

O FORJANENSE

Diretor: Carlos Gomes de Sá
Subdiretor: José Manuel Reis
Junho 2014 • Ano XXIX 2ª série • n.º 298
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80



- Colisão
- Diagnóstico
- Mecânica
- Manutenção
- Pneus

Rua da Corujeira, 98 | 4740-432 Forjães
Tel. 253 876 000 | Tlm. 964 236 010
culizende@hotmail.com

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no [issu](#) e no [facebook](#)



Manuel António Ribeiro, presidente da Junta de Freguesia de Forjães e Benjamim Pereira, no primeiro ato público oficial em Forjães enquanto presidente da Câmara, ladeiam o laureado com o Prémio Nobel da Paz, D. Carlos Ximenes Belo. À sua direita, Anunciação Laranjeira, presidente da ACARF, responsável pela abertura da sessão, e Carlos Sá, o moderador desta quinta edição de "Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo".

Neste número é ainda apresentado, em exclusivo, uma entrevista com D. Ximenes Belo. *pág. 8-9*

Nesta edição

Nós por cá

- Presidente da Câmara visita obras no Centro Escolar e Estádio Horácio de Queirós

- Obras na avenida 30 de Junho

pág. 2

Comunidade Paroquial

- Movimentos religiosos

- Passeio da catequese

- Primeira Comunhão

- Dia do Corpo de Deus

pág. 6

O que é feito de si?

Entrevista com o Tone do Titó (continuação da edição de maio)

págs. 4-5

Boletim Nascente Escolar

págs. 10-11

Forjães Sport Clube

- Fernando Neiva vence eleição com votação histórica

- Carlos Neiva desiste da corrida

págs. 12-13



Clube Motard inaugura sede

pág. 2



1º Festival Gastronómico de Santa Marinha

pág. 2



ELEVAÇÃO DE FORJÃES
À CATEGORIA DE VILA
JUNHO 1989 | 2014



No próximo dia 30 de junho cumprem-se 25 anos da elevação de Forjães à categoria de vila. Para assinalar esta comemoração a Junta de Freguesia colocou no centro da vila um *outdoor* a lembrar esta data histórica para todos os forjanenses, estando previstas várias iniciativas até ao final do ano.

pág. 2

Nós por cá



Junta de Freguesia

Centro Escolar e Estádio Horácio de Queirós

O Sr. Presidente da Câmara de Esposende Arq. Benjamim Pereira, acompanhado de outros membros do seu executivo e de técnicos camarários responsáveis pelas obras, deslocaram-se a Forjães, no passado dia 30 de maio, para, na companhia do Presidente da Junta de Forjães, avaliarem as empreitadas em curso nesta vila.

No Estádio Horácio de Queirós, depois de celebrado um novo contrato de empreitada, entre a Junta de Freguesia e a empresa “Domingos Pedrosa Barreto, Lda”, as obras encontram-se praticamente concluídas.

Quanto ao novo equipamento educativo, que incluirá as valências de Pré-Escolar e 1.º Ciclo do Ensino Básico, a sua conclusão está prevista para meados de Julho.

Visita de Dom Ximenes Belo

A Junta de Freguesia está extremamente orgulhosa da forma como os forjanenses



receberam o Prémio Nobel da Paz, Dom Carlos Ximenes Belo, no passado dia 1 de Junho, na sua visita a Forjães para participar no evento “Na minha terra cabe o mundo todo”. Destaca-se especialmente, o Sr. Presidente da Câmara Municipal, que acompanhou tão distinta personalidade, desde a sua chegada até ao último momento da sua estadia em Forjães.

Um agradecimento muito grande também à ACARF, pela forma muito dedicada e eficiente como colaborou na organização da visita. Um muito obrigado ao Grupo Coral, ao Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, ao Agrupamento de Escuteiros e às crianças da Catequese, pela forma como deram vida e alegria àquela inesquecível tarde.

Muito obrigado ainda ao Dr. Carlos Sá, director de “O Forjanense”, pela brilhante forma como conduziu a sessão solene, ao Mário Robalo, à Carla Sá e ao Comandante dos Bombeiros Voluntários de Esposende, Juvenal Campos, pelos ricos testemunhos que nos deixaram das suas passagens por Timor Leste.

No regresso a casa, Dom Ximenes estava visivelmente satisfeito, não se cansando de elogiar a simplicidade, a franqueza e a hospitalidade dos forjanenses.

Parabéns a Forjães!

Correios

Passado cerca de dois meses após a mudança de instalações, a integração destes serviços no edifício do Centro Cultural decorre em muito bom ritmo e sem entraves, estando os utentes dos seus serviços completamente adaptados à nova situação.

Em boa hora foi realizada a mudança, uma vez que, por força da lamentável e súbita baixa clínica da sua funcionária, os serviços postais foram imediatamente assegurados pela funcionária administrativa da Junta. Doutra forma, a manterem-se os serviços em edifícios distintos, e com apenas uma funcionária disponível, ou se fechavam os correios ou se encerrava a secretaria da Junta.

Entretanto, ocorreu um pequeno acidente nas escadas do Centro Cultural, que causou um pequeno ferimento numa senhora. Este lamentável incidente nada tem a ver com acessibilidades, uma vez que a pessoa em causa é uma pessoa com plena mobilidade, que veio a pé desde o Lugar do Cerqueiral até ao centro da vila, a qual foi vítima de um pequeno infortúnio que poderia ter acontecido a qualquer pessoa, mesmo mais jovem.

Rápidas melhoras para a nossa funcionária Laurentina Ribeiro e para a D. Albertina Torres.

Inauguração da sede do Clube Motard

Em 14 de maio, foi inaugurada a sede do “Clube Motard União de Forjães”, nas instalações da antiga Junta de Freguesia, no lugar da Santa, espaço compartilhado com o Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães. À abertura daquele novo espaço associativo compareceram inúmeros forjanenses, especialmente jovens amantes dos desportos motorizados que, a partir de agora, têm à sua disposição um espaço de convívio que eles mesmos



reabilitaram, com muita imaginação e bom gosto.

O Clube Motard de Forjães surge a partir da primeira concentração realizada por um grupo de amantes das duas rodas, em 4 de julho de 2013, sendo que a partir desse encontro decidiram avançar para a criação formal de uma associação.

Aberto a todos os amantes das motorizadas, o Clube está a dinamizar um processo de angariação de sócios. Os interessados devem preencher uma ficha de inscrição disponível no espaço, sendo obrigatório ter a mota devidamente legalizada.

A direção é composta por Justino Ma-

chado, Hélder Pereira, José Carlos Silva, Bruno Gomes, Ricardo Maciel, Fernando Jorge Silva, Hélio Ribeiro, Mónica Rita, Paulo Alexandre Silva, Rui Sinaré e David Carones.

Santos Populares

No passado dia 6 de junho, a Junta de Freguesia associou-se à Festa dos Santos Populares, organizada pela Câmara Municipal, que teve lugar na Quinta da Malafaiá. Essencialmente direccionada para a comunidade idosa, nesta muito animada iniciativa não faltou a sardinha assada e o caldo verde, típicos desta quadra, culminando com “marchas populares”, organizadas pelas instituições com valência para a terceira idade.

Este ano, pela primeira vez, incorporaram-se imensas crianças no evento, num encontro intergeracional que proporcionou um importante convívio e uma sadia partilha entre passado, presente e futuro.

A Junta de Freguesia disponibilizou o transporte a todos os forjanenses que aderiram ao evento.

Comemorações dos 25 anos de Elevação a Vila

No próximo dia 30 de junho, cumprem-se 25 anos da elevação de Forjães à categoria de vila. Para assinalar esta comemoração a Junta de Freguesia colocou no centro da vila um *outdoor* a lembrar esta data histórica para todos os forjanenses.

No âmbito destas comemorações decorrerá no próximo dia 27 de junho, às 21,30 horas, no Centro Cultural Rodrigues de Faria, a apresentação do livro do Dr. Gil Abreu, “Toponímia de Forjães – Personalidades”.

O dia 30 de Junho será lembrado com uma salva de 25 morteiros, uma missa cantada pelo Grupo Coral e uma romagem ao cemitério, em memória de todos os forjanenses e pelos autarcas já falecidos.

Até ao final do ano irão ser levadas a cabo outras realizações culturais e recreativas, com realce para a sessão solene, o desceramento de uma lápide comemorativa e uma exposição fotográfica.

Antigos Combatentes

Do Ministério da Defesa (DGPRM), relativamente a benefícios aplicáveis a ex-combatentes, recebemos um Guia Prático, de rápida consulta, e que, de uma forma acessível, resume a matéria e um Prospeito simplificado, que informa como o antigo combatente pode contactar os serviços do Ministério da Defesa Nacional, a fim de ser esclarecido sobre dúvidas que ainda possuam.

Estes dois documentos podem ser consultados na sede da Junta ou directamente no site daquela direcção-geral: <http://www.dgprm.pt/>. Outras informações mais específicas podem ser obtidas através do seguinte endereço eletrónico: dgprm.geral@defesa.pt.

Avenida 30 de Junho

Quando esta Junta tomou posse, uma das primeiras preocupações foi alertar as empresas “Águas do Noroeste” e “Esposende Ambiente” para o estado do piso da Avenida 30 de junho (do Café Carioca até ao cruzamento com as Ruas da Santa/Boucinho), que nos últimos anos se deteriorou consideravelmente, causando grandes transtornos aos seus utilizadores. Ouvido o nosso apelo, as duas empresas iniciaram, em 23 de junho, os trabalhos de nivelamento do seu piso e de reabilitação da sua imagem para que, muito em breve, o trânsito naquela via possa ser feito nas melhores condições.



1º Festival Gastronómico de Santa Marinha

Decorreu durante o fim de semana de 21 e 22 de junho, nas instalações do Centro Cultural, o “1º Festival Gastronómico de Santa Marinha”.

Organizado pela Comissão de Festas de Santa Marinha e Junta de Freguesia, em parceria com algumas associações locais (Mercadinho de Santa Marinha, ACARF, Forjães Sport Clube e GADTF), teve uma grande afluência de público para provar as inúmeras especialidades da gastronomia local.

Durante o festival, puderam ser visionados os jogos do Mundial, em ecrã gigante, sendo que o GADTF também colaborou na festa, exibindo os seus já conhecidos dotes artísticos, para alegria de todos os presentes.

No final, o público presente e os organizadores estavam ambos muito satisfeitos com a iniciativa e com os seus resultados, reclamando a sua continuidade e crescimento nos próximos anos.



Nós por cá

REDE VIÁRIA

Sinistralidade

Prosseguindo com a apresentação dos registos de sinistralidade, em Forjães, verificaram-se, de acordo com dados apurados junto da GNR de Esposende, as seguintes ocorrências: 25 de maio - colisão entre um veículo ligeiro e um velocípede, na Rua de Pertigal, de onde resultou um ferido ligeiro; 7 de junho - colisão entre dois veículos, na Rua da Santa, com danos materiais em ambas as viaturas envolvidas; 12 de junho - colisão entre dois veículos, na Avenida da Infia, com danos materiais nas duas viaturas envolvidas; 15 de junho - colisão entre dois veículos ligeiros, na Rua

da Corujeira, com registo de danos materiais.

Em termos de rede viária, e para além da intervenção mencionada no texto da Junta de Freguesia (pág. 2), há ainda registo para a conclusão dos trabalhos de revisão da sinalização, na EN 103. Assim, depois da remarcação da linha separadora central, como já aqui referido em edições anteriores, com definição de linha contínua nas áreas de maior circulação (praticamente desde o Piano até ao posto de combustíveis), foi revista a sinalética vertical, com aplicação de novos sinais, concluindo-se

a intervenção com a revisão da sinalética horizontal, especificamente a remoção de alguns setas indicadoras da proximidade de linha contínua e a sua remarcação noutros locais, bem como das passadeiras de peões.



Noite de S. João

Sem os fogos de outros tempos, a tradição de, em noite de S. João, visitar umas casas e "pedir emprestados" uns tantos objectos para engalanar a zona centro ainda se vai mantendo.

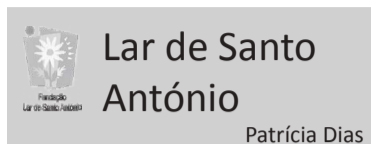


Festa de Nossa Senhora das Graças



Recuperando as vivências de outros anos, o Largo da Santa voltou a encher-se de alegria, para receber as festividades em honra de Nossa Senhora das Graças, marcadas por um programa festivo de gabarito e pela apresentação do andar de Nossa Senhora das Graças, oferecido por alguns emigrantes à Santa, como local de culto instalado nesta capela.

Editorial



Em Junho



No mês dos Santos Populares Quisemos marcar presença Com versos andamos às voltas Para fazer a diferença.

Todos contribuíram com afinco, Desde o Lar à Unidade, Empenharam-se bastante Na escolha de cada frase

E aqui está o resultado De tanta dedicação Belos e alegres versos Dedicados a São João:

Não há fogueira sem lume, Profecias sem profetas; Não há amor sem ciúme Nem são João sem poetas!

Ó meu rico São João A tradição põe de lado, Porque estamos sem tostão Vê lá se soltas o bago!

Seja qual for o teu critério Tens, enfim, de concordar Que um São João mesmo a sério Terá de ser a brincar!

Não tenhas medo Maria, Que a ninguém vou contar, Que a chorar pediste um dia A S. João para casar!



José Manuel Reis

No dia um de junho, no âmbito da iniciativa "Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo", organização conjunta da ACARF e Junta de Freguesia, Forjães teve a honra de receber/acolher D. Ximenes Belo, prémio Nobel da Paz de 1996.

Com a sua disponibilidade e simpatia, o laureado trouxe até nós uma reflexão, tão simples quanto profunda, sobre a paz e os caminhos que é preciso percorrer para a sua instauração, bem como dos obstáculos que é preciso vencer.

Este arauto da paz, num tom pacífico mas acutilante, depois de afirmar que "falar da paz é muito exigente" e colocar no ar a questão da origem das guerras, colocou o dedo na ferida, melhor dizendo, na consciência, afirmando que "a guerra nasce do coração do homem, quando este deseja apoderar-se dos bens dos outros", apontando o caminho que é necessário trilhar: primeiro educarmo-nos a nós próprios para a paz, num processo de libertação interior do egoísmo e da ganância; depois educar para os valores e os direitos humanos, para a solidariedade, o civismo, o respeito pelos outros.

