

O FORJANENSE

Mensário informativo e regionalista

Directora executiva: Susana Costa
Março 2012 • Ano XXVII 2ª série • n.º 273
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0,80

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



págs. 8-9

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



Local

Incêndios sobressaltam populações vizinhas



Incêndio numa mata em Vila-Chã, muito próximo de habitações

Na madrugada da quarta-feira passada, os sinos tocaram a rebate na freguesia de Palme. Os habitantes levantaram-se sobressaltados e juntaram-se para lutar contra o fogo que impiedosamente lavrava desde a terça-feira de tarde e que, por esta altura, tomava proporções dramáticas.

O incêndio começou às 14 horas do dia 27, em Tamel Sta. Leocádia e avançou para as freguesias de Carapeços, Tamel S. Fins, Aguiar, Vilar do Monte, Feitos, Fragoso, Palme e Vila-Chã. De acordo com o site da Protecção Civil, eram três as frentes de incêndio que os bombeiros combatiam durante esta quarta.

Entre Palme e Fragoso, e ao longo da estrada municipal, as chamas entraram em quintais e terrenos agrícolas. As pessoas pegaram nos seus tractores com as cisternas cheias, enxadas na mão, ou levaram qualquer outra coisa que servisse para acabar com o fogo. Os bombeiros não tiveram mãos a medir face aos pedidos de ajuda.

«Temos que salvar o que é nosso. A preocupação são as casas», repetiam os moradores das freguesias afectadas enquanto carregavam água para a frente de fogo. Uma casa desabitada e um anexo de uma habitação não puderam ser salvos e foram inevitavelmente consumidos pelas chamas.

Várias ambulâncias auxiliaram peque-

nos ferimentos e inalações de fumo, onde a visibilidade é quase nula, e lesa principalmente os bombeiros em acção. A nacional 103, que liga Barcelos a Viana do Castelo e a municipal que liga Palme a Fragoso foram cortadas pelos militares da GNR de Barcelos, por diversas vezes, bem como a iluminação pública que, depois de atingida pelas chamas, acabou por ser parcialmente desligada.

No terreno, actuaram um Grupo de Reforço para Incêndios Florestais, do Porto, constituído por 25 homens, bombeiros de Barcelos, Barcelinhos, Viana do Castelo, Esposende e algumas corporações mais distantes geograficamente que se prontificaram a ajudar a combater as chamas que eram visíveis a dezenas de quilómetros, tendo estes sido auxiliados por um helicóptero durante a tarde de quarta-feira.

Ao fecho desta edição, o fogo estava finalmente em fase de rescaldo, mas ainda sob vigilância apertada pelos bombeiros e GNR, para evitar reacendimentos. Ainda não há uma noção real da área afectada, mas há já a certeza de que este é um dos maiores incêndios registados nos últimos dez anos no concelho de Barcelos, que se propagou ao concelho de Esposende.

Redacção

Cantinas Escolares com «Sabores do Mar»

Integrado na iniciativa «Março com Sabores do Mar» e com o objectivo de fomentar o consumo de peixe nas cantinas escolares, a Câmara Municipal de Esposende levou a efeito o «Dia das Cantinas Escolares com Sabores do Mar», no passado dia 23 de Março.

A iniciativa contou com a participação de sete cantinas escolares do concelho, sendo que a Associação ACARF confeccionou Feijoada de Marisco, a EBI de Forjães Empadão de Bacalhau, o Centro Social de Mar preparou Bacalhau à Gomes de Sá, a Santa Casa da Misericórdia de Fão Caldeirada de Lulas, o Centro Social de Curvos Filetes com cenoura escondida e arroz primavera e a EB1 do Facho serviu Arroz de Peixe.

Estes foram os estabelecimentos de educação e ensino aderentes ao «Dia das Cantinas Escolares com Sabores do Mar», que aceitaram o desafio de estimularem o consumo de peixe nas crianças e jovens, fornecendo um prato diferente do que habitualmente servem. Considerando que Esposende é uma região rica em pescado, esta iniciativa constituiu uma oportunidade para os mais jovens poderem degustar pratos de peixe.

Também integrado no «Dia das Cantinas



Feijoada de marisco proposta pela ACARF

nas com Sabores do Mar», decorreu na EB1 de Barral, a iniciativa «O Chef vai à escola», com a participação do Chef Ivo Loureiro, que confeccionou Creme de cenoura, Canelhas de pescada com puré de batata e, como sobremesa, Pêra rocha cozida em sumo de maçã e chocolate.

Fonte: Câmara Municipal de Esposende

Hora do Planeta 2012

Tal como em anos anteriores, o Município de Esposende vai aderir à Hora do Planeta 2012, que ocorrerá no próximo sábado, dia 31 de Março, entre as 20h30 e as 21h30.

Assim, neste período de tempo, serão desligadas as luzes do edifício dos Paços do Concelho, Biblioteca Municipal, Museu Municipal, Casa da Juventude e do passadiço da Zona Ribeirinha. A empresa municipal Esposende Ambiente mostra também o seu apoio à Hora do Planeta ao apagar as luzes do seu Edifício Sede.

O Município convida, de resto, a comunidade em geral a associar-se a esta

iniciativa, que acontece à escala mundial, mostrando o seu apoio a esta acção ambientalmente sustentável.

A Hora do Planeta é uma iniciativa da rede WWF, que, desde 2007, desafia os cidadãos, empresas, governos e comunidades a desligar as luzes por uma hora, com o objectivo de os sensibilizar para a necessidade de serem adoptados hábitos simples, mas muito benéficos para a regeneração, conservação e preservação do planeta.

Fonte: Câmara Municipal de Esposende

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

Casa Pereira

Drogaria Ferragens

Casa Pereira I - Av. Rodrigues de Faria, 25 / 4740-438 Forjães
Tel. 253 871 719

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

Homenagem póstuma ao extinto forjanense Amândio Fernandes de Carvalho

A data de 6/02/2012, assinala, na cronologia da nossa terra, a morte de um dos seus conhecidos filhos «Amândio do Floriano».

Quis a fatalidade que de plena amargura preste ao inesquecível amigo a homenagem que pretenderia prestar-lhe noutras circunstâncias, não após a sua morte com lágrimas no coração...

A «ceifeira sinistra» levou-o e jamais o meu grande amigo abraçará o Mateus do Gaio. Que, embora longe da pátria, emocionadamente chora a sua morte...

Perdeu Forjães um cidadão consciente dos seus deveres cívicos. Um ente nascido para se impor ao respeito e a consideração de todos.

Ofereceu aos seus filhos exemplo salutar de seus actos. Dele ficou a lição do seu trabalho. Era um homem de virtudes congénitas. Um espírito laborioso e dinâmico.

Emergiu de condições humildes. Conquistando à custa de esforço e de lutas o lugar em que a morte o veio buscar.

Foi um símbolo de pertinácia. Um valor ativo. Impôs-se ao respeito e à admiração

porque manteve uma luta com dignidade. Congregava não só em Forjães, mas nas terras circunvizinhas, um prestígio consistente e sincero.

Alvoreceu no mundo em 9 de Novembro de 1930 – apagou-se em 6 de Fevereiro de 2012 – um Outono de luz em Portugal o trouxe e um inverno o levou, no gélido suor da agonia e da morte.

Adeus, Amândio – Paz à tua alma.



Mateus Faria Arriscado
São Paulo - Brasil

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Visita ao Lar de Idosos de Forjães com a Catequese

Depois de, em Fevereiro, os catequizandos de Forjães terem visitado o Lar de Santo António, no Dia do Doente, também os jovens do Castelo de Neiva quiseram marcar presença. Como feedback desta visita, recebemos este lindo texto de uma das visitantes.

No passado dia 10 de Março de 2012, o grupo de catequese do 10º ano da freguesia de Castelo do Neiva, organizou juntamente com as nossas duas catequistas Rosa Vieira e Armanda Arezes uma visita ao lar de idosos de Forjães.

A saída ficou marcada para as 10h30 da manhã no Centro Paroquial de Castelo do Neiva, mas como éramos muitos, a carrinha da paróquia fez duas viagens. Chegamos lá todos por volta das 11 horas.

A visita começou pela parte do lar, onde vimos as instalações, visitando depois os idosos que estavam nas salas de convívio, fomos a 2 salas e em cada uma delas lemos um poema, escrito pela catequista Rosa

Vieira. Em seguida fomos ver a parte dos cuidados paliativos e continuados, onde conhecemos o enfermeiro Pedro que nos explicou como funcionava essa parte do lar e quais os métodos utilizados para uma melhor reabilitação dos doentes. Com tudo explicado, passamos à visita do espaço e claro dos nossos idosos, depois de uma conversa com eles, chegou infelizmente a hora de irmos embora... despedimo-nos todos voltando à nossa terra por volta do meio-dia.

Ficamos encantados com a alegria de viver destas pessoas, que a cada dia que passa mantêm um sorriso no rosto e um brilho nos olhos! Nota-se deveras que são tratados com muito carinho e que cada profissional que lá está os acompanha com muito gosto e por vocação...

Gostamos muito da visita e esperamos todos lá voltar um dia, e muito em breve! ...

