

# O FORJANENSE

Directora executiva: Susana Costa  
Dezembro 2011 • Ano XXVI 2ª série • n.º 270  
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

## A primeira pedra do Centro Escolar de Forjães



pág. 2



**Malhas Roselã:  
desfile marca  
os 25 anos  
da loja**

pág. 3



**Esposende:  
Abre a primeira  
loja social do  
concelho**

pág. 3

**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

## Centro Escolar de Forjães: início de uma jornada

Textos Susana Costa  
Fotos Luís Pedro Ribeiro

A 18 de Dezembro de 2011 arrancou, simbolicamente, o início da construção do Centro Escolar de Forjães, num terreno contíguo à Escola Básica do Baixo Neiva (ex EBI), depois da obra ter sido adjudicada a 4 de Agosto pela Câmara Municipal de Esposende.

A colocação da primeira pedra ficou a cargo do Presidente da Câmara Municipal de Esposende, João Cepa, e do Presidente da Junta de Freguesia de Forjães, José Henrique Brito. Numa cerimónia breve, o auto do acontecimento foi assinado pelos dois representantes autárquicos e colocado num tubo, em conjunto com notícias do dia em causa e da construção abordada, bem como moedas colocadas pela assistência, para retratar, em primeira instância, a época em que a obra será realizada, mas também para demarcar o investimento público na empreitada em causa. Este tubo foi depois colocado em baixo da «primeira pedra», para que faça parte dos alicerces do novo Centro Escolar.

A obra orçada em mais de dois milhões e duzentos mil euros - sendo que oitenta por cento deste valor advirá de fundos comunitários -, está a cargo da empresa J. da Silva Faria, Lda. e tem um final previsto para daqui a dezoito meses. O município esposendense contribuirá com meio milhão de euros, num grande esforço financeiro, como João Cepa referiu na cerimónia protocolar, e depois de ter contribuído já na aquisição do terreno.

O novo equipamento educativo vai ter capacidade para cerca de 235 crianças (145 da primária e 90 do jardim de infância), libertando, assim, o actual Jardim de Infância e o bloco da EBI destinado aos alunos do 1º ciclo.



**José Henrique Brito**

A resolução dos problemas a nível educativo, mormente com a falta de espaço e capacidade do actual jardim de infância e com a necessidade de reestruturação do edifício da escola primária, a funcionar nas instalações desta escola, é um velho anseio para as gentes de Forjães.

*Tudo isto só foi possível graças ao grande empenho, esforço, dedicação e demonstrado pela Câmara Municipal, na pessoa do seu presidente João Cepa, que se bateu sempre, garbosamente e com galhardia na defesa dos interesses de Forjães e das suas gentes.*

*Também queria recordar aqui dois homens que me antecederam e, conhecedores profundos da nossa realidade, tiveram a visão de lançarem os alicerces deste projecto e de o convencer a si Sr. Presidente, que este era o rumo a seguir: Sílvio Abreu e Benjamim Pereira.*

*Não esqueçamos que o maior investimento que aqui está a ser feito, não será porventura, os mais de dois milhões de euros, mas sim o da educação dos nossos filhos, cujo retorno só daqui a um bom par de anos o veremos.*

*Faço votos para que estejamos todos daqui a um ano a encerrar esta caminhada com a inauguração do novo centro escolar de Forjães*



**João Cepa**

Ressalvo a importância desta estratégia de investimento para o desenvolvimento desta freguesia, principalmente nesta conjuntura extremamente difícil do ponto de vista financeiro. É um esforço muito grande por parte da Câmara Municipal de Esposende, mas com a consciência de que estamos

a contribuir para uma melhor educação e formação dos nossos jovens.

*Este equipamento estará preparado para receber 235 crianças e prende-se com uma alteração estratégica planeada há já muitos anos. Mas foi melhor esperar um pouco para que se fizesse bem, com esta qualidade e com o qual, de certeza, se irão orgulhar.*

*Muito se tem especulado sobre o encerramento da EBI por causa dos critérios estabelecidos por Lisboa, mas sabemos que se se falasse de critérios unicamente baseados na qualidade, nunca esta escola poderia encerrar. Da minha parte farei o esforço para que isso não aconteça.*

Nos 13 anos como autarca Forjães viu já inúmeras intervenções - Ludoteca, Saneamento (construção de uma ETAR), Largo de S. Roque, Avenida Santa Mariana, Igreja (intervenção no Cemitério e Capela Mortuária), Centro Cultural Rodrigues de Faria e Centro de Saúde, mas esta será, sem dúvida, a maior.



O Padre José Ferreira Ledo, Pároco de Forjães, abençoou a construção que agora se inicia:

*A obra que hoje iniciamos deve animar a nossa fé e a manifestar os nossos sentimentos de gratidão. Somos, de algum modo, colaboradores de Deus quando pelo nosso trabalho atendemos e servimos os nossos irmãos e a nossa comunidade.*

*Pedimos, então, nesta celebração o auxílio de Deus para que leve a bom termo esta construção, proteja os construtores, e os guarde de todo o mal.*



## Café da Madorra

«Karaoke de 15 em 15 dias»

**Dia 25 de Dezembro e 1 de Janeiro estamos abertos**

Rua da Madorra - Forjães  
Telef.: 253 876 069 - Telem.: 925 022 125

## Vende-se Táxi

Contacto:  
José Lima de Matos  
Tlm: 967013149  
Telef.: 253871164

- 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

## Local

### Malhas Roselã celebra 25 anos

Para celebrar o 25º aniversário, a loja Roselã decidiu organizar, no dia 17 de Dezembro, na sede da Junta de Freguesia de Forjães um desfile de lingerie e malhas. A propósito deste evento O FORJANENSE entrevistou a proprietária desta casa forjanense, Rosa Laranjeira.

#### Porque razão decidiu apresentar este desfile?

Há oito dias decidi celebrar o 25º aniversário das Malhas Roselã, criada em 1986. Como forma de comemoração, optei por apresentar um desfile. Com este desfile pretendia apresentar os produtos que tenho à venda na loja e mostrar a evolução do meu trabalho, uma vez que, nos primórdios da minha carreira, me dediquei somente às malhas, que ainda hoje confecciono, evoluindo para a roupa interior.

#### O desfile correspondeu às suas expectativas?

Superou! Como já referi a ideia surgiu oito dias antes. Foi uma ideia que cresceu e com divulgação, as empresas quiseram apoiar. E a responsabilidade cresceu exponencialmente. Foi um turbilhão de emoções e envolvi-



Ana Cunha e Rosa Laranjeira

me bastante. Na parte final houve proximidade com o público o que tornou o evento muito especial. Queria até agradecer a todos os que me apoiaram directa ou indirectamente, porque sem eles o resultado final não teria sido este. Quero agradecer nomeadamente à Lara, Eva e Inês, as mais jovens modelos, e à Ana Cunha (Miss República Portuguesa - Representante Portuguesa do Concurso Miss Ásia Pacífico of The World 2011), Margarida Rodrigues, Mariana Rodrigues, Patrícia Araújo e Sofia Gonçalves, as modelos da lingerie. E um agradecimento es-

pecial à minha filha Sara Pereira que me ajudou na organização.

#### Já havia apresentado este tipo de desfile anteriormente? Pretende continuar a fazê-los?

Nunca tinha apresentado nenhum. No entanto, faço com alguma frequência exposições como galas de noivos e outro tipo de eventos. Neste fui estreade. Neste momento pretendo dedicar-me somente à minha loja. Este desfile foi apresentado pontualmente, como disse, na comemoração do 25º aniversário da casa. Repetir este evento só o futuro o dirá.



Inaugurou recentemente a Câmara Municipal de Esposende, através do Conselho Local de Acção Social, na zona industrial de Bouro, a loja social «Rede Solidária».

Esta loja social do concelho tem como objectivo fundamental contribuir para a melhoria das condições de vida das famílias socialmente mais carenciadas, através da atribuição de bens alimentares e vestuário.

Procurando encontrar respostas, de forma rápida e coordenada, potenciando as capacidades de cada um, para não deixar ninguém sem as condições mínimas necessárias de vida, e que ajude a enfrentar de forma mais organizada e eficaz, as carências com que um número cada vez mais crescente de pessoas se tem vindo a deparar.

Neste sentido, no passado dia 11 de Dezembro, todos os parceiros (de juntas de freguesias a associações sociais, de bombeiros a escolas, entre outros) assinaram um protocolo de cooperação.

De Forjães assinaram o protocolo, comprometendo-se a prestar os seguintes serviços: Junta de Freguesia - Ponto de recolha nas campanhas de angariação de bens; transporte para recolha e entrega de roupa e/ou alimentos; apoio periódico na organização/serviço ao público da Loja Social; Agrupamento de Escolas de Terras do Baixo Neiva - Ponto de recolha nas campanhas de angariação de bens; ACARF - Ponto de recolha nas campanhas de angariação de bens; protocolo com o Banco Alimentar.; Fundação Lar Santo António - Ponto de recolha nas campanhas de angariação de bens.

Vivemos tempos difíceis e tempos complicados se avizinharmos, mas sempre demos mostras de sermos um povo solidário e que na hora da verdade estamos aqui para ajudar. Por isso se tiver roupas, brinquedos, géneros alimentares, ou até mesmo tempo para ajudar, não hesite em contactar uma destas instituições.

### Michael Jackson esposendense

Dois dias de castings intensivos em Lisboa e Porto, contaram com um total de 70 inscritos. A UAU, a SIC K e a RFM encontraram o Mini Michael Jackson português!

A batalha foi renhida, e as demonstrações cheias de energia e garra mostraram a vontade em participar no espectáculo de homenagem ao cantor pop já falecido. O vencedor, o Mini Michael

Jackson português é Gabriel Sousa Ramos (na foto), de oito anos e natural de Esposende.

Para participar o Michael Jackson tinha de saber dançar ao estilo do cantor americano, ter entre 6 e 11 anos e, acima de tudo, querer desempenhar o papel de Michael Jackson em criança no espectáculo Forever King of Pop dias 6 e 7 de Janeiro, a realizar-se no Campo Pequeno, em Lisboa.



