

O FORJANENSE

Diretor: Carlos Gomes de Sá
Subdiretor: José Manuel Reis
Fevereiro 2016 • Ano XXXI 2ª série • n.º 316
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0,80

Mensário informativo e regionalista

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



Colisão

Diagnóstico

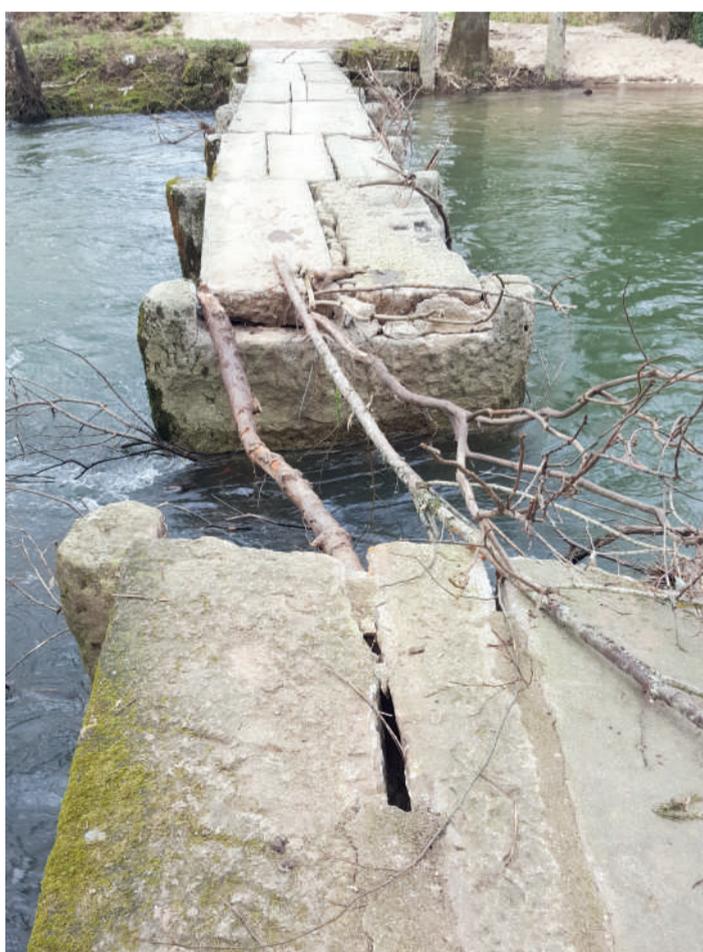
Mecânica

Manutenção

Pneus

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

Mau tempo



O Rio Neiva, pela segunda vez no presente ano, voltou a sair de margens, deixando alagadas áreas agrícolas e algumas vias de circulação, as quais também foram afetadas pela queda de árvores. *pág. 2*

Nesta edição

Nós por cá

- Colisão na entrada norte de Forjães *pág. 2*
- CME avança com projeto do Parque da Cidade
- CME abriu "Espaço do Cidadão" *pág. 3*
- EBI de Fragoso organiza palestra sobre "Açúcar e cancro" *pág. 5*

Junta de Freguesia

pág. 3

Lar de Stº António

pág. 3

O QUE É FEITO DE SI?

Manuel Cunha e Maria dos Prazeres



pág. 4

Notícias da ACARF

pág. 8

Boletim Nascente Escolar

págs. 9-10

Estatuto Editorial

pág. 11

Acompanhando o FSC

págs. 12-13

Opinião

pág. 14

Nós por cá: locais

Carlos Gomes de Sá
Fotos: Semanário V / Esposende24

Mau tempo

Corte de via

O mau tempo que se fez sentir em meados de fevereiro, originou uma série de condicionamentos, não tendo Forjães escapado à situação vivida um pouco por todo o país.

Há registo, no dia 13 de fevereiro, de quedas de árvores, sendo mais significativo um corte de via acontecido na EN 103, na zona do Marílio, onde um dos cedros que havia sido podado umas semanas antes, acabou por ceder ao vento e à chuva, tombando alguma ramaria para a faixa de rodagem, atingindo ainda o muro de vedação de uma propriedade próxima. A circulação esteve cortada e os bombeiros de Esposende estiveram no local para proceder à desobstrução e limpeza da via.



Fotos: Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende

Madorra: carro retirado pelos bombeiros

Os Bombeiros Voluntários de Esposende resgataram, na tarde de 13 de fevereiro, no pontão da Calça, Madorra, um carro que havia ficado preso numa ponte submersa pela água do ribeiro do Fulão.

O proprietário do carro, José Passos, que mora no enfiamento poente da Rua, tentou arriscar a passagem.

“Senti o carro a fugir e depois desligou-se”, confirmou ao Semanário V José Passos, indicando que acabou por fugir pela janela. “Conseguir prender-me às grades da ponte e escapei”, frisou.

Os Bombeiros de Esposende acabaram por resgatar o carro, que ficou parcialmen-



te submerso em cima da ponte do Ribeiro do Fulão.

A GNR de Esposende tomou conta da ocorrência e a via, único acesso à casa do José Passos, foi cortada.

Rio Neiva fora de margens

O Rio Neiva, pela segunda vez no presente ano, voltou a sair de margens, deixando alagadas áreas agrícolas e algumas vias de circulação.

Circularam inúmeras imagens dos fortes caudais visíveis na zona do Zé do Rio,

Manuel António do Rio, ponte de Fragoso, a que se juntou o ribeiro do Fulão.

Passadas as cheias, ficaram visíveis diversos estragos, designadamente árvores arrancadas, muros destruídos e queda de pontes.



Associação de Pais da Escola Básica de Forjães

Comunicado

A Associação de Pais da Escola Básica de Forjães comunica que está a ser efetuado o levantamento das inscrições para sócios e que, no terceiro período, todos os alunos cujos Encarregados de Educação

sejam sócios terão a refeição paga no seu dia de aniversário, com efeito retroativo a janeiro do corrente ano, conforme a Nota 2, publicada na ficha de inscrição.

Olga Dias

EN 103

Colisão na entrada norte de Forjães

Uma colisão frontal, ocorrida na EN 103, na entrada norte de Forjães, na divisão entre os distritos de Braga e Viana do Castelo, na manhã do dia 25 de fevereiro, provocou um ferido, uma mulher com cerca de 35 anos, que seguia no sentido Viana do Castelo / Barcelos.

No local estiveram guardas de Barroselas e Viana do Castelo, tendo também sido acionada a VMER de Barcelos, para prestar apoio às vítimas, sendo que uma recusou ser transportada ao hospital e outra foi conduzida para o Hospital de Viana do Castelo.

Os Bombeiros de Esposende foram



acionados para o local, com notícia de que haveria vítimas encarceradas, o que não se confirmou, acabando os cinco elementos dos BVE por permanecer no local para sinalizar o sinistro e proceder à limpeza de via que ficou com muitos destroços.

Cruzamento de Forjães

Um camião pesado de transporte de mercadorias deixou cair, na manhã de 24 de fevereiro, no cruzamento da EN103, em Forjães, em plenos semáforos, um gerador.

Ao que tudo indica, o mau condicionamento da carga – aparentemente uma estrutura para palcos – levando à queda de um grande gerador, situação que condicionou o trânsito naquela via, mas não provocou qualquer ferido.

A GNR tomou conta da ocorrência.



Recuperação da ponte

Na sequência das recentes chuvas sentidas no nosso território, algumas pontes sobre o rio Neiva ficaram danificadas.

Nesse sentido, informamos que estão a ser tomadas medidas, na informação, impedimento da circulação e no desvio por caminhos alternativos. Para além destas ações, já estão a ser estudadas formas de recuperação das pontes que aguardam, consequentemente, momento adequado

para serem realizadas.

Uma vez que temos alguns percursos pedestres (PR4- Azenhas do Neiva e PR10 – Margens do Neiva) e o Caminho Português da Costa para Santiago a usufruírem destas estruturas, estes estão por hora condicionados.

No percurso relativo a Forjães, permanece intransitável a ponte do Grilo.

Fonte: Jorge Guedes

Furto em viatura

No passado dia 19, por volta das 15.00h, os larápios voltaram a atacar na zona da igreja matriz de Forjães. Desta feita furtaram, da mala de uma viatura, estacionada na zona do adro, a carteira e um adaptador de máquina fotográfica.

Tudo aconteceu enquanto decorria uma celebração eucarística comemorativa das bodas de ouro de um casal forjanense. Uma familiar, residente em França e que havia vindo precisamente para a cerimónia, ao chegar à igreja, guardou os seus pertences na mala da viatura, que havia alugado. A viatura terá estado sem vigilân-

cia apenas cerca de 10 minutos, uma vez que alguns dos convidados, após início das cerimónias religiosas, se concentraram no adro, com vista para a zona de estacionamento, não se tendo apercebido de nada.

Para além dos documentos pessoais, necessários para viajar no dia seguinte, foi ainda furtado dinheiro e equipamento fotográfico, apresentado a viatura marca de ter sido forçado o fecho da mala.

O caso foi participado à GNR, sendo o quinto furto em automóveis, no espaço de dois anos, na zona envolvente da igreja.

Procuo

Moradia em local sossegado para alugar em Forjães

contacto: 968 094 959

Nós por cá: locais



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Carnaval

No dia 5 de Fevereiro, o Lar de Santo António teve o prazer e a alegria de receber o curso carnavalesco do Centro Escolar de Forjães e do Jardim de Infância. A instituição foi o local de descanso e de um reforço matinal para que todos recuperassem forças depois de uma caminhada de folia e diversão. Proporcionaram aos utentes momentos de alegria e algumas risadas com os fatos e máscaras



muito bem caracterizados. Parabéns a todos !!!

Dia Mundial do Doente

A enfermagem diferencia-se de todas as ciências humanas e biológicas pelo “olhar atento” que presta à pessoa. Mais do que tratar, o enfermeiro preocupa-se em cuidar da pessoa. A palavra “cuidado” relaciona-se diretamente com a atenção, cuidado significa estar “atento a alguém ou alguma coisa”. Cuidar é uma atenção particular dada a alguém: é um ato de vida! Além de mais torna-se importante cuidar no presente e no futuro na prática de en-

fermagem não só para atingir a cura, mas principalmente para promover a saúde. O tratar não pode ser assemelhado ao cuidar. Tratar está intimamente ligado ao modelo biomédico. Enquanto o cuidar vê a pessoa como um todo, dando mais importância ao bem-estar da pessoa. Mais importante do que tratar é importante reconhecer a pessoa como um Ser Humano!

Equipa de Enfermagem da Fundação Lar de Santo António

Município de Esposende avança com elaboração do Projeto do Parque da Cidade

A Câmara Municipal de Esposende deu, no dia 11 de fevereiro, o primeiro passo concreto para a criação do Parque da Cidade, ao decidir avançar com a elaboração do respetivo projeto de arquitetura, por uma empresa externa, depois de, em 2013, ter promovido um concurso público internacional para a conceção deste espaço, que vai nascer através da requalificação

dos terrenos localizados entre o Centro de Atividades Náuticas e a Ponte D. Luís Filipe (ponte de Fão). O perímetro da intervenção foi alargado, englobando também o troço da Estrada Nacional 13 compreendido entre a Rotunda da Avenida Marginal e a ponte, bem como o polígono junto àquela travessia.

Município abriu Espaço do Cidadão e homenageou os Presidentes da Câmara Municipal desde 1910

A partir do dia 19 de fevereiro, os esposendenses podem contar com um novo “Espaço do Cidadão”.

Benjamim Pereira classificou a abertura do Espaço do Cidadão, criado no âmbito de uma candidatura da CIM Cávado ao Programa SAMA - Sistema de Apoio à Modernização Administrativa, promovido em parceria com a AMA - Agência para a Modernização Administrativa, como um sinal “claro e inequívoco de melhoria contínua da prestação de serviços aos nossos munícipes” e realçou o facto de contribuir para “evitar perdas de tempo e deslocações desnecessárias”. Com efeito, com a criação

do Espaço do Cidadão, que o Autarca considerou “uma excelente iniciativa do Estado”, o Município passa a prestar um conjunto de serviços da administração pública central, localizados na maioria dos casos nas grandes cidades. Com o apoio assistido de funcionários qualificados, os cidadãos poderão aceder aos serviços online de diversos organismos, nomeadamente, ADSE, ACT, IGAC, DGC, SEF, CGA, IMT, e Portal do Cidadão, podendo tratar, por exemplo, dos procedimentos para a renovação da carta de condução ou para o processo de reforma, entre muitos outros.

Estas e outras notícias podem ser lidas na íntegra na página do Facebook do jornal O Forjanense



Junta de Freguesia de Forjães

Adro da capela de S. Roque

No decorrer dos trabalhos de beneficiação da Capela de S. Roque, foram detetados sinais de aluimento no pavimento e no muro do adro. De imediato, a Junta de Freguesia deu conhecimento desse facto ao Sr. Padre José Ledo e à Câmara Municipal de Esposende, que fez deslocar ao local um técnico para avaliar esta situação. Aguarda-se pelo resultado dessa inspeção que, esperemos, possa deixar os forjanenses sossegados.

