



# O FORJANENSE

Directora executiva: Susana Costa  
Julho / Agosto 2011 • Ano XXV 2ª série • n.º 266  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0,80

*Mensário informativo e regionalista*

**JFA** PUB

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

Devoção, fé e tradição



**Encontros  
Literários:  
Inês Pedrosa  
convidada de  
honra**

*págs. 2-5*



**ACARF:  
Festa de final  
de ano no  
campo**

*pág. 16*



**FSC:  
Comissão  
Administrativa  
mantém  
funções**

*pág. 17*



**Usados Ok!  
MULTIMARCAS**



# EspoAuto

comércio de automóveis

808 202 300

Bouro - Gandra  
4740 - 473 Esposende

Tel: 253 969 180  
Fax: 253 969 184  
Assistência: 253 969 185

www.espoauto.com  
espoauto@espoauto.com

para mais informações visite: [www.espoauto.com](http://www.espoauto.com)



## Destaque

## Forjães – A terra onde cabe o mundo todo...

Os dias 2 e 3 de Julho foram culturalmente activos para a vila de Forjães. Num conjunto de acções promovidas pela ACARF, Associação MAR UNO – Associação Social de Cooperação, Educação e Desenvolvimento – e a Junta de Freguesia de Forjães, Inês Pedrosa foi figura principal nos II Encontros Literários, sob o tema *Na minha Terra Cabe o Mundo Todo*.

A escritora e jornalista portuguesa fez parte da Mesa de Honra, conjuntamente com José Henrique Brito (Presidente da Junta de Forjães), à sua direita, Benjamim Pereira, Albino Oliveira e Sandra Bernardino, respectivamente, à sua esquerda.

Depois da intervenção de todos os convidados, Inês Pedrosa deixou a sua impressão palmar marcada em gesso, para depois constar da Parede da Fama, inaugurada este ano, e onde permanecerão expostas as mãos dos escritores lusófonos presentes em todos os Encontros Literários na nossa terra. Na manhã desse dia, a autora portuguesa havia deixado já a marca da sua mão em pose de escrita.

Como forma de reconhecimento ao convite que lhe foi dirigido, Inês Pedrosa congratulou, em exclusivo, O FORJANENSE com um texto seu, transcrito mais abaixo.

**Sandra Queiroz**

e os seus alunos abriram a noite de Encontros Literários, com várias músicas populares portuguesas, cantadas com muito brilho e ao som dos cavaquinhos e guitarras.

**Benjamim Pereira**

e José Henrique Brito inauguraram a Parede da Fama, de onde consta a mão de Pepetela, escritor angolano presente na primeira edição dos Encontros Literários.



José Henrique Brito introduziu a apresentação do trabalho de Gil de Azevedo Abreu, acerca do Professor Mário de Miranda Vilaverde. O conceituado autor forjanense não deixou esquecido o centenário do nascimento desta figura incontornável para Forjães. (ver páginas 6 e 7)



Já a noite ia longa, quando Inês Pedrosa marcou a sua mão no gesso, sob o olhar atento de Albino Oliveira e José Henrique Brito. Sandra Bernardino, presidente da ACARF, e Benjamim Pereira, vice-presidente da Câmara Municipal de Esposende, também estiveram presentes neste momento.

**Moldar os sonhos**

O rosto dos nossos sonhos, ainda que perdidos, é feito de futuro, isto é, de uma aura que o transfigura e que nos cega com a mesma luz que nos esclarece. A luz das lágrimas e da entrega, da partilha e da solidão – é sob essa luz intensa que se escreve, poeira das estrelas que resiste ao tempo. Não há passado nem futuro na literatura – apenas eternidade, com o seu cortejo de fulgores e esquecimentos.

Procuro encontrar e moldar as palavras que não passam. Creio que é isso o que todos os escritores tentam fazer, e é o mais difícil, sobretudo num mundo em que tudo parece passar-se tão depressa que é como se não se passasse nada. O passado é uma ficção, tanto mais mentirosa quanto mais procura afirmar-se como factual. Não existem factos, só interpretações de factos. Um bom romance não interpreta, interroga e procura compreender. Interessa-me o romance como laboratório de comportamentos humanos e de experiências de linguagem. Invento muito pouco: a energia do que acontece, ou do que sonho que acontece, é demasiado forte. Confesso que

misturo, desde criança, os sonhos e a realidade. A princípio esforcei-me por separá-los, por medo. Medo de cair dentro de um sonho, como Alice ou como a Pequena Sereia, e não conseguir sair dele. A pouco e pouco, à medida que fui entendendo que a realidade não existe sem um discurso, isto é, não existe sem ficção, perdi esse medo – e todos os outros, porque a origem do medo é essa: a separação entre o que sentimos e pensamos, entre o que sonhamos e o que vivemos, a preocupação em arrumarmos a nossa existência em ficheiros separados e incomunicáveis. A arte é o contrário disso, a humildade de aceitar que tudo se contamina, a coragem da rendição.

O amor, nas suas múltiplas declinações, que incluem aquilo a que chamamos amizade, é a aventura humana que mais nos aproxima da sabedoria, porque nos permite experimentar o mundo para além do tempo. O amor revela-nos, entre muitas outras coisas deliciosas que não vêm aqui ao caso, que a percepção e a sensação dos acontecimentos é, por mais cúmplices que sejamos, intransmissivelmente singular. Quando os amantes se espalham e espelham nos olhos e no corpo um do outro, experimentam, idealmente, a mesma paixão – mas não vêm exactamente a mesma coisa. A experiência da mais profunda comunhão que é a de irmos a nós através

do outro é também a da mais radical subjectividade, a prova de que todo o saber (e o sabor dele) é biográfico, isto é, parcial no seu absoluto. Se sairmos da experiência da paixão física ou anímica, a coisa piora: verificamos que, muitas vezes, a nossa narrativa sobre um qualquer episódio é completamente diferente da narrativa de outros participantes nessa história – o que pode ser, e muitas vezes é, uma desilusão imponente, um terramoto interior. Os escritores e, de um modo geral, os artistas, dão-se bem com terramotos, maremotos, quedas vertiginosas. São os momentos em que se vê a verdade das pessoas e das coisas. Hoje em dia, quando conheço uma pessoa, tento imaginá-la na Alemanha nazi: o que seria ela? Seria capaz de arriscar a vida protegendo os perseguidos, ou faria de conta que não percebia nada? É um método fácil de selecção, neste mundo onde há sempre muita gente a fazer conta que não percebe nada. Poupa-se imenso tempo em conversa de circunstância e em inocência perdida. E o tempo é importante – é importante que aprendamos a dobrá-lo para não nos deixarmos dobrar por ele.

Aos treze anos, imbuída do espírito humanitário do neo-realismo escolar, escrevi um romance protagonizado pela filha de um pescador da Nazaré. A minha professora de

português disse-me que devia escrever sobre coisas que conhecesse, o que me pareceu uma inutilidade: eu queria escrever para descobrir o que não conhecia. Depois percebi que tinha de procurar o que desconhecia a partir do pouco que sabia. À medida que se perde a gloriosa arrogância da juventude, tomamos consciência de que sabemos cada vez menos e sofremos cada vez mais, porque a arrogância é um muro protector que faz do ego um jardim de flores entontecidas com o seu próprio perfume. Sofrer cada vez mais é uma vantagem para quem quer atingir a força das coisas essenciais. Poupa-nos tempo, viagens, experiências. Dizia Agustina, que me faz tanta falta todos os dias, que mais importante do que a experiência, é a compaixão, ou seja, capacidade de entender e partilhar a paixão alheia. Isso não se consegue sem entrega, e a entrega paga-se com o corpo, o coração e a inteligência, que são todos feitos da mesma intemporal matéria. Só um coração ferido sangra, e sem sangue as palavras são água com açúcar, remédio e não redenção. É preciso não ter medo de se ser vulnerável, não ter vergonha de sonhar demasiado alto, não desistir de trazer o céu para a terra da página, aceitar o caminho das lágrimas, dos êxtases e da solidão.

Inês Pedrosa

# XI Jornadas Culturais



No domingo, dia 3 de Julho, teve lugar as XI Jornadas Culturais, organizadas pela ACARF, e patentes no Centro Cultural Rodrigues de Faria - Forjães. Mediante o tema «O Desporto em Forjães», vários atletas forjanenses estiveram presentes no colóquio, nomeadamente Ricardo Dias, Rui Laranjeira e José Maria Carvalho (respectivamente os três últimos à direita). A apresentação foi feita por Sandra Bernardino, onde também estiveram presentes Fernando Neiva, Presidente do Forjães Sport Clube, José Henrique Brito e Rui Pereira, Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Esposende (da esquerda para a direita).



Uma exposição esteve patente no interior e exterior (foto em cima, à direita) do edifício, relevando alguns dos mais destacados atletas forjanenses, em diversas modalidades desportivas, bem como as modalidades promovidas pela ACARF ao longo da sua existência. De destacar o facto de que foram os próprios atletas que disponibilizaram o material (equipamentos, taças, medalhas) que os distinguiu nas suas carreiras desportivas.



Para finalizar este fim-de-semana cultural da nossa freguesia, as alunas de Ballet, sob a orientação da Professora Gi, apresentaram um espectáculo, muito aplaudido por todos. Primeiro, as turmas foram dançando individualmente, segundo o escalão de idades, e, mais tarde, as alunas de Forjães e de Esposende, uniram-se numa representação cheia de cor e brilho, fruto do trabalho árduo de mais um ano lectivo.

**d**  
A reparaçãO e manutençãO da tua BOLA ao PORTUGAL

Manutenção de frotas  
Condições especiais para empresas  
Consulte-nos

Mecânica, chaparia, pintura, electricidade, pneus, manutenção e ar condicionado

Rua dos Barreiros, 164, 4740-439 Forjães  
Tel. 253 877 600 / 253 877 601 fax 253 877 602 - Tlm. 965 017 006

José Manuel da Costa Torres

**ALTA MIRA**  
Moda Jovem  
Visite-nos

Qualidade invejável - Preços imbatíveis

Boucinho - Forjães - Tel - 253 87 16 87

## Destaque

**Enquanto tiver livros para ler não entrarei em desespero**

*Com a escrita a pulsar-lhe nas veias, Inês Pedrosa usa as interrogações que lhe vão surgindo na vida como base para os seus romances. Escritora, jornalista, directora da Casa Fernando Pessoa e mulher inquieta por natureza, tem como principal objectivo de vida a busca do entendimento da condição humana. De visita a Forjães, a propósito dos II Encontros Literários, fala do seu desacordo com o acordo ortográfico, da sua vasta literatura e do lugar que o teatro ocupa no seu coração. Textos e Fotos Susana Costa*

**Porquê a escrita? Porquê ser escritora?**

Sempre foi aquilo que eu gostei de fazer. Nem se me pôs a questão. Tinha um avô que me contava muitas histórias e me lia muito. Se calhar tive influência daí. E desde pequena que gostava de histórias e depois de escrever histórias.

**Ganhou um prémio de escrita aos 13 anos...**

Isso foi uma carta que eu escrevi à minha mãe e uma prima da minha mãe fez uma cópia e mandou-a para um concurso de uma revista chamada «Crónica Feminina». E foi um bocadinho por graça que, mais tarde, escolhi este título, para a minha crónica no Expresso, por homenagem a essa revista.

**Apesar de escrever maioritariamente romances, começou por escrever para crianças. Porquê?**

Aquele livro escrevi-o para a minha afilhada e escrevi-o para lho oferecer, e pedi a um amigo, o Jorge Colombo, que o ilustrasse. Eu já estava a escrever aquele que viria a ser o meu primeiro romance e já sabia que ia ser editado pela D. Quixote. Não sei quem lhes mostrou, mas o editor gostou muito da história dos desenhos e pediu-me se podia publicar a história e se eu podia coordenar uma colecção de histórias para crianças, feitas por escritores que normalmente não escreviam para crianças, como Clara Pinto Correia, António Mega Ferreira, o próprio Jorge Colombo, entre outros.

**Uns anos mais tarde, volta, porém, a escrever para as crianças...**

Também por encomenda. A minha vocação não é essa e acho bastante difícil escrever para crianças sem se ser paternalista. É muito difícil manter um registo que seja percebido pelas crianças como delas e que não seja o de um adulto a dar-lhes moral ou a dar-lhes sermões. Aí desafiam-me para fazer uma história em torno dos quadros de Júlio Pomar, onde contém, também, uma biografia do próprio pintor, objectivando, assim, apro-

ximar as crianças da grande pintura, de uma forma mais acessível.

**Escreve por uma necessidade de explorar a criatividade que existe em si ou escreve para inquietar as pessoas? Porque os seus romances denotam sempre uma busca, uma pergunta que fica no ar, uma procura de um sentido.**

O objectivo de um bom romance não é só contar uma história, ou só fazer com que a pessoa saia da sua realidade. Já é bom, mas não é só o entretenimento ou o jogo da imaginação. Para mim os romances que me interessam deixam-

*Os romances que me interessam deixam-nos interrogações sobre a natureza humana e sobre a forma como encaramos os problemas*

nos interrogações sobre a natureza humana, sobre a forma como encaramos os problemas em determinadas épocas, em determinadas situações. São sempre análises sobre a imprevisibilidade e as múltiplas capacidades da natureza humana. O Milan Kundera, que é um escritor que eu gosto muitíssimo, escrever um livro «A Arte do Romance», em que diz que o romance tem uma sabedoria específica, que não é a da história, nem da sociologia, nem da filosofia, mas que é tudo isso. Um bom romance tem de ter o ar do seu tempo, tem de saber pressentir o que está no ar. Diz ele que a sabedoria do romance é a sabedoria da incerteza e essa é a sabedoria única de que podemos estar certos.

