



Alvarás n.º EOP 25947
n.º ICC 258

**DANIEL, FILHOS,
CONSTRUÇÕES, LDA**

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

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

O FORJANENSE

Mensário informativo e regionalista

Directora executiva: Susana Costa
Abril 2012 • Ano XXVII 2ª série • n.º 274
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80



Ano Europeu do **Envelhecimento Activo**
e da **Solidariedade entre Gerações 2012**



págs. 2-3

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

Destaque

ano europeu do eno

Por directiva do Parlamento Europeu, o ano de 2012 é dedicado ao envelhecimento activo e à solidariedade entre gerações. A verdade é que, com demasiada frequência, tanto as pessoas, como as sociedades encaram o envelhecimento como uma ameaça e não como algo positivo. O aumento do número de pessoas idosas, por uma esperança média de vida cada vez mais alta, é visto como uma carga para a população mais jovem e activa. Porém, actualmente, envelhecemos com melhores condições de saúde do que as gerações passadas. E jamais poderemos negar que os mais velhos têm uma experiência e conhecimentos verdadeiramente enriquecedores para os jovens que os queiram aproveitar. Manter-se activo à medida que se avança na idade é fundamental para enfrentar o desafio do envelhecimento. *Textos Susana Costa Fotos Alda Viana Fonte europa.eu*

Objectivos do Ano Europeu

- Sensibilizar a opinião pública para o valor do envelhecimento activo e das suas diversas dimensões e garantir que lhe seja atribuída uma posição destacada nas agendas políticas das partes interessadas a todos os níveis, a fim de destacar o con-

Chamar a atenção para a importância do contributo dos idosos para a sociedade e incentivar os responsáveis políticos e demais interessados a tomarem medidas para criar as condições necessárias ao envelhecimento activo e ao reforço da solidariedade entre as gerações é o propósito deste ano europeu

tributo útil das pessoas mais velhas para a sociedade e a economia, melhorando a respectiva apreciação, promover o envelhecimento activo, a solidariedade entre as gerações e a dignidade e vitalidade de todos e explorar melhor o potencial das pessoas mais velhas, independentemente da

sua origem, permitindo que tenham uma vida independente;

- Estimular o debate, proceder ao intercâmbio de informações e desenvolver a aprendizagem mútua entre os Estados Membros e as partes interessadas a todos os níveis, a fim de promover as políticas de envelhecimento activo, de identificar e divulgar as boas práticas e de incentivar a cooperação e as sinergias;

- Propor um quadro de compromisso e de acção concreta que permita à União, aos Estados Membros e às partes interessadas, a todos os níveis, com a participação da sociedade civil, dos parceiros sociais e do sector empresarial, e com uma tónica particular na promoção de estratégias de informação, elaborar soluções, políticas e estratégias de longo prazo inovadoras, incluindo estratégias globais de gestão da idade relacionadas com o emprego e o trabalho, através de actividades específicas e procurar atingir objectivos concretos no domínio do envelhecimento activo e da solidariedade intergeracional;

- Promover actividades que contribuam para lutar contra a discriminação em razão da idade, para superar os estereótipos relacionados com a idade e para eliminar obstáculos, em especial no que diz respeito à empregabilidade.

Conceitos essenciais

Envelhecimento ativo refere-se à possibilidade de envelhecer com saúde e autonomia, continuando a participar plenamente na sociedade enquanto cidadão ativo. Independentemente da idade, todos podem continuar a desempenhar um papel na sociedade e a usufruir de uma boa qualidade de vida.

O desafio consiste em aproveitar da melhor forma o enorme potencial que cada um conserva até ao fim da vida. O Ano Europeu 2012 visa promover o envelhecimento ativo em três vertentes:

Emprego: à medida que a esperança de vida aumenta em toda a Europa, a idade da reforma aumenta também, mas muitos receiam não conseguir manter o emprego ou não encontrar outro de forma a poderem usufruir de uma reforma decente. É necessário dar melhores perspectivas de emprego aos trabalhadores mais idosos.

Participação na sociedade: sair do mercado de trabalho não significa ficar inativo. O contributo dos mais velhos para a sociedade é muitas vezes ignorado. De facto, esquecemos que são eles que cuidam frequentemente dos netos e até dos próprios pais ou do cônjuge, além de fazerem muitas vezes um trabalho de voluntariado. O Ano Europeu pretende assegurar um maior reconhecimento do contributo dos idosos

para a sociedade e criar condições para lhes dar mais apoio.

Autonomia: a saúde deteriora-se muitas vezes com a idade, mas as consequências dessa deterioração podem ser atenuadas de muitas maneiras. Pequenas

A promoção do envelhecimento activo é uma medida que previne a exclusão social, os estereótipos socioculturais, as dificuldades de adaptação de homens e mulheres mais velhos no mercado de trabalho, encorajando o voluntariado e a participação activa na vida familiar e comunitária

mudanças à nossa volta podem melhorar significativamente a vida das pessoas com deficiência ou problemas de saúde. O envelhecimento activo significa também desenvolver a capacidade dos idosos para manter a autonomia o máximo de tempo possível.



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

Envelhecimento activo

Em Esposende...

A Câmara Municipal de Esposende associou-se a um conjunto de entidades do concelho (ACARF [Associação Social Cultural, Artística e Recreativa de Forjães], ASCRA [Associação Social, Cultural e Recreativa de Apúlia], CICS [Centro de Intervenção Cultural e Social de Palmeira de Faro], Centro Social da Juventude Unida de Belinho, Centro Social e Paroquial de Curvos, Centro

Social da Juventude Unida de Marinhas, Associação Esposende Solidário, Fundação Lar Santo António, Santa Casa da Misericórdia de Fão, Santa Casa da Misericórdia de Esposende, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Marinhas, Esposende 2000, UCC - Centro de Saúde de Esposende, Escola de Música de Esposende e a Academia de Bailado de Esposende), com o objectivo

de assinalar o «Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações».

Assim, ao longo do ano, serão desenvolvidas actividades lúdicas, recreativas, desportivas, musicais, culturais, desportivas, etc., (Cantares das Janeiras, Via Sacra, Torneio de Sueca, manhã do envelhecimento activo, caminhadas, torneios de ma-

lha sénior, jogos tradicionais, rastreios, colónia de férias, festa do idoso, desfolhada, magusto, concerto de Natal, entre outras) indo de encontro aos objectivos subjacentes às comemorações da efeméride, ou seja, a promoção da vitalidade e dignidade de todos, facilitando uma cultura de envelhecimento activo baseada numa sociedade para todas as idades.

Algumas actividades já realizadas



No âmbito do programa do «Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações», decorreram dois espectáculos, um de música (na foto) pela Escola de Música de Esposende e outro de dança pela Academia de Bailado de Esposende, em que estiveram presentes idosos e crianças com vista ao desenvolvimento das relações interpessoais e sociais entre diferentes gerações.



Idosos de várias instituições concelhias participaram na «Manhã do Envelhecimento Activo» no Parque Radical de Esposende. Foram criados vários grupos de rastreios com técnicos de enfermagem para aconselhar e dar dicas úteis sobre como lidar com os seus problemas de saúde (diabetes, hipertensão, obesidade). Realizaram-se também, actividades físicas simples que possam ser praticadas diariamente pelos idosos, em casa.



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



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

Local

Corridas de Aventura em Forjães e Antas



Gabinete de Relações Públicas da CME

«Esposende Eco Emotions» é o mote lançado pela Câmara Municipal de Esposende e a empresa municipal Esposende 2000, com o apoio da Junta de Freguesia de Forjães, da ACARF e da Escola Profissional de Esposende. Integrado neste programa, realizaram-se, no dia 15 de Abril, «Corridas D' Aventura», entre Forjães e Antas.

Esta que foi a primeira de várias etapas já pensadas, consistiu numa prova de atletismo na Natureza, cujo objectivo passa por

aliar a prática desportiva à fruição das belezas naturais e paisagísticas do concelho. O programa «Esposende Eco Emotions» visa facilitar vivências onde o homem, a natureza e as emoções se fundem num ambiente privilegiado e descontraído. Esta iniciativa traduz-se, de resto, numa excelente promoção do concelho de Esposende e do seu património natural.

Esta prova contou com a participação de 150 atletas, vindos de vários pontos do norte do País, comprovando, assim, o forte interesse que este tipo de actividade colhe junto de pessoas de diferentes idades.

O tiro de partida foi dado por Rui Pereira, Vereador do Desporto

da Câmara Municipal de Esposende, às 9h30, junto às Piscinas Municipais de Forjães. A prova desenvolveu-se ao longo de 17 quilómetros, pelas margens do Rio Neiva, entre as freguesias de Forjães e de Antas.

Os participantes puderam usufruir de uma paisagem bastante agradável, por entre matas e pinhais, tendo a corrida finalizado com uma travessia do Rio Neiva.

Nesta primeira prova, o pódio foi preenchido por Orlando Valente, de Santa Maria da Feira, que arrecadou o primeiro lugar, por Diogo Fernandes, de Santo Tirso, no segundo lugar e por José Martins, de Forjães, no terceiro lugar.

A próxima etapa realizar-se-á no dia 10 de Junho, em Curvos, num percurso de treze quilómetros. Podem participar atletas com idade superior a 18 anos, até um total de 150. Para mais informações e/ou para efectuar a inscrição, os interessados deverão consultar www.esposende2000.pt.

Redacção

Março com Sabores a Mar

O restaurante «Água Pé», de Esposende, foi o vencedor do «Março com Sabores do Mar», na sua 13ª edição, com o prato «Robalo ao pão de milho». O «Papa Amoras», de Fão, com o prato «Robalo com cebola em tinta de chocos, lingueirão e milhos de amêijoas» arrecadou o segundo lugar e também o «Prémio Especial Jovem Cozinheiro Profissional», entregue ao Chefe Ricardo Cardoso. O terceiro lugar do pódio coube ao restaurante «Senhora Peliteiro», de Fão.

Destaque ainda, este ano, para a atribuição da Menção Honrosa «Promoção» ao restaurante e pizzaria «Siamo In Due», e a relativa à «Higiene» coube ao restaurante «Mira Rio», ambos em Esposende. A Menção Honrosa «Acompanhamento/Guarrição» foi para o restaurante «Camelo», de Apúlia, tendo o restaurante «Zé dos Leitões», de Forjães, recebido o «Diploma de Mérito e Qualidade», pelo bom funcionamento da unidade de restauração como estrutura familiar.

Este ano, também as pastelarias se associaram ao evento, assim como alguns estabelecimentos de educação e ensino, para a promoção do consumo de peixe entre os mais novos. Foi o caso da ACARF, cuja participação foi relatada na edição de Março de O FORJANENSE.