Reunião com o senhor presidente da Câmara

No passado dia 21 de janeiro, o executivo da Junta de Freguesia reuniu com o Sr. Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Arq. Benjamim Pereira, para, em conjunto, definirem as prioridades que fazem parte do Plano de Atividades elaborado pela Junta de Freguesia. Das obras a levar a cabo, ainda este ano, destacam-se a conclusão das obras da Calçada de S. Roque, a substituição das árvores e a reparação do pavimento no Loteamento da Santa, a substituição do parque infantil do Largo da Santa e a requalificação no Largo

de S. Roque. O Sr. Presidente da Câmara deixou ainda a promessa, numa segunda fase, das obras de restauro do Centro Cultural, a pavimentação de uma parte da Rua da Fonte Má e a aquisição do resto dos terrenos para dar início às obras do projeto para a zona balnear do Zé do Rio.

Cantares dos Reis e Cantares ao Menino

O Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães (GADT) quis dar a conhecer à sua terra o seu espetáculo de “Cantares dos Reis e Cantares ao Menino” que, com grande sucesso, tem levado a



outras terras. Para encerramento das cerimónias da quadra natalícia, a Junta de Freguesia organizou este evento, no passado 31 de janeiro, no Auditório do Centro Cultural, que os forjanenses tão cedo não esquecerão. A primeira parte esteve a cargo de um grupo de jovens forjanenses formado por Joana Lopes (contrabaixo) Adriana Gonçalves e Patrícia Carvalho (clarinetes) e Diana Marques e Márcia Ferreira (trompetes), num momento musical de grande nível. Seguiu-se a atuação do GADT e a confirmação, perante os forjanenses, do grande êxito dos seus Cantares de Reis e ao Menino.

A Junta de Freguesia agradece a ambas as formações as suas brilhantes atuações, que surpreenderam e encantaram, fazendo votos para que esta bela iniciativa do GADT se mantenha e passe a fazer parte da nossa agenda cultural, dando expressão à nossa tradição e cultura.

No final foi servido um “Porto de Honra” a todos os presentes.

Segurança rodoviária

Foi solicitada à EDP a reparação de um poste de eletricidade que, na Rua da Corujeira, ameaça ruir e colocar em perigo os utentes daquela artéria. Insistimos

também, junto da mesma entidade, para a necessidade de dar solução à situação dos postes de eletricidade na Rua da Tapada e na Rua da Fábrica que constituem obstáculo à circulação rodoviária local.

Poda de árvores

Como é hábito, nesta época do ano, procedeu-se à poda das árvores e dos arbustos dos espaços públicos de Forjães. Este trabalho, que tem executado pela mestria do Sr. João Garrido e dos demais trabalhadores da autarquia, apaga as marcas do inverno nas árvores e abre caminho para a chegada da primavera, mudando o visual arbóreo e paisagístico da nossa vila.

Visita Pascal

A Junta de Freguesia vai continuar a manter viva a tradição da visita pascal, recebendo a visita de Jesus Ressuscitado no dia de Páscoa.

Estão convidados todos os forjanenses e amigos forasteiros para marcarem presença no domingo, dia 27 de março, pelas 9.30, no Centro Cultural, para beijar a Cruz de Cristo e celebrar a Páscoa em comunidade e fraternidade.

O que é feito de si?

Carlos Gomes de Sá

Manuel Cunha e Maria dos Prazeres

O Forjanense inicia nesta edição a apresentação de uma entrevista, conjunta, feita ao casal Manuel Alves da Cunha e Maria dos Prazeres Almeida Santos, isto a propósito da celebração das Bodas de Ébano do seu casamento.

Com efeito, o Sr. Cunha e a Tia Prazeres, como eram por mim tratados, celebraram, a 28 de janeiro, 66 anos de casamento, caminhada conjunta que os tornam no casal mais velho de Forjães!

O Forjanense, enquadrado na rubrica O que é feito de si?, esteve à conversa, no passado dia 19 de fevereiro, com este casal, apresentam-se em seguida registos desse agradável encontro, acontecido em sua casa, no agora Mini Mercado dos Cunhas, na Rua Padre Avelino Santos Ribeiro, Monte Branco.

O Forjanense (OF): Antes de tudo, os meus parabéns por esta bonita data de caminhada a dois, pois não é comum encontrarmos casais com tanta longevidade. Fico muito satisfeito por poder conversar com vocês, que me conhecem desde pequenino, quando aqui vinha à venda, mas vamos lá falar um pouco da vossa história de vida.

Há 66 anos quando isto começou pensavam que iam chegar até aqui?

Manuel Cunha (MC): Não, nem pensar nisso! Também casamos muito novos. Ela tinha 17 anos e eu tinha 18 anos.

OF: Ó Sr. Cunha, como é que conheceu a Tia Prazeres?

MC: Na festa da Sra. da Ajuda, em Alvarães. Foi na festa! Estava ela e a Quinhas do Custódio. A do Custódio pensava que eu ia pra onde a ela porque eu conhecia-a. E, o outro que ia comigo, ia pra esta [Tia Prazeres]. Mas eu não quis. Eu quis antes juntar-me a esta, à Prazeres, e não ir pra do

cópia do registo de casamento, oferecida pelo atual pároco de Forjães, P.e Manuel Ledo – “foi uma bonita surpresa que ele fez”-, onde foi averbado o registo da celebração dos 66 anos, permitindo perceber que o casamento foi celebrado pelo Pe. Benjamim de Oliveira Salgado, enquanto delegado do Reverendíssimo Pároco, o qual, nessa qualidade, também assina o assento – Pároco Joaquim José Gomes dos Santos]

OF: O que é que se comia no dia do casamento? O que era a boda?

TP: O meu pai matou um porco para a boda e mataram frangos. Foi arroz de cabidela e batata com lombo de porco. Era tudo criado em casa. Os galos vieram de S. Paio, mas era tudo caseiro.

OF: E receberam prendas de casamento?

TP: Naquele tempo não valia a pena, mas ainda deram umas coisas. Deram umas toalhas de rosto, uns garfos e umas colheres. Mas nem compara com agora!

MC: Depois, quando a mãe morreu, nós ficamos com a casa que era da Marinha, que é hoje da Rosa do Torcato. Depois dali fui para a França.

OF: Que idade tinha tio Cunha?

MC: Tinha 32 anos.

OF: E já tinha filhos nessa altura?

MC: Já tinha quatro filhos. Só faltava a Beta. [A Beta é a filha mais nova, atualmente a residir na casa dos pais, por quem zela. Segue-se o Carlos, que mora uns metros ao lado, tendo sido ele a dar-nos conta deste aniversário. Aliás, já no ano passado, aquando da celebração dos 65 anos o havia feito, não tendo sido possível, por afazeres vários, levar avante a conversa que agora se reproduz].

MC: Eu estive lá e depois vim cá [Monte Branco] e comprei esta casa e vendi a outra casa. Foi comprada por nós e toda arranjada. E depois, em 1965, foi também a Prazeres e os meus filhos para França. Levei os quatro filhos porque a Beta ainda

Depois, dali a uns meses, veio um postal da Câmara de Esposende. Dizia se nós preferíamos ir para França em vez da Suécia. E nós aproveitamos a boleia e fomos para a França, por conta da Câmara. Fomos com os papéis. Foi tudo legal.

OF: E até ir para a França em que é que trabalhou?

MC: Trabalhei sempre como trolha. Primeiro trabalhei como pedreiro, com o meu pai que, trabalhava por conta dele. Depois fui para a Ceral e trabalhei lá 5 anos, já como trolha.

OF: O que é que fazia na Ceral?

MC: Eu andei lá a trabalhar na construção do forno e da cerâmica. Trabalhei ali 5 anos e depois é que fui para a França.

OF: E quando é que regressou de França?

MC: Vim em setembro de 1971.

OF: Porque é que vieram para cá?

MC: Porque a minha mulher estava bastante doente. O médico disse à minha mulher que era a única solução que tinha e que fa-

Manuel Alves da Cunha nasceu na vizinha freguesia de S. Paio de Antas, a 28 de Maio de 1931. Filho de António Alves da Cunha e de Maria Alves da Cruz Viana, tornou-se forjanense por casamento, em 28 de janeiro de 1950, quando casou com Maria dos Prazeres Almeida dos Santos, com quem teve cinco filhos: António Fernando Santos da Cunha, Maria Otília, José Maria, Carlos Manuel e Elisabete Maria.



Maria dos Prazeres Almeida dos Santos nasceu em Forjães, em 27 de fevereiro de 1932, ou seja, quando o leitor tiver esta edição em mãos, a nossa entrevistada terá acabado de completar 84 anos. Filha de Albino dos Santos Ribeiro e Basília da Silva Almeida, cresceu numa família de 14 irmãos, dos quais 12 vingaram. Hoje, a Tia Prazeres, a mais nova dos irmãos, é a única que ainda está viva. Apresenta uma grande lucidez de espírito, uma memória rica em pormenores e vivências, embora vá sentido as mazelas de um acidente, acontecido no verão de 2015. Rodeada do carinho dos cinco filhos, vive com o marido na casa onde desenvolveu o seu negócio.



Custódio! Foi assim.

OF: Que idade é que vocês tinham?

MC: Eu tinha 18 anos e ela 17.

OF: Namoraram muito tempo?

MC: Pr' aí um ano e meio.

Tia Prazeres (TP): Foi perto de um ano e meio.

OF: Como é que foi o casamento? Ainda se lembram como foi a cerimónia?

TP: Não teve missa porque o padre não pôde. Era de S. Paio. Veio casar-nos e fomos a pé pra igreja. Eram perto de 50 pessoas e a boda foi na casa dos meus pais.

OF: Onde moravam os seus pais?

TP: Onde está agora o Tone da Marinha.

OF: Como é que essa história do padre?

TP: Quem nos casou foi o Pe. de S. Paio, o pe. Benjamim, porque o Pe. Ferramenta estava doente.

[Nesta fase, a filha mais nova do casal, Elisabete -a Beta do Cunha - apresentou uma

OF: Quando casaram para onde foram viver?

TP: Na casa do Límpio, o meu irmão.

MC: Ficamos num quarto, na parte detrás da casa, que ele arranjou e deixou-nos ir para lá.

OF: E estiveram lá quanto tempo?

TP: Não sei. Nós depois viemos para cima prá beira da minha mãe, pr' aquela barraca à beira do Ferradeira.

MC: Tinha ali à beira da casa da Mena uma casa de madeira, que era do pai do doutor Ferradeira. Estivemos lá a viver e depois fomos para casa do Justo, lá em baixo, que agora é do Boucinha. Tinha estado lá a Ofélia, que até chegou a ter lá uma loja, uma venda.

OF: E vocês estiveram emigrados em França, não foi?

TP: E depois dali viemos pra casa dos meus pais.

não era nascida.

OF: Em que zona estavam na França?

MC: Estávamos no 45, em Malesherbes. É onde ainda está o meu filho Fernando.

OF: O que é que fazia em França? Que profissão tinha?

MC: Trabalhava de trolha.

OF: Havia muita gente aqui de Forjães, nessa zona?

MC: Havia muitos portugueses quando ela foi.

Quando eu cheguei lá, primeiro, era o quarto daqui que cheguei a essa vila.

OF: Quando foi para lá, foi com papéis?

MC: Fui.

Nessa altura havia aqueles contratos, da Câmara, e eu fui-me inscrever à Câmara de Esposende. Fui eu e o falecido Laranjeira, o pai do Manuel Laranjeira e da Constância. Fomos inscrever-nos para ir para a Suécia.

zíamos bem era vir a Portugal.

OF: Eram as saudades da terra, tia Prazeres?

TP: Aquilo não era fácil!

MC: Viemos e nunca mais fomos.

OF: A Beta nasceu cá ou nasceu lá?

MC: Nasceu cá mas foi feita lá!

A Tília e o Fernando ainda ficaram lá os dois. Depois a Tília veio para Portugal e o Fernando ficou sempre. Depois ainda chegamos a ir outra vez lá e a Beta também chegou a estar lá.

OF: A tia Prazeres o que é que fazia lá em França?

TP: Cuidava dos filhos. Ainda criei o meu sobrinho, filho do Arlindo, o mais velho. E depois fazia as coisas da casa. E fazia camisolas à mão prós meus filhos e pró Manuel.

continua na próxima edição

Nós por cá: locais

EBI de Fragoso promove palestra sobre “Açúcar e cancro”

No dia 4 de fevereiro último, a equipa do PES (Projeto de Promoção e Educação para a Saúde) do Agrupamento Vertical de Escolas de Fragoso, no âmbito do seu plano de atividades, dinamizou uma palestra, subordinada ao tema “Açúcar e cancro”, tendo, para esse efeito, convidado como palestrante o Professor Valdemar Máximo, investigador do IPATIMUP (Instituto de Patologia e Imunologia Molecular da Universidade do Porto) e Professor Associado Convidado na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (Hospital de São João).

