

# O FORJANENSE

Diretor: Carlos Gomes de Sá  
Subdiretor: José Manuel Reis  
Outubro 2015 • Ano XXX 2ª série • n.º 312  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0.80

UNESCO  
United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization

ACARF  
Associação Social  
Cultural, Artística e Recreativa  
de Forjães

**CULIZENDE**  
REPARAÇÃO E MANUTENÇÃO AUTOMÓVEL

- 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](#)

## Festa das Colheitas anima Escola Básica de Forjães



pág. 2



### Nesta edição

#### Nós por cá

- Ilegais identificadas no Cerqueiral *pág. 2*
- Direitos das crianças e jovens debatidos em Esposende *pág. 3*
- Município reforça apoio aos clubes e associações desportivas *pág. 4*
- Junta organiza magusto e matança do porco *pág. 5*

#### Comunidade Paroquial

*pág. 6*

#### Notícias da ACARF

*pág. 8*

#### Boletim Nascente Escolar

*págs. 9-10*

#### Acompanhando o FSC

*págs. 11-13*

#### Opinião

*pág. 14*

### Miguel Moura sagra-se campeão nacional de karting



pág. 3

### Presidente da Câmara visita Centro Escolar de Forjães



pág. 4

### Salão paroquial remodelado



pág. 2

## Nós por cá: locais

### Festa das Colheitas enche EB de Forjães de animação e cor



A "Festa das Colheitas", iniciativa do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, dedicada a toda a comunidade, e que teve lugar ontem, 23 de Outubro, na, traduziu-se num verdadeiro sucesso, enchendo por completo o recinto da Escola Básica de Forjães, numa verdadeira festa onde a tradição se aliou ao dinamismo e criatividade dos alunos, que se esmeraram na preparação das suas "banquinhas", repletas de produtos tradicionais e deliciosas iguarias gastronómicas.

O programa arrancou pelas 19h com a atuação do Grupo Zés P'reiras de Antas, seguindo-se a

desfolhada pelos alunos da Escola Básica de Vila Chã.

Seguiram-se as atuações dos alunos do Pré-escolar e do 1º, 2º e 3º ciclos, que mostraram os seus dotes artísticos, a sua criatividade e dinamismo, num verdadeiro espectáculo com belos momentos de música e dança.

Seguiu-se a cerimónia da entrega dos Prémios de Mérito e Excelência 2014/2015 aos alunos da EB de Forjães e da EB de Antas. A diretora do Agrupamento, Paula Cepa, chamou os alunos distinguidos para subirem ao palco e receberem os respectivos prémios, cerimónia que contou

com a presença do presidente da Câmara, Arq. Benjamim Pereira, e da Presidente da Associação de Pais, Olga Dias.

A finalizar a noite de festa, houve ainda lugar para as danças tradicionais, com a presença/atuação do Grupo de Divulgação Tradicional de Forjães.

Segundo Paula Cepa, Diretora do Agrupamento, a festa das colheitas teve como intuito assinalar o início do ano lectivo, realizando-se em Forjães "Como forma de descentralizar as atividades do Agrupamento".

### O Salão Paroquial remodelado

Respondendo a um anseio antigo, o Salão Paroquial foi recentemente remodelado, visando a criação de melhores condições de segurança, essencialmente para a catequese, ocupação prioritária do espaço.

Iniciadas em setembro, uns dias antes do normal início da catequese, as obras acabaram por se realizar em tempo recorde. Foi recuperado o telhado, principal foco de humidades, dadas as recorrentes infiltrações, seguindo-se uma recuperação do interior, ao nível do 1º andar. O corredor

central foi remodelado, com aplicação de um teto rebaidado e novo sistema de iluminação, criando-se 7 salas para catequese, fruto das divisões aplicadas. O pavimento é novo e as janelas e portas foram pintadas, em tons de cinzento, dando ao espaço um ar moderno e atrativo.



### Quatro estrangeiras ilegais no "Cerqueiral"



Numa operação de fiscalização ao bar "Cerqueiral", situado face à EN 103, em Forjães, concelho de Esposende, realizada no dia 16 de outubro, o Serviço de

Estrangeiros e Fronteiras (SEF) "apanhou" quatro mulheres sul americanas ilegais, terminando com a detenção de três delas.

A ação decorreu durante a madrugada e envolveu vários agentes da autoridade, consistindo no controlo e fiscalização das mulheres que se encontravam no bar "Cerqueiral".

Segundo fonte próxima da operação, para além das três detidas em situação ilegal no território nacional, o SEF notificou uma mulher em situação irregular a tentar abandonar o país.

Para além destas quatro mulheres, o SEF detetou e identificou 12 mulheres, 11 das quais provenientes da América Latina.

Este espaço, recentemente legalizado como bar e residencial, encontra-se com acesso renovado, tendo o proprietário, a título particular, procedido ao alargamento da via e, mais recentemente, à sua pavimentação com alcatrão.

### Homenagem à Clarinha no dia do seu funeral (5 de outubro de 2015) pronunciada na missa por uma das suas amigas em nome de todos os colegas

Hoje o sol não brilhou, os pássaros não cantaram, os risos se calaram e as lágrimas caíram naturalmente no nosso rosto...

O nosso coração sofre em silêncio... Hoje nós queríamos que esta verdade fosse mentira, que fosse um pesadelo e que ao acordar encontraríamos tudo normal. Queríamos ter tido mais tempo para demonstrar os nossos sentimentos por ti, Clara. Vieste ao mundo para iluminar as nossas vidas, fizeste-nos as pessoas mais felizes do mundo, agora partiste e vais deixar muita saudade.

Deixas no coração de cada um de nós uma lembrança viva e uma afeição que jamais se acabará, o teu sorriso permanecerá nas nossas mentes para sempre. Eras bondosa, humilde, educada e transmitias paz a quem se cruzava no teu caminho, ninguém ficava indiferente perante a tua beleza. Eras o orgulho e a vaidade dos teus pais, familiares e amigos, eras a criança perfeita, por Deus desenhada! Talvez por isso Ele te chamasse tão cedo!

Agora restam apenas lembranças. Lembranças de um tempo bom que não volta mais. Não voltam os risos trocados, os abraços apertados e as brincadeiras...

Vamos enxugar as nossas lá-

grimas, vamos pensar em ti com felicidade, pois sabemos que no jardim da tua nova casa vais brincar alegremente e olhar por nós, vais proteger-nos e ajudar-nos a suportar a dor da tua ausência, vais ser a nossa força nas lutas do dia a dia. Iremos amar-te eternamente, vamos viver o teu sorriso nos momentos difíceis, e quando virmos nascer ou cair o dia vamos recordar-te no brilho do sol e das estrelas.

Agora a terra ficou mais pobre, as nossas casas mais vazias, mas o Céu ganhou uma riqueza sem fim: lá encontrarás outra princesa e as duas irão brilhar e espalhar magia no nosso caminho...

Não te dizemos adeus, dizemos-te um até já! Um dia estaremos todos juntos novamente e aí sim viveremos felizes para sempre sem medos e sem receios.

Clarinha, serás nossa eternamente...



### AGRADECIMENTO

**Clara Dias Vieira**

**Nasceu:** 18/10/2005  
**Faleceu:** 03/10/2015

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

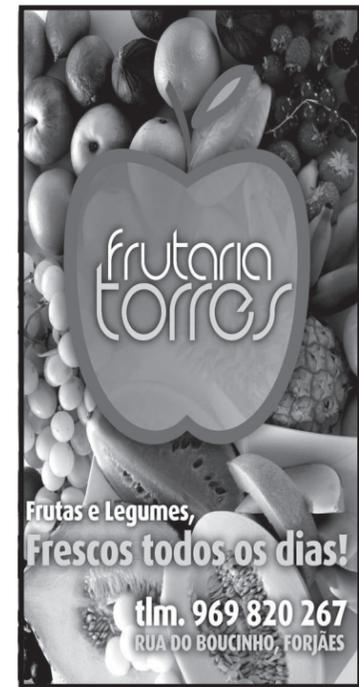
### Flor do Campo

Florista



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

Salomé Viana



Frutas e Legumes,  
**Frescos todos os dias!**

**tlm. 969 820 267**  
RUA DO BOUCINHO, FORJÃES

## Nós por cá: locais

José Reis

### Miguel Moura sagra-se campeão nacional na sua categoria pelo segundo ano consecutivo

O piloto forjanense Miguel Moura, a disputar a categoria DD2 master no Troféu ROTAX 2015, sagrou-se campeão nacional pelo segundo ano consecutivo, na prova ocorrida no fim de semana passado, no Kartódromo Internacional do Algarve (Portimão), pelo que irá representar Portugal na Final Mundial Rotax 2015.

Na última prova do campeonato, Miguel Moura venceu em toda a linha na sua categoria, fazendo o pleno: fez o melhor tempo nos Cronos, ganhou as três corridas disputadas e fez a melhor volta.

Em relação ao conjunto dos



pilotos presentes nas várias categorias, realizou o quinto lugar na primeira corrida, o sexto na segunda e o sétimo na terceira.

Como saldo final da temporada, o piloto forjanense afirma:

“Foi um ano fantástico onde em 15 corridas ganhei 12...isso diz bem da nossa qualidade como equipa.”

Parabéns, Miguel!

### Em três anos foram destruídos em Esposende 412 ninhos de Vespa Asiática

O combate à Vespa Asiática, um verdadeiro tormento para os apicultores, ainda está longe de estar concluído, apesar de as autoridades concelhias terem multiplicado os esforços nesse sentido.

Entre 3013 até ao momento atual foram já destruídos 412 ninhos no concelho de Esposende. Os responsáveis referem que o combate a esta praga tem consistido, sobretudo, na destruição dos ninhos avistados, o que tem de acontecer à noite, quando estes insectos estão recolhidos. Mas o método mais utilizado é a incineração, no local ou após re-



colha mecânica do ninho, quando a altura da árvore o permite.

Tem também sido implementado o método da captura das “fundadoras” com armadilhas, o que tem permitido a redução significativa de novos ninhos.

Em Forjães, a tarefa de destruição dos ninhos tem estado a cargo de um grupo liderado pelo Manuel da Rua, exímio nesta luta contra este predador que tem dizimado muitas colmeias.

### Município de Esposende editou novo número do Boletim Cultural

Decorreu no passado dia 16 de outubro, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, a Sessão de Lançamento do Boletim Cultural, n.º 4 – II série, com a presença do Presidente da Câmara Municipal

Esta edição tem como área temática principal a História, integrando seis artigos de outros tantos autores, referentes a estudos que abrangem um período cronológico bastante alargado, da Idade Média à Época Contemporânea. Assim, Manuel Albino Penteado Neiva aborda a temática “Práticas Luteranas no Século XVI na Costa Brasileira: a Confissão de um Piloto Esposendense” e José Ferrão Afonso, Professor Auxiliar da Escola das Artes da Universidade Católica Portuguesa e Investigador integrado da linha de Estudos e Conservação do Património Cultural do CITAR, assina o artigo “A Matriz de Esposende: Arquitetura e talha de uma ‘Igreja do mar’ na Idade Moderna. José Felgueiras investigou sobre “A Alfândega Régia de Esposende” e Raul de Azevedo Saleiro integra nesta edição do Boletim Cultural o trabalho “De Viana ao Porto por Esposende até ao século XX: Estradas, barcas e pontes”. Ana Cristina Ferreira desenvolveu o estudo “Couto de Apúlia: Dissidências entre o Reitor de Apúlia e a Mesa Arcebispa de Braga por causa dos bens pertencentes ao Couto de Apúlia” e Nuno Resende debruça-se sobre a temática “Terra prometida? A quinta de Tintureiros e os Soutomaires Cunha - ensaio seguido da transcrição do manuscrito da BPMP Cunhas de Sottomayores de Vianna”.

Coube à Vereadora da Educação e Cultura, Jaqueline Areias, fazer a apresentação dos artigos que compõem esta edição do Boletim Cultural, aproveitando a oportunidade para desafiar outros autores, es-

tudiosos e historiadores a desenvolverem trabalhos para o Boletim Cultural, debruçando-se sobre outras áreas do conhecimento como a antropologia, a etnografia, a educação, a geografia, entre outras.

Assinalando a importância do Boletim Cultural na preservação do património concelhio e na divulgação da história local, o Presidente da Câmara Municipal referiu que a publicação traz ao conhecimento público a “grandeza” do concelho e frisou que há ainda muito para investigar e dar a conhecer. Benjamim Pereira expressou uma palavra de “enorme agradecimento” aos autores desta edição, destacando o seu contributo para perpetuar a história do concelho, e formulou o pedido para que “continuem a trabalhar pela nossa terra”. Realçou o facto de este número contar, também, com a colaboração de autores mais jovens e garantiu que, por parte da Câmara Municipal, está assegurada a continuidade do Boletim Cultural.