O romance joga muito com essas incertezas. Não tem de ter respostas fechadas nem definitivas, tem precisamente esse objectivo. Por isso, eu procuro fazer essas duas coisas: fazer com que as pessoas

se sintam envolvidas no enredo, pela curiosidade de saber o que vai acontecer às personagens, e que se sintam, por um lado, encantadas e mergulhadas num mundo que lhes é alheio, mas que tenha uma reflexão sobre a realidade sempre. Um romance que não tenha essas duas componentes a mim não me interessa. Acho sempre muito estranho quando dizem que há literatura de entretenimento e literatura a sério, porque a literatura de entretenimento a mim não me entretém. Porque para entretenimento puro a televisão é mais eficiente e dá menos trabalho. Para ler um mau livro, é melhor ver televisão. Importa muito o que se lê.

**As interrogações vêm antes do romance?**

Vêm. Mas nunca sei quando começam. Por exemplo, o «Fazes-me falta» surgiu porque tinham morrido uma série de pessoas muito próximas, como o meu pai, e nessa altura andava obcecada com a questão de como vivemos e sobrevivemos à morte dos mais próximos e, de repente, porque aquele tema era central para mim, surgiu-me aquela mulher que tinha acabado de morrer e que tinha deixado coisas por acabar na vida. E esse romance surgiu-me com tanta facilidade, que gostava que outros me surgissem assim. É o único romance que tenho escrito à mão e quase sem rasuras, quase sem emendas. Eu achei que aquele livro que as pessoas que gostassem iam gostar muito porque é muito sentido, muito dilacerado. Mas o meu editor, na época, procurou que eu reformulasse o livro todo, dizendo que era muito triste, muito filosófico, muito derramado e muito mais complexo que o romance anterior e alertou-me que eu podia ter uma decepção porque o livro seria mal recebido pelos meus leitores e pela crítica. Eu disse-lhe que o livro era aquilo e que se não quisesse publicar eu compreendia. Uma coisa que me fui apercebendo é que nas Feiras do Livro e nos Encontros que fui

pelo país, é que, com este livro conquistei público mais vasto. Foi um livro que se aproximou das pessoas e que as consolou. Ainda bem que eu respondi só à minha voz. Quando se começa a pensar para quem é que se vai escrever, perde-se a autenticidade e perdemos a noção de que é que temos nós a dizer de novo. Fiquei, também, muito mais imune à crítica. Claro que todos gostamos de ser amados e preferimos, mas se não gostarem, tenho a consciência de que fiz o melhor que sabia e aquilo que tenho para dar.

**A respeito de dois processos judiciais que lhe foram instaurados, disse «A condição de arguida é muito útil para quem, como eu, tem como principal objectivo de vida o entendimento profundo da natureza humana».**

As críticas, mesmo quando não são construtivas, têm a vantagem de nos criar uma espécie de fúria. A mente preguiça, quando está furiosa não preguiça. Eu acredito mais no estímulo positivo, mas acho que, às vezes, ter obstáculos para ultrapassar é um alento suplementar. No meu caso, tem sido muitas vezes. Se alguém põe em causa aquilo que eu sou capaz de fazer, eu esforço-me o dobro para

*Os livros que lemos fazem-nos alterar aquilo que somos*

provar o contrário.

**É uma mulher de causas sociais que luta pelos direitos humanos, mas acima de tudo, luta pelos direitos das mulheres.**

É uma questão de harmonia na sociedade. Se as mulheres forem felizes, os seus filhos e os homens que convivem com ela, também o serão. A injustiça social toca-me muito desde pequena, mas isso tem muito a ver com as caracterís-

ticas de personalidade. Mesmo os escritores que me interessam mais sempre foram empenhados socialmente, com uma acção na sociedade. A Agustina Bessa-Luís, que é um grande modelo para mim e de quem eu gosto muito pessoalmente, foi directora de jornais, do Teatro Nacional, teve intervenção pública em várias campanhas políticas – apoios muitas vezes desconcertantes porque apoiou candidatos de direita e de esquerda –, apoiou o sim na campanha de interrupção da gravidez. É uma mulher que conhece o sentido humano e que conhece a realidade, graças ao contacto que foi tendo enquanto ocupou cargos públicos. Eu interessei-me pela escrita para lidar com a natureza humana e, por isso, não me posso alhear socialmente.

**A escrita é uma arma? É um instrumento de voo, como disse um dia?**

É um instrumento de mudança de mentalidades, sem dúvida, porque os livros que lemos fazem-nos pensar e alterar aquilo que somos. **Diz que usa a escrita, não para descrever uma realidade que conhece, mas uma realidade que gostava de conhecer. Mas então como justifica, por exemplo, o facto de os homens se sentirem tão identificados com as personagens de «Os Íntimos»?**

Não escrevo sobre a minha vida concretamente, ou seja, contar a minha história não servia para nada, até porque não tenho distância sobre ela. Mas se eu estou interessada, por exemplo, no tema da morte é porque esse tema já me tocou. É um processo mais inconsciente do que verbalizado parece, porque as personagens dos livros vêm debater os temas que me interessam, numa perspectiva que me é alheia.

No desenvolver da escrita, as personagens autonomizam-se de nós e nós não sabemos de onde vêm as frases que eles pensam ou dizem. É um exorcismo da nossa dor e um consolo porque encontramos

outras figuras que se tornam reais para nós e aparecem para nos ajudar a lidar com aquele problema. No caso de «Os Íntimos» fiz muita pesquisa de campo porque é um mundo que ainda não é muito explorado. Este romance nasceu concretamente de ver os rituais masculinos de se encontrarem e de terem amigos de infância que cresceram em sentidos completamente diferentes, mas que se continuam a encontrar frequentemente. E depois, porque são mais imunes à traição, têm mais tolerância para o erro, para a falha e para a decepção, e isso é muito abordado neste livro.

**Como vê as mulheres portuguesas? Em que é que se aproxima e se afasta delas?**

Hoje em dia é difícil generalizar. Eu penso que a sociedade portuguesa tem muita falta de empenhamento cívico. No concreto quotidiano há pouco associativismo, pouco voluntariado.

Por exemplo, houve poucos movimentos feministas, principalmente por serem exclusivamente formados por mulheres, porque isto é uma questão de homens e mulheres. As mulheres organizam-se pouco para se defender a si mesmas porque se deixam submergir no quotidiano e nas expectativas dos outros.



**Como tem sido a experiência de directora da Casa Fernando Pessoa?**

Nunca tinha pensado nisso. Precisava de tempo para escrever e além do mais não queria um emprego das 9 horas às 17 horas. Mas depois vi que não era assim e acabei por me entusiasmar e hoje vejo que é muito mais exigente do que eu pensava e muito mais estimulante, que a equipa é muito dedicada e muito competente. Temos um serviço educativo, uma actividade cultural permanente e temos uma biblioteca especializada em poesia, que é única no país. Há, ainda, uma casa-museu, construída a partir da última casa onde Fernando Pessoa viveu. E depois temos parcerias internacionais com o Brasil, EUA, etc. Procuramos através de Pessoa levar a literatura portuguesa ao conhecimento de Portugal e a atrair as pessoas a Lisboa. Fico espantada com o impacto que o livro «De-

sassossegos» tem no mundo todo e a quantidade de japoneses, ingleses, irlandeses que todos os dias aparecem na casa. E por tudo isso, é um trabalho muito estimulante, mas também muito absorvente e que me tem tirado muito tempo para escrever.

Neste momento temos o projecto lá que é convidar escritores a dormirem lá. E já dormiram vários, para depois fazermos um livro com textos feitos a partir daquela noite.

Mas a maior riqueza daquela casa é a biblioteca particular de Fernando Pessoa. São 1200 e tal volumes do escritor, com o valor de

*Não quero depender 'alimenticiamente' dos meus livros.*

muitos serem manuscritos. Como os livros se vão degradando, não só temos restaurado esses livros, como os digitalizamos e colocamos online. E depois passamos a fazer congressos internacionais, de dois em dois anos, em que juntamos pessoas do mundo inteiro em Lisboa, procurando também criar esse hábito de haver encontros em Lisboa de académicos, pintores, cineastas, escritores que se consideram influenciados por Pessoa, etc.

**Dois dos seus livros estão recomendados no Plano Nacional de Leitura – «Nas tuas mãos» e «A menina que rouba gargalhadas». Como vê esse facto?**

É bom claro. É um reconhecimento. Está no Plano Nacional de leitura português e agora estão também recomendados no Plano Nacional de Leitura do Brasil, o que me

comove muito porque gosto muito do Brasil e vou lá muito. Não estou a desmerecer o estar em Portugal, mas ainda acho mais tocante que autores contemporâneos portugueses estejam no Plano Nacional de Leitura no Brasil, porque o contrário não se verifica.

**Abordou por duas vezes o Padre António Vieira. Teve só ver com o seu 400º aniversário de nascimento ou porque é uma referência para si?**

Já era uma referência, mas depois tive um convite para ir ao Brasil com o Centro Nacional de Cultura, numa viagem anual pelos sítios que os portugueses passaram. Assustou-me um bocado a ideia de fazer um livro a partir de uma excursão muito intensa. Lá fiz um livro da excursão, que transformei em cartas ao próprio Padre António Vieira e acabou por me surgir a ideia do romance que veio a ser «A eternidade e o desejo», precisamente porque eu le-

vava os sermões dele comigo e ia lendo conforme ia passando pelos sítios e aquilo tinha uma força tal que me apeteceu entrar em diálogo com ele.

**Porquê o título «Anos-luz» no livro que editou acerca do 25 de Abril?**

Isso foi uma ideia da editora em reunir entrevistas que eu tinha feito, até a pessoas que já tinham morrido. Quando comecei no jornalismo, poucos anos depois do 25 de Abril, o que havia de constante naquelas pessoas/figuras era a mudança (eram figuras de transição). E foi «Anos-luz» porque jogava com a velocidade a que as coisas passam e também pela luz que apareceu e mudou tanta coisa depois do 25 de Abril.

**Disse um dia «Não quero viver só dos livros. Quero ter uma profissão». Porquê?**

Eu não quero depender «alimenticiamente» dos meus livros. Não gostaria de ter aquela obrigação de cumprir datas junto da editora e que têm de ter um determinado número de leitores. Isso é uma pressão enorme. Não quero de ter de publicar em determinada época ou para agradar a determinado público para venderem muito depressa.

**Que lugar ocupa o Teatro na sua vida?**

Adorava teatro e ainda adoro. Ainda considere fazer um curso de teatro paralelamente à escrita e meter-me por aí.

Tive vários desafios para escrever peças de teatro. Até tive mais do que aquelas que consegui responder. E uma das coisas que me deixa maior tristeza foi quando a Agustina Bessa-Luís adoeceu e estávamos a escrever uma peça a quatro mãos, por ideia dela, mas ainda só tínhamos feito a sinopse. O «Socorro! Estou grávida» foi escrito com a Patrícia Reis e foi um desafio que me fizeram antes do referendo ao aborto e que envolve as questões do que é que uma mulher sente perante uma gravidez inesperada e foi a Sofia Alves quem representou e fê-lo muito bem.

É um universo que me encanta, mas ao mesmo tempo que me assusta. Embora as duas experiências que eu tive tenham sido fascinantes. No caso de «Doze mulheres e uma cadela» a São José Lapa veio ter comigo. Ela já tinha muito presente que queria tratar de diversos temas da condição feminina, queria que fossem doze mulheres, que já sabia quem eram. Eu fui solicitada para escrever para aquelas pessoas e para aqueles temas. Hei-de fazer mais coisas no teatro, certamente.

**A crise é a maior amiga ou a maior inimiga da cultura?**

Podia ser a maior amiga se houvesse visão para isso, mas é sempre muito difícil que haja essa visão. As indústrias culturais são um factor de desenvolvimento da economia, principalmente em países como o nosso e tem de haver uma visão menos «assustadiça» a

## Brincando com os títulos...

**O que é que você tem que «Mais ninguém tem»?**

Os meus defeitos e qualidades juntos.

**Qual é ou qual deveria ser «A instrução dos amantes»?**

A liberdade.

**O que é que gostava de ter «Nas tuas mãos»?**

O amor perfeito.

**Quem é que lhe faz falta («Fazes-me falta»)?**

Ah... Muita gente... muita gente. Mas, em primeiro lugar, o meu pai.

**Também é «A menina que rouba gargalhadas»?**

Procurei ser sempre. Acho que é importante saber fazer rir.

**A quem diria «Fica comigo esta noite»?**

Gostava de passar uma noite a conversar com Shakespeare ou com a Clarice Lispector.

**A quem escreveria uma carta neste momento da sua vida**

**(«Carta a uma amiga»)?**

As cartas que tenho para escrever, escrevo. Mas gostava de escrever cartas à Agustina Bessa-Luís que ela ainda me pudesse responder.

**Qual é o seu «Pequeno Grande Amor»?**

O grande amor tem sempre pequeno amor, vive de pequenas coisas. A minha filha.

**O que é que a eternidade tem a ver com o desejo («A eternidade e o desejo»)?**

Isso é uma frase do Padre António Vieira, que diz que a eternidade e o desejo são uma e a mesma coisa. Aquilo que nos move e nos torna eternos é o desejo... todos os desejos.

**Quem são os seus «Íntimos»?**

Os meus escritores de eleição, os meus amigos e a minha filha. Enquanto tiver livros para ler e os amigos que tenho nunca entrarei em desespero.

médio/longo prazo para não deixar cair aquilo que nos distingue e aquilo que nos pode trazer mais... Pessoa, por exemplo, ainda não está minimamente «explorado» como Praga explora Kafka. Lisboa devia criar programas culturais e até um roteiro pessoano

*Choca-me o dinheiro que se investiu no acordo ortográfico e que se podia ter gasto nos métodos de divulgação de autores portugueses.*

visível na baixa. Isso pode ser um atractivo turístico.

Há uma busca maior de cultura, por haver mais tempo livre e até porque há uma inquietação nas pessoas, e isso pode e deve ser estimulado e rentabilizado. Espero que haja a visão política para isso. Quando não há dinheiro corta-se na cultura, mas depois vemos que a cultura cria emprego. A crise é o que é, mas os pequenos e grandes espectáculos estão cheios, seja teatro, música ou cinema.

