
O Sol E O Menino Dos Pés Frios (1986)  
História De Um Rapaz (1986)  
Mistérios (1988)  
A Estrada Fascinante (1988)  
A Estrada Fascinante (1988)  
O Passarinho De Maio (1990)  
Problemas (1993)  
A Velha Do Bosque (1993)  
As Fadas Verdes (1994)  
Rosalina Foi À Feira (1994)  
O Chão E A Estrela (1994)



EBI DE FORJÃES

25 anos...razão para crescer

## Concurso Literário

A Escola Básica Integrada de Forjães, através da sua Biblioteca e no âmbito das comemorações dos seus 25 anos, abre concurso para o Prémio Rodrigues de Faria, na modalidade de Poesia

### REGULAMENTO

#### Artigo 1º

- a) Serão admitidos a concursos textos inéditos redigidos apenas em língua portuguesa;
- b) Os concorrentes podem ser de qualquer nacionalidade desde que respeitem a cláusula anterior.

#### Artigo 2º

- a) Os concorrentes devem apresentar um trabalho com um ou mais poemas, no total máximo de 20 páginas;
- b) Os trabalhos devem ser submetidos a concurso sob pseudónimo;
- c) O texto é obrigatoriamente apresentado em folhas com formato A4 e redigido com espaços duplos, em tipo de letra Times New Roman, tamanho 12.
- d) Todas as folhas devem ser numeradas.
- e) Os textos deverão ser entregues em envelope fechado contendo, no seu interior, dois envelopes: num deles deverão constar três cópias em papel do texto original. No outro envelope, devidamente lacrado, deverão constar as indicações pessoais do concorrente: nome, morada, data de nascimento, número de telefone e endereço electrónico. Este envelope deverá ser assinado no lado exterior apenas com o pseudónimo.
- f) Em nenhuma folha do texto a concurso pode constar qualquer indicação sobre a identidade do concorrente.

#### Artigo 3º

- a) O prémio poderá não ser atribuído caso o júri considere que os trabalhos apresentados a concurso não reúnem os requisitos determinados e/ou a qualidade dos textos seja considerada insuficiente.
- b) Não haverá recurso da decisão do júri.

#### Artigo 4º

O valor do prémio a atribuir é de 200 (duzentos) euros.

#### Artigo 5º

- a) Os trabalhos a concurso deverão ser enviados para a seguinte morada: Escola Básica Integrada de Forjães, Rua da Pedreira, 207, 4740-446 Forjães.
- b) O prazo limite para a recepção de trabalhos é 31 de Outubro de 2010. Os trabalhos enviados por correio deverão ter, no limite máximo, o carimbo com esta data.

#### Artigo 6º

O júri do Prémio reserva-se o direito de não admitir a concurso trabalhos que não obedeçam ao disposto nos artigos anteriores.

#### Artigo 7º

- a) Os trabalhos serão avaliados por um júri, de acordo com os critérios definidos no concurso, que será constituído por três elementos e secretariado por um representante da Biblioteca da EBI de Forjães.
- b) Constituição do júri:
  - um escritor com obra publicada;
  - um representante da Biblioteca da EBI de Forjães;
  - um representante da autarquia.

#### Artigo 8º

- a) Como os textos submetidos a concurso têm que ser inéditos, qualquer indício de plágio levará à desqualificação dos candidatos;
- b) Os concorrentes não premiados e interessados em reaver os seus trabalhos poderão proceder ao seu levantamento, até ao dia 31 de Dezembro de 2010.

#### Artigo 9º

Os resultados do concurso serão comunicados ao concorrente premiado no dia da reunião de atribuição do prémio.

#### Artigo 10º

O prémio será entregue em sessão solene de encerramento das Comemorações dos 25 Anos da Escola Básica Integrada de Forjães, no dia 10 de Dezembro de 2010.

#### Artigo 11º

Os concorrentes deverão aceitar este regulamento na sua totalidade.

Este regulamento poderá ser consultado em <http://www.eb23s-forjaes.rcts.pt>.

Para esclarecimentos, é favor contactar o endereço [biblioteca.forjaes@gmail.com](mailto:biblioteca.forjaes@gmail.com) ou o telefone 253879200.

**Apoio da Câmara Municipal de Esposende e da Junta de Freguesia de Forjães**

# Uma Viagem entre ciclos com o 5ºA



*Gostei de conhecer o meu Director de Turma.*  
Bruna Silva



*Aquilo de que não gostei foi dos alunos das outras turmas a fazerem barulho à beira das salas de aula.*  
Tiago Costa



*Gostei de ver, outra vez, os pomares repletos de lindos e saborosos frutos!*  
Carolina Gomes

*Eu acho que esta mudança foi um pouco difícil, mas nós adaptámo-nos e isso é que interessa.*  
David Ribeiro



*Estava muito curioso para conhecer os meus novos amigos e o Director de Turma.*  
Edgar Casal



*Conhecemos os professores e eram todos muito fixes!*  
Bruno Rolo

*Na Terça-Feira, logo às 8h30, estive na aula de Língua Portuguesa e apresentei-me à professora Arminda Moura.*  
Luís Sousa



*Gostei de estrear os cadernos novos e as canetas... Poder voltar à escola é definitivamente uma alegria.*  
Inês Vale



*Ver de novo os meus colegas, leva-me a encarar a escola com mais facilidade e optimismo.  
O cheiro do novo material enche toda a escola.  
Quando uso pela primeira vez o lápis, sinto-me um verdadeiro estudante.  
Após conhecer os vários e simpáticos professores, acho que este ano vai ser em cheio.*  
Luís Pereira

*Para já, aquilo de que gostei mais foi do instrumento, é um clarinete... Adoro-o!!!*  
Patrícia Carvalho



*Olá! Eu sou o Afonso e vou falar-vos da melhor coisa do mundo, a transição que se faz do 4º para o 5ºano... É espectacular!!!  
Este desafio promete, fiquem à espera das minhas notícias!*  
Afonso Araújo

*Aquilo de que eu não gostei muito foi de andar de sala em sala, porque no 1º ciclo não era assim, estávamos sempre na mesma sala de aula.*  
Márcia Ferreira



*Dia a dia fiquei a conhecer os meus novos amigos e professores.*  
Orlando Almeida

*Descobri que iria tocar trompete!*  
Rafael Martins



*Não gostei quando me disseram que ia ter muitas disciplinas.*  
Diana Marques



*No quinto ano vou-me dedicar mais ao estudo. Passar de ano requer ter responsabilidade, carinho pelo material e ser simpático com os professores.*  
Rubens Mateus



*No meu primeiro dia de aulas desconhecia tudo, principalmente os meus colegas.*  
António Ferreira



## Editorial

por Manuel Ribeiro, director do Agrupamento

A história repete-se com mais ou menos adaptações!