As entidades parceiras do evento, as quintas produtoras de vinho e os membros do júri do Concurso Gastronómico «Março com Sabores do Mar», nomeada-



Proprietários do restaurante vencedor

mente Francisco Sampaio, Chefe José Alexandre, José Silva, Paulo Sá Machado e João Leite Gomes, foram agraciados com lembranças.

A cerimónia ficou também marcada pela homenagem ao Chefe Silva, pela sua dedicação e disponibilidade ao longo das edições do «Março com Sabores do Mar».

Na hora de fazer o balanço desta 13ª edição, Benjamim Pereira classificou-o como «extremamente positivo», agradecendo a participação de 31 estabelecimentos concelhios. O Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende deixou, ainda, «a promessa de uma nova edição para o ano e o empenho da Câmara Municipal em melhorar este evento», que aposta no combate à sazonalidade, no apoio ao sector da restauração, na valorização da gastronomia e dos produtos locais e na promoção turística do concelho de Esposende nas suas mais diversas vertentes.

Redacção

Isenções nas antigas SCUT's acabam a 30 de junho

Segundo dados de 2009 do Instituto Nacional de Estatística (INE) apenas Lisboa, Madeira e Algarve ultrapassaram a média do produto interno bruto (PIB) nacional. Assim, o índice de poder de compra acima de 80 por cento da média do PIB per capita nacional na nossa região não foi atingido, logo, a isenção nas antigas SCUT's deveria manter-se para além do fim do mês de junho.

Porém, as informações são contraditórias quer por parte dos governantes, quer pela Viaverde e/ou concessionária. Ora dizem

que terminam, ora dizem que não terminam, ora dizem que irão analisar na altura apropriada.

Enquanto estas discussões decorrem os utentes continuam sem saber o que fazer...

Para complicar a situação em 13 de março começou um «erro» (Ou será que foi um teste?) que terminou em 31 de março e que consistiu na cobrança das isenções e do valor das portagens pòrtico a pòrtico e não por viagem.

Este «erro» foi admitido pela Viaverde pois alguns utentes o detectaram e fizeram a respectiva

reclamação.

Não teria a Viaverde que informar os utentes sobre o «erro»? Para quando a devolução das isenções e verbas cobradas?

Mas as contradições não ficam por aqui... ou seja, se dada viagem for considerada única a simulação realizada no sítio da internet das Estradas de Portugal indica que o valor a pagar é de €3,30, no entanto, é cobrado ao utente €3,58. Porém, se for pòrtico a pòrtico o valor é de 3,59 euros.

Como é isto possível?!

Rolando Pinto

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

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

IDEAL PNEUS

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

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

Junta de Freguesia

Pela Junta

- Depois do lançamento da 1ª pedra em Dezembro, as obras no Centro Escolar decorrem a bom ritmo, podendo ver-se já a estrutura do edifício.

- Devido ao tempo seco dos últimos meses, iniciou-se já a colocação de herbicida em algumas ruas.

Ficou terminada a pavimentação da rua Pe. Pereira, no lugar do Souto/Aldeia. É um velho anseio das gentes daquele lugar que agora se vê cumprido. A pavimentação, em calçada à portuguesa, foi toda da responsabilidade da junta de freguesia – que forneceu mão de obra e material – (a calçada foi oferecida pela CME, mas o

transporte foi efectuado a expensas desta junta de freguesia).

- Foi construído um muro de suporte de terras num terreno baldio, na Rua de S. Roque. O terreno onde era frequente encontramos lixo, irá agora ser ajardinado.

- Antes da Páscoa, foram renovadas as flores na Av. de Santa Marinha, embelezando-a e dando-lhe um colorido que a permite tornar um dos 'cartazes' de Forjães. Tiveram que ser adquiridos 'Cravos-Xarope' e 'Margaridas' uma vez que as plantas existentes no horto da junta ainda não se encontram floridas..

- À semelhança dos anos an-

teriores, a junta de freguesia não se olvidou do 'Dia da Liberdade'. Este ano as condições climatéricas não permitiram a colocação de música ambiente alusiva ao dia.

- A junta de freguesia apoiou e colaborou com a CME e Esposende 2000 na organização de dois eventos desportivos: «Encontro Luso-Galaico em BTT», no passado dia 22 de Abril e no dia 15 de Abril, na 1ª Corrida d'Aventura, atletismo na natureza que percorreu caminhos e mata da nossa terra, com partida e chegada junto às piscinas, tendo reunido cerca de 150 atletas.

gam quando começar a escurecer e desligam ao raiar do dia.

Pedimos compreensão aos forjanenses para este corte da iluminação. A junta de freguesia está atenta a algumas situações pontuais que agora se verificam e que irão ser reajustadas.

Esta autarquia tem consciência que esta medida não é do agrado de todos mas, todos temos de ter consciência que a actual conjuntura económica nos obriga a poupar e temos de cortar no excedente.

José Henrique Brito

Iluminação pública

Durante este último mês, equipas da EDP desligaram mais de três centenas de lâmpadas de iluminação pública.

Esta é uma medida que teve que ser tomada em função da redução dos custos de energia no concelho de Esposende. Não foi medida única para Forjães, mas para todas as freguesias de Esposende.

À semelhança das outras vilas do concelho, a junta de freguesia de Forjães, optou pelo corte de 30 por cento da iluminação pública em vez de um corte de 10 por

cento mais um apagão geral 4 horas durante a noite. Foram fixados alguns critérios para que este corte não fosse desordenado.

Assim, nas ruas onde não existissem habitações procedeu-se ao desligamento das lâmpadas e procurou-se manter as que estavam junto de cruzamentos/entroncamentos e as que serviam um maior número de habitações.

Numa 2ª fase irão ser substituídas todas as lâmpadas brancas pelas amarelas (mais económicas) e irão ser colocados, em todos os PT, relógios astronómicos que li-

Editorial



temos a obrigação de afagar os cabelos brancos e acariciar as rugas daqueles que lutaram para que viéssemos ao mundo e viéssemos com melhores condições de vida. Não deixemos morrer em nós o sentimento da solidariedade, para deixar viver o sentimento do arrependimento, quando já não pudermos fazer nada.

E depois de um curto período no jornal O FORJANENSE chegou a minha vez de dizer adeus. Mais uma vez, o carácter cíclico da vida fica comprovado. Termina esta etapa para dar início a outra, com o estado de espírito característico de quem está prestes a mudar... mudar de vida, mudar de país, mudar de uma dúvida para outra dúvida.

Foram, sem dúvida, tempos de muita aprendizagem e crescimento pessoal. Nestas últimas palavras, não posso deixar de agradecer aquela que foi o meu braço direito e o verdadeiro motor deste jornal, a Eduarda. Mérito lhe seja reconhecido.

O triste fado dos portugueses é partir, andar de malas em punho e seguir destino. Nenhum de nós quer deixar a sua pátria, a sua língua, a sua família, o seu sonhado futuro. Mas nos dias que correm, qualquer jovem português só pode imaginar o porvir com um grande ponto de interrogação. O mundo é a nossa pátria. A nossa casa é onde está o nosso coração. Sigamos então pela estrada. Não podemos esperar sentados pelas súbitas melhorias (milagres, melhor dizendo) neste país. É triste, é muito triste. Mas a vontade de ser útil, de produzir e de ter estabilidade é maior.

Até breve!

Susana Costa

Numa sociedade cada vez mais envelhecida, é importante pensar em novos caminhos, novas soluções para os mais velhos. Viver é maravilhoso, mas só faz sentido se tivermos qualidade de vida. Para alertar consciências e mudar mentalidades, o Parlamento Europeu instituiu o ano 2012 como o Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações. E se a actividade é importante, mais importante é criar laços entre as gerações. A realidade está aí, para quem a quiser ver. Morre-se de solidão! Morre-se sem que ninguém dê conta. Deixemos de olhar só para os nossos umbigos e olhemos à volta. Ninguém pede que nos sacrifiquemos por alguém nem que disponhamos de tempo que não temos nos nossos dias corridos. Pede-se, apenas, um olhar mais atento ou uma mão estendida na hora certa. Uma palavra reconfortante pode salvar. As pessoas não são fardos difíceis de acarretar. São pessoas, são gente, com direito de viver e viver bem. Já criaram, já produziram, já intervieram. Nós, jovens,

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Abril...



A Páscoa, símbolo de Festa, união e acreditação! Foi exactamente o que aconteceu no passado dia 4 de Abril, na Igreja Paroquial de Forjães, quando os utentes, funcionários e elementos da direcção da Fundação Lar de Santo António celebraram a comunhão Pascal junto da comunidade Forjanense. Esta celebração é sempre muito esperada pelos utentes, porque se deslocam à igreja e participam activamente na celebração eucarística, desde cânticos, ofertório solene, leituras.

Todos participaram efusivamente com uma alegria e entrega fora de série! Apesar das dificuldades o empenho dos utentes é extraordinário e a realização pessoal mais uma vez é evidenciada. Demonstra-se assim que as vicissitudes da vida podem ser ultrapassadas quando existe força de vontade e fé.

Para completar a alegria recebemos a Visita Pascal no Domingo, dia 8, onde beijamos a Cruz de Jesus Crucificado. Foi um momento muito belo e emotivo.

Os utentes da Unidade de Cuidados Continuados também tiveram a enorme alegria de receber a Visita Pascal, que levou conforto Espiritual a todos os utentes.

Patrícia Dias

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

Comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

Mensagem de Páscoa de D. Jorge Ortiga

Iniciamos o último trimestre dum período longo dedicado à Palavra de Deus. Quisemos que ela entrasse nos dinâmismos mais íntimos das nossas comunidades e que encontrasse nos cristãos um espírito de abertura, em ordem a um conhecimento mais profundo e a uma vida norteadas pelas suas diretivas

O evangelho do Domingo de Páscoa relata-nos o pormenor interessante de duas corridas: por um lado, Maria Madalena vai ao sepulcro e, depois de ver a pedra retirada, vai a correr até junto de Simão Pedro; por outro lado, este e o discípulo amado correm apressadamente até ao sepulcro, após esta notícia. Perante esta «corrida da fé», alimentada pela fé na Ressurreição de Jesus, uma outra corrida surge: a missão. Por isso, chegado o Tempo Pascal, a última pergunta do nosso programa pastoral impõe-se: qual a nossa missão?

