



- Colisão
- Diagnóstico
- Mecânica
- Manutenção
- Pneus

O FORJANENSE

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás
 Junho 2018 • Ano XXXIII 2ª série • n.º 342
 Fundado em Dezembro 1984
 Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

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

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

Concelho de Esposende comemora os Santos Populares



Decorreu no passado dia 15 de junho, na Quinta da Malafaia, em Antas, uma das atividades mais apreciadas pela comunidade sénior, a Festa dos Santos Populares.

pág. 8

Nesta edição

- Nós por cá**
 - Luís Cruz treinador adjunto no Interclube de Angola pág. 2
- Junta de Freguesia**
 - Zona de lazer do "Zé do Rio"
 - Festa de S. Roque pág. 5
- Lar de Stº António** pág. 4
- Comunidade Paroquial** pág. 6
- Notícias da ACARF** pág. 8
- Acompanhando o FSC** págs. 12-13
- Opinião** pág. 14

Eugénia Vale vice-campeã nacional



pág. 2

Família Mendanha inaugura estátua no Rio de Janeiro



pág. 2

FSC apresenta nova comissão diretiva para 2018-2019



**FORJÃES
SPORT CLUBE**

pág. 13

Nós por cá: locais

Corpo de Deus

A solenidade do Corpo e Sangue de Cristo, que se realiza 60 dias após a Páscoa, sempre à quinta-feira, foi celebrada no passado dia 31 de maio. Tal como nos anos anteriores, a data foi assinalada com uma celebração eucarística com sermão, seguida de uma procissão solene, ligando a igreja matriz ao cruzeiro situado junto ao Centro Cultural. A catequese e os escuteiros, em colaboração com os populares, criaram mais uma vez os tradicionais tapetes coloridos, feitos com flores, serfim, café e casca de pinheiro. Tarefa que se estendeu por várias horas de trabalho e que, mais uma vez, contribuiu para manter viva a tradição.



Agradecimento

Comissão de festas de N.ª Senhora da Graça

As festividades em honra de N.ª Senhora da Graça 2018 decorreram no Largo da Santa, em Forjães, entre o dia 8 e 10 de junho, em clima de muita alegria, muita boa disposição e acima de tudo muita fé.

Não é novidade para ninguém que uma festa, ainda que de dimensão mais reduzida, precisa de donativos, patrocínios, sejam eles individuais ou de empresas. Queremos, por isso, agradecer também o contributo de todos nesse sentido. Queremos agradecer também, sem focar nenhum nome específico, àquelas pessoas que ao longo de todo este percurso estiveram sempre presentes para nos ajudar, fosse na angariação de fundos, na partilha de



experiências, ou no apoio logístico.

Um bem haja a todos por permitirem que estas festividades se realizassem de forma tão primorosa!

Eugénia Vale

A atleta forjanense de kickboxing, da equipa "Alta Tensão", sagrou-se vice-campeã nacional de kickligh 2018 no escalão júnior. As finais do campeonato nacional decorreram no

fim-de-semana de 9 e 10 de junho, em Guimarães. Este é mais um título a juntar à curta, mas premiada, carreira desportiva.

Luís Cruz treinador adjunto em Angola

O forjanense Luís Cruz (à esquerda na foto) volta a trabalhar em Angola, onde já fez carreira como treinador. Desta vez, assinou contrato de treinador adjunto com o grupo desportivo Interclube de Angola, fazendo parceria com o técnico principal, Paulo Torres, ex-campeão do mundo por Portugal.

Com um contrato inicial de meia época e com mais duas de opção própria. Segundo o próprio este é um projeto aliciante e que procura devolver ao clube os títulos, dos quais anda arredado há já oito anos. Um contrato também ele ambicioso e irrecusável e que, por isso, justifica a elevada cláusula de rescisão, quinhentos mil dólares o que representa a



maior cláusula alguma vez pedida por um clube em Angola.

Inaugurada Estátua de Dom Afonso Henriques no Brasil

No âmbito das comemorações promovidas pelo Consulado Geral de Portugal no Rio de Janeiro, no transato 10 de junho, por ocasião do Dia de Portugal, de Camões e das comunidades portuguesas, deu-se a inauguração da estátua de Dom Afonso Henriques naquela que é a mais minhota de todas as casas portuguesas da cidade.

A Casa do Minho, sociedade civil de direito privado e sem fins lucrativos, por iniciativa própria e recursos privados, no desejo de homenagear o primeiro Rei de Portugal, procurou, através da pessoa do seu Presidente, o Comendador Agostinho dos Santos, fomentar a cultura e a história portuguesa junto da comunidade lusitana, dos seus descendentes e do povo brasileiro.

Materializado o desejo da diáspora, moldado o barro, passado à gesso e fundida para a eternidade em bronze, decorridos três meses, a escultura de aproximadamente 900 quilos e dois metros e meio de altura, concebida em Forjães, está agora instalada num plinto forrado à granito negro, no ponto de destaque daquela Casa.

