

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 interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás
Fevereiro 2018 • Ano XXXIII 2ª série • n.º 338
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

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

Violento incêndio destruiu duas moradias



Um violento incêndio destruiu por completo, na passada segunda feira, dia 26 de fevereiro, duas habitações, na Rua Padre Torres.

pág. 3

Nesta edição

Junta de Freguesia

- Visita Pascal
 - Marcos da Infia
 - Caminhada e baile de Carnaval
- págs. 4-16

Lar de Stº António

pág. 4

Comunidade Paroquial

pág. 6

Notícias da ACARF

pág. 8

Acompanhando o FSC

págs. 12-13

Opinião

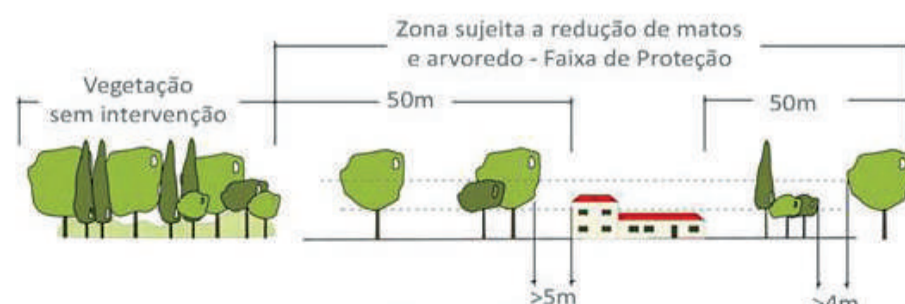
pág. 14

Clube de orientação da Escola EBF primeiro classificado



pág. 11

Aviso limpeza de matas



- Faça uma faixa de **proteção de 50 m** à volta da casa.
- **Limpe o telhado** de folhas, ramos, pinhas ou carumas.
- Mantenha o caminho de **acesso à casa** limpo e desimpedido.

pág. 4

Nós por cá: locais

Galeria dos Campeões 2018

Foi inaugurada, no interface urbano de Viana do Castelo, uma exposição fotográfica com as imagens de todos atletas que se sagraram campeões em 2017 e que foram agraciados na gala dos campeões 2018. Esta vai estar patente ao público durante um ano. São cerca de uma centena de novos campeões que se juntam aos 120 da época anterior e que já tinham sido distinguidos nessa mesma época.

Esta exposição de fotografias é uma forma encontrada pelo Município de perpetuar e dar a conhecer aos vianenses os campeões, em diversas modalidades, de Viana do Castelo. Para tal, foi escolhida a galeria junto ao interface urbano, por onde passam diariamente centenas de pessoas.

Na sessão de abertura, o autarca de Viana do Castelo enalteceu a importância de reconhecimento dos que levam o nome da

cidade e do concelho além-fronteiras e entregou o título a Hélio Gomes, depois de reconhecido o título pela respetiva federação de atletismo.

Ao todo, quase uma centena de campeões foram homenageados na última gala do desporto, e não faltou reconhecimento público naquela que foi uma iniciativa que tinha como objetivo "reconhecer atletas, equipas, treinadores e associações/clubes que se destacaram ao longo da época desportiva, bem como o empenho e dedicação dos vários agentes desportivos, na prossecução do incentivo à prática desportiva".

O evento serviu, assim, para notabilizar não só, os que, na época 2016/2017, se sagraram campeões nas diversas modalidades desportivas e se distinguiram de alguma forma, mas também aos que o júri distinguiu por mérito e conduta e pelo seu papel

preponderante no desenvolvimento do desporto no concelho, em oito diferentes candidaturas (atleta masculino e feminino do ano, treinador do ano, atleta revelação masculino e feminino, dirigente do ano, equipa do ano, associação desportiva/clubes do ano).

Este ano foi ainda atribuído pela Câmara Municipal, o Prémio Homenagem do Município de Viana do Castelo ao ciclista Rui Sousa e, como novidade, houve um prémio especial atribuído pela autarquia a Rui Pedro Alves, pelo seu currículo e pelo empenho no apoio ao projeto "Náutica nas Escolas". Ricardo Dias é, como já nos habituou, o nosso representante nesta galeria, pois foi um dos atletas distinguidos na gala dos campeões, por isso, vê o devido reconhecimento público pelo mérito e pelo esforço posto em toda a sua carreira.



Concerto da Primavera pelo Coro Sénior de Esposende

No próximo dia 18 de março, pelas 17h00, realizar-se-á um concerto de Primavera no Auditório do Centro Paroquial e Social de Fonte Boa.

O Concerto da Primavera pelo Coro Sénior de Esposende conta com a direção artística e musical dos maestros Ana Carolina Capitão e Luís Miguel Clemente. Neste concerto, será apresentado as Canções de Mimar e com a participação das crianças que integram as respostas sociais da infância.

Este concerto conduz-nos a um lugar de memória onde a imaginação investe de uma aura simbólica da infância, trazendo à lembrança um conjunto de emoções, que nos revela que o sentido da intervenção desenvolvida vai muito além da música propriamente dita, refletida nos rostos e sorrisos de cada um dos coralistas.



Anualmente, a Câmara Municipal de Esposende promove a iniciativa "Março com Sabores do Mar", programa que visa a preservação, valorização e promoção do acervo gastronómico do concelho, especialmente no que respeita aos pratos de peixe e mariscos.

Aderem à iniciativa (19ª edição) os estabelecimentos de restauração, a que se juntam as pastelarias, as quintas produtoras de vinho do concelho, assim como uni-

dades hoteleiras, para além de vários outros parceiros que se associam ao evento

Entre as várias atividades, para além dos concursos dos restaurantes, salientem-se outros como o "Jovem Cozinheiro", "Cantinas Escolares", "Fish Chef", "Sopas do Mar" e "Peixe com Todos", para além de atividades como workshops de cozinha e conferências dedicadas à temática do mar e da gastronomia.

Descida Rio Neiva Kayak



A empresa Esposende 2000 está a organizar uma descida do Rio Neiva, em Kayak, para o próximo dia 11 de março.

Este percurso em linha tem início na Azenha da Morena, em Forjães, e termina junto à Foz do Rio Neiva, em Antas, descobrindo belas paisagens ao longo da aventura. Azenhas, pontes e a paisagem verdejante das margens do Neiva serão o cenário de uma experiência inesquecível.

Informações / Inscrições: www.esposende2000.pt

Leandro, Rei da Helíria - Companhia de Teatro ARCA



No próximo dia 17 de março será apresentada uma peça de teatro intitulada "Leandro, Rei da Helíria", pelas 21h30.

Esta peça será inserida nas comemorações do Dia Mundial do Teatro e é baseada na obra de Alice Vieira. Trata-se de um espetáculo para toda a família, onde os mais pequenos vibram com uma fantástica história de Reis, príncipes e princesas e os mais velhos deliciam-se com o enredo e simbolismo que a peça transmite.

A entrada é livre e pode ser feita a partir das 20h30 no Auditório Municipal de Esposende.

Nós por cá: locais

Violento incêndio destruiu duas moradias



Um violento incêndio destruiu por completo, na passada segunda feira, dia 26 de fevereiro, duas habitações, na Rua Padre Torres.

As chamas terão começado na cozinha de onde residia uma idosa de 82 anos, mais conhecida pela "Tia Quinhas do Sampaio".

De acordo com as informações prestadas, o incêndio terá acontecido depois de ter acendido a lareira tradicional em pedra para preparar o almoço. Algo terá caído ao chão e pegado fogo à restante lenha que estava de reserva. Como a habitação é antiga e toda em madeira as chamas propagaram-se rapidamente. Não se apercebendo do

sucedido, visto que se encontrava no exterior a tratar de alguns animais, foram os vizinhos que se aperceberam e chamaram de imediato os bombeiros.

Não sofrendo ferimentos, dado que se encontrava no exterior da habitação, a senhora foi levada para o hospital de Barcelos e mais tarde realojada em casa de um dos seus oito filhos. A casa ficou inabitável, só com as paredes exteriores em pé, dado que todo o interior ficou completamente reduzido a cinzas. Quando os bombeiros chegaram ao local, a residência e uma habitação contígua, que se encontrava desabitada, já tinham sido completamente tomadas pelas chamas.

O trabalho dos bombeiros passou inicialmente por evitar que as chamas chegassem a uma terceira habitação existente no mesmo quintal.

Os bombeiros tiveram que regressar no dia seguinte já que devido à madeira em combustão, ainda se reativaram alguns focos de incêndio. Segundo a autoridade de proteção civil, parte da casa terá de ser demolida, por existir risco evidente de derrocada.

Os prejuízos são imensos, dado que perdeu não só o edifício, como todos os bens particulares e pessoais da idosa, não restando nada mais do que cinzas.

Frei João de Sousa Ascensão



No passado sábado, dia 24 de fevereiro, numa ação conjunta da Junta de Freguesia de São Romão de Neiva em parceria com a Câmara Municipal de Viana do Castelo foi apresentado um livro biográfico dedicado a Frei João Ascensão Neiva.

Uma obra da autoria de António Sousa Barbosa que recorreu aos testemunhos e aos escritos para dar a conhecer uma das personagens da história da freguesia. A apresentação, que decorreu na capela do Carmo, contou com a presença do presidente da Câmara de Viana do Castelo, José Maria Costa e com a vereadora da cultura na autarquia vianense, Maria José Guerreiro.

A publicação é uma biografia sobre o carmelita descalço conhecido como "Fradinho do Carmo" e a quem muitos reconhecem a integridade, a fé, a bondade, num homem culto, simples e humilde e cuja história e histórias da freguesia vão deixando perder na História de São Romão de Neiva.

Foi de louvar a decisão do pensador e jornalista natural daquela freguesia em fazer a pesquisa e investigação do homem que o próprio classificou como um daqueles que raramente, mesmo na adversidade, continuou a lutar pelos seus ideais sem ostentação.

Frei João de Neiva, nasceu na freguesia de São Romão de Neiva a 26 de outubro de 1787. A vida de humildade, de pobreza e de caridade foi reconhecida pela diocese de Braga, sendo considerado por muitos, um santo. Em março de 1833 o rei D. Miguel nomeou-o para arcebispo de goa e primaz do oriente, cargo que frei João recusou.

Sinistralidade

No passado dia 23 de fevereiro, na Estrada Nacional 103, aconteceu um acidente com uma viatura ligeira e um ciclista.

A colisão ocorreu no cruzamento da EN 103 com a Rua do Monte Branco e resultou num ferido ligeiro, o condutor da bicicleta, que com a queda teve de ser conduzido ao hospital de Barcelos pelo 112.

A GNR tomou conta da ocorrência.



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

...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 do Campo
Florista

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

Nós por cá: locais



Junta de Freguesia de Forjães

5º evento de orquídeas em Forjães

Decorreu nos dias 17 e 18 de fevereiro, no Centro Cultural Rodrigues de Faria, o “5º Evento de Orquídeas”, em colaboração com a Associação Portuguesa de Orquidofilia (APO). No espaço da Ludoteca e ao longo destes dois dias, esta magnífica exposição encantou todos os inúmeros visitantes presentes, que puderam admirar e saber mais acerca daquela que é chamada “a rainha das flores”. No sábado, realizou-se um Workshop sobre a “Cattleya”, e no domingo um outro sobre os “Phalaenopsis”, duas espécies das mais carismáticas de todas, que enriqueceu enormemente os conhecimentos e a cultura de todos os presentes. Esta iniciativa vem-se afirmando cada vez mais no roteiro florícola do norte do



país, constituindo um assinalável cartaz promocional para Forjães.