### Bancos visitados pelos amigos do alheio

A agência bancária Millennium BCP em Fão foi assaltada na madrugada do dia 10 de Dezembro do presente ano. Calcula-se que o roubo se tenha dado por volta das 03.45h, recorrendo a uma rebarbadora, para forçar três terminais ATM no interior desta dependência.

De referir o facto de também em Viana do Castelo ter sido assaltada uma dependência bancária

da Caixa Geral de Depósitos, recorrendo ao mesmo método, mas uns momentos antes da perpetrada em Fão.

Não se sabe ainda o número de assaltantes envolvidos e o valor em causa nas duas agências não foi revelado. A investigação destes e outros casos semelhantes, ocorridos na zona norte nesse mesmo dia, estão a cargo da Polícia Judiciária do Porto.

# Casa Pereira



**Drogaria**

**Ferragens**

Casa Pereira I - Av. Margarida Queirós, 25 / 4740-438 Forjães  
Tel. 253 871 719

Casa Pereira II - Caminho do Alto, 86 / Chafé  
Tlm. 969 010 552 - Tel. 258 373 099





**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**

## Local

## Recolha de sangue



Como já vem sendo hábito, o Instituto Português do Sangue efectuará uma recolha de sangue em Forjães, no próximo dia 15 de Janeiro de 2012, das 9.00 às 12.30 horas, na sede da Junta de Freguesia de Forjães. Desde já se agradece a participação de todos quantos se disponibilizem para ajudar nesta causa.

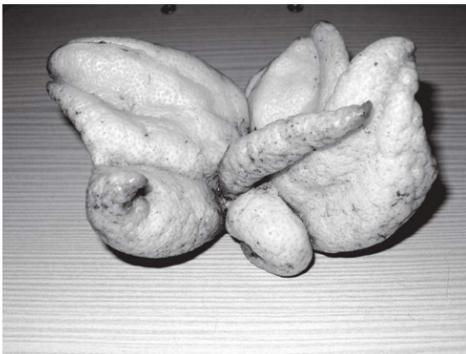
## Mais um fenómeno...

Os fenómenos não param de aparecer na pacata freguesia de Forjães.

Desta feita, a cozinheira da ACARF, Maria Mota, viu surgir no seu quintal um limão que nada tem a ver com os seus irmãos.

Por ser diferente nas suas características físicas, chamou a atenção a O FORJANENSE que não quis deixar passar em vão esta raridade.

Sabe-se, porém, que, apesar



da sua originalidade, não escapará ao seu triste destino, e servirá na mesma para dar um travo de limão aos doces deste Natal.

## Assalto à solidariedade

O armazém do Banco Alimentar Contra a Fome de Braga foi assaltado no passado dia 9 de Dezembro, cerca das três horas da madrugada, tendo os seus autores levado cerca de 100 quilos de géneros alimentícios e ainda três dezenas de t-shirts identificativas da instituição.

A coordenadora local do BAF Braga, Isabel Varanda refere que o principal receio agora é que as t-shirts sejam usadas para «fraudes».

«Podem ser usadas para peditórios porta a porta ou em quaisquer outras campanhas que, dei-

xamos aqui o aviso, configurarão sempre uma fraude. O Banco Alimentar apenas faz duas campanhas por ano, devidamente publicitadas a nível nacional», alertou, esperando que as pessoas não se deixem enganar.

«Estroncaram a porta mas não permaneceram muito tempo lá dentro, porque entretanto um vizinho ouviu o barulho e ligou uma luz e eles puseram-se em fuga», disse ainda a coordenadora. O pavilhão, situado em Palmeira, não tinha alarme, «mas vai agora passar a ter».

## Junta de Freguesia

## Exposição de artistas forjanenses

Está patente ao público, durante o horário de atendimento e ao fim de semana, até ao dia 15 de Janeiro, na sede da junta de freguesia uma exposição de pintura infantil, da artista Eduarda Sá e de trabalhos manuais, da autoria de Rosa Maria Neiva.

Esta é já a terceira exposição só com artistas da nossa terra que a junta de freguesia organiza e apoia, procurando promover os autores forjanenses.

Não fique em casa, aproveite para visitar esta exposição e quiçá adquirir as suas prendas de Natal.



## Preservação do património imaterial de Forjães

Sabe o que é um chavelho, monelho ou um tolete? Como se faz um caniço ou uma carocha? E uma atiradeira? Jogar ao reco, sabe? Chaibreles ou guimes? Em que lua se apanha o junco? Que rezas associadas às sementeiras e colheitas? Que cantigas se cantavam na apanha do linho e do milho? Quem eram os máscaras numa desfolhada? Com o que era tapada a porta do forno para cozer a broa?

Alguns saberão com certeza responder a tudo e os nomes não são estranhos. Outros têm já uma vaga recordação e para os mais novos tudo isto é desconhecido.

Mas, e para os jovens leitores, ainda há menos de três décadas tudo

isto era comum e termos usados no dia a dia.

Não vamos contudo aqui e agora explicar e responder a tudo.

A intenção foi a de alertar para património que é tão nosso e que com o decorrer do tempo delindo se vai da nossa memória.

A junta de freguesia e a ACARF, conhecendo como é curta a memória dos homens e procurando preservar a nossa identidade, as nossas particularidades, pois é isso que nos distingue também dos outros, vão, durante o próximo ano, fazer um trabalho de recolha gráfica, áudio e vídeo de todo o património imaterial de Forjães. As suas gentes e ofícios. As suas crenças e religiões. Os seus autos. O seu vocabulário. As suas danças e cantares. As suas brincadeiras e os seus jogos. Os seus usos e costumes. As suas ferramentas e alfaias.

Assim, aproveitamos para pedir a colaboração de todos, não só para o trabalho de recolha mas também para todos os contributos que queiram dar e trazer a este projecto. Vamos todos preservar o que é nosso.

Textos José Henrique Brito

## CONVOCATÓRIA

## Assembleia de Freguesia de Forjães

Exmo.(a). Senhor (a),

Os meus respeitosos cumprimentos

Pela presente venho convocar V.<sup>a</sup> Ex.<sup>a</sup> em conformidade com o disposto no artigo 13º, artigo 19º, da Lei n.º 169/99 de 18/09, conjugado com o artigo 9º, n.º 2 do regimento desta Assembleia, para a sessão ordinária da Assembleia de Freguesia de Forjães a realizar no próximo dia 30 de Dezembro de 2011, às 21:00 horas, na sede da junta de freguesia de Forjães, sita no Centro Cultural Rodrigues de Faria, na Av. Santa Marinha, n.º 12, desta mesma freguesia.

Comunico ainda a V.Excia. que a referida sessão tem a seguinte ordem de trabalhos:

- 1) Apreciação e discussão de assuntos apresentados antes da entrada na ordem do dia;
- 2) Revisão do Art. nº 19 do Regimento da Assembleia de Freguesia de Forjães;
- 3) Ratificação de Protocolo com Loja Solidária da Rede Social;
- 4) Apreciação e análise da informação escrita apresentada pela Junta de Freguesia relativa à actividade desenvolvida no último trimestre de 2011;
- 5) Apreciação, discussão e votação do orçamento de receita e despesa e do plano de investimento plurianual apresentado pela Junta de Freguesia para 2012.
- 6) Eventual apreciação de outros assuntos de interesse para a Vila de Forjães.

Reiterando os meus cumprimentos, subscrevo-me com elevada consideração.

Forjães, 20 de Dezembro de 2011

O Presidente da Assembleia de Freguesia de Forjães

Alberto Luciano da Fonseca Torres

## 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 23 85

e-mail: acarfl@sapo.pt



Directora executiva: Susana Costa

CONSELHO CONSULTIVO: Fátima Vieira (ACARF), Mário Dias (Paróquia), Andreia Cruz Dias ( PSD), José Manuel Neiva (PS), Basílio Torres (Prof. EBI), Rui Laranjeira (estudante EBI), 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.

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Dezembro...

O frio chegou e com ele a grande festa: o nascimento de Jesus!

O Natal é uma época festiva que todos os dias é celebrada na Fundação Lar de Santo António! Sim! Porque Natal é quando o Homem quiser.

O dia 17 de Dezembro foi a data escolhida para a Festa de Natal do Lar e do apoio ao domicílio e este ano podemos ainda contar com a presença de alguns utentes da unidade de cuidados continuados a funcionar desde Junho do corrente ano. À 14h30 deu-se início a uma celebração eucarística presidida pelo Sr. Padre Ledo e que reforçou a ideia do Natal ser vivido no nosso coração e no seio familiar. A beleza musical teve as vozes do Agrupamento de Escuteiros de Forjães que abrihantou a celebração com cânticos natalícios, desde já, o nosso agradeci-

mento pela disponibilidade ao grupo assim como ao Sr. Albino. Já que falamos em agradecimentos, convém não esquecer o agradecimento a todas as funcionárias que estiveram presentes e às famílias dos utentes presentes onde partilharam com o seu ente querido a maior alegria... o estarem perto dele!

De seguida tivemos a declamação de poemas, já tradição da nossa festa, com a colaboração da D<sup>ª</sup> Rosa Vieira, colaboradora nesta instituição há alguns anos, é rainha. obrigado!

Mas os utentes da Fundação Lar de Santo António também são artistas e levaram a cabo uma encenação bastante emotiva.



Seguiu-se um lanche recheado de doçaria típica natalícia... bolo rei, pão de ló, rabanadas. E também aqui tivemos alguma oferta do Talho Sra da Graça e da Padaria da Madorra..obrigado!

Mais tarde chegou o Pai Natal com prendinhas para todos os presentes! Dos presentes fizeram

parte artigos gentilmente oferecidos pela Empresa Impetus e a Empresa Efor num enorme gesto de solidariedade, bem hajam!

Foi um dia marcado pela alegria e boa disposição e o maior agradecimento é olhar para os utentes e ver um sorriso puro e contagiante de emoção e felici-

dade!

A Fundação Lar de Santo António agradece a todos que colaboraram nesta festa natalícia e deseja a todos os Forjanenses Boas Festas com muita Paz e Harmonia!