Depois de umas breves palavras de boas-vindas por parte do subdiretor do agrupamento, professor José Manuel Araújo, e

da apresentação formal do orador, da responsabilidade da aluna Margarida Peixoto, o ilustre investigador, adotando um estilo “dialogal”, com o qual se “aproximou” dos destinatários, essencialmente alunos do 6.º e 9.º anos, começou por colocar algumas questões para, a partir delas, começar a sua exposição.

Começou por fazer uma breve explicação do que é o cancro, recorrendo frequentemente a vocabulário técnico, mas que soube “simplificar” e adaptar aos ouvintes, definindo-o como “uma deformação nas células”, “o crescimento de uma nova coisa num sítio onde não deveria estar”, uma “alteração no alfabeto do DNA”, acrescentando que essa deformação pode dever-se a diferentes fatores, uns genéticos e outro comportamentais, o que leva a mutações em algumas células, que, assim, deixam de responder às indicações de como comportar-se, passando a “agir sozinhas”.

Sintetizou esta

primeira parte falando do “efeito de Warburg”, esclarecendo que “a principal causa do cancro é a substituição da respiração de oxigénio nas células normais do corpo por uma fermentação de açúcar ... mesmo na presença de oxigénio”, e deixando uma mensagem bem clara: “Há cancros que se evitam. Como? Comendo e bebendo de forma saudável e respirando ar bom”.

Seguidamente, abordou a relação entre o açúcar e o cancro, afirmando que todas as investigações indicam que “na presença de açúcar, os cancros crescem muito mais e as células cancerosas andam muito mais”, isto porque, acrescentou, as células cancerosas “alimentam-se exclusivamente de açúcar”, ao contrário das outras, que retiram energia também das proteínas e das gorduras.

No seguimento desta relação, deixou alguns conselhos a todos os presentes, especialmente para “os que gostam de coisas doces”: “Não deixem de comer açúcar, mas tenham cuidado. Nunca consomam doces ou refrigerantes sozinhos, pois, nesse caso, o açúcar entra rapidamente no organismo, uma vez que não há outros elementos que atrasem essa passagem. Consumam-no sempre acompanhado de outros alimentos, especialmente os ricos em proteínas e gorduras saudáveis, bem



como vegetais, que levam muito tempo a digerir e, por isso, atrasam a entrada do açúcar no sangue”, uma vez que retardam o “esvaziamento do estômago”.

No final, houve ainda tempo para responder a algumas questões dos presentes, a todos esclarecendo dúvidas e desfazendo alguns mitos.

Para terminar, a coordenadora do PES, professora Judite Barreto, agradeceu a disponibilidade e presença do ilustre orador, bem como a presença e interesse de todos os presentes.

José Reis



O FORJANENSE, de 29 de fevereiro de 2016, nº 316

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral - Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº 19, Edifício Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel. 253986350 – Fax. 253986351 – Tlm. 961553040

Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 86 e seguintes, do livro nº. 97-A, de "Escrituras Diversas, deste Cartório, se encontra exarada com a data de 17 de fevereiro de 2016, uma JUSTIFICAÇÃO, na qual figuram como justificantes: **MANUEL DE AZEVEDO CARREIRA** e mulher **NEUSA DIAS CARREIRA**, casados sob o regime da comunhão geral de bens, ele natural da freguesia de Apúlia, concelho de Esposende e ela natural do Brasil, residentes na Rua dos Camares, 150, Vila Guilherme, Santana, São Paulo, Brasil, contribuintes fiscais números 167 640 313 e 252 916 115, tendo **DECLARADO**:-----
Quesãodonoselegítimospossuidores,com exclusão de outrem, do seguinte imóvel: Prédio rústico, composto por terreno de cultura e pinhal, com a área de mil quatrocentos e oitenta metros quadrados, situado no Sítio da Quinta, em Apúlia, atual União das Freguesias de Apúlia e Fão, concelho de Esposende, a confrontar do norte com Ramiro dos Santos Grilo, do sul com Emílio Gonçalves da Cruz, do nascente com caminho e do poente com Mário dos Santos Mota, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, atualmente inscrito na respetiva matriz sob o artigo 205, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 102 rústico, da extinta freguesia de Apúlia, o qual por sua vez se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT de

50,87 euros.-----
Afirmou-se que o imóvel veio à sua posse em virtude de o terem adquirido no ano de mil novecentos e oitenta e um, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita pelo pai do justificante marido, Joaquim Fernandes Carreira, casado que foi em segundas núpcias com Maria Fradique da Torre sob o regime da separação de bens, residente que foi em Apúlia, neste concelho.-----
Não obstante não terem título formal de aquisição do referido imóvel, sempre estiveram na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, 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, posse essa que exerceram de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que invocam a **USUCAPIÃO**, como causa de aquisição do referido, imóvel. -----
Declarações confirmadas por três testemunhas.-----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.-----
Esposende, 17 de fevereiro de 2016

A Notária
Andreia da Silva Amaral

O FORJANENSE, de 29 de fevereiro de 2016, nº 316

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral - Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº 19, Edifício Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel. 253986350 – Fax. 253986351 – Tlm. 961553040

Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 80 e seguintes, do livro nº. 97-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de 15 de fevereiro corrente, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO**, na qual:-----
MARIA OLÍVIA MACIEL MARTINS e marido **JOSÉ DE ABREU ENES**, casados sob o regime da comunhão geral de bens, ela natural da freguesia de Belinho e ele natural da freguesia de Marinhãs, ambas do concelho de Esposende e na primeira residentes na Rua do Passal, nº 114, atual união de freguesias de Belinho e Mar, contribuintes fiscais números 167 035 487 e 167 973 312, **DECLARARAM**: -----
Que são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, do seguinte bem: -----
Prédio urbano, composto por casa com dois pavimentos, dependência e logradouro, destinada a habitação, com a superfície coberta de duzentos e treze vírgula sessenta metros quadrados e descoberta de quatrocentos e sessenta e seis vírgula quarenta metros quadrados, situado na Rua do Passal, nº 114, Lugar de S. Fins, em Belinho, atual união de freguesias de Belinho e Mar, concelho de Esposende, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 635, daquela união de freguesias, o qual proveio do artigo 656 urbano da extinta freguesia de Belinho

(desconhecendo-se porém o artigo rústico da antiga matriz no qual o mesmo foi implantado). Este prédio foi por eles edificado por volta do ano de mil novecentos e setenta e oito, no prédio rústico por eles adquirido por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita pelos pais da primeira outorgante mulher, Manuel Martins e Maria dos Anjos Nascimento Maciel, residentes que naquela freguesia de Belinho, doação esta ocorrida por volta do ano de mil novecentos e setenta e seis.-----
Não obstante não terem título formal de aquisição do referido imóvel, sempre estiveram na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, 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, posse essa que exerceram de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que invocam a **USUCAPIÃO**, como causa de aquisição do referido imóvel. Declarações confirmadas por três testemunhas.-----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
Esposende, 15 de fevereiro de 2016.-----

A Notária
Andreia da Silva Amaral

Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

A experiência pascal dos discípulos

A Experiência Pascal dos discípulos “ao terceiro dia” é uma experiência comunitária da presença de Cristo Vivo pela inspiração do Espírito Santo da qual brota a consciência da continuidade da sua Missão. “Ao terceiro dia”, os discípulos saíram do Sepulcro porque nos seus Corações foi removida a Pedra tumular que lá os encerrava. A morte de Jesus tinha sido Páscoa-Passagem, e não fim! “Ao terceiro dia”, vemo-los sem tristeza, nem desilusão nem medo! Anunciam a Ressurreição de Jesus com desassombro mesmo “debaixo das barbas” dos que o tinham mandado matar. Já não havia nada a temer, nem a chorar! O Evangelho da Vida tinha que ser anunciado. Eles sabiam que era o Evangelho da Vida, porque os tinha feito passar a eles pró-

prios da morte à Vida, do Sepulcro à Liberdade! Jesus era o Senhor da Vida e o Dador da Vida pelo Espírito! Era urgente anunciar e testemunhar a Vida Vivificante de Jesus Ressuscitado!

Experiência do Senhor

A Tristeza transformou-se em Júbilo, a Desilusão transformou-se em Exultação e o Medo deu lugar à Liberdade! Porque a Pedra do Sepulcro – que era a morte de Jesus – tinha sido removida! Compreenderam os discípulos que a morte de Jesus tinha sido a palavra máxima da sua fidelidade, mas que a palavra máxima da fidelidade de Deus ainda estava por dizer: foi a Ressurreição, a vitória sobre a morte! (in “Sala de Moral”)

“24 horas para o Senhor” é o pedido do Papa Francisco!

“A iniciativa «24 horas para o Senhor», que será celebrada na sexta-feira e no sábado anteriores ao IV Domingo da Quaresma – 4 e 5 de março de 2016 - deve ser incrementada nas dioceses”(O rosto da misericórdia). Neste sentido, na igreja Jubilar de Esposende, haverá Adoração do Santíssimo ininterrupta, desde as 19h00 do dia 4 de março até ao dia seguinte, às 19h00, com celebração de

Missa Vespertina. A Igreja jubilar, proporcionará a adoração do Santíssimo Sacramento, o silêncio meditativo e contemplativo, como meios de encontro com o Deus, rico de misericórdia. Permanecer junto d’Ele!

A Comunidade Paroquial de Forjães vai ter a sua hora de Adoração, no dia 05 de março, das 15h00 às 16h00, na igreja Jubilar de Esposende.

Bodas de Ébano Matrimoniais

28|01|1950 – 28|01|2016

Manuel Alves da Cunha e Maria dos Prazeres Almeida dos Santos comemoraram festivamente, na presença dos filhos, netos e bisnetos, os 66 anos de casados. Na família de Nazaré, Deus revela-se como ser humano. Desde que Deus escolheu habitar entre os esplendores do universo humano, a família humana torna-se, apesar da sua fragilidade, espaço sacramentado pela divina presença e ao mesmo tempo testemunha de tudo aquilo que Deus sonhou para a humanidade. Assim, este casal, Manuel e Prazeres, atestam que o amor é paciente. O amor é bondoso, não inveja, não se vangloria, não se orgulha! Eles mostram que o “amor é a força mais poderosa do mundo: desencadeia, em redor de quem o vive, a pacífica revolução cristã, de tal modo que os casais de hoje possam repetir aquilo que há muitos séculos, dizem os primeiros cristãos: “Somos de ontem e já estamos espalhados por todo o mundo”. O amor! Quanta necessidade de amor tem o mundo! Que a sua vida seja um contínua ação de graças, aproveitando bem os dons recebidos. Assim se tornarão credores de outros ainda maiores. Parabéns e Felicidades!

Bodas de Ouro Matrimoniais

19/02/1966 – 19/02/2016

Horácio Alves de Sá e Maria Celeste Ferreira Ribeiro festejaram jubilosamente - com os filhos, netos, bisnetos e familiares - as cinco décadas de vida em comum. Estas Bodas de Ouro são um evidente motivo de alegria para todos nós: para eles, porque podem olhar para trás com a consciência de uma vida conseguida e fecunda, nem sempre escrita com páginas luminosas, contudo vivida com esforço e fidelidade; para todos os outros, porque é algo de maravilhoso contemplar um casal que celebra uma data assim, cheia de ressonâncias humanas e cristãs, que têm seguido dizendo mutuamente “sim” ao longo de tantos anos, e dizendo também “sim” à vida e às outras pessoas. As vossas atitudes fundamentais, Horácio e Maria Celeste, edificam-nos: a fidelidade, o trabalho, a disponibilidade, entrega mútua, a alegria de viver, o amor... Estais agradecidos pelas experiências positivas alcançadas, e também enriquecidos pelas experiências menos agradáveis, que serviram para fortalecer os laços de amor que vos uniu até ao dia de hoje.

Com o pensamento em Deus, tudo se torna fácil. Parabéns e Felicidades!

Notícias Breves

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

- A Comunidade Paroquial de Forjães vai ter a sua hora de Adoração, no dia 05 de março, das 15h às 16h, na igreja Jubilar de Esposende.
- Reunião do Conselho Pastoral Paroquial, no dia 05 de março, às 21h.
- Tríduo do Sagrado Coração de Jesus, nos dias 16, 17 e 18 de março, às 18h.
- Lausperene Paroquial, nos dias 18 e 19 de março (Solennidade de S. José, Esposo da Virgem Maria - Dia do Pai e Encerramento do Sagrado Lausperene e Festa do Pai Nosso (2º ano), com Eucaristia, às 18h
- Domingo de Ramos na Paixão do Senhor, 20 de março: Missa às 09h e às 11h15m com concentração no “adro novo”, para a Bênção dos Ramos, Procissão para a igreja Matriz, seguida da Eucaristia, às 11h15m.
- Tríduo pascal, 24, 25 e 26 de março, respetivamente, Quinta (Lava Pés) e Sexta (Paixão do Senhor, com tempo de silêncio, às 15h, na igreja Matriz, em memória da “Morte do Senhor”) e Sábado (Solene Vigília Pascal – Festa da Vida (8ºano): todas estas celebrações serão às 21h, para a Unidade Pastoral Forjães-Belinho, em Forjães, exceto no Sábado Santo, em Belinho, às 19h e Forjães, às 21h. N.B.- na Sexta feira Santa haverá Via sacra ao Vivo (Grupo de Teatro, “Forjães em Cena”).
- Bênção de casas novas, 26 de março (de tarde).
- Domingo de Páscoa da Ressurreição do Senhor, no dia 27 de março: Eucaristia, às 08h30m.
- Segunda de Páscoa da Ressurreição do Senhor, 28 de março: Eucaristia às 08h30m.