Feira de S. Roque

Para o mês de março, a Feira terá lugar nos dias **3, 17 e 31**. Venham à Feira, fazer compras,

desfrutar da beleza do Souto e conviver com os amigos.

Limpeza de terrenos

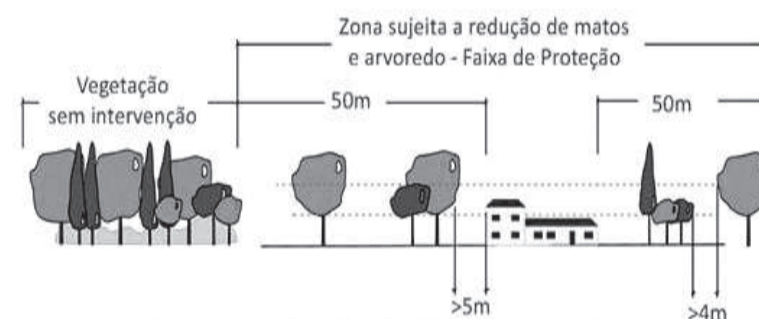
A Junta procedeu à entrega domiciliária de uma informação escrita sobre a “LIMPEZA DE TERRENOS”, com o seguinte teor: “De acordo com o disposto no artigo 153º, da lei nº 114/2017, de 29 de dezembro, informa-se que os proprietários, arrendatários, usufrutuários ou entidades que detenham terrenos confinantes a edifícios inseridos em espaços rurais, devem proceder à limpeza dos terrenos, **até ao dia 15 de março**, numa faixa não inferior a 50 metros, medida a partir da alvenaria exterior do edifício. (De acordo com os critérios definidos

no nº2 do artigo 15º, do Decreto – Lei nº124/2006, de 28 de junho, com as sucessivas alterações).

Em caso de incumprimento do disposto no nº2 do artigo 15º, do Decreto-lei nº 124/2006, de 28 de junho, com as sucessivas alterações, **a coima varia de 280€ a 10 000€**, para pessoa singular e de 1600€ a 120 000€, para pessoas coletivas.

Ajude-nos a colaborar com a defesa da floresta. A prevenção passa por cada um de nós. Se todos colaborarem será mais fácil.

PROTEJA A SUA CASA



- Faça uma faixa de proteção de 50 m à volta da casa.
- Limpe o telhado de folhas, ramos, pinhas ou carumas.
- Mantenha o caminho de acesso à casa limpo e desimpedido.

Marcos da Infia

A Junta de Freguesia informou a Câmara Municipal de Espinho sobre o resultado das obras particulares realizadas no terreno onde estão colocados os marcos que dividem Forjães de Neiva e de Alvarães. A questão prende-se com a colocação de um portão de acesso ao local, por parte do dono do terreno, que as três autarquias contestam por considerarem que o acesso àquele espaço histórico e arqueológico é património público e não deve conter barreiras.

Visita Pascal

Todos os forjanenses e amigos estão convidados para estarem presentes, no domingo, 01 de abril, por volta das 9 horas, no Centro Cultural Rodrigues de Faria, para beijar a Cruz de Cristo e celebrar a Páscoa em comunidade. A Junta de Freguesia vai continuar a manter bem viva esta tão significativa tradição pascal, abrindo mais uma vez as suas portas para receber a visita de Jesus Ressuscitado no dia de Páscoa.



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em fevereiro

Fevereiro é um mês curto, mas cheio de emoções: o mês da folia do carnaval, mês do amor e do respeito, mês dedicado aos doentes, em suma um mês que enche o coração.

Todos estes momentos foram vividos pelos utentes da fundação Lar de Santo António, quando elaboraram uma máscara para celebrar o carnaval e quando deco-



raram um coração para marcar o dia dos namorados porque a finalidade é estimular a iniciativa e promover a autoestima. O resultado final só pode ser compensador e positivo.

A recolha de provérbios já é tradição e fevereiro, além de ser um mês pequeno, é grande no que diz respeito à sabedoria popular:

Fevereiro matou a mãe ao soalheiro.
Em fevereiro mata o teu carneiro.
Ao fevereiro e ao rapaz, perdoa tudo quanto faz.
Neve em fevereiro, presságio de mau celeiro.

Também no dia 30 de janeiro recebemos a visita dos nossos amigos do 6ºB, da EBI de Forjães, que vieram desejar aos utentes um ano de 2018 com saúde e prosperidade. Agradecemos o carinho e amizade. Mais uma vez os convívios intergera-



cionais a darem grandes frutos.

No dia 10 de fevereiro, foi a vez dos meninos e meninas do 1º e 2º ano da catequese confraternizarem com os utentes, no sentido de comemorar o Dia Mundial

do Doente. Mais uma tarde alegre e divertida com a espontaneidade dos mais pequenos.

Bem hajam a todos.

Nós por cá: locais

Daniel Dias Laranjeira

“Toda a despedida é triste, mas nenhuma dói tanto como aquela que sabemos que não tem retorno, pois deixam sempre marcas e algumas cicatrizes eternas. Perante a morte temos tristeza, mas não é isto o final. Apenas o começo de algo que ainda não entendemos.” Aos familiares de Daniel Dias Laranjeira, na pessoa da Maria da Anunciação Laranjeira presidente da ACARF vem a restante direção solidarizar-se neste momento de profunda dor e tristeza pela perda do seu ente querido, endereçando-lhe os mais sinceros sentimentos.

A direção da ACARF

Irene Margarida de Faria Cândido Ferreira de Lima Ribeiro



A redação do jornal “O Forjanense” manifesta o seu mais profundo pesar pelo falecimento de Irene Margarida de Faria Cândido Ferreira de Lima Ribeiro. Com uma vida dedicada ao ensino, marcou toda uma geração de forjanenses que passaram pelas suas salas e que sempre mantiveram com ela uma relação de grande amizade e respeito por todos os ensinamentos transmitidos. Pessoa de caráter forte, por vezes algo

extravagante, alegre, comunicativa e dona de uma rara inteligência, muitas vezes considerada à frente do seu tempo, foi durante vários anos colaboradora do nosso jornal na área da educação e da pedagogia, tendo também publicado várias obras sobre aquilo que ela considerava ser a arte de ensinar. O Forjanense envia as mais sinceras condolências à família e amigos.

Portugal está nos cinco países da Europa que pior trata os idosos

“Neste momento somos o país que tem piores condições para cuidar dos idosos, porque falta fazer o investimento credível e acompanhado do idoso”, disse a vice-presidente da Comissão de Proteção ao Idoso, Antonieta Dias

Um estudo da Organização Mundial de Saúde, que envolveu 53 países, coloca Portugal no grupo dos cinco piores países no tratamento aos mais velhos, com 39% dos idosos vítimas de violência.

Os dados foram esta sexta-feira citados, no Porto, numa conferência sobre “Reaprender a Idade: Contributos interdisciplinares”, pela médica e vice-presidente da Comissão de Proteção ao Idoso, Antonieta Dias, que afirmou que “Portugal é o país da Europa que menos investe nas pessoas da terceira idade”.

“Estamos no topo da Europa como o país que menos investimento tem para os idosos. É um estudo que está publicado e ao qual não podemos ficar alheios, para desempenharmos a nossa função de defesa de direitos humanos, de defesa dos direitos dos idosos e de defesa da cidadania”, disse Antonieta Dias.

A especialista frisou que “neste momento somos o país que tem piores condições para cuidar dos idosos, porque falta fazer o investimento credível e acompanhado do idoso”.

Para Antonieta Dias, este “investimento credível e acompanhado” consiste, no-

meadamente, “em criar mais alojamentos, investir nos cuidadores, nas pessoas que acompanham os idosos e alargar o leque de investimento em relação ao apoio da terceira idade”.

A responsável apresentou “uma proposta desafiante, que é fazer com que as instituições que têm lucro invistam esses lucros na realização de outros lares, que permitam acolher as pessoas que têm condições económicas mínimas”.

“Grande parte dos idosos tem reformas de 400/500 euros e não pode pagar mil euros para estar institucionalizado durante um período temporário ou definitivo. O meu desafio é que todos comecemos a despertar para esta problemática e fazer com que os lucros das casas que institucionalizam os idosos sejam investidos em lares adaptáveis aos nossos rendimentos. Estamos na Europa, mas os nossos rendimentos estão a léguas de distâncias de todos os europeus”, frisou.

No seu Relatório de Prevenção contra os Maus Tratos a Idosos, a OMS analisa as agressões nos últimos cinco anos contra os mais velhos, num universo de 53 países europeus, e conclui que “Por-

tugal tem um sério problema no que respeita aos maus tratos contra idosos.”

Da lista negra fazem parte apenas mais quatro países: Sérvia, Áustria, Israel e República da Macedónia. O presidente da Comissão de Proteção ao Idoso, Carlos Branco, citou dados da Associação de Apoio à Víctima relativos a 2016.

“Em Portugal é já possível aferir um aumento do número das vítimas idosas, apresentando agora 1.009 pessoas idosas vítimas de crime (em média três por dia e 19 por semana). Das 1.009 vítimas registadas em 2016, contra 774 em 2013, 679 tinham idades entre os 65 e os 79 anos (67,4%) e 330 tinham entre 80 e mais de 90 anos (32,6%)”, disse.

Em declarações à Lusa, Carlos Branco considerou que face ao envelhecimento da população, os apoios existentes não são suficientes” e que, por esse motivo, “a sociedade civil tem de organizar no sentido de tentar mitigar estas situações”.

O responsável disse que a Comissão de Proteção ao Idoso avançou há cerca de um ano com a criação da provedoria do idoso, porque “a nível local, não obstante o trabalho meritório das misericórdias, das pró-

prias autarquias e associações que estão no terreno, não existe nenhuma instituição que se dedique e que se ocupe concretamente dos idosos”.

Essa figura, de acordo com Carlos Branco, enquadra-se sempre no município, por serem “as entidades mais próximas das populações, conseguindo de forma hábil diagnosticar os problemas sociais locais”.

“Preconizamos que esse provedor seja indicado pela rede social, a câmara municipal válida em sede de executivo e assembleia municipal e, depois, terá de ser validado pela comissão de proteção ao idoso, com quem vai trabalhar”, explicou.

A experiência piloto foi iniciada em 2017, “em Guimarães e Amares, e, entretanto, já foi alargada à Póvoa de Lanhoso. Existem mais quatro municípios do distrito de Braga onde será implementar já no imediato e ainda na Trofa, distrito do Porto”.

“A ideia é criar mais cinco/seis na região do Porto. A metodologia será diferente dada a dimensão do território, o que está pensado, em termos estratégicos, é implementar esta figura no âmbito das uniões de freguesias”, esclareceu.

LUSA

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

Talhos Sr^a da Graça, Lda

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

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

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

Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

Mensagem para a Quaresma 2018

Tens sapatos? Lembra-te daqueles que não têm pés!

Temos vindo a percorrer, desde há vários anos, um caminho de aprofundamento da nossa identidade cristã.