A cultura é quase uma senha de



*Inês Pedrosa*

## Memórias

# No Centenário do Nascimento do Sr. Prof. Mário de Miranda Vilaverde

## Um percurso singular

Sr. Prof. Mário com 20 anos, em Março de 1931



**P**assou, a 9 de Fevereiro deste ano, o centésimo aniversário natalício do sr. prof. Mário de Miranda Vilaverde, falecido a 13 de Maio de 1998.

Mário de Miranda Vilaverde, após estudos primários, ingressou em Outubro de 1922 no seminário arquidiocesano de Braga. De acordo com dados recolhidos junto das secretarias do Seminário de Nossa Senhora da Conceição e actual Faculdade de Teologia de Braga (edifício onde na altura funcionava o Seminário de Teologia), matriculou-se durante oito anos e, sempre com aproveitamento, estudou humanidades, filosofia e, em finais de Junho de 1930, terminou o primeiro ano do Curso de Teologia, altura em que abandonou os estudos eclesiásticos.

Posteriormente, também em Braga, frequentou a Escola do Magistério Primário onde concluiu o curso de professor primário.

- Foi nomeado professor da escola de Forjães, concelho de Esposende, distrito de Braga, por portaria de seis de Outubro de 1934, publicada no Diário do Governo, n.º 247 do dia vinte deste mês e ano. E, assim, começou a leccionar no belíssimo edifício «Escolas Rodrigues de Faria» inaugurado a 23 de Dezembro de 1934 e doado ao Esta-

do a 29 de Agosto de 1934 pelo maior benemérito e benfeitor forjanense - António Rodrigues Alves de Faria. No entanto, na escritura de doação, o doador apenas estabeleceu duas cláusulas: a primeira diz-nos que a doação é expressamente feita para o exclusivo fim da instalação das escolas oficiais do ensino primário elementar desta freguesia; na segunda, Rodrigues de Faria reserva o direito da escolha de três professores indicando, assim, para o sexo masculino, Mário de Miranda Vilaverde, e, para o sexo feminino, Dona Júlia Martins Gomes dos Santos e Dona Maria Irene Vilaverde Alves de Faria, todos professores diplomados para o exercício do magistério primário elementar.

Além de professor efectivo, Mário de Miranda Vilaverde, até à reforma que aconteceu no ano lectivo de 1974/1975, desempenhou também o cargo de Director Escolar. Foi, igualmente, Director do Ciclo Unificado da Telescola de Forjães.

No que toca ao ensino, este professor foi sempre muito empenhado e não será exagerado afirmar que, graças ao seu esforço, o analfabetismo foi banido em Forjães. Enquanto noutras freguesias vizinhas muitas crianças se esquivavam à frequência escolar, aqui, em Forjães, tal não acontecia porque, se necessário, o sr. prof. Mário Vilaverde tomava a iniciativa de as mandar chamar.

O jornal Voz de Forjães, Agosto de 1976, com o título «Dever Cumprido», noticiava que a 10 de Julho de 1976, por iniciativa do Conselho Escolar de Forjães e de antigos alunos, os professores, Mário de Miranda Vilaverde e sua esposa, D. Júlia Martins Gomes dos Santos, que durante 40 anos exerceram o professorado nesta terra, foram homenageados. Do programa, constava, às 17h, uma concelebração na igreja, depois uma sessão nas «Escolas Rodrigues de Faria» e, às 20h, um jantar no restaurante Náutico.

Todavia, Mário Vilaverde não desempenhou apenas o cargo de professor e Director Escolar. Efectivamente, outros cargos exerceu e outras influências manteve, sempre na mira do desenvolvimento e progres-

so desta terra. Vejamos.

- Segundo as actas da Junta de Freguesia de então, foi Presidente da Comissão Administrativa da Junta de Freguesia de Forjães desde 28 de Junho de 1936 até finais do ano de 1937. Na verdade, a 25 de Junho de 1936, o Regedor, Albino Pereira de Sá, apresentou um alvará do Governador Civil do distrito datado de 16 do corrente onde constava que foram nomeados os cidadãos Mário de Miranda Vilaverde, Manuel António do Valle Torres e Armando de Campos Neiva para fazerem parte da Comissão Administrativa da Junta. A primeira sessão dessa comissão teve lugar a 28 de Junho de 1936 e, procedendo-se à eleição do presidente e vice-presidente, foram eleitos: Mário de Miranda Vilaverde, presidente, e Manuel António do Valle Torres, vice-presidente.

No jornal O Espozendense de 08 de Janeiro de 1938, o correspondente forjanense noticia o seguinte: «Pôde esta Junta no curto período da sua gerência dar execução ao calcetamento e alargamento do caminho vicinal que atravessa o logar da Santa até à Pedreira, Boucinho e Aldeia, numa superfície aproximada de 2.400 m. Custou esta obra 9.437\$00, dando o Estado 8.162\$00, sendo o restante 1.275\$00 dado pela Câmara Municipal. [...] Foi-nos ainda concedido em 1936 o subsídio de 10.163\$25 para reparação nas estradas de Forjães - Fragoso e Forjães - Antas. Presentemente mais um benefício acaba de receber esta Junta para os filhos pobres desta terra, acaba o Governo Nacional de conceder a verba aproximada de 900\$00 aos pobres indigentes, conforme os 'Cadastrós' que, em tempo próprio, esta Junta remeteu às repartições competentes».

Após ano e meio como Presidente da Junta Administrativa, Mário Vilaverde foi eleito, depois, Presidente para dois quadriénios: de 1 de Janeiro de 1938 até final de 1941 e do início de 1942 até final de 1945. Por conseguinte, exerceu a presidência da Junta de Freguesia por um período consecutivo de nove anos e meio durante o qual se fizeram grandes melhoramentos.

- Foi vice-presidente e vereador efec-

tivo da Câmara Municipal de Esposende durante muitos anos. Da consulta aos livros de registo de actas das sessões da Câmara (no Arquivo Municipal de Esposende, consultei onze livros, nos 60 a 70, ou seja, desde Abril de 1940 até finais de 1954), verifica-se que Mário de Miranda Vilaverde presidiu 19 vezes às reuniões camarárias como vice-presidente em exercício, concretamente, desde 25 de Agosto de 1944 a 06 de Junho de 1946. De passagem, diga-se que foi vice-presidente no tempo dos presidentes, P. Manuel Martins de Sá Pereira e Dr. Francisco Duarte Ferreira Carmo. Depois, como vereador efectivo, esteve presente em mais de duas centenas de sessões camarárias, nomeadamente, a partir de meados de 1946 (22 de Junho de 1946) e durante os anos de 1947 a 1954. Com o falecimento inesperado, a 18 de Julho de 1954, do presidente da Câmara Municipal de Esposende, P. Manuel Martins de Sá Pereira, que a serviu durante 21 anos, Mário de Miranda Vilaverde, grande amigo do falecido, pediu ao vice-presidente em exercício, António José da Costa Leme, a escusa do cargo de vereador efectivo alegando ter servido já em vários quadriénios anteriores e, desta forma, a última reunião na qual participou deu-se a 27 de Dezembro de 1954.

- Foi ajudante, aqui em Forjães, do Conservatório do Registo Civil de Esposende, substituindo, na década de quarenta do século passado, o sr. prof. José Albino Alves de Faria, evitando aos seus conterrâneos muitas idas e demoras à sede concelhia.

- Foi grande entusiasta para que se criasse em Forjães uma cantina, uma farmácia, se construísse uma Casa do Povo e um lar para idosos. O terreno onde actualmente estão implantados estes edifícios pertencia ao sr. Joaquim Alberto de Barros Pinto Brochado que não queria desfazer-se do mesmo. Todavia, e conforme me foi dito pelo sr. António de Miranda Vilaverde (n. 17 de Agosto de 1920), o irmão, prof. Mário Vilaverde, a pouco e pouco, começou a fazer ver e a convencer o sr. Pinto Brochado de que era urgente uma cantina para as crianças e, então, lá cedeu uma fracção do

## 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

## Talhos Sr<sup>a</sup> da Graça, Lda



- carnes verdes
- fumadas
- salgadas
- carne de cavalo
- porco preto
- todo o tipo de caça (por encomenda)

I Rua Pires, 201 / 4740-446 Forjães / Tel. 253 871 353; tlm. 919 038 529

II Av. Santa Marinha, C. C. Duas Rosas / 4740-438 Forjães / Tel. 253 872 726; tlm. 917 658 007

III Rua Casa de Fábrica / 4935-327 Vila Nova de Anha

terreno. E o mesmo aconteceu, a seguir, para a construção do lar para os idosos, a farmácia e a Casa do Povo (após a morte, em 1960, de Joaquim Alberto de Barros Pinto Brochado, já foi o filho Henrique que vendeu um lote de terreno para a construção da Casa do Povo).

- Foi fundador e impulsionador das Conferências Vicentinas e, graças à sua iniciativa, conseguiu subsídios para o arranjo de casas para pobres (segundo o Diário do Minho de 18 de Julho de 1965, até esta data, já tinham sido arranjadas umas doze casas e gastos 30 contos).

- Foi, também devido às diligências junto do sr. Marcelino de Queiroz, o grande dinamizador para a construção da cantina escolar da qual foi presidente. É de assinalar que, antes de esta funcionar e a rogo do sr. prof. Mário Vilaverde, o sr. José Faria de Sá angariou, junto de forjanenses residentes no Brasil, o dinheiro suficiente para o funcionamento da cantina ainda no coberto da escola. Numa entrevista ao director do Diário do Minho publicada a 18 de Julho de 1965, o prof. Mário Vilaverde afirma que foram os professores que a instalaram, cotizando-se todos para as despesas. Depois é que vieram as ajudas oficiais e particulares. E só em 1954, a cantina começou a funcionar no novo edifício. Acrescenta ainda Mário Vilaverde que Marcelino Queiroz deu ao Estado um donativo à volta de 400 contos para garantir as refeições. Em 1965, beneficiavam com a cantina 136 dos 257 alunos da escola. No início – continua o entrevistado –, serviam-se duas refeições: o pequeno-almoço e o almoço, mas, posteriormente, devido às muitas despesas, acabou-se com a primeira refeição. Ainda nesta entrevista, Mário Vilaverde esclarece que o «Lar de Sto António» – edifício que custou 257 contos – deve-se à benfeitora D. Margarida Moura de Queiroz, viúva do fundador da cantina escolar.

- Foi presidente da Fundação «Lar de Sto António», oficialmente, desde 01 de Maio de 1966 até 16 de Dezembro de 1972, embora já estivesse a geri-la com carácter particular, desde 20 de Outubro de 1964, ou seja, a partir do início do seu funcionamento e a expensas da ilustre fundadora – D. Margarida Moura de Queiroz. O «Lar de Sto António» só passou a ser considerado, para todos os efeitos legais, «pessoa colectiva de utilidade pública administrativa», quando os estatutos foram aprovados por despacho do Ministro da Saúde e Assistência de 14 de Abril de 1966 e publicado no Diário do Governo, n.º 100, III série, a 28 deste mesmo mês e ano. Daí que, no dia

1 de Maio de 1966, logo após a aprovação dos estatutos, tivesse começado o seu funcionamento oficial. E, no capítulo III desses estatutos, artigo 8º, lê-se: «Para desempenhar os cargos directivos da primeira direcção administrativa, são indicados os senhores Mário de Miranda Vilaverde, Manuel Queirós Martins de Faria, João Augusto de Almeida e Júlia Martins dos Santos, respectivamente, presidente, vice-presidente, secretário e tesoureiro». E, logo a seguir, no parágrafo único, está escrito o seguinte: «O cargo de presidente será ocupado pelo senhor Mário de Miranda Vilaverde vitaliciamente e enquanto se sentir com capacidade para o exercer».

- Foi colaborador d' O Forjanense, com a rubrica «Recordando...», desde Janeiro de 1995 a Julho de 1996, altura em que cessou a sua colaboração por motivos de saúde. Eis, a traços largos, um apanhado dos 17 artigos publicados neste jornal (só não escreveu em Outubro de 1995) e assinados por M. V. (iniciais de Mário Vilaverde): criação, em 1888, da Escola Masculina de Forjães que funcionou na casa arrendada a Joaquim Torres Lima, no lugar de Casainhos e que teve, como primeiro professor, José Joaquim da Costa Pereira e Barros de Vila de Punhe, e criação em 1902, da Escola Feminina que começou a funcionar no 1º andar do edifício onde se situa a «Casa Pereira» (Janeiro de 1995); antiga estrada real n.º 94 a passar em Forjães e as sete dormidas dos carreteiros (Fevereiro de 1995); falecimento de Miguel Torga (Março de 1995); limites da freguesia que constam do livro do Tombo do extinto mosteiro de S. Salvador de Palme do ano de 1590 (Abril de 1995); centenário de dois portugueses: Santo António de Lisboa e S. João de Deus (Maio de 1995); torre da igreja que estaria pronta em 1849, relógio da mesma de 1856, já que o actual é de 1909 e doado por Rodrigues de Faria, e construção do cemitério em 1884 (Junho de 1995); convento de Alcobaça (Julho/Agosto de 1995); educação e recortes do livro, A Educação sob o Ponto de Vista Moral, de Maria Irene Faria do Valle (Setembro de 1995); tomada de posse, a 19 de Setembro de 1995, do Doutor Freitas do Amaral como presidente da Assembleia Geral das Nações Unidas, entre outros assuntos (Novembro

de 1995); malefícios do tabaco (Dezembro de 1995); D. Frei Bartolomeu dos Mártires, arcebispo de Braga, e transcrição de uns versos de Mons. Moreira das Neves: «A mula de Bartolomeu dos Mártires» (Janeiro de 1996); a morte de François Mitterrand (Fevereiro de 1996); papas portugueses: S. Dâmaso I, pontífice de 366 a 384, talvez nascido em Guimarães, e João XXI, de seu nome Pedro Julião, eleito em 1276, mas que morreria meses depois vítima da derrocada dos aposentos em que se encontrava em Viterbo (Março de 1996); conselhos aos condutores de veículos (Abril de 1996); custo das reparações das capelas do esca-dório do Bom Jesus do Monte em Braga e saber envelhecer (Maio de 1996); transcrição de um soneto de António Correia de Oliveira e vida da rainha Santa Isabel, esposa de D. Dinis (Junho de 1996); transcrição de uns versos de Augusto Gil do livro Luar de Janeiro (Julho/Agosto de 1996).