Patrícia Dias

Editorial



Este Natal, por força das circunstâncias, é mais comedido. Os presentes forem reduzidos ao mínimo e os afectos mais valorizados. Pelo menos para alguns. Quem sabe esta época de contenção económica não nos faz revitalizar velhos, mas bons valores, como o conforto da presença dos que nos são mais próximos e a solidariedade para aqueles que realmente necessitam. A verdade é que nesta passagem de ano que se aproxima gostávamos de ter dois pés direitos para entrarmos num

ano que se avizinha muito duro. Mas para já é tempo de festa, luzes e doces. É tempo de aproveitar a presença daqueles que pensam partir para outro país já no início de 2012, tentando outras oportunidades, fazendo valer a opinião do primeiro-ministro português, não pelo facto de ele o ter dito, mas pela necessidade de construir um futuro que aqui não se vislumbra.

Esperamos, todos nós, que as nossas crianças e jovens tenham melhores oportunidades nos anos vindouros. E, para isso, estão a

Junta de Freguesia de Forjães e a Câmara Municipal de Esposende a envidar esforços na construção do novo Centro Escolar. De facto, o homem está intimamente relacionado e é constantemente influenciado pelo meio que o cerca. Sabemos que infra-estruturas adequadas influem no desempenho das crianças e jovens, proporcionando-lhes bem-estar físico, social e psicológico.

O FORJANENSE acompanhou a colocação da primeira pedra (pág. 2), acto simbólico que

marca o início das obras, que se espera que estejam concluídas daqui a 18 meses e que irão, finalmente, colmatar as necessidades sentidas até então com os equipamentos actuais.

Para fechar esta edição de Dezembro, não posso deixar de lhe desejar, caro leitor, votos de boas festas, ansiando que o novo ano nos traga muita esperança, a luz ao fundo do túnel que todos queremos ver, mas que todos duvidamos que esteja para breve.

Susana Costa

José Manuel da Costa Torres

**ALTA MIRA**  
Moda Jovem

Visite-nos

**Qualidade invejável - Preços imbatíveis**

Boucinho - Forjães - Tel - 253 87 16 87

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

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

L. Pinheiro - Rio Côvo - St<sup>ª</sup> 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

## Comunidade paroquial

### Mensagem de Natal do arcebispo de Braga



Na mensagem que preparei para uma vivência Arquidiocesana do Advento procurei sugerir a tenacidade em conciliar três atitudes que parecem querer sair do nosso perturbado quotidiano. Tratava-se de articular três valores essencialmente cristãos, como procura ou aposta numa caminhada a dar sentido à vida: a esperança, a alegria e a pobreza. No meio de situações escandalosas de pobreza, escondida ou evidente, é possível viver a alegria no presente e ter esperança no futuro?

O Natal confirma e reforça esta possibilidade para quem se alimenta da Palavra, feita carne na vida terrena dum Jesus, «o filho de Deus entre os homens».

Desta Palavra emerge esse itinerário a propor, nunca como utopia, mas como critério para se viver em felicidade.

A partir da mensagem estampada no presépio, que os homens querem ignorar ou considerar mera recordação retrógrada dum passado ignorante e que, por isso, o colocam de lado nesta quadra, quero insistir na conciliação entre estas três realidades e os compromissos subjacentes, capazes de alterar o rumo da história.

O Santo Padre recorda-nos que há uma pobreza a escolher como estilo de vida e outra a combater como certeza dum mundo de maior igualdade (Verbum Domini, 107). É este comportamento quotidiano que oferece

alegria, vivendo com o essencial e partilhando o supérfluo e desnecessário, para experimentar que há mais «alegria em dar que receber». Daqui é possível acreditar num presente que respira a esperança de quem luta e não se resigna a situações que parecem inevitáveis. O Natal pode e deve ser este envolver-se responsabilmente no emaranhado de problemas, para acreditar que é possível um amanhã melhor. Que foram ver os pastores a Belém? Uma família possuída por um amor grande e comprometida em oferecer um recém-nascido que quer ser acolhido como Pessoa na vida dos humanos, para que estes expressem e comuniquem ao mundo uma Palavra inaudita e verdadeira solução histórica. Omnia vincit amor! (O amor vence tudo!).

Que este Natal não seja só forte no amor, mas que mostre também a força renovadora que ele encerra, desmascarando uma sociedade que, de vários modos, teima em alimentar-se de outras palavras. Só a genuína Palavra é fonte de pobreza, alegria e esperança.

Com estima por todos vós, votos de um Santo Natal!

**D. Jorge Ortiga,**  
Arcebispo Primaz de Braga

### Mistério de Natal

Oração para a Noite de Natal

Menino Jesus:

Ajuda-nos a viver com toda a nossa alma o mistério profundo do teu Natal.

Põe no coração de todos nós essa paz que, às vezes, procuramos tão duramente e que só Tu podes

dar.

Ajuda-nos a conhecer-Te melhor e a viver fraternalmente como membros de uma só família.

Mostra-nos a tua beleza. Desperta em nossos corações sentimentos de gratidão pela tua

infinita bondade.

Guia-nos pela tua estrela para Te levamos aos outros.

Une-nos a todos na tua caridade e dá-nos a tua paz.

Ámen.

### Notícias Breves

#### Conselho Pastoral Paroquial

- Natal de Nosso Senhor Jesus Cristo, 25/12; Eucaristia às 11h15.
- Festa da Sagrada Família, 30/12; Eucaristia às 18h00.
- Santa Maria Mãe de Deus, 01/01/2012; Eucaristia às 11h15.
- Encontro dos M.E.C., 07/01, em Caxinas (Vila do Conde).
- Reunião do Conselho Económico, 10/01, às 20h30.
- Festival de Reis, 14/01, no Centro Paroquial, às 21h00.
- Memória de São Sebastião, 20/01; Eucaristia às 18h00.

#### Donativos para as obras no telhado da igreja Matriz

- 50,00 euros de Anónimo.
- 100,00 euros de Anónimo.
- 250,00 euros de Anónimo.
- 100,00 euros de Joaquim Martins Gomes (Ponte).
- 20,00 euros de Anónimo.
- 30,00 euros de Alberto Faria da Silva.
- 70,00 euros de Anónimo.
- 10,00 euros de José Maria Lino Rodrigues Ribeiro (Corujeira).

**Total: 7.260,00 euros.** Muito Obrigado!

#### Noivos, não quereis refletir o vosso projeto?

Inscrições para o CPM (Centro de Preparação Para o Matrimónio)

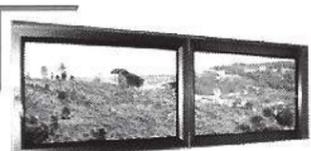
Vai realizar-se nos dias 28 de Janeiro de 2012, 04, 11, 17, 18, 24

e 25 de Fevereiro; o encerramento será no dia 26 de Fevereiro. O horário destes encontros, serão das 21h00 às 23h00, no Centro Paroquial de Palmeira de Faro. Os noivos que vão casar-se durante o próximo ano devem inscrever-se junto ao sacristão, Sr. Albino, até ao próximo dia 27 de Dezembro. Aproveito para comunicar que haverá um Encontro-Acolhimento, no dia 13 de Janeiro, às 20h00 no Centro Paroquial de Forjães, para os noivos das Comunidades de Belinho e de Forjães.

O casamento é um projeto de vida a dois. Este movimento de leigos católicos, assistidos pelos sacerdotes, tem como finalidade principal a promoção de sessões de preparação de noivos para o matrimónio. Caracteriza-se por uma pedagogia e metodologia próprias, assentes na Revisão de vida e no Testemunho vivencial de casais católicos, e apoiados na reflexão e diálogo conjugais. Inscreve-te!...

#### Direitos Paroquiais

«Contribuir para as despesas do culto e sustentação do clero segundo os legítimos usos, costumes e determinações da Igreja» (5º Mandamento da Santa Igreja). Para facilitar esta recolha de «Direitos Paroquiais», encontram-se à disposição - em diversos sítios da igreja Matriz - envelopes para esse efeito; depois de devidamente preenchidos e com a respetiva «obrigação paroquial», devem ser entregues na sacristia, junto ao Sr. Albino (sacristão). Como estava «esgotada» a recolha porta a porta dos Direitos Paroquiais, em reunião do Conselho Pastoral Paroquial fez a opção, através de envelope.



**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 PESADOS - ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES

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

## Página do leitor

### As «directas» do Torres



### A epopeia de Ponei Expresso

Decidiram estabelecer um Ponei Expresso para Sacramento, na Califórnia, a data do 3 de Abril – prazo de dez dias. Este telegrama Lacónico enviado em 27 de Janeiro de 1860, anunciava a criação do Ponei Expresso, um serviço postal por cavaleiros ligando em duzentas e quarenta horas, São José (Missouri) a Sacramento (Califórnia). Ou seja 3165 km dentro de uma das partes mais selvagens da América. Em pouco mais de dois meses, foram colocados ao longo do itinerário paragens com abrigo para mudar de cavalos e cavaleiros. Os jovens arriscavam-se logo à aventura, tão alucinante, que o salário era de 50 dólares por mês, mais abrigo e comida. Esses excelentes cavaleiros deviam poder ficar montados 160 km, com pequenas paragens a cada 25 km para trocar de cavalo. Entre eles, figuram personagens lendários como Búfalo Bill Cody e Wild Bill Hichok. O lema era simples: «O correio devia passar». E mesmo apesar dos

contratempos, eles respeitavam quase sempre a ligação fatídica das duzentas e quarenta horas.

Um mês apenas depois da criação do Ponei Expresso, os dissabores começaram: os índios Pah Ute de Nevada, incendiavam os abrigos isolados e atacavam os cavaleiros. Perderam-se ao todo sete abrigos, 150 cavalos e 16 homens. Mas nem por isso, o correio deixou de passar. Todavia, a aventura não dura mais que dezoito meses. Não foi por causa dos índios, nem por causa do terrível inverno de 1860-1861: com mais de 80 cavaleiros e 500 cavalos, o Ponei Expresso custava muito caro.

Esses homens têm de permanecer numa lenda, pelo facto de terem percorrido um total de 985000 km, o que representa 24 vezes a volta ao mundo, e só perderam um saco de correio.