Esse percurso fez-nos crescer na relação com Cristo e transformou a nossa Arquidiocese num espaço de esperança cristã. Esta esperança pode ser entendida como dom que acolhemos, mas também como semente lançada nos terrenos onde é mais necessária. Caminhamos ao encontro de Cristo, que nos dará “os sapatos” adequados ao percurso para que possamos reconhecer aos poucos o Seu amor e as necessidades do mundo. Podemos afirmar que existem muitas pessoas estagnadas e sem “pés” para avançar. Alguns circuitos da vida são infelizmente dolorosos e carregados de escolhos que impedem um caminhar sereno.

A Quaresma é um momento especial que convida o cristão a “abrir os olhos”, a ver a sociedade e a incomodar-se com a realidade humana. Peço, por isso, que sejamos capazes de olhar, de modo particular, para o mundo da dor e do sofrimento. Quem se encontra numa situação de fragilidade necessita de uma presença amiga e afetiva. O mesmo acontece com quem atravessa um período de luto ou perdeu a alegria de viver. Os idosos experimentam longos períodos de solidão e necessitam de companhia. Os jovens sentem dificuldade em encontrar figuras de referência e um sentido para a vida. As famílias, que pedem para ser ajudadas em vez de jul-

gadas, deparam-se com dramas e incertezas. Enquanto nós estamos confortáveis com os nossos sapatos, existe uma multidão cujos pés estão impedidos de caminhar no mundo com alegria.

Sair do nosso comodismo para nos encontrarmos com a vida envolta em situações dolorosas é a caminhada proposta para a Quaresma. Esta caminhada deve tornar-se uma aventura onde, na realidade concreta, se assume o compromisso de cuidar dos desfavorecidos. Para isto acontecer, cada um de nós precisa de reconhecer os “sapatos” da sua vida, que são uma imagem dos seus dons, e lutar por suprir as deficiências de quem não tem “pés”. Não é tarefa fácil. Com a oração, a partir da leitura da Sagrada Escritura, e o jejum livre e voluntário, que nos faz sentir a fragilidade humana, tudo se torna mais evidente. Abrimos os olhos e percebemos como a indignidade humana nos é próxima, e escancaramos o coração respondendo, de forma pessoal e comunitária, aos gritos de quem não está a caminhar na felicidade. O mundo é uma pequena aldeia e a nossa aldeia deve ser sensível a toda a espécie de carências. A ação guiada pela solidariedade é a identidade do cristão.

Repito, há situações ofensivas à dignidade humana, assim como exclusões sociais que há muito deveriam estar ultrapassadas. A Quaresma é, neste sentido, um convite para, a partir da renún-

cia e do jejum, darmos forma e sentido ao secular costume do contributo penitencial. Como habitualmente, as ofertas recolhidas nas diversas comunidades serão orientadas para dois fins. O primeiro é concretizado através do “Fundo Partilhar com Esperança”, que revela o amor cristão às pessoas que não dispõem dos mínimos para uma vida feliz. O segundo traduz-se no apoio à paróquia de Sta. Cecília de Ocuca, diocese de Pemba, que aguarda pela nossa generosidade para dispor de estruturas básicas para a promoção e evangelização daquele povo irmão.

A caminhada do nosso dia-a-dia pode adquirir um significado especial neste período de preparação para a Páscoa. Rezo para que os cristãos e as comunidades criem gestos de esperança que devolvam a dignidade à sociedade. Caminhemos! Abramos os olhos! Respondamos com um estilo de vida cristão na certeza de que a Páscoa destrói a morte e, passo a passo, transforma o coração das pessoas.

Jorge Ortiga, Arcebispo Primaz

Notícias breves

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

MARÇO/2018:

04 – III Domingo da Quaresma.
09 – Reunião de Catequistas, às 21h15, no Salão Paroquial.
10 – “24 horas para o Senhor”: Adoração, na Matriz de Esposende, das 15 às 16h.
11 – IV Domingo da Quaresma.
14 | 15 e 16: Tríduo do Sagrado Coração de Jesus, às 18h.
14 - Reunião do Conselho Económico Paroquial (CEP), às 20h30.
16 e 17 – LAUSPERENE PAROQUIAL.
17 – Sacramento da Reconciliação.
18 – Festa do Pai Nosso (2º ano).
18 – V Domingo da Quaresma.
24 – “Via Sacra ao Vivo”, des-

de o cruzamento de Forjães até à igreja Mariz de Forjães, pelas 21h30.

25 – Domingo de Ramos na Pai-xão do Senhor: Missa com a Catequese (animada pelo 6º ano): Bênção dos ramos, procissão e Missa...

29 – QUINTA FEIRA DA SEMANA SANTA: Lava-pés e Missa da Ceia do Senhor, em Belinho também, para Forjães, às 20h30.

30 – SEXTA FEIRA DA PAIXÃO DO SENHOR: Oração pessoal nas igrejas de Belinho e Forjães, às 15h00 (Morte do Senhor).

31 – SÁBADO SANTO: Bênção de novas casas e Vigília Pascal (Festa da Vida, 8º ano), em Forjães às 19h00 e em Belinho, às 21h00.

Donativos para a igreja Matriz (Vitrais e portas novas)

• 20,00 euros de Anónimo
| 20,00 euros de Anónimo |
10,00 euros de Anónimo.

Total: 3.180,00 euros. Muito Obrigado!

Movimentos religiosos

Óbitos:

08/02 – Daniel Dias Laranjeira, com 90 anos de idade e residente na Avenida Marcelino Queirós, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
08/02 – Maria Pires Dias, com 82 anos de idade e residente na Avenida da Infia, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
13/02 – Maria Emília da Cruz Almeida, com 69 anos de ida-

de e residente na Rua da Freiria, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

15/02 – Virgílio Marcelo de Oliveira, com 85 anos de idade e residente na Rua dos Emigrantes, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

17/02 – Maria Adelaide Gonçalves de Lima, com 86 anos de idade e residente na Rua de S. Roque, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.



EUROMASTER IDEAL PNEUS

IDEAL PNEUS
253 809 880

INICIANDO
SERVIÇOS
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



Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

969 584 228

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



frutaria torres

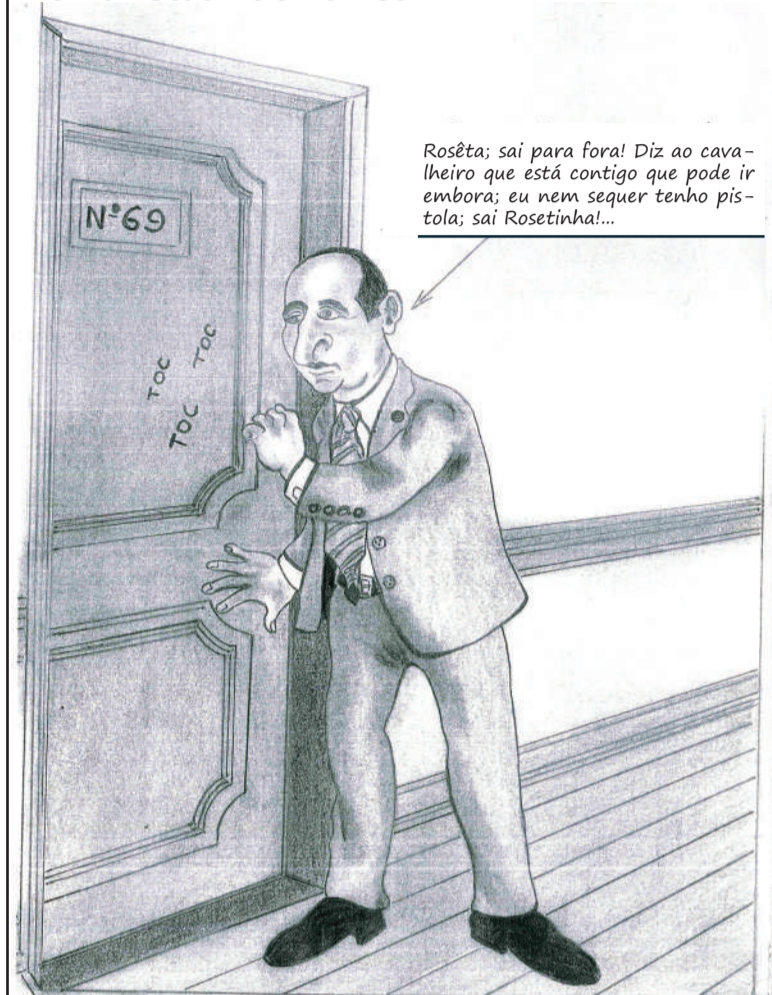
Frutas e Legumes,
Frescos todos os dias!

tlm. 969 820 267
RUA DO BOUCINHO, FORJÃES

A voz dos assinantes

Editorial

As «diretas» do Torres



Na amplidão

O que procuras tu na imensidão do tempo?
O que procuras tu na vastidão da luz?
Encontra teu querer; e veste-lhe talento,
Amor é força audaz, que até reveste os nus.

Dá teu longo sorriso ao tempo que refaz,
Dá a serena alegria pra mitigar a dor!
Incentiva a coragem ao que não é capaz,
De erguer o seu olhar, pra ver no mundo amor.

Dá tua força ativa, aos mais desventurados,
A tua fé fremente ao ímpio sem temor!...
Dá tua lealdade para calar os brados,
Da mentira imprudente que mata o seu autor.

Reveste de energia o teu olhar fagueiro,
Mas vai distribuindo ao que não sabe crer,
Que a terra é paraíso, dos céus é um canteiro:
O homem obra prima, onde Deus se faz ver.

Mas quando em vão procuras, só acharás a res-
posta,
Na força que se exalta da plena doação,
Seduz os teus sentidos! Ensina-lhe a lição:
Da magia suprema no amor, força, razão!

Maria José Queiroz Ribeiro



Arlindo Tomás

A organização mundial de saúde publicou, recentemente, um estudo sobre o tratamento dado aos mais velhos, que envolveu 53 países, em que Portugal aparece no grupo dos últimos cinco lugares da tabela. Aparece, por outro lado, no topo dos países da Europa que menos investe nas pessoas da terceira idade. Estes são valores que nos darão, com certeza, muito que pensar e que nos farão agir de uma outra maneira daqui para o futuro. Com um país cada vez mais envelhecido, torna-se urgente criar uma nova forma de olhar para os nossos idosos. Com pensões de reforma bastante baixas e com valores médios a rondar os mil euros para cada pessoa institucionalizada, é um desafio enorme tanto para o estado, não só através da segurança social como através dos apoios contratualizados com as IPSS, encontrar formas que permitam aos nossos seniores um fim de vida com toda a dignidade. Torna-se urgente criar uma rede mais vasta e com maior capacidade para se poder dar uma resposta cabal a este problema. Com estilos de vida cada vez mais individualistas e sem tempo para os outros, é cada vez maior o abandono de familiares idosos. Uma maior fiscalização aos lares particulares que não cumprem minimamente as condições exigidas para atendimento a pessoas seniores e que só visam o lucro, assim como um reforço nas próprias IPSS que ultimamente têm atravessado um período difícil para a sua imagem, através de uma série de casos de gestão danosa em que os seus diretores, alguns já com dezenas de anos a presidir a algumas delas criaram práticas altamente lesivas dos interesses das mesmas, vendo-se agora a braços com a justiça. A última alteração legislativa para as IPSS sofreu, por isso, uma grande alteração com a limitação dos mandatos e que visa sobretudo evitar este perpetuar diretivo. Muitas destas vivem, em grande parte, do apoio do mecenato e de apoios de empresas e de outros organismos. Com esta imagem muito depreciativa, torna-se cada vez mais difícil manter a subsistência das mesmas. É por isso um trabalho de muito esforço e abnegação por parte daqueles que, de um modo altruísta e desinteressado, dão o seu melhor para que seja assegurada a sustentabilidade das pequenas e médias IPSS. O programa norte 2020 só contempla apoios para reconversão e recuperação de edifícios afetos a lares e centros de dia, com uma verba que ronda os 350 000€ para todas as instituições do concelho, verba essa insuficiente e que mais uma vez não satisfaz qualquer pretensão de modernização ou ampliação da oferta instalada.