É hora de nos interrogarmos sobre os frutos e de reconhecermos se os objetivos foram alcançados. Importa colocar-se em questão e não ter medo de intensificar a

caminhada para confirmar opções ou recuperar o tempo perdido. Deus continua a ser graça para colocar a Sua Palavra no centro da vida das comunidades. Por vezes, parece que continua a existir muito medo de efetuar a revisão. Mas Deus está ao nosso lado e amparamos com a sua providência. Logo, queremos ser uma reserva do passado ou promotores criativos de novas iniciativas?

Partimos dum pressuposto carregado duma enorme simbologia. Somos a vinha muito amada de Deus, onde a Sua ternura se patenteou nos cuidados que lhe dedicou, que deve produzir frutos e inutilizar os agraços que deturpam a sua missão. Há frutos novos a produzir. A força que retirou a pedra do túmulo dá-nos coragem para sermos ousados.

Queremos ser vinha amada, não para nosso mero proveito, mas para delícia da humanidade! Estamos no mundo e reconhecemos que a verdadeira alegria está na fidelidade ao dever cumprido. Mas por outro lado, o mundo é o nosso permanente juiz. Não nos impomos pela história ou pelo am-

biente que nos circunda. Como certeza de ser «sinal de contradição», sabemos-nos vocacionados para que nos reconheçam como realidade que lhe diz alguma coisa.

Muitos cristãos continuam instalados num saudosismo que nos distinguiu. Mas os tempos mudaram e já não nos podemos contentar com a normalidade. Se não correremos a entrar nas problemáticas contemporâneas, não estaremos a anunciar o sentido da vida, levando a Igreja a perder vitalidade. A tarefa é deveras ingente e só a fidelidade ao projeto de Cristo marcará a nossa diferença, inculcando no ADN das pessoas uma nova geração: a «geração da Palavra».

O que falta para tal acontecer? Aquilo que cada um poderá e deverá fazer para ser Palavra, aqui e agora. A Igreja será delícia da humanidade, se cada um se deliciar com este alimento de valor eterno nos lugares que percorre. Que a Páscoa renove o empenho para realizarmos o que falta, a fim de nos tornarmos uma comunidade unida pelo mesmo Espírito Pentecostal.

estava estampada no rosto de todos aqueles que continuam a apostar na «Fonte Viva» da Ressurreição! Obrigado pelo vosso acolhimento, respeito e dignidade com que envolverdes estes «dois dias» de Páscoa. Esta celebração «nas ruas», convidanos à alegria pascal, pois nasceu o Sol da Páscoa gloriosa e ressoa pela terra e céu, um canto novo!... Uma palavra de reconhecimento ao Juiz da Cruz e família, pela forma briosa como foram vividos estes

«dois dias» de Páscoa; agradecemos também, a disponibilidade demonstrada pelo Diácono Rafael Poças, os Ministros Extraordinários da Sagrada Comunhão e o 8º ano de Catequese.

Que a Alegria destes dias, seja o corolário de longo e prolongado ar festivo de que se deve pautar a nossa vida. Em meu nome pessoal e do Conselho Pastoral Paroquial, o nosso Muito Obrigado!

Visita Pascal 2012

A Visita Pascal foi vivência festiva do anúncio de Cristo Ressuscitado! Oportunidade exemplar, de uma experiência salutar de crescimento fraterno e solidário, entre todos. É nesta «passagem» de casa em casa, que continuamos o anúncio litúrgico da Ressurreição do Senhor. A alegria pascal

Bodas de Ouro Matrimoniais

No passado dia 09 de abril, o casal, Mário Moura de Sá e Maria dos Anjos Ribeiro Gonçalves, celebraram em família, esta data memorável, vivida ao longo de frutuosa anos. Com a família... deram Graças a Deus pela vida a dois, na saúde e na doença, na alegria e na tristeza em todos os dias da sua vida! Fazem o lar: ele, ela, eles... o

esposo pai, a esposa mãe e os filhos. Mais do que com tijolos e mobília, o lar, a casa, é uma construção de corações. Mas o material é indispensável para a vida, por isso, Cristo vai continuar a fazer companhia a estes esposos cristãos, Mário e Maria dos Anjos, numa vida de fé, expressadas principalmente na oração e na prática sacramen-

tal eucarística, como fonte para a fidelidade conjugal e a vida familiar.

A vida matrimonial é sempre um caminho de crescimento: ser mais, crescer na identidade como pessoas, como cristãos, como casal, como família; saber mais, crescer em conhecimentos e saber agir melhor, isto é, na função/missão de esposos, de pais, de leigos empenhados. Felicidades por tão «distinta» data!...

Bênção de casas novas

• Fernando Jorge Sinaré do Vale e Felicidade Figueiredo Barroso do Vale, Rua Cimo de Vila, nº 185.

• Adelino da Silva Casal e Maria Irene Laranjeira Lima e esposa, Rua de S. Roque, nº 78.

• Jorge Miguel Tomás Rosas e esposa, Liliana Vilas Boas, Rua da Pedreirinha, nº 242.

Notícias Breves

Conselho Pastoral Paroquial

- Celebração do Mês de Maio, de 01 a 31 de maio/2012, às 18h30.
- Dia Arquidiocesano das Associação de Fiéis, dia 05/maio/2012 na Cripta do Samedio, dirigido às Confrarias das Almas, de Nossa Senhora do Rosário e do SS. Sacramento.
- Dia da Mãe, 06/maio, às 11h15 (Eucaristia).
- Peregrinação Arciprestal à Senhora da Guia, dia 20/maio: concentração no Adro da Igreja paroquial de Belinho às 09h30 e saída da Peregrinação às 10h00; chegados ao Santuário de Nossa Senhora da Guia, celebraremos a Eucaristia. Todos os Grupos e Movimentos de Apostolado, devem estar presentes nesta Peregrinação.
- Procissão de Velas, dia 09/junho, às 21h15: sai da Madorra em direção à igreja Matriz.
- Santíssimo Corpo e Sangue de Cristo, dia 10/junho.
- Festa de Nossa Senhora das Graças, dia 17/junho, às 11h15.

Donativos para as obras no telhado da igreja Matriz

150,00 euros de Anónimo; 40,00 euros de Domingos Silva Casal; 50,00 euros de Anónimo

Total: 9.955,00 euros. Muito Obrigado!

Movimentos religiosos

Óbitos

18/03 – António de Miranda Vila Verde, 91 anos de idade, residente no Largo do Adro..

04/04 - Alberto Ferreira dos Santos Torres, com 91 anos de idade, residente da Rua da Santa.

05/04 – Joaquim de Campos Ribeiro, com 86 anos de idade, residente na Rua do Boucinho.

12/04 - Clotilde de Sá Morgado, residente na Rua da Madorra.

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)

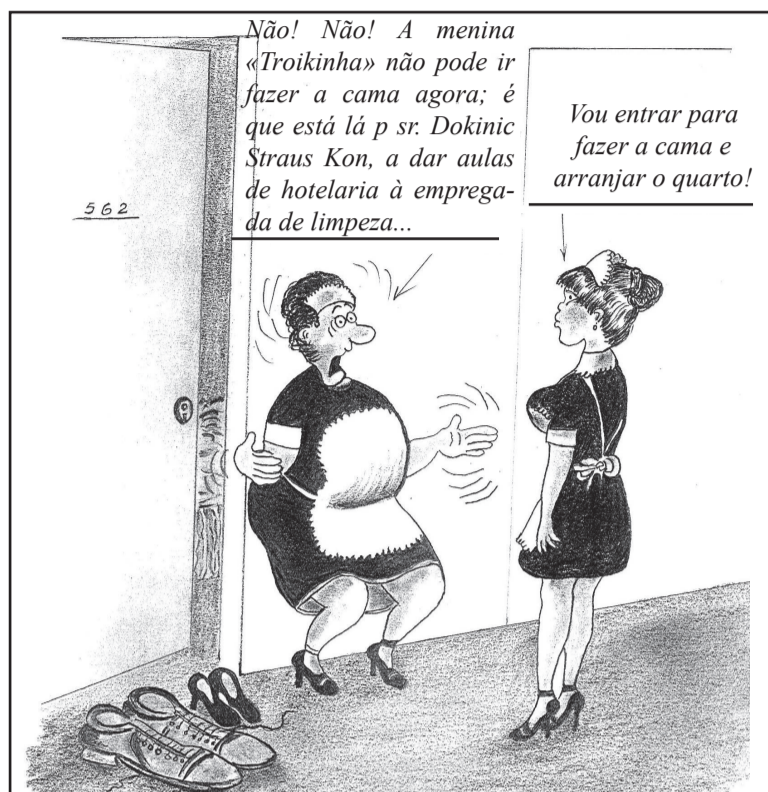
I Rua Pires, 201 / 4740-446 Forjães / Tel. 253 871 353; tlm. 919 038 529

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 verdadeiros vampiros

O vampiro da América central e do sul, é o único mamífero que se alimenta de sangue. O nome de vampiro faz confusão, porque esse animal sanguinário não suga a sua vítima depois de lhe furar a pele com dentes dignos de um Drácula. Antes pelo contrário! Dos seus incisivos, o pequeno morcego faz um corte sem dor e de um diâmetro equivalente à de uma palha de colmo dentro da epiderme.

Depois ele pode lambe sem punição o sangue líquido que sai da ferida da sua vítima, visto que a sua saliva contém uma substância anti-coagulante.

Ao contrário da lenda e dos filmes de terror que lhes são consagrados, o vampiro ataca raramente o ser humano. Certos vampiros, pertencem a duas ou três espécies conhecidas, e se alimentam do sangue das aves.

Conhecemos melhor os costumes do vampiro comum, que outrora se alimentava do sangue dos grandes animais selvagens. Porém os animais domésticos importados há quatrocentos anos pelos colonos europeus foram progressivamente substituídos, e o vampiro comum adia doravante a sua atenção sobre o gado, os cavalos, os burros e os porcos. O vampiro voa muito perto do chão para encontrar a sua presa, que ele localiza com o cheiro, com a vista e com o eco. Ele pousa perto do animal adormecido, depois salta-lhe em cima arqueado sobre a extremidade óssea das suas asas.

O vampiro só tira um pouco de sangue às suas vítimas. Em compensação, ele pode transmitir a raiva e muitas outras doenças.

Traduzido por Torres Jaques

Hipocrisia

Nas horas de silêncio balbucia, O peito, já cansado de esperar! Pela luz esperançosa da alegria, Que a vida não, não espera para passar.

Nas horas de silêncio dolorosas, Não transborda a feição dizendo tudo! São inúteis, as palavras carinhosas, Se em cada viva acção, já não me iludo.

Tempo fiel amigo, inigualável! Provido da paixão inseparável! Ao dividir a atroz hipocrisia.

