



Associação Social Cultural, Artística e Recreativa de Forjães



Colisão



Diagnóstico



Mecânica



Manutenção



Pneus

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

# O FORJANENSE

Diretor: Carlos Gomes de Sá  
Subdiretor: José Manuel Reis  
Abril 2016 • Ano XXXI 2ª série • n.º 318  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0,80

Mensário informativo e regionalista

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

## Forjães SC garante manutenção em mês de aniversário



Quando faltam ainda disputar 3 jornadas, o Forjães SC assegurou a manutenção no campeonato da Pró-nacional da AF Braga. Assim, estão cumpridos os objetivos mínimos propostos para esta época.

págs. 12-13

### Nesta edição

#### Nós por cá

- Alunos da Escola Básica de Forjães participaram no cordão humano que ligou Município de Esposende à causa da mobilidade sustentável

pág. 4

#### Estatuto Editorial

pág. 2

#### Lar de Stº António

pág. 3

#### Notícias da ACARF

pág. 5

#### Comunidade Paroquial

pág. 6

#### Boletim Nascente Escolar

págs. 8-10

#### Acompanhando o FSC

págs. 12-13

#### Opinião

pág. 14

### Caminhada da Liberdade



### Investimento nas freguesias: Benjamim Pereira apresenta planos para 2016-17

Numa sessão sem pompa, mas com circunstância, numa adaptação das palavras do presidente de Câmara de Esposende, o forjansense Benjamim Pereira, que se apresentou informal e recordou os tempos de apresentação dos trabalhos, na faculdade, decorreu no fim de tarde de 26 de abril, no Fórum Rodrigues Sampaio, em Esposende, a apresentação do Plano de Investimento nas Freguesias, estimando-se um valor que, no restante mandato, ronda os 5 milhões de euros de fundos próprios.

continua na pág. 16





## Nós por cá: locais

José Reis

### ESCOLA BÁSICA DE FORJÃES

## Cerimónia de entrega dos prémios de mérito

Aconteceu no dia 15 de abril de 2016, pelas 21 h, no Polivalente da Escola Básica de Forjães, o Sarau Cultural da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica de Forjães, tendo como objetivo proporcionar um momento cultural a toda a comunidade escolar e entregar os prémios de mérito aos melhores alunos relativos aos anos letivos 2014-15, quer nas Provas Finais de ciclo, quer por ano de escolaridade.

O evento contou com a presença da diretora do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, Dr.ª Paula Cepa, e do presidente da Junta de Freguesia de Forjães, professor Manuel Ribeiro, para além dos muitos presentes, alunos e pais.

Depois de umas palavras de boas-vindas, a cargo do presidente da mesa da Assembleia Geral da Associação de Pais, José Manuel Reis, que aproveitou para recordar o objetivo da iniciativa, distinguindo aqueles que, pelo seu esforço e dedicação, alcançaram os melhores resultados, este recordou ainda que a Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica de Forjães considera a formação escolar como um dos fatores principais do desenvolvimento da sociedade, promovendo cidadãos ativos, críticos e reflexivos, e que é também sua convicção que os exemplos meritórios devem ser evidenciados, estimulados e reconhecidos por toda a comunidade como exemplo a seguir. Acrescentou que, em consonância com estes princípios, tendo como objetivo o enraizamento de uma cultura de valores e a valorização do mérito escolar, instituiu os "Prémios de Mérito", como forma de estimular o gosto de aprender e incentivar os alunos na busca da excelência.

Depois destas palavras introdutórias, o espetáculo iniciou com o grupo de iniciados das aulas de zumba da ACARF, superiormente orientados pela professora Cristina, que se prontificou a colaborar neste

acontecimento.

Seguiu-se um belo momento de ballet, com um grupo de alunas amantes desta arte mágica (Beatriz Ribeiro, Carolina Reis e Matilde Brito, coadjuvada pela Antónia Brito) a trazerem uma bela coreografia da sua autoria.

Chegado o momento alto do sarau, foi a vez da entrega dos prémios de mérito, aproveitando o apresentador para prestar alguns esclarecimentos, de acordo com o disposto no regulamento (que pode ser consultado na secretaria da Escola Básica de Forjães), referindo que os Prémios de Mérito são atribuídos ao aluno que obtiver melhores resultados escolares, por ano de escolaridade (4.º ano, 5.º, 6.º, 7.º, 8.º e 9.º), e ao aluno que obtiver melhores resultados nas Provas Finais de Ciclo (1.º, 2.º e 3.º ciclos). No entanto, não quis deixar de salientar que muitos outros alunos seriam merecedores de um prémio, quer pelos resultados obtidos, quer pelo empenho e dedicação ao estudo, referindo, por isso, que a todos eles a Associação de Pais presta também a sua homenagem, para o que solicitou uma calorosa salva de palmas como prova do reconhecimento e apoio.

Segue-se a lista dos premiados, cujos prémios foram entregues pela diretora do Agrupamento e pelo presidente da Junta de Freguesia:

#### PROVAS FINAIS DE CICLO

- 4.º Ano – Antónia Bernardino de Brito
- 6.º Ano – Vera Alexandra Miranda Rolo
- 9.º Ano – Luís Miguel Neiva da Cruz Pereira

#### MELHORES ALUNOS POR ANO DE ESCOLARIDADE

- 4.º Ano - Vicente Ferreira da Silva
- 5.º Ano - Guilherme Pereira Silva
- 6.º Ano - Beatriz Maciel Faria Ribeiro
- 7.º Ano - Joana Maria Vila Chã Ribeiro



- 8.º Ano - Ana Francisca Vila Chã Ribeiro
- 9.º Ano – Carolina de Sá Coutinho

Foi ainda aproveitado o momento para distinguir os alunos do 2.º ciclo pela sua participação no CONCURSO INTERNO DE LEITURA (2.º CICLO), cujos vencedores foram:

- 5.º ANO
- 1.º Lugar – Miguel José da Silva Casal (5.ºB)
- 2.º Lugar – Mafalda Piedade (5.ºC)
- 3.º Lugar – Ana Filipa Silva Torres (5.ºC)
- 6.º ANO
- 1.º Lugar – Rute Marlene Sousa Moreira (6.ºC)
- 2.º Lugar – Beatriz Martins Ribeiro (6.ºA)
- 3.º Lugar – Carolina Gomes de Sá Reis (6.ºA)

(Nota: No 3.º ciclo, os alunos vencedores da 1.ª fase do Concurso Nacional de Leitura, realizada a nível de escola, irão representar a escola na fase distrital, que decorrerá no dia 22 de abril, em Barcelos, sendo eles a Beatriz Moura, a Joana Vila Chã Ribeiro e a Ana Francisca Vila Chã Ribeiro, a quem se deseja um excelente desempenho).

Depois da entrega dos prémios, a Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica de Forjães endereçou os parabéns a todos os premiados pelos resultados obtidos, desejando-lhes que o empenho manifestado perdure e leve à obtenção de sucesso futuro, formulando ainda o desejo de que o seu exemplo,

aqui reconhecido publicamente, seja fonte inspiradora para todos os seus colegas, estimulando-os a empenharem-se na luta pelos seus objetivos.

O espetáculo recomeçou com a declamação do poema "Bela Infanta", do Romancero de Almeida Garrett, na voz da Beatriz Ribeiro e Carolina Reis.

Seguiu-se mais uma dança de zumba, desta vez com as alunas mais crescidas do grupo da ACARF, numa bela demonstração de ritmo e paixão à dança.

O espetáculo encerrou com mais uma dança, desta vez moderna, levada a cabo pelas bailarinas Beatriz Ribeiro, Beatriz Torres e Carolina Reis.

Antes da despedida, a presidente da Associação de Pais, Olga Moura Dias, foi chamada ao palco, dirigindo aos presentes umas palavras de agradecimento, especialmente a todos aqueles que abrilhantaram este sarau e aos que se quiseram a ele associar, deixando a promessa de que a Associação de Pais continuará empenhada em colaborar com a escola para que ela seja, efetivamente, uma "Escola de Sorrisos" e de sucesso, prometendo dar continuidade à iniciativa de distinguir os alunos que mais se destacarem, colaborando com a direção em tudo o que esta achar necessário e esteja ao seu alcance.

## Concurso Nacional de Leitura 2016 – fase distrital

No dia 22 de abril, os alunos da Escola Básica de Forjães vencedores da 1ª fase do Concurso Nacional de Leitura, realizada a nível da escola, deslocaram-se a Barcelos para participarem na 2ª fase do concurso, fase distrital, acompanhados pela professora Carla Grande.

Assim, a Beatriz Moura, a Joana Vila Chã Ribeiro e a Ana Francisca Vila Chã Ribeiro participaram nesta final distrital, realizada no Auditório Municipal de Barcelos.

Também estiveram presentes os alunos vencedores da Escola Básica das Marinhas, Margarida Meira (7.ºano), Bruno Enes

(8.º ano) e Helena Alves (9.ºano), acompanhados pelo professor Regado.

Os alunos do nosso Agrupamento (Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio) não ficaram

apurados para a finalíssima, mas foram dignos representantes das suas escolas, tendo oportunidade de partilhar experiências



com colegas de todo o distrito e familiarizar-se com este tipo de concursos.

Parabéns aos representantes.

### 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



## Nós por cá: locais

Carlos Gomes de Sá

### S. Roque

Está praticamente concluída a intervenção na calçada de S. Roque, isto depois da recuperação do muro de suporte de terras. O trabalho foi moroso, dada a dificuldade da intervenção e dimensão das pedras utilizadas, mas ficou uma intervenção que dá segurança à via, tanto para quem circula a pé, como para os veículos que diariamente utilizam aquela via.

Nesta fase decorrem os trabalhos de canalização das águas, na rua late-

ral, intervenção que passou pela instalação de novas tubagens e colocação de caixas de recolha de águas pluviais, seguindo-se a fase de pavimentação da área interencionada.



### Tribunal de Braga repete julgamento

Está a ser repetido o julgamento do ex-gerente do Santander Totta, balcão de Forjães, no Tribunal de Braga, onde é acusado de ter burlado o banco em cerca de 269 mil euros. Os factos remontam a 2010, quando Fernando Amaro Capitão, 46 anos, foi suspeito da burla e acusado de crimes de falsificação de documento e burla qualificada. Fernando Capitão nega o valor.

### Estrondo seguido de incêndio em carro no centro de Forjães



Um carro ficou danificado, na madrugada do dia 15 de abril, após incêndio na freguesia de Forjães, concelho de Esposende. A situação ocorreu na Rua 30 de Junho, mesmo em frente ao conhecido "Triângulo Bar", perto das 02:00 horas.

Um bombeiro, que não estava em serviço, acabou por conseguir evitar danos maiores. Rogério Silva, com recurso a extintores, apagou as chamas.

"Estávamos dentro do bar quando se ouviu um estrondo. O proprietário do bar abriu a cortina para ver o que se passava na rua. Um carro ardia. Então saímos todos e com recurso a extintores apaguei o incêndio", contou no local o bombeiro voluntário, Rogério Silva, da corporação de Esposende.

O carro pertencia a um cliente do Triângulo Bar e tudo aponta para um "curto-circuito". Os Bombeiros Voluntários de Esposende ainda se deslocaram ao local, mas já não foi precisa a intervenção.

A GNR de Esposende tomou conta da ocorrência.

Fonte: Esposende 24/ Nuno Cerqueira

### Arranjos nos jardins do adro

Foi novamente colocada uma tília num dos canteiros do adro, isto depois de dois exemplares anteriores não terem resistido à transplantação. Foram ainda colocados novos arbustos, dando ao espaço um ar mais aprimorado e condizente com a envolvente de fé que marca o adro da igreja matriz.



### Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

### Em abril

No dia 25 de março, os utentes da Fundação Lar Santo António puderam assistir «in loco» à encenação da Via CRUCIS, momentos emocionantes e arrepiantes como: O encontro de Jesus com a sua mãe, Verónica limpa o rosto de Jesus e encontro com

as mulheres. Numa plateia privilegiada já que estas encenações foram efetuadas no Jardim da instituição, os utentes aplaudiram e emocionaram-se com o desempenho de todas as personagens. Bem hajam a todos!

No dia 27 de março, dia de Páscoa,

a Fundação Lar de Santo António recebeu mais uma vez o compasso Pascal. Um momento de grande alegria e entusiasmo que encheu o coração de todos os utentes, em quem, ao beijarem a cruz renasce no coração a esperança de Cristo Ressuscitado.