Na sua dissertação, o bispo timorense acentuou que, para a construção da verdadeira paz (que é mais do que a mera ausência da guerra) é necessário o esforço e trabalho de todos, pois "Todos somos chamados a ser construtores da paz": em primeiro lugar dos pais, criando uma

cultura de respeito, tolerância e solidariedade, começando com o próprio exemplo; em segundo lugar da escola, fomentando a disciplina e ensinando o respeito; mas também das instituições locais e nacionais, bem como das instituições internacionais.

Esta sua intervenção trouxe-me à memória um outro convidado desta iniciativa, Manuel Alegre, que no seu poema "Mãos" afirma "Com mãos se faz a paz se faz a guerra" e "Com mãos e faz a guerra - e são a paz", apelando ao empenho individual e coletivo na construção da paz.

Foi este o caminho de D. Ximenes Belo, apoiando os timorenses no seu sofrimento, nas suas ansias e angústias, verdadeira "alma da resistência", como alguém afirmou, denunciando as atrocidades cometidas contra o seu povo, tornando-se exemplo de resistência pacífica, mas também de perdão e reconciliação, colocando-se ao serviço da paz, que ele considera um dom plantado no coração dos homens e que urge levar a toda a humanidade, qual "arma secreta" de que falava António Gedeão ("Tenho uma arma secreta/ao serviço das nações./Não tem carga nem espoleta/mas dispara em linha reta/mais longe que os foguetões."), cujo nome é o amor: "Erecta, na noite erguida,/em alerta permanente,/espera o sinal da partida./Podia chamar-se VIDA./Chama-se AMOR, simplesmente."

A exemplo deste "paladino da paz", fazendo eco das suas palavras, coloquemos a nossa energia, qual "arma secreta", ao serviço da transformação do meio que nos rodeia, que logo extravasará e irá crescendo até atingir o nível planetário, pois, verdadeiramente, "Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo".





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

O que é feito de si?

Carlos Gomes de Sá

António Gonçalves Torres (Tone do Titó)

O Forjanense retoma, nesta edição, a apresentação da entrevista realizada, em 18 de abril, ao Tone do Titó, trabalho que ficará concluído na edição de julho. Neste número, retomamos a sua viagem para França, onde esteve emigrado durante 18 anos.

OF: E quando é que se dá a sua ida para França?

TT: Andei assim alguns anos, nesta vida. Depois casei. Depois nasceu a minha filha, e quando já tinha cinco ou seis anos é que resolvi emigrar para França.

OF: Na altura foi chamado por alguém?

TT: Eu fui por carta de chamada. Antes de mim foi o falecido Neiva Torres, o Serafim. Depois chamou o meu falecido cunhado, o Marílio, e depois o Marílio, quando estava lá, mandou uma carta de chamada para mim, para o meu cunhado Manuel do Freixo e para o falecido Poças, que também era meu cunhado, o pai do Zé Grande.

Depois de estarmos lá há dois anos é que começou a haver aquela invasão para lá. Aí foi muita mais gente.

OF: Quantos anos esteve emigrado?

TT: Estive 18 anos.

OF: Em que zona esteve?

TT: Estive sempre no redor de Paris. Onde estive mais longe foi perto de Rouen, depois Versalhes. Onde estive mais tempo foi em Paris. Estive aí 10 anos e foi sempre no mesmo patrão, até vir embora.

OF: O que fazia lá?

TT: Quando fui para lá, para conseguir documentos, fui trabalhar para os caminhos-de-ferro, eu e os meus cunhados. Ao fim de um ano nos caminhos-de-ferro, o meu grande amigo Sr. Manuel Torres Viana, do Matinho, que estava casado em Alvarães, foi para lá e arranjou logo forma de ir para uma carpintaria, mas como ajudante. Depois, lá, precisavam de carpinteiros e um colega dele, que falava um pouco de francês, falou de mim ao patrão. Mandaram-me ir lá e eu fui ao escritório. Estava lá a secretária e, como eu falava português, ela pensava que eu não percebia nada do que eles diziam. Ela pediu-me documentos e eu dei. Pediu a carta "Sejour", que é o bilhete de identidade, e a carta de trabalho. E ela disse: "Afinal ele sabe tanto como tu!". Depois comecei a trabalhar e dali para a frente era o menino de ouro do patrão. Dizia ele: "Tenho mais lei a este português do que aos meus próprios filhos!" Ele tinha 2 filhos. Nós fazíamos a obrigação, ou mais disto e daquilo!

OF: Mas a Tia Carminda, sua esposa, tam-

bém esteve emigrada consigo. Como é que isso se dá?

TT: Mais tarde arranjei lá um apartamento e levei *pra* lá a minha mulher e a minha filha. Estiveram lá 2 ou 3 anos. Só que depois a minha filha já estava a ficar uma moça e decidimos vir para cá, definitivamente. Fiz asneira, que não devia vir, mas...

OF: Em que ano é que chegou?

TT: Foi praticamente no ano do 25 de abril, em 1974, mais mês menos mês.

OF: Quando veio para cá em que é que trabalhou? Foi outra vez para a carpintaria?

TT: Quando cheguei fui trabalhar para uma oficina do Quintas, que era atrás do negócio do Sr. Júlio Pereira. O patrão dessa oficina era o Sr. Manuel Quintas, que tinha também emigrado. Fui lá e arrendei essa oficina e trabalhei lá alguns tempos.

Depois comprei uma máquina e vim para a minha casa, onde trabalhei até à reforma. Chegou a reforma e foi máquina e foi tudo! A máquina foi para o lixo que já estava toda arrebitada!

OF: Este espaço onde tem a casa era seu?

TT: Eu comprei isto ao meu tio e ao meu pai, que eram os herdeiros do meu avô Titó.

OF: Bom, já que fala em Titó, é altura de tentarmos perceber a origem desse nome, pois toda a gente o conhece como Tone do Titó. Porquê o nome Titó?

TT: Quando o meu falecido avô era rapazito pequeno havia uma venda, na casa em frente ao Zé Matos, que é dos "Queiroses", e a patroa era a Tia Antónia. Naquele tempo, como tinha pouca ocorrência, poucos fregueses, fechava-se a porta e só quando batessem à porta é que alguém vinha abrir.

Uma vez, o rapazito, a pedido dos meus falecidos bisavós, foi lá fazer compras mas não se explicava bem e então, em vez de dizer Tia Antónia, dizia Titóna, Titóna... e dali ficou o Titó.

Batizaram-no porque naquele tempo batizavam uma pessoa com qualquer apelido.

É verdade que hoje em dia ninguém me conhece mais se disser o Tone Torres. Temos o Tone Viana Torres, no Matinho; temos mais acima o primo, o Tone Ribeiro Torres; temos o Tone do Boucinho, que também é Torres... Claro que se for perguntar pelo Tone Torres

não sabem quem é. Agora, se for Tone Titó, é logo!

OF: O Tio Antóne também está ligado à música. É capaz de nos falar dessa "veia musical"?

TT: Eu sou de parentada de músicos. O meu bisavô era o mestre da Banda de Forjães, que era o Francisco Casainhos. Morava naquela casa que era da Flávia, ao sair à estrada, onde está agora a Beta, ali perto. A Flávia era neta do mestre da banda. O mestre da banda tinha o filho José, que era o meu avô, o Secundino, que era o pai do Neiva Torres, e tinha o Domingos, que chegou a ser o mestre da banda, quando o velhote ficou doente. O meu bisavô ensinou os filhos e andavam na banda o meu pai, o Secundino e o Domingos.

Para além destes, o meu bisavô tinha mais três filhas: a Bernardina, que estava em Viana, a Maria, que era a avó da minha mulher, e tinha a Beatriz, casada em S. Paio de Antas. Como mestre da banda, depois, ficou o Domingos, mas depois acabou com a banda. Ainda me lembro do Domingos tocar na banda de S. Paio de Antas.

OF: Tem alguma memória dessa banda de música aqui em Forjães?

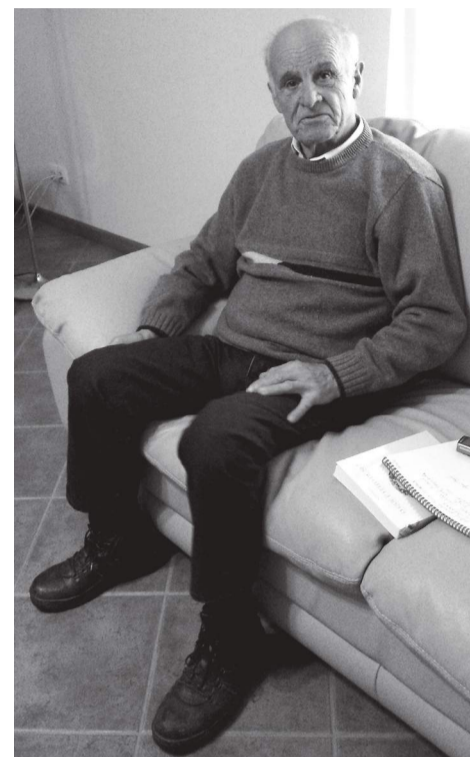
TT: Não tenho grande memória porque não é do meu tempo. O meu pai ainda andou a tocar e já estava pronto para ir para o coreto. Ele tocava de ouvido e, como já sabia a escala da música, pegou nela e lembrou-se de a cortar em quatro e fez uma ventoinha com ela! O meu avô viu e começou a olhar para aquilo... Naquele tempo, o meu avô ensaiava quatro ou cinco músicos na casa dele, em cima de uma caixa do milho! O meu avô tinha um trombone e o meu pai também tocava o trombone. Quando o meu avô dava uma pancada na caixa era para parar. Era um sinal. E ele deu uma pancada na caixa, com o calcanhar, e disse: "vai buscar a escala".

Como a tinha deitado fora o meu avô deu-lhe quatro sopapos e ele então desistiu e não quis tocar mais.

Ainda me lembro do meu avô ter o boné da banda. A farda rompeu-a logo porque tinha pouca roupa e andava sempre a uso, mas o boné foi-se conservando!

OF: Então eles tinham farda e tudo?

TT: Tinham. Naquele tempo eles iam a pé



para Stª Marta do Portuzelo e para a Srª da Agonia tocar. Não havia autocarros, não havia nada.

Os transportes daquele tempo eram os carros de cavalo. O falecido Floriano tinha um carro com dois cavalos que levava *pra* aí 5 ou 6 pessoas; depois tinha um pequeno que levava duas pessoas. Era o transporte que havia. Eram os táxis daquele tempo!

OF: Nunca quis seguir a música?

TT: Eu nunca toquei nada, mas gosto da música. É da raça, está no sangue! Quando ouço uma banda de música a tocar fico logo louco a ouvir. O que eu adoro é a música, a banda musical, e o fado. São as duas coisas que eu adoro. O fado de guitarrista para mim é tudo.

OF: O tio Antóne também fez teatro, não fez?

TT: Fiz. Representei na peça de João Corta Mar, onde fiz de oficial da Marinha. Representei na comédia "Ressonar sem dormir", e noutra peça que fizemos, chamados "Os Pimentas", e na "Vida de Cristo" fiz de Pilatos.

OF: Qual foi o papel que mais gostou de fazer?

continua na página seguinte

Assine
e
divulgue

O FORJANENSE

frutaria
torres

Frutas e Legumes,
Frescos todos os dias!

tlm. 969 820 267
RUA DO BOUCINHO, FORJÃES

Lia Noivas
Boutique

Vestidos
de Noiva,
Comunhão,
Batizados e
outros
acessórios

Maria Emília Coutinho Almeida
Rua de Neiva, 22 / 4740-445 Forjães
Tel.: 962917128 / 966934637

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

Escola de Condução
Rio Neiva, Lda

Trav. Horácio Queirós, 154 Lj. G
4740-444 Forjães
Tel. 253 877 770
E-mail. geral@ec-rioneiva.pt

Flor em
Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

Serviços de artes florais
decoreção, artesanato,
todo o tipo de eventos

969 584 228

Av. Margarida Queirós, 206
4740-438 Forjães | Tel. 258 841 466
floremmovimento@hotmail.com

O que é feito de si?

Carlos Gomes de Sá

continuação da página anterior

TT: O que me caiu melhor foi o Pilatos, encaixei aquilo de tal maneira que ainda hoje o tenho quase tudo na cabeça. Infelizmente já quase todas as pessoas que trabalharam comigo foram. Já foi tudo.

OF: Recorda-se dessa peça? Quem estava consigo?

TT: Os artistas eram a falecida Lúcia do Cantoneiro. Foi o Joaquim Alberto, foi o José Azeredo, pai do Berto, Domingos do Augusto, o Artur do Rafael, o Zé do Rafael, o Américo do Bispo, o Alfredo dos Santos... Era muita gente. Também trabalhei com a Gustinha da Porsena, a enfermeira, com o falecido Mário Costinha, com o Dr. Jorge do Rafael...

OF: Essa peça foi representada de terra em terra, como era costume?

TT: A representar fomos uma vez a Barrocelas e a Fão. Aquilo, naquela altura, dava dinheiro. O Jorge do Abreu é que fazia de Cristo. Algumas pessoas já morreram e não me lembro. Também entrava o Paulo Moura, de Além do Ribeiro. Tinha mais mulheres, como as filhas da São do Gaio, que moram junto ao Mini Mercado da Santa. As duas raparigas trabalhavam comigo.

OF: A irmã da minha avó, a Isaura, que foi para o Brasil, acho que também tinha participado.

TT: Acho que até fazia de Madalena.

OF: Nessa altura ia muita gente ver o teatro ou não?

TT: Era no salão de festas da escola e aquilo havia um homem, que tinha um camião, e trazia lá pessoas de Vila Chã. Estava sempre cheio.

OF: Vinha muita gente de fora?

TT: Vinha muita gente de fora, de Belinho, S. Paio, Alvarães, muita gente.

OF: Como eram os ensaios?

TT: Andávamos para aí uns três meses a ensaiar.

Ultimamente já faziam teatro também na ACARF, mas depois acabou tudo. Na altura havia dois grupos, o grupo de cima, de S. Roque, e o grupo de baixo. Eu fazia parte do grupo de cima. Era o melhor, mais forte. Naquele tempo, o Jorge do Abreu e o Berto, pais dos Cobrinhas, acabaram com tudo. Depois a ACARF começou a fazer teatro, onde entrava o falecido Joaquim do Pimenta. Mas faziam umas peças de teatro cruas, que não tinham muito tempo de ensaio suficiente.

No nosso tempo íamos por aí abaixo, sem luz pública, noites a trovoar e chuva, a pé ao ir e ao vir. Ia também o Joaquim Brasileiro, que fazia de Judas. Era um homem que muito medo tinha da trovoadal! Pelo caminho fora

cada relâmpago que desse era um berro que ele dava!

OF: Lembra-se de alguma história engraçada?