Sarah M. Meira

Editorial



Março está já no final e com ele leva muitas notícias. «Março com Sabores do Mar» com mais uma edição bem sucedida, Jornadas Culturais na ACARF, incêndios devastadores que em poucas horas destroem matas imensas que os nossos olhos se habituaram a ver. Muitos de nós achávamos que o caminho que nos liga a Barcelos era «feio» e sombrio, principalmente quando lá passávamos de noite. Mas a realidade veio, mais uma vez, dar-nos uma lição de vida e mostrar que tudo pode ficar bem pior. Agora o verde da floresta e as ár-

vores imponentes foram substituídas por troncos nus e cinzentos, terras de cinza e vazio, que só o tempo se encarregará de voltar a colorir. Não bastava já a crise económica e a seca, como também vieram os incêndios característicos desta altura do ano. É de arrepiar pensar nos momentos de ansiedade e dor que as freguesias vizinhas viveram nestes últimos dias. Também nós, forjanenses, sofremos com eles. Não só pelo fumo que tornava o ar irrespirável, mas também por ver ser destruído um dos nossos pulmões. As dificuldades que todos pas-

samos actualmente levam-nos a questionar os verdadeiros valores da vida. Há quem diga que a falta de bens materiais fará elevar sentimentos como a partilha e a solidariedade. Esperemos que, de facto, assim seja. A verdade é que vemos as pessoas cada vez mais desesperadas e a tomar medidas cada vez mais extremistas. Mas para novos problemas, novas soluções. Os portugueses são conhecidos por serem desenganchados, e é nas piores alturas que têm mais e melhores ideias para ultrapassar os obstáculos. Na tentativa de buscar soluções,

também a ACARF organizou mais uma edição de Jornadas Culturais, este ano, subordinadas ao tema «Sustentabilidade das Associações». Com cortes sucessivos e subsídios diminuídos, as associações e a sua acção perante a sociedade que dela depende podem estar condicionadas ou até comprometidas. A opinião é, porém consensual: só as mais criativas e empenhadas sobreviverão. Do mesmo modo, é impossível para todos imaginar uma sociedade sem este tipo de instituições (ver págs. 8-9).

Susana Costa

M. MOURA
AUTO-SERVICE

Revisões desde 21,99 euros

Manutenção geral, serviços rápidos, lavagens, travões, suspensão, iluminação

Zona Industrial Neiva / 4935 Viana do Castelo
Tel.: 253 119 788 / Tlm.: 939 900 420
email: m.mouraaautoservice@hotmail.com

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

Desporto ■ Notícias FSC

Fernando Neiva

Forjães segue em sétimo no campeonato

A equipa sénior do Forjães Sport Clube está a um passo de alcançar o objetivo da manutenção no campeonato da divisão de honra. Na taça vai disputar os quartos de final, em Forjães, perante a difícil equipa do Vieira.

Relativamente ao futebol jovem, a maior representação de sempre na história do clube, sete equipas federadas, todos ela vão competindo e marcando posição nos seus escalões.

O clube debate-se entretanto com algumas dificuldades de tesouraria, em parte, devido ao atraso no recebimento de alguns patrocínios e também ao atraso na cobrança de todos. Será necessário o esforço de todos os sócios,

simpatizantes e amigos na ajuda ao clube, por forma a que a Comissão Administrativa, em exercício, possa honrar os compromissos do clube. Aqui fica então um apelo para que todos aqueles que gostam e que possam ajudar o clube, o façam. Aos sócios, que ainda não puderam regularizar as suas quotas apela-se a que façam um esforço no sentido de colaborar com o clube.

Relativamente a obras, estão a ser ultimadas algumas situações que visam tornar possível a colocação de um sintético no Estádio Horácio de Queirós já no final desta época desportiva. Contudo, será preciso o esforço e colaboração de todos.

Relativamente ao futuro torna-se necessário que aqueles que gostam se disponibilizem para integrar uma direção. A atual Comissão Administrativa encerrará um ciclo de dois anos no final de Junho, e já tornou público que não haverá continuidade em circunstância ou cenário algum. Por isso, aqui fica o alerta para aqueles que realmente gostam do clube se irem organizando por forma a encontrar uma solução diretiva.

No próximo dia 15 de Abril o Forjães Sport Clube, vai celebrar 45 anos de filiação. A data será assinalada com os habituais foguetes nesse e com um jantar comemorativo, em princípio no dia 21 de Abril.

Relvado sintético

O Forjães Sport Clube tem já um entendimento com a autarquia local para o financiamento parcial da obra de colocação de um relvado sintético no Estádio Horácio de Queirós. O Clube terá que suportar uma parte da obra e para isso será necessário o apoio de todos aqueles que puderem ajudar. Nos próximos dias será lançada uma campanha de recolha de fundos

para tornar possível a viabilização desta obra. Por isso, amigo forjanense, ajude-nos a concretizar um sonho que já leva muitos anos e que só com todos a ajudar será possível concretizar.

Vamos todos ajudar a equipar o nosso estádio e criar melhores condições, sobretudo para os jovens, na prática desportiva.

Caderneta colecionável

O Forjães Sport Clube lançou uma caderneta colecionável, com cerca de 250 cromos, onde constam todos os/as atletas que representam o clube. Se ainda não ad-

quiriu a sua, faça-o! Desta forma estará a ajudar o clube da nossa terra e em particular o seu futebol jovem.

Resumo das jornadas

23ª Jornada
11-03-12

Taipas 3 - 1 Forjães
Campo do Montinho – Caldas das Taipas, Guimarães (relva natural)

«Excelente atitude dos jogadores»

Num jogo disputado em campo inclinado o Forjães atuou mais de 70 minutos com dez homens e a perder por duas bolas a zero, golos obtidos através de dois penaltis, um inexistente e precedido de falta e outro precedido de um fora de jogo escandaloso. Contudo, o Forjães reagiu bem, atirou ao poste e desperdiçou uma clara situação para reduzir. A segunda parte começou com o terceiro gol do Taipas (único limpo), mas os forjanenses não se deixaram ir abaixo e reduziram para 1-3. Se o trio de arbitragem tivesse sido justo, estou em crer que o Forjães teria trazido qualquer coisa das Taipas.

Foi uma derrota algo injusta, pelas condicionantes criadas pelos homens de preto. Os homens do Forjães deixaram uma forte imagem, mostrando que são guerreiros.

FSC: 1- Stray; 2- Magalhães (César aos 70); 3- Orlando; 4- Hélder; 5- Zé Avelino; 22- Joel (c.); 7- Gabi; 8- Paulo Gomes (Bruno aos 77); 9- Né (Carlos aos 60); 10- Tô Mané; 11- Mika.

Treinador: Zé Miguel
Não utilizados: Yvon, Kiko, Tiago e Pedro Ribeiro
Disciplina: Orlando expulso aos 19 minutos.

Golos:
1-0, de penalti aos 9 minutos.
2-0, de penalti aos 17 minutos.
3-0, aos 48 minutos
3-1, Mika aos 65 minutos

24ª Jornada
18-03-12

Forjães 1 - 2 Celoricense
Estádio Horácio de Queirós

«FSC não soube marcar»

Este jogo fica marcado por duas partes muito iguais, entradas fortes do Forjães com boas situações de golo a surgirem, uma bola no ferro em cada um destes períodos, mas com os atacantes a serem muito perdulários. O Celoricense fez golo na primeira vez, muito consentida, que chegou à baliza. Bruno repôs a igualdade na conversão de um penalti e Mika falhou isolado a reviravolta no marcador. A segunda parte foi um pouco como a primeira, embora depois de se colocar em vantagem o Celoricense tenha conseguido o controlo do jogo. O empate seria o resultado mais justo porque os forjanenses não fizeram um jogo ao seu melhor nível, caso contrário teriam fortes possibilidades de ultrapassar a bem organizada equipa do Celoricense.

FSC: 1- Stray; 2- César; 3- Pedro Ribeiro (Postiga aos 73); 4- Hélder; 5- Zé Avelino; 22- Joel (c.);

7- Né (9- Carlos aos 60); 8- Paulo Gomes; 9- Mika; 10- Tô Mané; 11- Bruno (Tiago aos 77).

Treinador: Zé Miguel
Não utilizados: Yvon, Magalhães, Kiko e Gabi.

Golo: 0-1, aos 29 minutos.
1-1, Bruno aos 34 minutos
1-2, aos 70 minutos

25ª Jornada
25-03-12

Ronfe 0 - 0 Forjães
Estádio do Desportivo de Ronfe-Guimarães (sintético)

«Forjães empata candidato»

O Ronfe, segundo classificado, foi obrigado a perder pontos em casa, mesmo com um trio de arbitragem no mínimo caseirinho. A primeira metade foi mais intensa com uma bola no ferro para cada lado e com algumas jogadas muito bonitas. Na segunda parte manteve-se a toada, mas após a expulsão de Joel

(segundo o árbitro por responder a insultos da bancada) o Forjães perdeu alguma capacidade ofensiva e o Ronfe atacou mais. Ainda assim Mika falhou dois desvios ao poste que poderiam ter dado três pontos ao Forjães. No último dos seis minutos de compensação, o árbitro transformou um corte num atraso ao guarda-redes e marcou um daqueles livres perigosos, dentro da área. Os homens de Ronfe falharam a primeira tentativa e ele mandou repetir, mas mesmo à segunda não marcaram e então sim o jogo terminou, com uma justa divisão de pontos.

FSC: 1- Stray; 14- Magalhães; 24- Gabi; 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 96- César (Paulo Gomes aos 36); 23- Né (Postiga aos 45); 9- Carlos (Mika 75); 20- Tô Mané; 21- Bruno.