De novo reunidos, alunos, não docentes, docentes, pais e encarregados de educação – Comunidade Educativa - num crescimento que se faz por tentativa e erro, por um cair e levantar, por um chorar e rir, insucesso e sucesso. Iniciado o ano lectivo, queremos que ele seja agarrado por todos, seja agarrado com carinho, que seja agarrado para o sucesso.

Muito vamos ouvir, ver e falar. Mas muito vamos ter que TRABALHAR para que no final possa dizer: “EU estou neste grupo, EU consegui”.

A todos desejo um ano de saberes, um ano positivo, um ano do qual cada um se vai orgulhar.

Quem lê mais, sabe mais!

Saber é poder!



No próximo dia 28 de Novembro, decorrerá uma nova caminhada organizada pela ACARF. O destino será Santa Luzia, Viana do Castelo. A saída será às 8h, da sede da ACARF.

## Dar movimento aos anos

Mais um ano lectivo passou, e cá estamos para encarar o próximo com alguma expectativa e curiosidade. Novas colegas, novas experiências,



novas histórias e novas actividades irão preencher os dias dos cerca de 25 idosos que frequentam o centro de Dia e de Convívio da ACARF.

É frequente pensarmos que os idosos são um grupo de pessoas homogéneas, com as mesmas necessidades e enfrentando a velhice do mesmo modo. Puro engano. Tal como acontece com a restante sociedade, os idosos dividem-se em grupos distintos, dotados de características próprias. São todos diferentes e os seus problemas não deixam também de o ser. A ACARF em colaboração com a «Esposende 2000», pretende assim permitir aos idosos a escolha de actividades diversificadas. Este ano as actividades apresentadas foram a natação, a hidroginástica, a ginástica em grupo (no pavilhão da ACARF) e

a ginástica individualizada (ginásio das Piscinas de Esposende), podendo deste modo os idosos participar nas actividades que mais lhes agradem. Além destas, os idosos que frequentam a instituição têm várias actividades ao longo do ano, nomeadamente pintura, trabalhos manuais, jogos, conferências, horticultura, visitas a locais de culto, visitas a museus, celebração de dias especiais (Dia da Mãe, do Pai, da Alimentação, dos Avós, dos Idosos, etc).

Por tudo isto, podemos dizer que o envelhecimento é a expressão das atitudes face ao mundo. Envelhecer não significa necessariamente redução de capacidades e diminuição de actividades. Envelhecer pode significar aprender, pode significar enriquecer e pode muitas vezes significar ser feliz.

Vânia Aidé

## O Inglês no Pré-Escolar

Conscientes que a aprendizagem do Inglês é fundamental nesta «era do conhecimento», a ACARF dá início, neste mês de Outubro, a mais um ano lectivo de aulas com as crianças do Pré-Escolar (CATL).

As crianças que no ano anterior tiveram inglês irão relembrar e adquirir mais vocabulário, aper-

feiçoar a sua pronúncia e compreender melhor a estrutura gramatical da língua. Por outro lado, as que iniciam, irão despertar o gosto pela língua de forma divertida e natural, exercitando o seu cérebro, aprendendo sobre si mesmos, a família, os animais, a casa, a escola, os meios de transporte, festividades, entre outros.

É essencialmente através de vídeos interactivos, músicas, jogos de tabuleiro, adivinhas e exploração de imagens, entre outros, que as crianças irão iniciar a sua caminhada e conquista de uma língua estrangeira tão importante como o Inglês!!

“The Teacher” Mariana Costa

## Vamos à piscina!!!

«Educar a criança para ter um estilo de vida saudável» é o princípio que conduz a ACARF a proporcionar às crianças de 2 e 3 anos de idade a oportunidade de terem aulas de natação na piscina Municipal de Esposende.

Sendo assim, uma vez por semana, as crianças experimentam o meio aquático e tudo o que ele implica, adaptando o corpo às características deste meio.

A actividade física é, assim, uma actividade com intencionalidade educativa, organizada de forma que dê prazer à criança e fomente a sua autonomia.

Sabemos que as crianças têm necessidade de um ambiente rico em estímulos e a piscina surge como uma ruptura do espaço quotidiano, sendo educação em movimento!

As educadoras

## Manteve-se a tradição

### Adrenalina no asfalto

A Rua do Vau foi o palco da XIV Corrida de Rolamentos. Os participantes apareceram em bom número e o público vibrou com as descidas e manobras de alguns «pilotos».

No final a organização (ACARF / Agrupamento de Esportistas de Forjães) estava satis-

feita, pois, não houve incidentes a registar e todos os participantes mostraram grande entusiasmo ao longo da prova e na entrega dos prémios.

### Os Mestres do tabuleiro

Reuniram-se nas instalações da ACARF, no passado dia 23, para mais uma homenagem ao

Sr. Pinheiro alguns jogadores de damas de Forjães e das redondezas. O torneio decorreu da parte da tarde. No final, durante o lanche, foi efectuada a entrega dos prémios, onde todos mostraram o seu agrado com o organização e realização do evento.

Fica o registo e aguardamos pela terceira edição do Torneio Sr.Pinheiro.

