



O FORJANENSE

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás
Abril 2018 • Ano XXXIII 2ª série • n.º 340
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

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

Colisão

Diagnóstico

Mecânica

Manutenção

Pneus

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

Ricardo Dias Campeão Nacional 10.000m



Nesta edição

Junta de Freguesia

- Concurso de Maios
- Nova toponímia
- Feira de S. Roque pág. 3

Lar de Stº António

pág. 3

Comunidade Paroquial

pág. 6

Notícias da ACARF

pág. 8

Acompanhando o FSC

págs. 12-13

Opinião

pág. 14

Forjães em Buenos Aires a convite do clube português



pág. 2

FSC eliminado da Taça AF Braga



págs. 4-5

Adriana Martins da EBF campeã distrital de Boccia



pág. 9

Nós por cá: locais

Forjães em Buenos Aires, Argentina

Em 24 de março, viajei para Buenos Aires, Argentina, a convite do Clube Português de Esteban Echeverria, para junto da comunidade forjanense apresentar o livro “Os forjanenses e a guerra colonial”, do qual sou autor com o meu ilustre amigo Carlos Sá. O convite partiu da forjanense Otilia Torres, que é a Presidente do Clube, uma conterrânea que é um grande exemplo de bairrismo e de patriotismo, dotada de grande dinâmica social e cultural. Foi um convite que muito em honrou e entusiasinou, sobretudo porque iria conhecer e contactar com uma geração de forjanenses emigrados para o “país das pampas”, muitos deles antes de eu nascer, mas de quem nós, miúdos, sempre ouvíamos falar. Mas aquilo que era para ser um reencontro de conterrâneos e uma simples jornada cultural, acabou por se transformar, para grande surpresa minha, numa jornada de forte comunhão de emoção, que eu jamais irei esquecer. Desde logo, pela forma como fui recebido (“como um rei”) e tratado (“como um filho”), em casa de Fernando Pereira Torres, o patriarca da família, uma pessoa de grande coração, jovialidade e sentido de humor que, juntamente com a sua incansável esposa Mary, me encheram de mimos. Admirei muito a forma como toda a sua família (Otilia, Olívia, Salvador, Isaura, Antero e Emília Vieira) se reúne e convive todas as terças e quintas em casa de Cândida. Naqueles preciosos dias, beneficiei também muito da companhia, das histórias e das recordações dos irmãos José Maria e Joaquim Torres (filhos da tia Teresa e irmãos do Serafim) e do Joaquim Santos Sá (filho da tia Maria da Couta). Foram extraordinários!

As cerimónias realizaram-se no Clube Português, fundado em 1978 por um grupo de corajosos portugueses, o qual se inclui alguns forjanenses, e que possui uma invejáveis instalações: vários campos de futebol relvados, duas piscinas, pavilhão polidesportivo coberto, salão de festas, parque de merendas, jardim infantil e parque de estacionamento. É um permanente polo de dinamização cultural e recreativa local e nas suas instalações funciona uma escola de futebol do histórico River Plate. Um complexo desportivo que mete num bolso qualquer um dos nossos clubes grandes portugueses.

Na cerimónia de sábado, na qual participaram inúmeros forjanenses e seus descendentes, contou com a exibição de um espectáculo de tango e da apresentação de um lindíssimo livro “Viana do Castelo, amor da minha vida”, pelo seu autor, o magistrado brasileiro Roberto Wider. Na apresentação do nosso livro, optei por fazer uma introdução que teve por tema “Notícias da nossa terra”. Comecei por transmitir as mensagens de saudades e os votos de Feliz Páscoa da parte do Sr. Padre José Ledo e do Presidente da Junta, Prof. Manuel Ribeiro, que os presentes muito

apreciaram. Depois, projetei um conjunto de fotos dos nossos locais mais emblemáticos: Igreja Matriz, adro e escadório, Escolas Rodrigues de Faria, Quintas de Curvos, Pregais e Calça, Largos e S. Roque e da Santa, Rio Neiva...A seguir, fiz um balanço das atividades das nossas maiores associações: Forjães SC, ACARF, Grupo Coral, Grupo Folclórico, Forjães em Cena e Escuteiros. Dei especial destaque à “Romaria de Santa Marinha”, ao evento “Na minha terra cabe o mundo todo” e à “Via Crucis”, que no dia seguinte, iria ser levada à cena uma vez mais. Sobre o livro, não me cansei de referir o seu propósito – registar o sacrifício desta geração que lutou e jurou dar a vida pela Pátria. Um pouco à imagem dos emigrantes que foi a conquista do mundo em busca de uma vida melhor. Terminei com o envio de um abraço de saudades de todos os forjanenses que estão cá na terra e votos de muita saúde e sucesso para todos.

O dia seguinte começou com uma entrevista na Rádio do Clube, uma emissora com milhares de ouvintes, onde falei do livro e de Forjães ao José Manuel Albuquerque e à Ester Jaques, sempre muito simpática e disponível. À tarde, no salão de festas “Andorinhas” (um nome muito expressivo e simbólico porque as andorinhas voltam sempre ao seu ninho), era o dia de reunião de todos os sete clubes portugueses de Buenos Aires. A minha maior surpresa e emoção foi ver a imagem de Santa Marinha ao colo do grande bairrista Paulo Martins (do Arnaldo), que veio do Brasil para participar na festa.

No almoço de confraternização compareceram outros forjanenses e tive oportunidade de contactar com as primas Emília, Maria e Elena (do Meira), a Beatriz e a Irene Cachada, o Fernando Silva e a Irene Jaques, o Avelino da Couta (com 92 anos), o António Varino, o Fernando da Esperança... Reencontrei uns amigos com os quais convivo muito cá na terra: o António Faria, a esposa Lurdes, a mãe Emília e o neto Ariel. Houve outros forjanenses que não puderam estar presentes, mas que me pediram para trazer abraços seus. E claro, não me posso esquecer dos amigos de Frágoso (família de Serafim Vieira), Palmeira (família de José Ferreira), Gandra (família de Fer-

nando Afonso), Castelo de Neiva, Antas, Belinho...

No final, atuou o Rancho folclórico “Estrelas do Minho”, composto essencialmente por descendentes de emigrantes. Cantam e dançam as cantigas de Viana e de Esposende e pedem meças com qualquer um dos nossos grupos. No fim

da cerimónia, entre discursos comovidos, reforçámos os votos de fraternidade e trocámos prendas institucionais para perpetuar momentos tão agradáveis para a alma portuguesa e o coração forjanense.

Nesses dias inesquecíveis dias, tive ainda oportunidade de conhecer a cidade de Buenos Aires, pela mão da Otilia e da filha Cândida (“un saludo muy especial” também para Luzia e Daniel), uma cidade muito moderna, de arquitetura e cultura muito europeias. O emblemático Café Tortoni, a Catedral Metropolitana onde o Papa Francisco foi bispo, na simbólica Praça de Maio, o típico Bairro de Boca e a icónica rua Caminito, um verdadeiro museu a céu aberto, o Porto Madero, local onde tudo começava para quem vinha da Europa, o estádio La Bombonera do Boca Juniors (a partir de agora “Soy Boca”)... Tanta coisa maravilhosa! Na companhia do Faria, também tive oportunidade dar um salto de barco à Colónia do Sacramento, a primeira cidade uruguaia que foi fundado por portugueses em 1680 e que é Património da Humanidade.

A Argentina é um país construído e desenvolvido essencialmente por emigrantes que, ainda há umas dezenas de anos atrás, eram em maior números do que os habitantes locais. É uma sociedade multicultural, muito ao meu gosto, na qual se cruzam inúmeras nacionalidades, culturas e



experiências. Aqui a emigração forjou um cunho muito especial, muito marcado pela distância e pelas saudades. Os primeiros tempos foram duríssimos, trabalharam incansavelmente e, por isso, o seu êxito ainda é ainda mais assinalável. A comunidade portuguesa é muito respeitada por todos pela sua forma de estar na vida: trabalhadores, sociáveis e de forte carácter. Em todos os locais, sobretudo em Monte Grande, onde vive o maior núcleo, são muito estimados e tidos em grande consideração. Tive oportunidade de ouvir as suas histórias, a sua saga, feita de muito sacrifício, muitas saudades, mas muita vontade em vencer. O seu apego a Portugal, à terra, à família e amigos à Virgem de Fátima e a Santa Marinha, impressionaram-me muito. Grande parte deles escolheu aquela segunda pátria (que eles também ajudaram a construir) para viver os restos dos seus dias (que eu espero que sejam muitos e bons), mas todos têm uma referência em comum – Forjães...sempre no coração! E nós, forjanenses, bem podemos estar orgulhoso dos nossos emigrantes na Argentina. Hasta siempre, queridos hermanos!

Luís Coutinho de Almeida
Presidente da Assembleia de Freguesia



Nós por cá: locais



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Patricia Dias

Em Abril

No dia 1 de Abril, os utentes da Fundação Lar de Santo António receberam mais uma vez a cruz de Cristo Ressuscitado, um momento bastante importante na preser-

vação da Fé. A casa estava cheia para a recepção de tão belo momento.

No dia 6 de Abril os utentes deslocaram-se á Ascrá – Apúlia para um torneio

de Boccia. Momentos de grande diversão e animação. Um dia muito bem passado. Desde já agradecemos à ACARF pelo apoio prestado.



Alminhas da Madorra

De acordo com informação da zeladora das Alminhas da Madorra, Armanda Teixeira, foram arrecadados, durante o ano de 2017, 720 euros, valor entregue à sacristã, para serem celebradas missas pelas almas e por todos os que deixaram as suas esmolos.

A zeladora agradece a todos os contributos.