Treinador: Zé Miguel
Não utilizados: Yvon, Sérgio, Pedro Ribeiro e Tiago.
Disciplina: Joel expulso aos 61 minutos

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



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



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

Futebol Jovem

Benjamins

(17ª J) Forjães 0-8 Santa Maria
(18ª J) Ceramistas 6-1 Forjães
(19ªJ) Forjães 1-5 S. Veríssimo
Classificação: 1º Esposende 40 pts; 12º Forjães 0 pts

Infantis

(17ª J) Forjães 0-8 Andorinhas
(18ª J) Ceramistas 3-2 Forjães
(19ª J) Forjães 4-0 Gil Vicente.
Classificação: 1º Esposende 57 pts, 12º Forjães 14 pts

Iniciados

(18ªJ) Forjães 0-3 Maximinense;

(19ª J) Prado 1-1 Forjães
(20ªJ) Forjães 2-1 Santa Maria;
(21ªJ) Oleiros 1-4 Forjães;
Classificação: 1º Fão 61 pts,
8º Forjães 27 pts

Juvenis

(16ªJ) Alvelos 3-0 Forjães;
(17ªJ) Forjães 5-0 Oleiros;
(18ªJ) Lanhas (adiado) Forjães;
(20ªJ) Belinho 1-2 Forjães
Classificação: 1º Bastuço 42 pts;
6º Forjães 23 pts

Juniões

Taça AF Braga (3ª eliminatória):
Stª Maria 4 – 4 Forjães (após

prolongamento. Nos penaltis venceu o Stª Maria)
Campeonato:
(17ªJ) Forjães 3-2 Louro
(18ªJ) Fão 2-2 Forjães;
(19ªJ) Forjães 8-0 Necessidades
(20ªJ) Pousa 1-1 Forjães
(21ªJ) Forjães 1-0 S. Veríssimo
Classificação: 1º Ninense 45 Pts,
2º Forjães 39, 3º Fão 38 pts

Feminino sub-18

(8ªJ) Forjães 0 – 5 Vilaverdense
(9ª J) Martim 0-1 Forjães
(10ª J) Forjães 3-0 Prado
Classificação: 1º Vilaverdense 21 pts, 4º Forjães 15 pts (menos 1 jogo)

Atletas Femininas do FSC convocadas para a seleção



As atletas Catarina Ribeiro, guarda-redes, e Mariana Azevedo foram convocadas para a seleção sub-18 da AF Braga.

Do grupo que agora está a treinar em Adáufo, serão escolhidas catorze atletas para representarem a AF Braga num torneio inter-associações que se vai disputar em Lisboa entre 12 e 15 de Abril e que é promovido pela Federação Portuguesa de Futebol.

Parabéns às jovens atletas forjanenses, cujo talento lhes foi reconhecido, ao serem agora convocadas, bem como para todo o grupo que tem representado muito bem o Forjães Sport Clube.

Obrigado Orlando Sá. Obrigado Campeão.



O Forjães Sport Clube ficará eternamente grato ao atleta internacional português - Orlando Sá -, atualmente a jogar no Fulham da Premier League de Inglaterra. Porque num gesto de grande amizade, generosidade e sobretudo de grande coração, no intervalo do jogo Forjães-Celoricense, entregou uma carrinha de nove lugares ao nosso clube para apoio ao nosso futebol jovem que movimenta hoje mais de duas centenas de atletas.

Na cerimónia de entrega, o Orlando fez-se representar pelo amigo de infância, Aleixo Morgado. Refira-se que sabendo da necessidade que o clube tinha nesta vertente, foi ele, Aleixo,

que juntamente com o Zé Abreu (FORCAR) solicitaram colaboração junto do Orlando Sá. Sendo que este, grande amigo do FSC, anuiu prontamente a colaborar com aquilo que lhe foi solicitado em prol do Forjães Sport Clube.

O Forjães Sport Clube exprime toda a sua gratidão e reconhecimento a este jovem e valoroso atleta a quem deseja os maiores sucessos desportivos fazendo votos para que todos os seus anseios sejam concretizados.

Porque o ORLANDO merece tudo o que de bom possa acontecer não só na sua vida particular mas também na sua vida desportiva. OBRIGADO CAMPEÃO. Obrigado amigo ORLANDO SÁ.

FSC finalista no IV Torneio de Futebol para Pais

O FSC foi vencido na final do 4º Torneio de Pais do Campeonato Concelhio de Futebol Infantil, que a Câmara Municipal de Esposende promoveu domingo, dia 18 de Março, no Complexo Desportivo do Clube de Futebol de Fão.

O Forjães SC ficou, assim, em 2.º lugar da classificação, depois da vitória frente ao CF Fão. O clube fangueiro ficou classificado em 3.º lugar, ao derrotar, nas finais, o Futebol Clube de Marinhãs, que ficou posicionado em 4.º lugar.

Este torneio foi disputado por



sete equipas, nomeadamente o Futebol Clube Marinhãs, Escola de Futebol «O Fintas», Clube de Futebol Fão — Os Galácticos, Associação Desportiva de Esposende, Centro Social da Juventude de Belinho, Forjães Sport Clube e o Desportivo e Recreativo Estrelas de Faro, envolvendo a participação de aproximadamente 120 pais.

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



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

Comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

Do jejum de palavras à responsabilidade fraternal

Mensagem para o Tempo da Quaresma

(...) Porque queremos que a Igreja Arquidiocesana se alimente da Palavra, não olho somente para o tradicional jejum alimentar, mas precisamente para um jejum de palavras. Nunca o Homem esteve em contacto com tantas palavras! As facilidades de comunicação, a progressão dos mass media, o aumento do nível académico... colocam-nos diariamente perante uma pluralidade de palavras, onde cada uma provém de uma etimologia própria e remete para uma realidade existencial.

Por isso, a pergunta impõe-se: que palavras nos remetem para uma vivência contrária ao ideal das bem aventuranças e das quais necessitamos de jejuar?

Um desejo novo

O grande objetivo deste jejum de palavras sintetiza-se na mensagem do Santo Padre para esta Quaresma: «Prestemos atenção uns aos outros, para nos estimularmos ao amor e às boas obras» (Heb 10, 24).

Prestar atenção significa «desejar o bem» como origem e causa dum **responsabilidade fraternal** que estimula, neste período de dificuldades, a intensificar, entre outras coisas, o Contributo Penitencial que este ano, e a título excepcional, terá duas finalidades de índole diocesana: o Fundo Partilhar com Esperança, para que, à semelhança do grão de trigo (Jo 12,24), continuemos a semear entusiasmo no coração das famílias necessitadas; e a recuperação da igreja paroquial de Anissó, Vieira do Minho, destruída por um incêndio quando estava a acabar de ser restaurada.

Importa que este contributo não seja uma mera esmola, resultado das sobras da nossa opulência. Um contributo sem sacrifício (abdicção) não estimula o amor fraterno, nem é expressão da nossa vivência eclesial. Porque não abdicar de uma refeição abastada, uma viagem dispensável, a despesa de um vício, a compra de um acessório... e reverter tal quantia, expressão da nossa liberdade, em prol da caridade? «De facto, foi para a liberdade que vós fostes chamados» (Gl 5,13).

Um desafio novo

Este ano congratulamo-nos com duas capitais europeias (Braga, juventude; Gui-

marães, cultura) que, a nível pastoral, não podem cingir-se apenas à geografia daquelas duas cidades, mas a toda a Arquidiocese. Simultaneamente, se proponho a «cultura do partilhar» não posso também esquecer a solicitude pela juventude e uma aposta da cultura na pastoral.

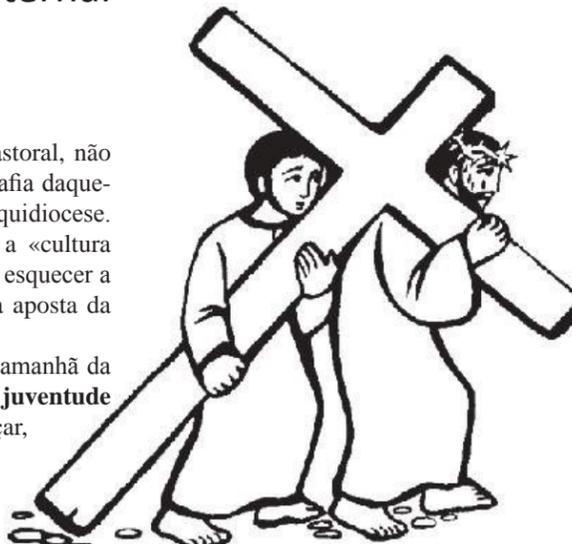
Na verdade, a esperança no amanhã da Igreja e da sociedade está na **juventude** que, embora parecendo disfarçar, necessita de propostas capazes de a seduzir para um encontro com Cristo («queremos ver o Senhor»).

A mensagem do Papa Bento XVI para o Dia Mundial da Juventude é estimulante: «Alegrai-vos sempre no Senhor» (Fil 4, 4). Cristo tem sempre algo a comunicar aos jovens e a Igreja deve ser portadora dum mensagem que lhes oferece perspectivas de esperança. «Cristo nada tira. Ele dá tudo!» Aqui, a ousadia estimulará a criatividade das nossas comunidades e a seriedade incitará a uma opção pelo essencial, discernida na Palavra, como experiência de fé (Porta Fidei,6).

Ao deixar-se enamorar pela Palavra, a Igreja outrora gerou **cultura** como expressão dum humanismo integral, e hoje deve continuar a ser espaço de apreço e delícia pelo belo e maravilhoso. Portadores deste gosto, queremos caminhar em diálogo com aqueles que teimam em não «acreditar no nome do Filho Unigénito de Deus». A promoção e participação em eventos culturais como concertos, teatro, filmes, debates, visitas a museus, proposta de livros, caminhadas juvenis... comprovam que a dimensão cultural deve estar presente e revelam que a fé também se transmite mediante estas circunstâncias.

Não queiramos cometer novamente o pecado babilónico: o esquecimento de Deus. Assim, o Conselho Pastoral Paroquial apresenta-se como o espaço privilegiado para projetar dinâmicas que façam da «Paixão de Cristo» uma memória viva e vivificante, capaz de transformar as «paixões do homem hodierno em aurora de um mundo feliz».