E tudo que esta vida me vem dando Vou como cego, mais me procurando... Para acender a luz, de cada dia.

Maria José de Queiroz Ribeiro

A crise financeira e o verbo «furtar»

Conjugam por todos os modos o verbo rápido, porque furtam por todos os modos da arte.

Quando lá chegam, começam a furtar pelo modo indicativo, porque a primeira informação que pedem aos práticos é que lhes apontem e mostrem os caminhos por onde podem abarcar tudo.

Furtam pelo modo infinitivo, porque

não tem fim o furtar com o fim do Governo, e sempre lá deixam raízes, em que vão continuando os furtos.

Finalmente, nos mesmos tempos não lhes escapam os imperfeitos, perfeitos, mais que perfeito e quaisquer outros, porque furtam, furtaram, furtavam, furtariam e haveriam de furtar mais, se mais houvesse.

Torres Jaques

Brado

Homem de cara erguida!
Seja a honra a tua farda;
Impõe o desprezo à vida
Com alma forte e galharda.

Exemplo de nossos avós,
Lei que tem de perdurar;
Ouve ao longe a sua voz,
Brada às armas sem cessar.

Pela fé e pela história
Ergue bem alto a bandeira
Com aprumo e altivez;
Não recues! Morte ou glória!
Não deixes rasgar fronteira...
Lembra-te que és PORTUGUÊS.

Regina Corrêa de Lacerda

Meu sentido

Vi no passado, uma nuvem branca
Qual obra prima da tranquilidade!
Branca, bem branca, farol de saudade,
Que o tempo rege em sua alavanca.

Olho para trás como no livro aberto,
Onde alfabetizei minha lição...
Os vendavais do amor, eram paixão!
Página branca e nua, era o deserto.

Lembro essa nuvem como alvorecer,
Do anseio altivo que é felicidade!
E bem latente procuro entender,

Qual a magia dessa saudade?!
E no deserto vão posso entender,
Nascer, crescer, mas órfã da verdade.

Maria José de Queiroz Ribeiro

Ao nosso pai Armando



Armando Ferreira da Costa

Nasceu: 03/03/1932
Faleceu: 28/03/2012

A tão triste separação final, é terrivelmente dolorosa como foi o teu sofrimento

aqui na terra. A tua ausência traz-nos um vazio enorme, e um pensamento cheio de saudades. Não será fácil esquecer todo o sacrifício que fez por nós, só para nos sustentar. Contudo, soubemos tirar proveito desse sacrifício e sermos hoje pessoas de bem, mesmo sendo nós filhos de pais desafortunados.

Neste desenlace doloroso, não vamos esquecer nunca o pai que você foi para nós saudando-o com uma última homenagem e um até à eternidade.
Descanse em paz pai.

Os teus filhos.

AGRADECIMENTO



António de Miranda Vilaverde

Nasceu: 17/08/1920
Faleceu: 18/03/2012

A família, sensibilizada, vem, por este meio, agradecer a todos os que manifestaram, de algum modo, o seu sentimento de pesar pelo falecimento da sua ente querida.

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



Doces da Páscoa

Na segunda-feira da semana santa, a coordenadora juntamente com as auxiliares e os utentes da ACARF, decidiram tornar a páscoa mais doce. Neste dia foi-nos facultado um batedor de massa manual, no qual se foi juntando os ingredientes habituais para a confeção dos tradicionais doces amarelos. Num misto de alegria e doçura, a tarde foi animada, cada um foi procurando o utensílio para que se encontrava mais à vontade, uns batiam a massa dando a manivela do batedor manual, outros untavam os tabuleiros aos quais se foi colocando a massa que já se encontrava no ponto, os tabuleiros entravam no forno e depressa saíam os doces amarelos com aquele cheirinho característico da Páscoa.

No final todos tiveram o privilégio de provar o resultado do trabalho realizado e levar para casa um saquinho com os tradicionais doces amarelos, que estavam uma delícia!

Até sempre Armando Costa



Armando Ferreira da Costa, falecido no dia 28 de Março, e aproveitam para enviar sentidas condolências à família enlutada.

Na nossa sala soava
A sua voz encantada
Com alegria e tristeza
A todos contagiava.

Mostrava a sua alegria
Nas tardes de cantoria
Participava em algumas
Porque também as sabia.

Os idosos da ACARF deixam uma homenagem sentida ao Sr.

Era atento e participativo
Nas actividades que podia
Embora sendo poucas
Com alegria as fazia.

As saudades vão ficando
Desde a hora da partida
Uma tristeza profunda
Numa lágrima contida.

Os Idosos da ACARF

Caminhadas por Esposende

No passado dia 19 de Abril de 2012, realizou-se em Fonte Boa, uma aula de ginástica integrada no programa Dar Via Aos Anos, com já vem sendo habitual esta iniciativa estimula a convivência entre os seniores das freguesias do concelho Esposende, à qual os nossos idosos tem aderido e consta não só de ginástica mas também de outras atividades, no-



meadamente, passear tomar um café, conhecer e rever amigos de todas as freguesias do Concelho!

Felicidade Vale

Intercâmbio Juvenil Multilateral



A ACARF, sob o lema «Democracia Participativa do Atlântico aos Urais», organizou entre os dias 30 de Março e 7 de Abril, um intercâmbio juvenil multilateral,

em S. Petersburg - Rússia, com 32 jovens oriundos de Portugal, Espanha, Rússia e Bielo-Rússia.

Foi uma semana plena e intensa para os jovens. Entre encon-

tros, debates e conferências quer no Palácio da Juventude, quer na Federação de Associações de Jovens - Mesa Redonda de S. Petersburg (associação que recebia), os jovens tiveram oportunidade de conhecer uma fábrica de turbinas nucleares, foram recebidos pelo presidente do município de Novodevyatckino e por mais de uma centena de jovens daquela localidade. Tiveram ainda tempo de conhecer a riqueza do património artístico, religioso e arquitectónico de S.Petersburgo - Museu do Hermitage, Palácio de Peterhof, Puskhins, Catedrais de Kazan, S.

Isaac e da Ressurreição de Cristo.

Num dos intensos dias de actividades, os jovens participantes após visita às instalações do Palácio Mariyinsky - Sede do Parlamento de S.Petersburgo, foram recebidos por Igor Korovin, deputado e vice presidente da comissão permanente do parlamento de S.Petersburgo de assuntos sociais e de saúde.

Neste encontro-debate, bastante participativo e acalorado, os jovens esgrimiram os seus pontos de vista e as suas ideias sobre democracia.

De um lado pontos de vista

similares (Portugal e Espanha) do outro uma defesa acérrima do sistema político comunista (Rússia) e um discurso politicamente correcto de quem vive numa 'ditadura' (Bielo-Rússia).

Foi sem dúvida os dos dias mais ricos na troca de ideias que se pautou este intercâmbio.

Esta experiência permitiu aos jovens estar em contacto com novas realidades e diferentes perspectivas de vida.

Este projecto contou com o apoio e realizou-se ao abrigo do programa «Juventude em Acção».

Boletim – Nascente Escolar

Agrupamento de Escolas do Baixo Neiva abril 2012

CLUBE DE ORIENTAÇÃO 2011/2012

... razão para crescer



4ª PROVA (Parque do Avioso - Maia)



Nesta última prova, do Ranking Regional Norte, a nossa escola participou com 25 atletas. Realizou-se a 21 de Abril no Parque do Avioso na cidade da Maia. Toda a equipa se empenhou em atingir os melhores resultados, para manter as ótimas classificações coletivas e individuais, que até ao momento detêm no Ranking da modalidade. Mais uma vez subimos ao pódio com a Valéria Vale num categórico 1º lugar em Iniciados Feminino, com 76 "adversárias"!

INF. MASC : Nuno Pereira – 6º Lugar (7ºC)

INF. FEM: Ana Rita Sá – 17º Lugar (5ªA)

INIC. FEM: Valéria Vale – 1º Lugar (9ºC)

Ricardo Moreira – 7º Lugar (7ªA)

Cristiana Vale – 27º Lugar (5ªA)

PRÉMIO DE SPRINT: 16" – Hugo Viana



Desporto Escolar



COMPAL AIR Torneio de Basquetebol 3x3

Após o apuramento na fase escolar, as equipas vencedoras (nos escalões/sexo Infantil, Iniciado e Juvenil) foram representar a nossa escola em mais um torneio do "Compal Air" que, como tem sido habitual todos os anos, reúne a participação de um grande número de alunos do distrito de Braga. Realizou-se na Escola E.B. 2/3 Rosa Ramalho - Barcelinhos durante toda a manhã do dia 18 de Abril.



O Projeto Compal Air resulta de uma parceria entre a Federação Portuguesa de Basquetebol, o Ministério da Educação e a Compal, visando desenvolver hábitos e estilos de vida saudáveis através da promoção da atividade física em convergência com a implementação do gosto pela modalidade de Basquetebol.



JOGOS DESPORTIVOS ESCOLARES Concelho de Esposende

Os Jogos Desportivos Escolares são um projeto de valor desportivo e pedagógico comprovado, potenciam uma aproximação da Sociedade Civil às escolas e merecem a confiança e o investimento de todos, contribuindo, inquestionavelmente, para o desenvolvimento de um "Espírito de Escola", uma vez que os alunos que passam por essa experiência adquirem/reforçam a consciência de que estão a representar a "sua" escola e a "sua" comunidade escolar.



As equipas da nossa escola que participaram foram alvo de um apuramento através de torneios inter-turmas, que decorreram ao longo dos dois primeiros períodos escolares. No caso do Futsal, destinado aos alunos dos 5º anos (Infantil A), foram representar a escola alunos do 5ºB (masculino) e alunas do 5ºC (feminino).

No dia 23 de Abril na Escola E.B. 2/3 de Apúlia decorreu a fase final entre todas as escolas do Concelho de Esposende. O dia foi todo ele abrilhantado pela atividade física! No intervalo para almoço, estes pequenos vencedores, ainda tiveram tempo para um momento cultural e para fazer novas amizades!



O importante não era, de todo, o resultado final... Mas as taças, merecidamente, chegaram ao final da tarde às mãos do nosso diretor, trazidas por alunos sorridentes e mais saudáveis!!



Projeto Escola Electrão



3º PRÉMIO ABSOLUTO

Na 4ª edição do projeto Escola Electrão da Amb3e, a Escola Básica do Baixo Neiva, foi novamente vencedora, sendo contemplada com o 3º Prémio Absoluto.

A escola, com o contributo da comunidade educativa, recolheu 6780 kg de resíduos eléctricos e eletrónicos.