### Junta de Freguesia de Forjães

### Concurso de Maios

Cumprindo esta bela tradição, a Junta de Freguesia irá levar a cabo o "Concurso de Maios 2016", para premiar os três trabalhos em termos de criatividade e originalidade. Os maios a concurso devem ser entregues na sede da Junta de Freguesia até às 12 horas do dia 1 de maio. A Junta agradece, desde já, a todos os forjanenses que queiram participar nesta criativa atividade e manter viva esta longa tradição.

### 3º evento de orquídeas em Forjães

Nos dias 28 e 29 de maio irá decorrer o terceiro evento de orquídeas no Centro Cultural Rodrigues de Fa-

ria, organizado pela Junta de Freguesia em colaboração com a Associação Portuguesa de Orquidofilia (APO). Os forjanenses terão, mais uma vez, oportunidade de ver o seu Centro Cultural transformado num magnífico "jardim botânico" e de admirar e de aprender um pouco mais acerca da forma de tratar esta planta de eleição.

### Aplicação de produtos fitofarmacêuticos

Concluídas 3 formações que tiveram a adesão de cerca de 50 forjanenses, a Junta de Freguesia lembra que continuam abertas as inscrições para os conterrâneos que desejem ou tenham necessidade de frequentar estes cursos de aplicação de produtos fitofarmacêuticos.

### Segurança Rodoviária

Foi solicitada à Câmara Municipal uma intervenção na Estrada Municipal 546 (Além do Ribeiro-Madorra) para conferir maior segurança, visibilidade e comodidade a esta via estruturante para Forjães e de cada vez maior tráfego rodoviário. Para além da já reclamada pintura do eixo da via e das diversas passadeiras ao longo do seu percurso, foi ainda lembrada a necessidade urgente de colocar placas sinalizadoras de início e de fim de localidade. Medidas de acalmia de tráfego foram também requeridas para a zona da Corujeira, bem como não foi esquecida a necessidade de reconstruir a paragem de autocarros, em frente ao "Café Romão", pela qual os residentes da área tanto anseiam.



## Município de Esposende estabelece parceria para limpeza dos rios Cávado e Neiva

Com vista à preservação e monitorização dos Rios Cávado e Neiva, a Câmara Municipal de Esposende estabeleceu um protocolo de colaboração com o Forum Esposendense – Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende, Administração da Região Hidrográfica do Norte e empresa municipal Esposende Ambiente. O protocolo foi subscrito no dia 7 de abril pelo Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, pelo Presidente da Administração da Região Hidrográfica do Norte, Pimenta Machado, e pelo Presidente da Direção do Forum Esposendense, Fernando Ferreira.

Esta parceria, que vigorará por um período de dois anos, visa garantir a limpeza dos rios e respetivos afluentes, tarefa que será desenvolvida pela Associação Forum Esposendense, mediante a comparticipação financeira do Município, no montante de 75 mil euros. A Câmara Municipal disponibilizará a cartografia necessária à identificação dos focos de poluição e divulgará as ações que forem desenvolvidas.

Caberá à Administração da Região Hidrográfica do Norte autorizar a realização dos trabalhos, acompanhar a realização dos trabalhos e apoiar tecnicamente os mesmos, e a Esposende Ambiente ficará responsável pela recolha e transporte para destino final dos resíduos recolhidos durante as ações de limpeza e pela atualização do cadastro/inventário associado à Rede Hídrica do concelho de Esposende, com base nas informações resultantes dos trabalhos.

Através do Centro de Mergulho e Ecologia Marinha, o Forum Esposendense irá registar e classificar os focos de poluição, retirando das águas as árvores arrastadas das margens, e outros resíduos verdes, bem como todo o tipo de resíduos de grandes dimensões incluindo os "monstros domésticos". Ficará também responsável por cartografar o fundo do leito do Rio Cávado, e comparar com dados anteriores para futura monitorização da deslocação de inertes por ação das cor-



rentes, comprometendo-se ainda a disponibilizar os seus recursos técnicos e materiais sempre que necessário em ações de fiscalização tanto no Cávado como no Neiva e seus afluentes. Ainda de acordo com o protocolo, o Forum Esposendense deverá facultar o envolvimento dos jovens ou de associações nos programas ou ações de educação e sensibilização ambiental associadas a ambos os rios e deverá apresentar semestralmente um relatório das suas atividades com registo cartográfico, fotográfico e vídeo das ações desenvolvidas, para além de promover ações de vigilância durante todo o tempo de vigência do protocolo.

## Município investe 15 mil euros na aquisição de terrenos para apoio à atividade da Associação Rio Neiva

Cumprindo um anseio que vinha sendo reivindicado pela direção da Rio Neiva - Associação de Defesa do Ambiente e pela Junta de Freguesia de Antas, a Câmara Municipal de Esposende adquiriu, num investimento de 15 mil euros, três parcelas de terreno nas imediações do Clube Náutico, com uma área total de 1870 metros quadrados, parte do qual cederá à coletividade para apoio às suas atividades.

Deste modo, a Associação passa a dispor, junto ao Rio Neiva, de um espaço complementar ao desenvolvimento das suas atividades. Os terrenos em causa integram o circuito da futura Ecovia do Litoral, a executar no âmbito do Programa Polis Litoral Norte, infraestrutura que em muito irá contribuir para a valorização daquela zona.

Trata-se de mais um importante apoio, que se soma a outros que o Município tem atribuído à Associação, quer para a realização de atividades quer para a resolução de necessidades que vão surgindo. Exemplo disso

foi o financiamento das obras de recuperação e beneficiação do Clube Náutico, que orçaram em aproximadamente 75 mil euros, intervenção motivada por um incêndio, ocorrido em setembro de 2013, que destruiu totalmente aquela infraestrutura e que causou elevados danos também ao nível de equipamento da Associação. Na altura, a Câmara Municipal atribuiu um subsídio de 20 mil euros para aquisição de material, dado que as chamadas provocaram a perda total de dezenas de barcos, pagaias, coletes e material de ginásio, entre outros equipamentos, fundamentais para a atividade regular da coletividade. Considerando que a Associação ficou então sem instalações, o Município, em articulação com a Federação Portuguesa de Canoagem e a Junta de Freguesia de Antas, empenhou-se também para garantir condições provisórias para a guarda das embarcações e outras necessidades logísticas.

## Alunos da Escola Básica de Forjães participaram no Cordão humano que ligou Município de Esposende à causa da mobilidade sustentável

Através de um cordão humano formado entre o parque em frente às Piscinas Foz do Cávado e a Câmara Municipal de Esposende, cerca de meio milhar de alunos e professores das duas Eco-Escolas do concelho - Escolas Básica de Forjães e Profissional de Esposende - fizeram chegar hoje, Dia Mundial da Terra, ao executivo municipal um conjunto de propostas para uma mobilidade mais sustentável no concelho. As propostas, contidas num pergaminho, passaram de mão em mão, tendo sido entregues ao Vice-Presidente da Câmara Municipal, António Maranhão Peixoto, que se fez acompanhar dos Vereadores Jaqueline Areias e Rui Pereira.

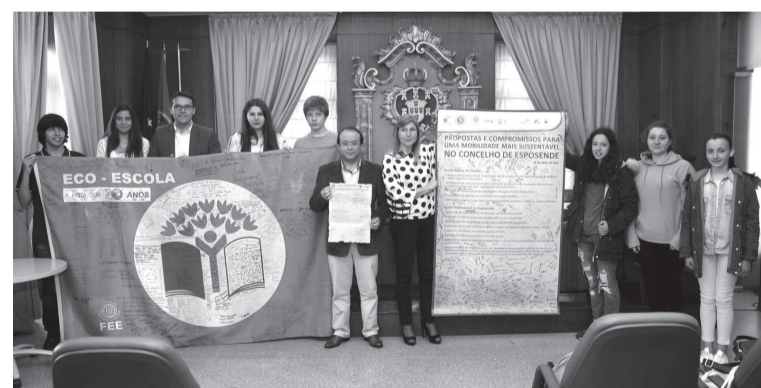
Esta iniciativa, designada "De mãos dadas pela Terra", foi o culminar do Programa "Rota dos 20" a nível do distrito de Braga. Coordenado pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE), o programa pretendeu assinalar os 20 anos das Eco-escolas em Portugal, com enfoque na mobi-

lidade sustentável e na participação ativa das crianças e jovens na procura e proposta de soluções.

No total, foram apresentadas treze propostas. Assim, os alunos da Escola Básica de Forjães sugeriram a colocação de sentidos únicos nas principais vias de acesso à escola, para prevenção de acidentes e maior segurança para peões; a identificação de percursos pedonais e colocação de passeios nas imediações da escola que permitam aceder a pé e em segurança ao estabelecimento; o aumento do número de postos de aluguer e de aparcamentos de bicicletas; o alargamento da rede de percursos pedonais e para bicicletas; e a substituição progressiva da frota municipal por veículos ecológicos (elétricos, a gás ou híbridos). Por sua vez, os alunos da Escola Profissional de Esposende propuseram a construção de aparcamentos de bicicletas nos dois polos da EPE; a promoção na EPE um passeio anual de BTT ou eco caminhada; a sensibilização

da comunidade escolar para a partilha dos transportes; a construção de Ecovia/Cicloviárias a ligar as margens do Cávado a Barcelos e Antas a Apúlia; a criação de corredores nas estradas para os ciclistas; o aumento da segurança nos percursos casa-escola; a realização de campanhas de sensibilização para o uso de transportes públicos e de veículos não motorizados; e o desenvolvimento de diligências junto dos operadores de transportes públicos no sentido de melhoria da frota automóvel, utilização de transportes públicos que utilizem fontes energéticas menos poluentes e adequação dos horários e circuitos às necessidades da população.

Em representação do Município, o Vice-Presidente António Maranhão Peixoto saudou a participação e envolvimento dos alunos em torno da causa da mobilidade sustentável e agradeceu as propostas apresentadas, clarificando que algumas delas já estão em execução e outras em perspe-



tiva. Expressou palavras de incentivo e encorajamento para que continuem a empenhar-se com vista a uma mobilidade e ambiente sustentável para todos e referiu que também o Município está focado neste objetivo, numa ótica de desenvolvimento sustentável e promoção da melhoria da qualidade de vida da população.

Nesta sessão simbólica, o Vice-Presidente e os Vereadores receberam os representantes, alunos e professores de cada uma das Eco-escolas e assinaram a bandeira "Rota dos 20" das Eco-esco-

las do distrito de Braga. Também ficaram a conhecer o Livro das Escolas, uma publicação onde todas as Eco-escolas do distrito registaram mensagens sobre o que é ser Eco-Escola, algumas das quais serão divulgadas no âmbito da comemoração dos 20 anos das Eco-Escolas em Portugal. A Câmara Municipal de Esposende irá também formalizar numa publicação idêntica, referente aos Municípios do distrito, os seus compromissos, assinalando, assim, a sua adesão e comprometimento para com a mobilidade sustentável.



## Notícias da ACARF

### Creche

#### Sou pequenino mas aprendo ativamente

Desde muito cedo que os bebés realizam a construção ativa da realidade através de uma metodologia de aprendizagem pela descoberta, de resolução de problemas e de investigação, que lhes permite construir as suas aprendizagens, estruturarem-nas e dar-lhes significado, promovendo, desta forma, a sua confiança e o seu desenvolvimento.



## Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) / Atividades de Animação e Apoio à Família (AAAF)

### CATL

Olá amigos! Tiveram muitas saudades nossas? Não se preocupem, estamos de volta para vos contar todas as novidades deste mês.

Como sabem, infelizmente, as nossas férias espetaculares da Páscoa já terminaram e tivemos de regressar novamente às aulas. Mas, apesar de não haver tanta brincadeira, foi bom este regresso, porque reencontrámos alguns dos nossos amigos e, além do mais, é sempre bom aprender. Nós, este mês, também andamos muito ocupados e não é só por causa dos estudos. Nós vamos contar-vos o motivo, mas têm que guardar segredo! Conseguem? Então, nós andamos ocupados porque andamos a preparar a prenda para o dia da mãe. Está a ficar tão bonita! Esperemos que ela goste.

Bem, como estamos muito atarefados, vamos ter de partir. Mas não se preocupem! Para o próximo mês cá estaremos. Adeus!

### AAAF

Olá amigos! Estão curiosos para saber o que fizemos neste mês na AAAF? Acredito que sim e de certeza que vão adorar.