Neste ambiente de programações diver-



sificadas para os jovens e para a cultura, coloco diante dos Conselhos Pastorais o desafio do Santo Padre deixado no encontro com o mundo da cultura em Lisboa: «A Igreja sente como sua missão prioritária, na cultura atual, manter desperta a busca da verdade e, conseqüentemente, de Deus; levar as pessoas a olharem para além das coisas penúltimas e porem-se à procura das últimas. Convido-vos a aprofundar o conhecimento de Deus, tal como Ele se revelou em Jesus Cristo para a nossa total realização. Fazei coisas belas, mas sobretudo tornai as vossas vidas lugares de beleza».

Sem este argumento, as nossas catequeses quaresmais, adoração eucarística (Lauderene), via-sacra, procissões, momentos de Reconciliação, celebrações da Semana Santa... afastam-se do Mistério de Cristo! Espero que esta mensagem prepare o nosso coração para o acontecimento fundador da nossa fé: «Não vos assusteis! Buscais a Jesus de Nazaré, o crucificado? Não está aqui, ressuscitou!» (Mc 16,6).

Que Maria, a Senhora das Dores, nos ensine a acompanhar o seu Filho neste caminho quaresmal até à Cruz! E que o jejum daquelas palavras nos transportem assim da iminência do pecado à teofania do pleno amor de Deus na Cruz, que transformou a fatalidade da morte num compromisso pelo Homem, exigindo-lhe essa responsabilidade fraternal.

D. Jorge Ortiga,
arcebispo de Braga

Notícias Breves

Conselho Pastoral Paroquial

- Domingo de Ramos da Paixão do Senhor, 01/abril.
- Quinta feira Santa (Lava-pés) e Sexta (Paixão do Senhor), 05 e 06/abril, em Forjães, 20h00; nestes dois dias, as celebrações são comuns: Forjães e Belinho.
- Bênção de casas, 07/abril, da parte de tarde.
- Sábado Santo (Vigília Pascal), 07/abril, às 21h00 (Festa da Vida, 8ºano).
- Domingo da Páscoa do Senhor, 08/abril, com celebração da Eucaristia às 08h00.
- Segunda da Páscoa do Senhor, 09/abril, com celebração da Eucaristia às 08h00.
- Dia da Mãe, 06/maio, às 19h00.

Donativos para as obras no telhado da igreja Matriz

- 300,00 euros de Anónimo.
Total: 9.715,00 euros.
Muito Obrigado!

Movimentos religiosos

Batismo:

18/02 – Daniel Maranhão Lemos, filho de Dominico Couto de Lemos e de Sílvia Maria Carvalho Maranhão

Óbitos:

22/02 - Júlia Lima de Matos, com 74 anos de idade, residente na Rua João de Almeida.

26/02 – Maria Cândida Dias Fernandes da Silva, com 65 anos de idade, residente na Rua do Pinheiro.

27/02 - Maria de Lurdes Lima Torres da Silva, com 47 anos de idade, residente na Rua da Pedreira.

28/03 - Armando Ferreira da Costa, com 80 anos de idade, residente na Rua da Várzea.

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^a 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

Página do leitor

As «directas» do Torres



«Os restos gloriosos de um povo vencido»

Um missionário guarda sem saber, o segredo da escrita maya.

Diego de Landa, missionário espanhol viveu na região dos Mayas do México e tinha um profundo desprezo pela cultura. É portanto graças a ele que nós podemos hoje decifrar em parte a escrita dos mayas. Landa era um homem particularmente duro – com efeito, ele agiu com tanta violência para suprimir a cultura maya, que ele foi chamado à Espanha para ser julgado. Decidido a provar aos seus juizes que, apesar dos seus métodos repressivos, ele respeitava os Mayas, publica, em 1566, uma narrativa detalhada daquilo que tinha observado durante o tempo em que conviveu com eles. Ele escreve sobre os seus costumes, sua cultura, e a sua escrita pictográfica. Esse livro é hoje um dos raros documentos que nos prometem traduzir certos «hieróglifos». Se bem que as línguas mayas são ainda faladas por bastantes milhões de pessoas na América central, a escritura pictográfica, já não é mais utilizada.

Landa, supondo que os Mayas tinham um alfabeto, pediu ajuda a um intérprete índio para encontrar para cada letra espanhola um equi-

valente pictográfico maya. Mais tarde, os investigadores dão-se conta que a língua maya não era alfabética. Em 1950, todavia, um jovem sábio russo de nome Yuri Knorozov aprofundou os trabalhos de Landa, abandonados depois de muito tempo. Ele percebeu que, como Landa, podia pronunciar cada letra em espanhol, e que os hieróglifos do missionário, representavam sílabas inteiras.

Colocou, por isso, a sua teoria à prova e conseguiu decifrar numerosas palavras que existem nas línguas mayas contemporâneas. Infelizmente a escritura maya é muito complexa. Alguns «hieróglifos» não são sílabas mas, imagens utilizadas representando as palavras. Uma palavra escreve-se às vezes, de diversas maneiras. Nunca conseguindo encontrar o sentido de certos pictogramas. No entanto, graças aquilo que eles puderam decifrar, os historiadores descobriram um grande número de informações sobre os Mayas, as suas conquistas e os seus costumes.

Traduzido por Torres Jaques

Mulher

Mulher: em ti procuro a Humanidade!
Na vasta sementeira do planeta:
És contraste de amor, felicidade,
Ser mulher é fluir de Deus a meta.

Mulher, do amor prisioneira... e feliz!
Ser mulher, primavera, ou Sol no Outono!
No pátio desta vida a diretriz
Do destino da terra é ser o dono...

Plasma em seu seio o néctar que sacia,
O filho que do ventre já brotou!
Sem mulher... neste mundo o que seria?

Mulher, estrela terrena venturosa
Que irradia ante o homem, seu afeto:
Para entregar-lhe um filho sem projecto.

Maria José de Queiroz Ribeiro

«'Sôdade' ... 'Sôdade' ...»

São tão belas as gaiotas a voar
A embelezar as nuvens como rendilhado
E põe-me a alma a sonhar nesse olhar...
Nesse tempo a meditar aí parado!...

São tão belas as gaiotas a brincar
E quem sabe se de tristes a chorar
Por alguém que sente vontade de partir
Ou de quem partiu e quer voltar.

E eu à tarde a cada momento vou ter
Esse poder divino e misterioso, o mar
As ondas belas e brancas a enrolar.

O odor que ata amantes ao anoitecer
A penumbra do luar a crescer, eu a sonhar
E longe de ti não consigo a «sôdade» esquecer.

À Ilha do Sal – Cabo Verde

Armando Couto Pereira

Você sabia?

Que o começo da época muçulmana, corresponde no calendário cristão, ao 7 de Julho de 622, data da Hégire, o que quer dizer à fuga de Mahomet de La Mecque a Medina. Para os muçulmanos, nós estamos actualmente no XV século. O ano deles dura mais ou menos 354 ou às vezes, 355 dias porque é dividido em doze meses de 29 ou 30 dias.

É por isso que a Hadjdj, nem sempre tem lugar na mesma época se bem, que o mês não muda: se calha no inverno um ano dado, ele calhará no verão, 16 anos mais tarde.

Traduzido por Torres Jaques

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º araca; palma = 2º c;
Jamaica; r = 3º e.c.; né-
voa; c.e. = 4º sam; mar;
sra = 5º amor; s; nair =
6º prussiano = 7º pita;
a; útil = 8º one; ala; olá
= 9º do; arado; oi = 10º
a; aterica; a = 11º sarau;
oásis =

Verticais

1º acesa; podas = 2º
r; campino; a = 3º a.j.;
morte; ar = 4º can; rua;
ata = 5º amem; s; areu =
6º avassalar = 7º pior; i;
adio = 8º aca; nau; oca
= 9º la; santo; as = 10º
m; crioulo; i = 11º arear;
laias =

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

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

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, Cláudia Costa, 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 Cláudio 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 - 1.800 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

XII Jornadas Culturais da ACARF



A dura conjuntura económica tem tido repercussão nos mais diversos níveis da sociedade. Como tal, as Jornadas Culturais da ACARF, realizadas a 24 de Março, e este ano na sua XII edição, foram ao encontro desta questão, tentando reflectir sobre a verdadeira sustentabilidade das Instituições Particulares de Solidariedade Social, organismos públicos que dependem, em muito, dos subsídios do estado. Tratando-se a ACARF de uma associação deste tipo, é do seu interesse explorar as soluções propostas pelos organismos com que está articulada - Instituto Português da Juventude, Instituto de Emprego e Formação Profissional, Câmara Municipal de Esposende e Segurança Social. É consensual dizer que o futuro destas instituições tordará o futuro das populações que delas dependem, que podem ter de deixar de usufruir de benefícios culturais, artísticos, desportivos e formativos, caso a sustentabilidade das mesmas seja posta em causa.



Depois de uma semana intensa de ensaios a educadora da ACARF, Ana Margarida Lima, apresentou na abertura das XII Jornadas Culturais uma dança ensaiada com alguns dos seus alunos. Os gestos coreografados e o divertimento dos dançarinos trouxeram muita alegria à sala.



Os alunos da Componente de Apoio à Família (CAF) da ACARF, ensaiados pela animadora Alexandra Meira, dançaram, antes da abertura da conferência, ao som do «Malhão» num ritmo cadenciado, enquanto os familiares os observavam embevecidos na plateia que enchia o salão da Junta.

Fotos Luís Pedro Ribeiro
Textos Susana Costa



Dr. Vítor Dias
Director Região Norte do Instituto Português da Juventude (IPJ)

Vítor Dias defende que as associações são fundamentais se acrescentarem valor à nossa sociedade. «São espaços de criação de valores e de experimentação, que servem como escolas de cidadania e como complemento formativo».