A entrega de prémios decorreu no dia 17 de abril, no Centro Cultural de Belém, na Sessão Switch Off 2012, com a presença de um grupo de 30 alunos e 3 professores.

Esta cerimónia, que reuniu cerca de 1000 convidados num local emblemático da cidade de Lisboa, contou na mesa de honra com as ilustres presenças da Professora Doutora Isabel Leite – Secretária de Estado do Ensino Básico e Secundário, da Eng.ª Inês Diogo – Vogal do Conselho Diretivo da Agência Portuguesa do Ambiente, da Dr.ª Mercedes Balsemão – Presidente da SIC Esperança, da Dr.ª Roberta Medina – Vice-Presidente Executiva do Rock in Rio e ainda do Eng. Hans Egenter – Presidente do Conselho de Administração da Amb3E, a entidade responsável pelo projeto Escola Electrão.

Sessão “Switch-off”



No passado dia 17 de abril, os alunos selecionados por mérito em diferentes áreas, deslocaram-se a Lisboa para participar na sessão “Switch-Off”-Escola Electrão 2011-2012.

Partimos às 7h30 minutos e seguimos até à capital, fazendo uma paragem na Estação de Serviço da Mealhada.

Chegamos por volta do meio-dia, fomos recebidos por um guia, vestimos uma t-shirt *bordeaux* identificativa da nossa escola e tiramos uma fotografia de grupo.

Às 12h30 minutos, fomos saborear o almoço que nos foi oferecido numa tenda gigante, com alunos de escolas de vários pontos do país.

Quando acabamos de almoçar, fomos conduzidos até ao grande auditório do Centro Cultural de Belém, onde iniciamos a sessão “Switch-Off”, apresentada pela Vanessa Oliveira, e na qual estavam presentes vários convidados.

A nossa escola ganhou o terceiro grande prémio absoluto, tendo recebido uma televisão LCD, uma câmara fotográfica e outra de filmar, um computador portátil, um apontador e um “pack” de lâmpadas.

Depois de todas as escolas presentes receberem os seus prémios, a sessão “Switch-Off” foi encerrada ficando o desejo de voltarmos em novas edições.

No final, seguimos viagem de regresso para a escola onde chegamos por volta das 23 horas.

Bruna Filipa da Cunha Viana 5ºC nº2

Visita ao Parque Natural Litoral Norte



No passado dia 6 de Março o 8ºB assistiu a uma palestra e participou numa visita de estudo ao Parque Natural Litoral Norte (PNLN). Estas atividades permitiram-nos ter uma primeira visão do PNLN, dos seus objetivos, localização, biótopos existentes, património construído, problemas como erosão costeira, a pressão humana e urbanística, assim como as estratégias desenvolvidas no sentido de minimizar os problemas e promover a recuperação dos habitats. O parque natural é uma área com predominância de ecossistemas naturais e seminaturais, onde a preservação de biodiversidade a longo prazo possa depender da atividade humana, assegurando um fluxo sustentável (usar sem destruir) de produtos naturais e de serviços. O PNLN promove estas visitas para apelar aos mais novos e à população, que normalmente tem a praia como destino de férias, para as questões importantes que se prendem com o correto ordenamento do território, com a problemática da erosão costeira, com a urgência da conservação das espécies animais e vegetais com funções vitais para estes espaços. *Desfrutem dos parques naturais sem nunca os danificar.* (Letícia Costa, - 8º)



10ª Edição – Prémio Ciência na Escola

A Fundação Ilídio Pinho e o Ministério da Educação celebraram um Protocolo com vista à instituição de um prémio anual, o Prémio Fundação Ilídio Pinho "Ciência na Escola". Este prémio visa motivar todos os alunos, da Educação Pré-Escolar, dos 1º, 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico e Ensino Secundário, das diferentes vias de educação e formação, para a aprendizagem das ciências e para a escolha de áreas tecnológicas. A Escola Básica do Baixo Neiva, mais uma vez, tem aprovados três projetos no concurso de ideias, no 1º, 2º e 3º escalão (ensino pré-escolar, 1º ciclo e 2º/3º ciclo, respetivamente). Os professores e alunos estão a trabalhar para o grande prémio final...



<p>Boletim Nascente Escolar abril de 2012</p>		<p>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</p>	<p>ECO-ESCOLAS</p>	<p>Diretor: Professor Manuel Ribeiro Redação: Clube da Comunicação Colaboração: Prof. António Barros (revisão de textos); Professora Anabela Freitas “Orientação/Desporto Escolar”; Professora Fernanda Garrido, Escola Electrão “3º Prémio”, Bruna Viana 5ºC “Sessão Switch-Off”; Letícia Costa 8ºB “Visita ao PNLN”; Professora Fernanda Garrido “10ª Edição Prémio Ciência na Escola”. 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.</p>
---	--	--	--------------------	---

Desporto ■ Notícias FSC

Fernando Neiva

Manutenção está garantida

O FSC, seniores, já garantiu a manutenção no campeonato da Divisão de Honra da AF Braga, fato que obrigará este escalão a jogar em campo relvado a partir do início da próxima época, Setembro deste ano. Em termos desportivos tem sido uma época de reafirmação do clube nesta competição da AF Braga. Esta divisão é hoje muito competitiva, com as equipas a mostrarem forte organização e campos com ótimas condições de trabalho, lembre-se que apenas o Santa Eulália de Vizela, o Forjães e o Porto d'Ave (Póvoa de Lanhoso) não têm campo relvado. Também na Taça, o Forjães atingiu as meias finais, tendo em aberto a possibilidade (difícil) de passados dois anos voltar ao palco da final.

No futebol jovem temos os Juniores na luta pela subida de divisão, será difícil, mas a acontecer será a segunda subida consecutiva deste escalão. Os Juvenis têm feito um agradável campeonato, mostrando capacidades de poderem atingir muito mais na próxima época. Os Iniciados lutam por um lugar nos cinco primeiros, apresentando uma evolução grande ao longo de toda a prova. Os Infantis têm realizado bons jogos e resultados equilibrados, sendo na maioria uma equipa de primeiro ano, poderá na próxima época bater o pé a muitas equipas. Os Benjamins, têm tido um campeonato difícil, perante adversários muito fortes, mas têm sido autênticos guerreiros na luta pela camisola que vestem. As jovens atletas femininas, nesta segunda época de competição, têm tido uma participação brilhante, estando muito perto de garantir o 2º lugar, a evoluir desta forma o Vilaverdense poderá na próxima época encontrar no Forjães um adversário à altura. As nossas juniores femininas, se continuarem a trabalhar desta forma dentro de dois anos estarão preparadas para dar o salto para o futebol de 11 e quem sabe levar o nome de Forjães (mesmo que o governo acabe com a nossa freguesia) bem alto. Os escolinhas, pré-escolas e minis têm participado com brio no campeonato concelhio.

Tudo isto, atrás descrito, enche um forjanense de orgulho, julgo eu, e apesar das vozes desanimadoras e desencorajadoras de «alguns velhos do restelo», pode continuar a encher Forjães de alegrias e de feitos se nós quisermos ... Sim, se nós

quisermos, continuar a trabalhar por uma causa, sobretudo pelos nossos jovens, se nós quisermos continuar, apesar das dificuldades, a ajudar uma colectividade que muito tem contribuído para engrandecer e elevar o bom nome da nossa terra, o FSC terá pernas para andar. Se nós quisermos, dar um pouco do nosso tempo a esta grandiosa colectividade, como directores, colaboradores e amigos, certamente que o clube e os nossos jovens terão um futuro melhor, caso contrário, se nós perdermos a nossa identidade, se continuarmos alheios e a assobiar para o lado, como que dizendo não é nada comigo, para mim tanto faz que haja como não haja, seja Forjães SC, Festa de Stª Marinha, ACARF, Ranchos, Escuteiros e demais movimentos associativos, corporativos ou festivos, se nós nos alhearmos de tudo isto, se nós não quisermos... Então estamos a passar um estado de incompetência aos nossos avós, pais, tios, primos, amigos e bons conhecidos, a todos aqueles, que com as suas lutas e com o seu trabalho e dedicação ajudaram a promover o bom nome da nossa terra, onde obviamente incluímos o nosso FSC.

Caros amigos, chegou a hora de todos querermos, e se nós quisermos a continuidade e a longevidade do clube, pensando nos nossos jovens, estará assegurada. Caso contrário, se nós quisermos dar ouvidos às vozes de mau agoiro que dizem que a oportunidade já passou, que já foram tempos, que é difícil, enfim, se nós quisermos ter medo e preguiça de enfrentar o futuro e as dificuldades que este nos cria, então sim é melhor recolhermos a bandeira e sentarmo-nos no sofá a ver telenovelas, futebol e sei lá mais o quê, esperando pelos outros. E, se outros não assumirem deixá-mos acabar tudo e qualquer dia vivemos numa terra amorfa e sem vida, sem contacto, sem amizade e sem sociabilização ... se nós quisermos este caminho... que tristes exemplos estaremos a dar aos nossos filhos e aos nossos netos.

Eu acredito, e se nós quisermos, mesmo que o futuro nos ofereça muitas dificuldades, os nossos jovens continuarão a ter o nosso apoio, o nosso auxílio e o nosso encaminhamento e por conseguinte, se nós quisermos o FSC continuará a ser uma colectividade viva e dinâmica.

Resumo das jornadas

26ª Jornada 01-04-12

Forjães 2 - 0 Águias da Graça
Estádio Horácio de Queirós

«Vitória justíssima»

A equipa do Forjães fez aquilo que lhe competia, vencer o jogo, perante um adversário que não tinha nada a perder, pois praticamente já estava despromovido. Contudo, os jogadores do Águias da Graça dignificaram a camisola do seu clube e procuraram, na medida do possível, complicar a vida ao Forjães. Por sua vez, os forjanenses marcaram cedo e controlaram sempre o jogo, não facilitando, simplesmente não conseguiram concretizar duas ou três boas situações de golo. Na segunda parte, a expulsão de Zé Avelino veio atrapalhar um pouco, mas mesmo com dez o Forjães nunca facilitou, apenas tendo demorada na obtenção do golo da tranquilidade, que surgiu sobre o minuto 90. Três pontos esperados e importantes na luta por uma boa classificação final.

FSC: 1- Stray (c.); 2- Magalhães; 3- Orlando; 4- Hélder; 5- Zé Avelino; 22- Gabi; 7- Postiga (Tiago aos 75); 8- Paulo Gomes; 9- Bruno (Pedro Ribeiro aos 65); 10- Tó Mané; 11- Mika (Kiko aos 88).