TT: Uma pessoa, se se enganasse nalguma coisa, dava a volta, porque havia já prática naquilo que com um bocado de conhecimento já sabe o papel. Eu estou a fazer o meu papel e sei a deixa que me vai dar. Mas há outros que nem ouvem ponto nem nada e perdem-se. O Joaquim do Brasileiro nunca encaixou nada. Tapado completamente! Depois de entregar o seu papel a cada um para estudar, a pessoa mais inteligente, que no primeiro ensaio já tinha o texto todo na cabeça, era a falecida Lúcia do Cantoneiro. Cabeça assim nunca vi! Trabalhava bem e tinha muita classe para aquilo.

OF: Quem fazia os cenários?

TT: Agora já não me recordo.

OF: Gostou muito de fazer teatro?

TT: Gostei era uma coisa que eu adorava. Foi pena acabarem com isso.

A primeira televisão que apareceu aqui em Forjães foi no falecido Zé Faria, dono do Café Carioca e uma no salão de festas da Escola. Na altura que assaltaram o Barco de Santa Maria era só gente em fila a ver. Estava tudo encantado com a televisão, nunca tínhamos visto.

OF: Recordo-me do meu avô de contar umas histórias engraçadas de um alfinete na vinha, que você lhe contou. Quer contar-me essa história?

TT: Naquele tempo não havia quartos de banho. E, quando faziam as casas, os rapazes da massa, faziam um buraco na terra e amassavam aquilo e ia para a parede. Era pedra aqui, pedra acolá e terra pelo meio, e faziam assim as casas. Ficou ali uma poça grande, aqui na frente. Depois tinha umas videiras morangas mas, naquele tempo, não tinha fio nem arame e estavam para ali tortas e uma videira fazia uma espécie de barco.

O meu falecido avô ia para dentro da cova fazer a vida dele e quem passasse no caminho mal via a cabeça, porque ele estava metido no buraco.

Uma vez, os meus tios lembraram-se de pegar em alfinetes de armador e cortar a cabeça e espetaram na videira só com um bocadinho de fora. O meu avô não tinha papel higiénico nem nada. Ia pela videira abaixo a limpar o "pacote". Naquele altura arranhou-se nos alfinetes e deu um berro!

OF: Eram marotos?!...

TT: Os meus tios, a minha família, não era gente má, mas era uma raça de cómicos!

OF: Lembra-se de alguma brincadeira do

tempo de escola?

TT: Naquele tempo era muito rigor e havia muito medo do professor, do regedor. Era tudo diferente. Hoje em dia a canalha chama de tudo aos pais. Naquele tempo isso não se ousava.

OF: O Sr. António chegou a andar na catequese?

TT: Andei. Era no tempo do falecido padre "Ferramenta" e ensinávamos a doutrina no salão de festas da escola. Tinha uma bancada e umas cadeiras em baixo

e era ali que ensaiávamos o grupo todo. Era muito severo e um pouco antiquado. Andavam umas moças da Juventude, uma até era das "Grilas", andavam com os namoros e as beatas foram encher os ouvidos ao padre. Ele pô-las fora da Juventude e lá no Evangelho disse: "Andam para aí feitas perdidas, feitas bandidas! Já cortei a grila fora! Às tantas também corto o resto".

A malta ouviu aquilo pensou que era o "milho"!

OF: No tempo de carpinteiro que serviço fazia além dos carros de bois?

TT: Fazia portas, janelas, masseiras, que era o que se usava naquele tempo.

OF: Qual era a peça que gostava mais de fazer?

TT: Gostava de fazer portas e janelas. Era tudo feito à mão. Por exemplo, numa peça de 15cm, fazer as furas de cima a baixo, pra meter aqueles encaixes, era tudo à mão.

OF: Essas furas eram feitas com quê?

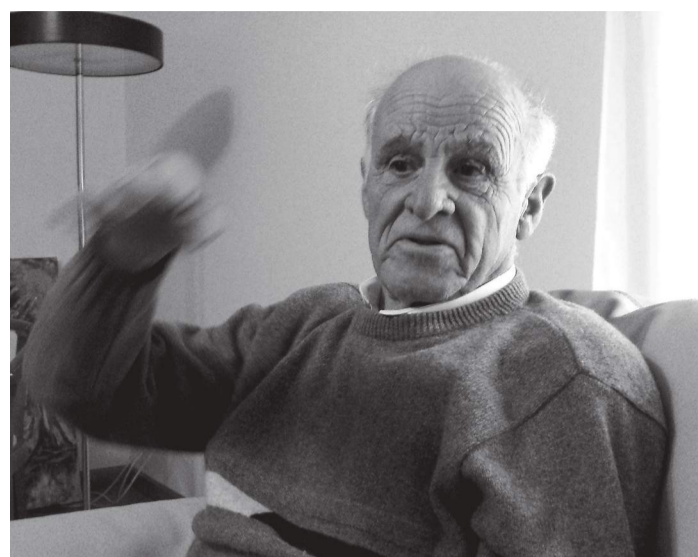
TT: Eram feitas com formões e badame, uma peça mais forte que o formão. E depois, com o mascoto de madeira, tirava os cavaquinhos lentamente e bem aprumadinho de cima a baixo. Tinha lá umas peças, que se chama do-bradinho, para fazer os risquinhos certinhos.

OF: Trabalhava em qualquer madeira?

TT: Era eucalipto, pinheiro e carvalho. Mas o carvalho era muito traiçoeiro, rachava muito. Havia quem usasse serrar o eucalipto, e metia-o dentro de um tanque de água, para tirar aquela vitamina que tinha e que faz empenar a madeira.

A madeira para fazer os rodeiros dos carros também era metida em poças de água. Serrávamos e ia logo para a água. Trabalhava aqui como em madeira verde.

OF: Era mais difícil ou mais fácil trabalhar



assim verde?

TT: Era mais fácil.

OF: E não era mais pesada?

TT: Os rodeiros dos carros eram as peças mais duras que tínhamos. Fazíamos furos de 40cm de cima a baixo, para aí com 7cm de largo, com 4cm de grosso, depois leva parafuso de cima abaixo.

OF: Os rodeiros duravam muito?

TT: Podiam durar 10 anos ou mais. Depende se os lavradores tinham bons cobertos para os agasalhar. Aquilo que está à chuva e ao sol dura metade do tempo.

OF: E roda das azenhas também chegou a fazer?

TT: Em roda das azenhas é que nós trabalhávamos muito. Onde fiz mais rodas foi nas azenhas Manuel António do Rio e no Zé do Rio. A roda das azenhas tem de ser madeira verde e de vez em quando tratá-la para se conservar a madeira verde, porque, se a madeira se- car e apanha água, apodrece e vai toda ao ar. Assim como havia a roda de fora, que estava na água, havia outra dentro, chamada a entrosga, que faz andar o carrinho para mover a mó. Há a história que uma folha de amieiro arrebetava com uma azenha, porque na roda de fora, ao andar, ia uma caleira de água ao veio, onde anda a entrosga. Se a folha de amieiro cai e trava a água, ela deixa de correr não vai dar ao veio. O veio começa a aquecer, torna-se numa braseira, começa a laquear tudo e arrebetava com a azenha. Quando caía pouca água íamos ver e lá estava uma folha caída! Assim como o moleiro, o dado, era todos para urinar ir ao cabouco. Antes de meter a azenha a moer ia urinar e ia ao cabouco para ver se estava a cair a água no moinho e ver se circulava.

Continua na próxima edição

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





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

Comunidade paroquial

O dom da vida

Pe. José Ferreira Ledo

Há tempos, um jovem casal mostrou-nos uma ecografia do filho (ou filha?) com seis semanas de vida e dois centímetros de comprimento, que incluía já o gráfico do seu ritmo cardíaco.

Poderemos, ainda, falar da origem da vida como um mistério quando se diz que a ciência tudo explica? De facto, ela ensina que a concepção se dá quando o espermatozoide fecunda o óvulo, dando origem ao ovo. Este começa por ser uma célula única que se divide em duas novas células e cada uma destas noutras duas e assim sucessivamente até se formar a totalidade do organismo. O ovo, como as demais células, compõe-se de citoplasma e núcleo, no interior do qual se encontram os cromossomas, cujo número é constante nas células do mesmo indivíduo. As células humanas possuem quarenta e seis cromossomas, dispostos em vinte e três pares, à exceção das células sexuais que só têm vinte e três cromossomas cada. No ovo, juntam-se vinte e três de origem materna e vinte e três de origem paterna, cuja combinação origina a constituição genética individual. No interior dos cromossomas, encontram-se milhares de genes, constituídos por ácido desoxirribonucleico (DNA). Os genes são os responsáveis pelo aparecimento no indivíduo das suas características físicas, como a cor dos olhos, dos cabelos, da pele, Rh sanguíneo e outras potencialidades afetivas e intelectuais. Estão na origem da hereditariedade específica, racial e individual. Como diz o povo: "quem sai aos seus não degenera" e "ninguém sai aos bichos

do monte". Os milhares de genes podem combinar-se de numerosíssimas formas, o que explica a diversidade existente entre os seres humanos. Todos já ouvimos falar nos testes de ADN para identificar um indivíduo ou seus progenitores. Teoricamente, não há dois indivíduos de constituição igual na espécie humana, salvo os "gémeos verdadeiros" que provêm do mesmo ovo inicial.

Mais ainda. O homem, como diz Edgar Morin, é um ser bio-psico-social. E pensar eu que as etapas do desenvolvimento da personalidade, que inclui estruturas físicas, biológicas, afetivas, intelectuais, sociais e espirituais, já estão em germen naquele tão pequenino embrião humano de dois centímetros... E as perguntas surgem. A quem se deve a vida que anima as células germinais? E a programação para uma progressiva complexificação organizacional que, em interação com o meio, irá fazer daquele indivíduo uma pessoa única e original?

Para uns, foi a natureza. Para outros, o acaso. Eu, porém, faço minhas as palavras de D. António Francisco, na última Vigília Pascal: Sempre que uma vida nasce há razão para celebrarmos a surpresa e a bênção do dom do amor de Deus, que essa vida significa.

E bendigo Deus que associou a mulher e o homem à sua Obra Criadora: Frutificai e multiplicai-vos (Gn,1,28).

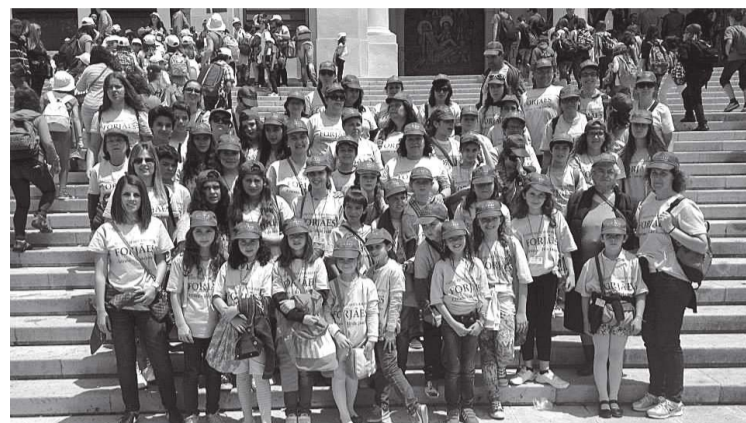
(Fonte: "Voz Portucalense",
JOÃO ALVES DIAS)

CATEQUESE PAROQUIAL

Passoio a Fátima

O feriado de 10 de junho foi a data de romagem, em peregrinação, ao Santuário de Fátima.

Orientados pelos catequistas, um grupo de forjanenses partiu às 5 da manhã, para Fátima, afirmando a sua fé e a devoção a Nossa Senhora.



Primeira Comunhão



Foram 36 as crianças que, no passado dia 15 de junho fizeram a sua Primeira Comunhão. Trajadas a rigor, entraram no adro, vindas do escadório, com cânticos de alegria e júbilo.

A celebração preparada pelas catequistas, envolveu toda a comunidade, que recebeu de braços abertos este grupo de jovens.

Corpo de Deus

A celebração do Corpo de Deus esteve este ano a cargo da catequese, que preparou coloridos tapetes de flores. As catequistas, que iniciaram a preparação dos inúmeros quadros coloridos logo após o almoço de domingo, dia 22 de junho, fruto da alteração de feriados acontecida, mostraram, mais uma vez que a tradição em Forjães, continua viva.



Fotos: Facebook da Catequese Santa Marinha de Forjães
Textos: Carlos Gomes de Sá

Movimentos religiosos

Batismos:

31/05 – Leonor Silva Rodrigues, filha de José Carlos Barbosa Rodrigues e de Julie da Silva Rodrigues.

08/06 – Francisca Luís Neiva Sá, filha de Joaquim Luís Costa Sá e de Sofia Manuela Lima Neiva.

15/06 – Miguel Maranhão Pereira, filho de Eduardo Martins Pereira e de Ilma Liliana Carvalho Maranhão.

15/06 – Vitória da Silva Carvalho, filha de

João Baptista Linhares Carvalho e de Maria Isabel da Silva Carvalho.

Óbitos:

28/05 – João Dias de Miranda, com 80 anos de idade e residente na Rua Côto do Sino.

07/06 – Maria de Lurdes Viana Torres, com 89 anos de idade e residente na Rua do Matinho.

Flor do Campo

Florista

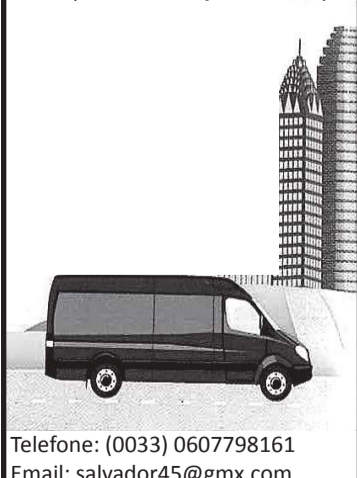


Av. 30 de Junho, 110
4740-438 Forjães
Tlm. 965 875 169

Salomé Viana

SALVADOR DE OLIVEIRA

Transportes França - Portugal



Telefone: (0033) 0607798161
Email: salvador45@gmx.com

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

Página do leitor

As «directas» do Torres

Ei atleta; faça uma pausa, e pelo combinado, tem direito a uma cerveja e um calendário completo 2015 comigo e todas as colegas desta empresa!

Porra! Agora já sei porque é que todos lhes caíem em cima delas; até o governo tira os seus dividendos!...



Você sabia?

Conta-se que um pintor antigo a quem incumbiram o retrato de um rei a quem faltava um dos olhos, o retrataria de meio rosto.