Junta de Freguesia de Forjães

Visita Pascal

Mantendo a tradição da Páscoa em Forjães, o Compasso entrou pela quinta vez na sede da Junta de Freguesia. A receber os membros do Compasso Pascal, estavam todos os elementos do executivo da Junta de Freguesia, elementos da Assembleia de Freguesia e um número bastante significativo de forjanenses. A Junta de Freguesia alegra-se por manter viva esta tradição que manifesta a vontade de receber a visita de Jesus Ressuscitado no dia de Páscoa. Agradecemos a presença de todos os que se uniram a nós para beijar a cruz de Cristo e celebrar a Páscoa em comunidade.

Via Crucis

No rescaldo de mais uma grande manifestação de fé e de arte, a Junta de Freguesia agradece o trabalho, o empenho e a dedicação demonstrada por todas as instituições que ajudaram a concretizar este belo evento, que foi a Encenação da Vida de Cristo: ACARF, Agrupamento de Escuteiros, Catequese Paroquial, Comissão de Festas S. Marinha 2018, Forjães em Cena e Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, bem como a todos que colaboraram das mais diversas formas para que fosse possível levar a cabo este preciosíssimo momento que encheu a alma e o coração das muitas pessoas que assistiram. A todos, sem excepção, o nosso muito obrigado e Bem Hajam.

Sorteio de Cabazes

Com o objetivo de promover e dinami-

zar o comércio local, a Junta de Freguesia, em colaboração com os comerciantes forjanenses, levou a cabo o Sorteio de três magníficos “Cabazes da Páscoa”. O sorteio foi realizado pela Lotaria da Páscoa.

Feira de S.Roque

Em maio, a nossa feira terá lugar nos dias 12 e 26. Venha até à Feira de S. Roque, disfrute da beleza do magnífico soute, conviva com os seus amigos e ajude o comércio local.

FEIRAS S. Roque			
FORJÃES			
JANEIRO		6	20
FEVEREIRO		3	17
MARÇO	3	17	31
ABRIL		14	28
MAIO		12	26
JUNHO		9	23
2018			

Reunião com a Câmara Municipal

Em 23 de fevereiro, a Junta de Freguesia participou na reunião com Executivo Municipal e com os autarcas das outras Juntas de Freguesia e Uniões de Freguesias, para debater assuntos de interesse mútuo e relevantes para a estratégia de desenvolvimento do concelho.

A Junta de Freguesia tinha solicitado à Câmara Municipal uma sessão de esclare-

cimento sobre a “LIMPEZA DE TERRENOS”, que acabou por decorrer em 11 de março, no auditório do Centro Cultural Rodrigues de Faria.

A Junta de Freguesia tem também mantido permanente contacto com o executivo camarário, no sentido de encontrar a melhor solução para a residência da D. Maria de Lurdes Costa que, lembramos, foi destruída por um incêndio.

Nova toponímia

Na reunião do passado 16 de abril, a Assembleia de Freguesia de Forjães aprovou novas designações toponómicas para algumas artérias que não possuíam nome e que muito preocupavam os seus residentes, por razões administrativas e de distribuição do correio. Assim passam a ter a seguinte designação:

- Travessa do Arroio – Com início na Rua da Azenha da Ribeirinha (entre as moradias dos Srs. José Boucinha e Alberto Casal e terminando num conjunto de moradias situadas a poente;
- Rua de Sanguinhido – Com início na Rua da Corujeira e terminando na moradia da D. Maria dos Santos Sá;
- Rua da Senhora da Graça – Com início na Rua da Santa e terminado no interior do Loteamento da Santa;
- Rua da Azenha do Gaio – Com início na Rua da Fonte Má e terminando na Azenha do Gaio;
- Rua do Cortelho de Cima – Com início no cruzamento da Rua da Madorra com a Rua dos Sapateiros e terminado na moradia do Sr. Serafim Barbosa Almeida;

Concurso de Maios

Cumprindo esta bela tradição, a Junta de Freguesia irá levar a cabo o “Concurso de Maios 2018”, com prémios para os três trabalhos com maior tradição, criatividade e originalidade.

Os Maios devem ser entregues na sede da Junta de Freguesia no dia 1 de maio, até às 12 horas.

Desde já, agradecemos a todos os forjanenses que queiram participar nesta atividade e manter viva esta tradição.

Respeito e gratidão para com os nossos heróis

Decorrido precisamente um século sobre a morte em combate do forjanense Manuel Dias Gomes na I Guerra Mundial, na Flandres, no norte de França, o Coronel Luís Coutinho, Presidente da Assembleia de Freguesia, deslocou-se, em 20 de abril, ao Cemitério Português de Richebourg L'Avoué, onde este nosso herói repousa, depositando uma coroa de flores e colocando placa alusiva à efeméride junto da sua morada eterna. Forjães é grata e honra os seus heróis. “Ninguém fica para trás!”



A Freguesia de Forjães, Esposende em memória do nosso Filho Herói
MANUEL DIAS GOMES
falecido em combate em 20.04.1918

“Ninguém fica para trás!”



Forjães eliminado da Taça da Associação de Futebol de Braga (AFB)

Depois de alcançar o primeiro e grande objetivo da época, a manutenção na Prém Nacional da AFB, o Forjães Sport Club viu o sonho da Taça fugir nos quartos de final da prova no Horácio Queirós.

Os comandados de Miguel Magalhães continuam a somar pontos para o campeonato. Na sempre difícil deslocação ao terreno do Taipas o empate foi o resultado final, trazendo assim para casa mais um ponto para somar aos 44 já amealhados. No embate em casa contra um dos candidatos à subida, o Vieira S. C., o Forjães voltou a empatar, agora a duas bolas. Depois

de estar a perder por dois a zero, os atletas da casa, já nos minutos finais conseguiram chegar ao empate. Mostrando uma grande atitude e que nunca dão o jogo como perdido, lutando e acreditando sempre até ao último apito do árbitro.

No que respeita à taça, os quartos de final disputaram-se no passado dia 25 de abril no Estádio Horácio Queirós, colocando frente a frente a equipa da casa e o F. C. Amares, líder da Divisão de Honra da AFB. Os homens da casa entraram melhor, mas foram os forasteiros que conseguiram chegar à vantagem ao cair do pano na primei-

ra parte, um lance muito contestado que acabou por ter muita influência no resto do desafio. Neste lance o árbitro do encontro assinala uma falta à entrada da área do Forjães, que daria golo na marcação do livre, e expulsa o jogador que fez a falta. Tendo o Forjães recolhido logo de seguida ao balneário a perder por um a zero e com menos um jogador. No segundo tempo o Forjães voltou a entrar mais forte, mas foi o Amares que conseguiu dilatar a vantagem. Nos instantes finais, minuto 87, Carlos reduz a desvantagem e já nos descontos chega a igualdade, levando a partida

para prolongamento. Aí os visitantes, a jogar com mais uma unidade desde a primeira metade, superiorizaram-se fisicamente e conseguiram chegar ao resultado final, dois para o Forjães e cinco para o Amares.

Ficou a sensação aos presentes no Horácio Queirós, que foram bastantes e vigorosos no apoio à equipa, que o desfecho poderia ter sido outro caso a equipa de arbitragem tivesse tomado outra decisão no lance capital do jogo.

Resumo das jornadas

29ª jornada

15/04

Taipas 1-1 Forjães S.C.

Em dia de aniversário para o clube, uma boa exibição da turma de Miguel Magalhães, na visita ao campo do C.C. Taipas, não foi suficiente para conseguir a conquista dos 3 pontos. A equipa da casa, apesar das aspirações à subida de divisão, pode ficar contente pelo empate, perante o que se passou nos 90 minutos de jogo. O resultado final ilustrou-se num empate a uma bola.

No entanto, a equipa das Taipas até iniciou melhor o jogo. Logo ao primeiro minuto de jogo Diogo Leite iria deixar o primeiro aviso com um remate para fora da baliza defendida por João. Nem 5 minutos passados, novamente a equipa visitada criava perigo com um cabeceamento de Abreu a passar ao lado da baliza do Forjães. Esta superioridade inicial foi rapidamente atenuada, com a equipa do Forjães a equilibrar a partida e a mostrar-se muito perigosa no último terço do campo, ainda que sem muita clarividência no último pas-

se. De forma muito organizada e saindo com critério para o ataque, os avançados Forjanenses criavam sérias dificuldades à defensiva Taipense. Por várias vezes os atacantes do Forjães entravam dentro da área do Taipas, mas a desinspiração no último passe, e a falta de pontaria no momento da finalização apresentavam-se um entrava à inauguração no marcador. A jogar em casa, a equipa do Taipas tentava organizar o seu jogo ofensivo, mas os espaços para jogar tornavam-se curtos perante uma estrutura muito bem desenhada pelos visitantes. Assim sendo, o jogo chegava ao intervalo com um empate a 0.

Para a segunda parte, a equipa do Forjães entrou a todo gás, dominando por completo os primeiros 10 minutos de jogo. Postiga muito interventivo no jogo apresentava-se com a pontaria desafinada, assim como o seu colega Luís. Contra a corrente de jogo, ao minuto 12, após um ressalto de bola, Figueiras vai isolar Tiago Carneiro que no frente a frente ao guardião João iria inaugurar o marcador. Alguma sorte no lance colocava o Taipas na frente do marcador: 1-0. Contudo, sem baixar os braços a equipa do Forjães lançou-se à procura de reduzir a desvan-

tagem. Ao minuto 60, o extremo Bruno iria ver o seu remate a ser defendido pelo Ricardo Soares em cima da baliza. Uma oportunidade de ouro desperdiçada. A equipa de Miguel Magalhães não baixava a intensidade de jogo e o Taipas iria agradecer ao seu guarda redes por fazer uma defesa espetacular, a negar o empate, a um remate de Postiga já dentro da área, ao minuto 64. Fazia-se adivinhar o golo do empate e eis que este iria surgir ao minuto 67. Num bom lance de envolvimento ofensivo, conduzido pelo médio Postiga, iria terminar no golo do empate. O próprio médio Postiga, com um remate à entrada da área colocava novamente o jogo em igualdade. Justiça a ser feita na partida. 1-1. A partir daqui a equipa da casa, a precisar da vitória tentava tomar conta do jogo, mas não conseguia chegar com perigo à baliza de João. De forma subtil, posicionando-se bem no campo, o Forjães conseguia anular as ofensivas Taipenses e saía de forma perigosa para ao ataque. Já perto do fim, muita infelicidade para a equipa de Miguel Magalhães. Em mais uma excelente envolvimento ofensivo, Reguila, assistido por João Vitor, com um cabeceamento irrepreensível, acertava com a bola no poste

do Taipas. Mais um lance de extrema felicidade para a equipa da casa e de infelicidade para a equipa forasteira. Até ao final do encontro, nada a acrescentar. Empate amargo para o Forjães: 1-1.