Donativos para as obras no Salão Paroquial

Total 4.107,09 euros. Obrigado!

50,00 euros de Anónimo | 142,09 de Anónimo | 50,00 euros de Anónimo | 60,00 euros do casal jubilado, Manuel Alves da Cunha e Maria dos Prazeres Almeida dos Santos | 700,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Anónimo.

Movimentos religiosos - óbitos

26/01 – Adelaide Pereira da Silva, com 96 anos de idade, residente na Rua do Souto, Forjães.
11/02 – Marília Neiva da Costa, com 82 anos de idade, residente na Rua da Ponte, Forjães.

Flor do Campo
Florista



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

frutaria torres



Frutas e Legumes,
Frescos todos os dias!

tlm. 969 820 267
RUA DO BOUCINHO, FORJÃES



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



AGRADECIMENTO



Marília Neiva da Costa

Nasceu: 05/06/1933
Faleceu: 11/02/2016

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

Editorial



José Reis

Fevereiro é o mês das máscaras, do Carnaval, tempo de brincar às diferentes personalidades, ridicularizando o que se acha criticável, encarnando situações consideradas provocadoras de riso pelo seu ridículo.

Poderemos, então, perguntar-nos: desde quando e porquê usamos máscaras?

Na verdade, já no mundo antigo, esse apetrecho servia para os atores poderem encarnar as diferentes personagens que pretendiam representar em palco.

Também em psicologia se fala dos nossos mecanismos de defesa, que mais não são do que as diferentes máscaras, relacionando-se, assim, o seu uso com o crescimento, pois, provavelmente, cada um vai construindo máscaras desde que nasce, relativas às emoções que não queremos (ou não nos deixam) mostrar, aos afetos, “escondendo” o que se sente por algo ou alguém, aos pensamentos, não dizendo (muitas vezes porque nos impedem) o que verdadeiramente pensamos, aos comportamentos, agindo não da forma como gostaríamos, mas daquela considerada adequada para sermos aceites pelos outros. Contudo, elas vão sendo deixadas de lado progressivamente, para poder construir-se a verdadeira personalidade.

No entanto, hoje, esta dimensão carnavalesca/teatral ganhou uma dimensão exponencial, assumindo-se como normalíssimo o uso constante da máscara, da encenação, esquecendo a verdadeira dimensão da personalidade sadiamente constituída. Assim, cada um, conforme a conveniência da situação, coloca a máscara adequada, com a qual representa o seu papel, disfarçando a verdade mais clara do que deveria ser

uma personalidade adulta.

A nível pessoal, as situações de “mascaramento” são muito frequentes, pretendendo dar aos outros uma imagem de conveniência: a máscara da honestidade, que esconde a hipocrisia de atos, relações e sentimentos, quando a duplicidade é uma constante; a máscara da verdade, quando a mentira impera, o embuste e os “esquemas” são vistos com normalidade; a máscara do amor, quando se fazem as coisas só por obrigação, sem o mínimo de dedicação, quando se mantêm situações de pura conveniência, quando a traição é uma constante e vista como normalidade e até “moda”, numa negação absoluta dos verdadeiros sentimentos e princípios.

A um nível mais social, elas são também uma constante: a máscara do que aparenta ser o melhor, a qualquer custo, a do que pretende exibir o que tem, a maior influência e poder; a máscara do profissional sério, empenhado, honesto, mas nunca esquecendo o adágio popular: “patrão fora, dia santo na loja”; a máscara do cidadão exemplar, cumpridor, mas cada um fugindo às suas obrigações sempre que pode; a máscara do político sério, mas que apenas se serve do cargo para benefício próprio, sem qualquer preocupação com o bem comum.

Contudo, depois do Carnaval, tempo de máscaras, surge um novo tempo, que deve levar à reflexão, quer se chame “Quaresma” (para os cristãos) ou qualquer outro nome com que se designe a preparação para as grandes celebrações, tempo de descida ao interior, de caminhada, de deixar a máscara e rumar para a verdade, de permitir que o verdadeiro “eu” possa emergir em toda a força da sua transparência, cada um assumindo-se como é, responsabilizando-se pelos seus atos, vendo no outro a diferença que deve ser respeitada.

Para finalizar, como nota final, aconselho a leitura do livro “Uma vida sem máscaras”, de Paul Stanley, Editora Belas Letras.

A origem da língua basca

Jamais conseguimos estabelecer a menor ligação entre o basco e uma outra língua viva ou morta. Sabemos muito pouco sobre as suas origens. Segundo uma tradição popular, o basco seria a língua falada por Adão no jardim do Éden. Dizem também que esta língua chega a Espanha graças a Toubal, o quinto filho de Noé, Japhet.

Hoje, o basco é falado dentro de uma região que se estende sobre 10.000km² dos dois lados dos Pirenéus ocidentais.

Seiscentas mil pessoas falam-no em Espanha e menos de cem mil em França. Quase todas

essas pessoas são bilingues, mas muitas não falam corretamente basco e algumas exprimem-se em dialetos difíceis de compreender mesmo por outros bascos. Somente no século XVI é que se começa a escrever em basco. Alguns documentos mais antigos, mostram que esta língua pouco evoluiu depois do décimo século. À origem, os bascos ocupavam um território muito mais vasto que se viu reduzir por ondas, por ondas sucessivas de migrações e de invasões sobretudo dos Celtas e dos Romanos. Contudo, graças à situação isolada do seu país e a uma profunda ligação à sua cul-

tura e à sua independência, os bascos puderam preservar a sua língua. Não foi o caso do Ibérico, uma língua nem indo-europeia nem semítico, falado em Espanha antes da época romana e que desapareceu completamente. Os bascos possuem uma literatura oral, tanto rica como original. A canção é privilegiada, mas contos, historietas ou provérbios tinham igualmente a sua importância. Contudo, é a pastoral que dá à literatura a sua incontestável especificidade. Esse teatro cantado pelo povo, para o povo, eleva-se até ao fim do XV século.

Traduzido por Torres Jaques

Você sabia?

Que um astrólogo de Turim leu o horóscopo, à Madame Delphina Adelaide Sophia de Saboya, e predisse-lhe que morreria quando chegasse aos 27 anos. Muitas vezes falou ela nesta predição porque nunca mais lhe saiu da cabeça. Era o seu constante pensamento.

Um dia disse ao seu marido:

- Está chegando o tempo em que eu devo morrer.

Vós não podeis ficar sem mulher por causa da vossa posição e dos vossos sentimentos religiosos; disse-me que esposa me substituirá depois da minha morte?

- Eu espero, respondeu ele, que Deus me não dará tão grande castigo como o de vos ver morrer; mas, se essa desgraça acontecesse, não tornaria a casar porque em oito dias, morreria também.

Efetivamente assim foi: Adelaide Sophia morreu a 12 de fevereiro de 1712, e o seu esposo oito dias depois, tinha descido ao túmulo; faleceu a 18 de fevereiro de 1712.

Não há previsões verdadeiras, o fatalismo não é a verdade, mas o acaso encarrega-se às vezes de as justificar; a apreensão é tão poderosa que pode favorecê-lo.

Traduzido por Torres Jaques

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

Notícias da ACARF

Desfile de Carnaval 2016

No âmbito dos Programas de Educação e Sustentabilidade para o ano 2016, o Município de Esposende levou a cabo, uma vez mais, no dia 5 de fevereiro, o Desfile de Carnaval "Fantasia Ambiente", com o tema "Reutilizar é Divertido".

A concentração dos participantes foi no largo dos Bombeiros.

Por volta das 9.40 horas começaram a chegar autocarros e carrinhas cheias de participantes e outros visitantes, que rapidamente encheram as ruas de gente, para assistirem ao desfile.

Por volta das 10,00 horas deram início ao cortejo, que decorreu pelo circuito marcado pelo município, percorrendo várias avenidas, com muita música, cor e alegria.

Este ano os temas eram muito diversificados, onde cada um podia dar asas à sua imaginação, respeitando assim o ambiente; cada instituição podia escolher o seu tema dando assim uma abertura mais ampla para a confeção dos trajes.

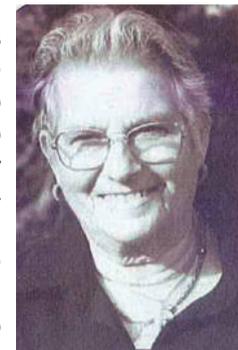
Os nossos utentes desfilaram com o tema "primavera em flor", onde foram reutilizados vários materiais, e com ajuda dos utentes, das funcionárias e da D. Madalena, transformaram a nossa fantasia cheia de cor e brilho.

No final foi oferecido um lanche a cada participante, por colaboradores da Esposende Ambiente.



Até sempre Maria Catarino

Os idosos do Centro de Dia/Convívio da ACARF, não podiam deixar de homenagear a D. Maria Catarino, que faleceu no dia 11 de fevereiro de 2016.



Aproveitamos para apresentar sentidas condolências à família enlutada.

O seu nome era Maria
Tinha nome de flor
Trazia sempre consigo
O coração cheio de amor.

Gostava de conversar
E à sueca jogar
Tinha sabedoria
Para nos ensinar.

Maria, nunca mais a esqueceremos
Desde a hora da partida
Um soluço amargurado
Uma lágrima sentida.

Até sempre Marília Costa

Os idosos do Centro de Dia/Convívio da ACARF, não podiam deixar de homenagear a D. Marília Costa, que faleceu no dia 11 de fevereiro de 2016.



Aproveitamos para apresentar sentidas condolências à família enlutada.

Pela nossa sala passou
Uma flor encantada
Para dar perfume ao ramo
E mais cor à nossa jarra.

De sorriso sempre aberto
E face sempre rosada
Com seu ar todo airoso
Sempre nos animava.

Era muito acarinhada
Por quem a rodeava
Trazia sempre no coração
A palavra que faltava.

Marília, nunca mais a esqueceremos
Desde a hora da partida
Um soluço amargurado
Uma lágrima sentida.

IV Encontro Intergeracional de Janeiras

No âmbito do Plano de Atividades do Programa "Envelhecimento Ativo, o Centro de Intervenção Cultural e Social de Palmeira de Faro (SICS), à semelhança dos anos anteriores, levou a cabo o IV Encontro Intergeracional de Janeiras no dia 29 de janeiro.

Por volta das 14,30 horas começaram a chegar muitos participantes das várias instituições do Concelho, para dar início a atividade da casa acolhedora.

Os primeiros a subir ao palco, por ordem estabelecida anteriormente, foram os Alunos da escola Básica do Barral; os nossos utentes aturaram em 7º lugar, com a canção (Dorme meu Menino).

Este evento encerrou com a atuação dos adultos e crianças da casa, que terminaram



a tarde com alegria e emoção.

Esta atividade é uma velha tradição que se mantém viva. São as raízes e o conhecimento dos mais crescidos, que passam para as novas gerações, com o intuito de transmitir às mesmas a alegria, boa disposição e sabedoria do antigamente.

No final foi oferecido um bolo-rei e uma garrafa de vinho, que a todos agradou.

Aprender a brincar na AAAF

Cá estamos mais uma vez para vos contar as aventuras deste mês.

Lembram-se daquelas viagens a Inglaterra? Parece que elas continuaram. Desta vez ensinaram-nos

uma canção muito divertida, que se chama "Head, Shoulders, Knees and Toes". Quanto à nossa veia científica, descobrimos o que são simetrias. Foi muito interessante! É verdade, lembram-se do Carnaval?! Bem, essa foi uma festa muito colorida, cheia de sorrisos e boa disposição.

Hoje estamos com pressa, mas não se preocupem que no próximo mês cá estaremos. Adeus!



Visita ao Salão de Motas de Competição

No dia 29 janeiro fomos à primeira edição do Salão de Motas de Competição na Zona Industrial de Esposende.

Quando lá chegámos, vimos



três pilotos: o Martim, que tem sete anos, o Paulo Gonçalves, um famoso piloto que participou no Dakar e o Alex Laranjeira. Depois de vermos a exposição, tirámos uma fotografia de grupo com o Paulo Gonçalves e pedimos-lhe um autógrafa num cartaz com uma fotografia

sua. Quase no final, tivemos a oportunidade de subir às motas que estavam expostas e tirámos algumas fotografias.