Perguntaram-lhe porque o havia pin-

tado assim; respondeu que o pincel não sabia pintar defeitos; sabia era encobri-los.

Todas as línguas deviam ser como este pincel.

Torres Jaques

Morte de um imperador

Othão, que sucedera a Galba, proclamado pelos pretorianos, apenas tomara posse do império, soube que as legiões da Germânia haviam proclamado Vitéllio, e logo teve todos os indícios de que estava a sua causa perdida; resolveu-se pois a morrer. Preparava-se para isso quando ouviu algum tumulto e notou que se prendiam como desertores aqueles que o queriam guardar. «Tenho, pois, disse ele, de acrescentar ainda uma noite à minha vida.» Foram as suas próprias palavras.

Proibiu que se violentasse pessoa alguma, e deixou o quarto aberto até à noite, recebendo todos os que o queriam ver. Teve sede e bebeu água fria; depois tomou dois punhais; experimentou-lhe o gume, meteu um debaixo do travesseiro, e tendo mandado fechar as portas do quarto, dormiu com sono profundo. Acordou ao romper do dia, e feriu-se de um golpe só, por debaixo do seio esquerdo. Correram a ele ao primeiro grito que soltou; acharam-no expirando e ora escondendo, ora descobrindo a ferida.

Foi enterrado imediatamente em Viliterno, como ele ordenara. Tinha trinta e oito anos, e reinara pouco mais de três meses.

Sabiam morrer ao menos estes objetos imperadores cuja vida era um longo opróbrio.

Traduzido por Torres Jaques

Venho do além

Fiz de ti esteio, mundo que me deste, A tua firmeza onde coloquei, Este ego franco, p'ra fazer um teste, Que só com um corpo vivo conquistei.

Na imaturidade somos bem pequenos, No planeta escuro visto à luz solar, Sem amigos fortes sempre nos perdemos, Não temos ideia de nos educarmos.

Ainda crianças cresce a magnitude, Da vaidade forte e revolta atroz! Ficamos alheios ao que é virtude: E juntos, bem juntos, caminhamos a sós.

Chega a mocidade de ilusão austera, Olhamos o corpo com satisfação! Sem pensar direito para o que ele era, E no dia a dia vício e ambição.

Acrescendo à luta sempre esse planeta, Aceita silente nossa reação...! E por vezes cedo está a missão completa: Quando o ego volta, nunca foi em vão.

Sonhamos com ouro, com brilho de estrelas, Com amor profano, com idolatria; Só sonhamos pouco vendo-nos procelas, P'ra fazermos delas, a Paz que inebria.

Ó planeta manso que nos dá o corpo, E mesmo de morto, se transforma flor! Água que refresca, ou pó absorto, E com subtilidade, em vasto verdor.

Maria José Queiroz Ribeiro



Jorge Brandão

O PODER DAS FOLHAS DE CÁLCULO

Resumir informação - tabelas dinâmicas

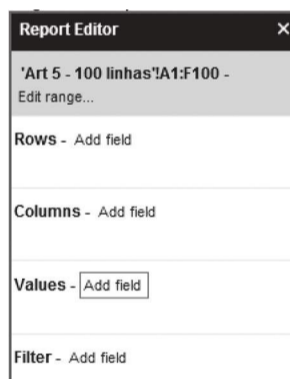
Conforme tinha prometido no último número, cá estou para vos apresentar as tabelas dinâmicas que servem para construir um quadro resumo da informação que esteja registada numa Folha de Cálculo (às quais nos referimos ao longo desta série de artigos pela sigla "FC").

A utilização desta nova ferramenta inicia-se colocando o cursor numa qualquer célula da tabela onde estão os dados e, através dos menus ou botões disponibilizados por cada FC, inserir a tabela dinâmica. No caso da FC em que estou a trabalhar utilizo o menu:

> Data (que significa "Dados")

> Pivot Table Report...

A generalidade das FC's está automaticamente preparada para considerar que todos os dados que estão contíguos à célula selecionada fazem parte do conjunto que queremos resumir, pelo que de imediato é criada uma tabela em branco e surge um novo menu (o report editor) que serve para parametrizar a tabela. O menu apresenta o seguinte aspecto:



Na área a cinzento aparece o nome da FC e as células onde estão os dados (neste caso da A1 à F100).

A partir daqui basta então aceder às várias áreas deste menu para fazer o resto da parametrização:

-> em "Rows" ("linhas") informamos a FC sobre o que queremos que fique encostado ao lado esquerdo do quadro de resumo;

-> em "Columns" ("colunas") o que queremos que esteja no topo do quadro;

-> em "Values" definimos o tipo de informação que queremos que apareça na interseção das linhas e colunas;

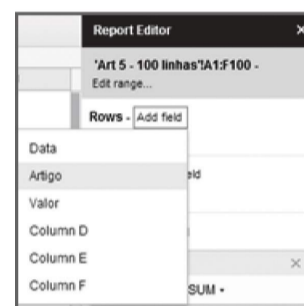
-> não irei focar o "Filter" ("filtro") para conseguir simplificar o artigo.

"Assim sendo para conseguir um quadro

idêntico ao do artigo anterior, no qual tínhamos do lado esquerdo as várias categorias de despesas (peixe, pão, supermercado...), seguido da soma do total de custo por cada um desses artigos, temos apenas de:

1) ir a "Rows" + "Add field" ("adicionar campo") e seleccionar "Artigo"

2) ir a "Values" + "Add field" seleccionar a opção "Valor".



O resultado, em comparação com o número anterior, é o seguinte:

Artigo anterior (com a função SumIf):

RESUMO DOS ARTIGOS	
Comida no restaurante	58.75
Gasolina	75
Compras no supermercado	87
Roupa	30
Pão	8.58
Prenda de anos da Joaquina	37.5
Jornal	11.7
Carne	104
Peixe	159.25
Café	0.5
Mudança do óleo do carro	125
TOTAL	697.28

Neste artigo:

Café	0.5
Carne	104
Comida no restaurante	58.75
Compras no supermercado	87
Gasolina	75
Jornal	11.7
Mudança do óleo do carro	125
Pão	8.58
Peixe	159.25
Prenda de anos da Joaquina	37.5
Roupa	30
Grand Total	697.28

Devido a limitações de espaço este artigo terá continuidade no próximo número do jornal, ainda que, como sempre, eu fique à vossa disposição no Facebook de "O Forjanense" para quaisquer dúvidas que tenham ficado por esclarecer ou para desafios e questões que queiram colocar.

O FORJANENSE

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
PROPRIEDADE e EDIÇÃO: ACARF
Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães

e-mail: acarfl@sapo.pt
Facebook: Jornal O Forjanense



Diretor: Carlos Gomes de Sá - csa@portugalmail.pt
Subdiretor: José Manuel Reis - jmanuelreis@sapo.pt

Colaboradores: Armando Couto Pereira, Fundação Lar de Santo António, Junta de Freguesia de Forjães, Pe. Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques, Maria Mota, Olímpia Pinheiro, Fernando Neiva, EBI Forjães, Rafael Poças, José Salvador Ribeiro, Marina Aguiar, Cláudia Costa, Felicidade Vale, Ricardo Moreira, Pe. José Ferreira Ledo, Sandra Queiroz, Elsa Teixeira, Rui Abreu, Educadoras da ACARF, Rolando Pinto, Alma Órfão, Andreia Moura Silva, Diana Martins, Nelson Nobre, António Barbosa, Manuel Carlos Couto.

SECRETARIADO E PAGINAÇÃO: Eduarda Sampaio e Fátima Vieira.

FOTOGRAFIA: Luís Pedro Ribeiro

ASSINATURA ANUAL (11 números)

TIRAGEM - 850 Ex.

País: 9 Euros; **Europa:** 19 Euros; **Resto do Mundo:** 22 Euros
Registado no Instituto da Comunicação Social sob o nº 110650

IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

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.

NA MINHA TERRA CABE O MUNDO TODO

Fotos: Luís Pedro Ribeiro

D. Ximenes Belo, Nobel da Paz, visita Forjães

O Prémio Nobel da Paz, D. Carlos Ximenes Belo, e o Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, foram dois dos convidados da iniciativa “Na minha terra cabe o mundo todo”, que a ACARF e a Junta de Freguesia de Forjães levaram a efeito, no passado dia 1 de junho.

A quinta edição deste evento cultural iniciou-se pelas 17h com a receção ao antigo Bispo de Timor Leste, no Centro Cultural de Forjães, à qual se seguiu a visita às instalações da ACARF e a celebração de uma missa, na Igreja Paroquial de Forjães, presidida por D. Ximenes Belo, onde participou o clero forjanense, escuteiros da região e muita população.

Seguidamente, no auditório do Centro Cultural de Forjães, teve lugar uma palestra subordinada ao tema da paz, ponto alto desta iniciativa, precedida por uma característica receção promovida pelo Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães.

Nela participaram o diretor d’O Forjanense, Carlos Sá, como moderador, D. Ximenes Belo, prémio Nobel da Paz em 1996, sendo o orador principal, o Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, o Presidente da Junta de Freguesia de Forjães, Manuel Ribeiro, e a Presidente da ACARF, Anunciação Laranjeira. A iniciativa contou também com o testemunho de dois forjanenses, uma professora que lecionou em Timor, Carla Sá, e um jornalista que entrevistou D. Ximenes Belo, Mário Robalo, bem como o testemunho do Comandante dos Bombeiros Voluntários de Esposende, Juvenal Campos, que efetuou uma missão em Timor Leste.

Terminada a palestra, foi recolhida a impressão palmar de D. Ximenes Belo para elaboração de molde que será colocado na “Parede da Fama”, situada no edifício do Centro Cultural de Forjães, havendo também lugar para o Nobel da Paz autografar o seu último livro, “História da Igreja em Timor Leste”.



Momento em que D. Ximenes Belo deixa, de forma oficial, a sua impressão palmar, um registo para a posteridade

Na visita à Junta de Freguesia, D. Ximenes Belo foi recebido por dezenas de crianças, tendo tido como cicerones do espaço Manuel António Ribeiro e Benjamim Pereira, os quais detalharam pormenores da construção de Rodrigues de Faria.



Na sede da ACARF, D. Ximenes Belo foi recebido por Anunciação Laranjeira. À esquerda, D. Ximenes Belo presidiu a uma celebração eucarística, na Igreja Matriz, ladeado pelo pároco e padres forjanenses e pelo arcepreste de Esposende.



Dia da Criança



Um dia em grande para os mais pequenos. As crianças apareceram em bom número para comemorar o seu dia. Os

Para além das pinturas faciais e balões, estavam disponíveis ateliers de cabeleireiro, unhas, mural de desenhos, máscaras e,

colaboradores da ACARF não podiam defraudar as expectativas; por isso, prepararam muitas surpresas para o dia ser bem divertido.

Uns começaram nas pinturas faciais, outros nos balões, mas acabaram por passar em todos os ateliers criados e animados com muito profissionalismo e criatividade pela equipa de colaboradores presentes.

claro, como estamos em tempo de “febre” dos elásticos, também contamos com um de pulseiras de elásticos, que foi muito concorrido, tanto pelos pequenotes como pelos pais.

Para esticar um bocadinho as pernas contamos com uma demonstração de Zumba Kids, pelas alunas que frequentam a atividade na ACARF, e com uma aula aberta a todos os presentes, miúdos e graúdos.

Já ao final do dia interrompemos um pouco as atividades para receber na nossa Vila D. Carlos Ximenes Belo, Bispo de Díli e Prémio Nobel da Paz em 1996, que participou no evento NA MINHA TERRA CABE O

MUNDO TODO.

Esperamos que tenham gostado do que preparamos para este dia tão especial e fica a promessa de que para o ano haverá mais.



NA MINHA TERRA CABE O MUNDO TODO

D. Ximenes Belo, em entrevista exclusiva a O Forjanense

Aproveitando a sua presença em Forjães, a propósito do encontro “Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo”, O Forjanense, por intermédio do presidente da Assembleia de Freguesia, realizou uma entrevista, em exclusivo, a D. Ximenes Belo. Homem de inqualificável valor é avesso ao contacto com a comunicação social, daí que esta entrevista, embora curta, assume um carácter histórico e especial

OF: Quem é D. Ximenes Belo?

Sou Carlos Filipe Ximenes Belo, natural de Timor-Leste, onde nasci em 3 de fevereiro de 1948. Sou salesiano da Congregação fundada por São João Bosco e bispo e Administrador resignatário da Diocese de Díli (Timor-Leste).

OF: Para além de muitas outras distinções, em 1996 recebeu o Prémio Nobel da Paz, juntamente com Ramos Horta. Como interpretou essa distinção no contexto da sua ação junto dos timorenses?

O prémio Nobel da Paz que me foi outorgado a 10 de dezembro de 1996, era e é para premiar a luta de um povo pequeno, o Povo Timorense.

OF: A atribuição desse prémio alterou alguma coisa na sua vida? Como é a vida de um Bispo Nobel da Paz?

O mais importante para mim era trabalhar para defender os direitos humanos e defender o povo timorense contra as injustiças e a opressão.

Mensagem aos jovens: que estudem e pratiquem os valores éticos da generosidade, do serviço e da solidariedade.

OF: Recuemos ao período conturbado da invasão indonésia e subsequente.

Todos sabemos que o processo que levou à independência de Timor foi longo e marcado pelo sofrimento.

Que papel desempenhou a Igreja durante esse tempo de resistência e no processo de independência de Timor-Leste?

O papel da Igreja durante o período da ocupação indonésia foi a de ser “voz dos que não têm voz”. Ser uma igreja solidária com o povo, ser a sua sentinela e servidora. A Igreja não optou por uma luta política, mas

pela defesa dos valores éticos.

OF: D. Ximenes Belo era, na altura da invasão, um jovem prestes a ser ordenado sacerdote. Como viveu esse processo? Alguma vez ponderou participar na guerrilha armada, como defendiam alguns defensores da teologia da libertação?

Como padre novo procurava colaborar com outros missionários na obra da evangelização, da educação da juventude e da promoção integral dos timorenses.

OF: Quando em 1983 foi nomeado Administrador Apostólico de Díli, e mais tarde bispo de Díli, como interpretou esse desafio e qual foi a sua principal preocupação?

A principal preocupação foi visitar as aldeias, as prisões, estar próximo das pessoas.

OF: D. Ximenes Belo tem publicado diversas obras. Entre elas, Demi Perdamaian da Keadilan (Jacarta, 1997), The Voice of the Voices (Jacarta, 1997), Paz (Porto, 1998) e Cartas Pastorais Anuais de 1993 a 2000.

Em 2013 publica “Dom Frei Manuel de Santo António”. Porquê escrever sobre este Bispo? Qual a sua importância na história timorense?