Mas como os recursos são escassos e limitados é necessário repensar novas soluções, como maior qualificação das pessoas, novas formas de organização e gestão, incremento do trabalho voluntário, trabalho em rede para partilha de recursos e autonomia e distanciamento em relação ao poder político. «Esqueçemo-nos que o Estado somos todos nós e achamos que o Estado tem de fazer sempre tudo», ressalva.

Segundo o representante do IPJ o princípio do associativismo pressupõe o princípio da participação. Desta forma, uma organização formal com objectivos comuns e dotada de personalidade jurídica e transparência, consegue mais rápida e eficazmente alcançar os seus objectivos, sem nunca pôr em causa a sustentabilidade da mesma.



Dra. Madalena Quintão
Directora do Centro de Emprego de Barcelos

Para a directora do Centro de Emprego de Barcelos, as IPSS's são dotadas de uma grande dimensão e complexidade, tornando, por isso, a sua gestão cada vez mais complicada. Para esta forjanense, pode estar em causa a sobrevivência destas associações. Reconhece, perante a complicada conjuntura económica, a necessidade das instituições serem criativas e inovadoras para superarem as dificuldades. A solução pode estar no investimento em três factores: qualidade, domínio financeiro e nível social. Se por um lado se deve investir numa política de maior proximidade, por outro é necessário que as associações se reforcem economicamente, aumentando o seu nível de autonomia. Para ela, o ponto mais eficaz será explorar as sinergias entre valências similares no mesmo espaço territorial. Criar emprego e fixar população pode também garantir o futuro destas estruturas.

Como reflexão final, pediu para « fechar os olhos e imaginar que estas associações desaparecessem. Era o caos!», conclui.



Eng. Raquel Vale
Vereadora da Câmara Municipal de Esposende

Pensar na sustentabilidade das associações passa por reflectir sobre o papel do ser humano no mundo, segundo a opinião de Raquel Vale. «As IPSS's fazem, actualmente, parte de um sector muito competitivo em que ganharão apenas as que estão mais qualificadas quer a nível de infra-estruturas quer a nível das pessoas que as constituem».

Perante este questionamento de sobrevivência das associações, a vereadora da CME propõe um eixo de intervenção que passa pela capacitação institucional. Quer com isto dizer que as instituições devem ser capacitadas de modelos de qualificação e constantes «upgrades» para saber responder às exigências que se vão colocando.

Trabalhar em rede é outra das soluções propostas por esta oradora, que dá o exemplo da Loja Social Rede Solidária criada em Esposende no ano passado.

Pensar na qualidade de vida das populações e na formação dos jovens para o futuro é pressupor a continuidade destas associações, afiança.



Dra. Amélia Monteiro
Directora de Acção Social da Segurança Social de Braga

Há muitos anos a trabalhar com associações como a ACARF, Amélia Monteiro tem uma noção territorial das verdadeiras dificuldades que estas instituições enfrentam diariamente. É necessário, por isso, «encontrar mecanismos que invertam esta conjuntura». «É neste sentido que o próprio governo, atendendo às contingências e fragilidades das associações, misericórdias e fundações (sector terciário) têm criado algumas medidas sem nunca pôr em causa a qualidade do funcionamento destas. Veja-se por exemplo o aumento do número total de vagas nas creches».

Para a Directora de Acção Social do Centro Distrital da Segurança Social de Braga, há alternativas. Como ela própria admite «sempre fui uma sonhadora e queria que todos continuassem também a sonhar». «A ACARF, pela força dos dirigentes que tem tido saberá continuar a trabalhar em prol da comunidade, apesar do decréscimo do número de utentes, até pelo elevado nível de desemprego e consequente falta de recursos», afirma.



Dra. Sandra Bernardino
Presidente da direcção da ACARF

Presidente da ACARF desde 2009 reconhece bem as dificuldades de uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS). Por isso, enaltece e aplaude todos os dirigentes que passaram pela ACARF, desde a sua formação.

Consciente da realidade, reconhece que «a crise faz ricochete às associações, como é o caso da ACARF». «Os apoios são cada vez menores, os subsídios vão sendo cortados e o mecenato é quase inexistente. As situações de alarme social tornam-se cada vez mais visíveis e os pedidos de ajuda a associações como a nossa vão sendo cada vez mais recorrentes. Por isso, as associações convivem cada vez mais com os limites da sustentabilidade. Assim sendo, os protocolos celebrados com instituições estatais são valiosíssimos».

Recorrendo ao seu exemplo de vida, por ter crescido e vivido experiências muito enriquecedoras nesta associação, rematou o seu discurso com a esperança de que a ACARF continue a dar oportunidades às populações vindouras.



Como complemento às XII Jornadas Culturais da ACARF, realizou-se uma exposição dos trabalhos realizados ao longo deste ano lectivo pelos meninos e meninas que constituem as diversas valências desta associação. Esta mostra está ainda disponível na Junta de Freguesia de Forjães.



Para comemorar o 29º aniversário da ACARF, a 25 de Março, no final do espectáculo e da conferência «Sustentabilidade das Associações», e por já passar da meia noite, os presentes cantaram os parabéns à associação, e comeram uma fatia de bolo, marcando assim o final deste dia.

Boletim – Nascente Escolar

Agrupamento de Escolas do Baixo Neiva

março 2012

Semana das línguas



Entre os dias 19 e 23 de março, do corrente ano, o Departamento de Línguas da Escola Básica do Baixo Neiva assinalou a “Semana das Línguas”.

Para o efeito, o referido departamento brindou a comunidade educativa com atividades diversas:

- Celebração do “Dia da Poesia”, com leitura e exposição de poema elaborados pelos alunos do 1º ao 3º ciclo da escola-sede;
- Apresentação da peça de teatro *Papeinzaert und die Schnappithérapie* pelos alunos do 8ºA que frequentam o Clube *Schnappi*;
- Dinamização da atividade *Pancake Day* pelos alunos do 6º ano, dirigida aos alunos do 2º ciclo;
- Exposição de trabalhos elaborados pelos alunos do 9º ano, alusivos à canção francesa/francófona;
- Divulgação de música alemã, ingle-

sa, francesa e portuguesa pela Rádio Viver;

- Oferta de um pequeno-almoço multilíngue por parte do Departamento em questão aos docentes e assistentes operacionais e administrativos;

- Partilha entre os alunos de sabores representativos dos países cujas línguas enformam o seu currículo;

- Confeção de ementas típicas da Alemanha, França, Inglaterra e Portugal, por parte da equipa de cozinheiras da cantina da escola-sede.

Foi uma semana cheia de sabores, sons e poesia que refletiu uma efetiva articulação de saberes e o bom ambiente existente entre alunos, professores e assistentes deste Agrupamento!

O Departamento de Línguas



Semana da Leitura

Encontro com o escritor Jorge Basílio

No dia 29 de Fevereiro, no âmbito da Semana da Leitura, a escola recebeu a visita do Escritor Jorge Basílio que tinha encontro marcado com os alunos do 2º ciclo.

Jorge Basílio já foi professor nesta escola e foi um encontro muito emotivo.

A obra que veio apresentar chama-se "O Livrinho Vermelho". Foi publicado pela Chiado Editora e tem ilustrações lindíssimas, da autoria da pintora Sofia

Linhares.

Conta a história de um pequeno livro, muito curioso, que vai parar a uma biblioteca e quer conhecer todas as suas regras de funcionamento. No fundo é uma forma agradável de ficar a conhecer as regras de funcionamento das bibliotecas.



Sarau de Poesia

Os alunos do 2º ciclo da Escola Básica do Baixo Neiva que frequentam o Ensino Articulado da Música participaram num sarau dedicado à poesia, no dia 3 de Março passado, no Auditório Municipal de Esposende.

A participação destes alunos neste concerto aconteceu no contexto da Semana da Leitura, promovida pela Rede de Bibliotecas do Concelho de Esposende, da qual fazem parte a Biblioteca Municipal Manuel Boaventura e as

Bibliotecas Escolares de todos os agrupamentos de escolas do Concelho.

O programa apresentado por estes alunos constou na execução de peças musicais sobre letra do património popular português e declamação de poemas e fez parte de um sarau cultural dedicado à poesia, no qual participaram todos os agrupamentos de escolas do concelho de Esposende.

6ºB



Memórias da Localidade

Este trabalho, pedido para a aula de História e agora publicado, relata, de uma forma resumida, as partes mais importantes da vida de **António Rodrigues Alves de Faria**, bem como grande parte daquilo que



fez em benefício da freguesia de Forjães.

António Rodrigues Alves de Faria, nasceu em Forjães, a 6 de abril de 1871, de uma família humilde com bastantes dificuldades económicas. Por isso, aos 14 anos emigrou para o Brasil. Lá teve muito sucesso como empresário, dedicando-se ao comércio e à exploração do sal, tendo criado, em 1909, uma Companhia de Comércio e de Navegação. Quando voltou à sua

terra Natal, já tinha feito uma grande fortuna, e empregou parte dela em melhoramentos na freguesia.



Entrada Principal da Quinta de Curvos

Distinguiu-se como um ben-

feitor no campo da educação. Em 1934, mandou construir o edifício «Escolas Rodrigues Faria», oferecendo-o depois ao Estado.

Também contribuiu para a construção do Hospital de S. Manuel, e mais tarde ofereceu-lhe 5 contos (quantia mais valiosa do que no atual).