Os autores que colaboraram nesta edição do Boletim Municipal e que estiveram presentes na sessão, fizeram um breve resumo dos seus artigos, tendo aproveitado a oportunidade para agradecer à Câmara Municipal a aposta na publicação destes trabalhos de investigação.

O n.º 4 da II série do Boletim Cultural de Esposende estará disponível para aquisição na Câmara Municipal, tendo sido oferecido a todos os presentes na sessão de lançamento.

Em próximas edições, daremos conta de um excerto deste Boletim, relativo à construção da EN 103, em concreto a sua passagem por Forjães.

Fonte: CME

### Direitos das crianças e jovens debatidos em Esposende

Decorreu no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, em Esposende, entre os dias 12 e 16 de outubro, a “Semana dos Direitos das Crianças e Jovens: Sensibilizar para Prevenir”, organizada pela Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) de Esposende. O evento integrou um vasto e diversificado programa de iniciativas, com as quais se pretendeu informar e sensibilizar a comunidade no sentido de prevenir eventuais situações de risco e/ou perigo, promovendo o efetivo exercício dos direitos das crianças e jovens e uma integração social mais plena.

A exibição do vídeo “Human Rights” e um momento cultural, protagonizado por Diogo Zão, ao piano, e por João Dias e Ernestina Falcão, Comissária da CPCJ de Esposende, que recitaram, respetivamente, os poemas “Urgentemente”, de Eugénio de Andrade, e “Quero ser presença amiga”, uma adaptação de um texto de Fernando Pessoa, antecederam a apresentação da Semana dos Direitos das Crianças e Jovens e do Projeto COOL - Cooperação Local para a Infância e Juventude, pela Presidente da CPCJ de Esposende, Raquel Vale. A também Vereadora do Município para a Coesão Social notou que a missão da CPCJ é promover os direitos das crianças e dos jovens e prevenir ou pôr termo a situações suscetíveis de afetar a sua segurança, saúde, formação, educação ou desenvolvimento integral, dando uma breve explicação sobre a atuação da CPCJ. A Presidente da CPCJ fez a apresentação da Semana temática enumerando as várias atividades que integram o programa e que pretenderam abranger um público variado: atividades de informação e sensibilização sobre temáticas como os Direitos Humanos, Acolhimento Residen-

cial, Dependências, Direito de Menores e Delinquência Juvenil, bem como uma sessão de cinema para famílias.

O programa da Semana dos Direitos das Crianças e Jovens prosseguiu com uma sessão de formação sobre os direitos humanos, dinamizada pela Amnistia Internacional, dirigida aos alunos do ensino secundário, realizada no dia treze, no Auditório Municipal.

No dia catorze, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, teve lugar a iniciativa Acolhimento Residencial, destinada a técnicos de entidades de acolhimento, Comissões de Proteção de Crianças (CPC's) e outros profissionais da educação, das forças de segurança e serviço social, uma sessão que incluiu a visualização do filme “O temporário 12” e reflexão por uma Equipa de Gestão de Vagas do Centro Distrital de Braga da Segurança Social.

Para alunos do 9.º ano, foi desenvolvida, no dia 15, no Auditório Municipal, a sessão de sensibilização sobre dependências “Tox: Uma história por escrever”, a cargo de Fátima Pimpão e Manuela Oliveira do Centro de Respostas Integradas de Braga.

Por fim, no dia 16, às 14h00, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, realizou-se uma sessão de formação sobre a Lei Tutelar Educativa, designada “Direito de menores e Delinquência Juvenil”, dinamizada pelo Procurador da República Henrique Cascão, destinada a técnicos de entidades de acolhimento, CPC's e outros profissionais da educação, das forças de segurança e serviço social. A encerrar a Semana, teve lugar, ainda no dia 16, às 21h00, no Auditório Municipal, uma sessão de cinema, gratuita, para famílias, com a visualização do filme “À Procura da Felicidade”.

Fonte: CME

## Nós por cá: locais

Fonte: CME

### Presidente da Câmara Municipal de Esposende visitou escolas do concelho



À semelhança do que sucedeu no início do ano letivo transato, o Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, visitou, no dia catorze de outubro, três estabelecimentos de Educação e Ensino do concelho, com o duplo objetivo de perceber como está a decorrer o arranque do ano letivo e de apurar eventuais carências e problemas que o Município possa ajudar a resolver.

Benjamim Pereira fez-se acompanhar pela Vereadora da Educação, Jaqueline Areias, manifestando total abertura e disponibilidade da Câmara Municipal para colaborar, no âmbito daquilo que são as suas competências e na medida das suas possibilidades, na garantia de melhores condi-

ções a toda a comunidade escolar, desde a Educação Pré-Escolar ao Ensino Secundário, sem esquecer o Ensino Profissional. Assim, a jornada integrou a visita ao Centro Escolar de Forjães, com valências de Pré-escolar e 1.º Ciclo, à Escola Secundária C/ 3.º Ciclo Henrique Medina e à Escola Profissional de Esposende, mais concretamente ao Pólo do Ramlhão.

No Centro Escolar de Forjães, equipamento inaugurado há cerca de um ano pelo Primeiro-Ministro, o Presidente da Câmara Municipal foi recebido pelos responsáveis da Direção do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, liderada por Paula Cepa, e pela Coordenadora do Centro Escolar, que agradeceram a visita e a preocupação do Município em auscultar as escolas no sentido de procurar dar resposta às necessidades. Neste sentido, sinalizaram as situações que carecem de resolução, tendo o Presidente da Câmara Municipal manifestado recetividade para dar solução às pretensões. Benjamim Pereira visitou algumas salas de aulas, privan-

do, deste modo, com as crianças quer do Pré-Escolar quer do 1.º Ciclo.

Para além de procurar saber quais as eventuais necessidades da escola, Benjamim Pereira privou com os alunos, a quem dirigiu palavras de incentivo, exortando-os a aplicarem-se nos estudos e na sua formação profissional como forma de garantirem um futuro melhor, bem como “a aproveitaram a vida com responsabilidade”. Explicou as razões da sua visita dando nota da atenção e do investimento do Município na área da Educação, no sentido de criar as melhores condições para garantir um ensino de qualidade a todos os níveis.

No final, o Presidente da Câmara Municipal expressou a sua satisfação pela boa recetividade registada nestas visitas, referindo que “estes contactos foram bastante proveitosos, na medida em que nos proporcionaram perceber que o início do ano letivo decorreu com normalidade, e, por outro lado, serviu para elencar as necessidades das escolas, às quais procuraremos dar resposta se se enquadrarem nas nossas competências”. Benjamim Pereira realça que, “no que se refere a equipamentos da responsabilidade do Município, o parque escolar do concelho está muito bem servido”.

### Município reforça apoio aos clubes e associações desportivas



O Município de Esposende vai reforçar o apoio aos clubes e associações desportivas do concelho na época 2015/2016, anunciou o Presidente da Câmara Municipal, Benjamim Pereira, que falava na Cerimónia de Assinatura dos Contratos Programa de Desenvolvimento Desportivo com 27 Associações e Clubes do concelho e com as Federações e Associações de diversas modalidades, que teve lugar no dia 17 de outubro, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, onde marcou igualmente presença o Vereador do Desporto, Rui Pereira.

O programa de apoio ao associativismo desportivo, que tem vindo a ser implementado nos últimos anos, pretende regular, de forma mais objetiva e adequada, o apoio aos clubes e associações com prática desportiva regular, estando em causa um investimento de 190 mil euros, mais 20 mil euros do que na época anterior, correspondendo a um aumento na ordem dos 10%, um reforço justificado pelo aumento do número de atletas, de equipas e de modalidades com prática federada.

Assim, a Câmara Municipal estabeleceu Contratos Programa com as Associações de Futebol, de Andebol e de Basquetebol de Braga, Associação Distrital de Judo de Braga, Associação de Patinagem do Minho, Associação de Ciclismo do Minho e com as Federações Portuguesas de Canoagem e de Taekwondo, Federação Nacional de Karaté de Portugal e Federação Portuguesa de Surf, que preveem o pagamento das taxas de filiação, inscrição, cartões e seguros dos atletas dos escalões de formação.

Formalizando o apoio a conceder aos clubes e associações para a sua atividade regular, na época desportiva 2015/2016, o Município estabeleceu Contratos Programa com a Associação Cultural e Desportiva “Os Apulienses”, a Associação Desportiva de Esposende, o Clube Náutico de Fão, o Clube de Futebol de Fão, o Hóquei Clube de Fão, a Associação Juvenil Desportiva Fintas, a Associação Desportiva Recreativa e Cultural de Fonte Boa, o Gandra Futebol Clube, o Grupo Cultural Desportivo e Recreativo de Gemeses, o Centro Social da Juventude Unida de Marinhãs, o Futebol Clube de Marinhãs, o Desportivo e Recreativo Estrelas de Faro, o Centro de Intervenção Cultural e Social de Palmeira de Faro- Esposende Surf Team, o Centro Social da Juventude de Mar, a Rio Neiva – Associação de Defesa do Ambiente, a Associação Desportiva Cultural e Social de Criad, a União Desportiva de Vila Chã, o Forjães Sport Club, o Centro Social da Juventude de Belinho, a Associação de Karaté de Apúlia, o Taekwondo Clube de Esposende, o Clube Hípico do Norte, o Águias Serpa Pinto, o Grupo Desportivo de Apúlia, o Bushido Ak Esposende, a Associação Forum Esposendense – Centro de Surf de Esposende e o Equivau.

### Município de Esposende fomenta ensino da música e prática de expressão físico-motora na Educação Pré-Escolar

A Câmara Municipal de Esposende vai garantir, no presente ano letivo, o acesso aos projetos de Educação Musical e de Expressão Físico-Motora às crianças que frequentam os estabelecimentos de Educação Pré-Escolar da rede pública do concelho. Neste sentido, vai celebrar um protocolo de delegação de competências com a Zendensino – Cooperativa de Ensino, de acordo com deliberação aprovada, por unanimidade, pelo executivo municipal.

O protocolo estabelece que a Zendensino ficará responsável pela disponibilização de recursos humanos qualificados para o desenvolvimento destas atividades, em coadjuvância pedagógica com os Educadores de Infância que asseguram o seu acompanhamento e a coordenação pedagógica, cabendo ao Município suportar os encargos dos honorários dos professores. No

global, ambos os projetos deverão abranger mais de meio milhar de crianças, com idades entre os 3 e os 5 anos.

Com a dinamização do Projeto de Educação Musical o Município tem intenção de expandir o património sensorial, intelectual e cultural das crianças do concelho de Esposende, colocando-os em contato vivo com a música, através de práticas e aprendizagens significativas em torno da audição musical ativa, da experimentação, de práticas instrumentais coletivas e da criação/invenção musical.

O Projeto de Expressão Físico-Motora tem como objetivo o desenvolvimento das capacidades físicas e motoras nestas crianças, contribuindo para a sensibilização da importância da prática desportiva para uma vida saudável.

Ambos os Projetos têm como objetivo

proporcionar a diversificação das atividades no âmbito da educação musical e da prática físico-motora na Educação Pré-Escolar, promover o trabalho cooperativo entre docentes, contribuindo para o sucesso educativo, ponto fulcral da ação pedagógica.

A Educação Musical tem vindo a ser proporcionada às crianças da Educação Pré-Escolar da rede pública do concelho desde o ano letivo 2006/2007, ao passo que a Expressão Físico-Motora foi implementada no último ano letivo, contribuindo para o desenvolvimento global das crianças.

Ao promover o ensino da música e o desenvolvimento da modalidade de expressão físico-motora em todos os estabelecimentos de Educação Pré-Escolar da rede pública, o Município está a contribuir para uma educação de qualidade para todos, fomentando a igualdade de oportunidades.

### Esposende lidera ranking da eficiência financeira dos municípios portugueses

Esposende lidera o ranking da eficiência financeira dos municípios de média dimensão do norte do país, conforme revela o Anuário Financeiro dos Municípios Portugueses 2014, recentemente tornado público. Em termos regionais, lidera a lista dos municípios do Minho e, em termos globais, é dos melhores posicionados a nível nacional.

O documento atesta o desempenho dos municípios no que se refere aos indicadores índice liquidez, resultado operacional, peso passivo exigível no ativo, passivo por habitante, taxa de cobertura financeira da despesa realizada no exercício, prazo

médio de pagamentos, grau de execução do saldo efetivo, índice de dívida total, execução da despesa relativamente aos compromissos assumidos e impostos diretos por habitante.