AGRADECIMENTO



Daniel Dias Laranjeira

Nasceu: 17/04/1927
Faleceu: 08/02/2018

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

AGRADECIMENTO



Maria Adelaide Gonçalves de Lima

Nasceu: 30/04/1931
Faleceu: 17/02/2018

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

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º lepra; limar = 2º u; surrado; u = 3º a.m.; ameia; me = 4º dom; asa; cal = 5º aria; c; rota = 6º formicida = 7º silo; n; remo = 8º eno; ode; aba = 9º ca; trigo; us = 10º a; matraca; i = 11º russo; socos =

Verticais

1º luada; secar = 2º e; morfina; u = 3º ps; miolo; ms = 4º rua; aro; tas = 5º arma; m; orto = 6º rescindir = 7º laia; c; egas = 8º ida; rir; oco = 9º mo; côdea; ac = 10º a; matambu; o = 11º ruela; oásis =

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



Estatuto Editorial: Facebook Jornal O Forjanense

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás

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, EBI Forjães, Marina Aguiar, Pe. José Ferreira Ledo, Elsa Teixeira, Educadoras da ACARF, Felicidade Vale, Rolando Pinto, João Paulo Ramos.

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

IBAN: PT50 0010 0000 3659 4400 0039 6

Registado no Instituto da Comunicação Social sob o nº 110650

IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

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

Notícias da ACARF

Nossa Carnaval



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

Carnaval em Esposende

No passado dia 9 de fevereiro, mais de 600 Esposendenses, incluindo crianças, idosos, professores e auxiliares das IPSS e estabelecimentos de ensino, participaram no desfile de carnaval organizado pela Esposende Ambiente e pela Câmara Municipal, intitulado “Um novo olhar sobre

os resíduos”.

Também os nossos utentes prepararam a rigor, para com os nossos trajes, cujo tema era “Damas Encantadas” desfilarem pelas ruas de Esposende, ao som de bombos e músicas alegres, tal como o espírito do dia indica, onde se divertiram bastante.



5º Caminhada do Lenço

Na tarde do dia 2 de fevereiro, integrado no programa “Dar Vida aos Anos”, realizou-se a 5ª caminhada do lenço, onde alguns dos nossos utentes alegremente participaram. A atividade iniciou-se no Auditório Municipal, onde

os professores da Esposende 2000 nos presentearam com um belo aquecimento, prosseguindo pelas ruas de Esposende em caminhada.

No final receberam um lanche ao som de concertinas e boa disposição.



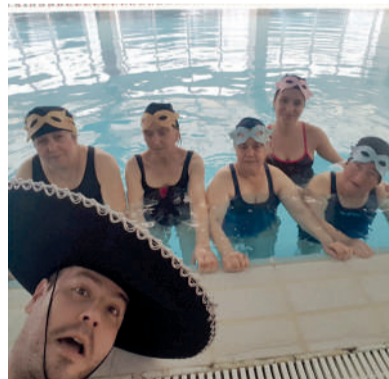
Ministro da Comunhão

Os utentes da ACARF começaram, este mês de fevereiro, a receber a visita do Ministro da Sagrada Comunhão. Estas visitas ocorrem às quintas-feiras e são acompanhadas de uma pequena celebração, entre rezas e leituras, seguido da entrega da sagrada comunhão a quem e pretenda receber.

Esta é uma iniciativa fundamental para alguns dos nossos utentes, pois nem todos têm a possibilidade de ir à igreja.



Carnaval na Piscina



No dia 14 de fevereiro, os nossos utentes que frequentam as aulas de natação e hidroginástica tiveram uma aula diferente na piscina, proporcionada pelo professor Luís Lourenço.

Entre danças, canções e algumas fotografias à mistura, participaram nesta aula divertida, fantasiadas a rigor, com máscaras elaboradas por elas no centro, onde assim deram uma nova cor à água da piscina.

Até sempre

Os idosos do Centro de Dia/Convívio da ACARF, não podiam deixar de homenagear a D. Lúcia Araújo que faleceu no dia 27 de janeiro de 2018 e a D. Emília

Almeida que faleceu no dia 12 de fevereiro. Aproveitamos para apresentar sentidas condolências às famílias enlutadas.



Até Sempre Lúcia Araújo
Alegre e bem disposta
Sempre de lápis na mão,
Pintava os seus desenhos
Com um sorriso no coração

Generosa e carinhosa
Sempre pronta a participar
Nas atividades da ACARF
Ela gostava de alinhar.

D. Lúcia nunca a esqueceremos
Desde a hora da partida
Fica-nos no coração
Uma saudade sentida.



Até Sempre Emília Almeida
D. Emília divertida,
No nosso centro passou,
Alguns anos da sua vida,
E a todos marcou.

Simple e trabalhadora,
Sempre a recordar o passado,
A única coisa que queria
Era um abraço confortado.

Com seu traje domingueiro,
Seu feitio singular,
A todos vai deixar saudade
Neste que é o nosso lar.

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

fevereiro 2018

Carnaval "Um novo olhar sobre os resíduos"



Mãos à obra! E que habilidosas mãos! Ao longo de uma quarta-feira, das 9h às 17h, mães e familiares dos alunos, professoras e assistentes operacionais conceberam 20 fantasias com os respetivos adereços: 6 caracóis, 7 aranhas e 7 joaninhas. Forjães não é uma escola espe-



A Esposende Ambiente desafiou os estabelecimentos de educação e ensino a participar no desfile de Carnaval com o tema "Um novo olhar sobre os resíduos".

Sabendo à partida que poderiam contar com a ajuda de grande parte dos encarregados de educação dos alunos com Currículo Específico Individual (CEI) na construção das fantasias e adereços, as docentes de Educação Especial da EB de Forjães inscreveram logo os seus alunos. Esta iniciativa é promovida pelo Município de Esposende, através da empresa municipal Esposende Ambiente, no âmbito do Programa de Educação para a Sustentabilidade, convidando a população a refletir sobre as inúmeras possibilidades de reutilização e reciclagem dos resíduos domésticos.



cial... é apenas uma escola com um ambiente e cumplicidade "fantabulásticos"!

Como seria expectável, o resultado foi surpreendente, com fantasias e adereços muito criativos, concebidos com os mais diversos tipos de resíduos: sacos do lixo, rolhas de cortiça, sacos de farinha de padeiro, caixas de ovos, meias-calças pretas usadas...

IMPORTANTE!!! Os alunos com CEI foram acompanhados de quatro alunos da turma do quarto ano do Centro Escolar de Forjães que abdicaram do Carnaval da sua escola para acompanhar o seu amigo de turma! Isto é a prova que a Inclusão de alunos especiais nas escolas do país é sem dúvida uma mais valia para todos.



Prof.ª Natália Serra (UEEA)

Janeiras



No dia 30 de janeiro, no âmbito do Projeto Intergeracional, os alunos do 6º B visitaram chocolate e sumo, oferecido pelo Lar e, no fim, um kinder surpresa, oferecido pelos utentes. Estava tudo muito bom e a atividade não podia acabar melhor!

Os utentes do Lar. Cantaram, dançaram e entregaram presentes, feitos por eles em Educação Visual e Tecnológica. No fim foram presenteados com um lanche delicioso: houve bolo de



Concurso Nacional de Leitura

Depois de realizada a prova e reunido o júri do CNL, do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, os alunos vencedores, apurados para representar o nosso agrupamento na prova concelhia, são os seguintes:

- 1º ciclo: 1º lugar - Bruna Pilar Coelho, EB de Pinhote
- Suplente - Guilherme Macedo Ribeiro, EB de Góios
- 2º ciclo: 1º lugar - André Miguel Poças, EBARS
- Suplente - Jacinta Barbosa, EBARS
- 3º ciclo: 1º lugar - Gabriel Martins Ribeiro, EBF
- Suplente - Beatriz Maciel Faria Ribeiro, EBF

A prova concelhia está agendada para o dia 5 de março, pelas 14h30, na Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura, sendo as obras a concurso:

- 1º ciclo - Um fidalgo de Pernas Curtas, de Ilse Losa;
- 2º ciclo - O Caderno do avô Heinrich, de Conceição Tomé;
- 3º ciclo - O velho que lia romances de amor, de Luís Sepúlveda.

Baile de Carnaval



No dia 9 de fevereiro, a Associação de Estudantes da EBF assinou o Carnaval realizando um baile.

Estiveram presentes alunos do 1º, 2º e 3º ciclos. Também foi realizado um concurso de máscaras de onde saíram vencedores os alunos: André Albardeiro do 5ºA e Marco Fernandes do 8º A.

Com esta atividade conseguiu-se promover o convívio e um pouco de diversão, como é próprio nesta época de Carnaval.



Matilde Brito; Beatriz Moura; Beatriz Ribeiro - 9ºA

Visita ao viveiro



No âmbito do projeto “Hortifruti: A força dos legumes” impulsionado pela Câmara Municipal de Esposende, a turma FA realizou uma visita de estudo aos Viveiros Rosas (Aguçadoura), para observar a produção de legumes.

No local tiveram a oportunidade de ver variadas espécies de legumes, ervas aromáticas, frutos e flores já em paletes para serem distribuídos. Receberam uma

sucinta explicação acerca da função das máquinas existentes na estufa e tiveram a oportunidade de manusear a terra para fazer a plantação de um morangueiro.

Este projeto tem como objetivo promover o consumo diário de legumes nas refeições escolares, motivando as crianças com várias atividades alusivas à temática.

Educadora: Rita Caetano

Leituras

Escola 6 - Um azar nunca vem só

O livro conta parte da história de um rapaz que, aparentemente, sofre bullying. Para piorar a situação, ele começa a frequentar as aulas de «Capacidades de aprendizagem», fazendo assim com que o Miller aumente as perseguições. Mas como o Rafe sempre diz, um azar nunca vem só. Depois de tanto azar, ele entra na equipa de futebol *flag* da escola, com a esperança de ser respeitado. Contudo, ele não só será respeitado, como ficará

famoso por no primeiro jogo ter marcado um *touchdown* e desviar a sua equipa da derrota.

Graças às suas BD publicadas num site, ele ganha mais fama ainda, denuncia o que Miller lhe fazia e conta como se sente um «falhado».

Eu gosto deste livro, porque acaba com uma moral: «Não devemos ter medo de lutar pelos nossos sonhos».

Filipa Cruz, 7ºC



Os malefícios do tabaco

No dia 22 de janeiro as turmas do 7º ano da Escola Básica de Forjães foram assistir a uma palestra sobre o tabaco.