Foi devido à sua generosida-



Escola Rodrigues de Faria

de que o Hospital Valentim Ribeiro, em Esposende, foi concluído. E também lhe doou valioso material cirúrgico. Ajudou no combate à pneumonia em Forjães, de 1919 até 1920. Também foi preciosa a sua ajuda na construção de estradas e caminhos, bem como na compra de terrenos. A conhecida "Quinta de Curvos" foi também obra sua, empregando muita gente e sustentando muitas famílias.

Depois de muitos anos de benefícios, o Estado Português pretendeu atribuir-lhe uma ordem honorífica, mas ele com uma atitude nobre, recusou-a.

Luís Miguel Neiva da Cruz Pereira, nº11- 6ºA

Na aula de História e Geografia de Portugal, foi-nos solicitado um artigo sobre um habitante da nossa freguesia que tivesse emigrado para o Brasil e lá alcançasse fortuna. Eu achei oportuno abordar a figura de **HORÁCIO RIBEIRO DE QUEIRÓS**.

Horácio de Queirós foi um dos forjanenses que cedo emigrou



para o Brasil alcançando aí, uma fortuna considerável. Durante umas férias na sua terra natal, demonstrou visível satisfação em conviver com gente jovem e, vendo algumas das suas necessidades, decidiu ajudá-los, oferecendo um terreno para a construção do novo edifício da Casa do Povo. Este seu gesto foi objeto de um louvor, em Outubro de 1952, por parte do Ministro das Corporações e Previdência Social, merecendo, por isso, o devido destaque na imprensa portuguesa e de S. Paulo, onde residia. Em 1965, numa altura em que a juventude de Forjães pretendia inscrever uma equipa de futebol no campeonato federado da F.N.A.T. (sigla de Federação Nacional Alegria no Trabalho, hoje desig-

nada por INATEL) do distrito de Braga, em colaboração com a Casa do Povo de Forjães, debateram-se com a falta de um campo para prática de futebol com as medidas necessárias para o efeito, uma vez que o recinto de jogos nessa altura, era o atual Souto de S. Roque. O senhor Horácio, presente numa reunião que viria a traçar o destino do futebol em Forjães, referiu publicamente que estaria disposto a doar um terreno agrícola situado perto da sua casa natal, no lugar de Monte Branco, para aí se poder construir de raiz o tão desejado campo de jogos para a prática de futebol.

Foi desta forma que nasceu o atual campo de jogos do Forjães S. C., hoje designado, ESTÁDIO HORÁCIO DE QUEIRÓS.



CIO DE QUEIRÓS.

O seu irmão Marcelino de Queirós foi outro grande benemérito da nossa terra, que colocou parte dos seus bens à disposição para o bem-estar das crianças de Forjães, mandando edificar a cantina escolar que serviu muitas refeições às crianças que frequentavam a Escola Primária Rodrigues de Faria.

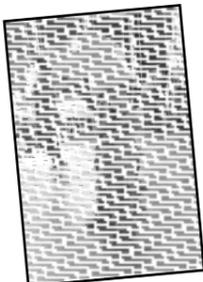
David Ribeiro, nº 6 (6º A)

Participação no 2º Encontro Nacional de Teatro Escolar

No passado dia 21 de março, um grupo de alunos do **Clube Schnappi** da Escola Básica do Baixo Neiva, participou no **2º Encontro Nacional de Teatro Escolar, Alemão em Cena**, projeto apoiado pelo Goethe Institut, com o tema proposto para 2012 *Encontros – Begegnungen*.



O grupo apresentou-se na etapa **Papeinzartund die Schnappi**, na Associação Cultural e A sua antestreia teve lugar na anterior, após o típico almoço ciosa sobremesa. Aos alunos participantes, que se empenharam na preparação e apresentação da peça em Tondela e foram qualificados para o **Festival Nacional de Almada**, nos dias 26, 27 e 28 de abril.



pa qualificadora regional, com a peça de teatro em alemão **nappithérapie** (Papa, Einstein e Mozart e a Terapia Sch-Recreativa de Tondela).

Biblioteca da Escola na tarde alemão adoçado com a deliciosa sobremesa “Apfelstrudel”.

se empenharam na preparação em Tondela e foram qualificados para o Festival Nacional de Almada, nos dias 26, 27 e 28 de abril.

Susana Rodrigues

Ana Carvalho
Andreia Laranjeira
Catarina Torres
Joana Costa
João Pereira
Luís Pereira
Miguel Delgado
Tatiana Aleixo
Tirsa Arriscado
Vera Fernandes



A ETAR de Forjães



No dia 13 de março fomos à ETAR (Estação de Tratamento de Águas Residuais) de Forjães, durante a aula de ciências naturais, e constatámos que o tratamento dos esgotos domésticos da freguesia de Forjães é feito neste local. Na ETAR de Forjães o tratamento dos esgotos é baseado em métodos biológicos:

- 1º - as águas residuais produzidas pela população chegam à ETAR onde são filtradas e separados os resíduos sólidos;
- 2º - no tanque de arejamento, os esgotos sofrem um tratamento biológico através de microrganismos aeróbios e anaeróbios;
- 3º - no decantador secundário a água sofre o tratamento final e é lançada no rio Neiva em condições ambientalmente seguras.

As lamas que resultam do tratamento biológico são depois levadas para a ETL (Estação de Tratamento de Lamas), em Esposende, onde são analisadas. As lamas, depois de desidratadas, são encaminhadas para serem utilizadas na agricultura (se as análises forem favoráveis) ou vão para aterro sanitário. Depois desta visita de estudo ficamos mais conscientes sobre as atitudes que devemos adotar para preservarmos o meio ambiente e a mensagem que vos deixamos é:

SEJA AMIGO(A) DO AMBIENTE - Não deite resíduos sólidos para os esgotos de sua casa, Poupe água... PARA O BEM DE TODOS!

A turma B do 8º ano da Escola Básica do Baixo Neiva



3ª PROVA DE ORIENTAÇÃO (Mata do Camarido-Caminha)



Esta 3ª Prova realizou-se na Mata Nacional do Camarido que se localiza em Caminha e que é uma das principais áreas protegidas do norte de Portugal. O mapa com escala de 1:10000 representa uma área de floresta de pinhal litoral predominantemente limpo, alternando com áreas de vegetação densa, detém grande número de detalhes de relevo e um terreno de muito rápida progressão. O Clube participou com 28 atletas que conseguiram boas prestações e apenas uma desclassificação. Saliento os resultados:

INF. MASC : Nuno Pereira – 7º Lugar (7ºC)

INF. FEM: Cristiana Vale – 7º Lugar (5ªA)

INIC. FEM: Valéria Vale – 2º Lugar (9ºC)

Miguel Ângelo – 16º Lugar (7ºC)

Inês Neiva – 11º Lugar (5ºC)

PRÉMIO DE SPRINT: 21” – Fábio José (9ºB)



XVII Olimpíadas do Ambiente

Os alunos do 3º ciclo participaram mais uma vez nas Olimpíadas do Ambiente, na modalidade "Ambiente à Prova", que consiste numa eliminatória disputada a nível local, outra a nível distrital e uma Final Nacional. Esta modalidade tem por objetivo específico - Avaliar os conhecimentos e incentivar o interesse dos alunos pelas temáticas relacionadas com o ambiente.

O "mar" foi o tema central da modalidade, focando as ameaças globais, conservação da natureza, estilos de vida, política ambiental, poluição realidade nacional e recursos naturais.

Os alunos da turma B do 9º ano, Fábio Gonçalves, Tiago Silva, António Sousa e Ricardo Costa foram selecionados para a participação na 2ª eliminatória, tendo obtido os melhores resultados ao nível da escola, na 1ª eliminatória (21, 20, 20, 19 pontos em 30 questões, respetivamente). **Na foto, da esquerda para a direita, Ricardo Costa, Fábio Gonçalves, Tiago Silva e António Sousa.**

sa.



E o Tiago Silva nas questões de desenvolvimento da 2ª Eliminatória escreve:

"Os detritos de origem humana que acabam por chegar ao mar são plásticos, pneus e outros produtos feitos de borracha e metais, em alguns casos até esgotos acabam por ir parar ao mar.

Com o tempo estes produtos acabam por contaminar as águas, as espécies aquáticas e o próprio Homem. Com tanta poluição algumas espécies, como o zooplâncton, aca-

bam por morrer e alguns peixes confundem plásticos com o seu alimento, acabando por ingeri-lo.

É por isso mesmo que nós devemos proteger o mar, não atirando lixo para lá, sensibilizando os outros a fazer o mesmo e chamar a atenção a quem o fizer!"

"As atividades humanas que prejudicam diretamente os recifes de coral são: a sobre exploração das zonas pesqueiras, que alteram a sua biodiversidade e a limpeza dos tanques de combustível dos navios, que lançam resíduos poluentes para o mar.

Três consequências negativas resultantes da destruição dos recifes são a diminuição da biodiversidade das espécies marinhas, extinção de algumas espécies e alteração dos ecossistemas.

Os recifes de coral são importantes pois sustentam uma grande variedade de peixes, algas e corais, ajudam à acumulação de dióxido de carbono no fundo dos oceanos e apresentam paisagens belíssimas."

Fernanda Garrido

Projeto Escola Eletrão



O projeto Escola Eletrão, desenvolvido pela Amb3E, desde 2008, sensibiliza os mais jovens para a necessidade do tratamento, de uma forma adequada, dos REEE (Resíduos de Equipamentos Elétricos e Eletrónicos).

Os **Equipamentos Elétricos e Eletrónicos (EEE)** são todos os equipamentos que dependem de correntes elétricas ou campos eletromagnéticos para funcionar corretamente, bem como os equipamentos para geração, transferência e medição dessas correntes e campos. Quando estes equipamentos atingem o **fim de vida** passam a ser considerados resíduos (**REEE**), devendo ser colocados em locais apropriados de maneira a integrarem um circuito de tratamento ambientalmente correto.