Podemos dizer que foi uma tarde interessante, divertida e diferente, que nos permitiu conhecer pilotos famosos e motas fantásticas.



CONVOCATÓRIA

Assembleia Geral Ordinária

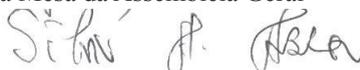
Silvio de Azevedo Abreu, presidente da Assembleia Geral da ACARF, convoca, conforme estatuido no n.º2, alínea b) do artigo 29º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Ordinária, para o dia **30 de Março de 2016**, pelas **21h**, na sede social da ACARF, sita na Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-439 Forjães, com a seguinte ordem de trabalhos:

- 1) Análise, discussão e votação do Relatório de Contas da Gerência relativas ao ano de 2015, bem como do parecer do Conselho Fiscal.**
- 2) 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, 29 de fevereiro de 2016

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral



Silvio de Azevedo Abreu

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães fevereiro 2016

CARNAVAL 2016

Associação de Estudantes

Foram muitas e variadas as atividades desenvolvidas pela Associação de Estudantes no mês de fevereiro.

A primeira foi o torneio de futsal, em que participaram 12 equipas de 2º e 3º ciclos.

No dia 5, teve lugar no polivalente da nossa escola o baile de Carnaval. Neste, aconteceu também o Concurso de Máscaras, no qual participaram 40 estudantes. A vencedora deste

desfile foi a Inês Santos do 8º A. O famoso dia de S. Valentim não passou despercebido para a comunidade escolar. A Associação de Estudantes dinamizou uma troca de cartas que fez a felicidade de muitos.

Ana Rita Sá e Cristiana Vale
Fotografia: Beatriz Sá e Ana Rita Ribeiro



Desfile

Na manhã do dia 5 de fevereiro Os alunos do Jardim de Infância e 1º ciclo de Forjães Desfilaram pelas ruas da Vila E receberam muitos votos de parabéns.

Havia rainhas, princesas e fadas E até mesmo um louco cientista. Não faltaram os super-heróis Nem os que sonham ser futebolistas.

O desfile saiu da Escola Animado por música de Carnaval Pelas ruas, todos paravam e se encantavam Com esta festa sem igual.

Espalhou-se alegria e animação Desde a rua da Santa até ao Lar Aí recarregaram-se as baterias Para ir ao Centro Comercial passear.

A tarde também contou com grande folia No Baile de Máscaras do Polivalente Todos cantaram, dançaram e riram Foi diversão para toda a gente. A turma 011G do 3º ano



As Janeiras

No primeiro mês do ano As Janeiras fomos cantar A escola saiu à rua Para a tradição continuar.

Durante alguns dias A música ensaiámos E para ficarmos bonitos As coroas enfeitámos!

Sáímos da escola todos juntos a caminhar Batemos às portas das casas Para em coro cantar E os instrumentos tocar.

Algumas pessoas Foram muito bondosas Deram-nos ofertas Úteis e generosas!

Queremos também à A.C.A.R.F agradecer Pelo transporte das crianças Que permitiu o costume manter Com alegria e confiança!

Turma 011 do 4º ano



Sessão com eurodeputado Engº José Manuel Fernandes

No passado dia 15 de Janeiro, na Escola Básica António Rodrigues Sampaio, nas Marinhas, no âmbito do Programa Nacional do Parlamento dos Jovens, esteve presente o Eurodeputado Engº José Manuel Fernandes. A sua presença teve como objetivo principal a abordagem do tema anual deste programa, que este ano é "Racismo, Preconceito e Discriminação", bem como contactar com a

realidade vivida por um representante nacional eleito para o Parlamento Europeu, pois esta foi uma atividade destinada especialmente para todos os membros das diferentes listas candidatas à eleição de representantes à Sessão Escolar.

A sua presença permitiu o esclarecimento e reconhecimento da importância da Europa no mundo, assim es-

clarecer brevemente o modo de funcionamento das instituições da União Europeia e o seu trabalho como Eurodeputado. Foi possível ainda tratar e alertar para os graves problemas e desafios com os quais a Europa se depara na atualidade, nomeadamente no que toca às questões relacionadas com os refugiados.

Tratou-se de uma sessão repleta de conteúdo com inte-

resse, na qual o Engº José Manuel Fernandes foi dando conta dos temas de particular interesse, quer no seu trabalho, quer para a União Europeia, tendo ainda respondido a questões levantados pelos alunos.



As vespas não fazem mel?

As crianças do Centro Escolar de Forjães participaram na atividade “As vespas não fazem mel?”, promovida pelo Centro de educação Ambiental, no âmbito do “Mês da Ciência”, que visa dar a conhecer as principais diferenças entre as abelhas e as vespas.

A iniciativa engloba atividades relativas ao conhecimento do complexo e organizado mundo das abelhas e das vespas. Após ouvirem atentamente a história, contada por uma das técnicas que acompanhou o grupo, passou-se à exploração do conjunto de painéis informativos dedicados às abelhas e à forma como se organizam nas colmeias, bem como alguns materiais e utensílios ligados à atividade apícola e cuidados a ter na sua presença. De seguida foi a vez de ouvirem a explicação acerca da vida das vespas e das diferentes espécies existentes, bem como a sua forma de vida e modo de agir. As crianças tiveram a oportunidade de observar de perto os ninhos das vespas e as colmeias das abelhas.

Foi uma manhã em cheio!!!

Educadora Rita Caetano



PROVA DE ESTRADA - Atletismo

Decorreu, pelo sétimo ano consecutivo, a Prova de Estrada integrada nos Jogos Desportivos Escolares do conselho de Esposende. Promovidos pelo Município com o principal objetivo de envolver alunos dos 2º, 3º ciclos e secundário das várias escolas do conselho proporcionando intercâmbio e atividade física.

“No dia 29 de fevereiro, os alunos apurados da E.B.F. participaram na prova de atletismo na cidade de Esposende. Foi com muita vontade e entusiasmo que os atletas correram pela marginal, lutando por um lugar no pódio! Cada escalão etário tinha distâncias diferentes a percorrer, e adversários das várias escolas do conselho, os melhores estavam lá... No final da atividade tivemos direito a um pequeno lanche e a uma cerimónia de entrega de prémios. Depois de uma manhã bem passada regressamos à escola, acompanhados pelos nossos professores.”

Beatriz Ribeiro 7ºA



Cosmética Natural 100% Alto Minho

A Escola Básica de Forjães mais uma vez foi premiada pela Fundação Ilídio Pinho no Concurso de Ideias com um projeto de ciência “Cosmética Natural 100% Alto Minho”.



Este projeto que tem por objetivo principal a produção de cosméticos apenas com matérias primas do Alto Minho, será realizado por alunos do 3ºciclo da EB de Forjães nas disciplinas de CN e de FQ, com o apoio da ET e da EV em algumas fases. A par da produção será realizado um trabalho de investigação sobre as propriedades das matérias primas a utilizar em parceria com as Universidades. Pretende-se rentabilizar alguns recursos naturais da faixa litoral norte, fabricar produtos de cosmética naturais e dar visibilidade a recursos naturais subaproveitados.

Profª Fernanda Garrido

Literacia 3D - O desafio pelo conhecimento

Vencedor!

Começamos o ano com boas notícias. O aluno Gabriel Gonçalves do 5ºA, foi vencedor no concurso “Literacia 3D - O desafio pelo conhecimento”, promovido pela



Porto Editora e representará o 5º ano do agrupamento, na competição distrital, que decorrerá entre 29 de fevereiro e 4 de março, na capital do distrito.



CLUBE DE ORIENTAÇÃO – “POM” e “NAOM”



O Portugal “O” Meeting (POM) e o Norte Alentejano “O” Meeting (NAOM) são os dois eventos internacionais mais importantes de orientação pedestre realizados anualmente no nosso país. Envolvem atletas de 25 nacionalidades diferentes para além dos atletas portugueses, pois estas etapas estão integradas no Ranking Mundial e na Taça de Portugal.

Alguns atletas dos escalões de juvenis e juniores do Clube de Orientação da Escola Básica de Forjães marcaram presença neste palco de estrelas mundiais! Foram eles: Guilherme Ribeiro, Roberto Torres, Inês Correia e Nuno Pereira.

“No passado dia 5 de fevereiro, partiu um conjunto de atletas em representação da Escola Básica de Forjães para participarem no POM 2016. O evento decorreu de 05 a 09

de fevereiro em Penamacor. Usufruíram de uma parceria com o Clube Amigos da Montanha de Barcelos, que lhes facultou o transporte para as diferentes localizações das provas. Porém não eram os únicos em “Terras do Lince”, estavam lá mais de 2000 atletas de diferentes nacionalidades. Para além do empenho nas várias etapas, tiveram um carnaval maravilhoso tendo sido aproveitado para um pequeno “circuito turístico” pela pequena vila de Penamacor que teve como principal atração turística o seu Castelo. Em termos de resultados, estes foram maioritariamente positivos em todas as provas, tendo correspondido às suas expectativas e às da sua treinadora. Resumidamente, passaram cinco dias inesquecíveis onde foram postos à prova, adaptaram-se a novos mapas de diferentes escalas com grande exigência técnica e partilharam técnicas de navegação com outros atletas.”

Inês Correia (ex-aluna da EBF e atleta do Clube de Orientação)



Boletim Nascente Escolar
fevereiro 2016



Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: Prof.ª Anabela Freitas, Eco-Escolas e Orientação—D.E., Prof.ª Armanda Moura, Prof.ª Goreti Figueiredo, Biblioteca Escolar, Prof.ª Lurdes Loureiro, Biblioteca Escolar, Prof.ª Rosa Felgueiras, Direção; Prof. José Pinho, Direção, e todos os que assinaram os artigos.
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

O FORJANENSE, de 29 de fevereiro de 2016, nº 316

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral - Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº 19, Edifício Nova Cidade, 4740-304 Esposende - Tel. 253986350 – Fax. 253986351 – Tlm. 961553040 - Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 71 e seguintes, do livro nº. 97-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de quinze de fevereiro de dois mil e dezas-seis, uma escritura de JUSTIFICAÇÃO, na qual:-----

RICARDO DA COSTA CASEIRO e mulher **MARIA MANUELA VIEIRA OLIVEIRA CASEIRO**, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ele natural da freguesia de Belinho, concelho de Esposende e ela natural da freguesia de Vila Frescaíña (São Martinho), do concelho de Barcelos e residentes na Rua do Feital, n.º 47, em Belinho, contribuintes fiscais números 253 833 159 e 237 351 960, **declararam**:-----

Que são donos e legítimos possuidores de um prédio urbano composto por casa de rés-do-chão, andar, dependência e logradouro, destinado a habitação, sito na referida Rua do Feital, n.º 47, lugar do Feital, em Belinho, da atual União das Freguesias de Belinho e Mar, concelho de Esposende, descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número **MIL CENTO E SESENTA E DOIS / BELINHO**, aí registado a seu favor pela apresentação mil novecentos e oitenta e dois, de vinte e seis de agosto de dois mil e quinze, inscrito atualmente na respetiva matriz sob o artigo 519, daquela união de freguesias. Que este prédio foi já edificado por volta do ano de mil novecentos e setenta e dois, por anteriores proprietários, e ao abrigo do Alvará de licença de construção n.º 208/72, emitido pela Câmara Municipal de Esposende, sendo que, desde a sua construção, tem as seguintes janelas/aberturas: a) - Na sua fachada virada a nascente, ao nível do rés-do-chão; uma janela com a largura de oitenta centímetros e com a altura de cento e dez centímetros;----- b) - Na sua fachada virada a nascente, ao nível do andar, uma janela com a largura de oitenta centímetros e com a altura de cento e dez centímetros e uma varanda com a

extensão de cento e sessenta centímetros; c) - Na sua fachada virada a sul, ao nível do rés-do-chão, uma janela com a largura de quatrocentos centímetros e com a altura de noventa centímetros;-----

d) - Na sua fachada virada a sul, ao nível do andar, uma janela com a largura de cento e quarenta centímetros e com a altura de cento e dez centímetros, uma janela com a largura de cem centímetros e com a altura de cento e dez centímetros, uma porta com a largura de oitenta centímetros e com a altura de duzentos centímetros, uma janela com setenta centímetros e com a altura de cento e dez centímetros e uma varanda com a extensão de novecentos e oitenta centímetros.-----