A nível nacional, no ranking dos municípios de média dimensão, Esposende ocupa a 8.ª posição, o que revela uma subida exponencial atendendo a que, em 2013, ocupava o 24.º lugar. Num universo de 308 municípios, Esposende surge, assim, em lugares de relevo, o que reflete a excelência do trabalho que tem vindo a ser realizado pelo executivo liderado por Benjamim Pereira.

O Presidente da Câmara Municipal de Esposende realça que “estes resultados colocam Esposende no topo da eficiência financeira, não só ao nível da região, mas também em termos nacionais e são fruto de uma gestão rigorosa”, acrescentando que “uma das nossas preocupações sempre foi garantir a sustentabilidade financeira do Município”. Benjamim Pereira refere ainda que “a gestão rigorosa, que levou à obtenção destes resultados, garante a Esposende a possibilidade de estar na linha da frente no recurso à captação dos fundos comunitários do ‘Portugal 2020’, bem como a outros instrumentos de financiamento”

## Nós por cá: locais



### Junta de Freguesia

#### Formação Profissional

Estão abertas, na Junta de Freguesia, as inscrições para uma formação sobre “Aplicação de Produtos Fitofarmacêuticos”, produtos de combate às doenças das plantas. Terá a duração de 35 horas e é dirigida a agricultores, produtores, operadores e trabalhadores, em geral. A formação ficará a cargo da “Gesmind - Ensino, Formação Profissional e Consultoria de Gestão, Lda”, de Vila Nova de Gaia, e a Junta de Freguesia irá ceder as instalações para reduzir o custo da formação para os seus frequentadores. No final da formação, os formandos terão direito a um Certificado de Formação Profissional, homologado pela Direção-Geral de Agricultura e Desenvolvimento Rural do Ministério da Agricultura e do Mar.



#### Eficiência energética na iluminação pública

Da Eposende Ambiente recebemos informação de que vão ser iniciadas as intervenções associadas ao projeto de eficiência energética, lançado pela União Europeia, em que se candidataram os municípios que fazem parte do CIM do Cávado. Em Forjães, os trabalhos de instalação das novas luminárias serão iniciados na primeira semana de novembro e, durante o mês de dezembro, serão instalados os equipamentos de vapor de sódio de alta pressão, prevenindo-se a conclusão dos trabalhos na segunda semana desse mesmo mês. Esta primeira fase de remodelação da rede de iluminação pública deverá estar concluída até ao final do ano, prevenindo-se a sua continuação ao longo do tempo com a substituição das armaduras abertas que ainda existam por armaduras fechadas e com

a eliminação total das lâmpadas de mercúrio da rede.

#### Caixas das águas pluviais

A Junta de Freguesia tem estado atenta à situação de algumas caixas de águas pluviais que surgem danificadas ou com falta de grade metálica de cobertura e proteção. Depois da intervenção na Rua do Souto, foi agora reparada uma outra existente na Rua da Feitelha. Na EN 103, junto à Quinta de Curvos, surgiu mais uma em más condições, tendo sido alertadas a Delegação de Braga das “Infraestruturas de Portugal”, que a sinalizou e que, em breve, procederá à sua reparação.

#### Sinalização

A sinalização nas artérias da nossa vila ainda é bastante deficitária. Sempre que a situação o exige, relativamente à EN 103 e EM 546, alertamos as entidades competentes (IP e CME) para esse efeito. Nos arruamentos à responsabilidade da Junta a dificuldade é maior, uma vez que há muito pouca disponibilidade financeira para a aquisição de placas e de sinais. Desta vez, submetemos à entendida responsável pela estrada nacional um projeto de uma nova sinalização para o Souto/Capela e Parque de Merendas de S. Roque e um outro para o conjunto Estádio Horácio Queirós/Escolas e Piscinas.

#### Magusto e matança do porco

O Dia de S. Martinho será comemorado, através do habitual Magusto, nas instalações do Centro Cultural Rodrigues Faria, em colaboração com as várias associações forjanenses. Está agendado para o fim de semana de 14 e 15 de novembro, dependendo das condições climatéricas. Pretende-se também, realizar a matança do porco à moda antiga. A ideia é reviver o tradicional costume secular, que foi uma prática enraizada nos hábitos do forjanenses. Terá também, como objetivo, proporcionar momentos de convívio entre a população forjanense. Logo que possível será divulgado o respetivo programa. Entretanto, convidamos toda comunidade forjanense para se associar a este tradicional evento que, para além das saborosas castanhas e do vinho, terá ainda algumas surpresas e muita animação.



### CONVOCATÓRIA

#### Assembleia Geral Ordinária

**Sílvio de Azevedo Abreu**, presidente da Assembleia Geral da ACARF, Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães, convoca, ao abrigo do n.º 2 alínea C, do artigo 29º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Ordinária, para o dia **27 de novembro**, pelas **21 horas**, na sede social da ACARF, sita na **Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-438 Forjães**, com a seguinte ordem de trabalho:

- Ponto um: Informações da Direcção;**
- Ponto dois: apreciação e votação do orçamento e programa de ação para 2016;**
- Ponto três: Outros assuntos de interesse para a Associação.**

De acordo com o artigo 31º, a Assembleia Geral reunirá à hora marcada na Convocatória se estiver presente mais de metade dos associados com direito a voto, ou uma hora depois com qualquer número de presentes.

Forjães, 22 de Outubro de 2015

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Sílvio de Azevedo Abreu



### CONVOCATÓRIA

#### Assembleia Geral Extraordinária

**Sílvio de Azevedo Abreu**, presidente da Assembleia Geral da ACARF, Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães, convoca, ao abrigo do n.º 3, do artigo 29º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Extraordinária, para o dia **6 de novembro**, pelas **21 horas**, na sede social da ACARF, sita na **Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-438 Forjães**, com a seguinte ordem de trabalhos:

- Ponto único: Adequação/alteração dos estatutos da instituição de acordo com o disposto no ponto 4 do artº 5º do Decreto-lei nº 172-A/2014, de 14 de novembro.**

De acordo com o artigo 31º, a Assembleia Geral reunirá à hora marcada na Convocatória se estiver presente mais de metade dos associados com direito a voto, ou uma hora depois com qualquer número de presentes.

Forjães, 22 de Outubro de 2015

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Sílvio de Azevedo Abreu

**Zé dos Leitões**  
Forjães - Eposende

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

**Escola de Condução Rio Neiva, Lda**

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

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 decoração, artesanato, todo o tipo de eventos

**969 584 228**

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

**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

## Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

### Grupo de Trabalho para a Renovação Pastoral e Paroquial (GARPP)

Perante a evolução eclesial, teológica, pastoral e sócio-cultural, é necessário abordar o caminho pastoral que a Arquidiocese deve percorrer hoje. Quero, neste sentido, constituir um Grupo Arquidiocesano para a Renovação Pastoral e Paroquial. Como o nome sugere, trata-se de renovar e posicionar a Igreja Arquidiocesana neste novo contexto cultural no qual a mudança se impõe. / Na reorganização paroquial procurará dar consistência ao trabalho já elaborado em diversas instâncias das unidades pastorais. A Arquidiocese integra 551 paróquias, distribuídas por 14 arceprestados, e não pretende destruir a identidade histórica de nenhuma dela. Não se trata de uma fusão mas antes de uma nova modalidade pastoral para servir, de igual modo, as comunidades de grande dimensão e as comunidades com populações mais reduzidas, que jamais abandonaremos. Importa que todos sintam a presença e a proximidade da Igreja-Mãe.

A reorganização deve partir da experiência de discípulos missionários, como o Programa Pastoral sugere. Trata-se de dar consistência à fé, à semelhança de um discípulo fiel, e de reconhecer que a responsabilidade na missão é uma marca identitária. Assistir todas as comunidades exigirá um novo modo de serviço alicerçado na corresponsabilidade laical e na coragem de rever práticas e costumes, nomeadamente o número de eucaristias e as diferentes formas de celebração do Domingo.

A nossa Arquidiocese, com o intuito de maior diálogo com a cultura e mentalidade hodierna, realizou um Sínodo Arquidiocesano de 1994 a 1997. Os objetivos estavam patentes na temática escolhida: "Paróquia e Evangelização. Novos desafios, novas respostas.". Era um objetivo que encerrava a vontade da inovação, uma vez que se reconhecia que os desafios eram novos e que se impunham novas respostas.

Os trabalhos sinodais elencaram um conjun-

to impressionante de propostas que o Livro Sinodal reproduziu. Muitas delas foram concretizadas, outras não passaram das votações. Celebramos, em 2015-2016, vinte anos daquela realização maravilhosa de caminhada sinodal. A experiência realizada deve continuar como verdadeira alma de toda a vida Arquidiocesana. Importa continuar em experiência e dinâmica sinodal numa consciência de que só caminhando juntos e responsabilmente conseguiremos discernir os caminhos que o Espírito Santo sugere para os tempos que correm.

Suporte de qualquer reorganização será um projeto de formação capaz de permitir uma reinterpretação pastoral alicerçada na novidade e na fidelidade. Aqui os leigos desempenharão tarefas peculiares da sua dignidade batismal e os sacerdotes não se contentarão em ter colaboradores, mas alegrar-se-ão pela existência de uma comunhão corresponsável.

O GARPP será presidido por mim, sendo coordenado pelo Cónego Roberto Rosmaninho Mariz, e composto pelo Cónego Luís Miguel Figueiredo Rodrigues, P. António Sérgio Gouveia Garcia Torres, P. Tiago André Fernandes Freitas e Pe. João Paulo Brito Costa.

Este Grupo deverá corresponsabilizar, do modo que lhe parecer mais oportuno, o Conselho Presbiteral, os Conselhos Arceprestais e o Conselho Pastoral. Na medida das necessidades, recorrerá a leigos da Arquidiocese ou a especialistas para o estudo convenientemente articulado e capaz de situar a Arquidiocese neste tempo.

Espera-se um trabalho capaz de enquadrar a Arquidiocese no novo cenário cultural e religioso.

Com as suas orientações, a pastoral será organizada para o futuro, sem desrespeitar a nossa história. Não deverá ter medo de uma certa ousadia uma vez que trabalhará para o futuro.

Braga, 21/09/2015, Festa de S. Mateus.

**Jorge Ortiga**, Arcebispo Primaz

### Movimentos religiosos

#### Batismos:

03/10 – Anita Diniz de Sá, filha de João Pedro Costa de Sá e de Lília Alexandre de Sá Ferreira Diniz.

04/10 – Laura da Silva Lima, filha de Gualberto Nuno Barbosa Lima e de Sandra Cristina Costa da Silva Lima.

11/10 – Martim Sampaio Gomes, filho de Pedro Agostinho Cunha Gomes e de Célia Cristina Sousa Sampaio.

#### Casamentos:

27/09 – Rui Manuel Queirós Ribeiro e Sara Cristia-

na da Silva Afonso, ele, de Aldreu, Barcelos, ela, de Forjães, Esposende.

03/10 – Leonardo Gil Carvalho Vilas Boas e Joana Margarida Abreu de Barros, ele, de Ferreiros e Gondizalves, Braga, ela, de Forjães, Esposende.

#### Óbito:

03/10 – Clara Dias Vieira, com 9 anos de idade e residente na Travessa da Morena, Forjães.

### Bodas de Diamante Matrimoniais

12/outubro - O casal, António da Cruz Campos e Olívia Sousa da Silva, viveram momentos inesquecíveis ao celebrarem junto do altar do Senhor 60 anos de vida em comunhão. Os filhos, netos e bisnetos, foram e são a sua história de amor que se prolonga no mundo, como cidadãos responsáveis e honestos, e discípulos de Cristo. Deus colocou sementes de vida e de perenidade no casal, António e Olívia que, como o diamante, é símbolo da força e da eternidade do Amor. Assim, na companhia da família, partilharam o exemplo de amizade, de companheirismo, de cumplicidade: é um, comple-

tando o outro; é um, respeitando e seguindo os passos do outro; é respirar o mesmo ar; é uma prova de persistência, paciência de abrir mão pela felicidade do outro; é saber que a vida continua na vida do outro... Souberam transmitir e perpetuar a essência da família, da união entre todos. Quiseram aproveitar a feliz oportunidade para declararem, diante do Deus que é Amor, a gratidão e reconhecimento festivo das suas vidas e daqueles que os acompanham. Que este filme continue com maravilhosos e alegres capítulos de vida. Parabéns e Felicidades!

### Notícias Breves

#### Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

- Solenidade de Todos os Santos a 01 de novembro: Missas às 09h00 e 15h30, seguida de ida ao Cemitério (Confraria das Almas).
- Solenidade dos Fiéis Defuntos a 02 de novembro: Missa às 18h00.
- Dia Arquidiocesano do Animador Juvenil a 28 de novembro | 2015, no Auditório Vita (Braga).
- Primeiro Domingo do Advento a 29 de novembro (+ domingos: 06, 13 e 20 de dezembro | 2015).