Traduzido por Torres Jaques

### Vi-os bailar

Eu vi-os bailar de braços abertos  
Num frenesim rebelde mas felizes  
Como que rodopiando sem deslizes  
Ao sabor dos ventos mas libertos

Vi-os como aves lá no alto planando,  
Bebendo a beleza mística do infinito  
Parecendo que era destino já escrito!  
E eles felizes mas audazes sonhando!

Mas um dia senti inerte morrer essa paixão  
Como uma onda má ou como vingança,  
E ouvi de longe o grito aflito duma criança

A clamar só mas chorando de emoção  
Penso a dor maior e pior duma solidão  
A separação dos pais que corrói e cansa!

Armando Couto Pereira

### Vida

A vida é um prado;  
O tempo faz contas à terra:  
O que Primavera brota  
Verão amadurece,  
O Outono colhe e mostra  
O que o Inverno tanto agradece!

Cláudia Costa

### Olhar de Um Velho

Templo de memórias:  
Recebes a noite e o dia...  
Vidas contraditórias!  
Emanas nostalgia...

Janelas da tua alma,  
Calvário da tua vida,  
Onde perfaz a Calma  
Cada prego de Tua Ida.

Contemplo Teu Ser,  
Vertigem do meu Ser,  
Com muito fio a tecer  
Bordado que há-de Ser!

Cláudia Costa

### AGRADECIMENTO



Armindo Alves da Cruz

Nasceu: 20/05/1922  
Faleceu: 02/11/2011

A família, na impossibilidade de o poder fazer individualmente, vem, muito sensibilizada, agradecer, a todos os que se associaram à sua dor aquando do falecimento e funeral do seu ente muito querido, a presença, os gestos e as palavras de conforto que a tocaram profundamente. Este agradecimento dirige-se também, e de uma forma muito particular e sentida, aos companheiros da ACARE, aos funcionários e direcção, pela singela e reconfortante homenagem que lhe prestaram através do vosso jornal. Nesse espaço passou momentos de alegre e fraterno convívio! Recordá-lo-emos como alguém cuja vida foi trabalho, amor e dever até ao fim. Na sua campa não murcharão as flores da nossa saudade. Obrigada.

A Família

### Palavras Cruzadas (soluções)

#### Horizontais

1º tapar; tripa = 2º o; aliviar; s = 3º a.c.; a; e; i; ca = 4º dom; ara; ter = 5º am; e; o; s; no = 6º apressado = 7º a.d.; a; í; m; um = 8º uru; amo; aru = 9º re; a; i; i; ar = 10º e; prelada; o = 11º Ourém; iates =

#### Verticais

1º toada; brilhante = 2º a; comadre; u = 3º pa; m; p; u; p.r. = 4º ala; era; are = 5º ri; a; e; a; em = 6º verosímil = 7º ti; a; s; o; ai = 8º rai; sam; ida = 9º ir; t; d; a; a.t. = 10º p; cenoura; e = 11º asaro; muros =

## 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

## ACARF

## Festa de Natal



A festa de Natal da ACARF realizou-se no dia 17 de Dezembro na Escola Básica do Baixo Neiva (ex EBI Forjães). Presentes estiveram as crianças da instituição e seus pais, idosos, funcionários e ainda alguns familiares das crianças que quiseram partilhar um dia de festa. Do programa constou o espectáculo de ballet, duas peças de teatro realizadas pelos funcionários e pais e ainda um momento musical protagonizado pelos utentes das diferentes respostas sociais.

O momento mais esperado da festa foi o aparecimento do Pai Natal, que não entrou pela chaminé como nos narram os contos infantis mas pela janela. Na tentativa de incentivo à leitura e à semelhança do ano transacto o saco do Pai Natal veio cheio de livros e um lanche delicioso.

## Pai Natal do E'Leclerc



O Pai Natal chegou à ACARF!

No dia 21 de Dezembro o Pai Natal do E'leclerc veio proporcionar momentos de magia e alegria que se viu estampados nos rostos das crianças. Desde já, ficam os nossos agradecimentos ao E'leclerc por este acto carregado de afecto e generosidade.

## Almoço natalício

É tempo de Natal. De alegria, paz e amor. Foram estes os sentimentos partilhados durante o almoço de Natal dos idosos na ACARF. O dia era de Inverno, no entanto o calor humano conseguiu superar o frio que se fazia sentir fora de portas.

No dia 21 de Dezembro, à semelhança de anos anteriores realizou-se na ACARF um almo-

ço de Natal para todos os idosos que fazem parte desta «família». O almoço foi confeccionado na instituição pelas cozinheiras e da ementa constou o bacalhau cozido com batatas e couves, de sobremesa foi servida a aletria e o bolo-rei. Todos se mostraram satisfeitos com o convívio, mantendo viva a tradição natalícia.

## Prendinhas para os pais

Com o intuito de partilhar os momentos vividos na instituição com a família, cada criança, das diferentes respostas sociais da instituição, elaborou uma pequena lembrança para oferecer aos seus

pais.

Numa alusão ao «pinheirinho» de Natal, cada criança pintou uma pinha a seu gosto, transformando-a numa verdadeira árvore de Natal.

## Exposição ecológica

Em resposta ao convite realizado pela Esposende Ambiente, com abordagem à temática «O meu Natal é Ecológico», os colaboradores das diferentes respostas sociais da ACARF, elaboraram duas árvores, um presépio, um arranjo e enfeites para o pinheirinho com materiais recicláveis.

Estes trabalhos vão ficar expostos no Centro de Educação Ambiental, nas Marinhas até ao próximo dia 7 de Janeiro, numa mostra dos trabalhos realizados em instituições concelhias.

Foram utilizados materiais como: cartão, pinhas, sacos, cápsulas de café e garrafas de plástico. Com esta iniciativa pretende-se sensibilizar a população em geral para a necessidade de adotar comportamentos mais amigos do ambiente e desenvolver a criatividade e imaginação.

## Encontro Nacional de Clubes UNESCO

Nos passados dias 3 e 4 de Dezembro, decorreu na Casa Municipal de Cultura de Fafe, o 1º Encontro realizado pela Federação Portuguesa de Associações, Centros e Clubes UNESCO, em co-organização com o Centro Unesco Memória e Identidade de Fafe, sob o tema «Crise e Coesão Social».

Cerca de dez Centros e Clubes UNESCO do país, entre os quais o Clube Unesco para a Interculturalidade da ACARF, reuniram durante o referido fim-de-semana, para debaterem assuntos de interesse comum, nomeadamente questões ligadas à juventude, ao associativismo, à responsabilidade social, ao mecenato e à comunicação.

Para o efeito, foram convidados oradores especialistas nestas temáticas, destacando-se o Direc-



tor do Programa Agência Nacional para a Gestão do Programa Juventude em Acção - Pompeu Miguel Martins e a representante do Delegado Regional Norte do IPJ - Maria Adelaide Ferreira.

Os objectivos deste encontro passaram, sobretudo, por incentivar a união entre centros e clubes UNESCO no espaço português, fomentando o diálogo, a partilha, as sinergias de todos em torno da missão da Unesco e da sua Comissão Nacional, no sentido de uma convergência saudável e positiva para o desenvolvimento dos grandes objectivos que unem esta federação.



A ACARF  
deseja-lhe  
Boas Festas!!!

# Boletim — Nascente Escolar

Agrupamento de Escolas do Baixo Neiva Dezembro 2011

## Colocação da 1ª Pedra do Centro Escolar

Mais uma estrutura educativa enriquecedora para este agrupamento e uma mais valia para o sucesso educativo!



## 27º ANIVERSÁRIO DA ESCOLA BÁSICA DO BAIXO NEIVA

Aqui estamos com mais um festejo do 27º aniversário desta escola! Na senda do progresso e do sucesso, mais uma:  
“...razão para crescer”



## IV Prova Escolar de Orientação

É já uma tradição praticar Orientação no último dia de aulas do 1º período letivo! Participaram 200 alunos e alguns professores dos 2º e 3º ciclos. A prova decorreu dentro do espaço escolar na manhã de sexta-feira dia 16 de dezembro. Todos corriam, de um lado para o outro, com a mesma esperança: encontrar os postos de controlo, chamados “balizas”. A escola encheu-se de cor, ale-

gria e movimento! O balanço final foi muito positivo, o que deixa a organização radiante e com vontade de fazer mais e melhor... A cerimónia de entrega de prémios deu-se durante a festa de natal, da parte da tarde e os primeiros classificados foram: 2º Ciclo - Diana Vale, Francisca Carvalho e Diogo Abreu do 6ºC; 3º Ciclo - Anthony Esteves, Marco Cruz e Duarte Silva do 9ªA.



# CLUBE DE ORIENTAÇÃO 2011/2012



... razão para crescer



## Prova de Abertura

Para preparar o Campeonato Regional Norte, a nossa equipa participou na prova de abertura a 03 de Dezembro com 28 atletas de dois escalões (infantis e iniciados fem/masc). O mapa de parque com escala de 1:4000 era representativo da área do Regimento de Cavalaria da cidade dos Arcebispos. Os percursos curtos e de dificuldade baixa refletiram tempos finais aproximados e uma competição renhida. O ambiente misterioso e militarista envolveu todos os praticantes nesta manhã solarenga e muito produtiva para os atletas que nunca tinham realizado nenhuma prova oficial. Era, aliás esse o nosso principal objetivo: formação! E para rentabilizarmos ao máximo esta oportunidade, traçamos estratégias no seio da equipa que todos aplicaram e seguiram à risca!