A jeito de parêntesis, foi uma honra, enquanto Director d' O Forjanense, ter o sr. prof. Mário de Miranda Vilaverde como colaborador – ainda por cima por ter sido meu professor da 1ª classe no já longínquo ano lectivo de 1954/55.

- Foi director e ensaiador do «Grupo Dramático de Forjães».

- Foi tesoureiro da Casa do Povo para o triénio 1967 a 1970, sendo presidente, João Augusto de Almeida, secretário, Horácio Ribeiro de Queiroz e, escriturário, Cândido de Sá Júnior.

- A respeito das «Escolas Rodrigues de Faria», O Espozendense de 21 de Abril de 1934 publicou um artigo assinado por M. V. que ocupou quase toda a primeira página, com o título: «Uma Escola» e subtítulo: «Carta aberta ao Ex.mo Sr. Rodrigues de Faria». Este artigo de Mário Vilaverde merece ser referenciado, não só por falar de uma «Escola modelar, provida de tudo» e tecer rasgados elogios ao benemérito Rodrigues de Faria, mas também porque é um recorte literário digno de registo.

É de recordar, igualmente, um artigo – «António Rodrigues de Faria» – publicado no Boletim Cultural de Espozende, vol. 7/8, 1985 – artigo que é a transcrição do discurso proferido em 23 de Dezembro de 1984,

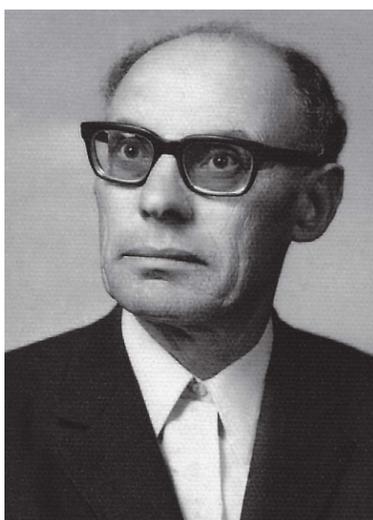
aquando do cinquentenário da inauguração das «Escolas Rodrigues de Faria» e da homenagem póstuma com o descerramento do busto ao grande benfeitor de Forjães no largo fronteiriço à Escola. No entanto, depois da remodelação das «Escolas Rodrigues de Faria» (edifício onde funcionou a escola primária durante 60 anos, de 1934 até 1994) e, por altura da inauguração a 12 de Agosto de 2001 do novo Centro Cultural Rodrigues de Faria, o mesmo busto foi trasladado para o recinto exterior do renovado edifício, ou seja, para o antigo recreio dos rapazes.

Também em Março e Maio de 1985, publicou na Voz de Forjães, n.os 95 e 96, respectivamente, um outro artigo – «Forjães no passado (1843 – 1859)». Outrossim, ainda neste jornal, Julho de 1985, n.os 97 e 98, escreveu dois artigos: um sobre a sessão ordinária de 11 de Maio de 1941 da Junta de Freguesia da qual era presidente; outro, sobre um trabalho – «Forjães nos seus limites» – levado a cabo por um grupo de forjanenses e superior coordenação do sr. prof. Mário Vilaverde.

Voltando novamente ao jornal O Espozendense de 04 de Março de 1939, o correspondente local, com o título «Telefone», dá conta de que «No último domingo, pelas 11,30 horas foi inaugurada a cabina telefónica desta freguesia» tendo estado presente ao acto solene, além de muito povo, as entidades oficiais, nomeadamente Maria da Glória A. Pereira, chefe da T. P. de Espozende, como delegada do Ex.mo Director dos Correios, e o Presidente da Câmara Municipal de Espozende, sr. P. Manuel Martins de Sá Pereira. Depois de se ouvir o hino nacional e «queimados inúmeros foguetes» – assinala o correspondente –, «O Dignissimo sr. prof. Mário de Miranda Vilaverde, ilustrado presidente da nossa junta proferiu ao microfone um eloquente discurso».

Eis, em traços gerais e sintéticos, o currículo de um mui ilustre forjanense. E, para findar estes breves apontamentos, na comemoração do centenário do nascimento do sr. prof. Mário de Miranda Vilaverde, acrescente-se que casou a 12 de Outubro de 1936 com Júlia Martins Gomes dos Santos (n. a 24 de Março de 1914) e deste enlace nasceu, no lugar da Freiria, casa dos «Meiras», o filho Fernando, a 28 de Setembro de 1938, o qual, com 58 anos e devido a uma queda de cavalo junto da sua casa na freguesia de Curvos, veio a falecer a 13 de Dezembro de 1996.

Gil de Azevedo Abreu



**Casa Pereira**  
Tel. 253 871 719

**Drogas**  
**Ferragens**  
**Casa e Jardim**  
**Arvores de fruto**

Av. Margarida Queirós, 25  
4740-438 Forjães

**rioneiva**  
Escola de condução

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

**Escola de Condução**  
**Rio Neiva, Lda**

Av. 30 de Junho, 364  
4740-438 Forjães  
Tel. 253 877 770  
E-mail: geral@ec-rioneiva.pt

**SANILUZ**  
energias renováveis

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

Rua da Corujeira nº 470 / 4740-442 Forjães  
Tel./Fax: 253 877 135  
e-mail: saniluz@gmail.com

## Comunidade paroquial

### Cativar: a magia de uma relação

Há palavras e expressões que significam toda a magia que é necessária numa relação humana, em especial ente marido e esposa. Há uma que, de facto, encerra todos segredos que, ao longo do tempo, transformam em amor duradouro o que começou como simpatia, atracção física ou paixão à primeira vista: a palavra «cativar».

Um dos significados possíveis é «seduzir». Na Bíblia, temos o episódio de Jeremias que reclama com o Senhor, por quem se sente abandonado: «Seduziste-me, Senhor, e eu me deixei seduzir! Tu me dominaste e venceste» (20, 7). Mesmo neste caso, olhando as coisas nesta perspectiva, a tradução mais adequada seria «cativar» em vez de «seduzir».

O profeta deixou-se cativar por Deus, e foi criando com Ele laços de intimidade. Estes laços levaram-no a uma identificação total com Deus. Na relação entre duas pessoas é essencial a capacidade mútua de cativar, de criar laços de intimidade.

Estes laços sustentam a relação, mesmo nos momentos de aparente ruptura.

Jeremias sentia-se que aquela relação como Senhor tinha-lhe trazido grandes dissabores. Mas, depressa reconheceu: «A palavra do Senhor tornou-se para mim motivo de insultos e escárnios, dia após dia. A mim mesmo dizia: 'Não pensarei nele mais! Não falarei mais em seu nome!' Mas, no meu coração, a sua palavra era um fogo devorador, encerrado nos meus ossos. Esforçava-me por contê-lo, mas não podia» (20, 8-9).

Também no casamento, muitas vezes há uma sensação semelhante à de Jeremias: afinal dediquei-te toda a minha vida e que recebo em troca? Mas a magia do cativar vem ao de cima: como posso viver sem ti? Que seria da minha vida sem ti?

O segredo da harmonia do casal passa muito por este esforço de «cativar» e «deixar-se cativar». Escolhi-te e, por isso, sou responsável por ti. Cativaste-me. Agora nada na minha vida tem sentido sem ti.

O que é verdadeiramente importante na vida é o facto de me teres cativado,



de teres criado laços de vida comigo. Agora sou inseparáveis. É por esta razão que dia a dia sinto a necessidade de te cativar com todo o meu amor, com os gestos, com todas as palavras. E porque te cativei, és o que de mais importante existe para mim.

Antoine de Saint Exupéry, no «Príncipezinho», diz isto de forma admirável. O que tornava aquela flor tão especial para o príncipezinho era o facto de ser «a sua flor», a flor que o cativara, a quem dedicava cuidados tão especiais. Mas quando surpreendido com milhares de outras flores iguais à sua flor, esta não deixou de ser especial, única.

**António Jesus Cunha**  
«Voz Portucalense»

### Movimento Eclesiástico da Arquidiocese de Braga

O Diácono Rafael Poças, inicia o seu estágio pastoral em Vila Nova de Famalicão.

O chamamento de Cristo é acompanhado por um profundo discernimento pessoal e comunitário. Acontece na intimidade com Deus o assenta na Palavra, no diálogo fraterno com a Equipa Formadora e com a ajuda dos sacerdotes das paróquias.

A par do estudo académico, a iniciação pastoral é também momento formativo e de experiência crente no seio das comunidades. Aí se experimenta a alegria de servir no Reino do Senhor.

Depois da Ordenação Diaconal, inicia-se a experiência do envio, em obediência dialógica para comunidades que os acolham e orientem.

A Arquidiocese agradece aos párocos que generosamente aceitam esta colaboração e às comunidades que contribuíram e contribuem para este serviço.

Nesta caminhada para a Ordenação Sacerdotal, os Diáconos farão o seu estágio pastoral nas seguintes paróquias: Diácono António Rafael Moreira Poças, na unidade pastoral de S. Pedro de Esmeriz, S. Cristóvão de Cabeçudos e Santa Eulália de Palmeira, sob a orientação do Pe. Mário Chaves Rodrigues.

### A força do elogio



Sentimos a alegria quando conversamos com um casal idoso, mas que caminha na rua de mão dada, como jovens.

Um camponês, casado há cinquenta anos, disse com alegria: «Para mim, os casamentos são sociedades de admiração mútua. A mulher gosta de ser elogiada de tempos a tempos e eu também».

Os elogios transformam as banalidades de uma vida matrimonial em coisas agradáveis.

Se alguma coisa agrada no marido ou na esposa, não se pode demorar muito tempo a exprimi-la. «As palavras agradáveis são

como um favo de mel: doçura para a alma e saúde para o corpo» – lemos na Bíblia.

Infelizmente, o stress do dia a dia não permite valorizar atempadamente as qualidades do cônjuge.

O elogio pode comparar-se à luz do sol para a alma: sem ela não podemos crescer nem florescer.

Há uma característica que marca os casamentos duradouros: a vontade do marido ou da esposa de testemunharem mutuamente o elogio.

A oportunidade de elogiar também é importante. Deve ser oportuna: nem na hora nem muito tarde.

O efeito é maior quando se deixa passar algum tempo e depois se mostra que aquela bela atitude não foi esquecida.

A Bíblia Sagrada, no livro dos Provérbios, oferece-nos estas palavras repassadas de beleza referentes às palavras oportunas: «maças de ouro em bandeja de prata, assim são as palavras oportunas». Tonificam a união matrimonial e fazem-na mais feliz.

«Voz Portucalense»

#### Baptismos:

11/06 – Carolina Azevedo Walentek, filha de Hugo Duarte da Costa Azevedo e de Dorota Walentek.

19/06 – Matilde Martins Pimenta, filha de Fernando Alberto Correia Pimenta e de Maria do Carmo Martins Costa Pimenta.

10/07 – Tomás Martins Azevedo, filho de Anselmo Viana Azevedo e de Gilda Marisa Santos Martins Azevedo.

#### Óbitos:

12/07 – Fernando Jorge Rodrigues dos Santos, com 53 anos de idade, residente em Genève (Suíça).

#### Notícias Breves

- Dia dos avós, dia 26 de Julho, Eucaristia às 19h00.
- Convívio Paroquial, 7 de Agosto, Eucaristia às 11h15 na Capela de S. Roque.

### Bodas de Prata Matrimoniais

O casal, Luís Manuel Cruz da Cruz Fernandes e Maria de Lurdes Baltasar Boaventura Fernandes, celebraram com a família e amigos e em ambiente festivo no pretérito dia 12 de Julho, os 25 anos de vida matrimonial.

O matrimónio é um sacramento a dois, pois casar é assumir responsabilidades. Para a felicidade de um lar é fundamental um bom entendimento entre os dois. Mas é igualmente importante que os de fora resistam à tentação de levados por falso conceito que seria amizade, se meterem onde não são chamados.

Tornar feliz o outro, é uma das maiores responsabilidades.

Pela vida deste casal, demos graças a Deus pelo Amor vivido a dois e suplicámos por todos os casais para que suas vidas sejam, ofertório sempre renovado, no altar da generosidade. Parabéns!...

**Centenário CA**  
**PARECE QUE FOI ONTEM MAS JÁ PASSARAM 100 ANOS.**

**CA** | **100**  
Crédito Agrícola | Centenário 1911-2011  
Juntos somos mais.

**Centro Comercial**  
**Rosas**

**Aluga-se:**  
**lojas e armazéns com 250 m2**

Centro Comercial Duas Rosas - Av. Sta. Marinha, 90 - 4740-438 Forjães - Telefone 253 871 436

# Santa Marinha 2011



Foto Luís Pedro Ribeiro

## Hino de Santa Marinha

Santa Marinha dos trigais,  
Vides e campo verdejantes!...  
Canto mítico dos pardais,  
Ouvi a voz dos caminhantes!...

Passando romeiros a pé,  
A caminho da nossa igreja,  
Cumprindo promessas com fé  
E sob a tília que verdeja!...

Continua, Santa Marinha,  
De onde estás a velar por nós,  
Vê o romeiro que caminha,  
Ouve os nossos rogos e voz!...

Ó Santa Marinha bendita,  
Que nos encanta de alegria,  
Nesse dia, nessa magia,  
Não ser noite, é sempre dia!...

Ó Santa Marinha bendita,  
Protectora dos nossos campos,  
Feliz de quem tem essa dita  
Ou de quem saboreia encantos!...