#### Comissão de Festas e Romaria de Santa Marinha 2016

Vai realizar os tradicionais peditórios em Honra de Santa Marinha a 24 de outubro | Honra de Santo António a 07 de novembro e em Honra de São Sebastião a 14 de novembro. Pede-se a compreensão e colaboração de todos os Forjanenses na angariação de fundos destinados à realização da Festa/Romaria de Santa Marinha 2016.

#### Curso de Preparação para o Matrimónio (CPM) e Noivos 2016

Estão abertas as inscrições para os noivos que vão casar no ano 2016. As fichas de inscrição para o CPM, encontram-se na sacristia da igreja Matriz. O CPM é uma das formas de preparação para o matrimónio, sendo a mais implantada na nossa região. Nele podereis: Avaliar melhor os laços que nos unem; trocar impressões sobre vários aspetos da vida conjugal, entre vós, com outros noivos e com casais; ouvir a experiência de vida que pretendeis construir; cimentar a vossa fé, a relação com Deus e a Igreja. Vinde e participai. Ides Gostar!

#### Inscrições de novos Escuteiros nos meses de outubro e novembro

Todos os grupos precisam de "sangue novo", de renovação, de alargamento e aprofundamento. Devem interrogar-se sobre a disponibilidade para a missão da Igreja, que diz respeito a todos. Não há "discípulos" e "missionários" mas sim "discípulos missionários", diz o Papa Francisco. Manifestem as vossas intenções aos Dirigentes do Agrupamento 1296, de Forjães! Fazes falta na construção da Igreja!... Se já tens 6 anos de idade ou mais... aparece!.. Por que não ser Escuteiro!?

#### Donativos para as obras no Salão Paroquial: Total 750,00 euros. Muito Obrigado!

20,00 euros de Anónimo | 20,00 euros de Anónimo | 10,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Anónimo | 250,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Cândida Faria Neiva Gomes | 50,00 euros de Anónimo | 10,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Augusta Moura | 50,00 euros de Helena Torres | 50,00 euros de Maria Bernardete Quintas Dias | 20,00 euros de Anónimo | 20,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Anónima | 50,00 euros de Anónimo.



**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

## A voz dos assinantes

### As «directas» do Torres

Ó Toninho! Porque é que tu prometes coisas que não vais cumprir?!

Está lá? Aqui é o António Tosta! Olha lá ó Torres; se votares em mim, vais ter uma prenda igual à que eu tenho no meu colo, ok?



### Para lá do rio

Para lá do rio  
Há um olhar parado  
A seduzir o meu.  
Para lá do rio

Há uma sedução  
Que me vai macular  
E castigar  
Pela minha tentação

Para lá do rio  
Há o orvalho cristalino  
Das manhãs temperadas

E abençoados pelo teu caminhar,  
Dos amieiros do rio a acenar  
E a beleza parada do teu olhar.

Armando Couto Pereira

### Nota de redação:

Está em fase de composição um novo livro do poeta forjanense José Armando Couto Pereira, colaborador deste jornal.

A sua apresentação pública acontecerá ainda este ano, em data que anunciaremos em breve.

### Palavras Cruzadas (soluções)

#### Horizontais

1º limar; malha = 2º u; arazoia; l = 3º xa; usado; ge = 4º apa; aba; mai = 5º rama; a; musa = 6º rato-neiro = 7º laré; e; ralo = 8º oto; lio; rei = 9º io; leria; od = 10º r; camarim; i = 11º ostra; arilo =

#### Verticais

1º luxar; loiro = 2º i; aparato; s = 3º ma; amaro; c.t. = 4º aru; ate; lar = 5º rasa; o; lema = 6º zaba-neira = 7º moda; e; oira = 8º aio; mir; air = 9º la; murar; mi = 10º h; gasóleo; l = 11º aleia; óidio =

Torres Jaques

Do livro da 4ª classe, edição 1955

## Editorial



José Reis

Tornou-se viral nas redes sociais a adaptação satírica, elaborada por Vasco Palmeirim, da canção “A moda do pisca-pisca”, de Ruth Marlene, na qual, em tom sarcástico, o autor ridicularizou a atitude pós-eleitoral de António Costa, a propósito da discussão sobre a formação do novo governo, negociando à direita (embora parecesse fazê-lo por “obrigação”) e à esquerda, indo de encontro às vozes da CDU e do Bloco, que, coerentes com o seu pensamento e decorrente dos resultados das legislativas, exigem uma mudança de política, também da política do PS, conforme decorre dos debates pré-eleitorais.

Não querendo assumir o papel de crítico musical ou de comentador político, parece-me que essa versão da canção sintetiza/traduz a opinião de muitos portugueses acerca do momento atual, vendo Costa como um contorcionista político, que, depois de perder claramente as eleições, vislumbrou uma oportunidade de fazer esquecer o mau resultado eleitoral alcançado e atingir a sua ambição, que ficou clara com a “destituição” de Seguro.

Contudo, um governo à esquerda não é anticonstitucional, nem uma “aberração”, já que decorreria do sistema político português, pois a eleição do Primeiro-ministro não é nominal (não advém diretamente dos votos), dependendo da indigitação do Presidente da República e da aprovação pela Assembleia.

Decorrente desta polémica, há quem fale em “mudança de paradigma” (Isabel Moreira), em que os partidos da “esquerda” ultrapassariam as suas divergências mais profundas para fazer uma aliança de governo. A ser assim, seria

um verdadeiro avanço na democracia. Mas, concretamente, ainda nada sabemos sobre o acordo entre estes três partidos, embora todos afirmem que estão no bom caminho. Esperemos para ver se se trata de mero oportunismo político, num mero apoio circunstancial para impedir um outro governo, deixando latentes as divergências de fundo, ou de uma verdadeira alternativa governativa, em que cada um abdica do “seu programa” para construir um outro.

Entretanto, o Presidente da República indigitou Passos Coelho para formar governo, mas, a julgar pela reação de Costa, prevê-se o “chumbo” do novo governo no Parlamento, abrindo uma crise política que exigirá do Presidente uma solução face aos diferentes cenários.

De tudo isto, o que sobressai é a atitude coerente da CDU e do Bloco de evitar um governo de direita, perante a atitude dúbia de Costa, que está a aproveitar bem a circunstância de o PS ser fundamental em qualquer solução governativa. Mas a sua “viragem” à esquerda (contrariada por muitos no partido) parece apenas traduzir o seu desejo pessoal de fazer esquecer o mau resultado eleitoral alcançado e ser Primeiro-ministro.

Política à parte, duas notas finais mais “caseiras”:

Pela negativa, destaca-se a detenção de três mulheres ilegais e a notificação de uma outra, todas elas a operar no “Cerqueiral”.

Pela positiva, realçamos quatro acontecimentos recentes que engrandecem Forjães: o trajeto do FSC, que no difícil escalão em que se encontra vai dando “conta do recado”; a afirmação do grupo “Forjães em cena” a nível concelhio; a vitória de Miguel Moura no Karting pelo segundo ano consecutivo, que o levará a representar Portugal brevemente nos Mundiais; a Festa da Colheitas, organizada pelo Agrupamento António Rodrigues Sampaio, este ano na EB de Forjães, a qual se traduziu num verdadeiro sucesso, quer pelo entusiasmo dos envolvidos na sua preparação, quer pelo número de participantes/visitantes.

### Privilégios pelo número de filhos

Na antiga Roma, os cidadãos que tinham filhos gostavam de diferentes prerrogativas: uma delas era poderem exercer algumas das magistraturas antes da idade, descontando-se-lhes tantos anos quanto eram os filhos.

Se tinham três filhos em Roma, quatro na Itália, e cinco nas províncias, eram dispensados tanto da tutela como da curatela. É que Roma queria engrandecer-se e vivava a conquista do mundo então conhecido.

Em França, Luiz XIV, por dois éditos, um de 1666, outro de 1667, concedeu diversas vanta-

gens a todos os pais que tivessem dez ou doze filhos legítimos, que não fossem padres, ou religiosos, e que pegassem em armas no serviço do rei.

Luiz XIV via erguer o colosso da casa de Áustria e queria precaver-se opondo-lhe soldados. Esses privilégios foram suprimidos por uma declaração de 1683; mas ainda, pela legislação posterior, em França, quem tem cinco filhos legítimos está dispensado de qualquer tutela, que não seja a dos próprios filhos.

Traduzido por Torres Jaques

### Nostalgia Os macacos

Nas imensas florestas dos países quentes habitam numerosos bandos de macacos, de raças e tamanhos diversos. Vivem ao ar livre, entre os ramos das árvores, sem temerem o leão e o tigre.

Os inimigos perigosos para os macacos são apenas as serpentes, que, deslizando, os vão surpreender durante o sono e os matam.

Os frutos e as raízes são o seu principal alimento. Quando os não encontram, os macacos comem insetos e vermes. São muito gulosos; regalam-se com o suco doce

de algumas plantas; os que vivem à beira-mar fazem banquetes de caranguejos e ostras.

Alguns macacos constroem nas árvores uma espécie de cabanas, feitas de ramos e folhas, presas aos troncos por meio de cipós. A cobertura é feita de modo que veda perfeitamente a água, e todo o ninho está tão bem construído que, à primeira vista, parece uma cabana executada por caçadores.

Torres Jaques

Do livro da 4ª classe, edição 1955

#### 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 regulares: Armando Couto Pereira, ACARF, Fundação Lar de Santo António, Junta de Freguesia de Forjães, Pe. Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques, Fátima Alves, Olímpia Pinheiro, Fernando Neiva, EBI Forjães, Marina Aguiar, Ricardo Moreira, Pe. José Ferreira Ledo, Elsa Teixeira, Educadoras da ACARF, Rolando Pinto.

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.

## Notícias da ACARF

### “Estilos de vida saudáveis começam numa alimentação equilibrada”

Como já vem sendo hábito, no dia 16 de outubro comemoramos o dia mundial da alimentação.

As várias respostas sociais assinalaram a data com a confeção de diferentes consistências e paladares. Os idosos ajudaram a confeccionar um cozido à Portuguesa, enquanto que a creche e os ATL's ficaram pela sobremesa e lanche, elaborando uns deliciosos muffins de chocolate, gomas de gelatina e brigadeiros.

Foi um dia recheado de coisas boas e as crianças da creche levaram ainda um pote de compota de ameixa que os próprios ajudaram a confeccionar.



### Caminhada / Dia do Idoso

No dia 1 de Outubro, alguns dos nossos utentes participaram numa caminhada em Esposende integrada no programa “Dar Vida aos Anos”.

A receção dos participantes foi na Praça do Município, local escolhido para o início da caminhada, com a finalidade de chegar ao farol. Cada um deu o seu melhor, mas, mesmo assim, não foi possível a todos concretizar este objetivo, já que o percurso era longo e nem todos possuem as mesmas capacidades físicas. Apesar disso, valeu pelo esforço!

À medida que os participantes iam chegando, recebiam uma garrafa de água e uma maçã, para retemperar as energias gastas.

No final houve ainda vontade e folgo para participar numa aula de zumba.

Esta iniciativa pretendeu comemorar o *Dia Internacional das Pessoas Idosas*, tendo como objetivo alertar para a vida dos mais velhos através da saúde e integração Social.

### “Retratos de Poesia”

No dia 20 de Outubro, os nossos utentes participaram na atividade “Retratos de Poesia”, em Fonte Boa.

Eram muitos os poetas a declamar poesia, versando os mais variados: o amor, o mar, a natureza e a velhice.

Da nossa instituição, foram apresentados dois poemas, que foram declamados pelas autoras dos mesmos, Celina Teixeira, com um poema sobre o mar, e Olívia Torres, com o poema “Traços da velhice”.

No final foi servido o lanche, que foi oferecido pela casa acolhedora desta iniciativa, e que terminou ao som das concertinas, que deram animação à festa com cantorias, dança e muita alegria.

## ACARF - Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães

### Creche

4 meses aos 3 anos

#### Transportes:

Casa – Instituição (vice-versa)

#### Horários:

07H15 – 19H00

- Técnicos especializados;
- Atividades diversificadas e ajustadas de acordo com os referenciais da qualidade do Instituto da Segurança Social;
- Alimentação adequada;

Mensalidades de acordo com IRS

### Centro Atividades Tempos Livres (CATL)

1º, 2º e 3º ciclos

#### Transportes:

Casa – Instituição – Centro Escolar (vice-versa)

#### Horários:

07H15 – 19H00

- Técnicos especializados;
- Acompanhamento nos trabalhos de casa;
- Atividades diversificadas e adequadas;
- Lanche (Centro Escolar), reforço (ACARF);
- Planos de férias.