A psicóloga do nosso Agrupamento, Drª Márcia Lacerda, falou sobre os malefícios do tabaco, mais concretamente sobre os constituintes do cigarro e as doenças que o

mesmo pode originar. A Drª Márcia achou que devia falar com os mais novos, pois somos nós que podemos realizar a mudança, falando com os nossos familiares que fumam, para que parem de o fazer.

A palestra foi-nos muito útil.

Ana Filipa, Mariana e Marlene – 7ºC



Parlamento dos jovens



Nos dias 19 e 20 de fevereiro, 3 alunas da Escola Básica de Forjães, a Ana Rita Abreu e a Carolina Reis do 8ºB e a Diana Matos do 9ºB, deslocaram-se a Braga, ao IPDJ, para debater duas propostas sobre igualdade de género.

Ao participarem neste projeto as alunas

aprenderam como funciona todo o processo de criação das leis até à sua aprovação pela Assembleia da República.

Na Sessão Nacional a realizar em maio será aprovada a Recomendação final sobre o tema da presente edição do Parlamento dos Jovens.

Dia Mundial do Cancro

O dia 4 de fevereiro é o Dia Mundial do Cancro. Como este ano coincidiu com um domingo, na EB de Forjães esta data foi recordada na quarta-feira seguinte – 7 de fevereiro.

Pretendemos, neste dia em particular, sensibilizar toda a comunidade educativa para esta problemática, que cada vez afeta mais pessoas. Quisemos mostrar o nosso apoio àqueles que passam por esta situação e aos que acompanham de perto o dia-a-dia dessas pessoas.

Assim, neste dia, cobrimos a nossa cabeça com um lenço ou um gorro, porque acreditamos que todos juntos seremos mais fortes no combate a esta doença.

Nesta quarta-feira quisemos também lutar contra esta doença com uma das armas mais poderosas, a informação: alertar para a importância da prática de estilos de vida saudáveis, tais como a alimentação saudável, o exercício físico, evitar fumar, reduzir o consumo de álcool e proteger-se

da exposição solar direta; alertar para a importância da vacinação contra a hepatite B e o cancro do colo do útero; alertar para a importância da realização de rastreios, como a mamografia, o Papanicolau e o despiste do cancro colorretal; alertar para a importância de conhecer alguns sintomas da doença e de procurar ajuda médica logo no início. Neste sentido, na sala de aula, os alunos debateram o tema com base na informação constante numa infografia, foi realizada uma pequena exposição no polivalente da Escola e distribuídos flyers para os alunos entregarem aos E. E.

A todos os que participaram e colaboraram nesta atividade, o nosso obrigado!

Equipa PES, Diana Costa



Sessão de esclarecimento: o cancro

No dia 21 de fevereiro, no auditório da Escola Básica de Forjães, os alunos do 5º ano assistiram a uma palestra sobre o cancro, orientada por três estudantes da Universidade do Porto: o Hernâni, o João e a Marta.

A palestra começou com um inquérito sobre os nossos conhecimentos acerca do cancro.

A seguir assistimos a um pequeno vídeo “O meu irmão é um Super – Herói”, no qual é relatada a história de um menino que tinha cancro.

O investigador Hernâni falou-nos sobre as causas do cancro e da sua propagação através das células.

No final da palestra fizemos um concurso de perguntas e respostas e houve dois grupos que obtiveram pontuação máxima e outros dois grupos ficaram a 1 ponto da pontuação máxima.

Ficamos à espera de novas palestras pois gostamos muito desta.

Afonso Laranjeira e Hugo Carvalho - 5ºB



Ida a Serralves

No dia 26 de janeiro, o 5º ano da Escola Básica de Forjães foi a Serralves, onde foram conhecer os animais e também fizeram experiências, incluindo uma pegada de coelho em gesso.

Falámos das seguintes espécies de

animais: anfíbios, carnívoros, herbívoros, mamíferos e répteis.

Gostámos bastante da visita e estamos a pensar voltar.

Edite Dias, 5ºB





Prova de Estrada

A marginal de Esposende foi palco de mais uma prova de atletismo com 600 alunos das escolas do concelho, apurados previamente em prova escolar. O local encheu-se de crianças preparadas para a prática desportiva e com muita vontade de se superarem. Decorreu na manhã do dia 26 de janeiro, pelo nono ano consecutivo, promovida pelo Município em parceria com os agrupamentos envolvidos e a Escola Profissional de Esposende e teve por prioridade a promoção da atividade física.

A EBF participou com 10 alunos em cada escalão/género e alcançou resultados muito positivos. Destacaram-se as classificações:

INFANTIL A fem.:
Lara Ribeiro (1º); Carolina Marques (3º)

INFANTIL A masc.:
Pedro Jaques (1º); Miguel Oliveira(3º)



Pista de Atletismo Gémeos Castro - Guimarães

Durante toda a manhã, do dia 03 de fevereiro, muitas centenas de crianças e jovens, de todas as escolas do distrito de Braga, pisaram em passadas largas e apressadas a pista Gémeos Castro, na Cidade Berço. Tal como a EBF as escolas presentes neste evento apresentaram-se com os seus 6 melhores atletas em cada escalão etário e género. As partidas sucederam-se e o "friozinho" na barriga foi-se dissipando e deu lugar ao sentimento de dever cumprido! Todos os alunos da EBF apresentaram um grande espírito de sacrifício, responsabilidade e civismo durante toda a atividade. Parabéns pelas suas prestações!

As classificações foram as expectáveis à exceção de uma agradável surpresa com o 7º lugar alcançado pela aluna Inês Laranjeira no escalão de Infantil B.

Inês Laranjeira, 6ªA: Gostei muito de participar nesta prova de atletismo não só pela corrida e competição, mas também pelo convívio em volta do acontecimento. Eu cheguei à meta em 7º lugar e parti lado a lado com 301 atletas, algumas da minha idade e outras mais velhas um ano, todas do escalão Infantil B. Por ser o meu primeiro ano neste escalão estava muito nervosa, mas durante a corrida consegui manter a calma e acreditar em mim. Fiquei muito feliz com o meu resultado e com a prestação das minhas colegas.



CLUBE DE ORIENTAÇÃO 1ª e 2ª Etapas Joane, Vila Nova de Famalicão



O Clube de Orientação da EBF competiu com 28 atletas, em quatro escalões, nestas duas primeiras etapas para o Ranking Regional Norte da modalidade.

Neste sábado, o sol acompanhou-nos timidamente e o frio não interferiu no desenrolar do evento... Estavam todos com muita vontade de partir, de dar início a mais uma época e de lutar até ao fim por uma boa classificação!

O mapa representava um terreno de floresta eucaliptal, com pormenores rochosos e boa rede de caminhos que para os nossos atletas era desconhecido, pois nunca tinham realizado provas em terras de Joane. O facto tornou ainda mais arrepiante os momentos antecedentes às partidas... Mas, como quem corre por gosto não cansa (não teme, neste caso), lá foram desaparecendo floresta dentro com um mapa na mão... E aparecendo, com um sorriso reconfortante e a limpar o suor fruto do seu empenho!

Ainda é muito prematuro perspetivar-se os resultados finais deste ano, mas já demonstraram que vão dar muita luta! A prova disto foi o prémio de 1º lugar por escolas, atribuído à EBF, no somatório destas duas etapas, entre 26 escolas presentes. Estes alunos são uns Guerreiros!

Salientam-se as classificações (no somatório das duas etapas):

Infantil A Fem.: Matilde Gião - 2º; Matilde Cunha - 4º; Edite Dias - 7º

Infantil B Fem.: Antónia Brito - 1º; Inês Laranjeira - 8º

Infantil B Masc.: Emanuel Barbosa - 6º; Duarte Pedro - 10º

Juvenil Fem.: Mafalda Lima - 10º

Juvenil Masc.: Rúben Laranjeira - 10º

A próxima competição será realizada em Penafiel (Cabroelo) a 24 de março.

Prof.ª Anabela Freitas

Escola Básica de Forjães em 1º lugar



MÊS DA CIÊNCIA

Oficina 4º e 6º anos "Segredos entre marés"



Os alunos do 4º ano do C. E. de Forjães e os alunos do 6ºC tiveram a oportunidade de vivenciarem uma oficina experimental protagonizada por monitores do Centro de Investigação em Biodiversidade e Recursos Genéticos (CIBIO).

Nesta oficina desenvolveu-se um conjunto de experiências ligadas ao tema da água e dos oceanos.



Teatro 5º e 6º anos "A revolta dos Eco-Pontos"

No dia 19 de fevereiro, os alunos do 2º ciclo assistiram a uma peça de teatro realizada pela companhia de teatro Timbra, de Braga, no polivalente da nossa escola. Com este teatro os alunos aprenderam a reciclar de maneira correta. Também nos ensinaram o significado dos 3 R's, que os alunos não esquecerão (reduzir, reutilizar e reciclar). No dia-a-dia os alunos vão passar a informação, para os seus familiares e conhecidos, dos cuidados que devem ter ao reciclar. Nos instantes finais da peça os atores chamaram três crianças para ver se tinham aprendido alguma coisa com a peça! Interagiram muito connosco. Para concluir, é bom aprender de uma forma divertida!

Manuel Ribeiro e João Vieira - 6ºB



Boletim Nascente Escolar fevereiro 2018



Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: prof. José Pinho, prof.ª Goreti Figueiredo, prof.ª Rosa Felgueiras e todos os que assinaram os textos.
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



Forjães empata em mais um dérbi concelhio

A equipa sénior do Forjães Sport Club mantém-se invencível à 6 partidas. Depois de 4 vitórias consecutivas, a última das quais no Estádio Horácio Queirós frente ao Águias da Graça o Forjães concedeu depois empatas fora de portas. O primeiro em casa do Santa Eulália, num jogo muito intenso, com ânimos muito exaltados, e com muitos golos. Os comandados por Miguel Magalhães estiveram sempre em desvantagem, mas nunca deram a partida por perdida. Conseguindo trazer para casa mais 1 ponto para somar aos 35 já amealhados.

Na vigésima terceira jornada disputou-se mais um dérbi concelhio, Futebol Clube Marinhãs com o Forjães

Sport Club, no estádio Padre Avelino Peres Filipe. O resultado final ditou um empate, o que muito se deve à excelente exibição do guarda-redes da equipa da casa, que fez com que o Forjães regressasse à vila com apenas um ponto.

Na próxima jornada, vigésima quarta, o Forjães recebe, no Estádio Horácio Queirós, o Grupo Desportivo de Joane. Pedimos a todos os associados e adeptos do clube que se desloquem ao nosso estádio de forma a ajudar a equipa a vencer os 3 pontos.