Obrigado pelo vosso apoio!

30ª jornada

21/04

Forjães S.C. 2-2 Vieira S.C.

Últimos 10 minutos de "loucos" na partida garantiram o empate à equipa do Forjães frente ao candidato ao título Vieira. Depois de estar em desvantagem por duas bolas a zero, a equipa de Miguel Magalhães mostrou, mais uma vez, muito carácter, capacidade de sofrimento, entrega e compromisso, garantindo assim nos instantes finais do encontro um empate. Os seus jogadores, exibiram, diante as adversidades, mentalidade guerreira, acreditando, até ao apito final, num resultado favorável. A turma Forjanense, com este resultado, ocupa a 7ª posição do campeonato, mostrando-

continua na pág. seguinte

A reparação e manutenção da tua empresa ao portmórfil

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

rioneiva
Escola de condução
Escola de condução

...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

Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Club



continuação da pág. anterior

se imbatível, no seu reduto, desde 5 de novembro, onde apresentou a única derrota esta época diante o C.C. Taipas.

Naquilo que se evidenciou como um jogo bastante equilibrado, até ao primeiro golo da equipa do Vieira (minuto 56'), foi a equipa do Forjães a dar os únicos sinais de perigo durante o decorrer da primeira parte do jogo. Um remate de Luís, ao minuto 10, dentro da área e uma defesa espetacular do guarda redes forasteiro, ao minuto 20, perante um remate à meia volta de São Bento foram os únicos sinais "mais" na primeira metade.

Na 2ª parte do encontro, aconteceu uma "chuva de golos" embelezando um espetáculo do futebol. Contudo, durante os primeiros 10 minutos da 2ª parte, nada fazia evidenciar tal acontecimento. Pela forma como as equipas reentraram, tudo apontava para um jogo semelhante ao da primeira parte, ou seja, de contínuo equi-

librio entre os adversários. Porém, numa saída de bola, através de um erro individual na defensiva Forjanense, Luca iria ficar sozinho diante o guarda redes João, que só teve de passar ao lado ao colega Ismai que sem oposição colocava a bola dentro da baliza. O primeiro da partida estava feito, sem que a equipa visitante merecesse. 0-1. Numa tentativa de "correr contra o resultado", sem qualquer tipo de receio, Miguel Magalhães colocava "toda a carne no assador". A partir deste momento, o jogo tornou-se envolto num mar de transições, onde a equipa do Vieira poderia ter-se colocado em vantagem mais cedo. Primeiro Ismai aos 64 minutos iria rematar desastrosamente por cima da baliza, já dentro da área e, em segundo por Zé Pedro que não aproveitou da melhor forma um cruzamento venenoso de Varanda. Por outro lado, assistíamos um Forjães, de certo modo, abatido pelo golo sofrido, que conseguia chegar à área do Vieira, mas

sem muita clarividência no momento da finalização. Até que ao minuto 85, através de uma falta duvidosa a favor do Vieira, a equipa visitante iria dilatar a vantagem no marcador. Brunho Cunha de forma milimétrica cruzou para a cabeça de Gustinho que só teve de colocar a bola no fundo das redes. 0-2 era o resultado. Quando já todos adivinhavam uma vitória para o Vieira, os jogadores de Miguel Magalhães, com a ajuda incansável dos seus adeptos, nos últimos 10 minutos iriam conseguir restabelecer o empate à partida. Contudo, um minuto antes do primeiro golo caseiro, Zé Pedro, avançado do Vieira, sozinho em frente ao guardião João iria rematar à trave da baliza defendida pelo mesmo. Às vezes no futebol, "quem não marca, sofre", e foi o que aconteceu. Aproveitando um ressalto de bola à entrada da área do Vieira, ao minuto 87', o extremo Bruno iria reduzir a vantagem no marcador. Um remate potente e indefensável colocava

novamente o Forjães a acreditar num resultado mais favorável. Dando seguimento a este momento, já no minuto 90', através de um canto, Ricardo iria aparecer no sitio certo e cabecear para o golo do empate. Os adeptos entravam em êxtase! Até ao final da partida, nada a acrescentar, ficando um sabor de que, com mais uns minutos, a equipa do Forjães ainda poderia chegar à vitória. Resultado final: 2-2.

Queremos agradecer MAIS UMA VEZ o enorme apoio demonstrado pelos nossos adeptos, mesmo quando a equipa se mantinha em desvantagem. Mais uma vez foram o 12º jogador! Obrigado a todos!

Queremos destacar também a forma como esta equipa do Forjães tem feito do seu campo a sua fortaleza! Orgulhamo-nos de referir que apenas uma equipa venceu no nosso campo Horácio de Queiroz esta época! Com o forte apoio dos adeptos e esta entrega dos jogadores, podemos continuar a manter este registo!

Alteração dos estatutos do Forjães Sport Club

Por proposta da mesa da Assembleia Geral (AG) do clube e em assembleia geral extraordinária, foram alterados os estatutos do clube no passado dia 20 de abril. Ao fim de cinquenta anos o Forjães tem um novo instrumento de trabalho. Com os anteriores estatutos bastante desatualizados

e ultrapassados tornava-se urgente a sua alteração e modernização. O documento foi apresentado, pelo presidente da AG, e discutido pelos sócios em assembleia, à qual se apresentaram um número significativo de sócios. Com o documento aprovado está aberto o caminho para o futuro do clube.

Cabaz da Páscoa

Feliz contemplada com o número do Cabaz de Páscoa. Parabéns!

Um agradecimento a todas as pessoas que colaboraram nesta iniciativa e em especial a todos os comércios envolvidos na venda de bilhetes!

Muito obrigado a todos!!!

Sorteio de Páscoa

A Direção do Forjães Sport Club informa que o Sorteio da Páscoa será realizada no intervalo do jogo da 32ª jornada, dia 6 de maio e não no dia 22 de abril como estava previsto.

Obrigado pela compreensão.



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

VISITA PASCAL | 2018

A Visita Pascal é a expressão da religiosidade popular, por ocasião do anúncio de Cristo Ressuscitado. É uma manifestação tradicional, que continua o anúncio litúrgico da Ressurreição do Senhor! A todos, agradecemos o testemunho transmitido de casa em casa e levado para lá dos horizontes da nossa terra: os cânticos de Aleluia espalharam a Feliz Notícia de que Ele é o Vivente! A vós, que abristes os corações e as casas ao Ressuscitado, dentro da

maior dignidade, respeito e clima de são convívio tão ao gosto do nosso povo, Muito Obrigado. Ao grupo dos(as) anunciadores(as) pascais – o 8º ano (Festa da Vida) e Catequistas - pelo testemunho alegre e tão festivo, Muito Obrigado! Nos visitantes pascais e nas famílias visitadas, a Alegria de comunicar Jesus Cristo Ressuscitado, na força da comunhão, a todos contagiou. Obrigado pelo vosso caloroso acolhimento. Uma palavra de reconhecida

gratidão ao Juiz da Cruz, Manuel Bernardo, família e colaboradores, que festivamente transmitiram o genuíno e jubiloso anúncio da Ressurreição. Agradecemos a pronta disponibilidade dos Ministros Extraordinários da Sagrada Comunhão. Que a Alegria destes dias continue a ser o corolário de um longo e prolongado ALELUIA!... Um Bem Hajam! Muito Obrigado!

Bênção de novas casas

“Se o Senhor não edifica a sua casa, trabalham em vão os que a constroem” (Salmo 66). A nossa casa. Pequena ou grande, cheia de sol ou mergulhada na sombra, devemos amá-la pelo que representa para nós. É ela que nos “isola”, que cria intimidade, que conserva recordações. Quando transpomos o limiar da porta, encontramos-nos em “nossa casa”, no nosso domínio, no meio de um quadro familiar onde tudo nos fala. Sem ela não seria assim a nossa vida. Ela protege a nossa felicidade: este é o nosso desejo de “coração” para as novas casas!

• Paulo Jorge Couto da Silva Moura e Catarina Lima

Vila Chã, Rua de Ramalde, nº 408, freguesia de Forjães e concelho de Esposende.

• Mário Azevedo Alves e Maria Irene Sampaio Ribeiro Torres, Rua do Boucinho, nº 175, freguesia de Forjães e concelho de Esposende.

• Fernando Jorge Ribeiro Cavalheiro e Fernanda Marisa Monteiro Freita, Rua de S. Roque, nº 371, freguesia de Forjães e concelho de Esposende.

• Centro de Fisioterapia Margarida Maranhão, Avenida do Cerqueiral, nº 385, freguesia de Forjães e concelho de Esposende.

• Augusta Faria Cruz Abreu, Rua Fonte Velha, nº 139, freguesia de Forjães e concelho de Esposende.