Ora todas as aberturas (janelas, porta e varandas), deitam diretamente para o seguinte prédio a saber: Prédio urbano composto por casa com dois pavimentos e logradouro, destinado a habitação, com a área coberta de sessenta e cinco metros quadrados e descoberta de duzentos e seis metros quadrados, sito na Rua Padre Avelino Alves Sampaio, n.º 21, Lugar de Feital, em Belinho, daquela União das Freguesias de Belinho e Mar, concelho de Esposende, descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número **MIL NOVECENTOS E CINCO / BELINHO**, inscrito na respetiva matriz sob o atual artigo **463**, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 556 urbano, da extinta freguesia de Belinho. Que este prédio se encontra registado na citada Conservatória a favor de Rosa da Conceição de Carvalho Couto e marido José Torres Viana, casados sob o regime da comunhão geral, residentes na dita Rua Padre Avelino Alves Sampaio, n.º 21, pelas apresentações nove e dez, ambas de onze de setembro de dois mil e seis. Que o referido José Torres Viana já faleceu pelo que o referido prédio encontrando-se inscrito na respetiva matriz a favor da herança ilíquida e indivisa aberta por óbito do mesmo com o

NIF 707 622 107.-----

Que a abertura daquelas janelas, porta e varandas existentes ao nível do rés-do-chão e andar, embora constantes do citado projeto aprovado junto da Câmara Municipal de Esposende, aquando da construção do edifício as mesmas não foram abertas e construídas tendo em conta as localizações e dimensões aprovadas, uma vez que os então proprietários não cumpriram escrupulosamente o projeto aprovado, nem demais condições que lhes haviam sido impostas. Que, os ora justificantes, tendo em vista o licenciamento da utilização do edifício e respetivas obras junto da Câmara Municipal de Esposende, necessitam de fazer prova junto daquela entidade, da existência de uma servidão de vistas daquele seu prédio sobre o prédio vizinho, relativamente às indicadas aberturas.-----

Que a existência daquelas janelas, porta e varandas, desde a data de abertura das mesmas, ou seja desde o ano de mil novecentos e setenta e dois, permite quer as vistas quer a devassa para aquele prédio contíguo e acima identificado.-----

Que do exposto resulta que o seu prédio urbano de que são proprietários e acima identificado beneficia e goza já de uma servidão de vistas sobre aquele prédio contíguo ao seu, servidão essa aparente, porque as janelas, porta e varandas abertas e construídas se encontram à vista, tendo o seu uso sido contínuo e ininterrupto porque as mesmas sempre existiram e em momento algum foram tapadas ou objeto de qualquer alteração desde a sua abertura/construção, ou seja durante mais de vinte anos, à vista de toda a gente e na convicção de exercerem um direito de uso próprio, sendo que a serventia e uso das aberturas se tem mantido ao longo dos anos, nomeadamente desde a abertura e construção das mesmas, mantida sem qualquer violência e exercida sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poder ser conhecida por

quem tivesse interesse em contrariá-la.----
Que tal servidão assim mantida e exercida o foi em nome e interesses próprios e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral uso das citadas janelas, porta e varandas, nomeadamente abrindo as janelas, utilizando a porta como acesso, utilizando as varandas para os mais diversificados fins que as mesmas permitem, bem como gozando das respetivas vistas sobre aquele prédio contíguo, inclusive podendo devassá-lo.-----

E que a existência das referidas janelas, porta e varandas, não tendo nunca sido contestada, por ter sido sempre pacífica, de conhecimento público e de uso contínuo, durante mais de vinte anos, facultou-lhes já a constituição de uma **SERVIDÃO DE VISTAS** por **USUCAPIÃO**, sobre o acima identificado prédio urbano inscrito na respetiva matriz sob o artigo 463 e a favor do seu prédio acima melhor identificado, o descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número **MIL CENTO E SESENTA E DOIS / BELINHO**, servidão essa que consiste no facto de que no prédio serviente (o referido artigo 463 urbano), exclusivamente na partes voltadas a poente e a norte para o prédio dominante (artigo 519 urbano), não poderão ser construídas paredes, muros ou qualquer outro tipo de edificação que distem menos de um metro e meio da edificação dos primeiros outorgantes, já existente no sentido de garantir a vista e devassa do prédio dos primeiros outorgantes, através das janelas, porta e varandas nele existentes que deitam para o prédio serviente, servidão esta à qual atribuem o valor de **QUINHENTOS EUROS**.-----
Mais se informa que estas declarações foram confirmadas por três testemunhas.----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.-----

Esposende, 15 de fevereiro de 2016.

A Notária
Andreia da Silva Amaral

Estatuto editorial

- "O Forjanense" é uma publicação periódica de carácter local e regional, independente de qualquer poder político, económico, religioso e associativo.

- "O Forjanense" dedica-se à defesa dos interesses locais do concelho e da região, e à promoção de valores culturais, sociais e económicos das suas populações.

- Enquanto órgão de informação fundado pela ACARF, "O Forjanense" procurará ser o espelho das atividades por esta desenvolvidas, nas suas diversas valências.

- "O Forjanense" terá como objetivo e preocupação uma informação o mais rigorosa possível, isenta, apartidária, objetiva e pluralista, de modo a refletir a diversidade e riqueza do pensamento e da atua-

ção dos diversos parceiros sociais.

- "O Forjanense" compromete-se a cumprir os princípios éticos e deontológicos inerentes à atividade jornalística, a respeitar a dignidade, os direitos e a boa-fé dos cidadãos, e a pugnar por uma sociedade mais justa, solidária e humanista.

- Em "O Forjanense", os artigos de opinião são de exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal. Este não assume o compromisso de publicar obrigatoriamente as cartas ou textos não solicitados, reservando-se no direito de publicar apenas o essencial.

Forjães, 25 de novembro de 2015
O Diretor de "O Forjanense"
Carlos Gomes de Sá



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

Escola de Condução Rio Neiva, Lda

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



Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

969 584 228

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

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º cairo; salmo = 2º l; baixada; p = 3º a.t.; trapo; te = 4º rua; amo; mor = 5º arro; a; mama = 6º bananeira = 7º vide; i; lida = 8º ano; asa; ais = 9º da; bunda; aí = 10º i; caloria; l = 11º outro; orago =

Verticais

1º clara; vadio = 2º a; turbina; u = 3º i.b.; arado; c.t. = 4º rat; one; bar = 5º oira; a; aulo = 6º xamanismo = 7º sapo; e; adro = 8º ado; mil; air = 9º la; maria; a.a. = 10º m; tomadia; g = 11º ópera; asilo =



Forjães SC luta pela manutenção com todas as suas forças

Quando faltam dez jornadas para o término do campeonato, o Forjães SC vai-se mantendo acima da linha de água, lutando pela permanência neste difícil campeonato. Tem sido uma época complicada, onde claramente gostaríamos de estar melhor classificados, mas tal não foi possível, em parte porque nem sempre conseguimos o resultado merecido e, por outro lado, porque tem sido uma época atípica em termos de lesões graves e impedimentos.

No final de janeiro, o técnico Aníbal Ferreira, por sua vontade própria, deixou o Forjães e foi substituído por Jó Faria. O Forjães SC deixa aqui mais uma vez uma palavra de agradecimento ao Aníbal e aos seus colaboradores por tudo aquilo que deram ao clube em sua representação.

Em parte devido às inúmeras lesões que este ano castigaram o nosso plantel, constituído inicialmente com 20 elementos (quicá curto?), do qual perdemos Tiago Fernandes e Henrique, desde muito cedo, rotura de ligamentos cruzados do joelho, e Tójo, este por impedimento de ordem pes-

soal, os três até ao final da época. Também João André R., esteve parado entre dezembro e o final de fevereiro, Paulinho desde o início de janeiro e até final da época; a tudo isto temos ainda que somar outras lesões com tempo de recuperação mais curto. Por tudo isto, já em dezembro, o Forjães SC voltou a contratar o médio defensivo Gaby, que regressou a uma casa já sua conhecida, em meados de fevereiro, depois de muita procura, asseguramos os serviços de Jaka, e, já nesta última semana, asseguramos a colaboração de Vicente (ex-Oliveirense) e Alenitchev (Ex-Prado), que a partir do próximo domingo já estarão à disposição de Jó Faria.

Pelas razões atrás referidas, pela qualidade dos nossos adversários e por alguns momentos de infelicidade em determinados jogos, não nos encontramos numa posição tranquila conforme pretendíamos. Mas, isto é futebol e o futebol é mesmo assim: com o passar das jornadas tem vindo a imperar a lei dos mais fortes, grupo no qual infelizmente não conseguimos argu-

mentos para lá andar.

Na taça AF Braga estamos agora nos quartos-de-final e vamos ver o que a sorte nos reserva para a próxima eliminatória desta competição.

Em relação à formação e aos veteranos, todas as equipas continuam a participar nos respetivos campeonatos distritais e também nos campeonatos concelhios, com o Forjães SC a mostrar muita dignidade nas suas participações.

Calendário do Forjães SC para as últimas 10 Jornadas

25ª Prado – Forjães SC (6/03)
 26ª Forjães SC – Marinhãs (13/03)
 27ª Joane – Forjães SC (20/03)
 1/4 Final da Taça (26/03)
 28ª Forjães SC – Ninense (3/04)
 29ª Ronfe – Forjães SC (10/04)
 30ª Forjães SC – Antime (17/04)
 31ª Travassós – Forjães SC (24/04)
 32ª Forjães SC – Amares (1/05)
 33ª Serzedelo – Forjães SC (8/05)
 34ª Forjães SC – Vieira (15/05)

CLASSIFICAÇÃO

		P	J	V	E	D
1	Merelinense	52	24	16	4	4
2	Brito SC	47	24	14	5	5
3	Maria da Fonte	46	24	14	4	6
4	AD Ninense	45	24	13	6	5
5	CCD Santa Eulália	44	24	13	5	6
6	Caç. Taipas	44	24	13	5	6
7	Vieira	40	24	9	13	2
8	Serzedelo	38	24	11	5	8
9	GD Joane	34	24	8	10	6
10	FC Amares	32	24	8	8	8
11	Santa Maria	31	24	8	7	9
12	Forjães	25	24	7	4	13
13	Marinhãs	24	24	6	6	12
14	Terras de Bouro	23	24	6	5	13
15	GD Travassós	20	24	6	2	16
16	GD Prado	19	24	4	7	13
17	OFC Antime	15	24	4	3	17
18	Desp. Ronfe	15	24	2	9	13

Resumo das Jornadas

1/8 Final da Taça AF Braga 28-02-2016

Louro 0-3 FORJÃES SC
 Campo de jogos do Louro (Famalicão)

No segundo quarto de hora arrumamos o jogo

Um jogo que o Forjães encarou com a máxima seriedade e com toda a disponibilidade, pois sabia que pela frente iria encontrar um adversário aguerrido, uma equipa de luta e com valor, num campo difícil, sobretudo pelas dimensões reduzidas que apresenta. Desta forma, seguimos em frente, estamos agora no lote das últimas oito equipas, numa competição que qualquer

clube gostaria de conquistar.

Em relação à partida, entramos bem no jogo, a controlar as operações e com muita objetividade na estratégia e na abordagem definidas. Aos poucos fomos mostrando superioridade e ameaçando fazer golo. À passagem do quarto de hora, Reko abriu o marcador, numa bela jogada, um grande passe, com o nosso avançado a finalizar superiormente. O mesmo Reko ampliou aos 24 minutos, aproveitando da melhor forma um desentendimento na defensiva adversária, fazendo mais um belo golo de ângulo apertado. À passagem da meia hora, Gaby desviou de cabeça, no primeiro poste, e colocou-nos a vencer por 3-0. De certa forma, em 15 minutos resolvemos a partida, sendo importante ressaltar que fizemos uma boa 1ª parte, perante um adversário que nunca

virou a cara à luta e que dignificou muito esta nossa vitória.

Em relação à segunda metade, temos que reconhecer que, com o passar dos minutos, os nossos homens foram sentindo que a eliminatória estava ultrapassada e, como é natural, acabamos por baixar um pouco a qualidade de jogo, sem nunca descurarmos os princípios e a abordagem para ele definidos. Foi, portanto, uma partida agradável, apesar do frio, onde carimbamos com justiça a passagem aos quartos-de-final. Os nossos rapazes estão de parabéns pelo excelente resultado conseguido e por mais uma vez terem mostrado que não facilitam.

FSC: André; Magalhães, Carlos, Óscar e Tony (C.); Gaby, Luís Salgueiro, Tiago Lopes, Luís Barbosa (João André R. aos 77), Rui Rodri-

gues (Postiga aos 65) e Reko (Jaka aos 70). Não jogaram: Salgueiro, Alex, Luan e Hugo. Treinador: Jó Faria
 Golos: 0-1 Reko aos 16 minutos; 0-2 Reko aos 24 minutos; 0-3 Gaby aos 31 minutos.

23ª Jornada, Pró-nacional 14-02-2016

FORJÃES SC 2-1 Merelinense
 Estádio Horácio Queirós

O líder tombou em Forjães

Numa tarde de muito frio e algo chuvosa, os nossos homens encheram os nossos corações de emoção e alegria, pois, dez jornadas depois, finalmente voltamos a vencer, e logo **continua na pág. seguinte**

Talhos Sr^a da Graça, Lda



**carnes verdes
 fumadas
 salgadas
 carne de cavalo
 porco preto
 todo o tipo de caça (por encomenda)**

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

II Av. Santa Marinha, C. C. Duas Rosas / 4740-438 Forjães / Tel. 253 872 726; tlm. 917 658 007

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

o líder da classificação. Voltamos a fazer um bom jogo, uma grande primeira parte e uma segunda metade também de bom nível, mas mais repartida, só que este jogo teve uma particularidade, que há alguns jogos nos fugia, a conquista dos três pontos em disputa... foi bom podermos voltar a sentir o calor das vitórias, uma experiência que queremos repetir mais vezes.