## ESCOLA DE TÊNIS DE FORJÃES - ETF

A partir dos 5 anos



### TREINADOR: Hugo Fernandes

- Licenciado em Educação Física e Desporto; especialização em Ténis; nº28 do Ranking ATP de Portugal

### TREINOS:

4ªF – 19h (turma 1 e 2)  
SÁB – 14h(turma1)  
15h(turma2)

LOCAL: - Court de Ténis do Forjães Sport Clube

- Court de Ténis da ACARF

Contactos: 917004912/964462128

APOIOS: Forjães Sport Clube/

ACARF/Ponto de Cópias



## CONVOCATÓRIA

Assembleia Geral Ordinária

**Sílvio de Azevedo Abreu**, presidente da Assembleia Geral da ACARF, Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães, convoca, ao abrigo do n.º 2 alínea C, do artigo 29º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Ordinária, para o dia **26 de Novembro**, pelas **21 horas**, na sede social da ACARF, sita na **Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-438 Forjães**, com a seguinte ordem de trabalho:

**Ponto um: Informações da Direcção;**

**Ponto dois: apreciação e votação do orçamento e programa de acção para 2011;**

**Ponto três: Outros assuntos de interesse para a Associação.**

De acordo com o artigo 31º, a Assembleia Geral reunirá à hora marcada na Convocatória se estiver presente mais de metade dos associados com direito a voto, ou uma hora depois com qualquer número de presentes.

Forjães, 21 de Outubro de 2010

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Sílvio de Azevedo Abreu

[www.amadeus.online.pt](http://www.amadeus.online.pt)

# escola de música

amadeus

inscreve-te já!

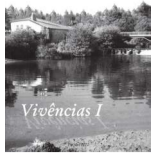
rock jazz blues pop



258 321 300 / 969 857 654 [escola@amadeus.online.pt](mailto:escola@amadeus.online.pt)

ACARF - 253 872 385 [info@acarf.pt](mailto:info@acarf.pt)

Junta de Freguesia - 253 877 430



A professora Irene Margarida vai apresentar o seu primeiro livro, «Vivências I», no Centro Cultural de Forjães, no próximo dia 30 às 21h. Uma colectânea de textos que revelam as suas qualidades de escritora

## Junta de Freguesia

### Junta premeia melhores alunos

Com vista a premiar os jovens forjanenses que mais se destacaram durante o ano lectivo a junta de freguesia irá promover um concurso que permitirá aos melhores alunos o gozo de uma semana de férias no estrangeiro, no convívio com outros jovens.

Procura assim, a junta de freguesia incentivar os jovens para a importância dos estudos na preparação da vida activa e proporcionar-lhes o conhecimento de outras culturas, outras realidades e o contacto com outros jovens.

A semana de prémio, que será atribuído a 5-6 jovens, desenvolver-se-á, em princípio, na região de Tessalónica, na Grécia, com quem a junta de freguesia já estabeleceu contactos.

Este prémio destina-se aos jovens estudantes de Forjães, com idades compreendidas entre os 15 e os 25 anos.

Os jovens interessados deve-

ão proceder à sua inscrição na sede da junta de freguesia durante o mês de Novembro, onde o regulamento e ficha de inscrição estará disponível.

### Alteração postura de trânsito

Depois do aval da Assembleia de Freguesia, a Câmara Municipal aprovou a alteração à postura de trânsito, proposta pela junta de freguesia, que procurou assim, dar resposta e garantir uma maior segurança para as pessoas e uma maior mobilidade para o trânsito, nas ruas Pe. Joaquim Campos Lima, Rua da Galega e Rua da Igreja.

Esta alteração será consumada no mais curto espaço de tempo, logo que seja disponibilizada a sinalização.

Fica então assim, o ordenamento do trânsito:

*Rua da Galega*

Trânsito - Sentido único Nas-

cente-Poente no troço compreendido entre a Av. do Cerqueiral (E.N.1 03) e a Rua José da Quinta. Dois sentidos no restante troço.

*Rua da Igreja*

Trânsito - Sentido único Nascente-Poente no troço compreendido entre a Av. Rodrigues de Faria e a Travessa da Igreja. Dois sentidos no restante troço até à rua Padre Joaquim G. Santos e trânsito proibido no restante troço (pedonal).

*Rua Padre Joaquim Lima*

Trânsito - Sentido único Poente-Nascente no troço compreendido entre a Rua Prof. José Albino Faria e a Av. Rodrigues de Faria (E.N.103). Dois sentidos no restante troço, com permissão de estacionamento condicionado à direita no sentido Poente-Nascente.

Prioridade - Perde no entroncamento com a Av. Rodrigues de Faria (E.N.1 03).

**José Henrique Brito**

## Forjanense campeão



José Maria Lima Carvalho, natural de Forjães, sagrou-se campeão da Taça de Portugal de Tiro aos Pratos. O atleta do Clube de Tiro de São Pedro de Rates, Póvoa de Varzim, foi a Marco de Canaveses vencer a prova nacional do dia 25 de Setembro deste ano.

A competição passou por cada atleta apontar a 60 pratos, que definiu o forjanense como o

detentor da melhor pontaria.

José Carvalho refere a sua boa forma física no momento, mas critica a falta de apoios e os custos elevados que esta modalidade acarreta.

Curiosamente, esta taça serviu como um presente para o seu pai, Orestes Amorim de Carvalho, que no dia da competição, celebrou o seu aniversário.

## Fundação Lar de Santo António

### A desfolhada

Patrícia Dias

No passado dia 01 de Outubro, realizou-se na Fundação Lar de Santo António a tradicional desfolhada. Esta é uma das actividades que não pode faltar no Plano de Actividades da Instituição, até porque se isso acontecer os utentes fazem questão de a reivindicar!

Este ano convidamos as três turmas do Jardim de Infância de Forjães, no sentido de continuar com o intercâmbio intergeracional que muito contribuiu para a aproximação entre as duas faixas etárias.

Proporcionando assim experiências significativas que ficam na memória das crianças e dos idosos.

A troca de experiências e saberes vividas nesse dia foram muito benéficas, isto porque a



maioria dos alunos nunca participaram numa desfolhada e teve aqui a oportunidade para o fazer com vários «avózinhas» e «avózinhas» emprestados por uma tarde. Foi muito engraçado, e ao mesmo tempo emocionante, verificar as crianças a divertir-se, mas com um grande sentido de responsabilidade, com a «árdua» tarefa que tinham entre mãos.

Contamos também com a in-

dispensável presença de bombos e cavaquinhos da «Tia Quinhas do Carones» e a sua prestável equipa, na animação musical, que muito contribuiu para o sucesso desta actividade.

Houve bailarico e toda a gente participou! É caso para dizer «juntou-se o útil ao agradável!»