Lembram-se de vos termos contado que em alguns dias da semana nos tínhamos tornado em verdadeiros cientistas? Bem, parece que continua e vão ficar com inveja ao saber o que fizemos desta vez. Querem saber o que fizemos? Não fiquem impacientes, nós já vos contamos. Desta vez, nós fizemos bolhas de sabão. Foi tão divertido! Nós sabemos que vocês também queriam, mas não fiquem tristes! Um dia, nós ensinamo-vos a fazer.

Ainda não se esqueceram das nossas viagens à Inglaterra, pois não? É que temos mais novidades! Desta vez, ensinamos o nome de alguns animais. Assim, quando formos a algum jardim zoológico em Inglaterra já podemos chamar por eles. Alguns têm nomes mesmo engraçados. Sabiam que macaco diz-se "monkey" e cão diz-se "dog"? Agora também já sabem alguns. Pode ser que um dia possam vir connosco. Ia ser muito divertido.



Parece que estão a chamar por nós. Infelizmente vamos ter de partir. Não fiquem tristes, nós voltamos. Good Bye!

## Centro de Dia (CD) / Centro de Convívio (CC)

### Até sempre Emília Cruz

Os idosos do Centro de Dia/Convívio da ACARF, não podiam deixar de homenagear a D. Emília Cruz que faleceu no dia 19 de abril.

Aproveitamos para apresentar sentidas condolências à família enlutada.



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

Um beijinho na face  
Outro beijo pelo ar  
A piscadela de um olho  
E um sorriso a pairar.

Caminhava pelo seu pé  
Sem nunca pedir ajuda  
Quando envolvida num abraço  
Mostrava sua ternura.

Emília, nunca mais a esqueceremos  
Desde a hora da partida  
Um soluço amargurado  
E uma lágrima sentida.

### "CHÁ DAS CINCO"

A Delegação de Esposende e Extensão da Apúlia da Cruz Vermelha Portuguesa, no âmbito da atuação social realizou no dia 18 de abril, uma atividade designada "CHÁ DAS CINCO", envolvida no Programa Envelhecimento Ativo desenvolvido pela rede Social da Câmara Municipal de Esposende.

Este evento foi realizado no Centro Social João Paulo II em Apúlia, com início às 14,30 horas.

No início da atividade usou a palavra a presidente da Delegação de Esposende e Extensão da Apúlia, que manifestou a sua satisfação e deu as boas vindas aos utentes das instituições. A tarde foi muito divertida. Os grupos que estavam distribuídos pelo salão, todos estavam conotados com um nome, o nosso era os poderosos. Cada grupo tirava à sorte uma pergunta de cultura geral, à qual iam respondendo prontamente e na sua vez. Todos tentaram fazer o seu melhor, uns responderam com mais acerto, outros nem tanto, mas nunca ninguém deixou de estar contente e divertido fosse acertada ou não a resposta. Seguiu-se o lanche ao som de algumas modas populares, depois alguns dos utentes foram cativados a mostrarem os dotes de artistas da dança, numa saudável competição, que deu outro brilho ao encerramento festivo. Esta ação tem como objetivo melhorar a qualidade de vida da pessoa idosa, promover o seu bem-estar, a inclusão social e o seu reconhecimento na comunidade e que contribui para reforçar os laços de amizade e partilha entre as crianças e idosos.

### Torneio de Boccia 2016

No âmbito do programa "Envelhecimento Ativo" para 2016 integrado no plano anual de atividades, os utentes das instituições do concelho participaram no dia 1 de abril no III torneio de boccia, promovido pela Ascra.

Neste torneio participaram várias equipas, que foram fundamentais no desenvolvimento das jogadas, tornando assim, este torneio num espetáculo, quer para os jogadores quer para a assistência

Da nossa instituição participaram 6 equipas, desta vez não foram afortunadas e nenhuma conseguiu chegar à final, mas nem por isso deixaram de mostrar constantemente a sua alegria e boa disposição pela sua participação. O almoço ficou a cargo de cada instituição e foi servido no salão da ASCRA, onde todos confraternizaram ao sabor de um gostoso café oferecido pela instituição acolhedora.

Trata-se de uma iniciativa que permite a divulgação do Boccia, que tem como incentivo valorizar as competências e capacidades dos séniores e dos cidadãos portadores de deficiência motora ou psíquica.

Assim terminou mais um torneio de boccia. Este evento deixou um rasto de alegria e boa disposição a todos os presentes, que aproveitando o momento distribuíram e receberam afetos, beijinhos e abraços, que nestas idades tão importantes se tornam para matar a saudade e deixar nos lábios aquele sorriso que erradia felicidade.



# Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

## Com Manto Azul

Um nome que soletro desde a infância e que reconheço como Mãe de Deus e minha mãe. Nunca a confundi com uma deusa: Maria.

Não é deusa, mas Mãe de Deus. É uma criatura imaculada que cedinho se afeiçoou por mim. É a Senhora das Neves, da Agonia, da Cabeça e das Dores. É a Senhora Aparecida, do Sameiro, dos Remédios, da Conceição, do Carmo e da Natividade. Dos montes, da viagem, das vilas e das cidades. De lugarejos esquecidos, do anonimato festivo, do arraial e da luta contra o mal. Habitou-me a olhá-la com carinho, pois sempre ela olhava de mãos erguidas para o miúdo ajoelhado. O seu carinho era como o beijo do manto azul que vestia e que no dizer da minha avó me cobria nas noites de mais frio. Assim eu olhava para ela e ela olhava para mim.

Lembro José Régio, quando também escrevo:

Tenho ao cimo da escada

De maneira

Que logo ao entrar

Os olhos me dão nela

Uma Nossa Senhora de madeira

Arrancada aos restos de uma capela.

Fito nela o olhar

De forma meiga

Murmuro “Minha Mãe”. No fim do mês de maio, dedico-lhe com todos estas linhas.

No princípio de maio lembrou-me minha mãe e sempre a sua figura protetora. Foi dia da mãe (dia 4), o que passou num instante apesar de ser lembrada e rezada por muitos como de Fátima (dia 13). Quase meio milhar a rezar e no fim do mês (dia 31) é Senhora da Visitação. O mês passa bem depressa e Maria fica na candura de uma figura que há milénios é de nossa casa. Ninguém a estranha, mesmo um esquecido vai saboreando o seu meigo olhar.

Encontra-se num instante quando apenas se balbucia Avé

Maria, fazendo desta “reza” o pórtico de um hoje mais sensato: “Tu podes, és mãe de Deus. E deves, és nossa mãe!”

Canta-se assim com a gente da terra que ainda hoje se orgulha de a ter por mãe, e por isso, no cimo de pedestal (o seu trono), com flores e muito afeto.

Maria de todos os lugares. Mãe para embalar todas as penúrias e todas as alegrias. Com ela, a vida tem outro aroma.

Na austera estrada que cada homem palmilha, no salto apressado que se dá com outros, ao findar dum dia ou em hora de solidão, na alegria ou nas amarguras, o terço ainda acaricia as mãos e acalenta o coração. Teus filhos são todos, mesmo os mais afastados por mil canseiras. O esquecimento não esquece, mas é lembrado em células enfraquecidas (Santo Agostinho).

A memória regista sempre a tua saudação.

Temos na glória de Deus a nossa natureza – humanidade – no Filho glorificado e na mãe assumpta que para lá nos encaminha, qual bandeira agitada pelo vento das lides de Maio.

Maio termina, mas a Mãe acena a quem se envolve e agita o lenço.

É a mãe que deixa o Filho ser. Não é possessiva mas embala até cada um poder andar por si; não guarda para si ciosamente, mas deixa sair quando o albergue é outro. Maria é mãe porque ensina a aventurar-se na encosta das serras por onde passa. É Senhora de todos os montes, onde nas encostas e nos vales serpenteados labuta a multidão dos filhos. É sempre das flores de maio porque pronta a oferecer a Flor de Deus que por si veio para todos.

É mãe da humanidade. A Luz brilha na escuridão, onde há o negrume das noites. Nas encruzilhadas mais cruas, mais agrestes, a mãe está atenta e dócil, qual farol de esperança e de bonança. Teus filhos somos hoje.

in “Igreja Viva” – Diário do Minho, Pe. E Professor, José Lima

## Visita Pascal | 2016

A visita pascal é a expressão festiva de religiosidade popular, por ocasião do anúncio de Cristo Ressuscitado. É uma manifestação tradicional, que continua o anúncio litúrgico da ressurreição do Senhor. Este anúncio, é feito por um grupo de fiéis, presidido ou não por um sacerdote. Não é uma função litúrgica, mas uma tradição religiosa, que deve ser conservada e implementada. A visita pascal foi inventada por Jesus. Ela é tão antiga como o domingo. Aconteceu pela primeira vez na manhã da Páscoa. Maria Madalena foi a primeira a recebê-la, junto do sepulcro. A visita pascal é a experiência festiva do anúncio de Cristo Ressuscitado! A “passa-

gem” de casa em casa, deu continuidade à Páscoa: “este é o dia que o Senhor fez, alegremo-nos e exultemos de alegria”...

Agradecemos ao Juiz da Cruz e sua família, aos Ministros Extraordinários da Comunhão, aos Jovens do 8º ano e catequistas, ao Forjães Sport Club (FSC) e às pessoas que prepararam e apoiaram a “logística” do Compasso Pascal. A todos, pela generosidade do tempo oferecido a partilhar com os demais, a Alegria do Ressuscitado! Obrigado pelo vosso acolhimento, respeito e dignidade com que envolvestes estes dias da Páscoa do Senhor Ressuscitado!

Bem Hajam!

## Inscrições abertas para o Congresso Eucarístico Nacional

Encontram-se abertas as inscrições para o Congresso Eucarístico Nacional, que este ano se realiza em Fátima, no Centro Paulo VI, de 10 a 12 de junho.

O tema escolhido para este ano é “Viver a Eucaristia, Fonte de Misericórdia”. Esta iniciativa situa-se no contexto da celebração do Ano Jubilar da Misericórdia e do Centenário das Aparições de Fátima, em 2017. O congresso destina-se especialmente aos agentes pastorais que estão ao serviço das paróquias e comunidades: sacerdotes, diáconos, leigos e membros de institutos de vida consagrada.

Estarão presentes figuras como D. João Braz de Aviz, prefeito da Congregação para os Institutos de Vida Consagrada e as Sociedades de Vida Apostólica e o Arcebispo italiano, D. Piero Marini, presidente do Comité Pontifício para os Congressos Eucarísticos Internacionais.

O programa conta, para além das conferências, com momentos de convívio e celebração. Este evento é promovido pela Conferência Episcopal Portuguesa, em parceria com o Secretariado Nacional do Apostolado da Oração e o Santuário de Fátima.

As inscrições podem ser efetuadas até ao dia 31 de maio, na página oficial do Congresso Eucarístico Nacional ([www.congressoeucaristico.pt](http://www.congressoeucaristico.pt))

## Notícias Breves

### Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

- Crisma Interparoquial no dia 30 de abril: em Vila Chã, às 15h00 e em Apúlia, às 18h00.
- Dia da Mãe e Missa de Piedade com os Escuteiros a 01 de maio: Eucaristia às 11h15.
- Procissão do Santíssimo em Fão, no dia 01 de maio, pelas 14h30, com a participação de cada paróquia do Arciprestado de Esposende que, para além das pessoas, estarão representadas pela cruz paroquial e a bandeira do Santíssimo Sacramento.
- “FÁTIMA JOVEM’16 – MARIA, Mãe de Misericórdia - Peregrinação Nacional de Jovens a Fátima, nos dias 7 e 8 de maio | 2016 ([www.dnpj.pt](http://www.dnpj.pt))
- Festa do Pentecostes – Envio (9º ano) a 14 de maio, às 19h00.
- Peregrinação Arciprestal à Senhora da Guia, no dia 15 de maio: saída do adro da igreja paroquial de Belinho, às 10h00.
- Domingo de Pentecostes (Festa do Espírito Santo – 9º ano) a 14 de maio, às 19h00.
- Procissão de Velas (do lugar da Madorra para a igreja Matriz) a 21 de maio, pelas 21h30.
- Santíssimo Corpo e Sangue de Cristo a 26 de maio.

### Donativos para as obras no Salão Paroquial

150 euros de Anónimo. Total 4.527,09 euros. Obrigado!