Abençoa, da procissão,  
Milheirais verdes a acenarem,  
Vides erguidas com oração  
E romeiros para voltarem!...

# Andores floridos

Forjães engalanou-se para assistir a mais uma Festa em honra da nossa Padroeira - Santa Marinha. Mais uma vez, cumpriu-se a tradição e a procissão saiu à rua, já o relógio marcava quase as 19 horas. Apesar de o tempo nos ter pregado uma partida, a chuva não foi impedimento para as inúmeras pessoas que vieram assistir aos actos religiosos, que culminaram, como tem sido nos últimos anos, com o entoar do Hino de Santa Marinha.



*Santo António  
Comissão de Festas*



*Coração de Jesus  
Comissão de Festas*



*São Sebastião  
Aldeia/Boucinho*



*São Francisco  
Matinho*



*São Nuno  
Agrupamento de Escuteiros*



*São Bento  
Freiria*



*São José  
Corujeira*



*Santíssima Trindade  
Igreja - baixo*



*São Roque  
Cerqueiral*



*São Isidro  
Souto*



*Santa Marinha "velha"  
Comissão de Festas*



*Senhora de Fátima  
Promessa*



*Senhora de Lurdes  
Igreja - cima*



*Senhora das Dores  
Madorra*



*Senhora da Conceição  
Neiva*



*Senhora da Boa Sorte  
Ponte*



*Coração de Maria  
Promessa*



*Senhora das Graças  
Santa / Pedreira*



*Santa Bárbara  
Fogueteiros*



*Santa Maria Goreti  
Infia*



*Santa Teresinha  
Monte-Branco*



*Santa Luzia  
Pregais / Além-do-Ribeiro*

# Momentos...



**Lucenzo** actuou no dia 14 de Julho, quinta-feira. Depois do espectáculo de Nelo Ferreira, o luso-descendente cantou perante uma multidão estimada em 10 mil pessoas



«**Forjães - O Artista (des)conhecido**» foi o mote para a exposição patente na Junta de Freguesia de Forjães, durante a festa, que reuniu o trabalho de artesãos forjanenses



A **banda Platinum - Tributo ABBA** veio da Inglaterra para animar a noite de sexta-feira, dia 15 de Julho. Foi um bom leque de recordações, principalmente para as gerações de 70 e 80



No dia 17 de Julho, pelas 15h30, a Banda de Revelhe de Fafe e a Banda de Antas fizeram as tradicionais Entradas, encabeçadas pelos membros da Comissão de Festas



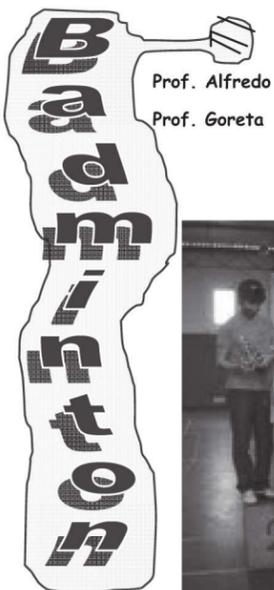
O **Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães** cumpriu a tradição de levar o andor de Santa Marinha «velha» na procissão, envergando os trajes de festa



A **procissão** saiu à rua debaixo de chuva, mas nem isso impediu dezenas de figurantes, adultos e crianças, de desfilarem neste acto de fé. Na foto, o quadro das irmãs de Sta. Marinha

# Boletim — Nascente Escolar

## Agrupamento de Escolas Terras do Baixo Neiva



Prof. Alfredo  
Prof. Goreta



Este ano, na modalidade de Badminton, competiu-se nos escalões de Infantis e Iniciados No escalão de Infantis apos uma primeira fase da competição CAE brilhante conseguiram apurar-se para o torneio distrital, que se realizou em Braga, os alunos Barbara Filipa, Helena Pereira, David Matos, Cristiano Caramalho, Jorge Enes, Nelson Salgueiro, Renato Martins e Tome Pereira, todos do 7ºC. Todos os alunos apresentaram excelente participação bastante salientando-se a classificação de primeiro lugar na competição Par Feminino das alunas Barbara e Helena. O professor Alfredo Azevedo congratulou-se por estes resultados obtidos pois eles atestam o bom nível técnico adquirido pelos alunos, esperando que, no próximo ano lectivo, em que estes alunos subirão ao escalão de iniciados, continuem a participar, de forma empenhada, para conseguirem os mesmos níveis de desempenho. Quanto ao escalão de Iniciados, este ano a competirem nas modalidades de Equipa e Individual conseguiram resultados brilhantes a todos os níveis. As raparigas, a jogarem no seu primeiro ano como iniciadas, conseguiram o apuramento individual através da Catarina Ribeiro(8ªA) e Cláudia Cruz(8ªA) e fizeram um torneio distrital muito interessante. Na competição, distrital, masculina, os nossos rapazes ganharam tudo que havia para ganhar coroando de forma brilhante um ciclo de quatro anos

de trabalho, a saber 1º Class. por equipas( Miguel Perdigão, Hugo Cruz, Rui Rodrigues, João Sousa, todos do 9ºB e Ricardo Sá do 8ªA) e 1º (Miguel Perdigão) e 2ºClass ( João Sousa) na competição individual. No final do 3º período realizou-se, na nossa escola o Torneio de badminton. O torneio jogou-se em sistema Alemão com eliminação à segunda derrota, e teve a participação de 48 (32M e 16F) alunos Infantis e 48 (32M e 16F) alunos Iniciados. A prova teve a duração de cinco horas e decorreu num ambiente de grande animação. Vencedores, finalistas, em cada escalão:



Infantil Feminino- 1ºClass. Helena Pereira(7ºC); 2ºClass. Bárbara Marques(7ºC); Infantil Masculino- 1ºClass. Renato Martins(7ºC); 2ºClass. Cristiano Caramalho(7ºC);

Iniciados Feminino- 1ºClass. Catarina Ribeiro(8ªA); 2ºClass. Sara Torres(9ªA); Iniciados Masculino- 1ºClass. Miguel Perdigão(9ºB); 2ºClass. Rui Rodrigues(9ºB).

Parabéns a todos os alunos pela sua participação, fair-play e colaboração dada na realização deste evento. Para o ano haverá mais...

# DESPORTO ESCOLAR

# 2010/2011



... razão para crescer

GRUPOS EQUIPA: Voleibol Fem. /Orientação Vários Misto / Badminton Inf. e Inic. Misto PROFESSORES RESPONSÁVEIS: Armando Lopes, Anabela Freitas, Alfredo Azevedo e Goreta Sá

**UM PASSADO... SAUDÁVEL**

**UM FUTURO... PROMISSOR!**

## ORIENTAÇÃO

Uma modalidade para todas as idades.  
Pratica ORIENTAÇÃO... Não fiques parado!  
Prof. Anabela Freitas

As imagens falam por si... Ficam as amizades, os bons momentos de aventura, o trabalho de grupo, a partilha e claro a aprendizagem e a formação pessoal. Vamos esperar por mais!

**MELHOR SPRINT INIC.**  
Miguel Laranjeira 8ºC

**Equipa Infantil Masculina**  
2º Classificados Regional Norte



**MELHOR SPRINT INF.**  
Diana Vale 5ºC

**PRÉMIO EMPENHO**  
Ricardo Moreira 6ºC

**PRÉMIO REVELAÇÃO**  
Alexandre Resende 7ºB



**BOAS FÉRIAS**  
"Melhor Equipa do Mundo e Arredores" !!

**ÚLTIMO TREINO**  
UAUH!!



## Local

## Junta de Freguesia

## Obras na freguesia



Estiveram entre nós, na passada segunda-feira, dia 18 de Julho, técnicos na Universidade do Minho, para fazer um levantamento exaustivo dos problemas existentes na ponte do Fulão.

A equipa orientada e sob a supervisão do Eng. Luís Ramos, diagnosticou ao pormenor toda a estrutura da ponte. Chegando a utilizar um «radar» para fazer o raio-X, às pedras e estrutura do arco da ponte.

Para breve teremos uma solução, estando a Câmara Municipal de Esposende empenhada numa rápida resolução deste problema.

Continuam a decorrer as obras na Rua Pe. Gomes dos Santos e na Travessa da Seara para resolução de problemas relacionados com as águas pluviais que afectam os moradores daquela artéria.

No final para além do problema da drenagem de águas resolvido iremos ter a parte restante da rua com novo piso.

Entretanto a rua será alargada junto à Travessa da Seara devido à cedência de uma parcela de terreno por parte de um particular, a quem, desde já, a junta de freguesia agradece.

Continuam os funcionários desta junta de freguesia a proceder à limpeza das ruas de Forjães, com principal incidência junto às zonas do Rio Neiva (Zé do Rio, Vau, Morena, Guincho e Calça).

## «O Artista (des)conhecido»

Organizou a Junta de Freguesia, entre os dias 15 e 24 de Julho, uma exposição

intitulada: «Forjães - O Artista (des)Conhecido».

Com o objectivo de promover o que de bom se faz a nível cultural na nossa terra e dar a conhecer aqueles forjanenses, com quem nos cruzamos diariamente, e não conhecemos a obra e aquilo de que são capazes de produzir as suas mãos hábeis. Foi uma grande surpresa para a maioria dos visitantes.

Durante o período das festas de Santa Marinha a exposição, que esteve aberta entre as 14 horas e as 24 horas, foi visitada por mais de 1.600 pessoas. Só no Domingo, dia 17 de Julho, foram registados 786 visitantes.

Aqui fica o registo diário de visitas:

Dia 15 - 300 (dia de abertura)

Dia 16 - 291

Dia 17 - 786

Dia 18 - 242

A junta de freguesia aproveita para agradecer aos artistas presentes: Cândida Cruz, Dario Felix, Gabriela Torres, Graça Paz, Madalena Veiga e Rosa Neiva.

No próximo ano teremos a segunda edição, aberta também a novos artistas (des)conhecidos.



Forjães recebeu, no passado Domingo, dia 24 de Julho, a visita do «Clube Oval Azul». Um clube que tem por objectivo preservar automóveis antigos e clássicos da marca Ford, sendo o único clube português do género.

Foram 35 automóveis e mais de 100 pessoas, que após o almoço e visita à Quinta de Curvos, ficaram maravilhados com o Centro Cultural e os painéis de azulejo aqui existentes. Antes tiveram oportunidade de visitar o centro religioso (igreja matriz, escadório, capela Sr. dos Passos, imagem Pe. Justino, jardins do adro) e a Av. Sta. Mari-  
nha.

No final, e antes da troca de lembranças, para registar o encontro, usaram da palavra Arq. Carvalho Couto, forjanense de adopção e presidente da Assembleia Geral do Clube Oval Azul, para agradecer a amabilidade com que foram recebidos e o Presidente da Junta de Freguesia, José Henrique Brito, para dar as boas vindas.

## Fenómeno no Monte-Branco

Forjães têm sido e é terra de talentos. Mas por vezes surgem-nos outros «talentos» naturais. Algumas excepções que são dignas de figurar num livro de recordes. Pelo menos da região.

Estes fenómenos vão surgindo de quando em vez e o «O Forjanense» tem procurado registá-las.

Agora, foi no lugar do Monte Branco, em terreno do sr. José Manuel Ramos, que virou produtor, sem querer diga-se, de girassóis.

Neste caso um girassol com mais de 3,5 metros de altura e a flor com 49cm de diâmetro! E ainda está em crescimento...

Segundo o «produtor» a flor terá nascido por acaso. Terá caído à terra em vez de alimentar as aves exóticas que alimentava.



## Lar de Santo António

## Há Festa no Lar



No passado dia 02 de Julho de 2011, a utente da Fundação Lar de Santo António, D. Deolinda Gonçalves de Sá, completou 100 anos.

Esta senhora, natural de Forjães, é, mais concretamente, da família dos Cerqueiras. Contudo, desde muito nova que residia na freguesia de Castelo do Neiva.

Deu entrada na Instituição em Fevereiro do ano de 2003. Desde sempre demonstrou uma personalidade forte e uma saúde de ferro. As suas caminhadas pela freguesia de Forjães eram regulares e só deixou de as fazer quando a sua idade se tornou mais avançada, afectando a sua saúde. Mesmo assim, com pouca saúde, conseguiu festejar o centésimo aniversário de vida junto dos utentes do lar, acompanhados pela família.

Nos tempos que correm, apesar da esperança de vida ter aumentado, é raro assistirmos ao festejo de 100 anos de vida. Desta forma o Lar celebrou, assim como faz para todos os outros utentes, com alegria e de uma forma especial este acontecimento.

Lembro-me perfeitamente que quando a D. Deolinda entrou na Instituição com 92 anos todos diziam: «Ainda vai chegar aos 100» ao que ela respondia: «Não sei se chego até amanhã, quanto mais aos 100». Mas chegou! Sem noção da festa que lhe fizeram e porquê ... mas abraçou uma idade bonita que jamais será esquecida.

Patrícia Dias

**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  
Tel. 253 872 264 / Tlm. 964 157 669

**IDEAL PNEUS**

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

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

# Página do leitor

## «Nostalgia»

### A pena e o tinteiro

I  
Uma pena presumida  
De escrever grandes sentenças,  
Falava das suas obras  
Tão sublimes como extensas.

II  
«Sem mim, disse ela ao tinteiro,  
Pouca figura farias:  
Cheio de um licor imundo,  
Sem mim, triste, que serias?»

III  
O tinteiro infuriado,  
Vasou logo a tinta fora,  
E voltou-se para a pena,  
Dizendo-lhe: «Escreve agora!»

IV  
Assim responde aos ingratos,  
Muitas vezes a razão:  
Muita gente há como a pena,  
Como o tinteiro, outros são.

Por Torres Jaques

Do Livro de Leitura da 4ª Classe,  
Edição de 1957

### Histórias verdadeiras Você sabia?

Que a estrela que se desloca mais rapidamente no nosso céu nocturno, é a estrela de Banard?

Invisível a olho nu, ela atravessa o céu em cento e oitenta anos e, o seu diâmetro é igual ao mesmo que o da lua cheia.