Treinador: Zé Miguel

Não utilizados: Yvon, Morgado, Sérgio e Carlos

Golo: 1-0, Gabi aos 12 minutos.

2-0, Orlando aos 89 minutos

Disciplina: Zé Avelino expulso aos 59 minutos, Bruno expulso do banco aos 76 minutos, depois de ter sido substituído.

27ª Jornada 15-04-12

Gerês 1 - 0 Forjães

Campo do Arsenal de Crespos – Braga

«Guarda-redes do Gerês segurou os três pontos»

O jogo foi bem disputado na primeira

meia hora, com ambas as equipas a criarem lances de envolvimento junto das balizas adversárias. À entrada do último quarto de hora o jogo esteve parado cinco minutos para assistência ao guarda-redes do Gerês e esta pausa adormeceu os jogadores que até ao intervalo não conseguiram produzir o mesmo futebol dos minutos iniciais. Na segunda parte o FSC entrou forte e criou duas boas situações de golo, evitadas com mérito pelo keeper do Gerês. A equipa da casa apostou tudo no ataque, precisava de ganhar, e num lance de alguma felicidade chegou ao golo. A partir daqui os homens do Forjães tentaram tudo para marcar mas encontraram num guarda-redes adversário uma barreira intransponível, o homem defendeu tudo e mais alguma coisa, tendo inclusive tirando três bolas de golo certo com defesas quase impossíveis. No final ficou um amargo de boca aos homens do FSC que mereciam pelo menos o empate.

FSC: 1- Stray; 14- Magalhães; 18- Pedro Ribeiro (Mika aos 67); 4- Hélder; 13- Orlando; 2- Joel (c.); 24- Gabi (Né aos 45); 8- Paulo Gomes; 19- Postiga (Tiago aos 84); 20- Tó Mané; 21- Bruno.

Treinador: Zé Miguel

Não utilizados: Yvon, Sérgio, Morgado e Pedro Ribeiro

Golos:

1-0, aos 73 minutos.

28ª Jornada 22-04-12

Forjães 0 - 0 Prado

Estádio Horácio de Queirós

«Forjães merecia a vitória»

Num jogo bastante disputado a meio campo, com o Forjães a ser a única equipa a criar situações de golo, poder-se-á dizer que o nulo penaliza o Forjães e agradou ao Prado. De fato a equipa forasteira passou 90 minutos sem intimidar o guarda-redes Stray, ao passo que o Forjães teve algumas situações de golo iminente, a saber, Tiago falhou isolado aos 27 minutos, Mika acertou no boneco aos 63 minutos, Tomané che-

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

gou «um cabeleiro» atrasado aos 76 minutos, entre outras situações de algum perigo que surgiram junto à baliza do Prado. Por tudo isto, pode dizer-se que o FSC produziu bom futebol faltando-lhe apenas concretizar uma das várias situações que criou.

FSC: 1- Stray; 14- Magalhães; 13- Orlando; 4- Hélder; 17- Zé Avelino; 2- Joel (c.); 23- Né (Morgado aos 88); 22- Mika; 20- Tó Mané; 21- Bruno (Postiga aos 68); 7- Tiago (Paulo Gomes 75).

Treinador: Zé Miguel

Não utilizados: Yvon, Sérgio, Pedro Ribeiro e Gabi.

29ª Jornada

Intempérie, nunca vista, em Vieira do Minho

O Jogo da 29ª jornada Vieira – Forjães, não se realizou devido à intempérie que

ocorreu em Vieira do Minho, uma hora e um quarto antes do início do jogo. De fato, aconteceu uma forte queda de granizo e trovoadas durante um longo período de tempo, provocando um cenário comparável a um autêntico nevão, ficou tudo branco em Vieira do Minho. O relvado onde iria ser disputado o jogo e decorrida a meia hora de tolerância, prevista nos regulamentos, ainda tinha um manto branco de granizo a cobri-lo integralmente, com cerca de 8 cm de altura, não se via nem ponta de relva. Curioso, à mesma hora em Forjães raiava um sol quente e agradável quase convidando para uma tarde de praia. O clima tem da fato fenómenos incríveis e aquilo que se passou em Vieira foi algo nunca visto, as estradas tiveram ao longo de horas uma altura de granizo acumulado superior a 10 cm de altura. O jogo terá entretanto que se realizar, obrigando o Forjães a nova deslocação, 150 km ida e volta.

Taça AF Braga

1/4 de final

7-04-12

Forjães 3–2 Vieira
Estádio Horácio de Queirós

«Hat-trick de To-mané»

Depois de um primeiro quarto de hora de maior domínio da equipa de Vieira do Minho, o Forjães assumiu o comando do jogo e fez dois golos por intermédio de To-mané. Na segunda metade o Forjães entrou forte e ao fim de alguns minutos chegou ao 3-0, novamente por intermédio de To-mané. Com o jogo controlado o Forjães acaba por apanhar dois golos inesperados, o primeiro num lance infeliz de Yvon que depois de se ter atrapalhado com a bola cometeu penalty, o segundo foi obtido através de um ressalto na perna de um defensor forjanense. A partir do 3-2, o Forjães reagiu forte às adversidades e até final falhou várias situações de golo iminente, ou seja, só o Forjães esteve perto do golo nos últimos 20 minutos. Vitória justíssima, que peca por escassa. Tiago, pelo que jogou e To-mané pelo que marcou foram os melhores em campo.

FSC: 1- Yvon; 2- Magalhães; 3- Pedro

Ribeiro (c.); 4- Hélder; 5- Orlando; 22- Gabi; 7- Postiga (Né aos 60); 8- Paulo Gomes; 9- Tiago (Kiko aos 88); 10- Tó Mané; 11- Mika.

Treinador: Zé Miguel

Não utilizados: Stray, Morgado, Sérgio, Ruizinho e Carlos (expulso aos 35 m.)

Golos: 1-0, Tó-mané aos 24 minutos; 2-0, Tó-mané aos 32 minutos; 3-0, Tó-mané aos 53 minutos; 3-1, aos 64 minutos; 3-2, aos 68 minutos

1/2 de final

O FSC juntamente com o Taipas, Terras de Bouro e Celeirós vai disputar as meias-finais desta competição. Estas, em princípio, serão discutidas a duas mãos e os jogos serão a 20 e 27 de Maio. Ainda não foi realizado o sorteio, mas já se sabe que a final será a três de Junho no Estádio Cidade de Barcelos. Seria importante que o nosso clube pudesse chegar à final, mas para isso terá que vencer o próximo adversário que lhe calhar em sorte. É importante não embandeirar em arco, até porque todos os adversários são fortes. Atenção, porque o excesso de confiança pode ser fatal. Refira-se que ao longo da sua história, o Forjães perdeu por três vezes a final desta competição.

Forjães pela sua saúde

O Forjães Sport Clube vai promover aulas de ginástica de manutenção, localizada e core, destinadas a todos os que queiram participar, mas direcionado sobretudo para as senhoras. Estas sessões vão de correr no pavilhão da EBI, á 2ª feira das 21:30 às 22:30 e à quinta-feira das 20:15 às 21:15. Estas aulas serão orientadas pelo professor Paulo Miranda (Chica) Personal trainer e Group trainer. Não pense duas vezes inscreva-se já, o preço é muito acessível. Saiba mais em facebook FORJÃES SC FSC.

Torneio 24 horas de futsal

No fim-de-semana da páscoa, disputou-se na EBI de Forjães um Torneio de Futsal. Os jogos iniciaram-se às 15h de sexta-feira e só terminaram às 21h de sábado. Participaram 13 equipas, a todas elas o FSC agradece a participação. Na final a equipa FOSQUINHAS bateu a equipa GAPE TEC após prolongamento. O FSC contou com a parceria da Escola Básica do Baixo Neiva (Forjães) a quem fica muito grato, sobretudo ao seu Diretor prof. Manuel Ribeiro, bem como aos restantes elementos da direcção e ao assistente operacional Eduardo Pinheiro. Ainda neste torneio o amigo Tiago Morgado bateu um record digno do Guinness of records, esteve na mesa desde o primeiro ao último jogo, é muita resistência.

Jantar do 45º aniversário

No próximo de 5 de Maio vai realizar-se um jantar convívio, na Quinta de Curvos, com o intuito de assinalar os 45 anos recentemente completados. O jantar será organizado nos moldes do ano anterior e será servido pela empresa de catering do Carlos Alberto (solar da rosas). Vai ser uma noite animada, na qual o FSC irá distinguir, entre outros, os seus atletas e treinadores. O espaço da Quinta de Curvos é de fato único e muito belo, por isso, inscreve-te.

O clube fica muito grato aos proprietários, Sr. Jaime e Sr. José Maria Fonseca, que prontamente anuíram a ceder o espaço para a realização do evento.

Mariana Azevedo na selecção feminina

A atleta Mariana Azevedo representou a selecção sub-18 da AF Braga, no torneio interassociações distritais que se disputou em Lisboa. A equipa da AF Braga, foi capitaneada pela nossa atleta, e ficou num honroso 4º lugar.

Esta chamada, deve-se ao valor, que a atleta tem vindo a evidenciar. Ela, atua no eixo da defesa e demonstra boas capacidades técnicas e táticas. Tal como a Mariana, também no futuro haverá outras atletas com possibilidades de um dia serem vistas para estes compromissos.

Futebol Jovem

Benjamins

(20ª J) Fão 7-0 Forjães
(21ª J) Forjães 3-12 Esposende

Infantis

(20ª J) Fão 4-2 Forjães
(21ª J) Forjães 3-4 Marinhas
(22ª J) Necessidades 4-2 Forjães

Iniciados

(22ª J) Forjães 2-1 Vilaverdense
(Em atraso 12ª J) Aveleda 0-1 Forjães
(23ª J) Juv. Académico 0-2 Forjães;
(24ª J) Ninense 2-2 Forjães;

Juvenis

(19ª J) Lanhas 2-3 Forjães;
(22ª J) Forjães 1-2 S. Veríssimo;

Juniores

(22ª J) Granja 0-1 Forjães
(23ª J) Forjães 3-0 Gandra
(24ª J) Andorinhas 1-1 Forjães

Feminino sub-18

(em atraso 3ª J) Forjães 3-0 Martim
(11ª J) Pico Regalados 0 – 1 Forjães
(12ª J) Forjães –adiado– Sandinenses
(13ª J) Oleiros 0-4 Forjães

O FORJANENSE

DIVULGUE
O JORNAL
DA
NOSSA TERRA

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

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º areca; friso = 2º m; lamúria; c = 3º it; turim; mu = 4º dom; oto; tal = 5º área; i; oito = 6º caracolar = 7º tido; a; egas = 8º ado; ura; oca = 9º pa; crina; ar = 10º u; pecados; a = 11º alamo; assar =

Verticais

1º amida; tapua = 2º r; torcida; l = 3º el; meado; pa = 4º cat; aro; cem = 5º amuo; a; urco = 6º urticária = 7º frio; o; anda = 8º rim; ele; aos = 9º ia; tiago; ss = 10º s; matraca; a = 11º oculo; sarar =

Opinião



José Salvador Ribeiro

Muito se tem falado... da Parque Escolar...