Bodas de Ouro Matrimoniais

10/04/1968 – 14/04 2018: O homem e a mulher, criados como “unidade dos dois” na comum humanidade, são chamados a viver uma comunhão de amor e, desse modo, a refletir no mundo a comunhão de amor que é própria de Deus, pela qual as três Pessoas (da Santíssima Trindade) se amam no íntimo mistério da única vida divina. A imagem e semelhança de Deus no homem, criado como homem e mulher, exprime portanto também a “unidade dos dois na comunhão com a humanidade. O homem e a mulher são chamados, desde o início, não só a existir “um ao lado do outro” ou “juntos”, mas também a existir reciprocamente “um para o outro”: estes

pensamentos do Papa João Paulo II, aplicam-se ao casal, Álvaro Torres Jaques e Maria de Fátima dos Santos Quintão, na passagem de um feliz aniversário da vida matrimonial, a saber, 50 anos de vida em comum! Que data inesquecível! Que maravilhoso é construir mutuamente, nas alegrias e tristezas, na saúde e na doença... certeza de que, amados por Deus, sentem-se como barro nas mãos do Divino Oleiro! Com os filhos e netos, familiares e amigos que os rodeavam, festivamente celebraram a Eucaristia de Ação de Graças, agradecidos pela Vida e o Amor vindos de Deus. Parabéns!

Notícias breves

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

MAIO:

01 – S. José Operário – Mês de Maio: Oração Meditada do Terço do Rosário, animada pelos grupos de Catequese, Pais e Catequistas e Movimentos Apostólicos. O livro das reflexões marianas que diariamente vamos seguir é o “trinta e um dias com Maria”.

05 – Peregrinação das crianças (1º ao 6º ano) ao Sameiro (Braga), com início às 11h00 (Boas Vindas) e encerramento, pelas 17h00.

06 – Dia da Mãe: Missa às 08h00 e 11h15.

09 – Reunião do Conselho Económico Paroquial (CEP).

19 – Festa do Espírito Santo/Pentecostes (9º ano).

20 – Peregrinação Arciprestal à

Senhora da Guia (Belinho): saída da Peregrinação, às 10h00 e, chegados ao Santuário, celebração da Missa e Adoração ao Santíssimo.

25 - Reunião de Catequistas, às 20h30, no Salão Paroquial.

27 – Missa com a Catequese (animada pelo 4º ano), às 11h15.

26 – Confirmação/Crisma (11º ano), com a presença dos adolescentes da Catequese (7º ano 10º ano), na Cripta do Sameiro (Braga), às 16h00 e PROCISSÃO DE VELAS (sai do lugar do Matinho), pelas 21h30 até à igreja Matriz.

Dia 31 – SANTÍSSIMO CORPO E SANGUE DE CRISTO: Missa às 08h00 e 11h15. Às 17h00, Adoração ao Santíssimo, Pregação e Procissão eucarística.

Donativos para a igreja Matriz (Vitrais e portas novas)

• 200,00 euros de Anónimo | 100,00 euros de Anónimo (Emigrante)

Total: 3.575,00 euros. Muito Obrigado!

Movimentos religiosos

Óbitos:

22/03 – Marcelina dos Santos Quintão, com 95 anos de idade e residente na Rua Padre Gomes Santos, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

02/04 – Maria Carolina Faria da Costa Ribeiro, com 72 anos de idade, residente na Rua da Fonte Velha, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

03/04 – João Baptista Gomes, com 91 anos de idade, residente na Rua da Coturela, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

04/04 – Rosa Pereira Ribeiro, com 78 anos de idade, residente na Rua Alto da Morena, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.



EUROMASTER IDEAL PNEUS

253 809 880

INCLÁDO
SERVIÇO
ALINHAMENTO
SERVIÇO RÁPIDO
LAVAGEM

PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIOS E PESADOS - 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
floremmovimento@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



Castilho

És grande, és imortal! Nunca se apaga
A chama que deslumbra as multidões!
O brilho do talento é luz celeste,
Tem jus a entusiasmo e adorações!

Não se extinguem os raios dessa estrela
Que na fonte inspirada te reluz,
Que entre coroas de loiros eternos
Da glória ao Capitólio te conduz!

És cego! Mas que importa? Os olhos da alma
Abrangem do universo a vastidão!
Falar da natureza ao som da lira
Quem faz melhor que tu ao coração?

O que pintas não vês! Tirou-te a vista
Quem o génio imortal te concedeu...
Se grande foi o bem que te tirou,
Maior mil vezes foi o que te deu!

Que a fama do teu nome eterna fica,
Estímulo a vindouras gerações.
Desprende, pois, o teu voo audacioso
Eleva-te às etéreas regiões.

Almanaque, edição 1870

Por Torres Jaques



Arlindo Tomás

Parece que ainda ontem começou, mas a verdade é que o ano letivo já está no último período, e se as notas dos nossos alunos não andam boas, está na hora de arregaçar as mangas e, num último

fôlego, tentar recuperar as médias. Esta é a altura de trabalhar um pouco mais, uns exercícios extra e mais aplicação, sobretudo nas matérias com mais dificuldades, e evitar os nervos, estes são também grandes inimigos das boas notas. Uma das táticas para a motivação não deve ser a promessa de presentes como recompensa, mas sim fazê-los entender que é uma obrigação e não uma moeda de troca.

Com o aproximar do final da época desportiva o FSC também já tem os objetivos mais do que atingidos consolidando a sua posição nos lugares cimeiros da tabela, o que supera em larga medida o objetivo principal, que era o meio da tabela. Ainda no plano desportivo o nosso Ricardo Dias, na senda do que já nos habituou, conquistou este mês mais um trofeu.

A entrada em vigor dentro de dias do regulamento geral de proteção de dados europeu, e as recentes notícias sobre o vazamento de milhões de perfis da rede social facebook, surgiu de novo a polémica sobre a tão propalada privacidade ou falta dela sempre que navegamos nesta rede. Os dados pessoais são já considerados "o novo petróleo", pois a sua venda e manipulação pelas empresas de consultoria podem levar a influenciar resultado de eleições, como se suspeita ter acontecido nos EUA ou no Brexit em Inglaterra. As redes sociais tornam-se assim amplificadores da nossa própria personalidade que depois do tratamento desses dados passam a ser utilizados para influenciar a nossa maneira de decidir e, por outro lado, a nível comercial, apresentar uma série de produtos e sugestões que vão ao encontro das nossas necessidades. Este regulamento, que entra em vigor a 25 de maio é pois uma ferramenta que possa restringir o uso abusivo dos nossos dados pessoais.

Obrigado Sr. Jaime Fonseca

Sinceros sentimentos a toda família Fonseca, pela partida do Sr. Jaime.

O Sr. Jaime e o seu irmão José Maria sempre deram grande colaboração ao Forjães Sport Club, nos vários anos em que dirigi esta coletividade, sobretudo nos últimos sete (2010-2017). Entre outras ajudas, gostaria de destacar a cedência do magnífico salão de eventos da Quinta de Curvos, em Forjães, nas comemorações do aniversário do clube, ao longo de vários anos. Foram seis aniversários comemorados neste espaço, onde chegámos a juntar mais de trezentos amigos do Forjães Sport Club. Através destes eventos, muitos forjanenses tiveram a oportunidade de conhecer este magnífico espaço que é a Quinta de Curvos. Tudo isto só foi possível, graças à boa vontade dos seus proprietários e ao seu magnífico espírito de colaboração.

Assim, a nossa gratidão imensurável será eterna para com o Sr. Jaime, o Sr. José Maria e toda a família.

Desta forma, despedimo-nos do Sr. Jaime com enorme pesar e muita gratidão, reconhecendo que perdemos um amigo com grande coração.

Obrigado por tudo Sr. Jaime.

Até sempre!

Fernando Neiva

Adeus Lina. Muito obrigado e até sempre!

A Lina Ribeiro (do grilo para os amigos) partiu definitivamente para o além, deixando-nos fisicamente. Contudo, ficarão para sempre, entre todos nós, as suas memórias, as suas imagens, a sua boa disposição, a sua forma de ser brincalhona, as suas piadas naturalmente afiadas e refinadas, a sua arte de bem cozinhar, o seu espírito de união faz a força e muitas outras qualidades que recordaremos para sempre. Enfim, deixou-nos uma senhora simples, humilde, normalmente portadora de uma boa disposição contagiante e detentora de um enorme e incansável espírito de colaboração.

Pessoalmente, quero publicamente aqui deixar um agradecimento muito especial a uma das maiores colaboradoras anónimas do Forjães Sport Club, a LINA. Muitos não sabem, mas desde há mui-

tos anos que a LINA nos ajudava nos eventos do clube, sobretudo com os seus muito apreciados cozinhados. Foram muitas, mas mesmo muitas, as vezes que lhe pedi colaboração, e ela por vezes já cansada dos seus afazeres pessoais e familiares, com aquele sorriso característico, nunca, mas mesmo nunca, nos negou a sua ajuda. E, nunca aceitou mais do que um obrigado em troca. OBRIGADO LINA! Tu foste, és e serás sempre grande nos nossos corações.

Força para toda a família, é certo que perderam uma peça central da vossa charneira, mas a LINA estará sempre convosco!

Obrigado LINA. Até sempre!

Fernando Neiva

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, Joana Coutinho, 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

Notícias da ACARF

As nossas férias da Páscoa

Olá amiguinhos! Já há muito tempo que não nos falámos. Como sabem, nós só damos notícias quando estamos de férias, porque durante o ano temos que estudar. Por isso, como tivemos recentemente as nossas férias da Páscoa, viemos novamente meter-vos inveja com as nossas aventuras.

Como sabem, infelizmente este ano choveu muito e por isso muitas das nossas atividades não puderam ser ao ar livre. Mas sabem uma coisa? O tempo nunca nos impediu de nos divertirmos. Mesmo não

estando sol, fomos duas vezes à piscina. E olhem que lá estava muito quentinho. Lá jogámos polo aquático, andámos em cima de colchões e ainda demos uns valentes mergulhos. Como gostamos muito de desporto, também praticámos bastante exercício físico. Querem saber o quê? Pronto, nós vamos dizer. Como já devem saber, jogámos muito futebol. O que éramos de nós sem ele não é verdade?! Também jogámos badminton e andebol. E, como gostamos de andar aos saltinhos como o coelhinho, brincámos muito no trampolim.