Prestigiada foi a inauguração, presentes; o Cônsul Geral de Portugal no Rio de Janeiro, Dr. Jaime Leitão; a Secretária de Estado Adjunto do Primeiro Ministro, Dra. Mariana Vieira da Silva; a Vereadora da Cidade do Rio de Janeiro, Professora Teresa Bergher; e o Cônsul Adjunto, Dr. João de Deus; entre outras autoridades.

A escultura, idealizada e realizada pela tradicional família de escultores forjanenses, composta pelo Professor Doutor Mendanha Arriscado e pelos seus filhos Professores Nuno e Vânia Mendanha, representa o Rei Conquistador, que decorridos mais de oito séculos da sua morte, agora alcança as terras de Vera Cruz.

"Apoiado com firmeza na perna esquerda enquanto a direita avança, sondando cautelosamente o espaço e o tempo em devir; as mãos seguram a espada contra o corpo, horizontalmente, em sinal de trégua momentânea, mas também de último argumento disponível para entronizar as ideias forjadas e defendidas; e, se a cruz dos Templários une, sobre o peito, os quatro pontos cardeais, o escudo com a cruz de Cristo, sobre as costas, remete, simbolicamente, para a "sabedoria prudencial" de quem soube proteger-se das ciladas urdidas no decorrer dos tempos passados", explicam os autores.

Continuam; "a escultura apresenta escoriações do tempo, marcadas sobre o corpo, alertando-nos para a ideia de combate que a própria



vida encerra, e sabendo-se que esse combate será sempre uma luta regeneradora que cada um terá de travar contra esse sinistro duplo de si próprio, rosto do "inumano", que, por dentro, vai minando e corroendo. E será desse combate travado, em que cada um ao sair vencedor, cauterizadas as feridas, ganha o estatuto de cidadão fronteiriço ou de habitante das fronteiras do mundo, daí estendendo o pé para tentar avançar à conquista desse cerco ou âmbito de mistério que, em desafio, se apresenta para além dos confins do mundo e da própria existência."

Se por um lado a escultura representa o Rei Conquistador, por outro remete também, ao sacrifício e dor daqueles que com coragem, se lançaram ao mundo e fizeram de Portugal uma grande nação. De especial destaque a participação da comunidade forjanense na concretização deste projeto. A frente da direção da Casa do Minho, o Dr. Paulo Martins foi o principal impulsionador da escultura. Colocada à mão por gente da nossa terra, lá estavam o Dr. Coutinho de Almeida e o Dr. Maciel Vieira.

Finaliza o Presidente Agostinho dos Santos "agradeço a Deus e a centenas de homens e mulheres que há mais de 9 décadas trabalharam, deram o seu tributo, o seu sacrifício, para que a Casa do Minho chegasse ainda hoje, e que nós estivemos aqui num dia tão especial para cada um de nós. Faço um apelo aos minhotos do alto e baixo Minho, e seus descendentes, que continuem olhando a Casa do Minho com bons olhos, muito carinho, pois esse pedaço de terra fincada aqui nos pés do corcovado, no Rio de Janeiro, embora distante, do lado de cá do atlântico, tem coração minhoto.

Rodrigo Moreira Vieira

Nós por cá: locais

As noites de S. João em Forjães

Como este é o mês do São João apresentamos um trabalho da autoria do prof. Paulo Lima, sobre a história do São João em Forjães. Um trabalho de excelência que narra na perfeição as tradições deste dia na nossa terra.



Prof. Paulo Lima

No extremo noroeste do distrito de Braga, banhada pelo rio Neiva e a uns escassos cinco quilómetros do mar, fica a pitoresca, jovem e sossegada Vila de Forjães. Como tantas outras terras desta nossa dispersa e verdejante região norte, também Forjães tem profundas e vincadas características rurais, que a partir da segunda metade deste século se vão perdendo, graças a um rápido e intenso desenvolvimento económico-social. É espantoso e quase incrível que há menos de cinquenta anos tudo fosse tão diferente. Quando ouço o meu pai e outros seus parentes e amigos naturais daquela vila, parece-me estar a ouvir histórias de há séculos, dadas as profundas diferenças.

É chocante a luta pertinaz de sobrevivência e de amor à vida que aquelas gentes, na sua maioria de fracos recursos, tinham que enfrentar. O que mais me intriga contudo, no desenrolar de todas estas narrativas, é o ânimo, a coragem e a alegria com que as pessoas e sobretudo os jovens encaram a situação sem esboçar protestos e lamentos que seriam muito naturais. Todos eram simples; as suas habitações eram modestas e com reduzidos e pobres agasalhos a sua vida era uma luta constante contra a penúria de viver que traziam bem impressa na sua alma e no seu coração.