A desfolhada é uma tradição que tende a perder as suas características originais, devido à crescente industrialização, mas não é só esse factor, na opinião de Maria Miranda de 89 Anos: «Antigamente as pessoas eram muito unidas, onde houvesse uma desfolhada aparecia lá muita gente, mesmo sem o patrão da casa as chamar. Isso era sinal que as pessoas gostavam de ajudar e conviver umas com as outras. Antigamente as desfolhadas eram muito alegres e divertidas. A que fizeram aqui no Lar foi bonita, vieram tantos meninos e meninas e gostei de ensinar como se desfolhava o milho».



O FORJANENSE, de 26 de Outubro de 2010, nº 256

PUBLICIDADE

### Cartório Notarial de Andreia Amaral

Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº19, Ed. Nova Cidade, 4740-304, Esposende  
Tel. 253-986350 – Fax. 253-986351 – Tlm.961553040-

Email: geral@aa-notaria.com

Certifico que, a fls.78 e seguintes, do livro nº 44-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de oito de Outubro do ano corrente, uma escritura de JUSTIFICAÇÃO, na qual:

ADÃO SAMPAIO DE BOAVENTURA e mulher MARIA EMÍLIA DA SILVA PENTEADO BOAVENTURA, casados sob o regime da comunhão geral de bens, ambos naturais da freguesia de Vila Chã, concelho de Esposende e nela residentes na Travessa de Casais, nº 2, contribuintes fiscais números 139772472 e 139772464, DECLARAM:

Que são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, do seguinte bem:

Prédio rústico, composto por cultura e videira em ramada, com a área de quatro mil cento e vinte e dois metros quadrados, sito no Lugar do Sobreiro, da freguesia de Vila Chã, concelho de Esposende, a confrontar do norte com Manuel Neto Afonso e outros, do sul com Manuel da Silva Marucho, do nascente com caminho e do Poente com Amélia Sá da Silva e outro, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na matriz em nome do justificante marido sob o artigo 888, com o valor patrimonial IMT de 457,18 euros e o atribuído de SETECENTOS E

CINQUENTA EUROS.

Afirmaram que o imóvel veio à sua posse em virtude de o terem adquirido no ano de mil novecentos e setenta, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita pelos pais do justificante marido António Neto de Boaventura e mulher Teresa Gonçalves Sampaio, residentes que foram na referida freguesia de Vila Chã.

Não obstante não terem título formal de aquisição do referido imóvel, sempre estiveram na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las, posse essa que exercera de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que invocam a USUCAPIÃO, como causa de aquisição do referido imóvel.

Declarações confirmadas por três testemunhas.

Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 08 de Outubro de dois mil e dez.

A Notária

Andreia da Silva Amaral

Conta registada sob o nº 1002/2010



## Publicidade



**Serralharia Lima**  
Aurélio Sérgio Azevedo Lima

- todo o tipo de caixilharia em alumínio
- todos os serviços em ferro
- coberturas industriais
- portas seccionadas
- automatismos

Rua da Galega\_Cerqueiral / 4740-435 Forjães\_Esposende  
telef.: 253 872 264 / telm.: 964 157 669



**IDEAL PNEUS**

PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIRAS E PESADOS - ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES

PAÇO VELHO - V.F.S. - APARTADO 583 - 4750-909 BARCELOS  
TELEF. 253 809 880 - FAX 253 809 889

**Palavras Cruzadas (soluções)**

**Horizontais**

1º iates; velar = 2º sra; iza = 3º te; anelo; as = 4º mat; are; ara = 5º oiro; u; tu; l = 6º sonâmbulo = 7º a; nu; b; maca = 8º mão; cem; sul = 9º az; catau; li = 10º rum; rei; ita = 11º olaia; sóror =

**Verticais**

1º istmo; amaro = 2º areais; azul = 3º ta; trono; ma = 4º e; a; onu; c; i = 5º sina; a; cara = 6º zerumbeta = 7º vale; b; mais = 8º e; o; tum; u; ó = 9º la; aulas; ir = 10º azar; oculto = 11º rosas; aliar =



**CARTONAGEM S. BRAZ, LDA.**  
Embalagens

**Embalagens e outros artigos de Cartão Canelado**

**em qualquer modelo com ou sem impressão**

L. Pinheiro - Rio Cove - Stª Eugénia  
Tel - 253 83 00 00 / 253 83 24 51 Fax - 253 82 12 30  
Apartado 430 4754-000 Barcelos



**Escola de Condução**  
Rio Neiva, Lda

...A conjugação perfeita para a formação de bons condutores!

Av. 30 de Junho, 364  
4740-438 Forjães  
Tel.: 253 87 77 70  
E-mail: escolarioneiva@rj.pt

**Deco-Int**  
Decorações - Interiores



- Cortinas
- Varões
- Rolos
- Verticais
- Laminados
- Palhinhas
- Mosquiteiros
- Tapetes
- Candeeiros
- Etc ...

Colocação e reparação de estores interiores e exteriores em alumínio e P.V.C motorizados.  
*Orçamentos grátis*

Av. Marcelino Queirós, nº 130 – Loja 5  
4740 - 448 – Forjães  
Tel/Fax – 253 877 814 TLM – 918 332 917 / 917 052 671  
E-mail: decoint@mail.pt

**Loja 150**

LOJA DE ARTIGOS DIVERSOS

Utilidades Domésticas, Produtos alimentares, Decoração, Loijas Papelaria, Brinquedos, Ferramentas, etc..

Av. Sta. Marinha, Centro Comercial Duas Rosas, 1º esq.: Loja nº1  
Forjães – Esposende Telefone: 253877159



**DIVULGUE O JORNAL DA NOSSA TERRA**

**O FORJANENSE**  
R. Pe Joaquim Gomes dos Santos, nº 58  
4740-439 FORJÃES  
**PROPRIEDADE e EDIÇÃO: ACARF**  
Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães  
Fundado em Dezembro de 1984  
**REDACÇÃO E ADMINISTRAÇÃO:**  
R. Pe Joaquim Gomes dos Santos, nº 58  
4740-439 FORJÃES - Ctr. n.º 501524614  
Telef. 253 87 23 85 - Fax 253 87 10 30



e-mail: acarfl@sapo.pt

**Directora executiva:** Susana Costa  
**CONSELHO CONSULTIVO:** Fátima Vieira (ACARF), Mário Dias (Paróquia), Andreia Cruz Dias ( PSD), José Manuel Neiva (PS), Basílio Torres (Prof. EBI), Rui Laranjeira (estudante EBI), Arlindo Tomás (FSC), Paula Cruz, Sílvia Cruz Silva, Alfredo Moreira e José Salvador.