### Movimentos religiosos

#### Batismo:

10/04 – Gonçalo Luís Neiva Sá, filho de Joaquim Luís Costa Sá e de Sofia Manuela Lima Neiva.

#### Óbitos:

01/04 – Manuel Torres de Faria, com 84 anos de idade e residente na Rua do Matinho, Forjães, Esposende.  
13/04 – Julita de Almeida Pinto Brochado, com 93 anos de idade e residente na Rua de Pregais, Forjães, Esposende.  
19/04 – Maria Emília Fernandes da Cruz, com 91 anos de idade e residente na Rua de S. Roque, Forjães, Esposende.  
19/04 – Carlos Silva Jaques, com 72 anos de idade e residente na Rua Henrique Lopes, Santa Maria Maior e Monserrate e Meadela, Viana do Castelo.



**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](mailto:decoint-adiliaabreu@sapo.pt)

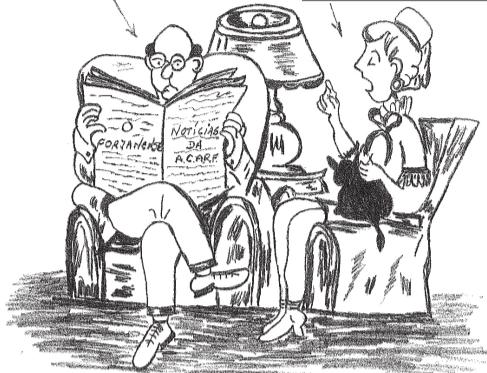


## A voz dos assinantes

### As «directas» do Torres

Ó Emília; diz aqui no jornal, que a "Catalina Martins", afirmou que Jesus teve dois pais; se calhar ela teve quatro pais!...

Lá está ó Manel Antone; então a parábola da Bíblia está certa sobre a multiplicação dos pais!...



### A poesia russa

Não se imagina que a influência gélida do clima e a influência ainda mais esterilizadora do despotismo, conseguiram matar a inspiração aos "steppes" áridos da Rússia. A poesia sempre ali teve cultores notáveis desde o desconhecido autor do Canto da legião d'Igor, até aos modernos poetas Touchkine e Lermontov, rivais dos grandes mestres desse século. O Canto da Legião d'Igor, é a epopeia primitiva da Rússia; a sua composição remonta ao século XII; tem a energia dos poemas nacionais, a lírica doçura dos cantos populares. O período da literatura culta na Rússia, começa apenas, como todos os outros ramos da civilização, no século XVIII. Lomonossov, poeta de grande correção, foi o primeiro a levantar a linguagem à altura das línguas poéticas; as suas traduções dos salmos, as suas odes, foram por muito tempo modelos da literatura russa, até que surgiu Derjavin, o grande lírico arrojado, selvagem e impetuoso.

A imitação francesa invade a literatura russa nos fins do século anterior; Kryloff traduziu e imitou admiravelmente Lafontaine, mas a reação não tardou e, com o despertar do romantismo, acor-

dou em toda a parte o amor da poesia nacional, o culto da inspiração livre; Jucovsky foi o poeta da campanha de 1812; o seu melancólico lirismo impressionou profundamente os seus compatriotas, principalmente sensíveis à tristeza poética.

Porém, eis que surge Pouchkine, o grande poeta da moderna Rússia; o *Prisioneiro do Cáucaso*, os *Ciganos*, *Eugénio*, *Onéghin*, poemas seus notabilíssimos, exerceram uma profunda influência; tem o arrojo e o encanto de Byron, sem terem o seu amargo cepticismo; Lermontov, rivaliza com ele; o seu génio tingem-se com as cores radiantes da poesia oriental, mas o seu sorriso desdenhoso, a sua gélida e afectada indiferença, revelam a influência do ocidente; o Canto do Czar João, é talvez a sua obra-prima; ambos estes poetas, morreram novos e, morreram em duelo; a sua perda, não foi ainda suprimida. A Rússia conta com poetas notáveis mas nenhum pode igualar o brilho dessas duas estrelas radiantes, que tão cedo se apagaram no horizonte da literatura moscovita.

Traduzido por Torres Jaques

### Mimalha

Disseste me para eu partir  
E eu parti, sozinho, sem ninguém.  
E vou, passo a passo, no meu caminho,  
Mas sem querer magoar alguém  
E a custo resisto ao teu desdém.  
Mas, às vezes, no fim da tarde,  
O meu coração magoado arde  
Por sentir a saudade,  
Das tuas palavras tão doces,  
Dos teus gestos belos e modestos,  
Do teu rio que tratas com tanto brio,  
Dessa levada que é sagrada,  
Porque é lá que vais lavar mágoas tuas,  
Pela dureza de uma vida,  
Que às vezes não passa duma ferida,  
E de mimalha quando comigo tu amuas.

Castro Laboreiro, Páscoa 2016  
José Armando Couto Pereira

### O centeio

A cultura desta gramínea, de que já se está fazendo basto uso em algumas das nossas províncias, não data de uma antiguidade igual à do trigo e da cevada; e mesmo a sua pátria nos é desconhecida. Sabemos apenas que era um vegetal do norte da Europa e Plínio diz-nos que era cultivado pelos Taurínios, povo céltico que habitava a cordilheira dos Alpes. Os romanos não o conheceram senão muito tarde e nunca lhe ligaram grande estimação. O centeio não pode disputar a primazia ao milho, está mesmo muito inferior a ele; mas pela facilidade que há em o alternar com o trigo, e pela abundância das suas messes em terrenos altos, frios e pedregosos, onde outros cereais não podiam prosperar, é digno de ser cultivado. Em França, onde ele se cultiva desde o século XVI, tem adquirido tal importância, que ainda hoje o valor da produção equivale a um terço do trigo; não é inferior ao da aveia e cede ao de todas as outras espécies de grão. Deve-se porém confessar que os departamentos onde a cultura está mais atrasada são aqueles que mais o consomem e que os do meio-dia o repelem.

Traduzido por Torres Jaques

## Editorial



José Reis

Ouvi há dias um pai que se lamentava: "Professor, não sei o que se passa com os jovens de hoje! Passam todo o tempo em frente ao computador, comem à pressa para irem para as redes sociais ou estão à mesa de telemóvel em punho, enviando e recebendo mensagens! O tempo em família deixou de ter qualquer importância para eles!"

Este lamento fez-me pensar na realidade do mundo de hoje, em que a virtualidade ultrapassa a realidade, em que os "amigos virtuais" se sobrepõem à sã amizade e convivência, em que as brincadeiras são substituídas totalmente por jogos de computadores, com adversários virtuais que não se conhecem ou que podem não se conhecer.

Na verdade, é frequente vermos grupos de amigos, sentados à volta de uma mesma mesa, mas cada um concentrado no seu telemóvel ou tablet, tecendo constantemente, enviando mensagens, consultando o facebook ou o twitter, mas sem trocarem uma palavra entre eles, a não ser para mostrar uma foto postada na hora.

Nos restaurantes verifica-se frequentemente o mesmo: famílias à volta da mesa, mas cada um no seu mundo virtual, com o seu iphone de última geração.

Apesar de tudo isto, embora devamos estar atentos a esta realidade e tentar contrariá-la, promovendo a verdadeira e real convivência, pelo menos nos momentos de família, não devemos diabolizar as novas tecnologias. Na verdade, quando bem usadas, elas têm muitas vantagens: podem ligar-nos a pessoas distantes, informam-nos de acontecimentos ao segundo,

permitem fazer pesquisas para a elaboração de trabalhos (embora, infelizmente, o mais frequente seja a cópia, desrespeitando os direitos de autor ao não citar as fontes de informação), tirar dúvidas em poucos segundos, integrar-nos em redes alargadas de amigos com objetivos comuns, divulgar e aderir a iniciativas humanitárias louváveis, promover eventos, isto para referir aquelas que são as mais frequentes.

Contudo, não devemos esquecer os seus perigos, a maior parte das vezes inconscientes, como a exposição completa da privacidade pensando que apenas uma pessoa terá acesso, a exposição da nossa vida ao segundo, que permite aos "especialistas vigilantes" saber como e quando atuar, o criar relações virtuais com quem não sabemos se corresponde àquilo que diz, nem quais as suas verdadeiras intenções.

Não devemos esquecer também que as redes sociais podem ser usadas para divulgar o que de pior existe no ser humano: o apelo à violência e ao crime, a divulgação da violência gratuita como mais um espetáculo de diversão, em que jovens e adultos se divertem filmando agressões e "postando-as", mas sem terem feito qualquer tentativa de ajuda à vítima, o cyberbullying, em que a humilhação e as ofensas são vistas como a normalidade dos nossos dias.

Em suma, coloquemos a tecnologia ao nosso serviço, usemo-la em todas as suas potencialidades, mas sem deixar que seja ela a controlar a nossa vida e se sobreponha à humanidade, substituindo a realidade pela virtualidade, com os perigos que daí podem advir.

E já que estamos em abril, mês da revolução, tentemos dar o nosso contributo para esta verdadeira revolução humana da tecnologia ao serviço do homem e não da sua escravização.

#### O FORJANENSE

R. Pe Joaquim Gomes dos Santos, nº 58  
4740-439 FORJÃES - Ctr. n.º 501524614  
Telef. 253 87 23 85

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

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



Diretor: Carlos Gomes de Sá - csa@portugalmail.pt

Subdiretor: José Manuel Reis - jmanuelreis@sapo.pt

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

SECRETARIADO E PAGINAÇÃO: Eduarda Sampaio e Fátima Vieira.

FOTOGRAFIA: Luís Pedro Ribeiro

ASSINATURA ANUAL (11 números)

TIRAGEM - 850 Ex.

País: 9 Euros; Europa: 19 Euros; Resto do Mundo: 22 Euros  
Registado no Instituto da Comunicação Social sob o nº 110650  
IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

Os artigos de opinião são da exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal O FORJANENSE. O jornal não assume o compromisso de publicar as cartas ou textos recebidos, reservando-se o direito de divulgar apenas excertos.



# Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães abril 2016

## Semana das Línguas

Entre os dias 11 e 15 de abril, o Departamento de Línguas da Escola Básica de Forjães assinalou a "Semana das Línguas".

Como já vem sendo hábito, o referido Departamento brindou a comunidade educativa com atividades diversas, que envolveram todos os alunos num ambiente festivo.

### Leituras Partilhadas

Na biblioteca encontraram-se alunos das diferentes turmas, que leram poemas da sua autoria.



### Exposição

Houve também uma exposição de trabalhos elaborados pelos alunos nas aulas de Português, Francês e Inglês.



### Concurso: Na Ponta da Língua

Os alunos do 2º e 3º ciclo puderam evidenciar, de forma divertida, os seus conhecimentos, adquiridos ao longo do ano nas disciplinas de Português, Francês e Inglês.

Por ter havido um empate entre o 5º e o 7º ano, com todas as respostas certas, o apuramento do ano vencedor será feito numa sessão a realizar brevemente.

Eis os digníssimos representantes de todas as turmas:



### Saborear as Línguas

E como as Línguas representam também sabores, não faltaram os habituais lanches multilingues, onde todos provaram sabores dos diferentes países, preparados por professores e alunos. Também os almoços foram deliciosos, com pratos representativos de Portugal e de países francófonos e anglófonos, confeccionados pela equipa de cozinheiras da cantina da escola.





# Semana do Autismo



No âmbito da Consciencialização do Autismo, o Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio reservou uma semana do mês de abril para o desenvolvimento de diversas atividades alusivas às Perturbações do Espectro do Autismo (PEA). Grande parte das escolas do Agrupamento aderiu às atividades propostas pelo departamento dos serviços especializados e de apoio educativo, a saber:

- Passagem de pequenos vídeos que mostram de uma forma bastante simples as perturbações associadas ao espectro do autismo;
- Leitura de mensagens que alertam para esta patologia e todas as perturbações a ela associada, bem como promovem mudanças de atitudes em prol de uma escola de e para todos;
- Investigação sobre esta patologia recorrendo, por exemplo, às redes sociais que no mês de abril divulgam, diariamente, informações sobre as PEA e procuram consciencializar o "Mundo"- nós próprios – realçando tratar-se apenas de uma forma diferente de ver e estar no Mundo;
- "Dia azul" – dia 7 de abril: toda a comunidade educativa foi convidada a vestir AZUL e a colorir os portões das escolas com fitas azuis.