Os resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos abrangem assim um vasto leque de produtos incluindo pequenos e grandes eletrodomésticos, equipamentos informáticos e de telecomunicações, bens de consumo como televisores e rádios, equipamentos de iluminação, ferramentas elétricas e eletrónicas, brinquedos e outros equipamentos de desporto e lazer, aparelhos médicos,...

Em 2005, dados da União Europeia referiam que mais de 90% dos REEE eram depositados em aterro, incinerados ou valorizados sem qualquer pré-tratamento, possibilitando a libertação de poluentes

para o ambiente. Por outro lado, estes dados apontavam ainda para uma estimativa de produção de 17 a 20 Kg de resíduos por habitante e por ano.

A Escola Básica do Baixo Neiva participa no projeto Escola Eletrão desde a sua primeira edição, tendo sido premiada em duas edições.

Este ano, recolha com a da comunicativa, os tiram a dinamiza-represente-Amb3e, lherme Nesta nos



recidos sobre a temática dos REEE e suas implicações no meio ambiente.

além da de REEE, colaboração nidade edu-alunos assis-uma palestra da por um tante da Engº Gui-Marcão.

ação os alu-foram escla-

Fernanda Garrido

Boletim Nascente Escolar

março de 2012



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: Prof. António Barros (revisão de textos); Professora Anabela Freitas, "Desporto Escolar/Orientação"; Departamento de Línguas "Semana das Línguas"; Professora Goreti Figueiredo "Semana da Leitura"; Professora Arminda Moura, "Memórias da Localidade"; Professora Fernanda Garrido "A ETAR de Forjães"/"Olimpíadas do Ambiente"/"Projeto Escola Eletrão", Professora Susana Rodrigues "Participação no 2º Encontro Nacional de Teatro Escolar".

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.

Opinião



Pe. Luís Baeta

Tempo de passagem

tem a última palavra porque existe outra: Ressurreição!

É claro que insistimos em falar no campo da fé. Para quê celebrar a Páscoa onde não há fé? Que sentido terá também fazer da Páscoa mais um dia de trabalho, de descanso, de férias ou qualquer outro igual a tantos? A Igreja proporciona aos seus fiéis a possibilidade de viver cada ano recordando e celebrando os mistérios da sua fé. A única certeza que temos é, na verdade, aquela que a fé nos dá, como se diz na Carta aos Hebreus: «a fé é garantia das coisas que se esperam e certeza daquelas que não se vêem» (Heb 11,1). Se esperamos alguma coisa é a fé que nos garante que ela existe. E, se acreditamos nas coisas que não vemos, só a fé nos dá a certeza da sua existência. Deste modo,

poderemos considerar a Páscoa um mistério da nossa fé, visto que esperamos a ressurreição mas não a vemos. Será por isso que Jesus diz a Tomé no Evangelho de São João: «Porque me viste, acreditaste. Felizes os que crêem sem terem visto!» (Jo 20,29).

Que sentido terá a vida sem a fé na ressurreição dos mortos? Valaria a pena viver no esforço pela coerência sem que essa luta merecesse recompensa? Faria sentido ajudar os nossos semelhantes sem esperar que eles vivam para sempre conosco? Para quê viver uma vida que termina a qualquer momento, sem perspectivas de futuro, com – como se costuma dizer – sete palmos de terra em cima de nós? A vida tem de ser muito mais do que isso! Ela precisa de ter sentido! Não existiríamos apenas

para viver alguns anos conforme a sorte de cada um. Por isso, os cristãos acreditam que cada vida é preciosa, que deve ser preservada e amada como dom de Deus e até oferecida a Ele.

A palavra Páscoa significa Passagem. Mas desde a ressurreição de Jesus não é mais a celebração da passagem libertadora do Povo de Israel oprimido na terra do Egipto para uma terra onde corre leite e mel, mas a passagem da morte à vida de toda a humanidade.

Na vida bem sabemos que tudo é efêmero, que tudo passa e nada fica, que todos acabam por ser esquecidos. Quem se lembra daqueles que viveram há mais de cem anos? Quase ninguém. Mas há cem anos havia pessoas que julgavam que nunca seriam es-

quecidas! O mesmo se passa conosco. Então valerá a pena olhar a vida como uma passagem para Deus. Por isso, que a celebração da Páscoa já não seja para nós a preocupação de limpar melhor a casa, de abrir a porta ao compasso só porque tenho uma grande mesa cheia das melhores iguarias, de ter muitos convidados ou andar de casa em casa apenas para me divertir. Que seja antes um dia de alegria interior, de júbilo e de paz porque a morte já não significa para nós o medo, o terror, a angústia de um fim sem futuro. Ela é agora apenas uma passagem para Deus.

Viva, pois, Jesus Cristo Ressuscitado que dá sentido à nossa vida!



Elsa Teixeira

Ensino e formação

dos na escola.

Há uns 50 anos atrás, para muitos pais era impossível que os seus filhos estudassem, pois representava um salário extra, enquanto que estudar era uma despesa, tempos em que trabalhar antes dos 16 era normal e aceite na sociedade.

Hoje o ensino é obrigatório, todos as crianças devem ter acesso ao ensino e deverão frequentá-lo até concluir o 12º ano ou atingir a maioridade.

As famílias podem ainda recorrer a apoios sociais, como subsídios de alimentação, de transporte e de material escolar e ao abono para assim facilitar o acesso ao ensino. Portanto, as crianças têm o mesmo direito e igual ac-

cesso ao ensino independentemente da sua classe ou meio social. E haverá até casos em que os alunos recebem uma bolsa por frequentarem o ensino, uma espécie de prémio por andarem a estudar! Eu pensava que poder estudar era por si só já um prémio.

Mas a verdade é que quanto mais direito ao ensino têm as nossas crianças, menos querem ser ensinadas. Fomos confrontados, através da comunicação social, com alguns casos de desobediência nas salas de alunos a professores. Somos confrontados com as queixas dos professores que têm cada vez mais dificuldade em dominar as turmas e de as manter concentradas e capazes de apren-

der.

A tarefa de ensinar, na nossa sociedade, cabe sobretudo ao professor, sem dúvida, mas ele só será capaz de desempenhar o seu papel se todos nós, pais e cidadãos, aceitarmos educar as nossas crianças começando por lhes expor a importância do desafio que é aprender. Cada cidadão tem o dever de incutir nos jovens que os rodeiam determinados princípios e regras, independentemente de sermos os não seus pais. Só com regras é possível viver em sociedade. Até na selva existem regras!

Quais serão as razões para os alunos terem passado a dominar as salas de aula em vez de serem ensinados pelo professor? Será

falta de princípios? Falta de educação? Onde está o respeito pelo professor e pelos colegas de classe? Nenhum criança tem direito de interferir com a aprendizagem dos seus colegas, por isso nenhuma criança deveria sentir a liberdade de ser um elemento perturbador numa sala de aula. E as crianças e jovens deveriam ter respeito pelos seus professores, (o respeito que os impediria de ser mal educados e comportados na sala de aula).

É certo que nem todas as turmas terão problemas de distúrbios nas salas de aula, que não há só turmas problemáticas. Mas será isto uma regra ou exceção?...

Flor do Campo
Florista

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

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

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



Quando falamos em Páscoa e nas suas tradições, lembramo-nos das refeições em família, onde o cabrito é rei e o pão-de-ló príncipe. E a verdade é que a Páscoa já aí vem e com ela alguns abusos alimentares, que podem ser colmatados com uma bela caminhada ao encontro do Compasso Pascal, ou pelos caminhos e praias debaixo deste sol tão aprazível, mas fora de época. As cozinheiras da ACARF propõem, então, estas receitas para que tenha uma Páscoa mais feliz e saborosa.

Cabrito assado

1,5kg de cabrito; sal e pimenta; 1 c. (chá) de colorau; 1 c. (sopa) de massa de pimentão; 1 raminho de salsa; 8 dentes de alho; 2dl de vinho branco; 1 limão (sumo); 800g de batatinhas; 1dl de azeite; 500g de couves-de-bruxelas; 1 c. (sopa) de manteiga

Corte o cabrito aos pedaços e tempere com sal, pimenta, o colorau, o pimentão, a salsa e metade dos alhos laminados. Regue com o vinho e o sumo do limão. Reserve por 2 horas. Coza as batatas, por 25 minutos. Coloque o cabrito num recipiente refractário com as batatas. Regue com a marinada e o azeite. Leve ao forno a 200°C, por 40 minutos. Coza as couves, por 25 minutos. Refogue os alhos picados na manteiga e salteie as couves. Sirva tudo.

Pão-de-ló coberto

Massa: 9 ovos; 300g de açúcar; 290g de farinha; 1 c. (sopa) de fermento em pó
Cobertura: Meia lata de leite condensado; 6dl de leite; 1 pau de canela; 1 casca de limão; 3 gemas; 1 pitada de sal fino; 2 c. (sopa) de farinha maisena; 4 c. (sopa) de açúcar
Decoração: Coco ralado; carambola; amoras

Para a massa, bata os ovos bem batidos com o açúcar. Peneire a farinha com o fermento e junte ao preparado. Unte com manteiga e polvilhe com farinha uma forma com 30cm de diâmetro e verta dentro a massa. Leve a cozer a 180°C, entre 45 a 50 minutos. Para a cobertura, misture todos os ingredientes com uma vara de arames e leve ao lume, mexendo sempre até ferver. Retire do lume e verta para cima do bolo já frio. Deixe arrefecer e decore com coco, carambola e amoras.