No ano 11800, ela ultrapassará o sol a uma distância de 3,85 anos-luz – portanto, mais perto que a estrela Próxima do Centauro que é actualmente a mais próxima.

Tradução de Torres Jaques

### As «directas» do Torres

Ó Zé! Já estamos a chegar à  
Azenha da Morena!...

Escuta aí ó Chico; Vê lá se  
guias com cuidado, porque eu  
não vejo nada para a frente!...



«As férias são cada vez mais difíceis por falta de dinheiro»

### A crise

Esta crise é difícil de ultrapassar,  
Agora o trabalho do homem é efémero,  
É pouco em quantidade e em género  
E esvai-se como a espuma do mar;

Fomos vivendo na doce esperança,  
De sustentar a família decentemente,  
A dificuldade agora, mais se sente  
No agregado familiar, nesta mudança;

Promessas de trabalho contínuo e seguro  
Deu esperança de melhorar o futuro  
A todos, mas aos poucos desvanecendo;

Esta crise geral, é um tormento  
Sem segurança na laboração no momento,  
Já sem esperança, tristemente vivendo!...

Aristides de Amorim Dias

### Homenagem ao bombeiro

Florestas verdejantes  
Faz cobiça a muita gente,  
Em fogos esses tratantes  
Matam-nas avultadamente

Espectáculo muda a cor  
De seu verde a vermelhão,  
Labaredas em rubor  
Transformado em clarão.

Surgem os “Homens da Paz”  
Sempre prontos a servir,  
Tanto esforço que se faz  
E as chamas sempre a subir.

Há momentos destroçantes  
De o fogo não combater,  
Fio de vida que em instantes  
Corre o risco de o perder.

Respeitem mais esses Homens  
Que lutam por todos nós,  
Bombeiros que nunca fogem  
Do perigo mais atroz.

Bem hajam, que tanto fazem  
Sem ninguém saber quem são,  
Sempre que para o fogo partem  
Nunca sabem se virão...

Regina Corrêa de Lacerda

## Editorial

Julho, mês assim chamado por homenagem a Júlio César é, para nós forjanenses, nascidos ou criados, mês de festa maior. Santa Marinha, a nossa padroeira, continua a perdurar na tradição pagã e cristã. Ainda continuamos a pedir campos verdejantes e abundantes para manter gentes e animais. E esta semelhança que nos une creio que perdurará. São estes pequenos/grandes acontecimentos que nos fazem abstrair da realidade dura que temos vivido. E ainda que este ano a festa tenha sido molhada, não deixamos de comparecer e viver esta ocasião, para nós única no ano. E como as imagens valem mais do que mil palavras, O FORJANENSE decidiu fazer um suplemento especial e destacável com as recordações mais vivas da festa deste ano (págs. 9-12).

Forjães é, cada vez mais, um marco da cultura local. No início deste mês concretizou-se mais uma edição dos Encontros Literários e das Jornadas Culturais. E o público aderiu. Como me disse Inês Pedrosa, convidada de honra no evento Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo, «as pessoas estão sequiosas de cultura e, por isso, respondem muito bem a este tipo de eventos». A verdade é que a cultura não ocupa lugar, e, como dizia um amigo meu, torna-nos mais pessoas. É possível, nesta edição, ficar a conhecer um pouco mais a mulher e a escritora Inês Pedrosa, numa entrevista (págs. 3 e 4), que poderá ler na íntegra no site da ACARF (www.acarf.pt).

E sendo esta a edição de dois meses – Julho e Agosto –, marcadamente de férias para muitos, incluindo a ACARF e O FORJANENSE, deixo aqui os meus votos de umas boas férias, pautadas pelo descanso e pelo lazer. Despeço-me até Setembro, desejando que o novo ano lectivo (passagem que, para uma grande parte das pessoas, gere mais as nossas vidas, do que propriamente a passagem para um novo ano) traga melhores e renovadas perspectivas.



Susana Costa

### Palavras Cruzadas (soluções)

#### Horizontais

1º trato; manta = 2º r; labrego; x = 3º ia; prosa; si = 4º aro; ama; fel = 5º sala; a; lema = 6º bananeira = 7º bóia; e; sina = 8º eta; tse; rãs = 9º de; pacto; li = 10º e; Toronto; l = 11º mirra; aorta =

#### Verticais

1º trias; bedem = 2º r; arabote; i = 3º al; olaia; tr = 4º tap; Ana; por = 5º obra; a; tara = 6º romanesco = 7º mesa; e; Etna = 8º aga; lis; oto = 9º no; ferir; or = 10º t; semanal; t = 11º axila; asila =

### 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: acarf1@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), Fernando Neiva (FSC), Paula Cruz, Sílvia Cruz Silva, Alfredo Moreira e José Salvador Ribeiro.

Colaboradores permanentes: Armando Couto Pereira, Patrícia Dias (Fundação Lar de Santo António), Junta de Freguesia de Forjães, Pe. Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques (França), Maria Mota, Olímpia Pinheiro, Fernando Neiva, Paulo Lima e Miguel Morais (EBI Forjães), Rafael Poças, Regina Corrêa de Lacerda (Lisboa), José Salvador Ribeiro, Marina Aguiar, Vânia Aidé, Felicidade Vale, Ricardo Moreira, Pe. José Ferreira Ledo, Rui Abreu e educadoras da ACARF.

REDACÇÃO: Anabela Moreira, Andreia Moura Silva, 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.

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

Os artigos de opinião são da exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal O FORJANENSE. O jornal não assume o compromisso de publicar as cartas ou textos recebidos, reservando-se o direito de divulgar apenas excertos.

## ACARF

## Dia do Campo

Para simbolizar o final de mais um ano lectivo, a ACARF reuniu crianças, idosos, familiares e funcionários. O encontro foi no Neiva Parque Lazer e Aventura, no Domingo dia 24 de Julho.

Depois de um almoço convívio entre todos, as diferentes respostas sociais da ACARF apresentaram pequenos espectáculos, que iam das danças aos cantares. O ponto alto deste dia foi marcado pela entrega de diplomas, capa, cartola e bengala aos finalistas - meninas e meninos que no próximo ano lectivo frequentarão o Jardim-de-Infância.

A tarde, marcada pelo calor intenso, foi rica em actividades para miúdos e graúdos naquele espaço de diversão. O slide e o arvorismo foram as actividades mais requisitadas pelos mais crescidos e os insufláveis e os carrinhos para os mais pequenos. As educadoras desfilaram pelo recinto com fatos representativos de cada sala da creche, elaborados no contexto da formação «Acompanhamento de Crianças - Técnicas de Animação».

A ACARF agradece a disponibilidade do espaço e a todos que estiveram presentes.



## Open de Ténis de Verão

A edição deste ano do ACARF OPEN THERMITOP - VERÃO 2011 contou com um total de 50 participantes, nos escalões sub-16, seniores masculino e seniores feminino.

O evento, que decorreu entre os dias 11 e 25 de Julho, no court de ténis do Forjães Sport Clube, consagrou o jovem Bernardo Pires (na foto), de Braga, como jogador revelação.

No escalão de sub-16, Miguel Perdigão, de Forjães, obteve o 1º lugar, tendo o marinhense Tomás Barbosa ficado em 2º lugar na tabela classificativa.

Ana Teixeira, da Amorosa, e Vânia Mendanha, de Forjães, foram, respectivamente, 1º e 2º lugar no escalão seniores feminino.

Já João Carvalho, de Vila do Conde, conquistou o 1º lugar no escalão seniores masculino, seguido de Tiago Pinto, de Viana do Castelo.

De salientar que este torneio se destacou dos anteriores ao abarcar jogadores de Forjães, Fimalicão, Vila do Conde, Barcelos, Braga, Porto, Viana do Castelo e Amorosa. No final, todos foram consensuais nos elogios à organização desta competição.



A organização do ACARF OPEN THERMITOP - VERÃO 2011 não quer deixar de agradecer à Thermitop, enquanto patrocinador oficial do evento, à Câmara Municipal de Esposende e à Rádio Esposende pela divulgação e à Junta de Freguesia de Forjães e ao Forjães Sport Clube pelo apoio dado.

Carlos Lages

## Pagamento d'O FORJANENSE

Como vem sendo hábito, durante o mês de Agosto, o Sr. Eduardo Pinheiro irá percorrer a freguesia, para a cobrança das anuidades de O FORJANENSE e as quotas de sócios da ACARF.

Quem preferir, pode dirigir-se à ACARF, que terá disponíveis alguns horários na época de férias. Horário esses que brevemente estarão afixados na sede da mesma.

Obrigada pela colaboração!

## Intercâmbio em Salónica - Grécia

Nos passados dias 28, 29, 30 de Junho, 1 e 2 de Julho a ACARF participou em mais um Intercâmbio Juvenil, multi-lateral, ao abrigo do programa de mobilidade europeia *Youth In Action*. O intercâmbio realizou-se em Salónica, aquela que é a segunda maior cidade da Grécia. Para além dos portugueses e dos anfitriões gregos, contou-se com a participação de mais quatro países, sendo eles Bulgária, Chipre, Roménia e Espanha, reunindo um total de 30 jovens provenientes de realidades europeias diferentes promovendo, assim, a partilha

de valores, costumes, histórias e tradições.

O tema do intercâmbio foi «A Visão dos Jovens» e, com a jovialidade típica dos próprios, abordaram-se os mais diversos assuntos, reflectindo-se as ansiedades, inquietações, desejos e as perspectivas dos jovens para a actual e futura União Europeia, no que diz respeito ao panorama de políticas juvenis.

Um dos momentos mais marcantes do intercâmbio foi o jantar tradicional de cada país onde foi possível provar aquelas que são as iguarias mais apreciadas pelas

gentes de cada terra. Houve, também, tempo para apreciar o rico património arquitectónico grego, e também de propiciaram formidáveis momentos de lazer e animação.

É imperativo, portanto, que não se deixem cair em desuso estas actividades, assim como as políticas europeias que as potenciam e credibilizam. São inúmeras as vantagens, para os jovens e respectivos futuros, em manter con-



tactos além da fronteira porque é aí que reside a interacção no seio da pluralidade de culturas, nesta cada vez maior aldeia global.

António Abreu

**Deco-Int**  
Decorações Interiores

Cortinados | Estores Interiores e Exteriores | Tapeçarias  
Mobiliário | Luminário (Trabalhos Personalizados e por medida)  
Av. Marcelino Queirós, 130/140 - Forjães - Esposende  
Tel/fax: 253 877 814 | Tlm: 918 332 917 | decoint-adiliaabreu@sapo.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 eq.: Loja nº1  
Forjães - Esposende Telefone: 253877159

## Desporto ■ Notícias FSC

Fernando Neiva

### Comissão Administrativa vai continuar a gerir os destinos do clube!

Depois de várias rondas eleitorais a Comissão Administrativa decidiu manter-se em funções.

A maioria dos elementos vai continuar e a estes vão juntar-se alguns reforços para a equipa directiva que oportunamente divulgaremos.

Apela-se à colaboração de todos, mesmo em tempo de crise, pois um bocadinho qualquer pessoa pode sempre dar.

O sonho e a luta vão continuar, pelo relvado, apesar de muitos estarem já descrentes com a demora, facto que divorcia ainda mais as pessoas do clube. Lutaremos para que seja feita justiça

à nossa terra, pois em aspecto algum e muito menos no desportivo somos menos merecedores que outras terras do nosso concelho. Sem ofensa para ninguém, mas sentimo-nos os parentes pobres do concelho de Esposende, neste aspecto.

Não perdemos a esperança, continuaremos a lutar, mas as forças começam a escassear perante tantos, difíceis e morosos cenários.

Sem dúvida que contamos com o apoio da Câmara Municipal, sendo que, temos o processo encaminhado, mas sentimo-nos algo desanimados, pois o tempo

vai passando e para já as concretizações são poucas e de execução muito difícil. Mantemos a esperança e a confiança em quem nos pode e prometeu ajudar, mas precisamos de algum alento para acreditarmos que podemos realizar um sonho, uma necessidade com vários anos.

Diga-se que em caso de manutenção na Divisão de Honra, na próxima época 2012-2013, o Forjães Sport Clube terá que jogar em campo relvado. Por outro lado o número de jovens raparigas e rapazes que frequentam o clube já justificam o investimento no tapete.

### Futebol Jovem

Ao nível do futebol de formação, pretende-se apresentar um quadro de equipas federadas na AF Braga ainda mais alargado que na época passada. Ou seja, Juniores, Juvenis, Iniciados, Infantis, Escolinhas e Sub-18 Feminino serão as equipas a filiar. Os treinos irão começar no início de Setembro, pelo que os interessados poderão inscrever-se junto da coordenação de futebol jovem (Luís Cruz).

Centro de Formação FF manterá sob a sua coordenação os jovens com 12 anos ou idades inferiores, estando também prevista a participação nos Campeonatos Concelhios e outros Torneios.

### «O Presente da Vaca»

No final de Agosto, por altura da Festa de S. Roque o Forjães Sport Clube, vai realizar novamente o Presente da Vaca. Cada quadrado irá custar uma pequena ajuda simbólica. Portanto, é só escolher o quadrado e esperar que a vaca nos coloque o presente no sítio certo.

### Futebol de Salão

Arrancou o Torneio de futebol de salão - Verão 2011, no já muito velhinho ringue, com uma dúzia de equipas seniores masculinos, quatro femininas e algumas de infantis. Os jogos terão início às 21 horas e realizar-se-ão praticamente todos os dias. A entrada custa apenas um euro como ajuda simbólica para o Forjães SC. Também como as noites estão quentes o bar irá funcionar para que ninguém passe sede ou fome. Não falte! Ajude o FSC com a sua presença.