## PALESTRA: Autismo, uma realidade bem presente – testemunho de pais.



No dia 13 de abril, pelas 18:30, a comunidade educativa foi convidada a participar na palestra "Autismo, uma Realidade bem Presente – testemunho de pais". O departamento dos Serviços Especializados e de Apoio Educativo convidou dois encarregados de educação, pais de dois alunos da Unidade de Ensino Estruturado de Autismo (UEEA) da Escola Básica de Forjães, para liderarem a atividade. Esta palestra, de vertente pouco teórica, tornou-se bastante enriquecedora, na medida em que deu a conhecer esta realidade através de vivências experienciadas diariamente, carregadas de emoções, coragem, paciência, esperança, aprendizagem e ensinamentos... Relatada por quem de muito perto, lida com todas as perturbações associadas ao espectro do autismo. O público presente - encarregados de educação, alunos, docentes, enfermeiros e médicos - viu, ouviu e participou ativamente, procurando saber mais um pouco sobre os primeiros sintomas, o dia-a-dia em casa e na escola, as perspetivas de cada pai para o futuro do seu filho... Partilharam-se situações constrangedoras, comoventes, ... todas elas associadas a um ser que "apenas tem uma forma diferente de ver o mundo". A associação de estudantes da EB de Forjães foi desafiada

pelos docentes da UEEA a partilhar com a plateia o que pensa dos alunos com PEA. As cinco jovens presentes enalteceram que não são apenas os sete jovens da unidade que têm ganhos ao frequentarem uma escola regular. Reforçaram a ideia de que a presença destes alunos bem como de todos os outros alunos com necessidades educativas especiais (NEE) permitem que elas cresçam melhor, mais conscienciosas, mais atentas às diferenças e à necessidade de "cuidar" deles. Acrescentaram ainda que percebem o quanto é importante a inclusão destes alunos numa turma do ensino regular, pois é aí que eles vão aumentar os seus períodos de interação entre pares.



## EXPOSIÇÃO - Histórias contadas pelos alunos e adaptadas em SPC

No final da sessão, o público foi convidado a folhear 18 livros adaptados em SPC – símbolos pictográficos para a comunicação - com textos originais e desenhos encantadores, todos eles produzidos pelos alunos da EB de Forjães que contaram com o apoio dos docentes da escola. Esta produção de livros é o resultado de um desafio proposto aos alunos no início do mês de janeiro e que se enquadra no projeto do Agrupamento "Todos Juntos Podemos Ler".

Expostos, também se encontravam alguns cartazes de consciencialização, produzidos pelos alunos, no ano letivo transato. É bom verificar que os alunos da escola estão a desempenhar o papel de "agentes de mudança inclusivos". Nunca é demais lembrar que a inclusão parte de cada um de nós e que é com pequenos atos que todos juntos fazemos a diferença.



## Palestra: Doutor Leonel Pereira na EB de Forjães

No dia 7 de abril, os alunos da EB de Forjães tiveram a honra da presença do Doutor Leonel Pereira, biólogo, especialista em Biologia Celular e em algas marinhas e atualmente professor na Universidade de Coimbra, na Faculdade de Ciências e Tecnologia.

Durante a manhã foram colhidas algas na Praia de Castelo do Neiva e no período da tarde todos os alunos do 3º ciclo assistiram a um workshop sobre as potencialidades das algas do litoral português. Os alunos do 7ºB e do 8ºA realizaram ainda um algarifio ficando guardadas e identificadas as algas recolhidas.

Esta atividade ocorreu no âmbito do projeto "Cosmética 100% Natural" - Prémio Ciência na Escola, com o objetivo dos alunos colherem, conhecerem, identificarem e introduzirem as algas nos sabões naturais que estão a produzir.



## BIBLIOTECA

### Concurso Nacional de Leitura

Realizou-se no dia 22 de abril a fase distrital do Concurso Nacional de Leitura. Pela primeira vez na história da iniciativa, que já vai na décima edição, a final decorreu em dois locais distintos, atendendo ao elevado número de alunos participantes. Esposende organizou a eliminatória do Ensino Secundário e Barcelos a do 3.º Ciclo do Ensino Básico.

A EB de Forjães esteve representada, em Barcelos, pelas alunas Beatriz Moura, do 7ºA, Joana Ribeiro, 8ºA e Francisca Ribeiro, 9ºA.



### Curtas na Biblioteca

No âmbito da comemoração dos 20 anos da Rede de Bibliotecas Escolares, foi lançado, a nível nacional, o desafio de produzir pequenos filmes, com mais apoio dos adultos no pré-escolar e no 1.º ciclo e mais autonomamente pelos restantes níveis. O mais representativo será escolhido para ser divulgado a nível nacional. A EB de Forjães participa com duas curtas, produzidas pelos alunos do primeiro ciclo e pela Associação de Estudantes, em articulação com o Clube de Francês e apoiados pela Associação "Ao Norte". Estes pequenos filmes poderão ser vistos, muito em breve, no Youtube e na página da Escola.



## Um Sarau diferente

Neste texto vamos falar do "Sarau de Entrega dos Prémios de Mérito e Excelência", realizado pela Associação de Pais da Escola Básica de Forjães, que decorreu no dia 15 de abril, às 21 horas.

Muita gente fica com a perceção errada do que realmente custa preparar uma atuação ou espetáculo. É algo que se faz com muito entusiasmo e, normalmente, com alguns percalços.

Atrás das cortinas vivem-se momentos excitantes e com muita adrenalina. É sempre um reboiço, entre trocar de roupa, maquilhagem... Acreditem, falamos por experiência própria.

Estavam todos preocupados em entrar a tempo, não se enganarem... E nós, que fizemos algumas atuações, também sentimos isso.

A partir do momento que começa a música, não se pensa em mais nada senão fazer o melhor que podemos para agradar ao público. Quando se está em cima do palco, o tempo passa a voar e nem se repara que a atuação já acabou, e que já se tem de sair. Apesar de dar muito trabalho, tudo isto foi uma sensação maravilhosa, desde que começamos a treinar até à vénia final. Esperemos que este acontecimento se repita por muitos e muitos anos.

Beatriz Ribeiro, Carolina Reis, 6º A



## CLUBE DE ORIENTAÇÃO - 5ª e 6ª Provas

Mais uma vez, acompanhados por uma dádiva da natureza - chuva... a Equipa de Orientação da EBF, com 34 atletas dos 9 aos 18 anos, deslocou-se a Vila do Conde, a 16 de março, para participar nas duas últimas etapas do Ranking Regional Norte. O mapa, representativo de uma área rural e de floresta em Azurara, com escala de 1:5000, era completamente novo, o que gerou alguma ansiedade antes das partidas!

O balanço das classificações foi muito satisfatório e com alunos premiados no pódio. Individualmente, nas duas provas, salientam-se as classificações:

**Infantil A Fem.:** Inês Laranjeira - 6º e 4º;

**Infantil A Masc.:** Duarte Pedro - 3º e 1º; Fábio Novo - 6º e 6º; Simão Carvalho - 5º e 7º;

**Inf. B Fem.:** Matilde Brito - 7º e 4º; Catarina Ribeiro - 7º;

**Infantil B Masc.:** João Pedro Meira - 9º;

**Iniciado Fem.:** Inês Neiva - 2º e 4º; Ana Rita Ribeiro - 7º e 15º; Mariana Caramalho - 8º e 5º;

**Júnior Fem.:** Inês Correia - 3º e 3º.

Parabéns aos atletas participantes pelo empenho e comportamento cívico que apresentaram e a que já nos habituaram!

Aguardamos com ansiedade a pontuação final, individual e por equipa, do Ranking Regional.

Dependendo dessa pontuação a Equipa de Orientação da EBF poderá ser representada nos Campeonatos Nacionais a realizar em Aveiro, durante quatro dias, no final do mês de maio. Entretanto, e para finalizar a época competitiva, estes atletas serão premiados pelo seu empenho e dedicação, com um dia diferente e do seu agrado! No dia 7 de maio,



na Quinta de Alvarenga - Barcelos, terão a oportunidade de experimentar atividades radicais, conviver e despedirem-se dos atletas do 9º ano... Serão entregues, durante o almoço no MCD, prémios surpresa aos alunos(as): REVELAÇÃO, EMPENHO e SPRINT.

Profª Anabela Freitas

**Boletim Nascente Escolar**  
Abril 2016



**Diretora:** Professora Paula Cepa

**Redação:** Escola Básica de Forjães

**Colaboração:** Prof.ª Anabela Freitas, Eco-Escolas e Orientação—D.E., Prof.ª Fernanda Garrido, Projeto Ciência na Escola; Prof.ª Goreti Figueiredo, Biblioteca Escolar, Prof.ª Lurdes Loureiro, Biblioteca Escolar e Departamento de Línguas, Prof.ª Natália Serra, U.E.E.A.; 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



## Publicidade

O FORJANENSE, de 28 de abril de 2016, nº 318

**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 46 e seguintes, do Livro nº 100-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de dezoito de abril de dois mil e dezasseis, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO**, na qual: **PRIMEIRO - MARIA AUGUSTA LARANJEIRA VIEIRA**, viúva, natural da freguesia de Mar, concelho de Esposende, onde reside na Rua da Cruz, nº 6, contribuinte fiscal número 139 771 530.-----

**SEGUNDO - LILIANA SOFIA VIEIRA SANTIAGO**, solteira, maior, natural da dita freguesia de Mar, onde reside na mencionada Rua da Cruz, nº 6, contribuinte fiscal número 220 579 326.

**TERCEIRO - SANDRA MARIA VIEIRA SANTIAGO**, divorciada, natural daquela freguesia de Mar, residente em Via Cesare Pavese, nº 10, 1006, Cercenasco, Torino, Itália, contribuinte fiscal número 207 519 510.

**QUARTO - JOSÉ ANTÓNIO VIEIRA SANTIAGO** e mulher **LÚCIA CONCEIÇÃO SILVA PEREIRA**, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ele natural da freguesia de Mar e ela natural da freguesia de Vilar do Monte, concelho de Barcelos e nesta última residentes na Rua da Casa Alta, nº 259, contribuintes fiscais números 196 924 405 e 205 388 620.

**QUINTO - LUÍS FILIPE VIEIRA SANTIAGO**, divorciado, natural da dita freguesia de Mar e lá residente na Rua da Cruz, nº 6, contribuinte fiscal número 208 776 281. -----

**SEXTO - MANUEL AUGUSTO LARANJEIRA VIEIRA** e mulher **ANA PAULA AMORIM DE OLIVEIRA VIEIRA**, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ele natural da freguesia de Mar e ela natural da freguesia e concelho da Póvoa de Varzim, residentes na Rua D. Lúcio, nº 25, Lugar de Banho, em Vila Cova, Barcelos, contribuintes fiscais números 184 421 233 e 189 682 906.