**Colaboradores permanentes:** Pe. A. Sílvio Couto, Armando Couto Pereira, Carmen Ribeiro (Fundação Lar de Santo António), Pe. José Alves Martins (Timor), Junta de Freguesia de Forjães, Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques(França), Maria Mota, Olímpia Pinheiro, Paulo Lima (EBI Forjães), Regina Corrêa de Lacerda (Lisboa), Rita Braga, Vânia Aidé e Felicidade Vale e educadoras da ACARF.

**REDACÇÃO:** Anabela Moreira, Diana Martins, Nelson Correia, Sofia Carvalho e Tiago Brochado.  
**FOTOGRAFIA:** Luís Pedro Ribeiro  
**SECRETARIADO E PAGINAÇÃO:** Eduarda Sampaio e Fátima Vieira.

**ASSINATURA ANUAL (11 números)**  
**País:** 9 Euros; **Europa:** 17 Euros; **Resto do Mundo:** 20 Euros  
Registado no Instituto da Comunicação Social sob o nº 110650  
**TIRAGEM** - 1.650 Ex. (Sai em meados de cada mês)  
**IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda**  
Rua de Stª Margarida, 4 A / 4710-306 Braga / Tel. 253 609460  
Fax. 253 609 465/ Contribuinte 504 443 135  
www.diariodominho.pt / lfonseca@diariodominho.pt

## Opinião



Luís Baeta

## Crise de quê?

Portugal está cheio de ouvir falar em crise, está cansado de ouvir falar em austeridade, está confuso com a própria confusão dos governantes nacionais.

Nos noticiários apenas se fala de crise, as publicidades enganosas convidam a sair da crise com os seus produtos e preços, os restaurantes servem as «diárias da crise», os preços sobem, os benefícios sociais descem, os pobres têm de apertar o cinto, o Estado continua a comprar carros topo

de gama, as autoestradas sem custos para o utilizador passam a ter custos elevados, os combustíveis encarecem, os preços dos medicamentos sobem, os impostos aumentam, o Estado persegue as poupanças das famílias, o endividamento e o desemprego atingem novos recordes, as crianças frequentam escolas longínquas, fecham-se setecentas escolas, inauguram-se cerca de cem mega-escolas, as leis são constantemente alteradas... Enfim, todo um rodopiar de tentativas de solução para uma crise que pode ter sido gerada por uma outra mais perigosa: a crise de valores.

Senão, pensemos um pouco na alegria com que se vivia em tempos anteriores ainda recentes: cada família, mesmo com um sim-

ples emprego, tinha um pequeno campo ou quinta onde cultivava os próprios alimentos e criava os seus animais domésticos; havia mais unidade, no sentido em que quase sempre havia apenas

*A crise em que vivemos hoje tem, por trás, uma enorme crise de valores*

um carro em cada família, esforçando-se por dar boleia uns aos outros e um passeio todos juntos ao Domingo à tarde; todos participavam nas festas e eventos culturais da sua terra, no futebol, nos

ranchos, nas romarias, nas garraíadas, gerando um sentido comunitário mais vivo e verdadeiro; dedicava-se mais tempo aos filhos enquanto crianças, as roupas de uns passavam para os outros e andavam, igualmente, bem vestidos.

Hoje, tudo mudou para um conjunto de hábitos comodistas e individualistas: tenho o meu carro, o meu telemóvel, as minhas roupas, vou onde quiser com quem eu quiser, almoço com quem quiser, num restaurante ou onde me dê menos trabalho, gosto de ser servido, que cuídem dos meus filhos em jardins-de-infância, tenho o meu dinheiro, o meu emprego, a minha vida. Nada é comum. Em nada quero servir sem ser servido. Prefiro endividar-me mas ter o que quero.

Torna-se cada vez mais urgente voltar à unidade na família e nos amigos, ao bairrismo nas nossas terras, às associações, aos grupos, abandonando o individualismo, o comodismo, o egoísmo que nos torna pessoas isoladas, que não o são realmente.

Há diversos valores que nos fazem ser alguém. Mas até esses levamos muitas vezes ao escárnio, ao desprezo, como se já não fizessem parte de nós.

Saibamos defender em todos os casos os valores sobre os quais crescemos, questioná-los e enriquecê-los, mas nunca derrubá-los e substituí-los por outros inferiores, originando a verdadeira crise.



José Salvador Ribeiro

## O ensino obrigatório e «gratuito» em Portugal

Quando se defende um ensino obrigatório e gratuito detectamos que esse mesmo ensino pouco tem de gratuitidade para milhares de famílias portuguesas. De acordo com a Lei de Bases do Sistema Educativo (LBSE), Lei Nº 46/86 de 24 de Setembro, com três alterações, a última, a Lei Nº 85/2009 de 27 de Agosto, que alarga o ensino básico obrigatório de 9 para 12 anos, compreendendo as crianças e jovens dos 6 aos 18 anos de idade, verifica-se que contempla no seu artigo 3º a universalidade e gratuitidade do mesmo: «abrange propinas, taxas e emolumentos relacionados com matrícula, frequência escolar e certificados de aproveitamento, dispondo ainda os alunos de apoios no âmbito da Acção Social Escolar – ASE, nos termos da lei aplicável». Todavia, muitas outras despesas da educação ficam fora desta abrangência para muitos agregados familiares, o que nos leva a considerar que o ensino apresenta algumas falhas neste âmbito. Focarei algumas dessas despesas extra, não incluídas na referida lei.