	P	J	V	E	D	GM	GS	DG			
1	▲	Vieira	48	23	14	6	3	43	22	+21	+
2	▲	Maria da Fonte	46	23	13	7	3	34	18	+16	+
3	▲	S.Paio D'Arcos FC	40	23	12	4	7	34	25	+9	+
4	▲	Brito SC	40	23	11	7	5	31	20	+11	+
5	▼	Caç. Taipas	40	23	11	7	5	40	29	+11	+
6	▲	GD Joane	39	23	11	6	6	36	23	+13	+
7	▼	Pevidém SC	38	23	11	5	7	27	19	+8	+
8	▲	AD Ninense	37	23	9	10	4	38	25	+13	+
9	▼	Forjães	37	23	10	7	6	36	30	+6	+
10	▼	Porto D'Ave	34	23	9	7	7	33	31	+2	+
11	▲	SC Cabreiros	31	23	8	7	8	20	21	-1	+
12	▲	Esposende	30	23	8	6	9	34	41	-7	+
13	▼	GD Prado	28	23	8	4	11	34	39	-5	+
14	▼	Águias da Graça	25	23	7	4	12	22	28	-6	+
15	▲	CCD Santa Eulália	19	23	4	7	12	40	48	-8	+
16	▼	Marinhãs	14	23	3	5	15	15	33	-18	+
17	▲	Serzedelo	13	23	4	1	18	22	46	-24	+
18	▼	Amigos de Urgeses	10	23	2	4	17	12	53	-41	+

Resumo das jornadas

21ª jornada

4/02

Forjães S.C. 2 -0 Águias da Graça

Completadas 21 jornadas, a equipa do Forjães encontra-se na 6ª posição do campeonato Pró Nacional. A equipa de Miguel Magalhães arrecadou a 3ª vitória consecutiva, desta feita, frente à equipa do Águias da Graça, com um resultado de 2-0.

Desde cedo que a equipa da casa mostrou sinais de querer comandar e resolver o mais rápido possível a partida. Estavam jogados 5 minutos do encontro e já o médio Luís tinha ameaçado a baliza adversária por duas vezes. Primeiro, com um remate fora da área, aos 2 minutos do encontro, passando a bola perto do poste direito do guarda redes Nuno. E em segundo, através de um livre, após um cruzamento-remate bastante venenoso fez brilhar o guarda redes visitante. A pressão dos pupilos de Miguel Magalhães era imensa e a equipa do Águias da Graça não conseguia acertar nas marcações. Desta forma, ao minuto 10, após uma excelente jogada coletiva, Postiga vai aparecer na linha, cruzar de forma perentória, e presenciar ao seu colega de equipa Reguila a cabecear de forma exímia para o fundo da baliza. O primeiro da partida estava feito e os adeptos mostravam-se satisfeitos com o rendimento apresentado da equipa. Contudo, após o golo, a equipa da casa parece ter desligado o gás e baixou o jogo de intensidade. Apesar de maior posse de bola, a equipa consentiu alguns erros permitindo aos visitantes que fossem acreditando que poderiam chegar à igualdade. Assim, ao minuto 16, através de uma perda de bola atacante do Forjães, sem qualquer tipo de reação à sua perda, vai permitir que Leandro consiga percorrer vários metros sozinhos em direção à baliza de Simão. Porém, a defensiva Forjanense, conseguiu anular o ataque apesar das dificuldades. Até ao final da primeira parte vamos assistir a um Águias da Graça a crescer no jogo, aproveitando os erros que a equipa da casa ia consentindo. Até ao intervalo o resultado mantinha-se inalterado. 1-0 para o Forjães.

Na 2ª metade da partida, a equipa do Forjães reorganizou o seu jogo e após ex-

pulsão de Ruca, por ver segundo amarelo ao minuto 16, vai conseguir dominar a equipa visitante até ao final do encontro, mesmo sem apresentar a intensidade elevada de jogo dos primeiros 15 minutos. A equipa de Miguel Magalhães mostrava-se cada vez mais pragmática e o perigo ia surgindo na baliza adversária. No entanto, só ao minuto 78, o golo do descanso ia chegar. Numa nova envolvência coletiva, de forma simples e objetiva, São Bento vai conseguir entrar na área e após ultrapassar um adversário vai ser rasteirado em falta. Na marcação da grande penalidade, o médio Luís não facilitou e colocou a bola no fundo das redes. 2-0 estava feito e os adeptos poderiam respirar de alívio. Até ao final da partida, a vantagem podia ter sido dilatada. Contudo, Ribeiro e João Victor não foram felizes no momento da finalização. O jogo chegava ao fim e a vitória pertencia ao Forjães.

Para a próxima jornada do campeonato, a equipa de Forjães vai deslocar-se ao terreno do Santa Eulália. O jogo está marcado para as 15h de Domingo, dia 11 de fevereiro. Contamos com o seu apoio para ajudar a equipa a amealhar mais 3 pontos para a sua caminhada no campeonato.

Em jeito de finalização queremos deixar, novamente, uma palavra de agradecimento a todos os adeptos do Forjães presentes no jogo deste domingo. Mais uma vez conseguiram ser o 12º jogador.

22ª jornada

11/02

Santa Eulália 3- 3 Forjães S.C.

Nesta tarde chuvosa, a equipa do Forjães deslocou-se a Vizela para defrontar a equipa do Santa Eulália, um jogo a contar para a 22ª jornada do campeonato Pró Nacional. Os confrontos entre estas duas equipas parecem ser sinónimo de espetáculo de futebol, pela quantidade de golos marcados por ambas a turmas. Após um resultado de 4-3 favorável ao Forjães, na 1ª volta, desta vez as honras ficaram divididas, verificando-se um empate a 3 bolas.

Tudo começou praticamente com a equipa da casa a entrar em vantagem no marcador. Ao minuto 2 da partida, apa-

nhando a defensiva Forjanense descontrolada e apática, o avançado Fábio vai efetuar o primeiro da partida. Muitas facilidades permitiam ao Santa Eulália colocar-se na frente do placar. Contudo, a equipa do Forjães até vai reagir bem, e ao minuto 7, por intermédio do artilheiro Reguila, vai chegar à igualdade na partida. Depois de uma defesa incompleta do guarda redes Alex, ao livre de Luís, Reguila, no sitio certo aparecia para igualar o jogo. A partir daqui as duas equipas mantinham-se equilibradas e a intensidade decaía significativamente. Porém, numa excelente combinação ofensiva, ao minuto 30, Reguila vai conseguir isolar Bruninho que, depois de receber a bola dentro da área e desviar um adversário do caminho, no momento de armar o remate vai demorar muito tempo e permitir o corte da defensiva da casa. Ainda antes do intervalo, em resposta à ofensiva do Forjães, a equipa do Santa Eulália vai dispor de duas oportunidades para colocar-se na frente do marcador. Primeiro André Cunha, vai colocar à prova Simão, que de forma fácil vai agarrar a bola. E em segundo, através de um lance aparentemente inofensivo, a equipa de Vizela vai mesmo chegar à vantagem. Mais uma desconcentração dos homens de Forjães permitia que Marquinhos entrasse dentro da área e com facilidade finalizasse para o segundo golo da sua equipa. O 2-1 estava feito mesmo a cair o intervalo.

Na 2ª parte verificamos um Forjães a querer inverter o resultado negativo, mas sem grande critério no último terço do campo. Aproveitando esta pouca indefinição ofensiva do Forjães, surgia a equipa do Santa Eulália a jogar em contragolpe. Desta feita, ao minuto 57', num ataque rápido, Nuno, defesa do Forjães vai cortar uma bola em cima da linha de golo, adiando o 3º da equipa do Santa Eulália. Nesta sequência, o treinador do Forjães Miguel Magalhães decide mexer na equipa e só por azar a igualdade não vai chegar. Mais uma vez, o avançado Reguila, respondendo bem a um cruzamento de Luís, vai cabecear a bola e só o poste impedia a equipa de Forjães empatar. No entanto, seria a equipa do Santa Eulália a dilatar a vantagem no marcador, ao minuto 72. No seguimento de um lance muito contestado

pelos jogadores e banco do Forjães, que iria levar à substituição do médio Palheiras por lesão no joelho, o Santa Eulália vai aproveitar para fazer o 3-1. Na expectativa de paragem do jogo para assistir o jogador lesionado, os jogadores do Forjães reagiram de forma tardia ao contra-ataque do Santa Eulália e viam assim o adversário a fazer o 3º golo. Os ânimos exaltaram-se e o jogo ficou descontrolado do ponto de vista emocional. Todavia, Miguel Magalhães lançara em campo as 2 cartadas finais e a sua equipa iria conseguir chegar ao empate. Assim, 5 minutos depois do 3º golo dos da casa, Luís vai reduzir a vantagem para 3-2 através da marcação de uma grande penalidade sobre Carlos. O defesa foi claramente derrubado dentro da área e o árbitro não teve dúvidas em assinalar o castigo máximo. Jogando mais com o coração do que com a razão os jogadores do Forjães tentavam a todo custo chegar à igualdade. Este "desnorte", por pouco, não fez consentir o 4º golo para o Santa Eulália. Mais uma transição e desta feita seria Simão a trancar a baliza forjanense. Posto isto, no último lance do encontro, de forma justa, o Forjães vai mesmo chegar à igualdade no marcador. O médio Luis na conversão de um livre vai obrigar a uma boa defesa do guarda redes Alex, ainda que de forma incompleta. Caprichosamente a bola vai sobrar para Ribeiro que já dentro da pequena área vai rematar e permitir nova defesa espetacular do guardião Alex. Contudo, Reguila, novamente no sitio certo vai finalizar e colocar a bola dentro da baliza. Estava feito o empate o resultado final era de 3-3.

No final do encontro os temperamentos descontrolaram-se um pouco e foi preciso meter muita água na fervura para impedir que algo mau acontecesse pós jogo.

Queremos deixar um agradecimento enorme aos sócios e adeptos do Forjães que se deslocaram em enorme número ao jogo de hoje para apoiar a equipa. Um bem hajam a todos!

23ª jornada

18/02

F.C. Marinhãs 1-1 Forjães S.C.

continua na pág. seguinte

Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Club



continuação da pág. anterior

Honras repartidas entre derby conce-lhio. Para a 23ª jornada do campeonato, a equipa do Forjães deslocou-se ao terreno do seu arquirrival Marinhãs e não conseguiu mais que um empate, a uma bola, num jogo em que o guarda redes da casa Pinha acaba por ser a figura do encontro.

Relativamente à primeira metade do encontro, verificamos um jogo muito estratégico de ambas as equipas. De um lado, a equipa do Forjães claramente dominadora, em termos de posse de bola, mas sem grande poder de decisão no último terço do campo, e, por outro lado, um Marinhãs realizando um jogo mais na expectativa, tentando aproveitar os erros do adversário. Apesar de observarmos um jogo bastante pobre, a nível de intensidade, na primeira parte, a equipa do Forjães até vai dispor de duas boas oportunidades para inaugurar o marcador. Primeiro, ao minuto 11 do encontro, Peão, seguido de passe de Reguila, vai conseguir tirar um adversário no caminho mas, no duelo com Pinha, vacilou e proporcionou uma boa intervenção do guarda redes. A segunda oportunidade

vai surgir nos pés do central Fernandes. Seguido de um excelente cruzamento de Peão, o defesa Forjanense não vai conseguir finalizar da melhor forma. Até ao final da primeira metade, nada a acrescentar, igualdade no marcador (0-0).