Tal como adoramos muito desporto, também gostamos muito de comer. Por isso, decidimos que este ano iríamos fazer cocos. E assim foi. Nós fizemos mesmo muitos e como estavam tão bons, comemos todos. Desculpem não termos guardado nenhum para vos dar, mas não deu mesmo para resistir.

Como já é habitual, todos os anos fazemos uma caça aos ovos de chocolate e recebemos um saco de amêndoas. Porque Páscoa sem chocolate e amêndoas não é Páscoa, não concordam? Assim, para colo-

caros tudo o que recebemos, decidimos fazer um saquinho com o formato de um ovo. Ficou tão bonito! Um dia mais tarde nós mostramos-vos, mas não esperem pelas amêndoas nem os chocolates porque, gulosos como somos, já temos tudo comido.

Bem amigos, vamos ter que partir. Encontramo-nos nas próximas férias e olhem que as próximas vão ser enormes. Até ao verão!

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

Torneio de Boccia

Os utentes da ACARF participaram no passado dia 6 de abril, no torneio de Boccia, que decorreu no Pavilhão Gimnodesportivo da EB2,3 de Apúlia, onde em equipas de três jogaram umas instituições contra as outras, proporcionando o

convívio e a interação entre freguesias. Este ano, a taça ficou em "casa" pois foi a ASCRA de Apúlia que venceu o torneio, mas os nossos utentes vieram muito contentes por terem participado num dia tão diferente e divertido.



Via Sacra

No dia 28 de março, decorreu, no Salão Paroquial de Curvos, uma encenação da (Vida de Cristo) representada pelos idosos daquela instituição, como já vem sendo habitual.

Este ano, apresentaram-nos com a colaboração de algumas crianças durante a peça, o que a tornou diferente e mais apelativa.



Olimpíadas 2000

Este foi um mês dedicado às provas de aptidão física para os idosos do concelho de Esposende. A Esposende 2000 organizou no dia 18 de abril alguns jogos adaptados à população sénior de modo a avaliar a evolução e aptidão dos mesmos.

As provas organizadas foram o lançamento de pesos, o jogo da malha e marcha atlética, em que algumas das nossas utentes também participaram, incluindo a D. Edeviges que teve um grande impacto e mediatismo pela sua idade de 96 anos.



Até sempre

Os idosos do Centro de Dia/Convívio da ACARF, não podiam deixar de homenagear o Sr. João Batista e a D. Rosa Ribeiro. Aproveitamos para apresentar sentidas condolências às famílias enlutadas.



No nosso centro passou
O Sr. João Batista,
Passava as tardes a jogar dominó
Era um grande artista

Entre anedotas e gargalhadas,
Andava sempre bem disposto
Gostava de dar as suas caminhadas,
Fazia-o com gosto.

Sr. João como era tratado
Vai deixar muita saudade
Dele nos vamos sempre recordar
Pela sua alegria e bondade.



Na nossa vida entrou
Uma mulher cheia de amor
Para alegrar os nossos dias
E os encher de cor

O vento soprou de mansinho
Numa manhã de primavera
Para anunciar a partida
Da nossa querida colega

D. Rosa nunca a esqueceremos
Desde a hora da partida
Um soluço amargurado
Uma lágrima sentida



Rosa Pereira Ribeiro

"A vida não foi feita para ser compreendida na sua plenitude. Diante da morte temos tristeza, mas não é isto o final. Apenas o começo de algo que ainda não entendemos. As despedidas deixam sempre marcas e algumas cicatrizes eternas." Aos familiares de Rosa Pereira Ribeiro, na pessoa de Helena Isabel Ribeiro Couto, secretária da ACARF, vem a restante direção solidarizar-se neste momento de profunda dor e tristeza pela perda da sua ente querida, endereçando-lhe os mais sinceros sentimentos.

A Direção da ACARF

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

abril 2018

"Sabores do Mar" em alta na EBForjães



No dia 11 de abril os finalistas do Concurso *Fish chefe* rumaram ao Auditório de Esposende para participarem na cerimónia de encerramento e entrega de prémios da atividade dinamizada pela Câmara de Esposende "Março com Sabores a Mar".

As alunas Antónia Brito, Beatriz Quesado e Maria Inês Sá, finalistas da fase escolar do concurso, mostravam-se ansiosas e expectantes quanto a uma possível vitória após a realização da final em Esposende.

Iniciou-se a cerimónia com a entrega de certificados de participação a todos os alunos participantes e prémios ao finalista de todas as escolas.

A cerimónia continuou com a anúncio da entrega do prémio ao vencedor deste concurso, e foi com grande entusiasmo e orgulho que se ouviu o nome da Escola EBF como a grande vencedora do Concurso *Fish Chefe* 2018.

Ainda não refeitos da surpresa, qual não foi o seu espanto quando foi novamente chamada a escola EBF para receber o prémio de primeiro classificado do Concurso "Cantinas com Sabor a Mar".

É um orgulho para a nossa escola a participação de tão elevado número de alunos nesta atividade.

Parabéns à equipa vencedora!!!! Felicitamos e agradecemos, de forma muito especial às pessoas que diariamente preparam as nossas refeições e que, para nosso orgulho, foram agora distinguidas.

Campeã de Boccia

No dia 13 de abril, a aluna Adriana Martins, do 8ºA, da Escola Básica de Forjães, participou no Campeonato de Boccia, fase distrital, de onde saiu consagrada campeã distrital, com um honroso primeiro lugar.

No dia 27 de abril, a aluna representará a CLDE de Braga no Campeonato Regional, a desenrolar em Felgueiras. Parabéns à vencedora!!!



Porto/Lisboa/Porto

- MOMENTOS ÚNICOS E ESPECIAIS

O Grupo de Educação Especial da Escola Básica de Forjães realizou uma viagem de AVIÃO Porto/Lisboa/Porto, no dia 10 de abril, com os seus 13 alunos com Currículo Específico Individual. Destes, apenas quatro já sabiam qual o "sabor" de um voo; para os restantes foi sim, um batismo de voo.

Ao sair do aeroporto de Lisboa, um segundo batismo: andar de METRO até à gare do Oriente. Dirigiram-se até ao Oceanário onde puderam contactar com muitos animais marinhos, almoçaram no McDonald's do Parque das Nações e...

Um terceiro batismo: andar a bordo de um veículo anfíbio, o HIPPOTRIP, durante 90 minutos - 60 por terra, 30 na água- uma experiência memorável de onde os alunos saíram gritando Hippo, Hippo, Urra!!!!

Fora dos muros da escola, os alunos tiveram a oportunidade de mostrar o quanto eles são capazes... (continua na página seguinte)



Semana das Línguas

A Semana das Línguas, que decorreu de 16 a 20 de abril, teve o seu ponto alto na terça-feira, dia 17, quando os alunos do 2º e 3º ciclos da Escola Básica de Forjães participaram no concurso "Na ponta da língua". Cada equipa, representando cada ano de escolaridade era, sempre que possível, composta por um aluno de cada turma. As equipas tinham de responder a perguntas feitas pelas professoras Goreti Figueiredo, Lurdes Loureiro e Paula Ferreira, sobre Português e Inglês e, no caso dos alunos do 3º ciclo, também sobre Francês. A atividade repete-se há pelo menos 5 anos.

Por fim, a equipa vencedora foi a do 9ºano, composta pelas alunas: Vera Rolo, Julieta Morgado e Beatriz Moura. Os alunos brevemente receberão os seus prémios.



Porto/Lisboa/Porto (cont.)



Puseram à prova as suas competências ao nível do saber ser, do saber estar e até do saber fazer.

Que orgulho!!! Foram-lhes proporcionadas novas experiências a fim de os ajudar na conquista de sua plena cidadania, em ambientes longe de seu convívio e estar com pessoas diferentes. Permitiu-lhes



perceber que existe um mundo de fora para além daquele que eles conhecem. Há quem defenda que promover saídas para outros lugares possa ser determinante no desenvolvimento de crianças/jovens com perturbações ao nível

do comportamento e inter-relacionamentos.

As docentes, as assistentes operacionais e a direção da escola sabiam que estes alunos poderiam apresentar reações inesperadas face a situações imprevistas; contudo, arriscaram. Até ao dia da visita, os alunos puderam contar com a ajuda de toda a equipa pluridisciplinar que os acompanha, que de-

envolveram diversas atividades para prepará-los nesse sentido, nomeadamente andar de avião, de metro e de barco.

“Às vezes deixamos de fazer viagens por causa das limitações dos nossos filhos” – é aqui que a escola deve atuar: proporcionar



situações para ajudar os pais a incluir os filhos na sociedade de forma igualitária.

Não foi nada fácil para os pais destes alunos. Contudo, mesmo sabendo que o dia iria ser repleto de novas experiências, de grande intensidade emocional, alinharam de imediato nesta AVENTURA!

Os alunos CEI da Escola Básica de Forjães esvaziaram o que tinham na sua pequena bagagem, de



mão, para enchê-la de memórias inesquecíveis!!

O Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio agradece a todos aqueles que de forma direta ou indireta se envolveram a apoiarem esta viagem, que tão felizes fizeram estes alunos. Foi um dia memorável!

Por mares e ruínas



No dia 12 de abril, os alunos do 7ºano da Escola Básica de Forjães visitaram, da parte da manhã, o oceanário SEA LIFE do Porto, e seguiram, por volta das 13 horas, até Conímbriga, onde percorreram, apesar da chuva intensa, algumas das suas famosas ruínas.

O autocarro chegou à cidade invicta à hora prevista para o lanche da manhã e ainda a tempo de os alunos serem os primeiros, naquele dia, a transpor

as portas do oceanário.