Desporto Escolar



# Floresta Autóctone



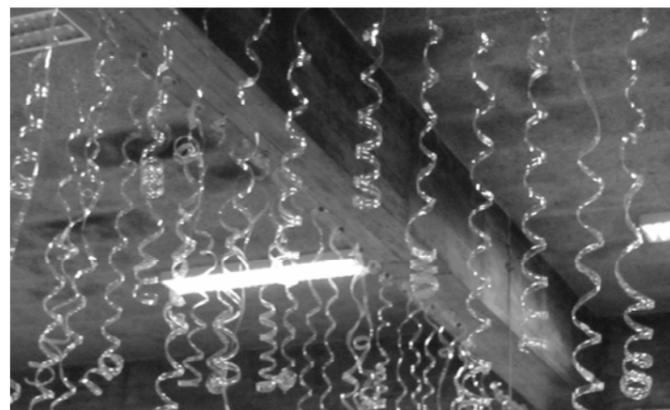
O Dia da Floresta Autóctone, 23 de Novembro, foi estabelecido para promover a divulgação da importância da conservação das florestas naturais, apresentando-se simultaneamente como um dia mais adaptado às condições climáticas de Portugal e Espanha para se proceder à sementeira ou plantação de árvores, alternativo ao Dia Mundial da Floresta – 21 de Março. Cerca de 38% do território continental português é constituído por área florestal, representando uma mais valia efetiva na conservação da Natureza e da biodiversidade, na produção de oxigénio, na fixação de gases com efeito de estufa (dióxido de carbono), na proteção do solo e na manutenção do regime hídrico. As espécies/habitats mais importantes a proteger são carvalhos portugueses *Quercus faginea*, espécie relíquia da floresta portuguesa existente em reduzidas áreas no centro do país e também os carvalhais de *Quercus robur* e *Quercus pyrenaica* no Norte de Portugal. Por outro lado, a preservação de muitas das nossas espécies arbóreas autóctones (medronheiro, zambujeiro, carvalhos, pinheiro-manso, amieiro, freixo, salgueiros, etc.) passa também pela sua utilização na

recuperação das áreas ardidas; como elementos de descontinuidade nas monoculturas de eucalipto e pinheiro; na proteção dos leitos das linhas de água; e nos jardins e espaços verdes públicos e privados. O Agrupamento de Escolas do Baixo Neiva comemorou o Dia da Floresta Autóctone com ações de sensibilização dirigidas à comunidade educativa. No período de 23 de Novembro a 2 de Dezembro todas as turmas plantaram, pelo menos, uma espécie no "Jardim Autóctone", área do jardim da escola que pretende ser uma amostra da floresta autóctone portuguesa. As espécies plantadas foram fornecidas, principalmente, pela comunidade educativa, verificando-se ainda o contributo da Esposende Ambiente. No dia 30 de Novembro, os alunos do 8ºano participaram numa palestra "A floresta e seu uso múltiplo", dinamizada pelo Engº Carlos Carmo (Técnico Florestal ao serviço da Esposende Ambiente). Uma exposição subordinada ao mesmo tema esteve também patente no polivalente da escola, durante este período.

Artigo elaborado pela professora Fernanda Garrido



# Preparação do Natal



O grupo disciplinar de Educação Visual e Tecnológica propôs para o Plano de Atividades, levar a cabo a atividade “decorações de Natal no polivalente da escola”. Neste âmbito teve em consideração a utilização de materiais reutilizáveis. Assim, a árvore é revestida com flores de plástico provenientes do reaproveitamento de garrafas das águas minerais, dos iogurtes líquidos e dos

sumos. O teto encontra-se decorado com tiras de plástico em forma de espiral imitando os conhecidos “fios” de Natal. Numa das paredes encontram-se afixados dezenas de presépios construídos individualmente pelos alunos do sexto ano, em que as cabanas são construídas a partir de embalagens “Tetra Pak” e as imagens confeccionadas com desperdícios diversos. Os alunos empenharam-se com afinco nesta iniciativa.

artigo elaborado pelo professor António Barros

## Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

No passado dia 30 de novembro, o Agrupamento de Escolas do Baixo Neiva teve a honra de receber a visita da Associação Portuguesa de Deficientes (APD). A APD é uma organização de pessoas com deficiência, constituída e dirigida por pessoas com deficiência. Enquanto organização de direitos humanos, tem por objetivo a promoção e defesa dos interesses gerais, individuais e coletivos das pessoas com deficiência em Portugal.

A APD financia a equipa de basquetebol em cadeiras de rodas de Braga, que a convite dos professores de Educação Especial, veio realizar uma Demonstração de Desporto Adaptado, com a presença dos senhores Ricardo Vieira e José Gonçalves, respetivamente treinador e jogador.

Foram organizados grupos por turma onde os jogadores explicaram técnicas básicas de condução da cadeira de rodas no sentido de evitar o acidente e a melhor forma de jogar. Após esta explicação muito atenta por parte dos alunos, estes tiveram a oportunidade de experimentar a difícil tarefa de jogar basquetebol em cadeira de rodas. Registou-se por parte dos alunos muitas dificuldades no domínio da condução cadeira de rodas associada ao jogo.

Os rostos dos alunos expressaram entusiasmo e alegria. Ao mesmo tempo esta atividade sensibilizou-os para a descoberta de outras capacidades que as pessoas com deficiência conseguem desenvolver para atingir os fins pretendidos.

Esta atividade excepcional prova a capacidade de adaptação e renascimento de toda e qualquer pessoa. Basta vontade, perseverança e acreditar. Afinal todos somos iguais, até na diferença.



Artigo elaborado por  
Virgínia Cardante Santos

Boletim Nascente Escolar  
Dezembro de 2011



Propriedade: Agrupamento de  
Escolas do Baixo Neiva  
Sede: Escola Básica do Baixo  
Neiva, Rua da Pedreira, 207  
4740-446 Forjães  
Tel: 253 879 200  
Fax: 253 872 526  
E-Mail: info@eb23s-forjaes.rcts.pt



**Diretor:** Professor Manuel Ribeiro

**Redação:** Clube da Comunicação

**Colaboração:** Professor António Barros (revisão de textos); Professora Fernanda Garrido “Floresta Autóctone”; Professora Anabela Freitas “Prova de Abertura de Orientação”; Professora Anabela Freitas “IV Prova de Orientação”; Professor António Barros “Preparação do Natal”; Professora Virgínia Santos “Dia Internacional da Pessoa com Deficiência”.

**Periodicidade:** Mensal

**Tiragem:** O Boletim Nascente Escolar é parte integrante do Jornal *O Forjanense* desde Janeiro de 2006, com uma tiragem de 1650 exemplares por mês.

## Desporto ■ Notícias FSC

Fernando Neiva

## Forjães vai-se equilibrando. Árbitros tentam desequilibrar?

Continua um campeonato muito disputado, com um equilíbrio grande entre as equipas que militam nesta divisão apelidada por muitos de «divisão de elite». O Forjães vai passar de ano na 10ª posição com dezoito pontos (mais sete que na época passada por esta altura), mas com o sentimento de que nos últimos jogos lhes subtraíram alguns. O Forjães está descontente com a arbitragem, em particular, nos últimos jogos, pois tem sido vítima de decisões no mínimo erradas, decisões essas que retiraram 3 pontos em dois jogos e levaram a algumas expulsões. De fato, nas últimas rondas tem surgido alguns penal-tis fantasma nos últimos minutos,

em particular, nos jogos de Padim da Graça e de Prado. Refira-se que ao longo do campeonato o Forjães beneficiou de um penalti e foram-lhe assinalados sete castigos máximos contra. Sendo que nos últimos seis jogos, antes do Vieira, surgiu sempre o «penal-tezinho» da ordem e como ninguém é de ferro estas decisões no mínimo erradas (não quero dizer premeditadas, porque enfim...) tem acarretado expulsões e multas quanto baste. Neste sentido a Comissão Administrativa já mostrou à direção da AF Braga o seu descontentamento e reuniu com o Conselho de Arbitragem, agora presidido pelo ex-árbitro dos nacionais Cunha Antunes, para analisar

os factos e exigir mais competência nas nomeações e no trabalho dos árbitros.

Na taça AF Braga, o Forjães ultrapassou sem dificuldades o Operário de Famalicão por 8-0 no conjunto das duas mãos, seguindo assim para a 3ª eliminatória (esta será numa mão), mas ainda não conhece o adversário que lhe irá fazer frente.

No futebol jovem o Forjães continua a evoluir com as diversas equipas nos respetivos escalões, sem que seja o mais importante, com resultados bastante satisfatórios mas com possibilidade de ainda fazer melhor.

## Taça AF Braga

2ª eliminatória 2ª mão  
1-12-11

Forjães 7 - 0 Operário (Famalicão)  
Campo do Operário FC (sintético)

## «Goleada de baixa intensidade»

Esta equipa do Operário de Famalicão, a militar na 2ª divisão, que na primeira mão a jogar no seu campo, de relva sintética, deu muito trabalho ao Forjães, que só nos minutos finais chegou ao golo. Apresentou-se neste jogo com disposição para fazer frente ao Forjães. Contudo, a superioridade dos forjanenses não os deixou pôr o pé em ramo verde

e começou cedo a faturar, tendo obtido sete tentos nos noventa minutos e desperdiçado outras tantas ocasiões, tudo isto jogado a baixo ritmo de treino. Apraz-nos dizer que a equipa do Operário, da 2ª divisão, não está habituada a jogar em campos pelados como o nosso.

FSC: 1- Stray (Runa aos 65); 96- César (Sérgio aos 75); 18- Pedro Ribeiro; 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 23- Né (Carlos aos 45); 8- Paulo Gomes; 24- Gabi; 20- Tomané; 22- Mika.

Treinador: Zé Miguel  
Não utilizados: Di, Roberto, Rui-zinho, e Fucile.

Golos: Tomané (3), Mika (2), Gabi (1) Carlos (1)

## Resumo das jornadas

## 11ª Jornada

27-11-11

Águias da Graça 1 - 1 Forjães  
Parque de jogos de Padim da Graça (sintético)

## «No final, árbitro retirou 2 pontos»

O Forjães entrou bem no jogo e marcou cedo através de Carlos, que rematou de muito longe, um pouco à frente da linha de meio campo, surpreendendo assim o guarda-redes da Graça. A primeira parte foi jogada com o Forjães sempre por cima no domínio do jogo. Na segunda parte o Forjães manteve-se coeso e organizado, só que na saída para o ataque era constantemente travado pelo homem do apito - começava a sentir-se o mau presságio que viria a ocorrer a cinco minutos do final. Praticamente na única vez que os homens de Canário che-

garam à área, o árbitro viu aquilo que era impossível de ver, porque não aconteceu nada, e apontou para o castigo máximo perante a estupefação dos forjanenses e os risos irónicos e surpresos dos homens da casa. Certo é que daqui resultou o golo de empate, foi injusto e revoltante, direi mesmo, que a coragem e atrevimento deste árbitro, em particular, na 2ª parte foi no mínimo suspeita e culminou com dois pontos retirados ao Forjães SC sem qualquer tipo de escrúpulos.