Para a 2ª metade do encontro vamos assistir a um jogo mais rico em oportunidades e em espetáculo. Durante os primeiros 10 minutos a equipa de Miguel Magalhães vai entrar mais forte. Logo aos 4 minutos da segunda metade Reguila vai responder a um cruzamento da esquerda de Bruninho, através de um cabeceamento, fazendo brilhar, o guarda do Marinhãs. Não obstante, o mesmo Reguila vai protagonizar uma enorme contestação do banco e dos inúmeros adeptos do Forjães, ao minuto 6. Após uma boa jogada coletiva Forjanense, o avançado, em frente ao guarda redes, com tudo para fazer golo, vai ser derrubado na área (verificado nas imagens), mas o árbitro da partida vai mandar seguir o jogo, alegando simulação do avançado. Desta forma, em mais um lance polémico na área do Marinhãs, passados 4 minutos de jogo, vai permitir à equipa do Marinhãs, no seu único remate à baliza, na 2ª metade, inaugurar o primeiro da parti-

da. Aproveitando uma transição rápida, o extremo Túlio vai conseguir bater o guarda Redes Simão, com um remate tenso e colocado. 1-0 estava feito para a equipa da casa. Sem baixar os braços e logo depois da dupla substituição, o Forjães, aos 65 minutos vai conseguir igualar a partida. O recém-entrado Lopes, vai justificar a aposta do seu treinador Miguel Magalhães e, através de um remate poderoso, já dentro da área, levava a grande multidão de adeptos do Forjães à loucura. 1-1 estava feito. A partir daqui o jogo ganhava outros contornos. A equipa do Forjães, sempre na busca da vitória iria deixar alguns espaços na sua defensiva, mas a equipa do Marinhãs apesar de conseguir sair em várias transições, não era capaz de elaborar de forma precisa, uma jogada no seu último terço. Antes do apito final, chegou a vez do guarda redes Pinha tornar-se a figura do encontro. Por duas vezes, o guarda redes vai conseguir segurar o empate para a equipa da casa, de forma espetacular. Ao minuto 87 da partida, após passe de Lopes, o extremo Bruno, com espaço, vai fletir a bola para o centro, e com um remate ao ângulo superior contrário da baliza, vai permitir a defesa da tarde do guarda redes Pinha. E que

defesa! Contudo, a jogo não terminava por ali. No último lance da partida, Carlinhos, num lance similar ao anterior, vai também disferir um remate com selo de golo, em direção ao ângulo superior contrário da baliza de Pinha, e mais uma vez, o guarda redes iria voar e negar o golo da vitória ao Forjães. O final do jogo chegava, e o resultado final: 1-1.

Não queremos deixar passar em claro o enorme e incansável apoio demonstrado, mais uma vez, dos adeptos do Forjães no jogo de hoje. Um obrigado a todos.

No próximo fim de semana o campeonato irá parar, dando lugar a mais uma eliminatória da taça A.F. Braga. A equipa do Forjães ainda espera o seu próximo adversário (Santa Eulália ou Rossas) e como tal, não jogará nesta data. Todavia, dia 4 de março, a competição do campeonato volta, e o Forjães irá receber a equipa do Joane. Pedimos a todos os associados e adeptos do clube que se desloquem ao nosso estádio de forma a ajudar a equipa a vencer os 3 pontos.

Tabelas classificativas da 1ª fase do Campeonato Concelhio de Futebol

Traquinas

CL	Serie	Clubes	J	PONTOS
1º	A	Forjães SC A	7	18
2º		FC Marinhãs A	7	17
3º		GD Apúlia A	7	17
4º		AD Esposende A	7	16
5º		EF "O Fintas"	7	14
6º		CF Fão A	7	13
7º		CSJ Belinho	7	9
8º		Gandra FC A	7	7
1º	B	UD Vila Chã	6	18
2º		FC Marinhãs B	6	16
3º		AD Esposende B	6	14
4º		GD Apúlia B	6	12
5º		Gandra FC B	6	10
6º		CF Fão B	6	8
7º		Forjães SC B	6	6

Benjamins

CL	Serie	Clubes	J	PONTOS
1º	A	CF Fão A	6	17
2º		FC Marinhãs A	6	17
3º		ADCS Criaz	6	14
4º		AD Esposende A	6	12
5º		GD Apúlia	6	10
6º		UD Vila Chã	6	8
7º		Forjães SC	6	6
1º	B	EF "O Fintas"	5	15
2º		CSJ Belinho	5	13
3º		AD Esposende B	5	10
4º		CF Fão B	5	9
5º		FC Marinhãs B	5	8
6º		Gandra FC	5	5

Infantis

CL	Serie	Clubes	J	PONTOS
1º	A	Forjães SC A	6	16
2º		AD Esposende A	6	15
3º		FC Marinhãs A	6	14
4º		Gandra FC A	6	13
5º		CF Fão A	6	12
6º		GD Apúlia	6	8
7º		CSJ Belinho	6	6
1º	B	EF "O Fintas"	6	18
2º		CF Fão B	6	14
3º		FC Marinhãs B	6	14
4º		AD Esposende B	6	13
5º		Gandra FC B	6	9
6º		Forjães SC B	6	9
7º		UD Vila Chã	6	3



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 | deco-int-adiliaabreu@sapo.pt

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

Quaresma: libertar para caminhar!



Luís Baeta

A Igreja Católica propõe, ao longo do ano, Tempos Litúrgicos especiais com modos de celebrar apropriados e desafios a pôr em prática no quotidiano. Concentram-se essencialmente nos dois mistérios principais da nossa fé: o nascimento de Jesus – Natal – e a sua Ressurreição – Páscoa. Antes destas festas, temos respetivamente o Tempo do Advento e o Tempo da Quaresma.

Há dias aderi ao convite de falar às crianças de uma escola do concelho de Fafe em três aulas com alunos de idades compreendidas entre os três e os dez anos no contexto da «Semana dos Afetos». Fiquei entusiasmado quando perguntei às turmas do segundo e quarto ano que Tempo estávamos a viver na Igreja. Responderam quase em unísono que estávamos na Quaresma, o que suscitou a admiração dos três professores presentes que elogiaram a sintonia dos alunos com a vida da paróquia. Alguns, aliás, tinham-me já falado da Quarta-feira de Cinzas e da sua presença ou ausência na celebração. Assim pude recordar-lhes como é verdade o que dizem quando cantam na missa a canção «Esta Luz Pequena». Podem com certeza orgulhar-se de ser verdade a frase em que cantam que vão deixar aquela luz da fé e do amor brilhar na sua escola.

Os Tempos Litúrgicos especiais acabam por influenciar, com maior ou menor intensidade, conforme cada pessoa os quiser sentir, a vida de cada um e o próprio calendário civil. Quaresma é tempo de deserto, isto é, de solidão, de silêncio, de reflexão sobre a nossa humana e frágil condição, de meditação sobre a nossa igualdade enquanto seres humanos e o amor que Deus nos tem. É tempo de pensarmos em que medida estamos a ser mais de Deus ou do mundo, mais do eterno ou do terreno. Até que ponto permito que a minha vida seja influenciada por outros pequenos mas tantas vezes irresistíveis «ídolos»

que me fazem deixar de parte o Deus verdadeiro? Até que ponto fecho o meu coração à fé como um jovem desconhecido com o qual troquei comentários numa rede social a propósito da menina Maëlys Araújo e que, após tantos argumentos sobre a existência de Deus, terminou dizendo «Eu não acredito, e pronto. Por isso não me diz nada»?

Na nossa Arquidiocese, D. Jorge Ortiga escreveu uma breve mas interessante Mensagem para a Quaresma cujo título tem já bastante significado: «Tens sapatos? Lembra-te daqueles que não têm pés». Aí recorda-nos que «existem muitas pessoas estagnadas e sem “pés” para avançar» e que a Quaresma «é um momento especial que convida o cristão a “abrir os olhos”, a ver a sociedade e a incomodar-se com a realidade humana». Exemplifica com diversas pessoas ou grupos cujos pés estão impedidos de caminhar com alegria e liberdade: «Os idosos experimentam longos períodos de solidão e necessitam de companhia. Os jovens sentem dificuldade em encontrar figuras de referência e um sentido para a vida. As famílias, que pedem para ser ajudadas em vez de julgadas, deparam-se com dramas e incertezas».

É, pois, tempo de abrir os olhos, sair do conforto do nosso sofá, e partir. Tempo de abandonar todos os pequenos «deuses» que ocupam em excesso o nosso coração e não nos permitem pensar senão em nós – estudos, trabalho, redes sociais, desejo exacerbado de ter e de poder, uso exagerado dos meios digitais, etc. – e partir rumo a outras realidades que muitas vezes não estão tão longe de nós!

Abramos o nosso coração, encontremos modos diferentes de fazer o bem – porquê dar aos outros só aquilo que já não nos serve? – e sintamo-nos livres e felizes. Seremos felizes se a Páscoa não for apenas mais um dia talvez de sol, de correrias, de campanhas a tocar, fogo-de-artifício a rebentar e Compassos a visitar as nossas casas com Cristo Ressuscitado, mas um dia que se prolongue no tempo com um coração livre e transfigurado, verdadeiramente ressuscitado e com um olhar renovado sobre todas as coisas. Porque «Páscoa» significa «passagem», construamos pontes e passemos adiante!

Peregrinos de Santiago de Compostela pelo caminho Português da Costa

Relativamente ao acolhimento dos peregrinos no posto de S. Romão de Neiva “Minas”, todos os dias pela manhã, cumpre-se uma tarefa, a colocação do carimbo e dos mapas de registo dos passaportes dos peregrinos no posto de atendimento. Por outro lado, vão-se preparando algumas garrafas de água para oferecer aqueles que dela tenham necessidade.

Como é compreensível, a água é um essencial para a sobrevivência humana e está presente de um modo geral, permanente ao longo do percurso. A água, não só é crucial para combater a sede resultante da desidratação que forçosamente vai assolando o peregrino devido ao seu esforço físico, mas também porque ela se reveste de um grande simbolismo. A razão porque quase todos os peregrinos transportam consigo na viagem (uma vieira e uma cabaça).

A cabaça destina-se ao transporte de água para a viagem e a vieira para beber por ela quando haja necessidade. A oferta da água aqueles peregrinos com necessidade, poderá ser também considerada como uma componente religiosa segundo a igreja católica; “dar de beber a quem tem sede, é uma obra de misericórdia” por outro lado diz-se; é no dar que se recebe e aí é que reside a chave da felicidade genuína e duradoura.

Ao iniciar este extraordinário trabalho de acolher os peregrinos de Santiago de Compostela a 14 de junho de 2017, longe estava no meu pensamento de atender gente tão simpática de outras paragens que jamais as tínhamos visto e que por ironia do destino nos encontramos neste cantinho do norte de Portugal. É sem sombra de dúvida gratificante.

Coisas tão simples e extraordinárias, como saudar um desconhecido e desejar-lhe que tenha um bom dia, acompanhar alguém que vemos pela primeira vez e ajudá-lo com a informação de que necessita, conversar com alguém como quem quer conhecer

melhor a diferença que nos atrai ou nos intriga. As pessoas de paz mantêm viva a terra e fazem dela um paraíso que deixarão como herança às gerações futuras.

Receber os peregrinos em nossa casa, no nosso meio familiar, é já uma honra, oferecendo-lhes a nossa simpatia, cumprimentando-os e dizer-lhes; Olá... Bom dia, é sem sombra de dúvida gratificante e nos deixa uma boa dose de felicidade, embora as pessoas que acabamos de receber, nunca as havíamos visto ou sentir a sua presença e porventura jamais as tornaremos a ver. Chegada a hora da partida, aquelas pessoas simpáticas que momentos antes tivemos o prazer de as cumprimentar, prepararam-se agora para se despedirem de nós com um simples aperto de mão ou um abraço fraterno, um adeus emotivo que nos deixa num canto da nossa memória alguma saudade de os ver partir para sempre.