Segundo a versão do meu pai, ouvia-se cantar, em coros multíssimos e bem afinados, por vezes acompanhados por intensos assobios, desde a madrugada até muito depois do sol posto e mesmo ainda durante os serões que muitas vezes ocorriam nas épocas de maior azáfama. Eram os grupos de roçadores de mato, que muito cedo partiam para o monte a fim de começarem a roçada logo que amanhecesse; eram os grupos de ceifeiros, lenhadores, sachadores e outros muito diversos em grupos mais ou menos numerosos que tentavam diluir nos cânticos e assobios a dureza e o cansaço das tarefas.

Como que a culminar a expressão de toda a alegria e gosto de viver, havia os festejos de tradição popular, que eram religiosamente cumpridos, principalmente pelos jovens solteiros, com o compromisso dos mais velhos, que assim lhes haviam passado o testemunho. Eram as festas e romarias a que se não podia faltar nas redondezas, pois era a ocasião para se arranjar e às vezes trocar um namorico, mostrar uma nova peça de vestuário ou calçado, ou exibir uma por vezes

modesta joia que havia sido legada pelos antepassados ou dada como estímulo do bom nome da família.

Alem destas festas e romarias havia ainda os festejos marcadamente populares e de tradição local, circunscritos muitas vezes à freguesia ou a um simples lugarejo. Estão neste caso os festejos dos Santos Populares e principalmente o S. João. Perde-se no tempo a origem desta tradição de que falam os meus avós e lhes falavam os avós deles. Esta prática está em vias de desaparecimento com a nossa geração, devido principalmente à influência dos meios de comunicação, da emigração, do abandono da actividade rural e de uma profunda transformação económico-social que está a mudar radicalmente o modo de ser e de estar na vida das pessoas. Hoje já são poucos os jovens das zonas rurais que se dedicam à agricultura, pois na quase totalidade trabalham em fábricas, oficinas, construção civil e outras atividades distantes, como a emigração. Alem disso, enquanto antigamente o trabalho rural era na sua quase totalidade de execução braçal, hoje surgem as alfaías mecânicas que não poupam a mão-de-obra, não havendo, conseqüentemente os grandes ajuntamentos de então. Nas deslocações para as festas e romarias, mesmo nas mais próximas, já não faltam hoje meios de transporte rápidos e confortáveis pelo que já não se vêem os grandes grupos deromeiros com as suas danças e cantares. Já não se vai a pé às Cinzas a Barroelas, às Cruzes a Alvarães e a Barcelos, à Aparecida a Balugães, ao S. Bento da Várzea ou da Porta Aberta, ao S. Bartolomeu do Mar, à Sra. Da Cabeça a Âncora, às Necessidades ou ao S. Lourenço em Vila Chã.

Não se combina para a noite de S. João uma fogueira na aldeia ou no souto de S. Roque, nem umas belas partidas aos pais das moças, para contrariar o seu mau humor contra os namorados das filhas. Pelo S. João, os locais dos festejos eram assinalados com um arco, por vezes de grandes dimensões, feito de variados paus artística e simetricamente atravessados e encruzados, cobertos com vegetação e flores, ornamentados com fitas e copos de papel, tendo geralmente ao centro um nicho do Santo. A preparação destes arcos, que começava dias antes, era já um motivo para grande folguedo dos rapazes e raparigas que se juntavam para a sua execução. Era finalmente colocado na estrada do recinto festeiro para chamar a atenção de quem pensasse de que ali havia festa. No largo da festa e situada num canto fazia-se uma bela cascata para fazer lembrar S. João, o Batista. Depois de encontrado o local adaptado à cascata aí se esmeravam os jovens no seu preparo, recorrendo a uma vegetação que fizesse lembrar as margens de um ribeiro que por vezes era adaptado de uma fonte ou de um fio de água corrente. Quando não havia qualquer passagem de água, simulavam uma fonte que era abastecida geralmente por um grande pipo. A imagem do Santo era colocada junto à queda lembrando S. João a batizar Jesus Cristo. Hoje já se vê este quadro com mais realce a nitidez, gra-

ças a uma grande disponibilidade financeira, nas festas populares de Portuzelo. Temos assim os componentes de base para o arraial, isto é, o arco anunciando a localização, um largo ou souto amplo para as pessoas se divertirem e a cascata com o Santo, lembrando que se tratava de S. João Batista e a fogueira para aquecer e iluminar o ambiente.