A figura do Bispo goês e dominicano frei Manuel de Santo António cativou-me sempre. Pois, renunciou às facilidades que a sua Goa lhe proporcionava e foi às terras distantes da Índia. Fez aliança com os régulos timorenses convidando-os a abraçar a causa de Portugal; combateu os abusos dos governadores e de outros chefes timorenses.

OF: Falemos um pouco sobre o Português em Timor.

O contacto dos Portugueses com os Timorenses data de 1512. No entanto, num texto publicado no blogue AICL colóquios da lusofonia, D. Ximenes Belo afirma que “em 1940, 4 % dos Timorenses falavam o

Português”, e que “em 1975, data da invasão da Indonésia do território timorense, apenas 20% dos Timorenses falavam correta e correntemente o Português.”

Como se explica este facto?

Porque poucos timorenses falavam o Português. Era uma pergunta que os senhores deviam dirigir às Autoridades Coloniais do tempo: O que é fizeram durante os quatrocentos e cinquenta anos de colonização?...

OF: Qual o papel dos missionários na divulgação da língua portuguesa?

O papel dos missionários era implantar o Reino de Deus, e não era o da colonização e administração. Mas, ao anunciar o Evangelho, os missionários procuravam tam-

O papel da Igreja durante o período da Ocupação indonésia foi a de ser “voz dos que não têm voz”.

Ser uma igreja solidária com o povo, ser a sua sentinela e servidora. A Igreja não optou por uma luta política, mas pela defesa dos valores éticos.

bém ensinar o povo, educando e promovendo. Por causa de várias vicissitudes, as primeiras escolas das Missões católicas em Timor só surgiram a partir de 1877. Mas, por falta de apoio do Estado, as Missões não tinham meios suficientes para fundar escolas e arranjar professores. Mas, quan-



do tinham possibilidades, abriam escolas primárias nas sedes das Missões. Já no século XX, os missionários abriram colégios, quer masculinos quer femininos, para a juventude timorenses. Só a partir de 1961, o Estado ou o Governo da Província começou a abrir escolas primárias.

OF: Que projetos tem para o futuro?

O projeto do futuro é continuar e acabar a “feitura” dos 4 volumes da História da Igreja em Timor-Leste.

OF: Como pessoa e bispo, que mensagem gostaria de deixar aos adolescentes e jovens de hoje?

Mensagem aos jovens: que estudem e pratiquem os valores éticos da generosidade, do serviço e da solidariedade.

OF: Por fim, pedimos-lhe uma mensagem final para os forjanenses, para os que assistirão a estes Encontros e para aqueles que, por esse mundo fora, leem este jornal.

Agradeço a todos os forjanenses pela contínua solidariedade para com o Povo de Timor-Leste.

Centro de Dia / Convívio

Santos Populares

No âmbito do envelhecimento ativo, a Câmara Municipal de Esposende proporcionou aos idosos do concelho, um dia de festa na quinta da Malafaia, no passado 6 de junho extensiva a todas as freguesias do concelho.

Na ementa não faltaram as sardinhas assadas. O dia decorreu com muita alegria e animação, sendo protagonistas os idosos, que presentearam os presentes com as marchas populares, enchendo o recinto de cor e fantasia, com seus trajes e adereços especiais para o evento e que este ano saíram mais enriquecidas com a participação dos mais novos, fomentando o convívio intergeracional.

A música sempre a tocar, o recinto cheio de gente e mais um vira, mais

uma troca de pares, foi um momento de grande alegria e interação.

Este ano responderam positivamente ao convite da Autarquia cerca de 1750 idosos de todas as freguesias e instituições do concelho.

O Sr. Presidente da Câmara fez o seu discurso habitual, agradecendo a presença de todos.

Foi mais um dia de convívio, onde as



amizades se cruzaram, dando a oportunidade para reverem velhos amigos e pôr a conversa em dia, combater o isolamento e também quebrar um pouco a rotina do dia-a-dia.

Jogos Tradicionais

No dia 4 de junho, os nossos idosos foram à JUM -Marinhas, para participar nos jogos tradicionais. Esta atividade também está inserida no “Programa de Envelhecimento Ativo”.

Os jogos tradicionais são acessíveis a todas as idades, tendo como finalidade a relação com a vida quotidiana das populações.

Os jogos constavam de uma mesa com latas para serem derrubadas a uma distância razoável com uma bola de trapos; quantas mais latas derrubadas mais adrenalina crescia no jogador, que ficava vitorioso.

Havia também uma mesa com garrafas, onde os participantes tinham que enfiar uma argola no gargalo da mesma. Este tornava-se um pouco mais difícil, pois era necessário muita perícia para acertar.

A tarde foi animada com música ambiente, que motivou muitos idosos a um pezinho de dança.

No final foi servido o respetivo lanhe.

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica do Baixo Neiva

junho 2014

Dia Mundial do Ambiente



Eco-Escolas

Durante a semana que se assinalou o dia mundial do ambiente, 5 de junho, muitas foram as iniciativas levadas a cabo para lembrar a comunidade escolar da necessidade e urgência de proteger o meio ambiente.

Limpeza de praia - Cepães, norte

Os alunos da turma do 7ºB deslocaram-se à praia de Cepães (Esposende) para uma limpeza de praia que durou uma tarde e rendeu 7 sacos bem cheios de lixo! A iniciativa foi organizada em colaboração com a Esposende Ambiente.



O Mar é salgado
E muito molhado
O Mar é um lugar
Onde os peixes:
Dançam e cantam,
Dormem e comem,
Nadam e brincam.
O Mar tem corais
Bonitos como cristais.
O mar tem peixinhos
Muito pequeninos.

O Mar

Pedro Silva, 5º A

Trilho Pedestre e Plantas autóctones - Forjães

No dia 29 de maio, os alunos da turma A do 6ºano, acompanhados pelo professor António Barros e pelo biólogo Carlos do Carmo, da Esposende Ambiente, fizeram um percurso pedestre pela floresta forjanense para tomar contato e adquirir novos conhecimentos no que diz respeito à vegetação autóctone. Durante a caminhada identificaram várias espécies vegetais como por exemplo o carvalho, o sobreiro, a azinheira, vários tipos de líquenes e musgos e algumas espécies animais. Foi salientada a mais-valia das espécies autóctones em relação às novas espécies como é o caso do eucalipto. Ficaram ainda sensibilizados para o fabrico do papel, de móveis e soalho e a necessidade de reciclar e reutilizar para proteger os nossos recursos florestais. A turma considerou a experiência como muito interessante, educativa e divertida. Porque a brincar também se aprende!

Gonçalo Pereira e Tomás Araújo (6ºA)

Ação de Sensibilização (resíduos de medicamentos) - E.B.B.N.

Realizou-se no auditório da escola, a 4 de junho e dirigiu-se a todos os alunos do 1º ciclo. A iniciativa surgiu da junção de entidades (Conselho Eco-Escolas, Farmácia Stª Marinha e Esposende Ambiente) preocupadas com a falta de informação e com o destino final destes resíduos.



Coastwatch - Belinho



Os alunos do 5.º FA, no âmbito do projeto Eco-Escolas, participaram no projeto Coastwatch, monitorizando a orla costeira entre a praia da Carruagem, em Belinho, e a foz do rio Neiva, em Antas. Zona crítica em termos de erosão costeira, foi possível observar as marcas do avanço do mar, o tipo de poluição mais significativo, e recolher dados sobre as características da costa e sobre os principais problemas ambientais que a afetam. Este projeto pretende alertar para os principais problemas do litoral, através da sua observação.

Prof. Carlos Viana

Inauguração da Horta Bio e plantações - E.B.B.N.

Os alunos da turma do 1º ano visitaram o projeto da "Horta Bio", onde disfrutaram a oportunidade de aumentarem os seus conhecimentos sobre uma horta biológica (técnicas e produtos naturais utilizados, fases de crescimento, necessidade de boas práticas e o nome dos produtos agrícolas já plantados) e de plantarem as espécies que eles próprios trouxeram de suas casas. Para terminarem esta experiência, usufruíram da honra de cortar a "fita" e concretizar oficialmente a inauguração deste espaço pedagógico!



Parque Natural Litoral Norte - Fão, Ofir



Os alunos da U.E.E.A. do nosso agrupamento assim como outros alunos com Necessidades Educativas Especiais, no âmbito do plano de atividades, visitaram, no passado dia 27, o Parque Natural do Litoral Norte, em Ofir. Foram momentos de descontração e contacto com a natureza onde foi possível a observação da fauna e da flora autóctone assim como a beleza do espaço que junta o rio e o mar tendo a serra como fundo. A atividade foi importante pois fomentou o convívio em ambientes menos formais e o desenvolvimento das capacidades e competências sociais, fundamentais para proporcionar uma mais eficaz inclusão na sociedade.



Abre a Pestana...

Atividades experimentais para os mais novos!

Ao longo do ano letivo os alunos do ensino pré-escolar e 1º ciclo visitaram os laboratórios de biologia e de físico-química para realizarem atividades experimentais. Estas atividades foram dinamizadas pelos alunos do 7º e 8º anos do Agrupamento das Marinhas, nas disciplinas de ciências naturais e de físico-química. Os alunos do 3º ciclo tiveram a oportunidade de mostrar e de aplicar os seus conhecimentos num ambiente pedagógico diferente do habitual, ao mesmo tempo que os alunos mais novos tomaram contacto com os materiais de laboratório e vivenciaram novas experiências.

Prof.ª Fernanda Gar-



Troça de Correspondência

Os alunos da turma do 5ºA, ao longo do ano letivo, participaram no projeto de troca de correspondência em língua inglesa com a turma 5ºA da Escola das Marinhas, com o auxílio das respetivas professoras, Paula Ferreira e Paula Ramos. Fazendo um balanço, consideram que tem sido uma experiência excecional, com o aparecimento de novas amigas, a aplicação prática da língua inglesa, a troca de experiências e o aumento de conhecimentos uns com os outros. No próximo ano letivo o projeto continuará e procurar-se-á conhecer os correspondentes pessoalmente, convidando os alunos das Marinhas a conhecer a nossa escola e a participar em atividades organizadas pela nossa turma.

Beatriz Moura e Vera



Visita Estudo - Lisboa

Os alunos do 9º ano do Agrupamento realizaram uma visita de estudo a Lisboa, no âmbito do programa da disciplina de E.M.R.C. Esta começou às seis horas da manhã, quando o autocarro partiu de Forjães em direção às Marinhas, seguindo depois para a capital portuguesa. A chegada foi por volta das onze horas, e dirigimo-nos logo ao templo Hindu, onde uma guia nos mostrou deuses e informou-nos sobre os mesmos. Após a explicação deslocamo-nos, de autocarro, para a Mesquita de Lisboa, onde visitámos a sala de orações e onde um dos chefes nos falou da religião e dos seus costumes. Para não impressionar os religiosos, as senhoras tiveram de cobrir a sua cabeça com um véu, costume bastante comum. Depois do almoço e umas pequenas compras no centro comercial Colombo, foi a vez de visitar o Mosteiros dos Jerónimos e o Padrão dos Descobrimentos, património nacional. No mosteiro, fizemos uma visita, observando cuidadosamente os túmulos de personalidades importantíssimas, como Vasco da Gama e Luís de Camões.

Após esta visita, fomos comprar os bolos típicos da capital, os pastéis de Belém, dos quais toda a gente gosta. O Starbucks foi também um ponto que não ficou por ver, pois toda a gente queria conhecer o famoso café. À chegada, toda a gente estava bastante feliz e com a "bagagem" cheia de informação.

Ricardo Moreira, 9ºA

Visita Radical Diverlanhoso

No dia 19 de maio, os alunos do 8º ano do Agrupamento deslocaram-se ao parque radical "Diverlanhoso", localizado na Póvoa do Lanhoso. Os professores tinham programado para esse dia, da parte da manhã, um circuito de 38 pontes seguido de um piquenique, de um slide 360 metros e de escalada, da parte da tarde. Por volta das dez horas chegamos ao parque e fomos recebidos pelos instrutores na cabana principal onde nos alertaram para os cuidados a ter, as regras e o equipamento a usar. Fomos divididos em grupos de 15 e dirigimo-nos para a primeira ponte do circuito que até era fácil, mas à medida que íamos avançando a dificuldade aumentava, o cansaço era evidente e a vontade de desistir aumentava. Mas mesmo assim quase todos os alunos conseguiram terminar o percurso. Por volta da treze horas já todos tinham acabado a prova e já estávamos a almoçar. Pelas catorze horas fomos avisados que não poderíamos fazer nem slide nem escalada devido às condições climáticas adversas. Em vez das propostas programadas, fizemos um labirinto numa mina e uma caça ao tesouro muito divertido. Chegamos à escola por volta das dezanove horas e apesar de cansados todos trazíamos um sorriso no rosto.

Adriana Gonçalves, 8ºA



Gira-Volei Encontro Distrital

A E.B.B.N. esteve representada no Encontro Distrital de Braga na modalidade Gira-Volei, no escalão etário 8/10; 10/12 e 12/15, em masculinos e femininos. O Encontro promovido pela Federação Portuguesa de Voleibol e patrocinado pelas câmaras municipais de Braga e Esposende realizou-se no dia 31 de maio no espaço exterior às piscinas municipais, na pequena mas bonita cidade de Esposende. O núcleo Gira Volei da nossa escola fez-se representar por oito duplas, embora estivessem inscritas mais equipas que não puderam corresponder por indisponibilidade. Verifica-se alguma dificuldade no desenvolvimento de projetos desta natureza. O universo de recrutamento por si só é reduzido, depois, os miúdos estão sobrecarregados de tarefas ou ocupações. A catequese, a música, o coro, o futebol e afins, não deixa espaço para mais nada. O Voleibol, modalidade desenvolvida durante muitos anos na nossa escola acabou por desaparecer por falta de adesão dos alunos. Tenta-se manter o núcleo Gira-Volei mas a tarefa não se apresenta fácil. É reduzida a percentagem dos alunos inscritos em atividade desportiva organizada. Mas, voltando ao encontro Gira-Volei, este encontro que teve como objetivo apurar os representantes do distrito de Braga para o Nacional da modalidade correspondeu às expectativas, o dia de sol, embora com algum vento, esteve convidativo à prática de atividade de ar livre, o espaço central da urbe encheu-se de animação e cor. O almoço, a todos os participantes, foi servido na Estalagem Zende. Foram momentos muito agradáveis e os jovens atletas regressaram a suas casas muito satisfeitos. Como gostaram, prometeram voltar no próximo ano!

Prof. Armando Lopes



Tudo tem um fim!