Antoine de Exupéry disse um dia; “aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós, deixam um pouco de si e levam um pouco de nós”.

Voltando ao caso dos peregrinos, recordo com saudade o meu amigo João Barroso falecido recentemente na freguesia da Meadela – Viana do Castelo. Um homem íntegro e de uma moral invulgar. Após a morte de sua esposa, ficou a viver com os seus filhos. Algum tempo depois, ingressou no convento dos Carmelitas Descalços na cidade de Viana do Castelo onde cerca de vinte anos foi um ser-

vidor humilde da hospitalidade, foi o rosto da portaria daquela comunidade religiosa. Em 2014, esta comunidade religiosa abriu o albergue de S. João da Cruz dos Caminhos para acolher todos os peregrinos do mundo.

Conta-nos uma sua amiga também, Verónica Parente, que um dia esse meu bom amigo no fim de um dia de trabalho já ao anoitecer, disse ao seu superior carmelita; “hoje recebi nesta casa 18 peregrinos e até falei com eles todos, estou tão feliz!...” é por demais o entusiasmo daquele meu bom amigo e imagino qual a sua satisfação ao atender os peregrinos daquele albergue. No meu caso pessoal, sinto-me também muito feliz por acolher vários peregrinos na minha casa e dou conta de que a minha vida fica mais preenchida. É visível satisfação dos peregrinos pelo acolhimento ou alguma informação disponível e o cheiro agradável da natureza.

Coordenado por António Barbosa

Dados dos peregrinos

Movimento de peregrinos para Santiago de Compostela com a oposição de carimbo e registo de passaporte no posto de S. Romão de Neiva, desde o dia 14 de junho a 31 de dezembro de 2017 distribuídos pelos países de origem.

Alemanha - 138; Austrália - 29; Áustria - 4; Argentina - 1; África do Sul - 3; Bélgica - 11; Bulgária - 3; Brasil - 14; Checoslováquia - 50; Colômbia - 2; Coreia do Sul - 7; Croácia - 1; Canadá - 29; Cazaquistão - 2; China - 3; Dinamarca - 10; Eslovénia - 1; Eslováquia - 3; Escócia - 1; EUA - 48; Espanha - 41; Estónia - 8; Finlândia - 1; França - 9; Hungria - 7; Holanda - 31; Itália - 79; Irlanda - 15; Islândia - 1; Inglaterra - 9; Israel - 2; Indonésia - 5; Japão - 7; Letónia - 5; Lituânia - 13; Luxemburgo - 11; México - 4; Malta - 4; Malásia - 1; Noruega - 1; Nova Zelândia - 3; Portugal - 58; Polónia - 82; Rússia - 29; Roménia - 7; Ucrânia - 9; sem registo - 2.

Total de peregrinos no ano de 2017: 803.

Assine
e divulgue

O FORJANENSE

Culinária ■ Viver ■ Passatempos ■ Opinião

Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

Perdizes à caçador
2 perdizes; 2 cebolas; 6dl de vinho; 2dl de azeite; 1 ramo de salsa; 1 folha de louro; colorau; sal; pimenta
Limpe muito bem as perdizes e corte-as aos bocados. Entrementes, faça um refogado com o azeite e as cebolas picadas. Quando a cebola começar a ficar loura junte o louro, a salsa picada, o vinho e as perdizes. Tempere com colorau, sal e pimenta. Deixe refogar, com o tacho tapado, em lume muito brando. Retifique temperos quando levantar fervura. Assim que as perdizes estiverem estufadas e o molho apurado sirva acompanhadas por batatas cozidas, ou puré, e uma salada de alface enfeitada com azeitonas.

Tiramisu
3 ovos grandes; 100 g de açúcar; 250 g de queijo mascarpone ou queijo fresco em creme; rum ou licor; café; 150 g de palitos La Reine; chocolate ou cacau em pó
Parta os ovos, separando as gemas para uma tigela e as claras para outra. Junte metade do açúcar às gemas e bata até obter um preparado cremoso. Adicione o queijo e continue a bater até a mistura estar bem fofa. Bata as claras com a batedeira e, quando começarem a fazer espuma, adicione o restante açúcar e continue a bater até ficarem espessas. Envolve as claras no creme de queijo e reserve. Ponha um pouco de rum no café. Mergulhe os palitos na mistura de café à medida que os vai colocando, lado a lado, no recipiente onde vai servir a sobremesa. Cubra os palitos com o creme de queijo e, por cima, disponha outra camada de palitos embebidos em café. Termine com uma camada de creme de queijo e leve ao frigorífico. Polvilhe a gosto com o chocolate em pó ou com o cacau. Enfeite com grãos de chocolate.

Estatuto editorial

- "O Forjanense" é uma publicação periódica de caráter 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 atuação 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 maio de 2017

O Diretor de "O Forjanense"
Arlindo Pereira Sousa Tomás

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

1º doença da pele; temperar com azeite e limão = 2º curtido = 3º sigla do Amazonas; pequenos parapeitos separados por intervalos nas muralhas e nos castelos; relativo a mim = 4º benefício da natureza; membro empenado das aves; protóxido de cálcio = 5º bom aspeto; caminho = 6º preparação química para a destruição das formigas = 7º tulha subterrânea; instrumento com que se imprime movimento às pequenas embarcações = 8º relativo ao vinho; composição poética para ser cantada; prolongamento dos lados de um corpo ou superfície = 9º aqui; género de planta gramínea; Ulisses Silva = 10º troca = 11º habitante da Rússia; calçado de madeira (plural) =

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

Verticais

1º suposta influência da lua; estancar = 2º alcali vegetal, que se no ópio do comércio e na papoila = 3º partido socialista; polpa; Maria Salgado (abrev.) = 4º caminho orlado de casa; marco das portas; pequena bigorna = 5º instrumento de defesa e ataque; nascimento de um astro = 6º invalidar = 7º qualidade; nome da pessoa que foi descalço e de corda ao pescoço apresentar-se ao rei de Leão = 8º partida; escarnecer; vazio = 9º pedra do moinho; crosta; Antes de Cristo = 10º árvore silvestre do Brasil = 11º viela; lugar apazível =

soluções pág. 7

Saúde em destaque

Síndrome das Pernas Inquietas parte IV

Quais as formas de tratamento?

O tratamento do SPI assenta em medidas não farmacológicas e medidas farmacológicas. Geralmente, o SPI é uma situação crónica, pelo que o tratamento terá que ser mantido toda a vida.

Tratamento do SPI secundário (associado a outras patologias)

O tratamento do SPI secundário depende, sempre que possível, da correção da causa subjacente.

O défice de ferro é a alteração mais relevante neste campo, por ser muito prevalente no SPI e ser facilmente tratável. O tratamento do défice de ferro é feito geralmente por via oral. É importante reforçar que existem consequências potencialmente graves do excesso de ferro, pelo que a terapêutica com ferro deverá ser sempre acompanhada e cuidadosamente monitorizada pelo médico assistente.

Também nunca é demais relembrar a possibilidade do SPI iatrogénico (provocado por fármacos), pelo que uma cuidadosa revisão da história farmacológica e a substituição/evicção de fármacos é uma prioridade.

Finalmente, também muito

importante o tratamento de outras doenças de sono associadas, nomeadamente patologias respiratórias, dado o agravamento que a privação de sono pode provocar.

Medidas não farmacológicas

Estas medidas são úteis para todos os doentes com SPI, independentemente da gravidade. No entanto, não são geralmente eficazes sem o apoio farmacológico nos doentes com SPI moderado a grave.

- Boa higiene de sono, evitando, principalmente, a privação de sono;
- Evitar álcool;
- Evitar substâncias estimulantes, como o chocolate, a nicotina (tabaco) e o café.

Medidas farmacológicas

Existem diversas classes de fármacos atualmente utilizados no tratamento da SPI: dopaminérgicos (levodopa e agonistas dopaminérgicos); opióides, benzodiazepinas e antiépiléticos. A primeira linha de tratamento são atualmente os agonistas dopaminérgicos, que se demonstraram eficazes no alívio dos sintomas dos doentes.

Uma importante complicação do tratamento, sobretudo na atualização a longo prazo e na tera-



Marina Aguiar*

pêutica com levodopa, é a possibilidade de surgir incremento dos sintomas mais cedo ou em locais que previamente não surgiram. Este facto pode levar à necessidade de aumentar o número de tomadas diárias dos fármacos. **Penso que tenho a síndrome das pernas inquietas. A quem me devo dirigir?**

O primeiro passo será falar com o seu médico de família e discutir com ele os seus sintomas. O diagnóstico final da síndrome das pernas inquietas dever ser realizado por um médico com experiência em Medicina do Sono.

Referência Bibliográfica:
APS (Associação Portuguesa do Sono)

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

ACARF adquire duas carrinhas

Face ao elevado crescimento da sua atividade na área do transporte, a ACARF adquiriu recentemente duas novas viaturas de nove lugares.

Esta nova aquisição surgiu depois de algumas viaturas terem atingido legalmente a idade limite permitida para o transporte de crianças. É desta forma, que a ACARF, com o apoio da Câmara Municipal de Esposende, poderá continuar a manter um serviço de qualidade e segurança a todos os seus utentes e a todos os interessados. Relembre-se que para além do seu serviço habitual, esta instituição tem colaborado em alguns serviços externos, nomeadamente no transporte adaptado prestado ao Agrupamento de Escolas Rodrigues Sampaio.

Neste momento, com estas duas novas aquisições, esta instituição tem ao seu dispor seis viaturas de nove lugares, duas das quais com plataforma elevatória



automática, dois miniautocarros e uma viatura comercial de apoio.

Caminhada e baile de Carnaval

Com muita animação e participação, decorreu no dia 12 de fevereiro, a "Caminhada Noturna do Carnaval", seguindo-se na Ludoteca do Centro Cultural Rodrigues Faria, o "Baile de Carnaval", organizado pela Junta de Freguesia, com a colaboração de várias Associações Forjanenses e da Comissão de Festas Santa Marinha.

Foi uma noite de muita animação e folia, onde foram a concurso e eleitos os melhores trajes de Carnaval.



Excursão Sr^a Da graça

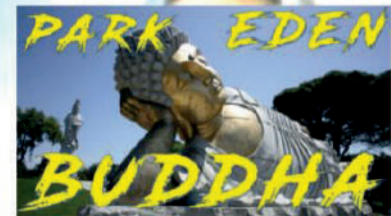
2018

03/03/2018

Saída de Forjães: 05h30

Paragem em Santa Maria da Feira para pequeno-almoço.

Bombarral (Buddha Eden)



Almoço em Caldas da Rainha

Forjães

Contactos: 966065062

968933934

Preço: 35 Budas (Almoço e entrada da quinta incluído)

Crianças: 20 budas (0 aos 12)

Romaria de Santa Marinha



Faça já a sua encomenda de lenha junto da Comissão de Festas Santa Marinha 2018! Contamos com a sua colaboração nesta nossa caminhada. Obrigado

 **Dr.ª 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

Aspersão / Microaspersão / Gota-a-gota / Hidroponia
 Bancadas / Telas / Redes






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.

Rua de Agra - Apartado 13 - 4744-909 Fonte Boa - Esposende
 Tlf: 253 983 432 - Email: geral@agrozende.com - Site - www.agrozende.com