Chegada a noite da véspera do Santo aí se concentravam velhos e novos, numa alegria contagiante, a fim de extravasar os sentimentos que lhes iam no íntimo da sua alma. Enquanto uns cantavam e dançavam no pequeno arraial e à volta da grande fogueira, outros batiam palmas ao ritmo, principalmente das concertinas que os músicos faziam tocar alegremente. Era uma noite de certa passividade e tolerância para com as jovens moças, apesar da vigilância permanente das mães que fora do redondel não permitiam que os rapazes mais atrevidos se aproveitassem da ocasião. Havia o saltar da fogueira que se revestia muitas vezes de situações caricatas, especialmente quando as moças de saias puxadas acima dos joelhos não conseguiam com o salto vencer a grandeza da fogueira, permitindo assim ajudas por vezes maliciosas. Havia também aqueles que lutavam já com o equilíbrio e que por vezes ao saltar a fogueira ficavam por cima dela, provocando a risada e movimentação do arraial. Por volta da meia-noite a festança terminava para quase todos, excepto para os moços que iam dar início às partidas da noite de S. João.

Desde há longa data e muitas vezes desde o S. João do ano transacto que se preparam as partidas da noite de S. João. Os intervenientes eram geralmente os moços e os visados eram os familiares das moças que eles cortejavam ou então aqueles indivíduos mais típicos da aldeia. Todas as acções tinham que ser bem planeadas e meticulosamente executadas, pois o divertido era que tudo correspondesse sem que alguém desse por isso, o que não era nada fácil. Não era fácil entrar nos cobertos e arrecadações das casas e daí retirar carros de bois, arados e outros utensílios de lavoura e transportá-los para locais de frequente passagem, para os cruzamentos e até para o adro da igreja. Também não era fácil ir ao curral e daí retirar silenciosamente um animal para prender num dos já referidos locais de exposição de preferência um burro bastante conhecido na aldeia. O animal era retirado e preso ao arame do badalo do sino da igreja. Davam-lhe um molho de palha para que quando ele se baixasse para comer, desse uma badalada e com outros movimentos fazia tocar o sino com mais frequência, alertando a população que ficava intrigada. Havia objectos mais aliigeirados e até peças velhas de trabalho que eram içadas nas árvores de modo a fazer lembrar os seus utilizadores. Também era costume nessa noite colocar o ramo verde no meio do campo de modo que se visse bem ao longe e chamasse a atenção dos lavradores para a negligência daquele agricultor.

E assim na madrugada de vinte e quatro de Junho, dia de S. João, quando as pesso-

as iam geralmente à missa do dia do Santo, encontravam os caminhos atravessados por cancelas velhas e muitos outros artigos que eram objecto de reparo. Acontecia que muitas vezes as pessoas se divertiam com o que viam sem saber que eram objectos seus e ficavam boquiabertas quando regressavam da missa e reparavam que lhes tinham levado as suas coisas. Tudo era cuidadosamente tratado de modo a não sofrer qualquer mal e geralmente os donos só iam levantar os objectos quando ninguém os observasse o que acontecia muitas vezes na noite seguinte.

Como geralmente se não fazia feriado no dia de S. João, continuavam-se os festejos e diversões no Domingo seguinte da parte da tarde com os bailaricos à moda daquelas épocas e que consistiam numa grande roda onde rapazes e raparigas de mãos dadas cantavam as cantigas de S. João que tinham várias expressões. Numa das danças conhecidas pelo “lencinho vai na mão, quem o leva é S. João” e que era das mais usuais e populares, a roda dançava voltada para o centro enquanto um rapaz ou rapariga corria à volta pelo lado de fora com um lenço na mão. Depois deixa o lenço por trás de um dos da roda e continua em volta. Se quando chegar ao lugar onde deixou o lenço e este ainda lá estiver dá palmadas no elemento que está em frente do lenço até que este retire o lenço e continue as suas voltas até que o deixe novamente. Se o elemento da roda der pela deixa do lenço e o apanha logo, corre atrás do elemento que o deixou e se o apanhar até que este ocupe o lugar por ele deixado bate-lhe (levemente) até que chegue ao lugar por ele deixado.

E até aos anos cinquenta era um pouco mais ou menos assim que se festejava na aldeia de Forjães o S. João. É com alguma nostalgia que os jovens daquele tempo falam dos festejos e costumes de então. Perguntam intrigados como é que havia nas aldeias tantos cânticos e tantos festejos enquanto nos nossos dias em que parece que todos vivem melhor, falta aquela alegria contagiante de outrora.

Para este trabalho muito contribuíram os depoimentos de:

- 1 – Deolinda Gonçalves Vilas Boas, minha avó paterna com 85 anos de idade e que ainda tem memória das partidas da noite de S. João;
- 2 – Padre Dr. Justino Moreira da Silva, pároco há longos anos da freguesia de Forjães e professor da Escola C+S de Forjães;
- 3 – Padre Manuel Vilas Boas Lima, meu tio paterno, natural e residente em Forjães e professor do ensino preparatório de Palmeira de Faro;
- 4 – Porfírio de Carvalho Lima, meu tio paterno e que foi nos seus tempos de jovem um grande entusiasta das tradições populares.