Mensalidades de acordo com IRS

### Centro Dia / Convívio (CD / CC)

+ 65 anos

#### Transportes:

Casa – Instituição (vice-versa)

#### Horários:

Centro Dia: 09H00 – 18H00

Centro Convívio: 14H00 – 18H00

- Técnicos especializados;
- Atividades diversificadas e adequadas;
- Ambiente calmo e acolhedor;
- Boas condições;
- Refeições.

Excelentes mensalidades

## A experiência do passado, a força do presente e a convicção no futuro

### Componente Apoio à Família (CAF)

3 aos 6 anos

#### Transportes:

Casa – Instituição – Centro Escolar (vice-versa)

#### Horários:

07H15 – 19H00

- Técnicos especializados;
- Atividades diversificadas e adequadas;
- Lanche;
- Planos de férias.

Mensalidades de acordo com IRS

### Centro Estudos (CE)

1º, 2º e 3º ciclos

#### Transportes:

Escola - Instituição

- Estudo acompanhado;
- Explicações;
- Preparação para exames;
- Terapia da fala;
- Psicologia.

- Técnicos especializados;
- Horários compatíveis;
- Bons resultados.

As melhores mensalidades

### Atividades Extra (AE)

Conforme as atividades

- Karaté
- Zumba e Zumba Kids
- Ballet
- Patinagem Artística
- Música
- Voleibol
- Atletismo
- Yoga
- Orientação
- Ciclismo

\* Mínimo 10 crianças/atletas por atividade  
As melhores mensalidades

“Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou construção.” Paulo Freire

# Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães outubro 2015

## Festa das Colheitas enche EB de Forjães de animação e cor



No dia 23 de outubro realizou-se na Escola Básica de Forjães a primeira edição da “Festa das Colheitas”, dedicada a toda a comunidade, enchendo de alegria o recinto da Escola Básica de Forjães. Os alunos e os encarregados de educação esmeraram-se na preparação das suas “banquinhas”, repletas de produtos da terra.

Deu-se início à festa com a atuação dos Zés P'reiras de Antas e logo a seguir a Diretora subiu ao palco para proferir as palavras que transcrevemos:

“Gostaria de agradecer, em primeiro lugar, a todos os que quiseram honrar-nos com a sua presença nesta 1ª edição da Festa das Colheitas, em especial a todos aqueles que organizaram e participaram na sua realização”.

Um dos grandes motes desta atividade é desafiar, os alunos a olhar o presente com criatividade e empen-

dedorismo.

A criatividade é a essência base do empreendedorismo e O Empreendedorismo deve ser encarado como uma aposta de longo prazo, que deverá ser iniciada no ensino básico e percorrer os vários níveis de ensino, permitindo às crianças e jovens serem levadas, desde muito cedo, a experimentar e a ser desafiadas a desenvolver características empreendedoras.

Hoje, de uma forma divertida e em comunidade, estamos a suscitar a criatividade e o empreendedorismo. Ao mesmo tempo criamos laços de afectividade e solidariedade. Continuamos a ser uma escola de sorrisos e acrescentamos, este ano um novo tema de trabalho: Seremos uma escola de emoções e vida saudável!

A “Festa das Colheitas”, realizada este ano na EB de Forjães, foi uma experiência única, nunca antes vivida pelos alunos.

Desde que foi anunciada a festa, todos ficaram entusiasmados com este evento e começaram a imaginar a forma de participar, preparando atuações, e, quando chegou o dia tão esperado, à tarde, muitos dos alunos ficaram na escola a preparar as suas banquinhas e o espetáculo.

Chegada a hora da festa, os alunos só pensavam em conseguir que os “compradores” fossem às suas barraquinhas, distribuindo panfletos e sorrisos enquanto chamavam as pessoas para apreciarem os seus produtos.

Mas a festa não consistia apenas na venda de produtos da época, e os alunos também quiseram oferecer aos presentes belos momentos de música e dança.

Mais para o final da festa, houve a entrega de prémios de mérito e excelência, que muitos dos alunos receberam, como reconhecimento pelo seu excelente trabalho no ano anterior.

Participaram neste evento o arquitecto Benjamim Pereira, presidente da Câmara, e a Dr.ª Paula Cepa, diretora do agrupamento.

Todos os alunos ficaram contentes com os resultados das vendas de cada banquinha, pois conseguiram algum dinheiro para uma visita de estudo, para além de se terem divertido imenso.

A festa foi, na nossa opinião, um verdadeiro sucesso, tendo contribuído para isso as muitas pessoas que estiveram presentes.

Carolina Reis, 6.ªA  
Beatriz Ribeiro, 6.ªA



# BIBLIOTECA ESCOLAR

Encontro com a escritora e nutricionista

## Manuela Leitão



No dia 16 de outubro, Dia Mundial da Alimentação, decorreu, na biblioteca da EB de Forjães para os 5º anos, e no Polivalente do Centro Escolar de Forjães, para os 4º anos, um encontro com a escritora Manuela Leitão, a propósito do seu recente livro "Poemas da Horta e outras verduras".

A escritora falou das vantagens nutricionais e da beleza dos legumes, personificando-os: a beterraba, por exemplo, queria ser bailarina...

Mas será que se pode fazer ou ler poemas sobre um nabo ou uma abóbora-menina?... Claro que sim. Neste livro brinca-se com palavras, com poemas, com histórias. Por acaso – ou não será assim tão por acaso? –, as personagens são da horta, mas poderiam ser outras, com alegrias e tristezas, com qualidades e defeitos, com desejos e sonhos.

São, sobretudo, pequenas histórias que acontecem todos os dias. Para as descobrires, só tens de estar atento... e ter alma de poeta!

Manuela Leitão é também nutricionista e tem um livro anterior, intitulado "Viagem ao Mundo da Alimentação".



## Outubro – Mês das Bibliotecas Escolares

Outubro, mês das bibliotecas escolares foi dedicado, como acontece todos os anos, à formação de utilizadores.

Para os 5º anos, na aula de Formação Cívica, em articulação com os directores de turma, foi feita a receção aos alunos, a quem foi apresentado o espaço e a quem foram explicadas todas as regras de funcionamento da biblioteca e da requisição domiciliária.

Para os 6º anos, também em articulação com Formação Cívica, foram revistas as regras de utilização dos computadores e foram produzidos materiais, com imagens para o Mês da Alimentação.



# Mês da Alimentação

De acordo com a temática a desenvolver neste ano letivo "Escola de emoções... e vida saudável" a biblioteca, o projeto Eco-Escolas e o PES (Projeto Educação para a Saúde), como já dissemos no jornal anterior, estão a desenvolver diversas atividades, algumas das quais já decorreram na Semana da Alimentação, de 12 a 16 de outubro, como o concurso:

## A minha cantina é Ecológica

Durante a semana de 12 a 16 de outubro decorreu na Escola Básica de Forjães o concurso "A minha Cantina é ecológica, destinado a todos os alunos do 2º e 3º ciclos que, para participar, tinham de:

- compor o tabuleiro com sopa, prato principal, salada e sobremesa, um pouco de tudo;
- pedir só a quantidade que pretendiam ingerir;
- comer tudo o que levavam no Parabéns 8ªA!

tabuleiro, entregando-o limpo.

A participação no concurso foi por turma e ficou em primeiro lugar o **8ªA**, com 77% dos alunos a cumprir todas estas regras. Em segundo lugar ficou o **6ªB**, com 74% Encontro com a escritora, e em terceiro o **5ªB** com 43%...

Algumas turmas, apesar do esforço, ficaram desclassificadas, pois bastou que um aluno da turma tivesse feito batota, pedindo a um colega que comesse a saladas dele, por exemplo.



Boletim Nascente Escolar  
outubro 2015



Diretora: Professora Paula Cepa  
Redação: Escola Básica de Forjães  
Colaboração: Profª Rosa Felgueiras; Profª Goreti Figueiredo "Biblioteca Escolar"; Profª Paula Cepa.; Carolina Reis e Beatriz Ribeiro da turma 6ªA.  
Revisão: Prof. António Barros.  
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.



Propriedade: Agrupamento de Escolas  
António Rodrigues Sampaio  
Sede: EB de Forjães, Rua da Pedreira, 207  
4740- 446 Forjães  
Tel: 253 879 200  
Fax: 253 872 526  
E-Mail: boletimnascenteescolar@gmail.com

## Nós por cá: locais

### Esposende associou-se ao evento “Outubro Rosa” para alertar para o Cancro da Mama

Integrado no Plano Municipal de Promoção da Saúde, o Município de Esposende associou-se, mais uma vez, ao evento “Outubro Rosa”, levando a efeito a Semana de Prevenção do Cancro da Mama.

Com o intuito de sensibilizar a população para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, a Câmara Municipal, numa ação concertada com a Associação Comercial e Industrial do Concelho de Esposende (ACICE), desafiou os comerciantes da cidade a decorarem de cor de rosa as suas lojas nesta semana.

No mesmo pressuposto, nas escolas do concelho, e em colaboração com a Liga Portuguesa de Luta Contra o Cancro – Núcleo Regional

do Norte, o Município realizou, ao longo da semana, sessões de esclarecimento sobre o cancro na mulher, nomeadamente sobre a incidência do cancro do colo do útero, abordando, entre outras questões, a vacina contra o Vírus do Papiloma Humano (HPV), que integra o Programa Nacional de Vacinação desde 2008.

A encerrar esta Semana de Prevenção do Cancro da Mama, no domingo, dia 25 de outubro, pelas 10h00, no parque em frente às Piscinas Foz do Cávado, realizou-se uma mega aula de zumba, aberta a toda a comunidade. A iniciativa, que contou com a colaboração dos ginásios do concelho, pretendeu sensibilizar e alertar a população

para a importância do rastreio, na medida em que este tipo de cancro é uma das doenças com maior impacto na sociedade, não só por ser muito frequente, mas também porque agride um órgão cheio de simbolismo, na maternidade e na feminilidade.

O movimento conhecido como “Outubro Rosa” nasceu nos Estados Unidos, na década de 1990, para estimular a participação da população no controlo do cancro da mama. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de promover a consciencialização e a partilha de informações sobre esta doença.

Fonte: CME

### Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica do Baixo Neiva (Eb de Forjães)

#### INFORMAÇÃO

José Manuel Gemelgo Reis, presidente da Mesa da Assembleia Geral de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica do Baixo Neiva (agora designada EB de Forjães), informa que, dando cumprimento ao artigo 10.º dos Estatutos, está aberto o processo para a eleição dos órgãos sociais da Associação, devendo os interessados formalizar as suas listas.

Mais informa que as listas deverão ser entregues até ao dia 18 de novembro na secretaria da EB de Forjães, para que possam ser verificados os requisitos estatutários (artigo 27.º).

Nota: Os estatutos estão disponíveis para consulta na secretaria da EB de Forjães

Forjães, 26 de outubro de 2015

O presidente da mesa da Assembleia Geral  
José Manuel Gemelgo Reis

## Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Clube



Fernando Neiva

### Forjães SC em pleno funcionamento

Já só falta o arranque do futebol feminino para termos o Forjães Sport Club em pleno funcionamento. Neste momento temos já em competições federadas os Seniores, Juniores, Juvenis, Iniciados, Infantis, Benjamins A e Benjamins B; portanto, com o feminino sub-18, serão sete equipas federadas. No campeonato concelhio, para além de Petizes e Infantis, temos também Traquinas A e B e Benjamins A e B. Se a isto tudo juntarmos os veteranos, que participam no Torneio do Altominho, vamos ter fins d-semana com 14 equipas em competição, motivo que muito deve orgulhar todos os forjanenses. Esta é a resposta que o Forjães SC tem dado às necessidades da nossa

comunidade e freguesias envolventes, com atletas dos 4 aos mais de 60 anos. O Forjães volta a ultrapassar a barreira dos 200 atletas, mais uma prova de que vale a pena ser persistente e abrir as portas a todos os jovens (rapazes e raparigas) que gostem de jogar futebol, isto independentemente do jeito, da qualidade, da altura, da cor ou da religião, porque o Forjães SC é para todos aqueles e aquelas que o queiram integrar. Para que tudo isto seja possível, é preciso um grupo alargado de gente a colaborar, é precisa a dedicação semanal de diretores e colaboradores, e nalguns essa dedicação é de sete dias por semana, algumas horas

de forma anónima e sem qualquer interesse pessoal de tipo algum, desenvolvendo as mais diversas funções, para que uma estrutura já hoje “muito pesada” para amadorismo e carolice, funcione. Ainda assim, falamos de gente que precisa de muito estofo e coragem, pois ser diretor ou diretora do Forjães SC exige grande responsabilidade e muito espírito de sacrifício. Desengane-se quem pense que isto é apenas um passatempo, porque é muito mais do que um entretenimento; é certo que tem momentos muito bons, mas não é menos certo que muitas vezes nos obri-



ga a fazer das tripas coração, sobretudo para resolver montes de problemas e situações complicadas diariamente, para não falar nas dores de cabeça que a gestão financeira dá. Mas vai-se correndo por gosto e quem corre por gosto nunca cansa (uma meia verdade, eu acho que cansa!). Por outro lado, este é um trabalho que cada um faz, ou pode vir a fazer, por vontade própria, com o gosto e a dedicação possíveis, pois não mata ninguém, só faz bem, sendo estes alguns dos princípios que o associativismo exige a quem o integra. Pelo meio de tudo, é de relevar que também sentimos o apoio, a colaboração, a exigência e o incentivo de uma larga maioria dos forjanenses, que “secretamente” nos dão muito alento e, na medida do possível, ajudam e colaboram. Estas, sim, são pessoas importantes e de certo modo decisivas, para mantermos bem vivo o nosso FSC. Críticas, injustiças, maldades, atrocidades, etc. também as há, mas isso nem merece as duas linhas aqui perdidas, se tanto, a falar do assunto.