FSC: 1- Stray; 96- César; 24- Gabi; 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 6- Kiko; 8- Paulo Gomes; 23- Né; 70- Ruizinho (Mika aos 70); 9- Carlos (Tomané aos 78).

Treinador: Zé Miguel

Disciplina: Kiko expulso aos 85 m. Morgado (suplente) aos 86 m e Luís Cruz (Treinador adjunto) expulso no final do jogo.

Não utilizados: Yvon, Sérgio, Runa e Fucile

Golo: 0-1, Carlos aos 10 min.  
1-1, de penalty aos 85 m.

## 12ª Jornada

4-12-11

Forjães 0 - 0 Gerês  
Estádio Horácio Queirós (pelado)

## «Péssima exibição, paupérrima arbitragem»

O Gerês apresentou-se em Forjães com a lição bem estudada, com uma estrutura defensiva muito sólida e com 11 homens atrás da linha da bola. Na primeira metade Carlos desperdiçou a melhor ocasião de todo o encontro, quando rematou à figura do guarda-redes já no interior da pequena área. Na segunda metade o Forjães não conseguia desmontar a teia do adversário e no período em

que Zé Miguel colocou todo o poder de fogo disponível para tentar a vitória foi, curiosamente, o Gerês a criar mais perigo através de contra-ataques rápidos. Ainda para mais, neste período, o Forjães ficou reduzido a dez por expulsão de Gabi. Esta expulsão originou vários erros do árbitro no lance, ou seja, primeiro marcou penalty quando a falta foi claramente fora da área, mostrou o 2º amarelo a Gabi sem o consequente vermelho, permitiu a marcação do penalty, com o jogador do Forjães em campo. Nesta primeira marcação o Gerês fez golo, entretanto o árbitro voltou atrás e expulsou Gabi, ordenando a repetição do penalty. À segunda Stray defendeu de forma categórica.

Classificação - 14ª J		Divisão de Honra AFB 11_12						
Pos.	Equipa	Pts	J	V	E	D	GM	GS
1	Santa Eulália	27	14	8	3	3	35	23
2	Desp. Ronfe	26	14	6	8	0	23	15
3	Arões	23	14	6	5	3	23	19
4	GD Prado	22	14	6	4	4	12	7
5	Vieira	22	14	5	7	2	18	13
6	Caç. Taipas	20	14	6	2	6	22	22
7	U. Torcatense	20	14	5	5	4	18	20
8	Terras de Bouro	19	14	4	7	3	15	12
9	Ruivanense AC	19	14	5	4	5	23	24
10	Forjães	18	14	4	6	4	15	13
11	GD Travassós	17	14	3	8	3	13	12
12	CD Celoricense	17	14	4	5	5	22	28
13	Porto D'Ave	16	14	3	7	4	19	20
14	AFC Martim	12	14	3	3	8	14	23
15	G. Desp. Gerês	10	14	2	4	8	10	20
16	Águias da Graça	7	14	1	4	9	10	21

O jogo viria então a terminar com zero a zero. No final ambas as equipas saíram prejudicadas, o Forjães viu-lhe ser marcado um penalty, com a falta a ser fora da área. O Gerês viu um golo feito ser desfeito por uma desatenção do árbitro.



**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

**FSC:** 1- Stray; 96- Cesár; 18- Pedro Ribeiro (Tomané aos 68); 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 8- Paulo Gomes; 24- Gabi; 23- Né; 70- Ruizinho (Mika aos 60); 9- Carlos.

Treinador: Zé Miguel

Não utilizados: Yvon, Di, Fucile, Sérgio e Runa.

Disciplina: Gabi expulso aos 76 min.

### 13ª Jornada

11-12-11

Prado 1 - 0 Forjães

Parque de jogos do Faial (sintético)

#### «Penalti inexistente nos descontos desola forjanenses»

O FSC foi a Prado demonstrar que tem equipa para discutir o resultado em qualquer campo. Na primeira parte dispôs de duas boas situações de golo contra nenhuma do Prado. Na segunda metade o Prado tentou assumir o jogo, mas o Forjães obrigou a que o mesmo fosse dividido. No final já a meio do período de compensação surgiu o golpe de teatro e mais uma vez o Forjães viu ser-lhe marcada uma penalidade inexistente, cavada pelo experiente Adriano, que ao aperceber-se que não chegava

a bola mergulhou para o engano e conseguiu. O Prado fez o golo, para desespero de Stray e seu colega, nos momentos seguintes alguma cabeça quente gerou algum sururu, mas certo é que o Forjães deixava um ponto em Prado de forma injusta.

**FSC:** 1- Stray; 96- César; 18- Pedro Ribeiro; 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 6- Kiko; 8- Paulo Gomes (Orlando aos 86); 23- Né; 22- Mika (Tomané aos 76); 9- Carlos (Ruizinho aos 70).

Treinador: Zé Miguel

Disciplina: Né expulso aos 90 + 4 min., Cassi (massagista) expulso aos 90 + 2

Não utilizados: Yvon, Sérgio e Fucile

Golo: 1-0, Barroso de penalty aos 90 + 3 min.

### 14ª Jornada

18-12-11

Forjães 2 - 1 Vieira

Estádio Horácio de Queirós (Pelado)

#### «Forjães impõe-se ao candidato Vieira SC»

Jogo muito disputado, com o FSC a entrar determinado e com

ganas de vencer. Aos 10 minutos chegou ao golo por intermédio de Tomané. O sinal mais ia pertencendo ao Forjães, contudo, os homens de Vieira do Minho perto da meia hora chegaram ao golo numa jogada rápida e cheia de qualidade. O Forjães não baixou os braços e perto do intervalo, Helder apareceu com êxito para o segundo golo. Na segunda metade o Vieira, treinado pelo ex-atleta do Braga e FC Porto Barroso, procurou reagir, mas o Forjães mostrou-se uma equipa coesa e organizada. O Vieira dispôs apenas de um bom lance para empatar nos minutos finais mas o seu ponta de lança Koné atirou ao lado.

Vitória justa do FSC, que mostrou que, se o deixarem, tem valor para permanecer entre as equipas da elite de Braga.

**FSC:** 1- Stray; 96- César; 18- Pedro Ribeiro; 4- Hélder; 13- Orlando; 2- Joel (c.); 24- Gabi; 8- Paulo Gomes; 9- Carlos (Kiko aos 70); 20- Tomané (Zé Avelino aos 80); 22- Mica (Ruizinho aos 90).

Treinador: José Miguel

Não utilizados: Yvon, Sérgio; Runa e Pedro Ribeiro.

Golos: 1-0, Tomané aos 12 min. 1-1, Cela aos 27 min.; 1-1, Hélder aos 38.

Gil Vicente 8-6 Forjães

Forjães 3-4 Fão

Marinhas 4-1 Forjães.

Classificação:

1º Esposende 24 pts, 11º Forjães 4 pts

### Benjamins

S. Veríssimo 4-1 Forjães

Forjães 1-10 Fão

Esposende 7-1 Forjães

Classificação:

1º SC Braga 24 pts;

12º Forjães

## Forjães Sport Clube



Deseja Boas Festas a todos os sócios, simpatizantes, patrocinadores e amigos.

### Cantar das Janeiras

No próximo mês de Janeiro o FSC vai continuar a tradição que iniciou nos anos oitenta e que desde então sempre manteve - «o cantar das janeiras». Uns poucos ao fim da tarde durante a semana e uns poucos durante o dia ao sábado, lá iremos dar a cara e

procurar desempenhar o melhor possível o papel de cantadores e tocadores.

Por isso se ouvir um grupo de «canas rachadas» a cantar à sua porta já sabe somos nós os cantadores de Janeiras do Forjães Sport Clube.

### Noite de Fado

No passado dia 3 decorreu a noite de fado do FSC, no auditório Municipal de Esposende. Foi um belo espetáculo, com a artista Maria Lisboa a brilhar e mostrar toda a sua qualidade como grande artista que é. Os fadistas Patrícia Costa, Toni Pinheiro e Tony Reis deram também muito encanto a esta noite mágica. Sem dúvida uma noite cultural de muita qualidade, pena foi que não

tenha tido a adesão merecida por parte das pessoas, que preferiram ficar em casa a ver telenovelas.

O FSC fica muito agradecido a Maria Lisboa pela disponibilidade e amizade demonstradas. Só o altruísmo da artista tornou possível a realização de tal espetáculo. Também uma palavra de apreço para o Agostinho Maciel que se desdobrou em esforços para que tudo corresse da melhor forma.

## Futebol Jovem

### Juniores

Campeonato:

(6ªJ) S. Veríssimo 1-2 Forjães;

(7ªJ) Forjães 2-4 Granja;

(8ªJ) Gandra 1-2 Forjães

Classificação:

1º Pousa 16 Pts, 3º Forjães 13 pts

### Juvenis

Campeonato:

(6ªJ) Forjães 4-0 Belinho;

(7ªJ) S. Veríssimo 1-1 Forjães;

Classificação: 1º Alvelos 18 pts (+

1 jogo); 5º Forjães 10 pts

### Iniciados

Campeonato:

(3ªJ) Gondizalves 2-0 Forjães;

(6ªJ) Forjães 1-0 Oleiros;

(7ªJ) Vilaverdense 2-0 Forjães

(8ªJ) Forjães 7-1 Juv. Académico

Classificação:

1º Fão 24 pts, 6º Forjães 13 pts

### Infantis

Forjães 6-2 Ceramistas

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



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

**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

**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



José Salvador Ribeiro

## Nascer com um cromossoma especial... FP

Alguns cidadãos portugueses, bafejados pela fortuna, nasceram com um cromossoma extra, um 24º: FP. São cerca de 700 mil portadores em Portugal. Quase todos são familiares diretos ou indiretos consanguineamente de outros cidadãos do nosso país. Mas hoje, estes são os principais responsáveis pela grave crise que assola o nosso país. São o grande «cancro» do endividamento do «nosso» (por enquanto...) Portugal. Eles não produzem nada...eles não geram riqueza... eles são o «mal»... só precisamos deles para «guardar» as nossas criancinhas nos infantários e jovens nas escolas, só precisamos deles quando estamos doentes...só precisamos deles quando nos sentimos em insegurança...quando precisamos que se «faça justiça», que se «cobrem» impostos...quan-

do precisamos de uns cartões/certidões e outras coisas afins...enfim, são uns inúteis na nossa sociedade moderna. Para que é que precisamos de educadores de infância, de professores, de enfermeiros, de médicos, de juizes e de polícias? Eles ganham salários «monstruosos»... (todavia muitos esquecem-se que uma grande parte destes, os denominados Assistentes Operacionais /«funcionários» de escolas, de hospitais, os que nos recolhem o lixo diariamente ... levam para casa mensalmente um salário pouco acima do SMN! Verdade, confirmem, e outra grande parte, são pessoas licenciadas, com grau superior de ensino).