A sopa

A sopa é um prato amplamente consumido devido às apreciadas características organolépticas e aos reconhecidos benefícios para a saúde. A sopa diz respeito a uma preparação culinária que resulta da ebulição em água de conjuntos variáveis de alimentos, idealmente legumes, leguminosas, hortaliças, cereais ou seus derivados ou tubérculos, aos quais se adiciona uma pequena quantidade de azeite, sem fervura.

A diversidade de alimentos que compõe a sopa leva a uma conjugação de nutrientes fundamentais para o normal funcionamento do organismo. Habitualmente, a sopa apresenta baixo valor energético e disponibiliza elevado teor de vitaminas, minerais, oligoelementos e outras substâncias protectoras com actividade antioxidante, fibra e água. O consumo da água de cozedura permite o aproveitamento da totalidade das vitaminas e minerais que ficam nela dissolvidas, e contribui também para a satisfação das necessidades diárias de água.

Devido à riqueza em fibras, água e pela temperatura a que geralmente é consumida, a sopa apresenta elevado efeito saciante, com consequente regulação do apetite, favorecendo a manutenção de um peso corporal saudável. Além destes benefícios, a ingestão de sopa promove ainda o atraso do esvaziamento gástri-



Ricardo Moreira*

co; produção e concentração de sais biliares e, conseqüentemente, de colesterol, o que pode beneficiar os indivíduos com hipercolesterolemia. Contribui também para uma absorção lenta e gradual de glicose, regulando os níveis de açúcar no sangue, e favorece o funcionamento intestinal. Além disso, é um prato de fácil digestão porque a textura dos hortícolas é suavizada graças às elevadas temperaturas atingidas durante a confecção.

De forma a beneficiar também os indivíduos hipertensos, durante a preparação de sopa pode evitar-se o recurso ao sal, adicionando ervas aromáticas, como coentros, salsa, hortelã, que contribuem para intensificar o sabor do preparado e mascarar a ausência de sal. Devido à sua consistência, a sopa pode ser um veículo vital de nutrientes para indivíduos com limitações de mastigação e deglutição, porque é possível adicionar ao preparado base, alimentos de diferentes consistências e perfis nutricionais.

* Nutricionista

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

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

1º bebida alcoólica preparada na Índia, com fermentação de arroz; folha de palmeira = 2º país da América Central = 3º época cristã; vapor aquoso, que obscurece a atmosfera; comunidade europeia = 4º tio da América; oceano; abreviatura de senhora = 5º sentimento profundo; nome feminino = 6º habitante da Prússia = 7º piteira; determinado por lei = 8º «um» em inglês; fileira; remoinho na água = 9º luto; instrumento agrícola; saudação à brasileira = 10º insecto lepidóptero diurno = 11º concerto musical de noite.

Verticais

1º inflamada; lenha constituída pelas vides que se cortam na poda = 2º guardador de toiros = 3º ano jubileu; fim da vida animal ou vegetal; brisa = 4º campeonato africano de nações; caminho orlado de casas; fruta-do-conde = 5º assim seja; embaraçado, que não sabe o que fazer = 6º oprimir = 7º mais mau; «adeus» em italiano = 8º mau cheiro; grande navio de guerra ou mercante; vazia = 9º nota musical; venerável; carta de jogo = 10º negro nascido no Brasil = 11º cobrir com areia; feitos =

Saúde em destaque

Próteses removíveis (Parte I)

Se perder um ou mais dentes, o seu médico dentista é capaz de esquetizar, planear e explicar um plano de tratamento para o ajudar.

O que são próteses dentárias?
São dispositivos que permitem substituir dentes e outras estruturas orais (gengiva e osso) com o restabelecimento da função estética, fonética e mastigatória. Estas dividem-se em próteses removíveis e fixas.

O que são próteses totais removíveis?

Se perder todos os seus dentes naturais, as próteses totais podem substituir os seus dentes e o seu sorriso. A prótese total convencional é feita e colocada na boca do paciente após a remoção dos últimos dentes presentes na boca e assim que os tecidos estiverem cicatrizados, o que pode levar alguns meses. Uma prótese total imediata é inserida na boca assim que se removem os dentes remanescentes. Com este tipo de próteses, o paciente não tem que passar nenhum período sem dentes, mas vai necessitar de reajustar passado poucos meses.

O que são próteses parciais removíveis?

Em situações de ausência de alguns dentes e em que os dentes remanescentes são saudáveis pode optar por este tipo de prótese. É uma prótese removível de estrutura metálica ou acrílica para suporte de dentes artificiais, destinada a restabelecer as funções orais: mastigação, estética, fonética, assim como, a estabilização e prevenção de outros problemas nos dentes remanescentes.

Qual a diferença entre uma prótese parcial esquelética e uma acrílica?

A prótese parcial esquelética é uma prótese com uma base metálica individualizada, feita sobre um molde e cujo esqueleto (estrutura) pode apoiar sobre a gengiva e os dentes. A prótese acrílica é construída predominantemente em resina acrílica, e apoia apenas sobre as gengivas, apesar de poder ter partes metálicas pré-formadas em metal para retenção (ganchos) ou redes e barras para reforço.

Quais são as vantagens e desvantagens de uma prótese esquelética em relação a uma prótese acrílica?



Marina Aguiar*

A prótese esquelética tem a vantagem sobre a prótese acrílica por ser mais resistente e mais higiénica, e como é uma prótese com uma base metálica pode também ser de menor espessura do que a acrílica, e por isso ser mais confortável. Ela tem também a vantagem de ter melhor suporte do que a prótese acrílica o que impede o seu afundamento na gengiva. No entanto, tem a desvantagem de envolver orçamentos mais elevados do que as acrílicas, devido aos custos de material utilizado e do procedimento laboratorial.

(Folheto educativo OMD)

*Médica Dentista

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

Um sonho tornado real

Júlio de Carvalho Pereira foi e continua a ser uma das figuras de referência na vila de Forjães. Mesmo já não estando entre nós, o seu nome continua perpetuado no negócio que abriu há 45 anos atrás. Nas mãos dos seus descendentes, todos os dias é homenageado com as portas da sua loja abertas para satisfazer os clientes. Muitos deles, clientes desde os primeiros dias. Textos Susana Costa



Luís Pedro Ribeiro

Isabel ainda não era nascida quando o seu pai, Júlio Pereira, decidiu criar a loja que concorreu ao título da mais emblemática da freguesia de Forjães. Volvidos 45 anos, festejados este mês, este estabelecimento continua de pedra e cal, de portas abertas para o mundo.

O sonho de Júlio Carvalho Pereira sempre foi ter uma drogaria,

e, por alturas do seu regresso da Argentina, e com a ajuda de seu pai, desenvolveu a sua ideia, neste mesmo sítio que ainda hoje se conhece. Não se sabe de onde lhe surgiu esta ideia, mas a vontade e o querer foram mais fortes, para este homem que já faleceu há treze anos, mas que permanece na memória de várias gerações de forjanenses.

O «sr. Júlio» (como era conhecido), juntamente com o seu pai e irmão, e com o Jorge uns anos mais tarde (e que ainda hoje se mantém no atendimento da loja de Forjães) deu início a um legado que hoje se pode denominar «negócio de família». Nas mãos das filhas Isabel e Rosa e do genro Henrique Soares desde o falecimento do seu fundador, a Casa Pereira mantém as características iniciais. E apesar da conjuntura económica actual, não sentem a

«Para homenagear o meu sogro, demos o mesmo nome à nova loja, conta Henrique Soares»

crise, até porque foram constituindo um leque de clientes ao longo das mais de quatro décadas de existência, apesar de sentirem que hoje em dia há mais concorrência.

Há uns meses atrás, e por força das circunstâncias, decidiram abrir uma nova loja – Casa Pereira II –, desta feita em Chafé. Se por um lado havia a ideia de alargar o negócio a outra localidade, a falta de uma drogaria em Chafé e o desemprego de Isabel proporcionaram esta nova aventura. «O dia de inauguração foi uma loucura», conta a proprietária. E desde então, o feedback não podia ser mais positivo. Aliás, esta nova experiência, arriscada, mas calculada, trouxe-lhes uma nova perspectiva



Luís Pedro Ribeiro

das necessidades dos clientes. Admitem agora que uma loja de características modernas em que os clientes podem circular e acedem visualmente a mais artigos, só traz benefícios ao negócio. «As pessoas vão para comprar uma coisa, mas se virem algo que lhes interesse, acabam por comprar mais outra. Se não se vê, às vezes nem se lembram». Por tudo isto, estão a pensar desenvolver um projecto de modernização na casa mãe, para que os clientes não estejam limitados ao balcão. Como consequência estão, então, a saldar alguns artigos, como é o caso dos móveis para libertar espaço.

Ter um negócio aberto ao público permite-lhes conviver diariamente com diferentes pessoas, mas também com dificuldades constantes. Cada vez mais sentem que as pessoas não têm capacidade financeira para adquirir todos os bens necessários. E muitas recorrem ainda ao «livro», porque não conseguem efectuar pronto

pagamento. Mas nada os faz esmorecer. Com o propósito de homenagear o fundador que tanto fez pela família e pela sua freguesia, vão enfrentar a crise e fazer de tudo para que esta casa dure muitos mais anos. «Ter pouca coisa, mas muita variedade de coisas» é e continuará a ser o lema desta casa situada no centro de Forjães.

Susana Costa

Rectificação

Na edição do mês de Fevereiro de 2012, no texto da última página acerca da Farmácia Santa Mariinha, foi referido que a farmácia do sogro de Fátima Queirós era em Fragoso, onde hoje está situada a Farmácia Passos Carneiro. De facto, a Farmácia era em Aldreu, nada tendo a ver com a actual farmácia de Fragoso. Tratou-se, por isso, de um erro, pelo qual O FORJANENSE pede desculpa.

 **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