**SÉTIMO - MARLENE CRISTINA VIEIRA SANTIAGO** e marido **JOSÉ LUÍS DE ARAÚJO ALVES**, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ela natural da dita freguesia de Mar e ele natural da freguesia de Barcelinhos, concelho de Barcelos e residentes na Rua de Cepães, Aldeamento Pinhal da Carda, entrada 1, apartamento 4, em Marinhãs, neste concelho, contribuintes fiscais núme-

ros 215 724 240 e 222 192 453, **declararam:**

Que, são donos e legítimos possuidores, em comum e sem determinação de parte ou direito, do seguinte bem imóvel, o qual se encontra livre de quaisquer ónus ou encargos:--

Um prédio urbano composto por casa com dois pavimentos, sótão e logradouro, destinado a habitação, com a superfície coberta de quarenta e quatro metros quadrados e descoberta de vinte e oito metros quadrados, sito na referida Rua da Cruz, nº 6, Lugar de Cima, em Mar, na atual União das Freguesias de Belinho e mar, concelho de Esposende, descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número **MIL DUZENTOS E CINQUENTA E SEIS / MAR**, aí registado a seu favor pela apresentação dois mil quinhentos e vinte e nove, de vinte e oito de outubro de dois mil e treze, inscrito atualmente na respetiva matriz sob o artigo **1382**, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 780 urbano da extinta freguesia de Mar. -----

Que este prédio foi já edificado por volta do ano de mil novecentos e setenta e cinco, por seus antecessores, sendo que, desde a sua construção, tem na sua fachada virada a nascente, ao nível do rés-do-chão, três janelas, uma janela com a largura de vinte e nove centímetros e com a altura de quarenta centímetros, uma janela com a largura de cinquenta centímetros por trinta e seis centímetros de altura e uma janela com setenta centímetros de largura por setenta centímetros de altura, ao nível do primeiro andar, quatro janelas, uma janela com oitenta e quatro centímetros de largura com setenta e cinco centímetros de altura, uma janela com sessenta centímetros de largura com sessenta e dois centímetros de altura, uma janela com sessenta centímetros de largura com setenta centímetros de altura e uma janela com cento e dezassete centímetros de largura com setenta centímetros de altura, e ainda, ao nível do segundo andar, quatro janelas, uma com a largura de oitenta centímetros com quarenta centímetros de altura, uma janela com quarenta e dois centímetros de largura com cinquenta centímetros de altura e duas janelas com noventa centímetros de largura com sessenta e

sete centímetros de altura, cada uma. -----

Ora todas as aberturas (janelas), deitam diretamente para o seguinte prédio a saber: -----

Prédio urbano composto por casa com dois pavimentos e sótão com logradouro, destinado a habitação, com a área coberta de cento e treze metros quadrados e descoberta de setecentos e oitenta e sete metros quadrados, sito na indicada Rua da Cruz, nº 2, Lugar de Cima, daquela União das Freguesias de Belinho e Mar, concelho de Esposende, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o atual artigo **1054**, que corresponde ao artigo 535 urbano, da extinta freguesia de Mar, desconhecendo-se porém o artigo rústico no qual o mesmo foi implantado, o qual é propriedade de Manuel de Jesus Lima Gomes e mulher Carolina Augusta Correia Sampaio, residentes na referida Rua da Cruz, nº 2, Lugar de Cima, em Mar, neste concelho, ele contribuinte fiscal número 139 792 767.-----

Que a abertura daquelas janelas existentes ao nível do rés-do-chão, primeiro e segundos andares, não constam de qualquer projeto aprovado junto da Câmara Municipal de Esposende, atenta à data da construção inicial do referido imóvel. -----

Que, tendo em vista o licenciamento das 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, desde a data de abertura das mesmas, ou seja desde o ano de mil novecentos e setenta e cinco, permite quer as vistas quer a devassa para aquele prédio contíguo e acima identificado. Que do exposto resulta que o seu prédio urbano acima identificado beneficia e goza já de uma servidão de vistas sobre aquele prédio contíguo ao seu, servidão essa aparente, porque as janelas abertas e construídas se encontram à vista, tendo o seu uso sido contínuo e ininterrupto porque as referidas janelas sempre existiram e em momento algum foram tapadas ou objeto de qualquer alteração desde a sua abertura, ou seja durante mais de vinte

anos, à vista de toda a gente e na convicção de exercerem um direito de uso próprio, por si e seus antecessores, 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 interesse próprios e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral uso das citadas janelas, nomeadamente abrindo-as, gozando das respetivas vistas sobre aquele prédio contíguo, inclusive podendo devassá-lo. -----

E que a existência das referidas janelas, 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 1054 e a favor do seu prédio urbano acima melhor identificado, o descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número **MIL DUZENTOS E CINQUENTA E SEIS / MAR**, servidão essa que consiste no facto de que no prédio serviente (o referido artigo 1054 urbano), exclusivamente na parte voltada a poente para o prédio dominante (artigo 1382 urbano), não poderão ser construídas paredes, muros ou qualquer outro tipo de edificação que distem menos de um metro e meio da edificação dos ora declarantes, já existente, no sentido de garantir a vista e devassa do seu prédio, através das janelas nele existentes que deitam para o prédio serviente, servidão esta à qual atribuem o valor de **DUZENTOS EUROS**. Mais se informa que estas declarações foram confirmadas por três testemunhas.-----  
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.-----  
Esposende, 18 de abril de 2016


A Notária

Andreia da Silva Amaral

**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



**...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 trama; xoira = 2º ralo; a; breu = 3º atar; r; aral = 4º gas; rim; ala = 5º o; a; p; m; s = 6º carmelita = 7º s; o; r; l; a = 8º ira; sal; mal = 9º rara; n; eiva = 10º gral; a; caim = 11º oásis; borro =

**Verticais**

1º trago; sirgo = 2º rata; c; rara = 3º alas; a; aras = 4º mor; aro; ali = 5º a; r; m; s; s = 6º ariperana = 7º x; m; l; l; b = 8º oba; mil; eco = 9º irra; t; miar = 10º real; a; avir = 11º aulas; álamo =





## Forjães SC garantiu a permanência no Pró-nacional

Quando faltam ainda disputar 3 jornadas, o Forjães SC assegurou a manutenção no campeonato da Pró-nacional da AF Braga. Assim, estão cumpridos os objetivos mínimos propostos para esta época. Tem sido uma competição difícil, devido sobretudo ao nível apresentado pelos nossos adversários, na sua maioria equipas habituadas a outros patamares, com boa estrutura desportiva, bons atletas e eventualmente com outro tipo de apoios. Sendo certo que nesta altura poderíamos estar numa posição ainda mais digna na tabela classificativa, mas nem sempre as coisas nos correram como planeado. No entanto, dentro da humildade que sempre nos caracterizou, procuramos dignificar o bom nome da nossa terra e do Forjães SC e penso que o conseguimos. Num primeiro ano neste escalão, com uma competitividade maior que a antiga divisão de honra, demos sempre o máximo, embora nem

sempre conseguindo os resultados pretendidos. Se repararmos, de entre as equipas promovidas, apenas o Forjães SC garantiu a manutenção, sendo que o Antime já está despromovido, o Travassós praticamente também e o Prado ainda luta com o Marinhos pela última vaga, mas praticamente também já não tem hipóteses, dada a maior valia da equipa do nosso concelho.

Na próxima época perspectiva-se um Pró-nacional com 4 equipas esposendenses, uma vez que AD Esposende e Vila Chã estão prestes a consumir a subida de divisão, o que poderá ser muito positivo para o nosso concelho. A ver vamos.

No futebol jovem continuamos a evoluir nos vários escalões de formação, com excelentes resultados em alguns escalões das idades mais baixas. Aos poucos e com paciência, dedicação e muito trabalho, o futuro do Forjães SC vai sendo assegurado.

## Jantar do 49º Aniversário

Sete de maio – Quinta de Curvos (Forjães)

A direção do Forjães Sport Club convida todos os sócios e demais interessados a participar no jantar comemorativo do 49º aniversário. Para participar, os interessados poderão fazer a sua inscrição junto dos diretores, impreterivelmente até ao dia 5 de maio. Este Jantar comemorativo vai acontecer no próximo dia 7

de maio, sábado, na Quinta de Curvos, em Forjães, nos moldes habituais. O serviço de catering está a cargo da empresa Sol Doce. Os preços mantêm-se dentro dos valores dos anos anteriores (25 bolas por pessoa, com descontos para famílias mais numerosas e preços especiais para atletas). Confirma a tua presença!

## Dia da Mãe

No próximo domingo, o Forjães Sport Club vai assinalar o dia da mãe com entradas gratuitas para as mães forjanenses, com especial atenção para as mães dos nossos atletas. Para todas as mães que se deslocarem ao jogo Forjães – Amares (domingo, 16 horas) teremos agradáveis

surpresas, para além da já anunciada entrada gratuita. Também nesse mesmo jogo irá decorrer o desfile de todas as camadas jovens do Forjães Sport Club.

## Resumo das Jornadas

### 29ª Jornada 11-04-2016

Ronfe 1-2 Forjães SC  
Parque de jogos de Ronfe-Guimarães

#### Objetivos!

Em Ronfe, o Forjães entrou bem na partida, mas passados os primeiros 5 minutos deixou-se cair num jogo por vezes confuso e a pecar pela demora na entrega ou pela falta de simplicidade no lançamento dos ataques. Perto do minuto 20, Óscar (central goleador) faturou de cabeça com desvio fulgurante no primeiro poste, na sequência de um canto bem cobrado na direita do ataque. Depois fomos controlando

o jogo, mas sem conseguirmos fazer aquilo que pretendíamos (ampliar a vantagem e construir um resultado mais tranquilo) em parte porque continuamos a não ser uma equipa esclarecida no meio campo ofensivo e, em parte, porque o nosso adversário lutou de forma abnegada para contrariar o nosso maior poderio. Na segunda parte, entramos um pouco expectantes e até talvez ligeiramente adormecidos nos minutos iniciais, mas aos poucos fomos aumentando a nossa organização de jogo e, a partir do momento em que começamos a simplificar os processos, fomos chegando à frente e fomos ameaçando com o segundo golo. Desperdiçando uma ou outra situação, com uma bola na barra (Óscar perto de bisar). O Ronfe é uma equipa aguerrida, mas nesta fase só conseguiu criar perigo a

partir de três lances precedidos de fora de jogo escandalosos (não se percebe como é possível). Por um lado, estes lances ainda tiveram um reforço positivo, pois se os nossos rapazes já estavam alerta, ainda mais alerta ficaram! Afinal parecia não haver fora de jogo para o nosso adversário. Curiosamente, do outro lado aconteceu o inverso, sendo de destacar o fora de jogo tirado numa das mais belas jogadas da nossa equipa, arrancado a Luís Barbosa de forma impensável. Contudo, foi uma questão de tempo e o segundo golo surgiu, pecando por tardio, com naturalidade, numa bela jogada, onde Barbosa apareceu na zona do penalty a fuzilar autenticamente as redes. Com dois a zero, não corremos grandes riscos, fomos controlando o jogo e espreitando o terceiro. No final dos 5

minutos de compensação, alguém decidiu estragar o jogo, num lance onde o nosso atleta Jaka é puxado no ombro, (falta clara!), não desiste do lance, já no interior da área faz um corte limpo, mas vê o arbitro assinalar penalti e vermelho direto ... Indignados, (não era para menos) protestamos muito mas não adiantou de nada, o homem do Ronfe fuzilou Salgueiro e o jogo acabou logo ali, sem que a bola fosse ao centro. Não gostamos nem costumamos falar de arbitragens, mas num lance fácil de decidir, nem dúvidas existiam, era falta a nosso favor e, para além disso, o corte efetuado foi limpinho... Acabamos com Jaka (injustamente expulso) e um penalti no último segundo que não lembra a nin-

continua na pág. seguinte

## Talhos Sr<sup>a</sup> da Graça, Lda



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

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

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

## CAFÉ NOVO

de Domingos T. Cruz



- Café Snack Bar  
- Distribuidor PANRICO  
- Agente Totoloto-  
Totobola - Joker- Euromilhões

**Rua 30 de Junho - 4740 Forjães  
253 87 21 46**



# Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Clube



Fernando Neiva

continuação da pág. anterior

guém, para além dos dois erros grosseiros faltou bom senso na decisão que nos prejudica para o próximo jogo. Não merecíamos esta desfeita, mas enfim ...

**FSC:** Salgueiro; Magalhães, Jaka (expulso aos 90+5), Óscar e Tony (C.); Gaby, Luís Salgueiro, Tiago Lopes, Postiga (Luís Barbosa aos 63), João André R. (Alenitchev aos 82) e Reko (Luan aos 78).

Não jogaram: André, Rui Rodrigues, Hugo e Pedro Ribeiro.

Treinador: Jó Faria

Golos: 0-1 Óscar aos 17 min.; 0-2 Luís Barbosa aos 75 min.; 1-2 de g.p. aos 90+5 min.

## 30ª Jornada 17-04-2016

Forjães 2-2 Antime  
Estádio Horácio Queirós

### Estivemos mal

Neste jogo, não conseguimos jogar bem, como queríamos, mas as coisas não saiam e, sem tirar mérito ao nosso adversário, temos que reconhecer que estivemos uns furos abaixo daquilo que somos capazes de produzir. Assim, face à nossa pálida exibição, temos que considerar o ponto conquistado como positivo, pois, mesmo reduzidos a dez desde os minutos finais da 1ª parte, o nossos adversários foram uma equipa muito digna, nunca baixaram os braços, chegaram ao empate aos 87 minutos e ainda nos criaram dificuldades nos momentos finais. Aparentemente, o subconsciente da nossa malta induziu-os em erro, levando-os a pensar que o jogo seria fácil de vencer.