A todos agradeço a amabilidade e a atenção como me receberam e a preocupação em serem o mais exactos e completos possíveis nos seus depoimentos.

Nós por cá: locais

Sinistralidade

No passado dia quatro de junho, ao final da manhã, registou-se um acidente na Estrada Nacional 103, no chamado cruzamento da ETFOR, entre dois veículos ligeiros, um deles de mercadorias.

O acidente aconteceu quando um dos veículos estava parado para virar à esquerda e uma segunda viatura, que vinha no

mesmo sentido, acabou por colidir na traseira da primeira. Da colisão resultou um ferido ligeiro sem gravidade, que foi assistido no local. Significativos foram os danos materiais. A GNR tomou conta da ocorrência. De referir que este é um local considerado perigoso devido à grande quantidade de acidentes aqui verifica-

dos durante o ano.

No dia 22 de junho, novo acidente, desta vez na estrada da Madorra, junto ao cruzamento do "Moinho". Um choque entre três viaturas que, apesar de não causar feridos, provocou alguns danos materiais. As autoridades foram acionadas para o local.

Carro arde parcialmente em Forjães

Uma viatura ligeira ardeu parcialmente, no dia 26 de junho, na Estrada Nacional (EN) 103, em Forjães. A situação teve alerta pelas 09h00.

Os Bombeiros Voluntários de Esposende (BVE) foram acionados para o local, com uma equipa de cinco elementos, apoiados por um veículo de combate a incêndios urbanos.

«À nossa chegada a viatura já tinha as chamas extintas, mas procedemos à consolidação do rescaldo. Acabou por ser um



transeunte a extinguir as chamas com um extintor», referiu o chefe Miguel Guerra dos BVE, comandante das operações de socorro.

A viatura ficou imobilizada junto à Quinta de Curvos, na EN 103, acabando por a GNR tomar conta da ocorrência.



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Patricia Dias

Em junho

O mês dos Santos Populares, dos festejos e arraiais, das sardinhas a pingar no pão, das noites grandes e «abafadas». Um mês que marca o início do Verão, por

quem esperamos há muito...

Neste sentido, os utentes da fundação lar de Santo António participaram na Festa dos Santos Populares, que se realizou na Quinta da Malafaia, no dia 15 de junho, numa iniciativa da CME.

Foi um dia muito alegre e bem passado, com muito bailarico à mistura...

E continuando em festa a Instituição realizou no dia 22 de junho, um arraial para comemorar o São João, uma atividade que

já se realiza há muito tempo destinada aos utentes e funcionários da instituição.

Fica, também, a recolha de quadras alusivas à época.

Os balões de São João
Sobem alto no firmamento;
Assim sobe o meu coração
Quando estás no meu pensamento.

Os olhos dos meus filhinhos,
Quando estão para adormecer,
São tal e qual balõezinhos
A apagar e acender.



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: locais



Junta de Freguesia de Forjães

Espelhos

Com a colaboração da Câmara Municipal, foram colocados alguns dos ansiados espelhos, para garantir mais segurança rodoviária nos respetivos locais. A primeira leva contemplou a Rua da Santa, a Rua dos Esteireiros e a Rua do Monte Branco (junto ao Estádio e junto ao Café Estrela). Seguir-se-ão outros locais onde, há muito tempo, também estão a fazer muita falta.

Zona de lazer do “Zé do Rio”

O habitual re completamento de areia que a Junta de Freguesia costuma fazer depois dos efeitos do Inverno provocados pelo Rio Neiva já foi requerido em devido tempo à Câmara Municipal e esta entidade aguarda apenas “luz verde”, por parte do Ministério do Ambiente, para levar a cabo a colocação da areia no local. Muito em breve, os frequentadores daquele tão aprazível lugar voltarão a ter as melhores condições para dele usufruírem.



Santos Populares

No âmbito do programa “Envelhecimento Ativo”, desenvolvido anualmente pela Rede Social do Município de Esposende, realizou-se, no passado dia 15 de junho, na Quinta da Malafaia, mais um encontro dos mais idosos do concelho para festejar os Santos Populares. Forjães esteve mais uma vez representada por muitos seniores, entre eles os utentes da ACARF e da Fundação Lar Santo António, que participaram no tradicional desfile das marchas, conviveram com os restantes presentes e comungaram do saboroso almoço, no qual não faltaram as inevitáveis sardinhas assadas. A Junta de Freguesia, que, como é habitual, participa nas reuniões preparatórias do evento e na sua divulgação, procedeu ao registo e acompanhamento dos participantes forjanenses. Agradecemos a presença de todos os que integraram esta significativa iniciativa promovida pelo Município de Esposende.

sende, realizou-se, no passado dia 15 de junho, na Quinta da Malafaia, mais um encontro dos mais idosos do concelho para festejar os Santos Populares. Forjães esteve mais uma vez representada por muitos seniores, entre eles os utentes da ACARF e da Fundação Lar Santo António, que participaram no tradicional desfile das marchas, conviveram com os restantes presentes e comungaram do saboroso almoço, no qual não faltaram as inevitáveis sardinhas assadas. A Junta de Freguesia, que, como é habitual, participa nas reuniões preparatórias do evento e na sua divulgação, procedeu ao registo e acompanhamento dos participantes forjanenses. Agradecemos a presença de todos os que integraram esta significativa iniciativa promovida pelo Município de Esposende.

Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo

A Junta de Freguesia e a ACARF levaram a cabo, mais uma vez, esta excelente iniciativa cultural que é já um cartaz de referência, não apenas para Forjães como para o concelho de Esposende. Desta vez, o convidado foi o ator Ruy de Carvalho, justamente apelidado de “Senhor Teatro”, que conosco veio conviver e partilhar a sua riquíssima experiência pessoal e profissional. Depois da amistosa receção na sede da ACARF, ficou maravilhado com a arquitetura e beleza do nosso Centro Cultural, sobretudo dos painéis de Jorge Colaço, que o Presidente da Câmara e o Presidente da Junta lhe mostraram e explicaram. No auditório, foi prendado com um excelente retrato desenhado pelo nosso conterrâneo e consagrado artista Nuno Mendanha. Depois, retribuiu-nos com uma palestra, que foi mais uma conversa entre amigos, pautada pela simplicidade, pelo cultivo dos grandes valores da vida e

pela alegria de a viver diária e intensamente. Um Senhor!

Festa de Santa Marinha

Depois da apresentação do ambicioso programa, em 31 de maio passado, no Centro Cultural, a Comissão de Festas desdobra-se nos preparativos finais para o êxito daquela que é a Festa Maior de Forjães - a Romaria de Santa Marinha. Também é notório o crescente entusiasmo que reina entre os forjanenses, que se preparam para viver cada minuto da sua festa. A Junta de Freguesia, como é habitual, tem manifestado toda a colaboração à sua briosa Comissão, para que a Nossa Festa continue a ser o grande cartaz religioso, festivo e cultural que é para Forjães e para a região. Vamos todos colaborar, participar e viver a Festa de Santa Marinha!

Boas vindas aos emigrantes

Com o mês de julho à porta, começam a chegar os nossos primeiros emigrantes, para gozar das suas merecidas férias na nossa terra. A Junta de Freguesia saúda a sua chegada, desejando-lhes uma excelente estadia. Como sempre, mantemo-nos permanentemente disponíveis para qualquer apoio ou esclarecimento, pessoalmente, na nossa sede ou através do telefone 253877430 e do email: jforjaes@gmail.com. Boas férias para todos!

Festa da Sra da Graça

No fim de semana de 08 a 10 de junho passado, realizou-se mais uma festividade em honra da Senhora da Graça, na nossa bela e tão querida Capela situada no Lugar da Santa. Tal como as anteriores, também a Comissão de 2018 não se poupou a esforços para manter o brilho das edições an-

teriores e apresentar um bom programa, que muito agradou a todos os forjanenses que por lá passaram e que comungaram do espírito religioso que envolve a Santa da nossa devoção. A Junta dá os parabéns à laboriosa Comissão de Festas, em nome de toda a comunidade forjanense, e deseja um bom trabalho à Comissão de 2019.

Festa de S. Roque

Também a Comissão de Festas de 2018 tem estado muito ativa para fazer uma festa ao nível daquelas a que estamos habituados e, em 23 de junho, organizou um arraial de S. João, no Souto de S. Roque, o qual contou com a presença de inúmeros forjanenses e amigos. Muito bem organizada, com a habitual “cascata” (da autoria do “mestre” Zé Maria Mota), sardinha assada e fêveras, bom verde e champarrião. O resto da festa foi feita pelos presentes num ambiente muito agradável e num local cada vez mais bonito e convidativo.



EUROMASTER IDEAL PNEUS

253 809 880

INICIÁRIO

PRELHE ALINHAMENTO SERVIÇO LAMPÃO LAVAGEM

PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIROS 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
 decoração, 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

Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

Deus não entra de férias! Deus não tira férias!

Está a aproximar-se a época na qual a maioria de todos nós vai ou já está em férias. É tempo de viajar, ir até à praia, dormir tarde e levantar-se mais tarde ainda, etc. Infelizmente associado a este tempo, muitos Cristãos aproveitam também para tirar férias de Deus. Trocam a correria das atividades quotidianas, que os impedem de terem uma vida mais próxima de Deus, pelo lazer em tempo integral. Ao contrário de fazer das férias um momento ocupado completamente pelo lazer, o cristão deve aproveitá-las, também, para desenvolver o crescimento espiritual.