Numa fase de «apertar o cinto» cada vez mais acentuada, após as severas medidas de austeridade anunciadas pelo governo com os PEC 1 e 2 fracassados, e as recentes de um PEC 3, que afectam cirurgicamente a classe média,

vemos acentuarem-se enormes divergências, verificando-se cada vez mais um fosso entre pobres e ricos (neste particular, vejam-se as recentes divulgações de salários principescos auferidos por administradores dos sectores público, privado e bancário). Muitas famílias, sem dinheiro para férias, deparam-se logo no início de Setembro com um grave problema: como conseguir pagar os manuais escolares dos seus educandos (mesmo economizando as poupanças do subsídio de férias e do IRS)? Como lhes é possível desembolsar uma média de 200 a 300 euros por cada filho? Quando o máximo que o estado atribui é de aproximadamente 150 euros (para o escalão A), e metade para o escalão B. Finalmente, no início de Outubro, deu-se um passo evolutivo na resolução desta situação, com a recente aprovação (por parte dos parlamentares da oposição) de um diploma para a criação de uma «bolsa de empréstimo de manuais escolares» (com abstenção, pasme-se, da bancada do PS!), embora já existisse legislação desde 2006 neste sentido mas sem orientações bem definidas. A ver vamos para o ano, se a carteira dos portugueses com o avanço desta medida fica mais aliviada.

Uma outra má notícia para as famílias, especificando aqui constações do nosso concelho, surgiu também após o período de férias, quando se descobriu que muitas das crianças ficaram sem poderem viajar gratuitamente nos transportes escolares, tal como no ano transacto. Teriam que adquirir um passe «pago» para usufruírem

do habitual transporte. Como é sabido, «é da competência das Câmaras Municipais a oferta dos serviços de transporte entre o local de residência dos alunos e do local dos estabelecimentos de ensino com contrato de associação e paralelismo pedagógico, quando residam a mais de 3 ou 4 quilómetros dos estabelecimentos de ensino, respectivamente com ou sem refeição», como refere o Decreto-Lei Nº 299 de 05 de Setembro de 1984. Ora importa realçar que

*A falta de subsídios num ensino supostamente gratuito, está a «hipotecar a educação dos nossos filhos»*

esta lei, com mais de 26 anos de vigência, encontra-se totalmente desenquadrada da realidade dos tempos actuais. Certamente hoje em dia percorrer os tais 3 ou 4 quilómetros não são a mesma coisa que há cerca de três décadas atrás. Os perigos de um enorme parque automóvel em crescendo, com eventuais perigos associados, desde acidentes de viação, a outras perigos mais «modernos», como raptos e pedofilia, colocam em desassossego milhares de pais.

Neste particular, encontram-se nesta situação, alunos residentes nos lugares periféricos da freguesia de Forjães - Além-do-Ribeiro, Cerqueiral, Madorra, Ponte. Esteve ainda em equação para alguns alunos de Antas, por não distarem os tais quilómetros da escola, terem de vir a pé para Forjães! No entanto, há sempre uma solução: adquire-se o tal «passe pago», pois o dinheiro que abunda nas carteiras, resolve tudo, desembolsando assim 11 euros por mês por cada filho para circular nos transportes escolares «gratuitos». Deste modo, como muitos já constataram, assiste-se este ano, diariamente, a inúmeros grupos de alunos a circularem pelas bermas das vias da nossa vila, em plenas condições de insegurança (não existem passeios; circulam em grupos numerosos e desordenados) no final dos blocos lectivos, facto que não era habitual. Será que estas famílias têm culpa de residir «perto» da escola? É isto o ensino obrigatório e gratuito? Uns pagam e os outros não. E quem tem dois/três filhos? É só somar... mais um imposto a acrescentar às «parcas» medidas de austeridade. Só um outro exemplo a nível concelhio, para entenderem o absurdo desta lei, e que só não se verifica este ano, porque a Câmara Mu-

nicipal de Esposende além de ter assumido este compromisso com os alunos de Antas, tomou a mesma posição para os alunos da vila de Fão que teriam de se deslocar a pé (ou compram o tal passe) para os estabelecimentos escolares de Esposende para frequentarem o ensino básico e obrigatório (neste caso específico 2º e 3º ciclos), visto esta vila não distar os tais 4 quilómetros. Será que é possível uma lei «obrigar» na actualidade crianças a partir dos 10 anos de idade a percorrerem estes percursos a pé?

O aumento do desemprego e as maiores dificuldades das famílias levam a alguns receios que já se manifestam um pouco por todas as regiões do país. «Há famílias a temer que com a mudança dos filhos para o ensino secundário não consigam fazer face às despesas e não consigam manter os filhos na escola», referiu recentemente Albino Almeida, presidente da CONFAP (Confederação Nacional das Associações de Pais), alertando ainda que os subsídios insuficientes estão a «hipotecar a educação dos nossos filhos». Com a obrigatoriedade de um ensino com doze anos de frequência, certamente inúmeros casos agravarão ainda mais o quotidiano de muitas famílias. Urge meditar nestas mudanças a curto prazo.

Visite [esposendeonline.com](http://esposendeonline.com)

O FORJANENSE O melhor jornal de Esposende O FORJANENSE

**esposendeonline**  
www.esposendeonline.com

home | a sua conta | downloads | enviar notícias | forum | notícias locais | top 10 | lista de membros

# Culinária ■ Viver ■ Passatempos

## Ementas da casa

Maria Mota e Olímpia Pinheiro



Este mês, como se comemora o Dia Mundial da Alimentação, as cozinheiras da ACARF deixam-nos duas receitas muito saudáveis e, ao mesmo tempo, económicas. Com o Inverno que se aproxima, uma sopa quente cai sempre bem e aquece-nos nos dias mais frios. Para além disso, é baixa em calorias, compatível com o decréscimo de actividade física nesta altura do ano. O peixe assado no forno com legumes, ganha diversas cores, mais apelativas às crianças.

## Higiene e segurança alimentar (II)



Ricardo Moreira\*

Na rubrica da edição anterior refere-se que a maioria dos casos de toxinfecção alimentar ocorrem em casa. Evitar uma toxinfecção alimentar não é difícil, basta seguir no dia-a-dia algumas regras de higiene e de boas práticas na manipulação dos alimentos.