Assim, não entramos bem no jogo, não conseguimos ser uma equipa esclarecida na zona intermédia e perto do minuto vinte sofremos o 0-1. Um golo de bela execução por parte do homem do Antime, pese o nosso demérito na perda da bola

em zona proibida e de forma muito displacente. A perder por 1-0, procuramos reagir, mas a engrenagem não estava afinada e nem sempre as coisas saíam bem. Aos 40 minutos, Reko esgueirou-se bem pela zona central e, já no interior da área, foi rasteirado, penalti sem qualquer dúvida, vermelho direto para o homem do Antime. Chamado à conversão, Luís Salgueiro empatou a partida, resultado com que fomos para o descanso.

Na segunda metade procuramos impor o nosso futebol e controlar o jogo, com mais um elemento em campo sentíamos essa obrigação, mas em parte não conseguimos aquilo que pretendíamos, pois faltava-nos qualquer coisa que já não tínhamos levado para esta partida. Ainda assim, fomos dominando o jogo e procurando chegar à vantagem. Depois de algumas tentativas, o golo surgiria já perto do minuto 70, através de um belo passe nas costas da defesa adversária, com Rui Rodrigues a surgir bem, a ganhar a frente e, já na área, a fuzilar o guarda-redes adversário. A partir daqui fomos tentando "matar" o jogo, mas não conseguimos aproveitar as situações criadas e, de certa forma, fomos-nos pondo a jeito do nosso adversário. Sentia-se que a nossa malta queria, mas não conseguia ter o controle seguro das operações. Curiosamente, logo depois de termos desperdiçado mais uma boa situação para chegar ao terceiro, acabamos por cometer uma falta em zona frontal à nossa baliza, e, na sequência desse livre, o homem do Antime atirou para o fundo das redes. Com 2-2, já perto do minuto 90, esperava-se uma reação dos nossos homens, mas estes não conseguiram reagir e acabaram mesmo por deixar o adversário ganhar confiança para os momentos finais. Assim, o resultado ajusta-se àquilo que se passou, com o nosso adversário a querer reclamar a vitória para si. Acima de tudo, foi um jogo onde aparentemente facilitamos no pré-jogo, pois embora sabendo que nenhuma partida é fácil de vencer, talvez o subconsciente (?) nos tenha levado a pensar que ganharíamos sem dificuldades.

Puro engano!

**FSC:** Salgueiro; Magalhães, Gaby, Óscar e Tony (C.) (Pedro Ribeiro aos 56); Luís Salgueiro, Tiago Lopes, Postiga (Rui Rodrigues aos 62), Luís Barbosa, João André R. e Reko (Alenitchev aos 88).

Não jogaram: André, Luan, Hugo e Vicente.

Treinador: Jó Faria

Golos: 0-1 aos 18 min. 1-1 Luís Salgueiro aos 41 min. de g.p.; 2-1 Rui Rodrigues aos 68 min.; 2-2 aos 87 min. (livre direto)

## 31ª Jornada 23-04-2016

Travassós 1-1 Forjães SC  
Campo dos Carvalinhos, Travassós-Fafe

### "Empate, selou manutenção."

Voltamos a não fazer um bom jogo sob o ponto de vista exibicional, aparentemente porque a nossa malta facilitou, mais uma vez, na forma de abordar o jogo. A nossa equipa voltou a mostrar-se algo desinteressada, desconcentrada, revelando sintomas de final de uma época que já vai sendo longa e desgastante.

O Travassós é um adversário ao nosso alcance, que mesmo jogando mal só não ultrapassamos porque desperdiçamos inúmeras oportunidades de golo iminente. Fomos para o intervalo em vantagem, Luís Salgueiro marcou de penalti perto do intervalo.

Entramos um pouco mais controlados na segunda metade, mas continuamos a não conseguir assentar o jogo. Fomos deixando o tempo passar, nunca conseguimos aumentar o ritmo e fomos deixando rolar. Na entrada para o último quarto de hora, oferecemos literalmente o golo do empate ao nosso adversário, através duma

displícência defensiva. Tentamos reagir ao empate, criamos o suficiente para sairmos de Travassós com os três pontos, mas a desinspiração atacante voltou a vir ao de cima e desperdiçamos aquilo que criamos de forma inacreditável. Assim, saímos de Fafe apenas com um ponto que mais tarde, perante o empate do Prado, se veio a revelar suficiente para garantir a manutenção.

**FSC:** Salgueiro; Tony (C.) (Magalhães aos 70), Carlos, Óscar e Vicente; Jaka, Gaby, Luís Salgueiro (Reko aos 81), Tiago Lopes (Pedro Ribeiro aos 75), Luís Barbosa (expulso aos 73), João André R.

Não jogaram: André, Luan, Postiga e Rui Rodrigues.

Treinador: Jó Faria

Golos: 0-1 Luís Salgueiro aos 42 min. 1-1 aos 78 min.

## CLASSIFICAÇÃO

		P	J
1	Merelinense	71	31
2	Brito SC	60	31
3	CCD Santa Eulália	58	31
4	▲ Maria da Fonte	57	31
5	▲ AD Ninense	56	31
6	▼ Caç. Taipas	56	31
7	Vieira	52	31
8	Serzedelo	48	31
9	▲ Santa Maria	44	31
10	▼ GD Joane	42	31
11	FC Amares	38	31
12	Forjães	35	31
13	Terras de Bouro	33	31
14	Marinhas	29	31
15	GD Prado	26	31
16	GD Travassós	22	31
17	OFC Antime	19	31
18	Desp. Ronfe	19	31

**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**

253 809 880

HORARIO: 9h - 19h30 (segunda-terça-feira)

SERVIÇOS: PNEUS, ALINHAMENTO, SERVIÇO RÁPIDO, LAVAGEM

**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

As redes sociais têm-se manifestado como uma fonte de onde dimanam valores positivos mas também como lugar onde proliferam valores obscuros tantas vezes disfarçados de bons valores. Tal como a fotografia, que hoje se tornou banal e usada por tudo e por nada, também a atribuição de temas aos dias do ano tem sido alvo de todo o tipo de abusos. Basta lembrar o dia dez de abril, que alguém se lembrou de chamar de «Dia dos Irmãos», mas em que simultaneamente circulavam imagens que diziam ser o «Dia dos Sobrinhos». Parece que afinal é sempre dia de alguma coisa ou de várias ao mesmo tempo, gerando uma certa confusão e o perigo de que dias que são realmente importantes, como do pai, da mãe ou do trabalhador percam a sua importância ou sejam apenas mais um no meio de tantos.

Apesar de haver «dias de tudo» assistimos em simultâneo ao declinar de tantos valores humanos realmente essenciais à vida. É claro que há incontáveis aspetos positivos no mundo e mesmo nas pequenas coisas da vida de cada pessoa, sempre tão cheia de maravilhas, mas não deixa de ser verdade esta forma de ver mais pessimista com que, no livro das Edições Salesianas «Rezar na Quaresma» deste ano,

## Dia do Ser Humano

nos ajudavam a refletir: «Apesar de tantas promessas e de tantas ilusões, este mundo está doente. É a poluição que destrói o planeta, os massacres banalizados, a injustiça e a corrupção a que ninguém se consegue opor, os casamentos que duram menos que o campeonato de futebol, as crianças abortadas com menos direitos que os animais de estimação» (p. 56). É, pois, necessário que, mais do que dia de alguém em especial, todos os dias sejam «Dia do Ser Humano». Porque irmão, sobrinho, pai, mãe, trabalhador, criança ou idoso são todos humanos e não se podem esquecer em nenhum dia de cada ano.

Como disse no início, as redes sociais, como todas as coisas quando bem usadas, também são fonte de transmissão de valores positivos. Uma história que vi recentemente fazia recordar o tratamento que damos aos idosos. Colocando de parte a moralidade dos lares de idosos, é fácil perceber como em quase tudo o que junta grandes grupos de pessoas é mais comum tratar alguém como se fosse apenas mais um. Nessa história dava-se conta de uma carta encontrada pelas enfermeiras que arrumavam o quarto de um idoso acabado de falecer. E como a carta as fez chorar porque nela o idoso lamentava ser tratado como apenas mais um a quem dar de comer, a quem dar banho, a quem falar friamente, de quem não se compreendiam facilmente as quedas, a impaciência, a tristeza, o silêncio, a incapacidade de se alimentar sem babar ou de dormir sem precisar de uma fralda. Na carta,

o idoso dava conta de como não era apenas mais um velho incapaz e à espera do fim dos seus dias: ele é também o bebé da sua mãe, a criança à descoberta do mundo, o adolescente com sede de viver, o jovem que conhece a sua namorada e que anseia por casar, o marido que ama a sua esposa e assiste ansioso ao nascimento dos seus filhos, o trabalhador que luta por ter uma vida digna, o avô que cuida dos seus netos, o homem que chora a morte da sua esposa. Ele é tudo isso mas ninguém consegue ver nele senão um homem sem valor.

Esta história ajuda-nos a encontrar na vida real casos semelhantes. É importante valorizar a sabedoria popular que nos diz que «filho és, pai serás» ou que «morre um velho, morre uma biblioteca». Recordo, entre muitas histórias das minhas visitas a lares de idosos, a Dona Aurora, simpática alentejana que na passagem para este milénio se encontrava na «Casa de São Sebastião», em Chafé, Viana do Castelo. E como ela passava o dia a falar no seu único e querido filho, e como ficava feliz ao ver o filho chegar ainda lá fora, e como o seu querido filho estava com ela apenas breves minutos separados por longos dias e praticamente sem pronunciar uma palavra, com um semblante próprio de quem acha que o tempo nunca mais passa. Diz outra frase que conheci nas redes sociais: «Como pode uma mãe conseguir cuidar de dez filhos e dez filhos não conseguirem cuidar de uma mãe»? E, como dizem os senhores da rádio, «Já agora, vale a pena pensar nisto!»

O FORJANENSE, de 28 de abril de 2016, nº 318

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. 11 e seguintes, do livro nº 100-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de treze de abril de dois mil e dezasseis, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO** por **USUCAPIÃO**, na qual a "**SERV-CARROS, COMERCIALIZAÇÃO, IMPORTAÇÃO E EXPORTAÇÃO DE VEÍCULOS E PEÇAS, LDA**", com sede no Lugar do Barral, em Palmeira de Faro, na União das freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, concelho de Esposende, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Esposende sob o número único de matrícula e pessoa coletiva 503 622 680, através dos seus representantes, **DECLARARAM**:---- Que a sua sociedade é dona e legítima possuidora do seguinte bem: Prédio urbano, composto por um pavilhão de rés do chão com logradouro, destinado a comércio e serviços em construção tipo industrial com a superfície coberta de cinco mil e setenta metros quadrados e descoberta de sete mil quinhentos e dezassete metros quadrados, situado no Lugar de Barral, em Palmeira de Faro, na União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, concelho de Esposende, a confrontar do norte e nascente com Inácio Pimenta Alves Ribeiro, do sul com Alfredo Martins Capitão e do poente com caminho, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **1193**, daquela união de freguesias, o qual corresponde o artigo 1198 urbano, da extinta freguesia de Palmeira de Faro, o qual por sua vez foi implantado no artigo 1990 rústico, daquela extinta freguesia de Palmeira de Faro (omisso à an-

tiga matriz rústica).----- Afirmaram que o imóvel veio à posse da sociedade em virtude de o ter edificado por volta do ano de mil novecentos e noventa e nove, no dito prédio rústico (artigo 1990) o qual foi adquirido pela dita sociedade, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a Manuel de Jesus Laranjeira de Deus e mulher Maria Deolinda Ribeiro Laranjeira e Carolina de Jesus Laranjeira de Deus, solteira, maior, todos residentes que foram no Lugar de Góios, em Marinhãs, neste concelho, compra esta ocorrida em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no mês de Março do ano de mil novecentos e noventa e seis e imediatamente após a constituição da referida sociedade.----- Não obstante a dita sociedade não ter título formal de aquisição do referido imóvel, em consequência da compra verbal referida, 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 exerceu de boa fé, pacífica, contínua e publicamente, pelo que, em nome da sua representada, 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, 13 de abril de 2016  
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

**AUTO DETALHE**

A reparação e manutenção da tua

**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 ■ Opinião

## Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

## Carapaus com crosta de broa e laranja

1 kg de carapaus médios; piri-piri; sal e pimenta; 2 cebolas; 3 dentes de alho; 3 laranjas e 1 limão; 2 fatias de broa de milho; 2 c. (sopa) de amêndoa laminada; azeite; 1 raminho de salsa

Elimine a cabeça aos carapaus e limpe-lhes o interior. Abra-os ao meio e retire-lhes a espinha central, de forma a que os filetes fiquem unidos entre si. Coloque o peixe num tabuleiro e tempere com piri-piri, sal, pimenta e o sumo de limão. Coloque num tabuleiro de forno sobre as cebolas e os alhos às fatias. Disponha as laranjas às rodellas sobre o peixe, bem como a broa esfarelada e a amêndoa laminada. Regue com azeite e leve ao forno por cerca de 25 minutos, a 190° C. No final, decore os carapaus com o raminho de salsa fresca. Sirva de seguida.