A leitura de um bom livro {a leitura é uma atividade importante no nosso desenvolvimento espiritual}, ler a Bíblia e oração {a leitura da Bíblia e a oração nunca

podem sair de férias nas nossas vidas}, visitar uma igreja {assim como vamos à internet navegar em imensas web-páginas, devemos também ir à igreja para “navegar” com Deus}, realizar uma atividade diferente {visitar um lar de idosos, um hospital, um orfanato, etc. são apenas algumas dicas de como podemos aproveitar este tempo de férias para edificarmos e sermos edificados}. Tudo isto é apenas alguns exemplos de como aproveitar o tempo de férias para serem também tempo de Deus.

Muitas vezes, fazemos das férias tempo de maior cansaço. Devíamos procurar este tempo para viver com qualidade e dignidade. Deve ser tempo de silêncio, sentido, repouso ativo e comunicação profunda. O tempo de férias deve

ser um tempo breve para refazer o nosso interior, mais desgastado que o corpo. Quem vive a vida com sentido, também se desgasta, e muitas vezes não sabe como recompor-se. As férias são uma oportunidade de uns dias desajados para se encontrar um sítio de abrigo para nos refazermos e retemperarmos forças.

Que Nossa Senhora de Todas as Horas nos ajude a viver com dignidade este tempo de férias. Que seja um tempo de descanso, encontro com os amigos e familiares, um tempo de retemperar forças para um novo período de trabalho. Boas férias!

*Paróquia de Carreço,
Viana do Castelo*

Movimentos religiosos

Batismos:

26/05 – Maria Laurinda do Rego Nogueiro, filha de Joni César do Rego Azevedo Abreu e de Carolina Nogueiro Gorriz.

10/06 – Gabriel Cruz Dias Tomé, filho de Paulo Alexandre Eiras Novo Tomé e de Andreia Catarina Lima Cruz Dias.

17/06 – Luena Dourado Moreira Viana, filha de Carlos Eduardo Loureiro Viana e de Sónia Martins Dourado Moreira Viana.

Matrimónio:

19/05 – André Bruno da Silva Ribeiro, de 28 anos de idade, filho

de Carlos Alberto Silva Ribeiro e Maria Fernanda Gonçalves da Silva Ribeiro, com Sara Laranjeira Soares Pereira, de 28 anos de idade, filha de Manuel Pedro Soares Pereira e Maria Rosa Torres Laranjeira, ele, da freguesia de Apúlia e Fão, concelho de Esposende, ela, da freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

23/06 – Paulo Ricardo da Silva Pereira, de 39 anos de idade, filho de Armando Eduardo da Silva Pereira e de Maria do Rosário da Costa e Silva, com Liliana Ribeiro de Sá, filha de Manuel Freixo de

Sá e de Maria José Alves Ribeiro, ele, da freguesia de Lousado, concelho de Vila Nova de Famalicão, ela, da freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Óbitos:

06/06 – Maria Rosa da Cruz Rodrigues, com 90 anos de idade e residente na Rua Mosteiro do Banho, freguesia de Vila Cova e Feitos, concelho de Barcelos.

16/06 – Gabriel Quezado Sinaré, com 74 anos de idade e residente Rua do Folão, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Notícias breves

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

JULHO:

01 – Dia da Comunidade Paroquial/Encerramento da Catequese, no Souto de S. Roque, com celebração da Missa de Ação de Graças, às 11h15, almoço-convívio e, de tarde, momentos de entretenimento e de boa disposição.

09 – Início da Novena em Honra de Santa Marinha, Virgem e Mártir, às 18h30, seguida de Missa.

11 - Reunião do Conselho Económico Paroquial (CEP), às 21h.

13 – Procissão de velas, em

Honra de Nossa Senhora de Lurdes, às 21h30.

16 – Concentração e Desfile dos Andores floridos (Centro Cultural/Escolas Rodrigues de Faria e Avenida de Santa Matinha) a partir das 20h.

17 – Fim da Novena de Santa Marinha.

18 – Festa da PADROEIRA SANTA MARINHA (consultar o programa da Romaria)

26 – SÃO JOAQUIM e SANTA ANA (Dia dos Avós).

Donativos para a igreja Matriz (Vitrals e portas novas)

100,00 euros de André Bruno e Sara (Matrimónio)|90,00 euros de Joni César e Carolina (Batismo da Maria Laurinda)|50,00 euros de Paulo Alexandre e An-

dreia (Batismo do Gabriel)|70,00 euros de Carlos Eduardo e Sónia (Batismo da Luena).

Total: 4.110,00 euros. Muito Obrigado!