Dos vários momentos proporcionados pelos guias do espaço, a apresentação da tartaruga macho Mariza, apadrinhada pela nossa grande fadista, foi, sem dúvida, o momento mais marcante da visita. Com cerca de 1,40 metros e aproximadamente 160 quilos, Mariza impressionou todos mostrando a sua dominância furtando comida no aquário que partilha com tubarões, raias e pequenos peixes.

A demonstração com tubarões de pontas negras foi outro dos momentos que mais surpreendeu o jovem público, não só pela oportunidade de presenciar a forma ordenada como estes animais se alimentam - através de um cabo telescópio -, mas também pelas informações curiosas reveladas pelo guia, por exemplo, o facto de estes animais terem de permanecer em movimento constante e rápido para poderem sobreviver.

A descoberta de espécies raras como as tartarugas cobra, cujos pescoços compridos lhes deram o no-

GNR na EB Forjães



No passado dia 11 de abril, quarta-feira, realizou-se na Escola Básica de Forjães uma atividade dinamizada pela GNR, que consistiu na demonstração das suas várias valências e dos equipamentos que utilizam.

Os alunos puderam, num ambiente descontraído, assistir a uma pequena intervenção simulada de abordagem a indivíduos supostamente em fuga, após assalto a uma dependência bancária e uma



demonstração com cães na deteção de armas e drogas.

Esta atividade realizou-se no nosso Agrupamento em resultado de uma escolha feita pela GNR que, no final, elogiou a postura e o interesse dos alunos, assim como a colaboração da escola na organização do evento.

Os alunos gostaram da apresentação e, com esta atividade, ficaram a entender melhor o trabalho da GNR e a sua importância para a população em geral.

Beatriz Ribeiro 9º FA

me, foi outro grande momento que despertou a curiosidade dos alunos e assustou até alguns.

Em Conímbriga, a chuva intensa impossibilitou infelizmente o percurso previsto. Após um almoço convívio no peristilo junto ao Museu Monográfico, a visita guiada contou com a descoberta das suas galerias e com um percurso até ao espaço abrigado da Casa dos Repuxos.

Centenas de objetos recolhidos das ruínas da antiga cidade foram apresentados. Foi ainda uma grande oportunidade para recordar e partilhar mitos e histórias do período romano. Mas foi sobretudo a beleza da arquitetura das ruínas que encantou, tendo os alunos manifestado o seu desejo de lá regressar para poderem percorrer todo o recinto da antiga cidade de Conímbriga.

Turma 7ºFC



CLUBE DE ORIENTAÇÃO

3ª e 4ª Etapas Cabroelo, Penafiel



A 24 de março, o Clube de Orientação da EBF deslocou-se a Penafiel, com 28 atletas, para disputar as 3ª e 4ª etapas do RRN. Esta-va previsto um sábado chuvoso e com tempe-raturas baixas. E assim foi! Muito frio, chuva, granizo, trovoadas... Nada que não estejamos habituados, mas desta vez, estas condições atmosféricas austeras acabaram mesmo por interferir na performance da maioria dos pres-entes. O local da prova já era conhecido para a maioria dos nossos alunos, à exceção dos pertencentes ao escalão Infantil A, que bri-lhantemente subiram, três deles, ao pódio. No somatório das classificações, nestas duas etapas, também se salientam as classifica-ções:



- Infantil A Fem.:** Matilde Gião - 1º; Edite Dias - 2º
- Infantil A Masc.:** Daniel Martins - 3º; José Azevedo - 6º
- Infantil B Fem.:** Antónia Brito - 3º; Inês Laranjeira - 4º
- Infantil B Masc.:** Simão Carvalho - 5º; Fábio Moraes - 6º; Duarte Pedro - 10º
- Iniciado Fem.:** Mónica Laranjeira - 10º
- Juvenil Fem.:** Mafalda Lima - 9º

JOGOS DESPORTIVOS ESCOLARES Esposende

19 a 23 março

Os Jogos Desportivos Escolares do concelho de Esposende, organizados pela Câmara Municipal, decorreram na última semana de aulas do 2º período letivo e envolveram alunos dos escalões etários desde o Infantil A ao Juvenil, de ambos os géneros. Em cada dia desta

semana realizaram-se torneios interes-colas de diferentes modalidades despor-tivas: andebol, futsal, voleibol, basquete-bol e badminton.

A EBF participou em todas as modali-dades com muito empenho e ética des-portiva.



MANHÃ DESPORTIVA na EBF 1º ciclo

A manhã do último dia de aulas do 2º período foi dedicada à ativida-de físico-motora para todos os alu-nos do 1º ciclo do Centro Escolar de Forjães. Estes alunos foram recebi-dos no pavilhão desportivo da EBF

que foi palco de muito entusiasmo, cor e movimento. Divididos em gru-po/turma tiveram a oportunidade de vivenciar várias perícias e usufruírem do contacto com vários materiais.



5ª e 6ª Etapas Vila Real



A EBF fez-se representar com 29 atle-tas nestas duas etapas da modalidade, que se desenrolaram nos arredores da cidade de Vila Real, no dia 14 de abril. Finalmente o bom tempo acompanhou-nos ao longo deste sábado e o local onde decorreu a atividade era muito agradável, o que ajudo-u a que todos se divertissem e se esme-rassem nas suas prestações. O mapa re-presentava um misto de terreno de par-que com terreno de floresta, com pouca vegetação essencialmente rasteira, de fácil progressão e com boa rede de caminhos. Estamos em contagem decrescente para o término do campeonato, já só faltam du-as etapas, que vão decorrer no dia 28 de

abril na Mata do Camarido, em Caminha. Salientam-se as classificações (no somató-rio destas duas etapas):

- Infantil A Masc.:** Daniel Martins - 3º
- Infantil B Fem.:** Inês Laranjeira - 1º; Antónia Brito - 3º
- Infantil B Masc.:** Fábio Moraes - 3º; Simão Carvalho - 9º
- Juvenil Fem.:** Mafalda Lima - 10º
- Juvenil Masc.:** Rúben Laranjeira - 9º

Houve ainda lugar à atribuição de pré-mios para as melhores escolas, pelo clube or-ganizador - Orimarão, e a nossa escola subiu ao pódio, com 27 escolas presentes. Mais uma vez estes alunos foram brilhantes!

Escola Básica de Forjães em 3º lugar.





POR UM
AMBIENTE MELHOR

World Days
of Action



ESPOSENDE
câmara municipal

DIA MUNDIAL DA TERRA . DIA INTERNACIONAL DAS ECO-ESCOLAS . ROTA PELA FLORESTA

EBF 10 anos ...uma Eco-Escola

A iniciativa “Rota pela Floresta”, integrada no “World Day of Action” no âmbito do Programa Eco-Escolas e coordenada pelo município de Esposende, decorreu na manhã do dia 24 de abril.

Pretendeu-se constituir uma ação catalisadora de sinergias entre as escolas e as suas respetivas autarquias (município e freguesias) com o principal objetivo de agir pela proteção dos ecossistemas existentes no município, com particular enfoque na floresta. Estruturou-se em torno de uma atividade que visava ainda promover a mobilidade sustentável e a prática do exercício de cidadania alertando para os direitos, deveres e responsabilidades de cada um dos intervenientes. Pretendeu-se também incentivar uma mobilidade mais segura e sustentável.

A “Rota pela Floresta” deve promover uma pegada carbónica o mais reduzida possível, privilegiando-se os percursos pedestres, em bicicleta ou utilizando outros meios equivalentes.

Foi entregue um “testemunho” ao presidente da Esposende Ambiente, com sugestões e opiniões, que simbolizou um compromisso relativamente à proteção e gestão sustentável dos ecossistemas em geral e da floresta em particular, pelas Eco-Escolas do concelho.

Em representação da Escola Básica de Forjães participaram os alunos do 8º ano, que se envolveram com muito interesse nas atividades desenvolvidas, juntamente com alunos da Escola Profissional de Esposende e da Escola Básica António Rodrigues Sampaio. O programa con-

toou com a seguinte ordem de atividades:

09h00 - Saída da EBF de autocarro até à escola sede .

09h40 - Preparação do “testemunho”.

09h50 - Percorso pedestre pela floresta até ao Castro de S. Lourenço.

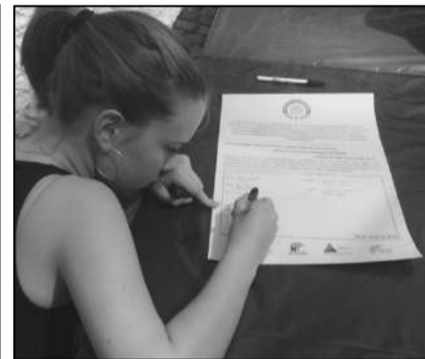
10h45 - Lanche saudável.

11h00 - Intervenção nos espaços florestais: limpeza, erradicação de invasoras e sementeira de pinheiro bravo.

12h00 - Cerimónia de entrega do “testemunho” pelos alunos aos responsáveis autárquicos.

12h30 - Assinatura do “testemunho” por todos os representantes envolvidos e encerramento.

Prof. Anabela Freitas



Parque Nacional do Litoral Norte



Neste mês de abril todos os alunos do 6º ano, da EB de Forjães, realizaram uma visita de estudo ao Parque Natural do Litoral Norte. Deslocaram-se até lá onde foram recebidos pela Engenheira Anabela e o Dr. Artur Viana, que lhes deu várias explicações sobre biodiversidade e ecossistemas. Explicaram, por exemplo, que a fauna se refere aos animais, a flora às plantas e que as marés, alta e baixa, acontecem duas vezes por dia. Posteriormente, os alunos foram até junto do rio, onde lhes foi explicado que a água naquele local era salobra, que significa que é uma mistura de água salgada e água doce. De seguida, tiveram a oportunidade de provar uma salgadeira, que tal como o nome indica, é uma planta salgada. Viram também um jacinto de água, uma planta invasora originária da Amazônia. Mais tarde, caminharam pelos passadiços e ficaram a saber que são construídos para não se estragar a biodiversidade. Foram para um observatório, onde lhes foi explicado que existem pássaros migratórios, ou seja, que voam todos os anos para outros sítios onde as temperaturas são mais elevadas, e pássaros invernais, que ficam junto daquele rio durante o inverno. Por fim, os alunos regressaram ao autocarro, contentes, pois tinham aprendido muito sobre ciências e biologia com aquela visita de estudo.