Festa de Finalistas do 4º ano

Depois de um ano letivo de muito empenho, dedicação e trabalho, festejamos com muita alegria o final do nosso percurso no 1º Ciclo de Ensino Básico. A nossa festa de finalistas contou com a presença dos nossos colegas da EB de Guilheta, como é habitual, que apresentaram um medley de músicas tradicionais, ao som do Rock'n Roll. As duas turmas da EB do Baixo Neiva levaram ao palco a "mega" produção "Opereta de D. Dinis e Dona Isabel", que deslumbrou os presentes com as músicas e trajes típicos da época medieval. Segundo a opinião dos espectadores, fomos exemplares na interpretação! No final, em jeito de despedida, entoamos em conjunto a Canção dos Finalistas. Ao longo destes quatro anos crescemos em tamanho e em aprendizagens, daqui levamos os alicerces para o nosso futuro e levamos também amizades para a vida.

Até para o ano! Boas Férias!

Os finalistas da Turma 01E



Festa de Encerramento - 1º Ciclo e Jardins



"um dia de sol na eira e chuva no nabal" - Acontece!

Na sexta-feira 13, último dia de aulas, os alunos do 1.º Ciclo da Escola Básica do Baixo Neiva, mais os alunos do 1.º Ciclo de Antas, assim como os alunos do Pré-Escolar das duas localidades, tal como é habitual nos últimos anos, tiveram um dia diferente. E, neste caso, o dizer diferente significa dizer melhor. Melhor por diversos aspetos. Desde logo o bonito e bem tratado espaço, se tivesse estrelas para atribuir, seriam cinco e, porque o júri(?!?) não permite atribuir mais. Depois o prazer estampado, a expressão sorridente, o brilho no olhar não permitia o engano - as crianças distribuíam felicidade.(...) Estive lá, gostei muito, o quadro era perfeito, os tambores não rufaram, mas as libelinhas... sim as libelinhas com a sua graciosidade e esbelteza preencheram o espaço próximo e perfumaram com o pólen das suas "asinhãs" uma atmosfera acariciadora. Eu, num egoísmo contido recolhi a minha parte e saí sorrateiramente, não quis perturbar a harmonia do lugar e o encanto do momento, pois, outros deveres e afazeres chamavam. Mas custou, custou porque o contexto, mormente o psicológico estava inigualável, o riso das crianças, a cor, a luz, o murmúrio, o grito mais ou menos estridente eram pinceladas naquele quadro que nos enche a alma e faz transbordar o coração. Não? (!!!) então deliciem-se com os quadros (pinturas autênticas). Ahh vou ficar por aqui, gostaria de (...) com enlevo, mas não devo! Fica para outra pincelada quando adquirir a arte...Prof. Armando Lopes

Prova de Encerramento



Esta prova realizou-se a sete de junho no mapa do Castro de S. Lourenço, em Esposende e participaram vinte e seis atletas deste clube. Esta atividade, sem cariz competitivo, contribuiu para aumentar a experiência individual e o convívio entre os atletas do grupo. Saliente-se, no entanto, o primeiro e terceiro lugar na prova "Fácil-Curto" das alunas Luciana Quintas (5ºA) e Helena Silva (5ºB) respetivamente. No final da atividade foram atribuídos os prémios anuais do clube: prémio de empenho para Inês Correia; prémio de revelação para Gonçalo Pereira (6ºA) e prémio de sprint para Guilherme Ribeiro (9ºB). Concluiu-se assim mais uma época desportiva deste clube escolar de Orientação!

Prof.ª Anabela Freitas

Propriedade: 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

Boletim Nascente Escolar

junho de 2014

ECO-ESCOLAS

Subdiretor do Agrupamento: Professor José Pinho

Redação: Clube da Comunicação

Colaboração: Professor António Barros (revisão de textos); Professora Anabela Freitas "Dia Mundial do Ambiente" e "Prova de Encerramento"; Professora Paula Ferreira e 5ºA "Troca de Correspondência"; Professoras da U.E.E.A. "Parque Natural Litoral Norte"; Professor Armando Lopes "Gira-Volei" e "Festa de Encerramento"; Prof. Marcelo Azevedo "Festa de Finalistas"; Ricardo Moreira, 9ºA "Visita de Estudo"; Adriana Gonçalves, 8ºA "Visita Radical"; Professora Fernanda Garrido "Abre a Pestana" e Professor Carlos Viana "Coastwaht".

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.



Futebol Sénior

Aníbal Ferreira vai orientar a equipa sénior do Forjães Sport Clube, pelo menos durante a próxima época. Depois da passagem por vários clubes, quer da AF Viana, quer da AF Braga, Aníbal Ferreira regressa ao Forjães muitos anos depois. Na próxima época, o Forjães SC vai, finalmente, utilizar o seu novo relvado sintético, já concluído. Aníbal vem para o Forjães com o objetivo de construir uma equipa jovem, a pensar no futuro, e que de uma forma sustentável garanta a estabilidade que o Forjães SC merece. Num campeonato que se adivinha muito competitivo e com muitos candidatos ao título, é importante

destacar que o Forjães não é um desses candidatos, sendo apenas candidato a manter a sua honra e dignidade habituais.

Aqui damos as boas-vindas ao novo técnico e aos seus colaboradores, desejando as maiores felicidades e sucessos ao leme da nossa equipa sénior. Os vossos sucessos, os vossos êxitos, as vossas alegrias ... Também serão os sucessos, os êxitos e as alegrias do FSC. Aos sócios e simpatizantes pedimos o maior envolvimento possível, que apoiem ainda mais, se puderem, mas sem euforias e com os pés bem assentes na terra.

SEMPRE FSC!

Obrigado a todos! Sem a vossa ajuda nunca teríamos conseguido

O Forjães Sport Clube serve-se do Forjanense para agradecer a todas as empresas, Casas comerciais, sócios, simpatizantes, colaboradores e amigos a grande ajuda que nos deram ao longo de mais uma época. Obrigado a todos!

À ETFOR, deixamos um agradecimento especial por todo o apoio prestado ao longo destes anos, o qual vamos certamente continuar a merecer. À Idealpneus-EUROMASTER, agradecemos toda a ajuda dada, e certamente seremos merecedores de novas ajudas no futuro. A todos os outros, em geral, felizmente muitos, que não pomos aqui o nome por falta de espaço, eles sabem, ficamos-lhe muito, mas mesmo muito, agradecidos e esperamos poder continuar a merecer a vossa ajuda. À Junta de Freguesia de Fragoso, e a toda a freguesia de Fragoso, agradecemos, do fundo do coração, toda a amabilidade tida connosco na cedência de instalações. Ao Grupo Desportivo de Fragoso, que coabitou connos-

co no campo 13 de Maio, o nosso muito obrigado pela cooperação. À ADC Neiva – São Romão, agradecemos o facto de nos cederem a sua casa de forma tão amiga e prestável. Ao Desportivo Estrelas de Faro (Palmeira) ficaremos eternamente gratos pela colaboração dada na cedência do campo. Ao Alvarães, ao Antas FC, ao Gandra, ao Creixomil e ao MARCA-Vila Cova o nosso muito obrigado pela cedência pontual de instalações, só nós sabemos os favores que nos fizeram. A todos os nossos adversários, nos diversos escalões, agradecemos a prestabilidade e o espírito de colaboração demonstrados, por vezes na cedência dos seus campos para os nossos jogos em casa, outras vezes pela colaboração dada na marcação e organização de jogos.

Foi sem dúvida uma época muito difícil, mesmo muito difícil, com mais despesas e menos receitas. Só nós sabemos aquilo porque passamos, que ninguém brinque com o nosso esforço; há quem tente mas

não vai lá, o pior já passou agora vamos olhar em frente.

Em relação à próxima época pedimos encarecidamente a colaboração e ajuda de todos. Estamos no terreno, a reunir apoios e patrocínios e aqui gostaríamos de deixar um agradecimento especial ao grande forjanense, radicado no Porto, António Silva, proprietário de várias empresas, que continua ligado de várias formas às suas origens e que, por intermédio do seu sobrinho, José Manuel Silva (Né), vai patrocinar o Forjães Sport Clube de forma desinteressada e amiga. Obrigado ao "Né", porque foi o elo de ligação, e obrigado ao seu tio António, pessoa de elevado conhecimento e de uma postura fantástica, que nos recebeu de uma forma grande, simpática e amiga, com uma elevação enorme. Obrigado sobretudo pela forma altruísta como ajudaram o Forjães Sport Clube.

Força FORJÃES SC!

Assembleia Geral Eleitoral (22-06-2014)

No passado domingo, 22 de junho, entre as 10:30 e as 12:30, decorreu o ato eleitoral, para sufragar a única lista candidata aos órgãos sociais. Foi um ato eleitoral bastante concorrido, tal como sempre deve ser, tendo votado 75 associados (20% do total de sócios com quotas em dia), mas talvez o período de votação pudesse ter sido mais alargado, para que mais sócios pudessem exercer o direito de voto. O escrutínio de resultados apurou a seguinte votação: 74 votos a favor, uma abstenção e zero votos nulos.

Assembleia Geral

Presidente: Manuel Amândio Almeida e Sá

Vice-presidente: Fernando da Cruz Rodrigues

Secretário: Arlindo Pereira Sousa Tomás

Conselho Fiscal

Presidente: António Maria Queirós da Cruz

Vice-presidente: Aníbal Couto Pereira da Silva

Relator: António Manuel Meira da Cruz Queirós

Direção

Presidente: José Fernando Marques Neiva

Vice-presidente: Crispim Manuel Sobral Carvalho

Vice-presidente: José Maria Torres Gomes

Vice-presidente: António Jorge Gomes Barros

Secretário-geral: Hugo Ricardo Abreu Marcelo Oliveira

Secretário adjunto: Agostinho Ribeiro Maciel

Tesoureiro: Carla Patrícia Almeida Gomes

Tesoureiro adjunto: João Paulo Morêncio Simões

Vogais:

António Eduardo Correia Pinheiro

Acácio Azevedo Lima

Aleixo Miguel Louro Morgado

José Filipe Louro Morgado

Maria Carminda Correia Pimenta Maciel

José Avelino Couto Pereira da Silva Virgílio Jorge Abreu Marcelo de Oliveira

Gil Alberto da Silva Vale

José Sá da Rocha

Manuel Eduardo Barreira Ribeiro

Óscar Dinis Gomes Lima

Carlos Manuel Dias Jaques

Marlene Sofia Silva Alves

Alberto Domingos Oliveira Sá

Vítor Manuel Viana Almeida

José António de Sá Araújo

Diogo Manuel Ribeiro Alves

Marco Rafael do Vale Sá Teixeira

Obras – Ponto da situação

Com o relvado concluído, podemos dizer que agora a loiça é outra coisa. Já se fazem uns treinos e uns joguinhos sob o tapete verde, está muito agradável e maravilha aqueles que já tiveram o privilégio de o pisar. Nesta altura estamos com outros trabalhos em mão, nomeadamente conclusão das remodelações no interior e outros arranjos exteriores. Desde setembro até agora, o clube conseguiu efetuar um volume de trabalhos significativo, embora haja quem pense o contrário, mas engana-se quem pensa que o clube não fez nada, porque foram conseguidos vários milhares de euros em ajudas diversas. Nesta altura, parecendo que não, foram conseguidas ajudas de valor muito superior a quinze mil euros. Há mais, muito mais, trabalho pela frente,

há quem pretenda brincar com o nosso esforço e com o esforço daqueles que nos ajudaram, mas mais uma vez não vai lá. Como sempre, fazemos as coisas com os pés assentes na terra, não mandamos fazer e depois alguém há-de pagar; connosco as coisas fazem-se no devido tempo e com a certeza de que poderemos honrar os nossos compromissos. Nesta altura, Junta de Freguesia e Clube aguardam contas da entidade que gere o dinheiro, para ver se já fomos longe demais ou até onde podemos ir. Uma coisa é certa, com calma e perseverança as coisas vão-se conseguindo. Um dia destes certamente meteremos os pés ao caminho para reunir mais apoios por forma a conseguirmos ir ainda um pouco mais longe. Sem stress, havemos de levar o

barco a bom porto, seguiremos o nosso caminho, à velocidade possível. Não adiantam pressões ou outro tipo de trenguices, porque isso não nos desvia um milímetro do nosso rumo. Em relação à inauguração oficial, estamos a agendar para o início de agosto, em dia ainda a definir. Queremos Forjães em festa e certamente haverá festa em Forjães no dia da inauguração. Em relação à situação atual, obviamente que o campo se encontra fechado, não podia ser de outra forma, mas sempre disponível para que todos aqueles que pretendam, o possam visitar, é só dizer. Um dia destes vamos fazer um dia aberto para que todos os interessados possam desfrutar do nosso, ainda a caminho de ficar belo, Estádio Horácio de Queirós.

continua na página seguinte



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

PAÇO VELHO - V. F. S. Pedro - APARTADO 583 - 4754-909 BARCELOS
TELEF. 253 809 880 - FAX 253 809 889



Energias renováveis

José Manuel Domingues - 963 581 214

Rua da Corujeira nº 470 / 4740-442 Forjães
Tel./Fax: 253 877 135

e-mail: geral@tecnisol.pt / www.tecnisol.pt

Acompanhando o FSC



Carlos Neiva desiste da corrida: a justificação

continuação da página anterior

Jantar 47º Aniversário

No passado dia 29 de junho, tal como vem sendo hábito, o Forjães assinalou o 47º aniversário e fez o jantar de encerramento da época na Quinta de Curvos. O Forjães Sport Clube fica muito grato aos proprietários da Quinta, os Srs Jaime Fonseca e José Maria Fonseca, que mais uma vez mostraram grande amabilidade na cederência do espaço. E também uma

palavra de agradecimento para todos aqueles que nesta quinta trabalham, muito em especial para a Sra. Amélia Moura, Marido e filhos, que neste momento difícil das suas vidas, voltaram a dizer sim, tornando possível a realização deste convívio. Para eles o nosso muito obrigado, do fundo do coração.



I Torneio de Futebol 7 – RELVADO SINTÉTICO

Procurando tirar desde já a máxima rentabilidade do novo piso sintético (sim, porque com cuidado ele é para usar), o Forjães Sport Clube vai, dentro de dias, arrancar com um Torneio de Futebol de 7, a realizar no seu novo relvado. As inscrições estão abertas até final de junho e o seu início está previsto para o dia 4 de

julho. Os prémios são aliciantes (monetários e troféus), por isso organiza a tua equipa, participa e ajuda o Forjães Sport Clube.

Paralelamente, e se houver equipas em número suficiente, os interessados poderão contactar a organização, pois alargaremos o referido torneio a veteranos e a jovens sub-14.