### Histórias e memórias de um Forjanense

#### «Do campo de S. Roque ao Estádio Horácio de Queirós»

Tal como anunciado na última edição de O FORJANENSE, Fernando Fonseca vai editar um livro que retrata as suas histórias e memórias vividas em Forjães desde a sua infância até aos anos setenta. A obra irá ser apresentada no próximo dia 20 de Agosto, ao final da tarde, no auditório do Centro Cultural. O livro conta histórias e episódios muito engraçados vividos em redor do futebol, e não só, nas décadas de 50 e 60. A memória do autor é muito viva, conseguindo este, descrever momentos muito elucidativos e divertidos, nos quais participaram pessoas nossas amigas, conhecidas ou mesmo familiares nossos. O reportório é abrangente e escrito de forma acessível a todas as idades e culturas, permitindo aos mais novos perceber o tempo dos nossos pais e avós e aos mais velhos relembrar histórias e momentos nos quais participaram ou presenciaram. Fernando Fonseca,

consegue, nesta obra, abranger um universo muito grande de forjanenses, ao mesmo tempo falamos dos relatos de futebol e hóquei ouvidos religiosamente nas tardes de domingo, do Santuário de futebol de S. Roque, do empenho do Sr. Horácio Queirós, dos tempos da FNAT e muito mais. Ao longo da história relata brincadeiras e partidas que deixam «água na boca» e sorrisos profundos, vividas ao tempo, contadas com um saudosismo marcante, direi mesmo contagiante na forma emotiva como são descritos. Se quiser conhecer de forma pormenorizada todo o desenvolvimento desta bela obra, dedicada ao Futebol em Forjães e aos forjanenses em geral, basta adquirir um exemplar. Relembre-se que num gesto de grande amizade, o autor, ajudado pelo amigo Serafim Torres, atribuirá toda a receita da venda do livro ao Forjães Sport Clube.

### Seniores - Divisão de Honra

A equipa sénior vai continuar a ser orientada pelo treinador Zé Miguel e pelos adjuntos Luís Cruz e Pedro Miguel. O plantel está em fase de construção, sob fortes medidas de contenção orçamental, mas procurando que o mesmo tenha a qualidade necessária para uma participação digna no cam-

peonato da Divisão de Honra. Da época anterior transitam cerca de uma dúzia de atletas, os juniores Runa, Sérgio, Tiago e Júlio vão integrar o plantel, ao qual deverão ainda chegar cinco ou seis elementos novos. O grande objectivo passa por fazer uma representação muito digna do Forjães SC.

### Campanha «Eu Ajudo!»

À semelhança da época passada o Forjães SC vai levar a cabo a campanha «Eu ajudo!», cada cartãozinho de ajuda vale 5 Euros. Em Setembro será sorteado um computador portátil entre todos aqueles que queiram ter a boa vontade de ajudar o Forjães Sport Clube.

### Juniores do FSC subiram à 1ª Divisão

Ficou recentemente concluído o processo de inquérito disciplinar de que as equipas de Juniores do Forjães SC e da UD Vila-Chã foram alvo, respeitante ao jogo da última jornada do respectivo campeonato. O qual, o árbitro decidiu terminar aos 22 minutos da 2ª parte, sem razões que o justificassem. O Forjães SC foi a única equipa a apresentar defesa e provou inequivocamente que o árbitro agiu de forma injusta e errada. Os dois clubes foram ilibados, o Vila-Chã por arrastamento, tendo sido homologado o resultado que se veri-

ficava na altura (1-0).

Desta forma os Juniores vêm confirmada a justa subida de divisão e o clube ficou ilibado de qualquer responsabilidades na decisão errada do trio de arbitragem. Refira-se que esta foi a segunda contestação do clube perante o Conselho de Disciplina da AF Braga, pois já em Dezembro tinha recorrido de um castigo a um dirigente (Seniores), tendo em ambos os casos demonstrado razão e provando que por vezes os árbitros abusam das decisões e daquilo que escrevem nos relatórios.

### Festa ao emigrante

Nos próximos dias 13,14, 15 de Agosto o Forjães vai levar a cabo um fim de semana de Festa, dedicada em especial a todos os emigrantes. A mesma terá a animação possível para todas as idades e não faltarão os tradicionais comes e bebes. O programa será oportunamente divulgado, mas o FSC fica desde já a contar com a sua presença.

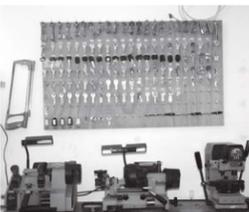
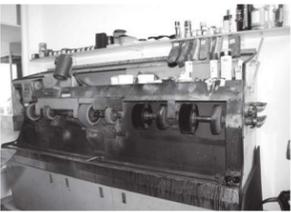


## Super Rápido Vieira

Consertos de calçado



**Consertos em todo o tipo de calçado:** homem, senhora e criança  
**Aplicações:** fechos de botas, sacos, blusões, etc  
**Vende-se:** produtos para calçado, todo o tipo de canhões e fechaduras para portas  
**Fazemos:** todo o tipo de chaves e **pintamos:** casacos em couro


Centro Comercial Duas Rosas - Av. Sta Marinha, 90, Loja 7 - 4740-438 Forjães  
Tlm. 927 010 289 - email. horaciovieira1960@hotmail.com



# PSA

Padaria e Pastelaria Sá

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

## Opinião



Pe. Luís Baeta

## Até que a morte os separe...

A família é a instituição mais antiga da humanidade. Ela alicerçou relações, sentimentos, laços profundos. A família é o porto seguro das crianças, o refúgio dos jovens, o espaço dos adultos, a segurança dos mais velhos. Mas a família tem um início: «Não lestes que o Criador, desde o princípio, fê-los homem e mulher, e disse: 'Por isso, o homem deixará o pai e a mãe e se unirá à sua mulher, e serão os dois um só'? [...] Pois bem, não separe o Homem o que Deus uniu.» (Mt 19, 4-6). São as palavras de Jesus

acerca do matrimónio. E é desta realidade que hoje nos propomos falar.

Reconhecemos que a crise actual é sobretudo de valores. Não apenas cristãos mas, em geral, humanos. E um dos valores que, ao longo dos tempos, mais tem sido afectado é precisamente o da constância. Talvez confiança, fidelidade, capacidade de permanecer, de ultrapassar problemas.

No processo de casamento católico, os noivos assinam um documento em que se comprometem a viver o matrimónio como «íntima comunidade de vida e de amor», a manter-se sempre fiéis ao outro, a fazer os possíveis para que o seu casamento não desmone. Talvez esta assinatura, que se faz com tanta insignificância, seja mais importante que aquelas

tão solenizadas após o casamento. No entanto, até o próprio dia do matrimónio foi completamente adulterado, absolutizado de tal forma que perdeu o seu verdadeiro valor e sentido. Os noivos preparam o seu casamento como se fosse o único dia importante das suas vidas. Muitas vezes tudo é tão bem preparado que se complica demasiado o seu caminho. E enquanto escolhem a quinta, a ementa, as roupas, os convites e os convidados, o carro que os vai transportar e as flores que vão escolher, a casa para habitar e local para a lua-de-mel, esquecem-se verdadeiramente um do outro. Concentram toda a sua atenção num dia que passará tão rápido como qualquer outro e ignoram, muitas vezes, que a vida real será depois daquele dia. Duvido que a

preocupação com que tudo corra bem permita aos noivos serem realmente felizes naquele que dizem ser o seu dia. Curioso é que, quando os casamentos eram menos solenizados, quando se celebravam na missa das sete da manhã durante a semana, era também quando eles duravam mais tempo, senão para toda a vida. Hoje, em que os noivos se empenham em preparar tão bem o dia do matrimónio, é quando dura menos tempo e se dispõem a dar-lhe um fim com tão poucos motivos.

Talvez o fracasso de muitos casamentos se deva ao facto de não se compreender o que realmente se faz nesse dia. É que, mais do que criar uma grande festa em que todos se divirtam, os noivos estão a fazer um compromisso, a dar a sua palavra e jurar fidelidade na

alegria e na tristeza, na saúde e na doença todos os dias das suas vidas, sejam eles como forem. Como disse o Padre jesuíta Carlos Carneiro, os noivos não podem esquecer-se que aquele não é apenas o dia do casamento mas o primeiro dia do seu casamento. Dali em diante vão continuar a casar-se nas mais diversas situações das suas vidas. Devem ter a consciência de que se esquecerão de si próprios para pensarem no outro. E mais nada nem ninguém os deverá separar, nem os próprios filhos que, muitas vezes, requerem a atenção apenas para si. Tudo deve ser diálogo pacífico. De cada vez que se casam, em cada dia das suas vidas devem esquecer os problemas para pensarem na felicidade que é ser família alicerçada no Corpo de Cristo.



Rui Filipe Abreu

## Direitos ou deveres?

A nossa sociedade cresceu e evoluiu ao longo dos anos e os «Deveres» em grande parte dos casos passaram a «Direitos».

Ainda me recordo do tempo em que era um «Dever» a limpeza da rua em frente à sua propriedade, os espaços públicos eram ajardinados e mantidos pelos moradores do lugar. Hoje as pessoas julgam que é um «Direito» e obrigação da Junta de Freguesia ou Autarquia efectuar estes trabalhos. Como é possível em 20 anos as mudanças comportamentais serem radicalmente opostas?!

Quem não se recorda de ir para a escola a chover por cami-

nhos em lama onde chegávamos com os pés encharcados, secávamos os sapatos durante a aula nos pés, na hora do almoço ficávamos novamente todos molhados, pois não tínhamos refeitório na escola e tínhamos de almoçar em casa. Repetindo o trajecto novamente no período da tarde.

Nos tempos que correm, as carrinhas ou os autocarros apanham os meninos e meninas fora da porta dos pais e ainda têm de esperar porque estão atrasados. Não se pode dizer nada aos pais pois ficam irritados achando que é um dever dos funcionários que fazem o transporte esperar, pois se pagam, tem o direito de ...!

Tudo serve de pretexto para reivindicar mais um direito, em alguns casos pagam um valor que não dá para nada e quando se trata de pessoas necessitadas o transporte é gratuito. Será que já para-

ram para pensar e fazer uma simples conta de somar, para verificar se o dinheiro que paga é suficiente para cobrir todas as despesas?

Isto para não falar dos pais que todos os dias levam os filhinhos à escola, estacionam em frente ao portão, isto porque não podem entrar com o carro pela escola dentro e ainda buzina e reclamam quando tem de esperar que a confusão de trânsito, que eles próprios provocaram, acalme.

Com esta mentalidade qual é o estado que aguenta?!

Se recuarmos mais umas centenas de anos, quando se pretendia fazer uma grande obra, nomeadamente as igrejas nas aldeias, as pessoas juntavam-se para fazer o trabalho voluntariamente e faziam escalas de serviço. Era um dever de qualquer cidadão.

Se solicitarmos a alguém nos dias de hoje, para trabalhar volun-

tariamente, poucos são os que se oferecem.

Mas estar a ganhar por «dois carrinhos», ou seja, receber o fundo de desemprego ou rendimento mínimo e «trabalhar ao negro», não falta quem!

Também temos as pessoas que estão à frente de instituições voluntariamente, desprendidas de qualquer ganho monetário, muitas vezes com perda de rendimentos próprios e onde a família fica em segundo plano para servir os outros. Mas o oposto também acontece - os que nada fazem pela sociedade e em prol do voluntariado, sendo estes «chicos-espertos» que criticam e mais usufruem do trabalho dos voluntários.

Muitas vezes esquecendo-se de ajudar com soluções que beneficiam todos e não os interesses pessoais. O egocentrismo é cada vez maior e há uma grande difi-

culdade de viver em sociedade.

Recentemente assisti à indignação de um jovem norte-americano que ficou chocado quando viu uma pessoa a copiar um DVD e acrescentou que no país dele dava coima e em determinados casos podia até apanhar cadeia. Para ele havia um dever que era denunciar e não aceitar este «Roubo».

Uma grande parte dos portugueses é perito em esquemas manhosos, pois tudo o que tem é copiado ou foi «sacado da net».

Neste momento temos uma grande confusão entre os direitos e os deveres, ou melhor dizendo só existem direitos porque os deveres são sempre para os outros.

Este é um espelho de uma sociedade que não quer ver a realidade e está a deseducar os seus filhos de princípios e valores que são cada vez mais escassos na nossa sociedade.

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

**Embalagens e outros artigos de Cartão Canelado em qualquer modelo com ou sem impressão**

L. Pinheiro - Rio Côvo - Stª Eugénia  
Tel. 253 83 00 00 / 253 83 24 51 Fax. 253 82 12 30  
Apartado 430 4754-909 Barcelos  
www.cartonagemsbraz.com / email.csbraz@mail.telepac.pt

**Flor do Campo**  
Florista

Av. 30 de Junho, 110  
4740-438 Forjães  
Tlm. 965 875 169  
Salomé Viana

**Zé dos Leitões**  
Forjães - Espoende

Av. Marcelino Queirós, 130/140  
Loja 14 - 4740-438 Forjães  
Tel. 253 876 074 - Tlm. 965 166 956

**Ponte Neiva**  
Neiva - Viana do Castelo

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

# Culinária ■ Viver ■ Passatempos

## Ementas da casa

Maria Mota e Olímpia Pinheiro



Depois de uns dias frios, fora de época, o calor voltou em cheio. Apetece-nos comidas leves e frescas, a lembrar pequenos petiscos. Podemos até levar o farnel e fazer um piquenique, na praia ou no campo. Além do mais, é a altura em que mais nos preocupamos em mostrar o corpo, e, por isso, não convém comidas pesadas que nos deixem cheios e sem sequer poder ir à água refrescar.

As sugestões deste mês, são, por isso, à base de mariscos, muito apetecíveis nesta época do ano, e simples de fazer, para que não perca muito tempo.