Inês Guedes, 6ºB

Teatro de Marionetas

No dia 22 de abril os alunos do 2º ano do Centro Escolar de Forjães deslocaram-se ao Centro de Educação Ambiental, em Marinhãs, para assistirem à representação de uma peça de teatro de marionetas.

A história pretendia sensibilizar os alunos para a problemática da poluição dos oceanos, causadora da destruição das respetivas fauna e flora. Pelo meio, ainda se davam a conhecer algumas tradições do nosso concelho: os sargaceiros de Apúlia e as festas de S. Bartolomeu de Mar com a sua lenda do banho santo.

Foi uma atividade interessante e bastante enriquecedora, que prendeu a atenção dos alunos do primeiro ao último minuto.



Histórias no CEA

“A Clarinha e o barco Buzinas”

Pré-Escolar

No âmbito do programa Eco-Escolas, em parceria com o Centro de Educação Ambiental, todos os alunos do Pré-escolar do Centro Escolar de Forjães, assistiram a uma história que retratava a viagem de uma gotinha de água, que teve por objetivos a sensibilização da importância da preservação dos recursos hídricos e a promoção da aquisição de conhecimentos sobre diversos aspetos do ciclo hidrológico.



Visita à RESULIMA



No dia 13 de abril, a turma do 8ºA da Escola Básica de Forjães dirigiu-se a Vila Fria para uma visita à Resulima, no âmbito do projeto Eco-Escolas e da disciplina de Ciências Naturais. Esta visita teve como objetivo articular os conteúdos que integram o programa de Ciências Naturais com a urgente necessidade de alterar os hábitos da população, nomeadamente incentivando a reutilização de materiais e a separação de resíduos para reciclagem.

Achamos que foi uma visita bastante interessante e todos ficamos sensibilizados para esta causa.

AINDA A SEMANA DA LEITURA

Na semana de 5 a 9 de março decorreu a Semana da Leitura no Centro Escolar de Forjães.

Foi uma semana muito animada e dinâmica, a nível de leituras. Recebemos na nossa sala pais, mães, tias, irmãos e primos. O entusiasmo, por parte das crianças, foi uma constante ao longo destes dias, tendo-se mostrado sempre atentos e motivados, com todas as presenças que por cá passaram.

Esta atividade revela-se de grande importância, dado que incentiva o gosto pela leitura e a criatividade, bem como o “saber estar” quando se ouve uma história.

Como resultado desta semana, tão intensa a nível de leituras diversificadas e troca de afetos, realizou-se uma parceria com a turma FH do professor Marcelo Azevedo, no sentido de todas as semanas, os seus alunos virem ler uma história à nossa sala.

Educadora: Rita Caetano



Semana das Línguas



Entre os dias dezasseis e vinte de abril, o Departamento de Línguas da Escola Básica de Forjães assinou a “Semana das Línguas”.

Como já vem sendo hábito, o referido Departamento dinamizou o recinto escolar com atividades diversas:

- exposição dos trabalhos elaborados pelos alunos do nas aulas de Português, Francês e Inglês sobre conteúdos abordados nas referidas aulas;
- pequeno-almoço multilíngue oferecido pelo Departamento aos docentes e assistentes operacionais e administrativos;
- lanches partilhados entre os alunos com iguarias

típicas dos países de língua portuguesa, francesa e inglesa;

- ementas típicas de Portugal, França e Inglaterra confeccionadas pela equipa de cozinheiras da cantina da escola;

- visionamento de filmes;
- concurso “Na ponta da Língua” para todos os alunos do 2º e 3º ciclo, onde evidenciaram os seus conhecimentos de Português, Francês e Inglês.

Foi uma semana de veras diferente, não só ao nível do convívio, como das diversas atividades que permitiram a todos viajar pelo mundo sem sair da escola!

O Departamento de Línguas



Compostagem Doméstica

Sessão de esclarecimento



No âmbito da campanha de sensibilização intermunicipal para a recolha seletiva e compostagem doméstica a CIM Cávado em parceria com a Quercus promoveu uma sessão de esclarecimento sobre o tema, no auditório da EBF, destinada à comunidade educativa e ainda ofereceu um compostor para o espaço escolar.



Hora do Planeta

Cartaz vencedor



Com o intuito de divulgar a iniciativa da Hora do Planeta no concelho de Esposende, foi lançado o desafio às escolas, pela Esposende Ambiente, para apresentarem cartazes alusivos ao tema. A Hora do Planeta é uma iniciativa global da rede WWF que pretende mobilizar a população mundial para contribuir para um futuro sustentável.

Entre outros cartazes, o do nosso aluno, António do 8ºB, destacou-se dos demais pela sua originalidade e simplicidade. Foi replicado e espalhado por todo o concelho na esperança de passar a mensagem e de contribuir para mudanças de comportamentos!



Boletim Nascente Escolar
abril 2018



Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: Prof.ª Célia Santos, prof.ª Diana Costa, prof. José Pinho, prof.ª Goreti Figueiredo, prof.ª Lurdes Loureiro, prof.ª Paula Ferreira, prof.ª Rosa Felgueiras, prof. Rui Pereira 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

e-mail: boletimnascenteescolar@gmail.com

Opinião

Aquele importante desconhecido



Luís Baeta

O ano de 2017 ficou marcado pelo desaparecimento de várias personalidades cujos nomes ecoavam nas nossas mentes porque faziam parte das notícias mais faladas dos últimos anos e das histórias de vida de muitos de nós, especialmente dos mais velhos, desde o guitarrista Zé Pedro ao político Mário Soares, desde o ator João Ricardo aos empresários Belmiro de Azevedo e Américo Amorim, estes também por serem os homens mais ricos de Portugal. Todos foram vítimas da morte, esse drama final da vida terrena que a todos, sem distinção, tocará e que a todos os que amam a vida atemoriza. De todos se falou com promessas de eternidade e palavras de imortalidade mas tudo passa e, mais tarde ou mais cedo, a volatilidade da vida, a pressa dos dias e a rápida sucessão de acontecimentos tudo farão esquecer porque a vida não pára e o futuro depressa se torna presente e ainda mais depressa se transforma em passado.

Mais recentemente, a cinco de fevereiro último, em Tomar, partiu ainda tão cedo, com apenas 44 anos, vencido pelo cancro, descoberto um mês antes de ser roubado à vida, um homem importante mas que é chamado apenas de «voz»: Pedro David. Dono da célebre fra-

se «Deixe-se ficar, vai ver que vai gostar», entrava nos nossos ouvidos todas as noites há mais de uma década, sobretudo na TVI onde, com toda a simpatia, descrevia no final de cada programa, sobretudo das novelas da noite, aquilo que se seguia e os programas com que podíamos contar ainda mais tarde e no dia seguinte. Jornalista na TSF, e outrora na Rádio Renascença, e também editor de conteúdos de vários noticiários de rádio, Pedro David tinha na televisão a função de «voz-off», a voz que narra ou comenta mas que não «dá a cara» porque é exterior à cena. Há quem o apelide apenas de «voz» ou «voz de continuidade» porque não deixava a dinâmica televisiva morrer.

Na verdade, todos esperamos uma voz no imediato encerramento de um capítulo de uma novela ou de outro programa das nossas noites. Todos sabemos como é a voz, sabemos reconhecê-la e esperamos por ela mas não sabemos de quem é. Se muda ou se não a escutamos, mesmo inconscientemente sabemos que falta ali qualquer coisa. E sabemos que, para nós, o dono daquela voz acabou por se tornar mais importante que o homem mais rico de Portugal ou outras personalidades que o tempo tratou de apagar ou cuja obra nada fez à nossa vida em concreto.

Apesar de tudo, impressiona que Pedro David tenha sido tão pouco falado. Surgem muitas pequenas notícias na Internet, quase todas copiadas umas pelas outras, mas nada de tão especial como ouvimos sobre outras personalidades que vão partindo. Ele é aquele importante desconhecido cuja vida tem valor pelo bem que fez, pelo

papel que assumiu, pela simpatia com que chegava até nós.

Assim devemos ser também: sem ambição de grande fama e grande riqueza ou importância, mas deixando marcas com uma vida simples e bela, bem vivida diariamente, procurando tocar e chegar aos outros de forma simples mas marcante.

O pouco relevo que se deu a esta partida faz-me lembrar que nem todos temos o mesmo valor aos olhos do mundo mas todos somos importantes para alguém. E, mesmo escondidos, fazemos falta, pois ninguém vive só e simultaneamente feliz por muito tempo.

Recordo, do início da minha juventude, um dia da semana em que, pelas sete horas, vi uma mulher, simples e discreta, varrer a imensidão de folhas amarelas e secas que tinham caído das árvores do adro da nossa igreja. Varria-as com amor, sabendo que ninguém se lembraria de reconhecer o seu serviço à comunidade, mas certamente consciente da importância do seu trabalho para a beleza do espaço da nossa igreja e para a sua conservação, impedindo que folhas secas entrassem juntas com o calçado daqueles que diariamente iam à missa.

A partir daí, sempre tive imensa estima e admiração por quem faz os trabalhos mais escondidos mas que nos permitem viver o dia com qualidade: o padeiro, os varredores de rua, os podadores de árvores ou jardineiros, os funcionários que recolhem o lixo, etc.

Não tenhamos medo de viver uma vida simples e pouco vistosa, mas ponhamos a render os nossos talentos colocando-nos num feliz e dedicado serviço que torne o mundo melhor.