Caro leitor, sem nunca me lamuriar muito da profissão que enveredei, manifesto aqui o meu cansaço por serem estes, quase o «único» bode expiatório desta grave crise que atravessamos. É óbvio que este tal cromossoma que aqui ironizo, FP, «Funcionário Público», não teve culpa do destino que traçou para o seu percurso de vida. No setor privado, também existem educadores, professores, enfermeiros, médicos, advogados,

seguranças, a exercer a sua profissão, mas «estes», no privado, são considerados cidadãos «normais», exercem com dignidade e zelo a sua profissão, pois não dependem diretamente do salário do estado! Confuso, no mínimo.

Não restam dúvidas que estes cidadãos, particularmente os que

*«Manifesto aqui o meu cansaço por serem os FP o único 'bode expiatório' desta grave crise»*

ainda estão no ativo, têm sido ultimamente dos mais penalizados. Após uma série de medidas de austeridade (congelamento na progressão das carreiras, extinção do abono familiar, cortes percentuais nos salários acima de três por cento para quem auferir acima de 1500 € líquidos, etc.), originadas pelos famosos PEC's, sob vigência da «monocracia» do engenheiro

Sócrates, eis que o «baile» continua com um «gasparzinho» a trope de um «passos»... e os mesmos, para o ano 2012 e 2013 (por enquanto...), serão espoliados de dois salários - os subsídios de férias e de Natal (todos os FP sofrerão «cortes», embora com redução progressiva nas reduções, a título demonstrativo, um trabalhador que aufera 950€ líquidos apenas levará para casa 47,09 € destes subsídios, e não apenas quem auferir acima de 1000 € líquidos, como pretenderam «vender» a informação à opinião pública em geral).

Uns, em vez de lutarem por mais direitos, aplaudem estas medidas... ficam satisfeitos com o mal dos outros...pois os tais FP tinham muitas «regalias»... talvez tivessem algumas... mas como apelar também algumas «benesses» de milhares de pessoas que trabalham no privado, usufruindo de viatura da empresa durante todo o ano? (é fácil fazer as contas: seguro e selo da viatura, inspeção anual, oficina/revisões, combustível, portagens...quanto vale tudo isto? E a prestação ao banco para aquisição da mesma?), dividam

esta «regalia» e acrescentem-na ao salário que usufruem. Não tenho conhecimento desta benesse para os FP! E as férias oferecidas a locais paradisíacos pela empresa? E outros equipamentos, tais como, telemóveis, «roupa» de trabalho? O FP se quer...compra com o seu dinheirinho. Perguntem ao enfermeiro se alguém lhe oferece a bata...ao polícia se alguém lhe oferece a farda, ao professor se alguém lhe oferece o portátil, a impressora, a resma de papel ou a simples esferográfica para corrigir testes!

Não sabemos onde este país vai parar... mas certamente com estes cortes drásticos os tais FP já não consumirão tanto... serão mais cautelosos nos seus gastos... os comerciantes no Natal irão com certeza sofrer as consequências... a restauração irá sofrer imenso... as férias poderão ser canceladas... mais encerramentos de empresas e desemprego se avizinham!

Enfim, tudo medidas em pro do desenvolvimento nacional da «nossa» economia!



Pe. Luís Baeta

## Somos Nação

Se hoje alguém fosse convidado a descrever a época em que vivemos, concerteza soaria mais uma vez a palavra crise. É certo, está generalizado, é fruto da globalização e da mentalidade comum que a mesma cria. Não nego essa mesma realidade. Chamam-lhe crise económica e, para a ultrapassar, muitos estão dispostos a tudo. Como se não chegasse serem a sua origem, contraindo dívidas incontornáveis e seguindo políticas devastadoras, agora destroem o pouco e mais valioso que nos resta: a nossa Nação!

Se consultarmos o dicionário, entende-se por nação qualquer coisa como um conjunto de indivíduos ligados pela mesma língua e por tradições, interesses e aspirações comuns (cf. Dicionário da Língua Portuguesa 2004, Porto Editora, p.1152). No contexto em que vivemos, perante aquilo a que assistimos, de que forma estamos a ser nação?

Ultrapassando desde já o infeliz caso do acordo ortográfico, que

coloca mais uma vez Portugal a obedecer a critérios de outros países onde a nossa língua-mãe – o Latim – está ainda mais moribunda, poderemos debruçar-nos sobre outros factos como a extinção de freguesias com a sua história e o seu próprio orgulho e organização ou a anulação de feriados nacionais. Colocam-se, aqui, em causa, comemorações um tanto esquecidas de dias marcantes na nossa

*«Muitos destroem agora o pouco e mais valioso que nos resta: a nossa Nação!»*

história. Claro que ignorados por muitos, mas celebrados por outros, como os católicos que ainda marcham em adornados caminhos preparados para o nosso Deus passar entre cânticos e louvores no dia do seu Santíssimo Corpo e Sangue. Ou então aquele dia em que celebramos a dignidade única de Maria que mereceu ser elevada ao Céu em corpo e alma na sua Assunção. Talvez estas decisões não sejam, no entanto, fruto de um caminho

desvirtuado do clero de Portugal – como muitos insinuem através de mensagens de correio electrónico – mas resultado de inúmeros testemunhos de que apenas se esperam os feriados para se fazer umas férias prolongadas ou mais um dia de praia, ignorando o objectivo inicial dos mesmos: celebrar.

Mas, mais grave ainda, é o aumento do fosso entre ricos e pobres e das possibilidades de sobrevivência destes últimos, que cada vez são mais. Porque a crise acaba por ser sempre para os mesmos: os comboios deixam de passar em muitas terras do interior porque quem tem carro não precisa deles; as taxas moderadoras e as consultas nos hospitais públicos aumentam apenas para quem tem como única possibilidade de recurso o Sistema Nacional de Saúde. Mas aqueles que exigem tais leis, quando precisam recorrem a hospitais privados e não se sujeitam a listas de espera nem em cirurgias de estética quando outros, para cirurgias que lhes salvam a vida, têm de esperar. A possibilidade de viajar e conhecer o país está também reduzida: portagens, aumento dos combustíveis, dos preços dos transportes, dos museus e pousadas são uma regra. Nem se pode comer mais barato porque a restauração também não escapa.

Como nada se pode comprar com tais preços, também pouco se pode vender. As exportações ficam mais caras porque os produtos têm de viajar... e o pobre consumidor final não consegue obter nada a que a lei do aumento dos impostos não tenha atingido!

Somos Nação? Cada vez menos. Temos tradições? É melhor acabar com elas. Temos feriados? Já tivemos mais! Uma língua e uma ortografia? É melhor ir buscar

a dos outros! Somos freguesia? Já não sei a qual pertencem! Conhecemos o nosso país? Nem podemos viajar! Transportes? Alguns! Saúde? É melhor que não acabe. Alimentos? Podíamos ter mas preferimos cultivar desertos: exteriores e interiores. Sejamos Nação, tenhamos valores, saibamos estar atentos, porque eliminar os alicerces pode tornar a casa inteiramente ruínas!

**Zé dos Leitões**  
Forjães - Esposende

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



Como bons portugueses que somos, não podíamos deixar passar a época festiva de Natal e Fim-de-ano sem uma boa receita de bacalhau. Uma boa alternativa ao bacalhau cozido com todos. Para sobremesa, as cozinheiras da ACARF sugerem um pudim de amêndoas, ressaltando os também característicos frutos secos e a fruta cristalizada, mais frequentes nas nossas mesas nesta época do ano, fartas em doces e calorias. Mas a festa permite-nos abusar um pouco mais que o habitual.

**Bacalhau com cebola**

1kg de batatinhas novas; sal e 1 pimento vermelho; 2 cebolas; 4 postas de bacalhau demlhadas e pimenta; 2 dentes de alho; 2 dl de azeite; 1 dl de vinho branco; 1 ramo de salsa

Lave bem as batatas, corte-as ao meio e coloque-as num tabuleiro. Tempere com sal e leve ao forno a 200°C, por cerca de 40 minutos. Corte o pimento às tiras e as cebolas aos gomos. Distribua-os por outro tabuleiro, sobreponha o bacalhau e tempere com sal e pimenta. Acrescente os alhos esmagados e regue com o azeite e o vinho. Leve ao forno e asse por 30 minutos. Retire as batatas e dê-lhes um pequeno murro. Sirva o bacalhau sobre as batatas e sobreponha a cebola e o pimento. Regue com o molho e junte a salsa.

**Pudim de amêndoas**

200g de fruta cristalizada; 250g de miolo de amêndoa; 500g de açúcar; 12 gemas; 3 claras; 50g de miolo de pão; 50g de manteiga; manteiga para untar

Corte a fruta aos cubinhos, reservando algumas inteiras. Retire a pele às amêndoas e triture-as. Prepare uma calda, levando ao lume o açúcar com um pouco de água. Deixe ferver e adicione a fruta e a amêndoa picadas. Bata as gemas e adicione-as ao preparado anterior. Bata as claras em castelo e misture-as com o miolo de pão. Envolve-as no creme de fruta e leve novamente ao lume. Mexa até começar a ferver. Envolve a manteiga. Transfira o pudim para uma forma e leve ao forno por 40 minutos, a 170°C. Desenforme morno e decore com a fruta e as amêndoas inteiras.