### Sapateira recheada

1 sapateira grande; 2 folhas de louro; 1 cebola; 2 dentes de alho; sal; pimenta; 50g de miolo de pão fresco; 1 colher de sopa de ketchup; 1 limão; 1 colher de café de aguardente velha; 1 folha de alface; 2 ovos cozidos; salsa para guarnecer

Coza a sapateira em água fervente, juntamente com o louro, a cebola, os alhos, o sal e a pimenta durante 35 minutos. Retire a sapateira e mergulhe-a em água com cubos de gelo e bastante sal. De seguida, solte as patas e a boca da sapateira e reserve-as. Abra a casca e transfira o recheio para uma tigela. Envolve-o com o miolo de pão, o ketchup, uma colher de chá de sumo de limão e a aguardente. Tempere com sal e pimenta e misture tudo muito bem. Coloque o preparado na casca da sapateira. Parta algumas patas e utilize a carne para decorar a pasta. Sirva a sapateira sobre a folha de alface e guarnecida com os ovos cortados aos gomos, folhas de salsa e o restante limão às rodelas.

### Bolinhas de delícias

4 batatas; sal; 250g de delícias do mar; 1 raminho de salsa; pimenta; 2 ovos; 50g de pão ralado; 1 lima; salsa para decorar

Descasque e coza as batatas em água com sal por 35 minutos. Escorra-as e esmague-as. Junte-lhes as delícias e a salsa, ambas picadas. Tempere com sal e pimenta e envolva um ovo batido. Misture e molde pequenas bolas. Passe-as pelo restante ovo e depois pelo pão ralado. Frite-as e escorra. Num prato de servir, coloque as bolinhas e decore com a lima cortada às rodelas. Decore com salsa e sirva.

## Fibra Alimentar: Importância na Alimentação (II)



Ricardo Moreira\*

O corpo humano é formado na sua grande parte por água (aproximadamente 60%), que se encontra repartida entre os compartimentos intracelulares (dentro das células) e a água extracelular, distribuída pelo o plasma, linfa, líquido cefalorraquidiano e secreções.

Apesar de ser um composto bastante simples, formado por duas moléculas de hidrogénio e uma de oxigénio (H<sub>2</sub>O), a água é o mais importante de todos os nutrientes essenciais para a manutenção da vida. Fornece o material estrutural essencial para citoplasma celular. Actua como solvente e meio onde ocorrem as reacções químicas com outras substâncias essenciais. É o maior constituinte do sangue, o principal mecanismo de transporte do organismo. Serve como substrato para várias reacções metabólicas. Protege tecidos, como a espinal medula e o cérebro, contra choques e mantém lubrificadas várias articulações. Mantém o equilíbrio físico e químico dos fluídos intra e extracelulares, e actua na manutenção da temperatura corporal.

A percentagem de água varia entre os indivíduos, de acordo com a proporção de tecido adiposo e massa magra que apresentem. A percentagem de água corporal diminui com a idade e é superior em atletas.

Com uma temperatura ambiente e atividade física normais, o adulto médio necessita de cerca de 1 ml de água/kcal/dia. Isto representa cerca de 2 litros e 2,5 litros, para mulheres e homens, respectivamente.

A molécula água, pode ser obtida a partir de diversas fontes. Cerca de 60% provém dos líquidos ingeridos. Os alimentos também contribuem com quantidades variadas de água. Algumas frutas e hortaliças têm alto conteúdo de água, como a melancia (91%).

A água não engorda. Não precisa sentir sede, beba à vontade! Se for praticar atividade física redobre os cuidados com a hidratação. Inicie a hidratação antes de começar os exercícios. Consuma sempre líquidos durante a actividade física. Para actividades de curta duração, a água é a melhor opção. Para actividades de longa duração sugere-se uma bebida isotónica. Monitorize o seu peso e a cor da urina (normal=amarelo claro) antes e após a prática de exercício físico. Este controlo pode ajudar a verificar se está bem hidratado.

\* Nutricionista

## Palavras Cruzadas

### Horizontais

1º ajuste; cobertor = 2º homem rústico = 3º caminhava; lábria; nota musical = 4º marco das portas; patroa; mau humor = 5º um dos compartimentos de uma casa; preceito escrito = 6º planta herbácea, original das regiões quentes = 7º corpo flutuante; destino = 8º organização

terrorista basca; mosca que provoca o sono; chefe etíope = 9º propensão; contrato; estudei = 10º cidade do Canadá = 11º homem mesquinho; artéria que sai do ventrículo esquerdo do coração =

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

### Verticais

1º formação geológica que sucede ao lias, na ordem descendente; túnica moirisca, curta e sem mangas = 2º barco que leva água aos navios = 3º América latina; árvore leguminosa; Teófilo reis = 4º transportes aéreos portugueses; mãe da virgem Maria; colocar = 5º construção; peso de prata em São = 6º apaixonado = 7º conjunto de indivíduos que dirigem uma associação; famoso vulcão italiano = 8º nome da letra h; lírio; relativo ao ouvido = 9º laço; ofender; ouro em francês = 10º relativo à semana = 11º cavidade inferior à junção do braço com o obro; abriga =

## Saúde em destaque

### Hipotireoidismo

Hipotireoidismo é um distúrbio decorrente da diminuição dos hormônios da glândula tireóide; («tireóide preguiçosa»). O hipotireoidismo é a doença mais comum da tireóide. Frequentemente ocorre mais em mulheres que em homens, é mais comum em pessoas de mais idade, e pode atingir vários membros de uma mesma família.

O hipotireoidismo pode ter vários **sintomas**, quando os níveis de hormônios tireoidianos (**T3** e **T4**) se tornam anormalmente baixos por algum motivo, todos os processos do corpo se tornam mais lentos. Por isso, os sintomas do hipotireoidismo incluem: cansaço; depressão; irregularidade menstrual, incluindo cessação das menstruações (amenorreia) ou sangramento excessivo; infertilidade; galactorreia (aparecimento de leite nas mamas fora do período de gestação); raciocínio lento; fala arrastada; sensação de frio excessivo; ganho de peso; pele seca e cabelos e unhas secas, quebradiças e de crescimento lento; queda das pálpebras; queda de cabelo; inchaço nas pernas ou ao redor dos olhos; pouca sudorese (suor); intestino preso e digestão lenta; batimento lento do coração (menos que 60 batimentos por minuto); aumento do colesterol; retenção de líquidos; quando a doença tem causa au-

to-imune (tireoidite de Hashimoto) pode ocorrer vitiligo e associação com outras doenças auto-imunes.

O hipotireoidismo pode ter diversas **causas**. A mais comum é a que decorre da doença de Hashimoto. Esta doença aparece quando o organismo, por razões desconhecidas, não reconhece a tireóide como parte do próprio corpo e o sistema imune prejudica o seu funcionamento. A tireóide, assim alterada, produz menos hormônios.

O hipotireoidismo pode ser causado também por tratamentos médicos que reduzem a capacidade da tireóide produzir hormônio, como, por exemplo: o uso de **iodo radioativo** (para tratamento de hipertireoidismo, que é o oposto do hipotireoidismo) ou a **cirurgia**, com retirada parcial ou total da tireóide (para tratamento de outros problemas nessa glândula).

Algumas medicações também podem levar à redução da produção ou da ação dos hormônios tireoidianos e, portanto, provocar hipotireoidismo (por exemplo: amiodarona, xaropes para tosse contendo iodo, carbonato de lítio).

Há casos, ainda, em que a tireóide não se desenvolve adequadamente e a criança apresenta deficiência de hormônios tireoidianos desde o nascimento; é o chamado **hipotireoidismo congênito**, que geralmente é diagnosticado atra-



Marina Aguiar\*

vés do teste do pezinho.

Geralmente o diagnóstico é confirmado através de um simples exame de sangue. Verificando a dosagem de **TSH** (que é um hormônio produzido pela hipófise, e que estimula o funcionamento da tireóide), e a dosagem de hormônios tireoidianos (**T4** e **T3**). **Tireóide Normal: TSH e T4 normais; Hipotireoidismo inicial ou leve (subclínico): TSH alto e T4 normal; Hipotireoidismo Instalado (Clínico): TSH alto e T4 baixo.**

O hipotireoidismo é a falta de hormônio tireoidiano. Portanto, o **tratamento** é feito com a reposição desse hormônio, na forma de comprimidos tomados por via oral. A medicação de escolha é a **levotiroxina**, que é uma forma farmacológica do hormônio **T4**.

Lembre-se de que a substituição de uma marca de hormônio sintético por outra e o ajuste de doses só podem ser feitos pelo médico.

\*Médica Dentista

\*Médica da equipa de emergência da delegação da Cruz Vermelha Portuguesa de Viana do Castelo

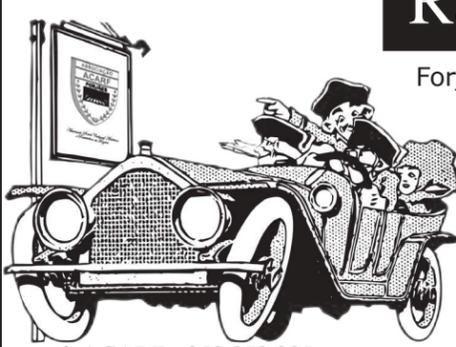
**15º GRANDE PRÉMIO  
CARRINHOS DE  
ROLAMENTOS**  
FORJÃES, SÁBADO, 13 DE AGOSTO

Na Rua do Vau pelas  
14h, a ACARF e os  
Escuteiros de Forjães  
organizam a corrida  
mais louca do ano

Inscrições: 253872385  
ou até à hora da largada

Uso obrigatório de  
equipamento de  
segurança

**Rally Paper**  
Forjães, 10 de Setembro



concentração 15 horas  
em frente ao Centro Cultural de Forjães  
inscrições até à hora de partida  
valor de inscrição 20 ruas  
por equipa (2 elementos)  
+10 ruas por elemento extra  
com jantar e lembranças incluídas  
+ prémios para vencedores

tel. ACARF - 253 872 385

## Talento minucioso

A reforma permitiu-lhe explorar uma criatividade que até desconhecia. Depois de tantos anos a trabalhar em fábricas, Dario Félix, quis ocupar o tempo livre, e, ao mesmo tempo, divertir-se com os netos. Na exposição «Forjães - O Artista (Des)Conhecido», por altura da Festa de Santa Marinha, pudemos avaliar o seu trabalho.



exercer funções na cerâmica Ceral, onde trabalhava com barro e onde desempenhou funções durante 19 anos. Foi com o fecho desta que Dario passou a exercer diversas funções, nomeadamente de jardineiro durante sensivelmente um ano e, em seguida, ainda trabalhou durante seis meses numa fábrica de madeira.

Contudo, foi numa fábrica de móveis onde encontrou uma maior estabilidade, passando a trabalhar durante 12 anos na mesma, tendo abandonado as suas funções apenas no momento da sua reforma, no ano de 2007.

Em 2009 começou a fazer as primeiras miniaturas para ocupar um pouco mais o seu tempo e divertir-se com os

seus netos. Foi, porém, com o tempo que foi aperfeiçoando a sua técnica, visto Dario nunca ter feito nenhuma formação nesta área. Pode-se dizer, por isso, que é um autodidacta. «A primeira coisa que fiz foi um presépio para entreter os meus netos».

Assim, a realização do presépio foi

apenas o ponto de partida, pois, a partir daqui Dario começou a realizar muitos mais trabalhos. Orgulha-se de ter feito todos os instrumentos agrícolas em miniatura, tendo sido estes realizados em madeira, fazendo parte deste leque o limpador do milho, o sachador e o arado das vacas.

Foi a 'O Forjanense que Dario confidenciou que desde muito novo queria trabalhar com madeira, mas os seu pais não o deixaram concretizar essa vontade pois precisavam dele para os ajudar em casa e também na lavoura.

Dario já participou no concurso de presépios organizados pela Junta de Freguesia de Forjães, nomeadamente no ano passado.

Apesar de já ter realizado inúmeros trabalhos, este não dedica o seu tempo exclusivamente à criação destas obras, como o próprio diz «por vezes aborreço-me de os fazer e encosto-os durante algum tempo», talvez por ser um trabalho muito minucioso o que poderá por vezes tornar-se um pouco cansativo.

Quanto aos seus netos, gostam muito de o ver fazer estes trabalhos mas não de os fazer, mas segundo Dario «por vezes dão-me ideias e pedem-me para fazer determinados objectos».

Relativamente à exposição em que participou nas Festividades de Sta. Marinha no presente mês no Centro Cultural Rodrigues de Faria, apenas o fez pelo facto de o convite ter partido por parte do presidente da junta e após muita insistência de sua parte - «Nunca pensei que fosse participar numa

exposição deste género».

Quanto aos trabalhos expostos, estes foram todos feitos em madeira, nomeadamente os bois a puxar o carro. No geral todos os trabalhos expostos não foram feitos exclusivamente para a exposição, já estavam feitos. «Gostei muito da experiência, e no tempo que lá estive vi que muitas pessoas foram ver a exposição, nomeadamente jovens, e até pensavam que era tudo feito em barro».

O Forjanense também pôde comprovar que no jardim de Dario existiam alguns dos seus trabalhos, entre os quais uma igreja, um moinho, um fontanário, não sendo estes trabalhos feitos em madeira mas sim em tijoleira. Segundo Dario «estes trabalhos estão sempre aqui e depois até monto o meu presépio aqui, aproveitando os meus trabalhos para fazerem parte dele».

Texto e fotos Andreia Moura Silva



Dario da Silva Félix, nasceu em 1949, sendo este natural da vizinha freguesia de Aldreu. Foi há 38 anos que Dario mudou a sua residência para a nossa freguesia, aquando do seu casamento.

Relativamente ao seu percurso profissional, foi em 1973 que Dario começou a

**Dr.ª Marina Aguiar** Médica Dentista  
Trav. Horácio Queirós n.º 138, R/Ch Forjães - Esposende  
(visite-nos junto às piscinas e campo de futebol)  
Tlm: 919 334 794 / 963 297 650 / 933 726 360

www.dr-marina-aguiar.blogspot.com marinaguiar1@hotmail.com



Novas instalações

- 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

Todos os serviços para a sua reabilitação oral

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  
Rua de Agra - Apartado 13 - 4744-909 Fonte Boa - Esposende