A Parque Escolar (PE), criada pelo Dec-Lei nº 41/2007, dotada de autonomia administrativa e financeira e de património próprio, sujeita à tutela dos membros do Governo responsáveis pelas áreas das finanças e da educação, tem por objeto o planeamento, gestão, desenvolvimento e execução do programa de modernização da rede pública de escolas secundárias e outras afetas ao Ministério da Educação. O programa de modernização do PE destinado ao ensino secundário visa, no essencial, requalificar e modernizar os edifícios das escolas, repondo a eficácia física e funcional, numa perspetiva de criar condições para a prática de um ensino moderno, adaptado aos conteúdos programáticos, às didáticas e às novas tecnologias de informação e comunicação, permitindo a abertura da escola à comunidade, criando condições para uma maior articulação

com o meio envolvente.

Recentemente, em 10 de Abril, a ex-ministra da educação Maria de Lurdes Rodrigues insistiu no Parlamento, que não houve derrapagens nas obras da PE e que o dinheiro gasto foi o necessário para melhorar as escolas, considerando ainda que o programa só está comprometido para o futuro, se não se fizerem escolhas, e que «Há bom e mau investimento, o Governo tem de decidir se a educação é uma prioridade», acrescentando que continuam a existir fundos do QREN, passíveis de serem utilizados nesta área. A ex-ministra referiu ainda na comissão parlamentar que o programa da PE foi «um êxito, uma grande festa para o país, foi uma festa para as escolas, para os alunos, para a arquitetura, para a engenharia, para o emprego e para a economia», após elementos do atual governo terem mostrado que, além do dinheiro que foi gasto, ainda falta pagar quase mil milhões de euros. Acrescentando, «Foi caro? Foi o necessário para fazer, para termos escolas robustas, preparadas para o futuro». Acusada de despesismo público e luxo abusivo nas obras de requalificação, a propósito por

exemplo da compra de 12 candeeiros de Siza Vieira, por 1700 euros cada, para uma das escolas requalificadas e a utilização de materiais nobres em várias instalações (alvo de crítica também no relatório da IGF – Inspeção Geral das Finanças), a ex-ministra lamentou também que nas escolas se «considere ser luxo o que não é considerado como

«Lamento que a única escola secundária do nosso concelho tenha sido 'apanhada' no meio desta enorme crise»

luxo noutros espaços». Rejeitando acusações de despesismo, M. de Lurdes defendeu que o que foi gasto no programa de modernização «foi o necessário para termos escolas de qualidade» e rejeitou que tivesse existido qualquer derrapagem nos custos. No seu relatório, a IGF refere que a evolução dos custos redundaria num aumento de 84 por cento por comparação ao

previsto em 2008 para a execução do programa na sua totalidade. O Tribunal de Contas aponta, por seu lado, um acréscimo de 218,5 por cento por comparação à estimativa de 2007.

Há que salientar contudo que foram concluídas intervenções em 105 escolas. Estão 70 em obras e os trabalhos projetados para outras 125 foram suspensos por decisão do atual ministro da Educação, Nuno Crato, estando a nova administração da PE mandatada para apresentar, em 6 meses, um plano de revisão das intervenções com vista à redução de custos. Segundo o Ministério da Educação e Ciências, nas 70 escolas que atualmente estão em obras já foram possíveis identificar medidas de correção que permitirão poupar mais de 60 milhões de euros. No entanto, e como é do conhecimento geral, algumas escolas dos nossos concelhos vizinhos tiveram «melhor sorte», estando já dotadas das tais obras de remodelação e beneficiação. No concelho de Barcelos, das duas escolas da cidade, a Alcaides de Faria, sofreu intervenções na ordem dos 8,6 milhões de euros, e a Secundária de Barcelos, teve um investimento do programa

que rondou os 11 milhões euros. Relativamente às escolas do concelho de Viana do Castelo, a Secundária de Monserrate, recebeu obras no montante de 18,7 milhões euros, e na Secundária Santa Maria Maior a PE gastou cerca de 11 milhões euros.

Defendo a continuidade destes projetos de requalificação, de forma ponderada e equilibrada, até porque a maioria das escolas ficaram com ótimas condições e outras, infelizmente, estão a precisar urgentemente de intervenção, sustentando ainda que seria também um fator preponderante para o incremento da economia local e da construção civil, em especial. Lamento ainda que a única escola secundária do nosso concelho tenha sido «apanhada» no meio desta enorme crise que assola a economia do nosso país. Talvez a «velhinha» escola Henrique Medina ainda venha a ter brevemente a sua «cara lavada». O anterior Governo previa (na fase 4) um investimento para esta escola na ordem dos 15 milhões euros, que iria permitir aos estudantes do concelho beneficiarem de uma escola mais moderna e melhor equipada. Restamos a esperança da reavaliação por parte da nova equipa da PE!



Elsa Teixeira

Liberdade de expressão!

A final o que é a liberdade de expressão? É o direito de manifestar opiniões, ideias e pensamentos!

Podemos manifestar essas opiniões, ideias e pensamentos, através do exercício da palavra ou de imagens, e podemos facilmente difundir uma ideia através de um livro, de uma crónica, de uma reportagem, de um filme, uma música ou de uma simples T-shirt. Para além dos tradicionais jornais, revistas, livros, filmes, televisão, temos a internet,

através da qual podemos fazer chegar essas ideias a quase qualquer parte do Mundo, apesar de continuar a haver locais em que não se tem acesso a opinião dos outros, nem direito de manifestar uma opinião, como é o caso da China - que vive numa ditadura que censura livros, filmes e a própria internet.

Em Portugal a liberdade de expressão foi reposta a 25 de Abril de 1974, desde então sofremos uma revolução cultural, em simultâneo o acesso a formação e informação universalizou-se e torna-se cada vez mais acessível e diversificado, existem mais edições de jornais, revistas, mais canais de televisão e rádio, o que certamente se deve ao aumento da população, mas também, ao interesse da população

se manter informada.

Ferramentas como o Facebook, Twitter e Youtube, ajudaram a tornar possível e visível a Primavera Árabe, que de outra

«A manifestação de opiniões, ideias e pensamentos deve ser um exercício diário para servir o interesse e o bem geral da sociedade»

forma, provavelmente, não se teria difundido com tanta rapidez e alcançado tal proporção.

Para mim o direito a manifestar opiniões, ideias e pen-

samentos não é dizer o que me apetece, imiscuir. Não é por sermos livres, que temos a liberdade de deixar o carro estacionado em segunda fila!? Impedir que os outros cidadãos sigam o seu caminho! Devemos ser conscientes, a expressão e difusão de uma ideia pode ser perigosa, principalmente se mal interpretada. Foi o que aconteceu com a ideia de Super-homem do filósofo alemão, Friedrich Nietzsche, que foi interpretado por Hitler para alicerçar e justificar o genocídio.

A manifestação de opiniões, ideias e pensamentos deve ser um exercício diário para servir o interesse e o bem geral da sociedade, podendo facilmente ser divulgadas pela internet através de blogs, sites e fóruns. Assim tem

nascido algumas manifestações de descontentamento, no nosso país, em relação as políticas de austeridade adoptadas pelo governo, que saem da internet para as ruas.

Podemos escrever um texto a criticar o governo, podemos escrever um livro e editá-lo sem que ele seja alvo de qualquer tipo de censura, podemos ouvir qualquer música, ver qualquer filme, podemos até escrever uma música ou um filme e difundir-los, sem correremos o risco de sermos presos. Mas será que estamos preparados para exercer a liberdade de expressão e difundir-la?

Culinária ■ Viver ■ Passatempos

Ementas da casa

Maria Mota e Olímpia Pinheiro



Duas receitas a pensar nas refeições em família são a proposta das cozinheiras da ACARF. Variar sem perder muito tempo e com um grau de dificuldade mínimo são os objectivos destas profissionais que só lhe querem dar a conhecer maneiras diferentes de cozinhar alimentos comuns. Cozinhar com cerveja não implica teor alcoólico, porque o álcool evapora com a fervura. Já a sobremesa leva uma boa dose de leite, sendo, assim, uma boa alternativa para o consumir.

Lulas com cerveja

2 cebolas, 3 dentes de alho, 50g de margarina, ½ chouriço de carne, 1 malagueta verde, ½ pimento vermelho, 1 folha de louro, 1,2kg de lulas limpas, 1 cerveja média, sal e pimenta, 1 raminho de cebolinho, 300g de arroz, 6dl de água

Descasque e pique as cebolas e os alhos. Refogue ambos na margarina, com o chouriço cortado aos pedaços. Junte a malagueta aberta ao meio, o pimento aos cubinhos e o louro. Misture e junte as lulas. Deixe refogar um pouco e só depois é que regue com a cerveja. Tempere com sal e pimenta e coza, por 40 minutos, em lume brando. Decorrido o tempo, aromatize com o cebolinho picado. Coza o arroz na água fervente com sal, por 12 minutos. Sirva as lulas acompanhadas com o arroz à parte.

Creme de arroz

5dl de leite, 100g de açúcar, 25g de farinha de arroz, 1 pitada de sal fino, 1 pitada de baunilha em pó, 3 gemas, 1 ovo, 30g de arroz tufado de chocolate, 4 fisalis para decorar

Leve o leite ao lume e deixe-o levantar fervura. Numa tigela à parte, misture os restantes ingredientes com o auxílio de uma vara de arames, à excepção do arroz tufado. Envolve no leite fervido e leve novamente ao lume, mexendo sempre até ferver. Nessa altura, retire do lume e deixe amornar. Transfira para um saco de pasteleiro munido de boquilha frisada e disponha parte do creme no fundo das taças. Junte o arroz tufado, reservando algum para a decoração, e cubra com o restante creme. Decore com o arroz reservado e os fisalis e sirva fresco.