### Intolerância à lactose (Parte II)



Ricardo Moreira\*

Quando uma criança apresenta sintomas de intolerância à lactose, a remoção do leite e todos os seus derivados da sua dieta durante um período de duas semanas pode ajudar a solucionar o problema. Após este período, o leite pode ser reintroduzido em pequenas quantidades aumentando progressivamente com observação concomitante de retorno ou não dos sintomas. É muito importante manter os restantes elementos da dieta inalterados durante estes testes, uma vez que existem outros alimentos que podem causar sintomas semelhantes aos da intolerância à lactose. Se os sintomas desaparecerem durante o período das duas semanas de privação do leite e derivados e ressurgirem quatro horas após a primeira ingestão de leite, poder-se-á considerar um diagnóstico de intolerância à lactose.

O teste de H2 no ar expirado é outro método de diagnosticar a intolerância à lactose, uma vez que o hidrogénio é um dos gases produzidos no colon em caso de deficiência de lactase. Este teste é feito em ambiente clínico. Também se pode verificar a deficiência de lactase através de endoscopia durante a qual se efectua uma biópsia do intestino delgado para verificar a actividade da lactase.

O tratamento da intolerância

à lactose decide-se com base na violência dos sintomas. A maior parte das crianças é capaz de tolerar alguma quantidade de lactose. Nestes casos poder-se-á elaborar uma dieta baixa em lactose, o que não invalida o consumo de leite, uma vez que existem no mercado varias marcas de leite sem lactose. Pode também haver consumo de alguns derivados de leite (iogurtes e queijo), de acordo com o tipo de sintomas. Existem, porém, outros casos, em que existe uma enorme sensibilidade à lactose uma vez que não existe produção de lactase. Estas crianças precisarão de uma dieta completamente isenta de lactose na qual se deve efectuar uma leitura cautelosa dos rótulos para evitar o seu consumo mesmo que residual. É muito importante optar por leite e derivados sem lactose disponíveis no mercado, para que a criança não tenha privação de cálcio, vitamina D e riovitamina (vitamina do complexo B), em fases importantes do seu crescimento e desenvolvimento.

\* Nutricionista

### Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

#### Horizontais

1º cobrir; víscera = 2º consolar = 3º Antes de Cristo; aqui = 4º donativo; altar dos sacrifícios; possuir = 5º sigla do Amazonas; laço = 6º ligeiro = 7º aliança democrática; número cardinal = 8º ave galinácea do Brasil; patrão; sapo da região amazónica = 9º nota musical; atmosfera = 10º superiora de um convento = 11º vila portuguesa; barcos de luxo =

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

#### Verticais

1º boato; brilhante = 2º mulher mexeriqueira = 3º instrumento agrícola; partido republicano = 4º fileira; época; medida de superfície = 5º graceja; preposição = 6º semelhante a verdade = 7º significativo de teu; gemido = 8º sigla da televisão italiana; tio da América; partida = 9º seguir; antigo testamento = 10º planta umbelífera, hortense = 11º planta vivaz e medicinal; paredes =

### Saúde em destaque

#### Implantes dentários (Partell)

##### O tabaco é um factor de risco real de fracasso?

O tabaco diminui a vascularização do osso e da gengiva, atrasa os processos de cicatrização, aumentando o risco de infecções. Está claramente provado na literatura científica que os implantes em pacientes que fumam apresentam uma maior taxa de insucesso.

##### Que complicações podem ocorrer durante o tratamento?

Durante o acto cirúrgico são as mesmas de qualquer tratamento de cirurgia oral. Todas estas complicações tais como lesões de estruturas sensitivas (nervos), ou dos dentes vizinhos são pouco frequentes e facilmente evitáveis quando se procede a um estudo completo do seu caso clínico mediante a utilização de meios auxiliares de diagnóstico como são as radiografias e a tomografia computadorizada.

##### E agora, depois de ter o implante que alterações posso apresentar?

Em termos funcionais os implantes comportam-se como dentes naturais, ou seja, as pessoas que

os têm não os sentem como um corpo estranho. Existem no entanto, casos específicos que dependendo do tipo de prótese que se coloque (próteses removíveis sobre implantes – sobredentaduras) os pacientes sentem um certo grau de movimento da mesma o que é perfeitamente natural. No entanto, esse movimento é sempre inferior ao de uma prótese removível convencional.

Em termos de ritmo de vida poderá fazer o que sempre fez mas com mais qualidade na medida em que em termos de mastigação e estética estará melhor.

Deverá, no entanto, ter em atenção que a duração a longo prazo destes tratamentos depende dos níveis de higiene oral e dos hábitos tabágicos.

##### Quanto tempo duram os tratamentos com implantes? São para toda a vida?

Os tratamentos com implantes não são eternos, tal como não é qualquer outro tratamento reabilitador em Medicina Dentária. No entanto, e com os recentes avanços tecnológicos poderá esperar uma durabilidade dos implantes



Marina Aguiar\*

sempre superior a 15 anos, e no caso das próteses que se apoiam nos implantes um tempo mínimo de 10 anos é o período aceitável de duração. Seja como for, recorde sempre que quando exista alguma patologia infecciosa ou problema mecânico no conjunto implante-prótese este período de duração estimado reduz drasticamente. É importante no entanto referir que estes problemas ocorrem quase exclusivamente em casos de uma má manutenção destes tipo de tratamentos. É conveniente efectuar consultas de controlo com um intervalo máximo de 6 meses.

(Folheto educativo OMD)

O tabaco é um factor de risco real de fracasso?

\*Médica Dentista

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



## O FORJANENSE deseja a todos os assinantes, colaboradores e leitores umas Boas Festas



### A arte é a minha paixão

Apesar de se ter formado professora, a arte sempre ocupou um lugar no seu coração. Auto-didacta e criativa por natureza, usa os trabalhos manuais como uma terapia. No seu percurso artístico conta já com algumas exposições, nomeadamente no Centro Cultural Rodrigues de Faria, pela Festa da Santa Marinha 2011, na mostra «Artista (Des)conhecido», e a mais recente, no mesmo espaço, ainda a decorrer, até ao dia 15 de Janeiro de 2012.



**Eduarda Sampaio**

Rosa Maria Lima Vila Verde Neiva, mais conhecida por Professora Rosa Neiva ou Rosa Maria, tem hoje 59 anos e dedica-se às Artes Decorativas.

A Arte é, e sempre foi, uma grande paixão

desde muito nova: saiu de Forjães aos dez anos, para frequentar um colégio e formou-se como professora primária, profissão que exerceu desde então. «Sempre fui uma boa profissional e tenho orgulho na profissão que tive, mas adorava desenho e gostava de ter seguido Belas Artes ou Matemática que eram as áreas que mais gostava. Desde pequena sempre fiz um desenho para acompanhar todos os meus trabalhos de escola, e transmiti isso aos meus alunos que seguiam para o quinto ano com outra preparação. Ao longo da minha carreira sempre apliquei este gosto que tenho em tudo o que fazia. Fazia cartazes ou outro tipo de trabalhos manuais com os miúdos, e adorava», relembra Rosa Maria.

Com esta paixão sempre presente no seu dia-a-dia, viajou um bocadinho por todo o país devido à sua profissão, e regressou a Forjães há três anos. Hoje,

está reformada e dedica todo o tempo livre transpondo a sua criatividade para as peças que cria.

«A primeira vez que coloquei os meus trabalhos em exposição foi há dois anos no Centro Cultural, e vendi tudo. Mas já fa-

zia nos meus tempos livres, ainda quando trabalhava na escola, para encomendas no Porto, Braga e também para pessoas amigas» acrescenta. «Mas não faço duas peças iguais porque não gosto de me repetir, a não ser que me peçam, claro. Apesar de existirem já alguns trabalhos deste tipo, procuro que os meus sejam diferentes e tenho o cuidado de fazer um acabamento perfeito para que até ao toque se note a diferença. Para mim têm que ter apelo estético, senão, paro e recomeço de novo até que fique como

*«As peças têm de ter apelo estético, senão paro e recomeço de novo até que fique como quero. Eu tenho de gostar para poder vender»*

quero. Eu tenho que gostar para poder vender», afirma a artista.

Não teve qualquer formação e retira ideias de revistas; faz os moldes e aplica a sua criatividade. Foi aperfeiçoando as técnicas, inspirando-se em tudo o que vê à sua volta, inventando sempre de acordo com a sua visão criativa.

«Sempre gostei muito de arte», reforça, «e isto que eu faço funciona como uma terapia para mim, sempre o foi. Também pinto, mas a tela não expõe tanta criatividade como ao fazer estes trabalhos. Além do que tenho exposto, também faço postais de parabéns, lembranças de casamento, convites, molduras e todo o tipo de trabalhos perso-

nalizados. Só preciso de liberdade de criatividade para criar algo que vá de encontro ao que a pessoa precisa», esclarece Rosa.

Em relação ao preço das peças, considera que é variável, porque alguns materiais são bastante caros e cada peça exige um tempo considerável. «Custam um bocado mais do que a peça em bruto porque é uma junção da mão-de-obra, mais o acabamento, as tintas, as massas ou as técnicas decoupage ou craquelê (dependendo da peça), e outros materiais variados que utilizo. E claro, depende também do tamanho, do tempo que dedico a cada peça, entre outros factores». Adianta ainda: «Investi bastante no material que utilizo, mas não tenho tido muito lucro... Não vendo muito cá, por isso, estou a pensar em expor em casa e sobretudo na Internet, através do Facebook. É só uma questão de tempo até publicar». O que a deixa muitas vezes ficar triste e desanimada pois «são muitas horas de trabalho, e se não vender também não tenho disponibilidade financeira para investir. E esta crise também não ajuda...», salienta.

A verdade é que, apesar dos tempos difíceis que se avizinham, o brilho nos olhos de Rosa quando fala orgulhosamente de cada peça feita só prova que, quem corre por gosto, não cansa.

Visite esta exposição no Centro Cultural Rodrigues Faria até dia 15 de Janeiro, semanalmente das 9h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h30, aos sábados das 10h00 às 13h00 e das 14h30 às 18h00 e aos domingos das 14h30 às 17h30.

**Diana Martins**

 **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



- 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

**Novas instalações**

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