## Tarte de centeio com fruta

**Massa:** 60 g de manteiga e 100 g de farinha de trigo; 200 g de farinha de centeio; 1 pitada de sal fino e 1 ovo; 1 dl de água. **Crema de Pasteleiro:** 5 dl leite e 100 g açúcar; 75 g farinha, 2 ovos e 3 gemas; 1 pitada de baunilha em pó. **Cobertura:** meia manga e 4 rodellas de abacaxi; 400 g de morangos e geleia para pincelar

Comece pela massa: numa tigela misture a manteiga com as farinhas e o sal, juntando-lhe o ovo e a água aos poucos. Vá amassando até obter um preparado uniforme. Estique a massa com o rolo da cozinha sobre uma superfície enfarinhada e forre com ela uma tarteira com 18 cm de diâmetro e fundo amovível. A seguir passe para o crema de pasteleiro: leve ao lume um tacho com o leite, até ferver. À parte misture o açúcar com a farinha, o ovo, as gemas e a baunilha em pó. Incorpore esta mistura no leite quente e mantenha sobre lume brando, mexendo sempre até cozer e espessar. Coloque o crema por cima da massa e leve a cozer durante cerca de 25 a 30 minutos a 200° C. Retire depois de cozida, deixe arrefecer e reserve. Corte a fruta às lâminas e coloque-as sobre a tarte. Pincele com a geleia e sirva fresca.



Rolando Pinto

Muito se usa os termos empreendedor, oportunidade, visão e/ou outros termos para enaltecer certas iniciativas que conduzem ao sucesso. Mas quem são esses empreendedores?

Há aqueles que se viram despojados de tudo e, por isso, tiveram que se agarrar ao que lhes apareceu, sendo que tinham jeito para determinada área (com a crise foi o desabrochar de muitos artesãos) e lá foram ganhando uns centimos para (sobre)viver.

Há aqueles que tinham dinheiro e aproveitaram as fraquezas e/ou desgraças dos outros e aumentaram os seus patrimónios e/ou rendimentos.

E há aqueles que se candidataram a todo o tipo de fundos e apresentaram os seus projetos e iniciaram novos negócios e/ou aumentaram os que já detinham.

## Empreendedorismo

Mas (há sempre um “mas”!) se no primeiro caso foi o “desenrascanço” que levou a algo que foi conseguido com investimento, quase exclusivo de mão de obra, logo, com pouco retorno, nos seguintes o dinheiro é que prevalece, logo, foi maior o retorno.

Mas (outro “mas”) se nos dois primeiros casos a problemática é (quase) nula, no terceiro não é bem assim.

Quantos conhecem que, mesmo com algum dinheiro e/ou património, conseguiram ajuda desses fundos? E quantos foram os que, não tendo dinheiro e/ou património, o conseguiram?

Provavelmente, para a primeira questão a resposta será 1, 2 ou 3; para a segunda será zero, pois para se candidatar aos fundos é necessário vários requisitos, entre os quais se destaca o ter dinheiro e, principalmente, o facto de os fundos saírem da origem, mas sofrerem desvios pelo caminho e não chegarem a todo o lado.

Ou seja, podes ter todos os projetos e ideias mas não fazes nada com isso se não tiveres dinheiro e, principalmente, “conhecimentos”.

## Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

## Horizontais

1º intriga; antiga rede, usada na pesca costeira do Algarve = 2º pouco espesso; pez negro = 3º prender; pequeno mar, dentro da Rússia = 4º petróleo de iluminação; víscera dupla; fileira = 6º frade ou freira da ordem religiosa da Senhora do Carmo = 8º raiva; rei

dos temperos; doença = 9º extraordinária; mácula = 10º contração de Graal; um dos filhos de Adão = 11º terreno coberto de vegetação nos grandes desertos; carneiro entre um e dois anos de idade =

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

## Verticais

1º o que se bebe de uma vez; planta aquática = 2º fêmea do rato; insecto, o mesmo que ralo (fem.) = 3º asas; lavras = 4º causa; marco das portas; naquele lugar = 6º árvore brasileira = 8º sobrepeliz; dez vezes cem; som repetido = 9º raiva, desprezo; soltar mios = 10º que existe; combinar = 11º lições; género de árvores salicíneas =

soluções pág. 11

## Saúde em destaque

## Tromboembolismo venoso em poucas palavras parte I

## Tromboembolismo: O que é?

A palavra trombo deriva da palavra grega Thrombos (= fixo) e refere-se a um coágulo de sangue que se forma dentro de um vaso sanguíneo, podendo bloquear, total ou parcialmente, o fluxo de sangue. O tromboembolismo ocorre quando o trombo se solta do local onde se originou, sendo transportado pelo sangue até outros vasos do corpo, podendo alojar-se noutra zona da vasculatura e aí bloquear o fluxo de sangue, como por exemplo nos pulmões (embolia pulmonar).

## Como se desenvolve?

A TVP (Trombose Venosa Profunda) pode manifestar-se em qualquer idade, mas é mais frequente em pessoas com mais de 50 anos, nas quais são mais frequentes as condições necessárias para a formação do trombo.

Existem três etiologias, conhecidas como a tríade de Virchow, que favorecem a formação do trombo:

- Fluxo sanguíneo mais lento,
- Alteração ou dano da camada interna dos vasos sanguíneos, e
- Maior tendência do sangue para coagular.

## Tromboembolismo: Fatores de risco

Existem inúmeros fatores de risco gerais e individuais que favorecem o desenvolvimento de trombose:

- Lesões acidentais, cirurgia, repouso prolongado devido a doença;
- Imobilização de uma perna (por exemplo gesso);
- Doenças graves sistémicas, como o cancro;
- Idade avançada;
- Doença venosa pré-existente (varizes), flebite ou um episódio prévio de trombose



Marina Aguiar\*

- superficial ou profunda;
- História familiar de episódios tromboembólicos;
- Trombofilias hereditárias (tais como a resistência à Proteína C ativada, conhecida como Factor V de Leiden);
- Contracetivos orais ou outros tratamentos hormonais;
- Gravidez e parto, especialmente por cesariana;
- Excesso de peso;
- Falta de exercício, especialmente imobilizações em viagens longas (por exemplo, viajar de avião ou de autocarro).

Continua na próxima edição

\*Médica Dentista

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



## Plano de investimento nas freguesias: Benjamim Pereira apresenta planos para 2016-17

Começando por destacar as ações desenvolvidas nos últimos dois anos e meio, o edil apresentou, a pouco mais de ano e meio de novas eleições, uma carta de intenções, saída da auscultação feitas aos autarcas das 15 freguesias (9 com as uniões), ressaltando que o valor a investir resulta do superavit da autarquia, fruto da sua gestão criteriosa que afirma ter mantido, havendo possibilidade, em função dos fundos comunitários, de outras intervenções, dado que o plano não elenca tudo o que está projetado, assumindo que há compromissos que quer honrar, daí avançar só com aquilo que a autarquia poderá desde já realizar.

Perante uma plateia de diversos autarcas e membros das assembleias municipal e de freguesia, Benjamim Pereira, no tocante a

Forjães, apresentou, como concretizada em 2013, a beneficiação do estádio Horácio de Queirós (100m€), a estruturação do arruamento de acesso ao Centro Escolar (20m€), a beneficiação e infraestruturização da Rua da Morena, esta em 2014 (147m€), a que se soma, em 2015, a intervenção na bancada descoberta do campo do Forjães SC (16m€), a par da retificação do pavimento do passeio no Largo da Santa (5,7m€), decorrendo em 2016 a correção da concordância do entroncamento da Rua do Souto com a Calçada de S. Roque (11,544m€). Até ao final do próximo ano estão previstas intervenções para a conclusão da urbanização MIVI, fruto do acionamento da garantia bancária, acrescida da beneficiação do Largo da Santa. O investimento em Forjães, até final do man-

dato, passa ainda, em termos de rede viária, pela requalificação do Souto de S. Roque e pavimentação de parte da Rua de Fonte Má, acrescida, em termos de equipamentos, da requalificação da sede da Junta de Freguesia e da construção de uma infraestrutura para parqueamento e maquinaria.

Nota, ainda, para o assumir do projeto de criação do Centro Interpretativo do Junco, em Forjães, num espaço pensado correspondente ao antigo infantário.

O Forjanense, aproveitando a presença, na sessão, do presidente de Junta, Manuel António Ribeiro, questionou-o sobre o volume de obras apresentado para Forjães, tendo-se o mesmo mostrado satisfeito, mas ambicionava mais, dado o muito que entende haver para fazer. Tendo como prioritária

a criação de uma estrutura para arrumo da maquinaria da Junta, entende que a questão do Centro Interpretativo será uma mais-valia, mas defende um espaço distinto, na zona central, reservando para o antigo infantário uma espaço para as coletividades forjanenses, daí que esta questão ainda venha a ser objeto de futura discussão pública. O autarca mostrou-se ainda esperançado noutras realizações, resultantes de candidaturas a financiamento pela Câmara, porta que Benjamim Pereira deixou aberta para todas as freguesias.

Nota, dada a ligação a Forjães, para previsão da construção de uma ponte, em Antas, no ribeiro do Chouso.

Carlos Gomes de Sá

## Ponto Final

© CSA

Na edição deste mês de abril, em que assinalamos os 42 anos da Revolução dos Cravos, o lugar mais alto do pódio vai o Forjães SC, isto em mês de aniversário, com dupla celebração. Também a autarquia voltou a lembrar abril, juntando diferentes entidades em torno de uma mesma causa, no caso uma caminhada pela liberdade, liberdade essa que não nos deixa fazer tudo o que queremos, quando tal colide com os outros, daí a medalha de latão para quem pouco se importa com os outros!

### Medalha de Ouro

O Forjães SC, quase a fazer meio século de vida, teve este mês de abril uma dupla celebração, pois para além do seu 49º aniversário, assinalou também a manutenção no campeonato Pró-Nacional, no escalão sénior! Sem dúvida alguma uma excelente prenda de aniversário, isto depois de uma época difícil, com uma mudança de treinador pelo meio.

O Forjães SC tem registado um grande dinamismo, com centenas de atletas a vestirem as suas cores, aliando-se as ótimas condições do parque desportivo aos conhecimentos de todas as equipas técnicas, sem esquecer a entrega e abnegação dos seus dirigentes.

Com a época a caminhar para o fim, vamos lá ser se os cenários de estabilidade se mantêm ou vamos ter impasse desportivo.

### Medalha de Latão

Já aqui destacamos o trabalho de podas das árvores, nas laterais da EN 103, com destaque para o serviço realizado na zona do Marílio. Se é verdade que no melhor pano cai a nódoa, é bem certo que às vezes há quem se ponha a jeito, isto é, quem metas as mangas no prato!

Depois da poda dos cedros, logo na entrada norte da freguesia, um vendaval fez com que um enorme ramo, desprotegido após a poda dos técnicos contratados pelo Instituto de Estradas de Portugal, tombasse sobre a estrada, estragando a grade de vedação de uma propriedade fronteira, entretanto já reparada.

A empresa que fez o trabalho, na parte final, varreu o lixo para debaixo do tapete, isto é, levou a ramaria grossa, que ainda dava lenha e permita umas fogueiras, deixando a ramagem fina, mal arrumada e que o vento se tem encarregado de espalhar. O cenário não é nada dignificante, logo na entrada da vila, e nem os sinais escapam!



### Pódio relativo ao mês de abril de 2016

**Dr.<sup>a</sup> Marina Aguiar** **PUB**  
 Médica Dentista  
 Trav. Horácio Queirós n.º 138, R/Ch  
 Forjães - Esposende  
 (junto às piscinas e campo de futebol)  
 Tlm: 919 334 794 / 963 297 650 / 933 726 360  
 Tel: 253 876 045  
 www.dr-marina-aguiar.blogspot.com marinaguiar1@hotmail.com



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

Todos os serviços para a sua reabilitação oral

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

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

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