Desta forma, compre somente em estabelecimentos cujas instalações estejam em bom estado de conservação, limpeza e arrumação; não compre latas e embalagens enferrujadas, perfuradas, amolgadas ou opadas (inchadas), nem alimentos que apresentem alteração de cor ou bolor; verifique sempre os prazos de validade; deixe a compra de alimentos refrigerados, congelados ou quentes para o fim, para que não fiquem demasiado tempo fora das condições correctas de conservação; transporte os alimentos congelados e refrigerados em sacos isotérmicos e, quando chegar a casa, armazene-os logo no congelador ou frigorífico; ao colocar os produtos no carrinho das compras, separe-os de forma a evitar que os líquidos provenientes da carne ou peixe possam entrar em contacto com alimentos que vão ser consumidos crus ou que estão prontos a comer. Em casa, descongele os ali-

mentos no frigorífico (se não tiver muita pressa) ou no microondas (se pretende algo mais rápido), nunca à temperatura ambiente; se preparou comida para mais de dois dias deve separá-la em porções menores e congelá-las; arrefeça os alimentos quentes num recipiente fresco e ventilado até deixarem de fumar antes de os colocar no frigorífico; reaqueça apenas os alimentos que vai efectivamente comer; depois de abertos, não guarde os alimentos nas latas de origem, transfira-os para recipientes plásticos ou de vidro; no frigorífico separe os alimentos crus dos alimentos confeccionados ou prontos a comer; antes de preparar alimentos lave bem as mãos com detergente e água quente; não utilize os mesmos utensílios para alimentos crus e para prontos a comer, a menos que os tenha lavado antes; lave frequentemente o escorredor da loiça e ferva as esponjas da louça.

\* Nutricionista

### Sopa de agrião

200g de couve-flor; 1 cebola pequena; 3 dentes de alho; 2 cenouras; 100g de abóbora; 1 molho de agriões; sal; 1 c. (chá) de azeite

Corte a couve-flor aos pedaços, assim como a cebola, os alhos, as cenouras e a abóbora. Coloque numa panela. Adicione metade do molho de agriões e cubra os ingredientes com água. Leve a panela a lume brando e deixe cozer. Depois dos vegetais estarem cozidos, triture-os até obter um creme. Adicione o restante molho de agriões e tempere com sal. Retire do lume e adicione o azeite. Se desejar, junte mais água até obter a textura desejada.

### Abrótea no forno

1kg de batatas pequenas; sal e pimenta; 1,2 kg de abrótea; 2 cebolas; 3 dentes de alho; ½ pimento verde; ½ pimento vermelho; 2 tomates maduros; 100g de bacon; 1 pitada de colorau; 1 raminho de salsa; 1 dl de vinho branco; 1 dl de azeite

Leve as batatinhas a cozer em água com sal, por 20 minutos. Corte a abrótea às postas. Corte as cebolas, os alhos e os pimentos às fatias e espalhe num tabuleiro. Disponha o peixe por cima e junte o tomate aos pedaços e o bacon às tiras. Coloque as batatas peladas em volta e tempere com sal, pimenta e colorau. Junte a salsa e regue com o vinho e o azeite. Leve ao forno por 40 minutos, a 200°C. Sirva com salsa picada.

## Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

### Horizontais

1º barcos de luxo; vigiar = 2º senhora abrev.; árvore de S. Tomé de raiz medicinal; pretexto = 3º nome da letra "T"; ansiedade; carta de jogo = 4º abreviatura de matemática; medida de superfície; altar pagão = 5º metal precioso; pronome pessoal = 6º pessoa que se levanta quando dorme, anda e fala = 7º despido; cama de lona = 8º antigo imperador da China; dez vezes dez; ponto ou pólo austral = 9º arraial; dobra ou nó de um cabo, para o tornar mais curto; estudei = 10º álcool proveniente da cana-de-açúcar; majestade; pedra em tupi-guarani = 11º árvore leguminosa; tratamento que se dá às freiras =

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

### Verticais

1º faixa de terra que liga duas partes de um continente, e separa dois mares; o mesmo que amargo = 2º plural de areal; a cor do céu = 3º está; cadeira real; cânhamo da Índia ou Manila = 4º organização das Nações Unidas = 5º destino; rosto = 6º gengibre silvestre = 7º planície à beira de um rio; sinal positivo = 8º imitação de uma explosão ou um tiro = 9º além; lições; seguir = 10º antiga moeda de Ormuz; escondido = 11º o mesmo que roseiral; unir =

## É bom ter saúde

Agora que acabou o Verão começa a aproximar-se o Inverno e com ele novas ameaças à saúde. O frio aumenta, a chuva aparece e o vento começa a soprar com mais força e por isso o corpo tem de estar protegido.

Existem várias lesões associadas a esta época do ano como as frieiras que são reacções anormais da pele, fazendo com que as extremidades (nariz, orelhas, dedos) fiquem inchadas e avermelhadas, causando uma sensação de queimadura e muitas vezes de dor. Um aquecimento brusco após um tempo ao frio provoca o mesmo efeito, agravado em doentes que sofrem de má circulação. Pessoas que vivem em regiões do país onde neva ou procuram férias nestas condições podem sofrer de queimaduras do gelo onde sobretudo as extremidades perdem a cor e a sensibilidade.

Não acontece muitas vezes mas em casos em que o corpo é exposto a frio intenso por longos períodos de tempo e começa a perder calor, o cérebro começa a ser afectado e pode chegar a

uma situação de hipotermia. Por isso devemos andar bem protegidos e ter as casas aquecidas convenientemente. Contudo, muitas vezes se ouve nas notícias, durante o Inverno, casos de pessoas na sua maioria idosos que sofreram intoxicações em casa. Isto normalmente deve-se ao uso de lareiras e aparelhos de aquecimento em ambientes fechados. Por isso deve-se ter muito cuidado na forma como se mantêm as casas, vigiar a fonte de aquecimento e apagar as lareiras quando a casa já está suficientemente quente.

O corpo deve ser mantido a uma temperatura adequada mas devido à fragilidade de certas pessoas ou do seu modo de vida a atenção deve ser redobrada. Bebés e crianças porque perdem calor mais facilmente que os adultos; idosos porque têm menor percepção do frio; pessoas que sofrem de doenças cardíacas, respiratórias, reumáticas, da tiróide e diabetes; doentes com perturbações da memória ou problemas mentais; trabalhadores do exterior pessoas que se movem com dificulda-



Rita Braga\*

de, entre outros.