Em termos desportivos, os seniores vão fazendo um bom campeonato, dentro das

expectativas e objetivos traçados, o que muito nos satisfaz a todos, penso eu. O campeonato do Pró nacional confirma-se como uma prova muito exigente, com adversários muito competitivos, onde para nós o fator casa tem sido uma mais-valia na conquista de pontos, em parte porque nos jogos realizados fora também nos coube em sorte as equipas que seguem no topo da classificação, mas ainda assim ultrapassamos de forma brilhante o rival Marinhas, em sua casa. Aníbal Ferreira e seu pares, estão de parabéns pela forma muito digna como têm representado o Forjães SC.

Na formação, conforme referido, já estão praticamente todas as equipas em competição e, independentemente dos resultados, aquilo que pedimos a todos é que sintam orgulho na camisola que vestem, a melhor do mundo e arredores, e deem sempre o máximo em representação do nosso FSC.

#### CLASSIFICAÇÃO

	P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1 Merelinense	22	10	7	1	2	17	6	+11
2 Brito SC	22	10	7	1	2	18	11	+7
3 ▲ CCD Santa Eulália	21	10	6	3	1	14	7	+7
4 Santa Maria	19	10	5	4	1	15	9	+6
5 ▼ AD Ninense	18	10	5	3	2	13	9	+4
6 Maria da Fonte	17	8	5	2	1	15	6	+9
7 ▲ Forjães	16	10	5	1	4	11	14	-3
8 ▼ Vieira	16	10	3	7	0	10	5	+5
9 Terras de Bouro	16	10	5	1	4	12	11	+1
10 Caç. Taipas	14	9	4	2	3	14	13	+1
11 Marinhas	12	10	3	3	4	9	13	-4
12 Serzedelo	10	10	2	4	4	7	11	-4
13 FC Amares	8	9	2	2	5	11	12	-1
14 Desp. Ronfe	8	10	1	5	4	8	14	-6
15 GD Joane	7	10	1	4	5	8	12	-4
16 GD Travassós	7	10	2	1	7	10	19	-9
17 OFC Antime	6	10	2	0	8	6	16	-10
18 GD Prado	2	10	0	2	8	7	17	-10



## Resumo das Jornadas

### 7ª Jornada

3-10-2105

Maria da Fonte 5-0 Forjães SC  
Campo dos Moinhos Novos, Póvoa de Lanhoso

“Tarde negra!”

Um jogo para esquecer, onde o Maria da Fonte marcou cedo, praticamente na primeira vez que chegou junto da nossa baliza. Reagimos bem ao golo madrugador e, com toda a naturalidade, poderíamos ter empatado a partida, mas faltou-nos eficácia. O Maria da Fonte voltou à carga, primeiro ameaçou e depois concretizou, fazendo o 2-0, à passagem da meia hora. O Forjães lutou e tentou reduzir a desvantagem antes do descanso, mas não conseguiu marcar. Na segunda parte, entramos cheios de vontade, mas mal a partida foi reatada, num deslize defensivo muito infantil, oferecemos o 3-0 ao homem da tarde, Gil, que fez um "poker".

A partir daqui fomos caindo com o passar do tempo, fomos perdendo organização, a confiança foi-se evaporando, e, claro, o nosso adversário não tirou o pé do acelerador e acabou por conseguir mais dois tentos, numa altura em que já não podíamos fazer muito mais do que esperar que o apito final soasse, numa tarde negra para a nossa equipa. Ainda assim, falhamos incrivelmente o golo de honra, sendo certo que também já não traria nada de novo ao jogo.

Acabou por ser uma derrota pesada, mas há dias assim; contudo, apenas perdemos três pontos ante um dos principais candidatos ao título.

**FSC:** André; Magalhães, Carlos Gonzalez, Óscar e Pedro Ribeiro; Tójó (Postiga aos 45), Rui Rodrigues, Luís Barbosa (Higuita aos 65), Henrique, João André R. e Reko (C.) (Tiago Lopes 70).

Não jogaram: Salgueiro e Tony.

Treinador: Aníbal Ferreira

Golos: 1-0 Gil aos 4 m, 2-0 Gil aos 30 m, 3-0 Gil aos 47 m, 4-0 Gil aos 75 m, 5-0 Bruno aos 80 m.

### 8ª Jornada

11-10-2105

Forjães SC 1-0 Prado  
Estádio Horácio Queirós, Forjães

“Prioridade aos 3 pontos”

O Forjães entrou forte e marcou cedo, numa grande execução de Luís Salgueiro, um grande golo de livre direto. Perto do quarto de hora, João André ficou muito perto do 2-0, gritou-se golo na bancada, num cabeceamento ao 2º poste. Depois, fomos assistindo a um jogo muito musculado, com muita disputa a meio campo, com muitas faltas e onde as defesas se sobrepueram aos ataques, onde não aconteceram muitos lances de perigo, ainda que nesta primeira parte o sinal mais fosse claramente para a nossa equipa, sobretudo pelo volume de bolas que fizemos chegar perto da baliza adversária.

Na segunda metade, o Prado entrou forte, tentou vir para cima de nós, numa reação que durou 5 minutos. De imediato, reagimos e sacudimos essa tentativa de pressão por parte da equipa pradense reequilibrando o jogo. Depois, com o andar do jogo e o tempo a passar, as cautelas foram crescendo, normal quando se ganha por 1-0 e se vem de um jogo pesadelo na jornada anterior. Com o jogo repartido, os nossos homens foram controlando e não permitiram nunca que o Prado entrasse no nosso último reduto. Apenas de bola parada deram algum trabalho ao regressado Salgueiro, que se mostrou seguro e muito ativo como voz de comando. Em resumo, faltou-nos nesta 2ª parte o desejado golo da tranquilidade, em parte por mérito do nosso adversário, que se bateu bem e não permitiu muitas situações de perigo junto da sua baliza.

**FSC:** Salgueiro; Magalhães, Carlos Gonzalez, Tójó e Tony (c.); Luís Salgueiro, Rui Rodrigues e Postiga (Reko 62); Luís Barbosa (Óscar aos 76), Higuita (Henrique aos 70) e João André R. .

Não jogaram: André, Pedro Ribeiro e Tiago Lopes.

Treinador: Aníbal Ferreira

Golos: 1-0 Luís Salgueiro aos 4 m.

### 9ª Jornada

18-10-2105

Marinhas 0-1 Forjães SC  
Estádio Padre Avelino P. Filipe, Marinhãs

“Forjães SC, mais forte!”

Entramos determinados e rapidamente, sem que a bola tivesse chegado perto da baliza à guarda de Salgueiro, nos colocamos em vantagem, num desvio perfeito de Rui Rodrigues, ao primeiro poste, na sequência de um canto superiormente cobrado na direita do nosso ataque por Luís Barbosa. A perder, o Marinhãs, atordoado, procurou reagir, mas os nossos homens foram mostrando que estavam ali para comandar as operações e não deram hipóteses. A cada ímpeto do adversário, reagimos com sobriedade na defesa e irreverência no ataque, mostrando que estávamos dispostos a não abrir mão dos três pontos em disputa. Com as operações controladas, o Marinhãs não conseguia penetrar no nosso último reduto, tivemos azar e sofremos o empate. Magalhães, ao tentar cortar um remate cruzado, foi infeliz e traiu Salgueiro, fazendo autogolo. Contudo, não nos deixamos abater pela desgraça e fomos de imediato à procura do segundo, e mesmo em cima do apito final da 1ª parte, dois minutos após o golo do empate, Higuita aproveitou e faturou, colocando-nos novamente em vantagem. Assim, justamente, fomos para o intervalo em vantagem.

Na segunda parte entramos bem e soubemos aproveitar a oportunidade para fazer o 3-1, com Tójó a marcar num cabeceamento exímio, na sequência de um canto. A perder, o Marinhãs tentou reagir, mas pela frente encontrou um Forjães sóbrio, solidá-

rio, unido, astuto e com superior organização de jogo a todos os níveis, que não lhes permitiu sequer alimentar o sonho de conseguirem qualquer coisa deste jogo. Desta forma, tivemos sempre o controle das operações, e não é sobrançeria afirmar que talvez pudéssemos ter aproveitado melhor um ou outro lance para ampliar, sendo de destacar uma excelente jogada pela direita, com João André a ver o guarda-redes do Marinhãs a negar-lhe o golo com uma grande defesa.

Vitória muito saborosa, num dérbi concelhio em que fomos mais fortes, e que nos



permite, apenas e só, ficarmos muito satisfeitos por arrecadarmos mais três pontos, rumo ao objectivo.

**FSC:** Salgueiro; Magalhães, Carlos Gonzalez, Tójó e Tony (c.) (Pedro Ribeiro aos 76); Luís Salgueiro, Rui Rodrigues e Postiga (Reko 70); Luís Barbosa, Higuita (Henrique aos 65) e João André R. .

Não jogaram: André, Óscar e Tiago Lopes.

Treinador: Aníbal Ferreira

Golos: 0-1 Rui Rodrigues aos 3 m; 1-1 autogolo de Magalhães aos 44 m; 1-2 Higuita aos 45 m; 1-3 Tójó aos 52 m.

### 10ª Jornada

25-10-2105

Forjães SC 1-0 Joane  
Estádio Horácio Queirós, Forjães

continua na pág. seguinte

## Talhos Srª 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

## 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**

# Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Clube



Fernando Neiva

continuação da pág. anterior

“Acreditar e lutar até ao fim!”

Vitória muito importante para a nossa equipa, que só com muito trabalho e persistência foi conquistada, e que valeu apenas e só mais três pontos, rumo ao objetivo.

Entramos fortes e determinados, e do primeiro ao último minuto trabalhamos com determinação na procura do golo, ora tentando pela esquerda, ora pela direita, ora pelo centro. Mas pela frente encontramos uma boa equipa, bem organizada num bloco defensivo muito forte, que foi tapando os caminhos da sua baliza e que conseguiu retardar o golo até perto do fim do jogo. Tanto na primeira como na segunda parte, assumimos as despesas do jogo, jogamos grande parte do tempo no meio campo adversário, criando um grande volume de ataques e algumas situações de perigo. Por sua vez, o Joane procurava explorar uma ou outra possibilidade em saídas rápidas para o ataque,

que aqui ou ali os nossos homens foram travando com maior ou menor dificuldade. Em resumo, pode dizer-se que este acabou por ser um jogo de "água mole em pedra dura tanto bate até que fura", onde já perto do final chegamos ao golo por intermédio de um ligeiro "pentear na bola" de Henrique, após uma cobrança de um livre lateral, numa execução perfeita de Luís Salgueiro, que divide o golo com Henrique e com todos os seus colegas, até porque esta foi uma vitória de um coletivo cada vez mais forte.

Com esta vitória, a terceira consecutiva, ascendemos à sétima posição, com 16 pontos, menos seis que os líderes Merelinense e Brito.

**FSC:** Salgueiro; Magalhães, Carlos Gonzalez, Tójo e Tony (c.)(Pedro Ribeiro aos 57); Luís Salgueiro, Rui Rodrigues e Postiga; Luís Barbosa (Reko 70), Higuaita (Henrique aos 57) e João André R. . Não jogaram: André, Óscar, Tiago Lopes e Paulinho. Treinador: Aníbal Ferreira Golos: 1-0 Henrique aos 88 m.