Revisão de quotas – Novos cartões de sócio

Pelo presente edital informam-se todos os sócios do Forjães Sport Clube, que até trinta e um de julho deverão regularizar a sua situação no que concerne a eventuais quotizações em atraso. Esta é uma necessidade premente, dado que a última atualização ocorreu há 10 anos, o que, por si só, faz com que da lista constem não só sócios já falecidos, infelizmente, mas também eventuais situações de abandono. Assim, e para evitar mal-entendidos, na medida do possível, iremos contactar pessoalmente todos aqueles que estão em falta para que possam regularizar a sua situação, ou tomar outras opções, e em caso de manifesta desistência, assinarem um termo onde assumem a mesma. Aqueles a quem não pudermos contactar pessoalmente iremos notificar por via postal. Os sócios com vários anos de atraso poderão, sob

compromisso de honra, negociar um pagamento faseado. Também os sócios que se encontrem nesta situação por motivos, devidamente comprovados, de carência financeira, doença prolongada ou outros motivos de impedimento, poderão apresentar requerimento para análise e posterior decisão do órgão executivo, desde que cumpram as normas estatutárias, no qual podem solicitar a escusa ou isenção durante determinado período de tempo.

Evidentemente que a atualização do ficheiro de sócios levará a uma nova renumeração e consequentemente serão alterados os respetivos cartões de sócio. Desde há algum tempo que trabalhamos nesta área e brevemente iremos apresentar o novo cartão de associado.

Forjães, 25 de Junho de 2014

A Comissão Diretiva

Carlos Neiva, depois de ter anunciado a sua candidatura à direção do Forjães Sport Clube, como anunciamos, em primeira mão, na última edição, acabou por desistir da corrida. Leia aqui as razões que o levaram a atirar a toalha ao chão.



Carlos Neiva

Mensagem aos SÓCIOS, SIMPATIZANTES E AMIGOS.

É com grande mágoa e tristeza que vos comunico a retirada da minha lista ao cargo da Presidência do F.S.C. ...

Alguns opositores tentaram passar uma imagem de oportunismo da nossa parte, de politiquice, ao referir que queríamos assumir o comando do F.S.C para cortar a fita, uma vez que a obra está pronta e prestes a ser estreada... Tínhamos dito que, caso vencêssemos as eleições, esperaríamos nem que fosse mais dois meses para que eles inaugurassem!! Quem está no F.S.C. só pode pensar no bem da Instituição e não andar lá com outras intenções!!! Eu nunca, mas nunca, inauguraria uma obra que não me pertencesse, ainda por cima paga, na totalidade, pela Câmara, paga com dinheiros públicos!! A inauguração pertence a quem gere esses dinheiros e, neste caso, os diretores desportivos devem é festejar apenas títulos!! Há que lembrar que o Estádio não pertence à família do F.S.C. durante 10 anos. Aliás, pertence sim, mas no contrato, não!! Sendo assim, não há motivos para grandes festejos!!!

Quero referir que não pretendíamos ir para o Forjães S.C. por exibicionismo, nem fazer da Instituição um passatempo, um hobby!! Pretendíamos dinamizar o Clube, como o fizemos quando lá estivemos e, se possível, fazer ainda mais!!!

Neste período eleitoral, na semana antes da apresentação das listas, já não se olhavam a meios para nos destabilizarem psicoló-

gicamente... Já não se cuidavam as palavras direcionadas à minha/nossa lista... e, faltando mais duas semanas de eleições, pior seria!!!

Agora, pergunto a todos aqueles que diziam que nós íamos como oportunistas, se sabiam há quanto tempo estes homens estão como comissão no F.S.C.?... Há quatro anos e vão para o quinto... E em que altura esta comissão voltou a assumir os comandos do F.S.C. na época transata?!... Em julho... E porquê?!... Imaginem se nós, ou outros sócios, tivessem apresentado uma lista em junho do ano passado! O que iam dizer?! Diziam que íamos como gananciosos, pois todos sabemos que a Câmara ia começar uma obra dali a um mês, assim como começou, em agosto de 2013!! Então por que disseram que era irreversível, por que disseram que estavam cansados e desgastados?! Agora já se preparavam novamente para deixar os sócios e simpatizantes com o coração nas mãos, deixando tudo para julho e dando a entender que não continuariam?! Não, caros sócios e simpatizantes, desta vez, vão para lá como direção e sem desculpas!! Afinal ficamos a saber que eles querem mesmo lá estar!!!

POR TUDO ISTO, DECIDIMOS NÃO AVANÇAR COM A CANDIDATURA...

Sabemos que, a partir de agora, a história do F.S.C. vai ser diferente. É nossa convicção que demos um contributo para melhorar a sua história. Vamos aguardar calmamente as promessas, da agora designada direção, já que o plafond dos 237 mil € para as obras terminaram e ainda há muito para fazer... Pelo menos, queremos maior apoio e competitividade das camadas jovens, para que deixem de lutar pelos últimos lugares; queremos os diretores mais próximos dos nossos miúdos... Não queremos voltar a ver o que se tem passado com eles, sujeitos a situações gravíssimas. Queremos mais responsabilidade!!

No ranking da A.F.B., somos um dos piores clubes na formação... Queremos mais qualidade nos formadores!! Queremos também que coloquem o Forjães S.C. onde ele passou a maior parte do seu historial, no patamar mais alto da Regional, neste caso, a Pró-Nacional, isto relativamente à equipa sénior!!!

O F.S.C. não pode parar no tempo, tem de se adaptar à evolução, tem de estar preparado para competir com qualquer equipa!! Só assim é que podemos dar alegrias à massa associativa. Isto seria o mínimo!!!

Finalizando, peço para dinamizar mais o Clube, porque o relvado não trabalha só!! Agora não há desculpas!! Agora é hora de acordar e começar a trabalhar, com mais organização e mais dedicação, para devolver o Clube a todos os sócios, simpatizantes e comerciantes.

No ato eleitoral do dia 22 de junho do corrente ano, votaram perto de 70 sócios, em cerca de 320!! É muito pouco!! Foram os elementos da lista A e mais alguns sócios. Por isso digo: queremos ver o Clube mais virado para toda a população!!!

"Não vamos estar lá, mas vamos andar por cá." Nós fomos a vitamina para eles se duplicarem e se transformarem nos homens mais fortes do planeta!! Agora esperemos que o seu efeito dure pelo menos um ano ("Uma brincadeirinha!!").

Caros Sócios, continuarei a defender o nosso F.S.C.!! Estarei sempre por perto, enquanto a minha vida assim o permitir!! Qualquer coisa que aconteça neste meio, prometo que vos será comunicado!!

Peço desculpa àqueles que nós desiludimos, com esta retirada, mas foi o melhor para a família do F.S.C.!!

Obrigado a todos os que estiveram sempre connosco e que acreditavam no nosso projeto!!!

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

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º guiar; pavor = 2º r; granada; u = 3º a.c.; ofego; pe = 4º mar; afa; sal = 5º arua; r; meda = 6º limpadela = 7º sina; l; lira = 8º ana; aga; mil = 9º pa; luisa; au = 10º i; tirania; n = 11º alisa; ósseo =

Verticais

1º grama; sápia = 2º u; carlina; l = 3º i.g.; ruina; ti = 4º aro; ama; lis = 5º rafa; p; aura = 6º nefralgia = 7º paga; d; asno = 8º ado; mel; ais = 9º va; selim; as = 10º o; padaria; e = 11º ruela; aluno =

Opinião



Luís Jaques

Nosso planeta é azul, derivado da imensidão dos oceanos que cobrem 70% da sua superfície, sendo que 97% do total corresponde a água salgada. Dos restantes 3%, o maior volume de água doce encontra-se armazenado nas calotes polares e em glaciares e apenas 1% está disponível para uso do Homem e restantes seres vivos. Em 2010, na Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU) ficou estabelecido que a “água potável” é um direito que assiste a cada ser humano. Desde então, a nossa responsabilização pelo seu uso cresceu, sabendo-se que entre mil a dois mil milhões de pessoas em todo o mundo não têm acesso a água nas melhores condições. Segundo o Programa Ambiental da ONU, todos os anos morrem mais de três milhões de pessoas devido a problemas derivados pela falta de água potável, números que representam mais mortes que em todas as guerras atuais juntas.

A água assume, nos nossos dias, uma importância primordial, incluindo o abastecimento das populações, as atividades agrícolas e industriais, tendo uma importância estratégica significativa no desenvolvimento das economias dos diversos países. No entanto, o seu ciclo natural tem sido constantemente afetado pelos inúmeros impactos atribuídos às atividades humanas, com implicações directas na sua distribuição regular, bem como nos seus parâmetros de qualidade.

A água, um problema dos nossos dias!

Por outro lado, as alterações climáticas a que temos vindo a assistir (é um facto indelével) exercem uma influência determinante nos padrões de precipitação. A dificuldade nas previsões torna o problema ainda mais gravoso, nomeadamente quando se registam longos períodos de seca (aumentando a desertificação de zonas cultiváveis, em que a erosão eólica remove os constituintes dos solos) ou de chuvas permanentes (aumentam as inundações e, por conseguinte, a ocorrência de movimentações de terras aráveis pela ação erosiva da água), ambos com fortes implicações a nível económico. Durante o último inverno, as condições climáticas anormais que se verificaram em Portugal, bem como por toda a Europa, implicaram a ocorrência de situações bastante desagradáveis para o quotidiano das populações em geral. A elevada pluviosidade registada originou por um lado a saturação dos solos, incluindo a recarga dos aquíferos subterrâneos, mas também desencadeou cheias e derrocadas em inúmeros locais. O mar invadiu algumas zonas costeiras, pondo em perigo as habitações e a própria vida das pessoas.

Condições climáticas anormais são cada vez mais frequentes, demonstrando que o nosso clima está afetado relativamente aos seus padrões sazonais, o que implica dificuldades acrescidas na gestão dos recursos hídricos. Assim, a procura de água para abastecimento urbano, irrigação, produção de energia, entre outros, depende diretamente da disponibilidade deste recurso, cada vez mais irregular. A agricultura, juntamente com a pecuária, necessitam de cerca de 70% da água que é consumida anualmente em

todo o mundo, enquanto a indústria consome 20%, e os restantes 10% são para usos domésticos. A produção mundial de alimentos aumentou cerca de 170% nas últimas quatro décadas, tendo um impacto significativo nos recursos hídricos. Segundo dados da Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação (FAO), durante o último século a utilização da água aumentou a uma taxa duas vezes superior ao crescimento populacional. A irrigação através do recurso aos aquíferos subterrâneos, rios e lagos, já levou ao esgotamento deste recurso em muitas zonas do globo.

Por outro lado, um grave problema centra-se na obtenção de água doce com qualidade para consumo humano, sabendo-se que constitui um recurso sobretudo vulnerável e constantemente afetado por múltiplas poluições. Os efluentes agrícolas, juntamente com os esgotos urbanos e os produtos químicos usados na indústria, constituem os grandes geradores de poluição para os recursos hídricos potáveis e, por conseguinte, para a saúde pública e biodiversidade. De um modo geral, as contaminações provocadas por pesticidas, fertilizantes e metais pesados libertados no ambiente, acumulam-se na cadeia alimentar, expondo os seres humanos às substâncias tóxicas, podendo originar situações de febre tifóide, cólera, hepatite e muitas outras doenças, levando mesmo à morte de milhares de pessoas todos os anos. Inúmeros fatores podem originar situações de risco ambiental para os recursos hídricos, nomeadamente, o excesso de precipitação que apresenta repercussões diretas ao nível da poluição de solos

e lençóis de água conduzindo, por exemplo, a um aumento dos excedentes na capacidade das estações de tratamento de águas residuais (ETAR) em funcionamento, fazendo com que estes sejam libertados diretamente no meio ambiente, afetando deste modo os padrões de potabilidade e gerar problemas ambientais e de saúde pública com certa gravidade. Também, a sobre-exploração de água subterrânea, a elevação do nível do mar e a erosão de zonas costeiras, contribuem no seu conjunto para a ocorrência de situações graves relacionadas com a salinização dos aquíferos.

No caso de Portugal, torna-se essencial garantir água em quantidade para sustentar o próprio crescimento económico do país, bem como com qualidade suficiente, sem pôr em risco a saúde das populações. A situação geográfica do nosso país implica que situações de escassez de precipitação de longa duração sejam cada vez mais comuns, criando impactos negativos ao nível das reservas hídricas, as quais, em muitos casos, já se encontram em sobreexploração. Para juntar a este problema, segundo dados divulgados pela Associação Quercus, Portugal apresenta uma percentagem de 40% de perdas nas redes de distribuição de água para consumo, e 50% das águas residuais não têm um tratamento adequado, números que são bastante elevados e que exigem comportamentos que levem a um uso mais eficiente deste recurso. Atualmente, as estações de tratamento conseguem resolver o problema da qualidade da água, embora ainda 2% da água consumida não apresente a potabilidade necessária. A monitorização dos recursos hídri-

cos a cargo do Instituto da Água indica que, de uma forma geral os índices de poluição dos rios e das albufeiras de barragens têm vindo lentamente a melhorar durante os últimos anos, no entanto, não serão ainda os ideais para assegurar a sustentabilidade dos sistemas públicos de abastecimento.

Perante este cenário, requer-se uma participação mais ativa e determinada por parte dos cidadãos nesta problemática, de forma a se desenvolverem mecanismos de mitigação que visem proteger e economizar um recurso que é comum. Algumas medidas importantes, tais como criação de recuperadores de águas pluviais para regar o jardim ou lavagem de pavimentos, preferir o duche ao banho de imersão, diminuir o volume de descargas de autoclismos, controlar o consumo das torneiras, usar programas curtos nas máquinas de lavar roupa e louça, preferir um balde e uma esponja em vez de usar a mangueira para lavar o carro, etc., poderão, no seu conjunto, levar à poupança de muitos metros cúbicos de água potável.

A água potável será um recurso cada vez mais escasso no futuro próximo, bem como do das novas gerações, e o aumento da sua procura irá refletir-se no preço a pagar na nossa fatura, pelo que devemos estar conscientes acerca da necessidade deste bem vital e ter presente que dele depende o nosso futuro coletivo como espécie. Estima-se que em 2025 dois terços da população mundial irá sofrer de penúria de água. Não nos podemos iludir, a água potável representa um bem cada vez mais precioso, pelo que teremos todos juntos de contribuir para a sua preservação.