O melhor é sempre não correr riscos e zelar pela saúde e segurança, em casa ou na rua. Devem-se usar várias camadas de roupa que sejam fáceis de tirar, para facilitar a transição entre ambientes exterior e interior; a cabeça deve-se manter coberta e o corpo seco; a pele deve ser hidratada; as bebidas e as refeições devem ser quentes; a circulação sanguínea tem de estar estimulada; o ambiente da casa deve estar a uma temperatura amena (entre os 20 e 21°C) e para isso convém que as portas e janelas estejam bem isoladas para não perderem calor.

Quando as temperaturas comecem a baixar a saúde pode ser ameaçada. Por isso é preciso conhecer os riscos e saber como preveni-los para ter um Inverno aconchegante e saudável.

\* Farmacêutica



## Precisa-se de electricistas e picheleiros

Avenida Sta. Marinha, C.C. Duas Rosas, loja nº 1  
TEL/FAX : +351 253872725 - E-mail :noela@interim-lmsm.pt



## O último alambique de Forjães

Visitamos o último alambique de Forjães, uma bela história com mais de cem anos, que vem dar razão à velha cantiga «dizem que cachaça é água, cachaça não é água não, cachaça bem do alambique e água do ribeirão».



Luis Pedro Ribeiro

alvará só o teve em 1927. Depois de falecer o meu pai continuei com a actividade, herdei dele a vocação e dei seguimento à tradição da família até aos dias de hoje». Desde miúdo que José se dedica à produção de aguardente, processo simples ao contrário do que as pessoas imaginam «com 10 anos já ajudava o meu pai na produção de aguardente, as pessoas pensam que é um processo complexo mas antes pelo contrário, tudo se baseia num simples processo de destilação. O alambique é constituído por uma caldeira onde temos água a rondar os 400 graus, um vaso onde colocamos o brolho e um destilador que transforma o vapor que sai da caldeira na famosa aguardente». José dedicou toda a sua vida à produção de aguardente e às lides do campo. Longe vão os tempos que lavrava os campos da Quinta de Curvos com as suas juntas de vacas e cavalos por 140 escudos por dia.

Hoje em dia os tempos são outros «o trabalho no campo é cada vez menos e a produção de aguardente é menor. Recordo-me das décadas de 70 e 80, que só em Forjães eram 6 alambiques em funcionamento. A época de produção ultrapassava os dois meses; trabalhávamos 24 horas por dia, chegamos a produzir mais de 22 pipas de aguardente. Hoje em dia, em três semanas faz-se a produção completa». A aguardente é uma bebida de alto teor alcoólico e na sua maioria obtida a partir do vinho, mas segundo nos conta José «não é só do vinho que obtemos aguardente, tudo o que fermenta tem álcool; uma aguardente normal pode ultrapassar os 80 graus, mas por lei não pode ser comercializada com mais de 50 graus, as que contêm maior teor de álcool são as de vinho maduro e morango branco. Neste alambique também chegamos a produzir, em 1970, perto de 480 litros de aguardente de ameixa, e em 1980 aguardente de maçã, ambas para a Quinta de Curvos».

*Zé do Eduardo lembra a altura em que Forjães tinha seis alambiques a trabalhar 24 horas por dia*

No ano em que completa 110 anos, o nosso alambique centenário também se sente afectado pela famosa crise e medidas de austeridade «este ano infelizmente ainda não é certo que seja feita produção, pois a nova lei obriga-nos a cumprir determinados requisitos, desde novas licenças, à necessidade de termos contabilista, email, entre muitas outras burocracias. Estou a tentar obter todos os documentos necessários, para evitar problemas com as fiscalizações das alfândegas, que são cada vez mais frequentes, rigorosas e aplicam coimas muito elevadas. É um processo lento que faz com que a produção deste ano provavelmente não seja realizada».

Esperamos que a nova lei não extinga uma das maiores tradições da nossa terra com mais de cem anos de história.

Nelson Correia



### Manutenção e Assistência Técnica

- Caldeira a gás, gasóleo, lenha e peletes.
- Fogão de cozinha.
- Recuperador de calor, salamandra
- Estufas oficinas, viveiros e fornos de pão.

**Não deixe de fazer a manutenção do seu equipamento de forma a evitar custos elevados.**



Profissionais perto de si!

Forjães – Esposende

#### Atendimento

Rua Padre Fernando Carvalho nº188

Telms.: 96 81 24 052

96 64 68 592

[www.dacaenergia.com](http://www.dacaenergia.com)

## Dr.ª Marina Aguiar - Médica Dentista



### Serviços ao seu dispor:

- Implantologia (implantes – colocação de raízes artificiais)
- Cirurgia Oral
- Patologia (diagnóstico de enfermidades bocais)
- Dentisteria (restaurações – tratamento de cáries)
- Prótese fixa e removível
- Odontopediatria (atendimento de crianças e adolescentes)
- Endodontia (tratamento de canal – desvitalizações)
- Periodontologia (tratamento de doenças das gengivas)
- Ortodontia Fixa e Removível (correção de dentes de crianças e adultos)
- Branqueamento e Estética Dentária

Visite-nos no Monte Branco (junto às piscinas e campo de futebol)

Monte Branco - Travessa Horácio Queirós n.º 138, R/Ch – Loja E - Forjães  
919 334 794 | 963 297 650 | 933 726 360  
marinaguair1@hotmail.com | [www.dr-marina-aguiar.blogspot.com](http://www.dr-marina-aguiar.blogspot.com)

Local de exercício anterior: Fundação Lar de Santo António (antiga Maternidade)

## AGROZENDE - Fabricação de estufas e regas, Lda

Sistemas Rega - Plásticos Térmicos - Plásticos Cobertura Solo - Redes - Telas - Climatização

Agrozende Fabricação de Estufas e Regas, Lda é uma empresa moderna que sempre procurou, desde o seu início, apostar na actualização constante dos seus serviços e produtos, proporcionando aos seus clientes a qualidade necessária às suas exigências.



Como empresa em expansão, prestamos os nossos serviços e apoio de norte a sul do país e ilhas, através de equipas especializadas na montagem e aquecimento de estufas, sistemas de regas, armazéns de apoio e Garden Center.

#### Contactos:

Tlf: 253 983 432 - Fax: 253 983 433 - Email: [agrozende@vizzavi.pt](mailto:agrozende@vizzavi.pt)  
Rua de Agra - Apartado 13 - 4744-909 Fonte Boa - Esposende