## Futebol Jovem

### Campeonatos federados AF Braga

#### Juniore

Roriz 2-1 FORJÃES SC, (TAÇA - apurado Forjães com 5-2)  
FORJÃES SC 1-2 Esposende  
Creixomil 0-1 FORJÃES SC  
FORJÃES SC 4-0 Lanhas

#### Juvenis

FORJÃES SC 4-1 Roriz.  
(TAÇA - Apurado Forjães com 7-1)  
FORJÃES SC 4-4 MARCA  
Santa Maria 1-2 FORJÃES SC.

### Campeonato Concelhio

#### Traquinas

FORJÃES 2007 e FORJÃES 2008, folgaram ambas.

#### Benjamins

FORJÃES (2006) 1-6 Gandra;  
FORJÃES SC (2005) 9-0 Belinho.

#### Infantis:

Gandra 2-0 FORJÃES SC

FORJÃES SC 4-0 Gandra

#### Iniciados

FORJÃES SC 0-6 Fão  
Marinhas 8-0 FORJÃES.SC  
FORJÃES SC 14-0 Oleiros

#### Infantis

FORJÃES SC 2-7 Fintas

#### Benjamins

Andorinhas A 3-3 FORJÃES SC A  
Andorinhas B 2-3 FORJÃES SC B.

## Veteranos

### Torneio do Alto-Minho

Alvarães 3-2 Forjães SC  
Forjães SC 1-3 Darquense  
Caminha 1-2 Forjães SC  
S. Salvador Campo 6-1 FORJÃES (Taça)

## Peditório de São Miguel

No próximo sábado, 31 de outubro, o Forjães Sport Club vai levar a cabo o tradicional peditório do São Miguel, ao longo do dia. A rematação acontecerá a partir das 21 horas no café Cerquido, nos moldes habituais. Solicita-se a colaboração de todos os forjanenses, sócios, simpatizantes e amigos.

## Convívio de amigos do FSC

Com o intuito de ajudar na angariação de fundos, um grupo de amigos do Forjães Sport Club decidiu promover uma festa convívio no próximo dia 7 de novembro, sábado, a partir do final da tarde. O convívio vai decorrer na Sr.ª do Castro, um aprazível e bonito local, com todas as condições (cozinha, louça, assadores, mesas, estacionamento, espaço coberto, etc). Haverá "comes e bebes" e alguma animação, por isso inscreve-te e participa, AJUDA O FSC!

## Edital (Sócios)

Estimados sócios.

Desde há vários meses a esta parte que temos tentado avançar com uma atualização da lista de associados do Forjães Sport Club. Contudo, desde 2004 que não se mexia neste assunto, o que faz com que haja muitas situações pendentes ou ainda em vias de resolução, daí a morosidade. O novo cartão já está criado e pronto a ser impresso, mas ainda não reunimos as condições para avançar. Relembre-se que este é processo que exige a cooperação de todos, até porque nós, direção, desdobramos em várias funções e sozinhos não conseguimos resolver todas

estas situações.

Assim, a direção do Forjães Sport Club, deliberou o seguinte, tendo em vista a finalização deste processo:

- Até 30 de novembro, do presente ano, os sócios em falta terão de regularizar a sua situação junto da direção. Caso não o façam, e se não tiverem as quotizações pagas até pelo menos agosto de 2015, serão excluídos.

- Os sócios com mais de uma época em atraso, poderão acordar com a direção um plano de pagamento, sob compromisso de honra.

- Até meados de novembro será afixada, na secretaria da

sede social do clube (Estádio) e em eventuais locais públicos, uma lista provisória, por ordem alfabética, dos associados que apresentem nessa data a sua situação regularizada. Relembre-se que a secretaria do clube funciona todos os dias, tendo atendimento ao público ao final da tarde (19:00 – 20:00), ou noutros horários e ao fim de semana, com marcação prévia.

- Apela-se à colaboração e compreensão de todos, pois poderão acontecer eventuais falhas, das quais antecipadamente pedimos desculpa, na verificação da situação individual de cada um.

- Não possuindo o clube um

ficheiro de dados completo, faltam acima de tudo moradas e contactos. Fica a direção do Forjães Sport Club dispensada de notificar os sócios em falta, por via postal (conforme indicam os estatutos). Sendo, Contudo, respeitados os trinta dias (contam a partir da publicação deste edital 26-10-2015).

- Outras situações aqui não previstas ou descritas serão analisadas e decididas pela direção, de acordo com os poderes estatutários.

Forjães, 26 de Outubro de 2015.

A direção.

## Forjães SC, no programa "A nossa terra"

No passado dia onze de outubro, o Forjães Sport Club foi destaque no programa A NOSSA TERRA, na rádio Altominho. Os interessados poderão ouvir a gravação do programa, na nossa página do Facebook. Foram convidados da diretora do programa a Cristina Torres, o Dr. Álvaro Filénio, Aníbal Ferreira, Patrícia Gomes e Fernando Neiva. O programa revelou-se curto para falar de tudo aquilo que envolve o passado, o presente e o futuro do Forjães Sport Club, contudo, serviu certamente para levar junto de todos os ouvintes o bom nome do Forjães SC e da nossa terra, de que todos muito nos orgulhamos.

**Fisioterapia ao Domicílio**  
**Massagem Terapêutica**  
**Massagem Relaxamento**  
**Epilação Cêra**  
**Depilação a Laser**  
**Manicure | Pedicure**  
**Tratamentos Emagrecimento**  
**Unhas Gel | Verniz Gel**  
**Mesoterapia Homeopática**  
**Nutrição**

**964 270 328**

dianapereira  
 espaço de bem-estar

**EUROMASTER IDEAL PNEUS**

**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**

## Opinião



Rolando Pinto

O que é uma fraude? Pode ser, de forma ampla, qualquer coisa/ação desonesta que alguém pratica para obter benefício, prejudicando outro, obviamente.

Quem comete fraude pode-

## Fraude

rá ser condenado judicialmente, mas provar a fraude e assumir a fraude são coisas difíceis de alcançar.

Sendo este tema demasiado abrangente focar-me-ei numa "fraude" que tem sido falada ultimamente, o da VW – Volkswagen.

Para começar, é de estranhar que a "fraude" tenha sido descoberta num país (Estados Unidos da América) que não assinou/ratificou o Protocolo de Quioto e que produz viaturas de cilindrada

e cavalagem que são impensáveis, entre outros atropelos ambientais.

Depois, como pode um "software" enganar as máquinas e os homens?

É demasiado evidente que, por exemplo, nos centros de inspeção é colocado (às vezes) um "sensor" no tubo de escape (parece que a pequena Agência que descobriu este problema o fez desta forma) para medir a emissão de gases, mas aquilo que

todos vemos na estrada é que o fumo que sai dos escapes aquando das acelerações é, assustadoramente, real.

Mas o que me impressiona é que isto é considerado fraude, mas o consumo de combustível (totalmente diferente a realidade e o anunciado pelas marcas!), as avarias e/ou demais problemas que ocorrem nas viaturas não são.

Ou seja, para umas coisas servem os valores laboratoriais, mas

para outras não. Umas coisas são fraude e outras não. Estranho?!

Quem se pretende enganar com isto? Que objetivos há por trás disto?

Concluindo, será isto (mais) uma novela para entreter as pessoas enquanto os verdadeiros problemas seguem silenciosamente a sua marcha?



Pe. Luís Baeta

talvez ainda seja novo para o dizer. Talvez pareça pessimista por pensar assim. Mas frequentemente me ocorre a certeza de que o tempo passa realmente depressa. O início do novo ano, a Páscoa, as férias de Verão, o Natal, o trabalho e o descanso, o acordar e o deitar, o nascer, o crescer e o morrer sucedem-se a ritmos alucinantes. Saio de uma terra e volto alguns anos depois e logo me espanto com a juventude dos que eram crianças e os cabelos brancos dos que «ainda há pouco» não os tinham. Mas o que mais me desconsola é que a morte parece já bater à porta das vidas de alguns. Outros partem novos! E assalta-me a tristeza de não poder ter estado mais tempo com aquele ou com aquela. Sempre preferi viver intensamente com o outro mesmo que depois sofra mais com a

## O que realmente importa

despedida. É realmente quando alguém parte que desejamos ter estado mais com ele, ter brincado mais, ter conversado e partilhado experiências. Também é a aproximação da morte que nos faz pensar mais na vida.

As lágrimas de novembro – mês que começa com as cerimónias de Fiéis Defuntos nos cemitérios – podem significar muitas coisas, desde a saudade e o amor ao arrependimento, porque o tempo acabou e nada mais pôde ser feito. Nas visitas que ocasionalmente faço aos doentes nas suas casas absorvo muita sabedoria. Talvez porque eles sabem que a maior parte das suas vidas já ficou para trás e lamentam que as pessoas tenham deixado de viver para o essencial. Recentemente visitei um casal de idosos: ela aparentemente mais doente e limitada tem, no entanto, consciência de que ele – que tudo lhe prepara com amor desde a cozinha ao quintal – pode partir a qualquer momento porque os médicos já lhe deram conta da irreversível fragilidade do seu coração. Do que tem mais sauda-

des, diz ela, é de ir à missa. Estivesse frio ou calor, dia de sol ou de chuva, ali estava ela. E eis que surge uma grande lamentação: «As pessoas hoje preocupam-se demais com elas próprias e com o corpo que não presta para nada. Deus deu-lhes oito dias para elas e ficou com um só para Ele, mas nem esse lhe dão. Querem tudo para elas. E a vida acaba tão depressa». Disponibilizei-me para ir à igreja buscar o Corpo de Cristo para que pudessem comungar. Quanta alegria não sentiu ele ao sabê-lo, mas simultaneamente uma tristeza: «não me confessei!». Logo me disponibilizei para o escutar mas esta preocupação com a preparação interior para receber Jesus não estava separada da preocupação com o exterior. Meia hora depois volto à casa e qual não foi o meu espanto ao ver que, mesmo com a mesma roupa, ele tinha tomado um banho, cortado a barba e perfumado o rosto. Era, para ele, o «Dia do Senhor», mesmo que a meio da semana! E tomei consciência de quantas vezes vou totalmente despreparado para o encontro

com Deus. É importante fazer de qualquer dia o «Dia do Senhor» como ele fez, mas é muito mau não deixar que nenhum dos dias da semana seja esse «Dia do Senhor» como disse ela.

Foram felizes, como disseram. Como é agradável escutar as suas experiências de vida como os trabalhos em Ofir e as incontáveis passagens pela ponte metálica de Fão e pelas calçadas da Póvoa de Varzim. Como se deliciaram, mais recentemente, com os passeios a Santa Marinha de Forjães, as festas e os convívios paroquiais, as danças ao som da concertina. No entanto, com tudo o que conseguiram fazer, desde o trabalho, a família e a luta pela vida aos momentos de convívio e lazer, não esqueceram nunca o dia de Deus nem Deus todos os dias. Por isso não me espanta quando afirmam não terem medo de morrer.

Saibamos aproveitar a vida, não deixar nada por fazer, não deixar que ninguém parta sem termos vivido intensamente com cada um. Mas também nunca perder a consciência de que a vida não é por acaso e que deve

nela haver sempre espaço para Deus. Não esperemos pela doença ou pela idade avançada para tomarmos consciência do que realmente importa mas perfumemos o nosso coração cada dia para podermos ir ao encontro do Eterno.

Assine  
e  
divulgue

O FORJANENSE

**tecnisol**  
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

**AUTO DETALHE**

A reparação e manutenção da sua

**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

# Culinária ■ Viver ■ Passatempos

## Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

### Feijoada de búzios

2 kg de búzios; 1 morcela às rodellas; 2 cebolas; 2 dentes de alho; 2 tomates; 1,5 dl de azeite; 400 g de couve; 2 cenouras às rodellas lombarda; 1 lata de feijão branco; 2 colheres (de sopa) de sumo de limão; sal, pimenta e coentros q.b.

Lave bem os búzios e reserve-os. Coloque ao lume uma panela com água e sal e assim que levantar fervura, adicione os búzios. Deixe cozer durante 15 minutos. Retire e deixe arrefecer. Com a ajuda de um alfinete, retire os búzios das cascas, lave-os bem e reserve. À parte, pique as cebolas e os alhos e refogue-os no azeite. Adicione as cenouras e a morcela e deixe refogar. Junte o tomate picado, sem pele e sementes e os búzios. Tempere e misture muito bem. Adicione água suficiente e deixe cozinhar em lume brando. Corte a couve em pedaços pequenos e junte-a a este caldo. Assim que a couve estiver cozida, acrescente o feijão e mexa bem. Adicione o sumo de limão e rectifique os temperos. Junte os coentros picados, envolva bem e sirva.