Silvana Cruz*

As infeções urinárias ocorrem em qualquer idade e sexo, mas verificam-se em maior número no sexo feminino. A explicação prende-se com o facto da uretra feminina (canal que liga a vagina à bexiga) ser muito mais curta do que a masculina, o que facilita o acesso das bactérias à bexiga.

Apesar do sistema urinário, por norma, ser livre de bactérias, as infeções urinárias surgem devido às bactérias de origem intestinal, que se deslocam ao longo da uretra até à bexiga. A principal bactéria causadora de infeção é a *Escherichia coli*, apelidada de *E.coli*, responsável por 70% a 90% dos casos e que habita no intestino.

A sua saúde

Infeções urinárias

Estas infeções ocorrem devido à presença de bactérias no sistema urinário que se podem alojar na uretra (uretrite), bexiga (cistite), ou nos rins (pielonefrite).

As cistites são as infeções urinárias mais comuns e causas como uma higiene descuidada, ou alterações hormonais, podem ser responsáveis pelo seu aparecimento.

Na gravidez, devido ao aumento de progesterona, ocorre um inchaço das vias urinárias. Para além disso, o aumento do tamanho do útero comprime a uretra, diminuindo o fluxo da urina e favorecendo o aumento do número de bactérias.

Na menopausa, devido à diminuição do estrogénio, as paredes da vagina ficam sujeitas à contaminação por bactérias, já que os lactobacilos, que ajudam a prevenir a passagem e o crescimento das bac-

térias, são alterados durante esta fase.

Sintomas:

Urgência em urinar (inclusive durante a noite) e de forma frequente, o que pode ocorrer após esvaziamento da bexiga; Sensação de ardor; Mal-estar e sensação de pressão da zona da bexiga; Urina com odor forte; Urina turva ou com a presença de grumos ou sangue. No caso da pielonefrite, tem como principais sintomas febre alta e dores abdominais fortes.

Prevenção:

1. Use roupa interior de algodão porque absorvem a transpiração e impedem a proliferação de bactérias.
2. Evite os pensos diários;
3. Não esqueça: o papel higiénico deve ser passado da vagina em di-

reção ao ânus e nunca ao contrário. Melhor ainda será lavar-se no bidé, por exemplo, com água corrente.

4. Deve urinar sempre após uma relação sexual, caso contrário, os micro-organismos poderão multiplicar-se na bexiga.
5. Ingira, ao longo do dia, uma grande quantidade de água ou outros líquidos, para aumentar o fluxo de urina, ajudando a diminuir a possibilidade de infeção.
6. Evite produtos que possam irritar a região da uretra e vagina, como duchas vaginais, espermicidas, diafragmas e desodorizantes íntimos.
7. Não esteja muitas horas sem urinar. Urine sempre que sentir vontade.
8. Caso tenha tendência para infeções urinárias evite os banhos de imersão pois a água contaminada pode ser causadora de infeção.

9. Tenha alguns cuidados durante o sexo: garanta uma correta lubrificação vaginal de forma natural ou recorra a um lubrificante artificial. Evite posições dolorosas pois o traumatismo do revestimento da vagina favorece o crescimento de bactérias nessa região.

10. Utilize preservativo nas relações sexuais;
11. Utilize produtos íntimos de pH ácido. Uma higiene eficaz e correta poderá ser o suficiente para evitar infeção.
12. Evite usar roupas demasiado apertadas.

Sinta-se bem!
Cuide de si...

Fonte:
Angelini.pt
Bons Conselhos - Celeiro
* Farmacêutica

Culinária ■ Viver ■ Passatempos

Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Maria Mota

Lombo de porco
Lombo
3 kg Lombinhos de porco; 5 Alhos; Qb Tomilho fresco; Qb Massa de pimentão Qb Sal e pimenta
Esmague os alhos e coloque-os numa tigela. Junte o tomilho sem as hastes, a massa de pimentão, sal e pimenta a gosto e unte o lombo de porco com esta mistura. Reserve no frio pelo menos 3 horas. Colocar o azeite no soute e selar os lombinhos, levar ao forno a terminar durante 10 min a 180°C.
Estufado de ervilhas
2 Cebola; 3 Tomate; 1 kg Ervilhas; 2 Chouriço de carne; 200 g Bacon; 2 Alheira
Pique a cebola par um tacho pré-aquecido com um fio de azeite. Coloque o tomate partido aos cubos sem sementes e sem pele e deixe refogar um pouco. Adicione os enchidos e vá sempre mexendo até tudo ganhar cor. Aí adicione as ervilhas e coloque um pouco de água até cobrir as mesmas. Deixe estufar por cerca de 20m em lume baixo.

Cebolinhas
8 Cebolas pequenas
Levar ao lume um tacho com água, quando ferver, colocar as cebolas com casca durante 10 min. Retire as cebolas e deixe arrefecer. Degomar a cebola, antes de servir levar um soute com azeite ao lume, e marcar a parte de cima da cebola.
Molho
Molho; Aparas de carne; Aparas de legumes; Vinho tinto; Vinho do porto; Especiarias a gosto
Juntar tudo num tacho e deixar ferver durante 5 horas.
Crocante
15 Folhas de massa fillo; 4 Ovos batidos
Cortar a massa da forma pretendida, colar com o ovo, moldar e levar ao forno a 180°C ate ficar dourada e crocante.

Devemos regressar à dieta do Homem do Paleolítico? – II

A nossa linha evolutiva nasce de primatas arcaicos que se alimentavam de insectos e pequenos invertebrados. A expansão da ordem dos primatas e o aumento do tamanho corporal trouxeram um aumento da importância relativa dos alimentos de origem vegetal, nomeadamente no que diz respeito à ingestão de frutos pelas espécies de homínidos. Este dado é confirmado por dados fósseis relativos à dentição destas espécies, adequada à mastigação de alimentos de origem animal e vegetal.

Após a divergência das linhas evolutivas dos homínidos e dos macacos, o padrão alimentar dos nossos antepassados incluiu quantidades cada vez maiores de carne resultante da caça ou da ingestão de carcaças de animais que morriam naturalmente.

A linha evolutiva do Homo sapiens primitivo aparece há 500 000 anos. Este é um humano vigoroso com uma sólida massa muscular e grandes ossos até de acordo com os atuais padrões anatómicos. Já media cerca de 1,78m e tinha um encéfalo bem desenvolvido, que ocupava um crânio de cerca de 1600 cm³.

O ser humano é um animal omnívoro, ou seja, consome todo o tipo de alimentos. No Paleolítico,



Ricardo Moreira*

co, os humanos ditos modernos já dominavam técnicas e utensílios especializados e viviam reunidos em pequenos grupos. Caçavam alces, bisontes e mamutes entre, outras espécies de caça grossa. É possível que nesta altura a carne constituísse 50% da dieta alimentar, sendo a restante percentagem constituída por frutos, vegetais de folhas, tubérculos, raízes, sementes e bolotas.

Estes grupos populacionais podiam experimentar dificuldades alimentares com as variações sazonais e, ocasionalmente, até escassez severa. Estes períodos de escassez seriam suficientes para produzir perdas de peso corporal significativas que poderiam ameaçar a vida de indivíduos com reservas adiposas inadequadas. O consumo de mais calorias do que o mínimo necessário e o seu armazenamento na forma de gordura corporal, durante os períodos de abundância relativa, deverá ter constituído um mecanismo de adaptação e seleção natural dos mais aptos.

*Nutricionista

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

1º conduzir; susto = 2º projétil explosivo = 3º Antes de Cristo; respiração ruidosa e difícil; pata = 4º oceano; ânsia; malícia = 5º pequeno molusco brasileiro; montão de feixes de palha = 6º ato de limpar = 7º destino; antiga moda italiana = 8º mãe da Virgem Maria; nome da letra "H"; dez vezes cem = 9º instrumento agrícola; nome feminino; latido = 10º governo injusto e cruel = 11º amacia; relativo a osso =

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

Verticais

1º peso de um centímetro cúbico; variedade de madeira de pinho = 2º nome de várias plantas medicinais = 3º invasão geral; causa de destruição; o mesmo que tu = 4º marco das portas; patroa; lírio = 5º penúria; vento brando = 6º dor de rins, acompanhada de tremuras = 7º mulher convertida ao paganismo; jumento = 8º milho torrado; doçura; gemidos = 9º siga; molusco bivalve; campeão = 10º lugar onde se fabrica o pão = 11º pequena rua; discípulo =

soluções pág. 13

Saúde em destaque

FOTOEDUCAÇÃO para uma boa FOTOPROTECÇÃO...

- A exposição solar deve ser lenta e progressiva;

- Evite a exposição solar em horas "de risco" (entre as 12 e as 16 horas e, idealmente, entre as 11 e as 17 horas);

- Horas "seguras" são aquelas em que a nossa sombra é maior do que nós próprios ("regra da sombra");

- Proteja-se na praia, piscina, montanha, quando faz desporto ao ar livre ou nas "caminhadas";

- Use chapéu (de preferência de abas largas), óculos escuros, camisola (que proteja o decote e braços e de tecido não poroso). Para tecidos porosos a cor escura protege mais que a clara. Na pele exposta utilize um protector solar de índice de

protecção solar ≥ 30 e antes de sair de casa. Renove se molhou ou transpirou bastante. Não use o protetor solar para prolongar exageradamente a exposição solar;

- Nos dias de vento e nevoeiro o sol é matreiro, queima sem darmos conta...;

- É proibida a exposição solar de bebés com menos de 6 meses e evite a exposição direta de crianças com menos de 3 anos;

- Os de pele clara, olhos claros, sardentos, que queimam facilmente e têm dificuldade em ficar morenos e os que têm muitos sinais (nevus) necessitam de cuidados redobrados. Esteja atento se toma medicamentos fotossensibilizantes (pergunte ao seu médico ou



Marina Aguiar*

farmacêutico);

- Se surgir qualquer dúvida em relação a um sinal que surgiu ou modificou não hesite em consultar um dermatologista. Esteja atento à sua pele, não ignore um sinal que se modificou...

(Folheto educativo OMD)

*Médica Dentista

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



Romaria de Santa Marinha Vila de Forjães 12 a 20 de julho de 2014

Programa

Quarta 09 a Quinta 17
Sexteiras da romaria
Noventa em honra de Santa Marinha

Sábado 12 a Domingo 20
Exposição Permanente de Artesãs Forjanenses e Atividades Económicas do Comércio no Centro Cultural

Quarta-feira 16
08:30h - Alameda festiva com salva de morteiros
09:00h - Arruada com grupo de Zés Peninos "Os Dalairenses" pelas ruas do Vila
20:00h - Recreio das Escolas Filarmónicas no Centro Cultural
22:30h - Desfile das Andanças para a Igreja Matriz
23:30h - Procissão de Velas em honra do Nosso Senhor de Lurdes
23:30h - Arruada de Canor "ZÉ AMARO" e a sua Banda
01:00h - Sessão de Fogo de Artificio

Quinta-feira 17
08:30h - Alameda festiva com salva de morteiros
09:00h - Arruada com grupo de Zés Peninos "Os Dalairenses" pelas ruas do Vila
13:30h - Sessão de Fogo e Entradas das Bandas Filarmónicas
SOCIEDADE MUSICAL DE PEVIDOM
BANDA MARCIAL DE FERMENTELOS Banda Vila
21:30h - Desfile das Bandas Filarmónicas
24:00h - Grande Sessão de Fogo de Artificio Piro-Musical
01:00h - Cerimónia de despedida das Bandas Filarmónicas

Sexta-feira 18
08:30h - Alameda festiva com salva de morteiros
09:00h - Celebração da Eucaristia com o tradicional **CLAMOR A SANTA MARINHA**
11:30h - Eucaristia da Festa em Honra de Santa Marinha
15:30h - Sessão de Fogo e Entradas das Bandas Filarmónicas
SOCIEDADE ARTÍSTICA MUSICAL FAFENSE Banda de Gaitas
GRUPO RECREATIVO MUSICAL BANDA DE FAMILIÃO

Sábado 19
08:30h - Alameda festiva com salva de morteiros e música gravada durante o dia
09:00h - Arruada com os grupos de "Zés Peninos de Forjães" e a "Associação Cultural Romaria Bomfim S. Sebastião" de Dousus, pelas ruas do Vila
15:00h - Encanto do Concertino a Bambas no Centro Cultural
18:30h - Festival de Polícias com a participação dos grupos Grupo Associaçao de Divulgaçao Tradicional de Forjães Grupo de Canores e Dançares de S. Paio de Jozas
22:00h - Arruada das Grupos Musicais **SOS SOMO AZEITONAS**
01:00h - Sessão de Fogo de Artificio

Domingo 20
08:30h - Alameda festiva com salva de morteiros e música gravada durante o dia
14:30h - Arruada com os grupos de Regatas e Zés Peninos "Os Nacionais" de Forjães e a "Associação Cultural Romaria Bomfim S. Sebastião" de Dousus, pelas ruas do Vila
18:00h - Encanto do Concertino e Bambas no Centro Cultural
22:00h - Concerto Etnográfico **"PARABÁS"**
TRIBUNAOS XUTOS & PONTAPES
GRUPO SOM DA FREITE
01:00h - Sessão de Fogo de Artificio e encerramento das Festas 2014

Olá Caros Leitores, então que tal?
Cá andamos, do jeito que o Tio Coelho quer!
Na edição deste mês o destaque vai para as placas.
Não, não vamos falar de dentaduras, mas a verdade é que temos tido muito que roer e não há dentes para tanto! Como diria o saudoso Camilo, na televisão, "a vida não está fácil!"
As placas de que falamos são sinais de trânsito, isto porque as autoridades andam empenhadas em reforçar a sua visibilidade. É vê-los a pintar, repintar, polir, tirar do meio das sebes... mas se há coisas que nem um cego quer ver, outras há que até os figos adoram! O sinal está escondido entre ramos da figueira, se calhar para que os carros da placa possam ficar à sombra, tal o sol!...
A situação destacada, na EN 103, fica na zona do Marílio, bem próxima daquela imagem do ninho da caixa dos correios, destacada na última edição.
Falando em Correios, não é que já houve quem caísse pelas escadas da Junta abaixo.
Não chegavam os buracos, ainda temos as escadas a ajudar à festa! Ele há cada galo, melhor, cada figo!
Até à próxima edição
Forjães, 24 de junho de 2014



Queridos leitores
d' O FORJANENSE

© csa

Postal dos Correios



Dr.ª Marina Aguiar Médica Dentista
Trav. Horácio Queirós n.º 138, R/Ch Forjães - Esposende (junto às piscinas e campo de futebol)
Tlm: 919 334 794 / 963 297 650 / 933 726 360
Tel: 253 876 045

www.dr-marina-aguiar.blogspot.com marinaaguiar1@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 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