Quanto ao jogo, o incansável Reko abriu o marcador aos 18 minutos, numa boa esgueirada sobre a direita do ataque, culminada com um remate vitorioso. Não durou muito a vantagem, porque o Merelinense, 5 minutos depois, empatou de grande penalidade, com Salgueiro a adivinhar o lado, mas a não conseguir parar o golpe. Foi uma boa primeira parte, com sinal mais para os nossos homens, que ao intervalo mereciam estar em vantagem, pelo maior volume de jogo ofensivo e de oportunidades de golo criadas. Na segunda metade, o Merelinense procurou puxar dos galões de líder, mas os nossos guerreiros não se deixaram intimidar, respondendo sempre à letra e mostrando que queriam mais do que a divisão de pontos. Já dentro do último quarto de hora, Óscar cabeceou para o 2-1, que nos viria a dar três pontos. Contudo, para isso acontecer, aos 88 minutos, o guarda-redes Salgueiro teve de se aplicar a fundo para evitar o empate, defendendo categoricamente a segunda penalidade, assinalada contra a nossa equipa. Foi um momento de soberba alegria. Depois, o Forjães, mesmo reduzido a dez, soube ser forte e corajoso para aguentar o ímpeto final do líder.

Foi uma grande vitória, perante um grande adversário, conseguida através de um coletivo muito forte, que deu tudo e mais alguma coisa, em suma, um grupo de valentes guerreiros, que honram a camisola que vestem.

FSC: Salgueiro; Magalhães, Carlos Gonzalez (expulso aos 88 minutos), Óscar e Tony (C.); Luís Salgueiro, Tiago Lopes (Gaby aos 75), Postiga (Luís Barbosa aos 84), Rui Rodrigues, Pedro José e Reko (Jaka aos 89). Não jogaram: Naifas, Alex, Hugo e Fred (Júnior) Treinador: Jó Faria
Golos: 1-0 Reko aos 18 minutos; 1-1 aos 23 minutos; 2-1 Óscar aos 80 minutos.

24ª Jornada, Pró-nacional 21-02-2016

FORJÃES SC 2-3 Maria da Fonte
Estádio Horácio Queirós

O pássaro esteve na mão, mas fugiu

Um jogo onde saímos a vencer por 1-0 ao intervalo, fruto da raça e da entrega da nossa malta, perante um adversário que apresenta bons argumentos. No início da 2ª parte, o Maria da Fonte empata, mas, no minuto seguinte, voltamos a colocar-nos em vantagem. Aos 83 minutos, com as operações controladas, um autogolo de muita infelicidade coloca o jogo em 2-2. Depois, já dentro dos 4 minutos de compensação e num lance onde a equipa adversária iria devolver a bola (como até ali sempre tinha acontecido no jogo), esta havia sido colocada fora para permitir a assistência de um atleta abalroado... Os homens do Maria da Fonte não a deram, foram rápidos para cima, cruzamento para a área, com a nossa equipa naturalmente desposicionada e com a bola a sobrar para um homem do Maria da Fonte, que fruto da falta de "fayr play" (da treta?!), se encontrava sozinho e bem posicionado e atirou a contar. Depois fizemos a reação possível e deveríamos ter beneficiado da oportunidade de empatar o jogo, pois houve imagens a circular pelas redes sociais, que falam por si, mas ninguém viu, porque beneficiar de uma grande penalidade em cima do término do encontro não é para todos... Enfim, sentimo-nos tristes e revoltados, mas não vamos enterrar a cabeça na areia, lutaremos pelo lugar a que temos direito com todas as nossas forças, ainda que contra ventos e marés.

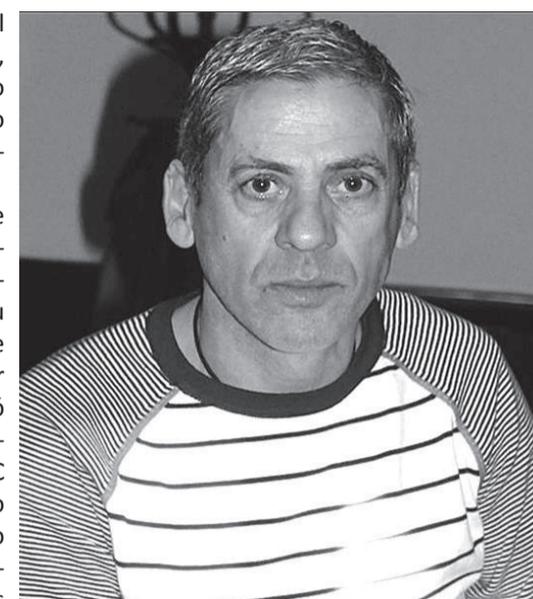
FSC: Salgueiro; Magalhães, Jaka (Gabi aos 75 minutos), Óscar e Tony (C.) (Luís Barbosa aos 38 minutos); Luís Salgueiro, Tiago Lopes, Postiga, Rui Rodrigues, Pedro José (Expulso aos 90+3) e Reko. Não jogaram: Naifas, Alex, Luan, Hugo e João Pedro (Júnior) Treinador: Jó Faria
Golos: 1-0 Óscar aos 25 minutos; 1-1 aos 49 minutos; 2-1 Luís Salgueiro aos 51 minutos, 2-2 Autogolo aos 83 minutos, 2-3 aos 90+1

Jó Faria sucedeu a Aníbal Ferreira

A escolha do substituto de Aníbal Ferreira recaiu no fagueiro Jó Faria, que assim assume o comando técnico da nossa equipa sénior, coadjuvado pelo professor Tiago Losa e por António Pereira.

Jó Faria, de 52 anos, é natural de Fão, sendo um treinador com um currículo alargado, sobretudo em equipas do nosso concelho, onde treinou Esposende, Fão e Marinhãs, durante vários anos. É também um conhecedor profundo da competitividade do Pró nacional, o que, aliado às suas qualidades, levou a direcção do Forjães SC a requisitar os seus serviços. O nosso novo timoneiro caracteriza-se como um homem íntegro, competente e dedicado, de corpo e alma, aos desafios que lhe são colocados.

Para já, nos quatro jogos que orientou, conquistou duas vitórias e conheceu



o amargo sabor da derrota noutros tantos jogos, sendo de salientar a vitória sobre o líder Merelinense, em Forjães.

Noite de Fado

Sexta-feira, 4 de março, às 21:30 no Auditório Municipal de Esposende

O FORJÃES SPORT CLUB leva a efeito mais uma NOITE DE FADO, visando a angariação de fundos para fazer face aos seus compromissos. Uma organização só possível graças à colaboração do amigo Agostinho Maciel e ao patrocínio e participação de muitos amigos do clube. A todos aqueles que gostam de fado e a todos aqueles que simplesmente gostam de colaborar ou participar, apelamos à sua presença.

No evento vão participar artistas de primeiro plano da canção nacional, tais como:



Fadistas: Maria da Nazaré; António Passão; Joana Cruz; Adélia Moreira.

Coordenação e apresentação: Poeta Fernando Campos de Castro, que também declamará a sua poesia.

Guitarristas: Miguel Amaral; André Teixeira e Filipe Teixeira.

A participação custa uma ajuda de 10 Fados, por isso, não fique em casa participe e ajude o Forjães SC.

Um agradecimento especial a todos aqueles que patrocinam este espetáculo.



Zé dos Leitões
Forjães - Esposende

Av. Marcelino Queirós, 130/140
Loja 14 - 4740-438 Forjães
Tel. 253 876 074 - Tlm. 965 166 956



Ponte Neiva
Neiva - Viana do Castelo

Av. de S. Romão, 10
4935 Neiva Viana do Castelo
Tel. 258 871 466 - Fax. 258 371 420





EUROMASTER IDEAL PNEUS

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

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

Opinião



Pe. Luís Baeta

O Carnaval

até procissões, porque o Carnaval é festa de máscaras e de roupas coloridas de tons festivos acompanhadas de danças extraordinárias que nos fazem admirar tantas vezes nos outros as qualidades extraordinárias da alegria e da boa disposição. Algo que não entendo é como no nosso país vemos – e falo sobretudo de experiências vividas entre Viana do Castelo, Barcelos, Braga e Cabeceiras de Basto, terras tão marcadas por tradições cristãs – pessoas disfarçadas de freiras e de padres, como se estes fossem máscaras, que praticam todo o tipo de atrocidades e atentados à fé. Não entendo como pessoas que parecem frustradas por algo que lhes sucedeu na vida em contacto com a religião se vestem de padres nem como carregam sacrilegamente cruces ao peito e roçam os órgãos sexuais em capelas e transportam Bíblias que abrem com gosto, porque no seu interior há mulheres despidas, ou atiram água imitando o gesto sagrado de abençoar. Não entendo, por fim, como, para além disso e de alguns políticos, quase não se veem disfarces e críticas a outras profissões tão faladas nos meios de comunicação social, desde juízes e advogados, a polícias ou gestores corruptos, sem obviamente particularizar.

Sim, sei que me podem evocar o ditado popular de que «É Carnaval: ninguém leva a mal!», mas continua a haver bastantes coisas que me preocupam, sobretudo a forma livre como hoje se joga com o sagrado e

a forma pouco sagrada como hoje se abordam os temas da fé. Afinal foram eles que regeram durante séculos a vida dos nossos queridos familiares e antepassados. Quem nos consideramos para pôr tudo em questão tão desenfreadamente como se todos os que nos precederam tivessem sido ignorantes? Como se nas suas vidas não tivessem sentido a mão de Deus ou vivido os seus milagres pessoais? Será vergonha? Será um grito de falsa liberdade ou de autossuficiência? Fiquei espantado como de um cortejo de Carnaval a que assisti recentemente fazia parte, quase sem faltar nada, uma procissão. Sim, é verdade que nada ali havia de mal e de insultuoso, tirando o uso de vestes sagradas verdadeiras e o facto de muitos dos que a integravam nunca serem vistos em procissões verdadeiras. Já se encontram paróquias onde numa procissão ninguém se disponibiliza para levar o seu único andor. Mas no Carnaval não falta quem faça parte.

Talvez a melhor forma de viver esta festa seja realmente imitar os mais pequenos, das escolas. São de verdade os mais felizes e os que mais se divertem e, contudo, os que menos se vestem para criticar, cobiçar ou satirizar. O que precisamos é de ser assim: vestidos em grandes grupos de abelhas ou apicultores, alunos e professores, polícias e doutores, padeiros e flores. E são afinal quem melhor fazem as delícias do Carnaval!

O FORJANENSE, de 29 de fevereiro de 2016, nº 316

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral - Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº 19, Edifício Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel. 253986350 – Fax. 253986351 – Tlm. 961553040
Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 84 e seguintes, do livro nº. 97-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de dezasseis de fevereiro de dois mil e dezasseis, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO**, na qual figuram como justificantes:----**ZACARIAS GONÇALVES DA TORRE** e mulher **ROSA PASSOS ALVES PEREIRA DA TORRE**, casados sob o regime da comunhão geral de bens, ambos naturais da freguesia de Apúlia, concelho de Esposende e nela residentes na Rua Casa do Povo, nº 19, Lugar da Areia, contribuintes fiscais números 158 406 559 e 157 326 047, tendo **DECLARADO**: Que são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, do seguinte bem:-----

Metade indivisa do prédio rústico, composto por terreno para horta, com a área de mil duzentos e sessenta metros quadrados, situado no Sítio do Prazo das Pôças, em Apúlia, atual união das freguesias de Apúlia e Fão, concelho de Esposende, a confrontar, atualmente, do norte com André Rodrigues Pereira, do sul com caminho, do nascente com Adelino Fernandes Faria e do poente com Secundino Faria Hipólito, descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob a ficha número QUATRO MIL DUZENTOS E NOVENTA E UM / APÚLIA, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 3735, o qual corresponde ao artigo 3166 rústico, da extinta freguesia de Apúlia, o qual por sua vez proveio de parte do artigo 2849 da antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT correspondente àquele direito de € 350,87.