Doença celíaca



Ricardo Moreira*

A doença celíaca é uma doença que danifica o sistema digestivo, intestino delgado e interfere com a absorção de nutrientes. Quando as pessoas com doença celíaca ingerem alimentos ou usam produtos com glúten, o seu sistema imunológico responde danificando as vilosidades do intestino delgado, responsáveis pela absorção dos nutrientes dos alimentos para a corrente sanguínea. A doença celíaca é genética, mantém-se por toda a vida e por vezes torna-se activa pela primeira vez após cirurgia, gravidez, parto, infecção viral ou por stress emocional grave.

Os sintomas desta doença variam de pessoa para pessoa. Normalmente são as crianças as mais afectadas por sintomas do sistema digestivo, principalmente nos primeiros dois anos de vida, durante a introdução de novos alimentos na dieta. Os sintomas mais comuns incluem distensão abdominal e dor, diarreia (crónica ou intermitente), vômitos, perda de peso, fezes ricas em gordura, brilhantes, fétidas, volumosas e pouco consistentes. A irritabilidade é outro sintoma comum nas crianças. A má absorção de nutrientes, durante os anos em que a nutrição é essencial para o crescimento normal da criança pode resultar noutros problemas, como atraso no crescimento e baixa estatura,

puberdade atrasada, e defeitos no esmalte dos dentes permanentes. Os adultos apresentam com mais frequência outro tipo de sintomas, entre os quais, anemia, fadiga, dores ósseas e/ou articulares, câimbras; artrite, osteoporose, depressão ou ansiedade, dormência nas mãos e nos pés, alterações do ciclo menstrual, infertilidade ou abortos recorrentes, aftas recorrentes, obstipação/diarreia.

O único tratamento existente é uma dieta sem glúten para toda a vida. O glúten deve ser excluído da dieta já que os sintomas podem surgir mesmo com quantidades mínimas desta proteína. Uma dieta sem glúten é aquela em que excluimos todos os cereais que o contêm e seus derivados. Os cereais que contêm glúten são o trigo, a cevada, o centeio e a aveia.

Para saber mais sobre o tema consulte o site da Associação Portuguesa de Celíacos em: www.celiacos.org.pt.

* 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 árvore da família das palmeiras; ornato de escultura = 2º lamentação = 3º «coisa» em inglês; cidade italiana; filho de burro e égua = 4º benefício da natureza; relativo ao ouvido; semelhante = 5º superfície; seguidamente = 6º mover-se em espiral = 7º possuído; português que se apresentou

com uma corda ao pescoço ao rei de Castela = 8º milho torrado; larva que se cria nas feridas dos animais; vazia = 9º instrumento agrícola; pelos no pescoço e cauda dos cavalos; assembleia da república = 10º culpas = 11º género de árvores salcineas; queimar =

Verticais

1º representativo de um sal amoníaco, menos um átomo de água; espécie de macaco = 2º mecha de candeeiro = 3º o mesmo que «o»; parte média; parte mais larga e carnuda das pernas dianteiras das reses = 4º gato em inglês; marco das portas; dez vezes dez = 5º mau humor; cavalo forte e corpulento = 6º inflamação, caracterizada por manchas semelhantes ao que a urtiga produz na pele = 7º abaixamento de temperatura; árvore euforbiácea do Brasil = 8º víscera dupla; pronome masculino; composição da preposição A e do artigo O plural = 9º caminhava; nome masculino; sua santidade = 10º troça = 11º abertura na terra, por onde se dá luz a uma mina; curar =

Saúde em destaque

Próteses removíveis (Parte II)

Qual a sensação do uso de próteses dentárias removíveis?

Próteses novas podem nas primeiras semanas ser descartáveis até se acostumar à sua presença. As próteses podem parecer soltas enquanto os músculos da mastigação e da língua aprendem a mantê-la no seu lugar. É normal ocorrerem pequenas irritações ou ligeiras úlceras. A saliva pode aumentar nos primeiros dias. À medida que se vais habituando ao uso das próteses estes problemas começam a diminuir. Uma ou mais consultas de controlo com o seu dentista são geralmente necessárias após a inserção de uma prótese.

Serei eu capaz de comer com as minhas próteses?

A mastigação exigirá alguma prática. Deve começar com alimentos mais suaves e cortados em pedaços mais pequenos. Deve mastigar devagar e repartir os alimentos pelos dois lados da boca ao mesmo tempo para evitar que as próteses oscilem. À medida que se torne mais habituado à mastigação, comece com outros alimentos até voltar à sua dieta normal.

As próteses fazem-me parecer diferente?

As próteses podem ser feitas de modo a parecerem-se com os seus dentes naturais para que as alterações na sua aparência sejam muito pequenas e por isso insignificantes e quase imperceptíveis. As próteses podem, aliás, melhorar a aparência da sua face, assim como do seu sorriso.

As próteses vão alterar a forma como eu falo?

Pronunciar correctamente determinadas palavras poderá levar algum tempo e exigir alguma prática. Ler em voz alta e pronunciar palavras difíceis pode ajudar. Se os problemas de fala persistirem deve consultar o seu médico dentista.

Quanto tempo devo usar as minhas próteses?

O seu médico dentista vai dar-lhe instruções sobre quanto tempo devem as próteses ser mantidas em boca. Durante os primeiros dias, deve estar consciente que as deve usar a maior parte do tempo, incluindo durante a noite enquanto dorme. Após o período inicial de habituação, deve remover as próteses antes de se ir deitar. Isto



Marina Aguiar*

permitirá que as gengivas descansem e promova a saúde oral.

Devo usar fixador (adesivo) de prótese?

Adesivos para próteses podem proporcionar retenção adicional em próteses bem adaptadas. Estes adesivos não são a solução para próteses antigas e desajustadas da sua boca, nem devem ser usados sistematicamente. Essas próteses podem precisar de rebasamentos ou mesmo de ser substituídas por outras novas próteses e se não o fizer, pode originar feridas de alguma gravidade.

(Folheto educativo OMD)

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

Café de Cima: onde há sempre um copo de amizade

Com mais de cinco décadas de existência, o Café Novo, ou melhor o Café de Cima, é um ponto de referência na vila forjanense. Ponto de encontro para muitos, pouso para festas e celebrações, não há quem não conheça este estabelecimento. Por lá já passaram várias gerações, para tomar um café, jogar umas cartas ou arriscar a sorte, e assim há-de continuar a ser, garantem. *Textos Diana Martins*



Luís Pedro Ribeiro

O Café Novo, mais conhecido por Café de Cima, é um edifício incontornável na vila Forjanense. Com cerca de 55 anos, é o ponto de paragem para muitos que desejam tomar um café, comer uns petiscos, apostar no Euromilhões (entre outros), ou simplesmente encontrar os amigos para bater umas cartas.

Propriedade de Domingos Torres da Cruz há quase 50 anos, é gerido hoje por alguns dos seus filhos, como Ana Paula Lima da Cruz Neiva que conta a sua história, em primeira mão, a O FORJANENSE.

Tudo começou na década de 50 com José Sá Cruz, tio de Domingos Torres da Cruz, que, em sociedade com António VilaVer-

de, seu cunhado, decidem construir o edifício. «Quando abriu, o edifício funcionava não só como café, mas tinha também serviços de mercearia, ferragem e droguaria. Um bocadinho de tudo», explica Ana Paula.

Uns anos mais tarde, António VilaVerde deixa a sociedade que tinha com José Sá Cruz e dá lugar a dois novos sócios: Domingos Torres da Cruz, pai de Paula e atual proprietário, e o seu parceiro David. No final da década de 60, José Sá Cruz defronta-se com uma doença grave que leva ao seu falecimento pouco tempo depois, deixando assim os seus dois sócios à frente do negócio. Mais tarde, o sócio David falece também, ficando apenas responsável

Domingos Torres da Cruz.

Na década de 70, a esposa de Domingos vem ajudá-lo no Café cozinhando para os clientes. «Nessa altura, a minha mãe começou a cozinhar alguns petiscos, até que, ao fim de algum tempo, fizemos uma cozinha e começamos a servir almoços e jantares. Passou assim a funcionar como restaurante e aos fins-de-semana faziam também casamentos», conta Paula.

É no final da década de 80 que Domingos adquire o edifício ao sócio António VilaVerde, mas, na mesma altura, é vítima de um AVC, pelo que, a sua esposa e filhos tiveram que assumir o controlo. «Foi muito difícil, mas tivemos que contornar a situa-

ção de uma forma diferente da que o meu pai estava a pensar... E foi nesta altura que surgiu a ideia para renovar o edifício», acrescenta. «Tínhamos um projeto lindíssimo, mas, por oposição de várias entidades, só pudemos alterar da maneira que nos propuseram... Inicialmente, o primeiro andar seria para um restaurante, mas eventualmente acabamos por ter que deixar para outros espaços de prestação de serviços, como é ainda hoje». Com o pas-

no Euromilhões, e muitos outros, mas só podemos divulgar com a autorização do jogador devido ao sigilo do jogo», confessa Paula.

Outro jogo também muito apreciado no Café Novo são as cartas e a sua salinha de jogos nunca está vazia. «Essa salinha tem muitas histórias... Até já pensamos muitas vezes em fazer remodelações, mas grande parte dos clientes sentem-se em casa, e não podemos alterar sem ter em conta a sua opinião», esclarece.


Nos tempos difíceis que correm, o café Novo também sentiu os efeitos da crise. «A crise afetou todos os sectores, sobretudo nas vendas, e nós notamos muito porque hoje em dia as pessoas consomem metade do que consumiam ou já não jogam tanto, e muitas delas até já deixaram de vir...», esclarece. «Passámos por muitas fases difíceis desde a aquisição, as obras que envolveram muito trabalho, situações extremamente difíceis... Mas batalhamos muito, e, graças a Deus, está tudo a correr bem e espero continuar», afirma. «São muitas horas de trabalho porque o Café está aberto praticamente todo o ano, mas, felizmente, a harmonia em que a nossa família vive faz com que esqueçamos tudo isso», remata Paula.

Há mais de cinco décadas que o café Novo mantém a sua alma e tradição, e são os laços fortes entre esta família que permitiram que chegasse até ao dia de hoje. Por isso, façamos um brinde e que venham muitos mais!

«São muitas horas de trabalho porque o Café está aberto praticamente todo o ano, mas, felizmente, a harmonia em que a nossa família vive faz com que esqueçamos tudo isso»

sar dos anos, todos os dez filhos de Domingos, passaram pelo café para ajudar.

Na década de 70, surge o Totobola, o primeiro jogo da Santa Casa, e o café Novo conseguiu que fosse colocada uma agência, um feito raro na altura. Outros jogos surgiram desde então assim como a atribuição de muitos prémios. «Já têm saído bastantes prémios... Já tivemos um 1º prémio no Totoloto, um 3º prémio

 **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

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 atualização 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 rega, 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