A voz dos assinantes

A investigação inglesa

Não há investigadores mais escrupulosos e pacientes do que os nossos amigos ingleses. Problema literário que escape em Inglaterra a uma solução, pode afoitamente considerar-se insolúvel. Nesse número está decerto o famoso mistério das (cartas de Júnio) célebres panfletos que apareceram nos fins do século dezoito, firmados com esse pseudónimo “júnios”, escritos com rara eloquência e, atacando violento e virtualmente os homens dominantes da política inglesa desse tempo. Nunca se pode descobrir, não se descobriu ainda hoje depois de decorrido tantos anos, o nome do admirável panfletário. Contudo, bastantes probabilidades se reúnem agora em favor da hipótese que supõe ser Júnios um homem de muito talento e, de muito azedo carácter chamado Sir Philip Francis, que já em vida fora suspeitado. Um sábio inglês, M. Parkes, consagrou a sua existência toda a reunir os sintomas da invejanda culpabilidade de sir Philip. Teve ela a paciência de cotejar todos os livros da livraria do suposto Júnios, livraria sobrevive intacta, como muito das suas cartas, para ver se as citações, as ideias, as opiniões do panfletário revelavam a leitura habitual desses livros.

Encontrar nas cartas uma citação sem nome de autor, mas parecendo ser da História de Roma escrita por um francês; resolveu céus e terra e acabou por descobrir que a citação era da História do Baixo-Império de Lebeau. A história do Baixo-Império, estava na biblioteca de Francis! Triunfou M. Parkes, o livro era pouco notável, não andava conseguintemente por todas as mãos, e a coincidência não era para desprezar. O bom do inglês, ficou tão convencido da verdade da sua hipótese, que se o próprio Sir Philip ressuscitasse e jurasse e trejurasse que não era ele Júnios, M. Parkes não se desconvenceria. Mas que paciência de investigação.

Traduzido por Torres Jaques

Horizontais
Verticais
Palavras Cruzadas (soluções)

1ª araca; tetra = 2ª r; cance-
la; r = 3ª em; llame; mi = 4ª
do; l = 3ª ac; irado; be = 4ª
cal; sua; cal = 5ª arre; c; rato
= 6ª caullícola = 7ª lida; o;
liga = 8ª ado; ena; mal = 9ª
do; pira; li = 10ª r; barrela;
c = 11ª aleia; aiaia =

1ª arena; ladra = 2ª r; márci-
do; l = 3ª ac; irado; be = 4ª
cal; sua; cal = 5ª arre; c; rato
= 6ª caullícola = 7ª lida; o;
liga = 8ª ado; ena; mal = 9ª
do; pira; li = 10ª r; barrela;
c = 11ª aleia; aiaia =

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

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

Culinária ■ Viver ■ Passatempos ■ Opinião

Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

Polvo à bordalesa

1 polvo; 2 cebolas; 3 dentes de alho; 1.5dl de azeite; 2.5dl de vinho tinto; 2 colheres de sopa de polpa de tomate; 1 folha de louro; 1 ramo de salsa; pão frito; sal; pimenta; água

Lave o polvo, corte-o em bocados e tempere com sal. Entretanto faça um refogado com o azeite, as cebolas e os alhos picados, a folha de louro e o ramo de salsa. Misture o polvo e deixe ferver uns minutos. Acrescente o vinho e água suficientes para cozer. Tape o tacho. Quando estiver cozido acrescente a polpa de tomate. Retifique os temperos e sirva sobre as fatias de pão frito acompanhado de arroz branco.

Pudim de Abade Priscos

400g de açúcar; 50g de toucinho fresco; 15 gemas de ovo; 1 cálice de vinho do Porto; 5 dl de água; 1 casca de limão; 1 pau de canela; 200g de açúcar (para o caramelo)

Leve o açúcar ao lume com a água, a casca de limão, o pau de canela e o toucinho em fatias fininhas. Deixe ferver até ao ponto de fio. Retire a calda do lume, deixe arrefecer e junte as gemas misturadas com o vinho do Porto. Deite a massa numa forma de pudim com tampa, previamente barrada com caramelo. Vai a cozer em forno bem quente, em banho-maria, durante cerca de 1 hora. Desenforma-se completamente frio.

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 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 bebida alcoólica preparada na Índia; peixe acantopterígio = 2º porta gradeada de madeira tosca = 3º preposição; cordame de navio à vela; nota musical = 4º mãe em galego; feminino de seu; protóxido de cálcio =

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

5º designação de cólera ou de enfado; mamífero roedor = 6º planta parasita que vive na haste de outros vegetais = 7º faina; intimidade = 8º milho torrado; eia; doença = 9º luto; bando de animais; estudei = 10º esparrela = 11º arruamento de jardim; brinquedo =

Verticais

1º lugar de contenda; mulher que rouba = 2º que não tem vigor = 3º António Calvário; zangado; voz das ovelhas = 4º substância que combinada com o ácido carbónico, forma a pedra e o mármore; Estados Unidos da América; primogénito = 6º afiançar = 7º assunto; superfície plana = 8º pronome pessoal masculino; lista; naquele lugar = 9º caminhava; liga de chumbo e estanho; Amélia Alves = 10º bosque espesso = 11º grainha; espécie de trigo ou cevada =

soluções pág. 14

Saúde em destaque

Narcolepsia parte I

O que é a Narcolepsia?

A Narcolepsia é uma doença crónica do sistema nervoso central. É provocada por uma modificação nos mecanismos cerebrais que controlam os períodos em que estamos a dormir – o sono – e aqueles em que estamos acordados – a vigília.

Estas alterações fazem com que apareçam algumas características próprias do sono durante a vigília. O sintoma principal da narcolepsia é a sonolência diurna excessiva e muitas vezes incontrolável. É uma doença incapacitante, que condiciona a qualidade de vida dos doentes, a sua vida social, profissional e familiar. Além disso, associa-se a um maior risco de acidentes.

A Narcolepsia é uma doença pouco frequente. Porém, na Europa, afeta um grupo significativo de pessoas: estima-se que existam 47 pessoas afetadas em cada 100.000 habitantes. A narcolepsia afeta, de forma igual, homens e mulheres e pode surgir em qualquer idade, embora seja mais frequente surgir na adolescência (cerca dos 15 anos) e em jovens adultos (cerca dos 35).

Esta doença é, por vezes, diagnosticada tardiamente, sendo por vezes confundida com outras doenças, como Depressão ou Epilepsia.

É importante, por isso, que as pessoas conheçam os sintomas mais importantes e procurem quanto antes ajuda médica especializada.

Qual é a causa da Narcolepsia?

Não se conhecem ainda todos os mecanismos que levam ao aparecimento desta doença. Em determinados doentes com narcolepsia observa-se uma diminuição de nerónios do sistema nervoso central que produzem uma substância chamada orexina ou hipocretina. Estes neurónios desempenham um papel fundamental no controlo das transições entre sono e vigília. Acredita-se que hoje em dia que nesta doença exista uma passagem muito rápida e desorganizada de um estado de vigília (acordado), para sono, nomeadamente sono paradoxal ou sono REM. Este é o período em que mais sonhamos, em que os músculos do nosso corpo estão paralisados. Por isso os doentes com narcolepsia têm períodos de paralisia dos mús-



Marina Aguiar*

culos e podem ter alucinações que se assemelham a sonhos. Também por isso o período de sono é muito fragmentado por acordares, porque novamente aqui a passagem do sono para vigília se faz muitas vezes e sem o controlo habitual. A razão do desaparecimento destes neurónios não é conhecida, podendo estar envolvido fatores genéticos, ambientais e lesões provocadas pelo nosso próprio sistema imunitário.

Em raros casos de narcolepsia, a doença é provada por tumores, acidentes vasculares cerebrais ou outras lesões das regiões do sistema nervoso que controlam estes mecanismos de sono/vigília.

Referência Bibliográfica:
APS (Associação Portuguesa do Sono)

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

Caminhada da Liberdade

Como vem sendo hábito nos últimos anos, as associações e instituições forjanenses, ACARF, Catequese de Forjães, Comissão de Festas de Stª Marinha, Forjães em Cena, Forjães Sport Club, Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, Centro Juventude de Forjães, O Mercadinho e a Junta de Freguesia de Forjães unem-se para organizar a Caminhada da Liberdade. Este ano não foi exceção. O percurso ficou a cargo do Zé Luís Ribeiro que presenteou os participantes com paisagens e trilhos belíssimos. A

partida foi em frente ao Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria e ao som da música "Grândola Vila Morena" de Zeca Afonso. O percurso com cerca de 12km, foi maioritariamente pela Vila de Forjães, contou com algumas subidas para testar a forma física dos participantes e queimar algumas calorias, que foram prontamente repostas no reforço oferecido pela organização a meio do percurso. No final todos os participantes foram presenteados com um cravo vermelho.



Ricardo Dias campeão nacional de 10.000m



Ricardo Dias conquistou uma nova vitória na sua carreira, desta vez no Troféu Ibérico dos 10.000m. Mas esta teve um sabor muito especial, pois foi a 1.ª vitória nesta distância.

Com a confiança de quem atravessa um bom momento de forma, tinha como objetivo principal a melhoria da sua marca pessoal. Ele admitiu que se preparou da melhor forma, mas que o objetivo não passava por ganhar a prova sendo que durante a corrida percebeu que tal seria possível.

Com a primeira parte da corrida dentro do ritmo estipulado, já na reta final começou a acreditar que poderia ser o campeão de Portugal, o que efetivamente veio a acontecer. Esta vitória deixou o atleta particularmente feliz, visto que foi a 1.ª vitória nesta distância e também porque já não fazia provas de pista há muitos anos. Ocupando o 13.º lugar da geral ibérica, tornou-se assim o campeão português com a marca de 29,26,28m.

O Forjanense felicita o Ricardo Dias por mais esta estrondosa vitória e que nos continue a brindar com muitas mais.

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