Que o citado prédio já se encontra registado na citada Conservatória a seu favor, quanto a metade indivisa, pela apresentação quatro, de dezasseis de fevereiro de mil novecentos e oitenta e dois, encontrando-se a restante metade indivisa, que ora se pretende justificar, sem qualquer inscrição em vigor.-----
Afirmaram que o imóvel veio à sua posse no ano de mil novecentos e oitenta e três, por divisão de coisa comum, nunca reduzida a escritura pública feita com Cesaltina de Faria Hipólito, solteira, maior, residente que foi no Lugar de Paredes, em Apúlia, neste concelho, pelo que não ficaram a dispor de título formal que lhes permita efetuar o respetivo registo na Conservatória do Registo Predial.-----
Não obstante não terem título formal de aquisição do referido direito, sempre estiveram na detenção e fruição do imóvel, durante mais de vinte anos, 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, posse essa que exerceram de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que invocam a **USUCAPIÃO** como causa de aquisição.-----
Declarações confirmadas por três testemunhas.-----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.-----
Esposende, dezasseis de fevereiro de dois mil e dezasseis.-----

A Notária

Andreia da Silva Amaral

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

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

Medalhões guarnecidos

800 g de lombo de novilho; sal e pimenta; 2 c. (sopa) de manteiga; 1 cebola; 2 dentes de alho; 2 c. (sopa) de rum; 100 g de queijo mozarela ralado; 1 pimento verde; 1 pimento vermelho; 1 pimento amarelo; 2 cenouras cozidas inteiras; 1 dl de azeite; cominhos em pó; 1 raminho de salsa; 1 raminho de agrião

Corte a carne em quatro pedaços e tempere com sal e pimenta. Core-os na manteiga e retire quando ganharem crosta. Misture na gordura a cebola às rodelas finas e os alhos picados. Deixe refogar, regue com o rum e junte a carne. Pegue fogo e, quando a chama se apagar, transfira para um tabuleiro. Disponha a cebolada e o molho, cubra com o queijo ralado e leve ao forno, por 15 minutos. Corte os pimentos aos cubos e as cenouras às rodelas e junte-os à carne. Regue com o azeite e, tempere com sal, pimenta e caminhos. Leve ao forno por 25 minutos, a 200° C. Decore com a salsa e o agrião.

Torta de laranja

500 g de açúcar; 2 c. (sopa) de farinha bem cheias; 1 c. (chá) de fermento em pó; 8 ovos; 2 laranjas médias (raspa e sumo); manteiga para untar; açúcar para polvilhar; laranja, cerejas em calda e hortelã

Numa tigela, coloque o açúcar, a farinha e o fermento em pó. Misture os ovos, um a um. Junte a raspa e o sumo das laranjas e mexa bem. Reserve. Unte um tabuleiro, polvilhe-o com açúcar e preencha com a massa. Leve ao forno preaquecido a 190° C, por cerca de 25 minutos.

Desenforme sobre um pano polvilhado com açúcar e enrole com o auxílio do mesmo pano. Deixe arrefecer e transfira para uma tarteira. Decore com laranja, cerejas em calda e hortelã.

O FORJANENSE, de 29 de fevereiro de 2016, nº 316

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral - Notária

Rua D. Pedro Cunha, nº 19, Edifício Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel. 253986350 – Fax. 253986351 – Tlm. 961553040
Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 77 e seguintes, do livro nº. 97-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de 15 de fevereiro corrente, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO**, na qual:-----

EMÍLIA OLIVEIRA DO VALE, solteira, maior, natural da freguesia de Palmeira de Faro, concelho de Esposende e residente na Rua do Bonfim, n.º 76, 2º andar, na cidade do Porto, contribuinte fiscal número 151 365 032, **DECLAROU**:-----

Que é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, do seguinte bem imóvel:-----

Prédio urbano, composto por casa com dois pavimentos e logradouro, destinado a habitação, com a superfície coberta de sessenta e oito vírgula vinte metros quadrados e descoberta de cento e sessenta e três vírgula oitenta metros quadrados, situado na Rua dos Combatentes, n.º 31, em Palmeira de Faro, atual união das freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, concelho de Esposende, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **698**, daquela união de freguesias, o qual teve origem no artigo 487 urbano, da extinta freguesia de Palmeira de Faro,

sendo que desconhece o artigo rústico no qual o mesmo foi implantado. Afirmou que o imóvel veio à sua posse em virtude de o ter adquirido no ano de mil novecentos e oitenta, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita por seus pais, Viriato Sousa do Vale e mulher Ana Gonçalves de Oliveira, residentes que foram na Rua dos Combatentes, Lugar de Terroso, em Palmeira de Faro.-----

Não obstante não ter título formal de aquisição do referido imóvel, sempre esteve na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, 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, posse essa que exercera de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que invoca a **USUCAPIÃO**, como causa de aquisição do referido imóvel.-----

Declarações confirmadas por três testemunhas.-----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
Esposende, 15 de fevereiro de 2016.

A Notária,
Andreia da Silva Amaral

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

1º capital do Egipto; cântico em louvor a Deus = 2º planície entre montanhas = 3º antigo testamento; pano usado e velho; nome da letra "t" = 4º caminho orlado de casas; patrão; o maior = 5º lodo; suga = 6º planta herbácea, originária das regiões quentes = 7º bacelo; farinha = 8º período de doze

meses; membro empenado das aves; gemidos = 9º oferece; nádegas; grito = 10º unidade com que se mede a quantidade de calor "física" = 11º diferente; invocação =

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

Verticais

1º clareira; vagabundo = 2º roda hidráulica, cujo eixo vertical gira de baixo de água = 3º Idalina Barbosa; instrumento agrícola; correios e telégrafos = 4º rato em francês; um em inglês; botequim = 5º perturbação da cabeça, produzida por debilidade; designação da fruta entre os gregos = 6º sistema de magia usado entre selvagens samoiedos ou turcomanos = 7º espécie de batráquio ranídeo; terreno em frente, ou à volta da igreja = 8º adolescente; dez vezes cem; "ar" em francês = 9º naquele lugar; nome feminino; Aerolíneas Argentinas = 10º coisa apreendida = 11º poema dramático, posto em música; abrigo =

soluções pág. 11

Saúde em destaque

Guia prático da contraceção parte II

A pílula tem outros benefícios para além da ação contracetiva?

- Ajuda a regular o ciclo, mantendo-o constante, geralmente de 26 em 28 dias;
- Diminui a tensão mamária;
- Ajuda a diminuir a intensidade das "dores menstruais";
- Protege os ovários da formação de quistos;
- Faz diminuir a incidência de cancro do ovário e endométrio;
- Algumas pílulas melhoram o aspeto da pele e cabelo e reduzem as alterações de humor que antecedem as menstruações.

Estando a tomar a pílula pode-se fumar?

O tabagismo é um fator de risco para uma doença cardiovascular. O uso da pílula aumenta este risco nas mulheres fumadoras com mais de 35 anos, obesas e com hipertensão.

A pílula protege da SIDA ou de outras doenças transmitidas por via sexual?

A pílula não protege de doenças infecciosas transmitidas por via sexual, pelo que também não a poderá proteger da SIDA. Para se proteger das doenças infecciosas sexualmen-

te transmissíveis deve fazer recurso do preservativo masculino para o seu parceiro, ou do feminino para si. **Iniciar a administração da pílula contracetiva.**

- O primeiro comprimido do primeiro blister deve ser tomado no 1º dia da menstruação;
- A ordem pela qual deve retirar os comprimidos do blister é a que corresponde aos dias da semana aí indicados, seguindo a seta;
- Os comprimidos devem ser engolidos inteiros com um pouco de líquido;
- Após os 21 dias de administração segue-se um período de 7 dias sem tomar comprimidos;
- Durante esses 7 dias deverá ocorrer uma perda de sangue semelhante à menstruação;
- A toma de nova embalagem deve iniciar-se após esses 7 dias, no mesmo dia da semana em que iniciou o blister anterior, quer a menstruação tenha terminado ou não;
- Também pode iniciar em qualquer dia do ciclo e neste caso para o efeito contracetivo verifica-se só ao fim de 7 dias, pelo que nos primeiros 7 dias deve usar outro método.



Marina Aguiar*

E se houver algum esquecimento?

- 1 comprimido: toma logo que possível; pode tomar 2 pílulas no dia seguinte.
- 2 comprimidos na 1ª semana: usar contraceção adicional nos 7 dias seguintes; se o coito foi sem proteção usar contraceção de emergência.
- 2 comprimidos na 2ª semana: usar contraceção adicional nos 7 dias seguintes; não é necessário usar contraceção de emergência se os comprimidos da 1ª semana foram corretamente tomados.
- 2 comprimidos na 3ª semana: terminar a embalagem e iniciar de imediato outra e usar contraceção adicional nos primeiros 7 dias.

continua na próxima edição

*Médica Dentista

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



MARÇO COM
SABORES DO MAR
2016

Cardápio

"Zé dos Leitões"
Av. Marcelino Queirós,
130/140
Forjães
253 876 074
Bacalhau à casa
20,50€ 2 Pax
Descanso terça-feira ao jantar e
quarta-feira todo o dia

"Casa da Fonte" 
Rua Fonte Carreira 39
Forjães
253 871 143
Bacalhau com broa
22,00€ 2 Pax
Descanso segunda-feira a sexta-
feira e domingo ao jantar



Vinhos

Quinta da Calça
Rua da Calça
Forjães
964 551 070

Quinta de Curvos
Lugar de Cerqueiral
Forjães
965 864 874

Para consultar o programa completo e mais
informações visite o site: www.visitesposende.com

Ponto Final

© csa

É conhecida de muitos, certamente, a expressão "Ter mais olhos do que barriga!". Pois bem, na edição deste mês de fevereiro, o pódio é ocupado por uma iniciativa para os olhos e outra para a barriga!... Destacamos uma montra viva, ousada e irreverente, que faz a diferença numa localidade onde cada vez mais casas comerciais fecham portas.

Medalha de Prata

A Câmara Municipal de Esposende, em colaboração com as unidades de restauração do concelho, alojamento e produtores de Vinho Verde do concelho de Esposende, volta a promover a iniciativa "Março com Sabores do Mar".

Este evento gastronómico é complementado com um vasto programa de animação, mas a gastronomia é referência para locais e visitantes, que se esperam em grande número. Adiriram à iniciativa 28 restaurantes, dos quais 14 apresentarão pratos originais no âmbito do concurso gastronómico que decorrerá ao longo do mês. Este projeto conta ainda com a adesão de 9 pastelarias e de 5 quintas produtoras de vinho, havendo entre os participantes dois restaurantes e duas quintas produtoras de vinho forjanenses, respetivamente Casa da Fonte, Zé dos Leitões, Quinta de Curvos e Quinta da Calça.

Para fomentar a itinerância dos comensais pelos vários restaurantes aderentes, foi criado um 'passaporte', cujo utilizador tem, desde logo, direito a uma sobremesa "de borla".

Medalha de Ouro

São inúmeras as iniciativas associadas ao Dia dos Namorados, assinalado a 14 de Fevereiro, dia de São Valentim.

Data marcadamente comercial, em linha com outras, cada vez mais exploradas pelo comércio, merece destaque de pódio a iniciativa levada a cabo pela forjanense Rosa Barbosa, proprietária das Malhas Roselã, pois, numa iniciativa inédita, apresentou, na tarde de 13 de fevereiro, uma coleção especial do dia dos namorados, através de uma montra viva, em que os manequins de vitrina foram substituídos por manequins de carne e osso!! Criada em 1986, MALHAS ROSELÃ tem progredido de uma forma colossal nos últimos anos, fazendo jus à panóplia de marcas e preços dos produtos que tem ao dispor do cliente. Robusta nas linhas de roupa interior que elege, abrange todas as idades e tamanhos, seja homem, mulher, criança ou bebé.



Medalha de Latão

Numa altura em que surgem iniciativas para promover a gastronomia local, confirma-se o encerramento de uma unidade de restauração, em S. Roque, a que se juntam dois cafés, na Rua do Monte Branco.

Forjães, que já teve restaurantes afamados, seja em serviço diário, seja em serviços especializados, apresenta-se hoje, em termos de casas comerciais, de forma global, a perder posições, se assim pode ser dito, em termos de número de unidades abertas ao público. É certo que mantemos três unidades de referência, a que se juntam duas pizarias e petiscos, mas, os encerramentos recentes fazem-nos pensar nos outrora míticos Piano, Telheiro, Kastrus, Grelha e Moinho, hoje em abandono!

O número de casas comerciais que encerra é manifestamente superior ao que abre. Sinais do tempo? Falta de apoio? E de que mais?...

Pódio relativo ao mês de fevereiro de 2016



Dr.^a Marina Aguiar
Médica Dentista

PUB

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

www.dr-marina-aguiar.blogspot.com 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

PUB

AGROZENDE - Fabricação de estufas e regas, Lda

A AgroZende é uma empresa especializada em promover o maior rendimento do seu cultivo. Montamos todo o tipo de estufas e estruturas metálicas e somos representantes de uma marca de plástico de qualidade certificada. Temos loja aberta ao público com todos os materiais para rega agrícola.




Aspersão
Microaspersão
Gota-a-gota
Hidroponia
Bancadas
Telas
Redes




Rua de Agra - Apartado 13 - 4741-909 Fonte Boa - Esposende
Tlf: 253 983 432 - Email: geral@agrozende.com - Site - www.agrozende.com