### Fofo de pêra e maçã

2 ovos; 100g de açúcar; 50g de manteiga amolecida; 120g de farinha; 1 c. (de café) de fermento; 1 c. (de café) de aroma a baunilha; 150g de pêra; 100g de maçã; manteiga, farinha, amêndoa picada e açúcar em pó q.b.

Ligue o forno a 180 °C. Unte uma forma refractária com manteiga e polvilhe-a com farinha. Bata as gemas com o açúcar e adicione-lhes a manteiga. Peneire a farinha com o fermento e adicione à massa, alternando com as claras batidas em castelo. Junte o aroma a baunilha, envolvendo delicadamente. Arranje os frutos, corte-os em pedaços e coloque-os dentro da forma. Disponha o preparado inicial por cima, polvilhe com amêndoa picada e leve a meio do forno durante 25 minutos. Polvilhe com açúcar em pó e sirva morno.

O FORJANENSE, de 28 de outubro de 2015, nº 312 PUBLICIDADE

**Cartório Notarial de Esposende**  
**Francisca Maria Sequeira da Silva Ribeiro de Castro - Notária**  
 Rua Nª Sra. da Graça, 12 - 4740-562 Esposende  
 Tel. 253 968 400 Fax: 253 968 401 Tlm: 966022546  
 Email: francisca.castro@notarios.pt

**CARTÓRIO NOTARIAL DA NOTÁRIA FRANCISCA MARIA SEQUEIRA DA SILVA RIBEIRO DE CASTRO, SITO NA RUA NOSSA SENHORA DA GRAÇA, Nº 12, RÉS-DO-CHÃO DA FREGUESIA E CONCELHO DE ESPOSENDE.** Francisca Maria Sequeira Da Silva, Ribeiro de Castro, Notária, **certifica**, para efeitos de publicação que, por escritura de nove de Outubro de dois mil e quinze, exarada de folhas vinte e nove do livro de notas para escrituras diversas número "cento e vinte e dois-A", deste cartório, **JOAQUINA FERREIRA DA SILVA**, viúva, natural da freguesia de Perelhal, concelho de Barcelos, e residente na Rua do Alto Mira, nº 17, da União de Freguesias de Esposende, Marinhãs e Gandra, deste concelho, declarou:-----  
 Que, é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, do prédio rústico, composto por mato, no sítio de Carreiro da Bouça, da União de Freguesias de Esposende, Marinhãs e Gandra, deste concelho, com a área de cento e noventa e sete metros quadrados, a confrontar do norte com caminho, sul com António Ribeiro Areias, de nascente com caminho e de poente com Manuel Silva Neves, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na matriz sob o artigo 5620, o qual proveio do artigo rústico 4754 da extinta freguesia de Marinhãs, com o valor patrimonial e igual atribuído de 2,13 Euros. Que, não possui título formal que lhe permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre esteve na detenção

e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las. Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprio e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento do citado prédio, colhendo os seus frutos e administrando-o.-----  
 E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa fé e em seu próprio nome e durante mais de vinte anos, facultou-lhe a aquisição por **USUCAPIÃO**, do direito de propriedade do referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de o ter adquirido por volta do ano de mil novecentos e oitenta, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a António Ribeiro Areias e mulher Maria Augusta Miranda Ferreira, e Manuel da Silva Neves e mulher Ana Gonçalves Regado, residentes que foram na freguesia de Marinhãs, concelho de Esposende.-----  
 Está conforme e confere com o original na parte transcrita.-----  
 Cartório Notarial da Notária Francisca Maria Sequeira da Silva Ribeiro de Castro, em Esposende, 9 de Outubro de 2015.  
 A Notária,  
 Francisca Maria Sequeira da Silva Ribeiro de Castro

## Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

### Horizontais

1º polir; castigo corporal = 2º fraldão de penas, usado por mulheres indígenas = 3º título do soberano da Pérsia; acostumado; nome da letra "g" = 4º bolo de farinha de arroz e azeite de coco; extremidade de alguns vestidos; "maio" em francês = 5º ramagem; inspiração poética = 6º gatuno = 7º pessoa que dança mal; insecto ortóptero; espécie de grilo = 8º relativo aos ouvidos; atilho; soberano = 9º "eu" em italiano; lengalenga; Olga Dias = 10º pequena câmara = 11º molusco acéfalo =

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

### Verticais

1º deslocar; folhas de loureiro = 2º esplendor = 3º pessoa ruim; santo devotivo; correios e telégrafos = 4º sapo do amazonas; preposição; habitação = 5º medida antiga de sólidos; sentença = 6º mulher desavergonhada = 7º maneira; perturbação da cabeça = 8º criado; estação espacial; "ar" em francês = 9º além; fortificar; nota musical = 10º carburante = 11º arruamento de jardim; género de cogumelos parasitas =

soluções pág. 7

## Saúde em destaque

### Hipoglicemia na diabetes parte II

#### Tratamento

Aos primeiros sintomas de hipoglicemia deve-se tomar açúcar (3 torrões) ou um copo (150ml) de alguma bebida que contenha hidratos de carbono de rápida absorção (sumos de frutas, bebidas de cola, etc...) os sintomas podem ceder em 5-10 minutos.

Se a hipoglicemia é grave e existe diminuição ou perda de consciência, com necessidade de ajuda de terceiros, não se deve tentar a ingestão de açúcar, outros alimentos ou líquidos, sendo necessário injectar uma ampola de glucagón via subcutânea (injectar-se da mesma forma que a insulina) ou intramuscular.

A glucagón coloca em atividade as reservas de glucose do organismo e tem efeito em 5-10 minutos.

A seguir à recuperação devem-se tomar hidratos de carbono.

Se a situação não estabilizar, a pessoa afetada deve receber assistência médica imediata. A hipoglicemia provocada pelos comprimidos é quase sempre mais prolongada.

Em qualquer das situações, pode ser necessário recorrer-se a um serviço de urgência para que sejam administrados soros glicosados (com açúcar).

#### Prevenção

- Ajuste das doses dos medicamentos às suas necessidades reais.

- Horário de alimentação regular na medida do possível.

- Ingestão de quantidades moderadas de hidratos de carbono antes de exercícios imprevisíveis.

#### Importante

É fundamental ter sempre consigo açúcar (15gr.).



Marina Aguiar\*

Na condução e nos desportos de risco a possibilidade de ter hipoglicemia aumenta, de modo que o controlo de glicemia deve ser frequente.

(Folheto educativo OMD)

\*Médica Dentista

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

## Ponto Final

Entrados no Outono, já sentimos os dias mais sombrios. Com a mudança da hora o sol põe-se mais cedo, o chão começa a ficar pejado de folhas... As colheitas estão terminadas e os dias mais frios começam a apelar a maior recolhimento. Regressam os peditérios, ditos de S. Miguel. Vão ser vários fins de semana com peditérios pelas portas... e nem o "Cerqueiral" escapa à colheita!

### Medalha de Prata

A Festa das Colheitas, na Escola Básica de Forjães, bem podia ocupar o primeiro lugar deste pódio, pois a iniciativa parece ter sido um enorme sucesso. Como tal, esta medalha de prata será um exaequo da medalha de ouro, ou seja, temos um empate no lugar mais alto.

Foi bonito ver todo o envolvimento dos alunos e encarregados de educação, dos professores e funcionários, fazendo com que esta mostra fosse uma autêntica venda, digna de grandes mercados! De bolos a gelatina, de panados a chouriças, das castanhas aos rojões... tudo serviu para angariar fundos para as iniciativas da escola, que também reconheceu a excelência e o mérito. Uma nota, ainda, para as coletividades que colaboraram em termos de animação, desde os tocadores de concertina ao Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, sem esquecer o Grupo de Bombos de Antas.

### Medalha de Ouro

Miguel Moura sagrou-se campeão nacional de karting. Um feito merecedor de registo, dado que ganhou quase todas as provas em que participou. Um verdadeiro campeão!

Não o veremos de Kart aqui por Forjães, e não será por causa dos buracos das ruas... Não temos pista para tal, mas um dia deste poderemos admirar a sua perícia aqui bem perto, no Kartódromo de Viana, pelo menos assim esperamos.

Há forjanenses que têm levado as cores de Forjães e do concelho por esse mundo fora, onde também já tínhamos futebolistas a fazerem tal promoção. Há que apoiar estes jovens, que valorizar os seus feitos, incentivando-os e recompensando-os, pois os resultados são fruto de muito trabalho, de muita dedicação... mesmo quando, no final, tudo parece fácil!

### Medalha de Latão

O Salão Paroquial encontra-se de cara lavada, ou melhor, tem cabelo aparado e pôs botox, porque a cara (exterior), vista de fora, está sem grandes alterações.

Em tempo recorde, e com a catequese a iniciar-se, foi recuperado o telhado, um dos velhos problemas deste espaço central, seguindo-se uma recuperação do interior. O corredor central foi remodelado, criando-se 7 salas para catequese ou outros fins. O pavimento é novo e as janelas e portas foram pintadas, dando ao espaço um ar moderno e funcional, mais condizente com o mérito de catequistas e atitude dos catequizandos. O investimento terá rondado os 12.000 euros, mas resolveu-se um problema antigo, perguntando-se, somente, porquê esperar tanto tempo por esta intervenção? Em tom mais humorístico, com faturas neste valor, ainda vamos ver a Fabriqueira a ganhar um Audi!

### Pódio relativo ao mês de outubro de 2015

### Mensão honrosa:

Cerqueiral: há quem queira ser notícia a todo o custo...

O caminho de acesso ao "Cerqueiral", agora legalizado como "residencial", era estreito. O proprietário do espaço, pondo a render outros investimentos, lá comprou uma área na mata a sul e alargou a via.

Estávamos tão habituados a que não houvesse investimentos nas vias públicas que não noticiámos este melhoramento na rede viária! Então, mais recentemente, o empresário, se tal título pode ser usado, faz novo investimento, e lá acaba, a expensas próprias, por alcatroar a estrada que meses antes havia mandado alargar... Acesso mais condigno, mais facilitado... Voltamos a não noticiar, pois já estávamos desabitados de falar de obras em estradas... Com a falta das ditas fomos perdendo o jeito e esquecendo as coisas...

Ora, como o ditado diz que à terceira é de vez, o dito senhor, lá faz novo investimento, e desta feita consegue destaque na imprensa nacional e põe Forjães no mapa outra vez. Quando vi que o SEF havia descoberto mais de uma dúzia de mulheres ilegais, até pensei que já estávamos a recolher refugiados na residencial, mas não... as mulheres eram outras e os homens que lá vão são outros (mas desconfio que não deixam de ser "refugiados")!

© csa

## Eleições legislativas 2015

O ato eleitoral decorreu com normalidade, tendo-se apurado valores finais em linha com os dados nacionais. O Forjanense anunciou os dados locais em primeira-mão, pouco depois das 20h00, quadro final que agora reproduzimos, após validação pelo CNE.

### Resultados eleitorais em Forjães

	2015		
	% Votos	Eleitos	Votos
PSD+CDS	50.5%	--	755
PS	24.95%	--	373
BE	9.57%	--	143
CDU	4.35%	--	65
PDR	2.14%	--	32
PCTP/MRPP	1.61%	--	24
PAN	0.67%	--	10
PNR	0.47%	--	7
AGIR	0.47%	--	7
PPV/CDC	0.4%	--	6
LIVRE	0.33%	--	5
MPT	0.33%	--	5
PPM	0.2%	--	3
JPP	0.13%	--	2
PURP	0.13%	--	2
NÓS, CIDADÃOS	0.13%	--	2



Renove seu guarda-roupa e a esperança de muitas pessoas.

O Grupo Forjães Em Cena, em colaboração com outras instituições e estabelecimentos comerciais, está a organizar uma recolha de roupas, agasalhos e calçado, que terá como destino a fronteira com a Hungria, no âmbito de uma acção humanitária! Os pontos de recolha estarão na Junta de Freguesia de Forjães e na Papelaria Moderna. Apelando à vossa generosidade, agradecemos desde já a colaboração.

**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

PUB

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



- Implantologia (implantes – colocação de raízes artificiais)
- Cirurgia Oral
- Patologia (diagnóstico de enfermidades bocais)
- Dentisteria (restaurações – tratamento de cáries)
- Prótese fixa e removível
- Odontopediatria (atendimento de crianças e adolescentes)
- Endodontia (tratamento de canal – desvitalizações)
- Periodontologia (tratamento de doenças das gengivas)
- Ortodontia Fixa e Removível (correção de dentes de crianças e adultos)
- Branqueamento e Estética Dentária

Todos os serviços para a sua reabilitação oral

Local de exercício anterior:  
Fundação Lar de Santo António  
(antiga Maternidade)

**AGROZENDE - Fabricação de estufas e regas, Lda**

PUB

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