Agradecimento à Comissão de Festas da Senhora da Graça

Terminada a festa em Honra da Senhora da Graça, queremos deixar o nosso Obrigado a vós, à Comissão de Festas 2018, à vossa família e, a todos que mais estreitamente convosco colaboraram. A festa proporcionou encontros de famílias, de vizinhos e de amigos. A beleza da vida humana passa por estes momentos festivos que

dão um colorido às dificuldades do quotidiano. A festa fez transparecer um Deus que nos ama, convidando-nos a ser reflexos convincentes do Seu Amor! Pela muita dedicação de alma e coração ao serviço deste espírito genuinamente cristão, envolvendo toda uma Comunidade, estamos penhoradamente agradecidos. Muito Obrigado!...

Comissão de Festas da Senhora da Graça | 2019

Sofia Pires Jaques | Eduarda Maria Silva Mota | Sandra Maria Queirós Martins | Zulmira Loureiro Eiras | Maria Viana Rego Soares | Maria de Fátima Rocha Torres | Carolina Augusta

da Costa Louro Morgado | Mónica Maria Ribeiro Freitas Tomás e Maria Fernanda Lima da Cruz. Desejamos bom trabalho e uma boa colaboração de todos!

Profissão de Fé

3 de junho de 2018



Primeira Comunhão

17 de junho de 2018



A voz dos assinantes

Allan Kardec: o pai do espiritismo

Dentro do cemitério do Père Lachaise em Paris, um túmulo é sempre florido misteriosamente. Grandes ramos chegam continuamente às vezes trazidos talvez por mãos invisíveis. O que se passará? Qual será esse mistério? Dentro desse túmulo, repousa os restos mortais de um homem que teve a coragem de dizer e pensar coisas espantosas e estranhas. Ele afirmava com toda a força: "Nascer, morrer, renascer ainda e progredir sem parar, essa era a lei". Ele chamava-se Léon Hippolyte Demizard Rivail mas ele passará à história debaixo desse de Allan Kardec, pai do espiritismo.

Nascido em Lyon, no dia 3 de outubro de 1804 de uma família que era distinguida dentro da magistratura e ordem dos advogados, ele não se sentia atirado para seguir essa carreira. Desde a sua primeira juventude, ele se sentia atirado para os estudos de ciências e filosofia. Educado na Escola de Pestalozzi, no Yverdon (Suíça), ele torna-se um dos alunos mais eminentes desse célebre professor e um dos propagadores zelosos do seu sistema de educação, que exerceu uma grande influência sobre a reforma dos estudos na Europa e na América.

Nascido dentro da religião católica, mas educado dentro de um país protestante, os atos de intolerância a que ele se submeteu, foram-lhe em boa hora concebida a ideia de uma reforma religiosa, na qual ele trabalha em silêncio durante longos anos com o pensamento de chegar à unificação das crenças, mas faltava-lhe o elemento indispensável para a solução desse grande problema. Com os estudos terminados, ele retorna à França. Dominando perfeitamente o alemão, ele traduz para a Alemanha diferentes obras de educação e moral, e, o que é mais característico, as obras de Fénelon, que o tinham particularmente seduzido.

Desde 1835, ele cria no seu domicílio, Rua das Sevras, cursos gratuitos, onde ele ensina a química, a física, a anatomia, a astronomia, etc; empresa digna de louvores em todos os tempos, mas sobretudo a uma época onde um pequeno número de inteligentes teria sorte para entrar nesse caminho. Constantemente ocupado

em emitir atraentes e interessantes sistemas de educação, ele inventa, ao mesmo tempo, um método engenhoso para saber contar e um quadro ilustrado da história da França, tendo como objetivo de fixar na memória as datas dos acontecimentos notáveis, e as descobertas que ilustraram cada período. Antes que o espiritismo não venha popularizar o pseudônimo de Allan Kardec, ele tinha como via ilustrar-se em trabalhos de natureza toda diferente, mas tendo por objetivo de esclarecer as substâncias e as prender mais à sua família e ao seu país.

Perto de 1855, desde que ele questiona as manifestações dos Espíritos, Mr. Allan Kardec se entrega a observações constantes sobre esses fenômenos e se prende principalmente em deduzir as consequências filosóficas.

Ele percebe rapidamente o princípio de novas leis naturais; essas que dirigem os contactos do mundo visível e do mundo invisível; ele reconhece na história deste último uma das forças da natureza cujo conhecimento devia atirar a luz sobre uma quantidade de problemas considerados insolúveis.

Suas principais obras sobre esta matéria são: O livro dos Espíritos, pela parte filosófica e cuja primeira edição publicada em 18 de abril de 1857, O livro dos médiuns, pela parte experimental e científica, em janeiro de 1861; O Evangelho segundo o Espiritismo, pela parte moral (em abril de 1864); O céu e o Inferno, onde a justiça de Deus segundo o espiritismo, (agosto de 1865); A gênese, os milagres e as perdições (janeiro de 1868); A revista espírita, jornal de estudos psicológicos, a recolha começou no primeiro de janeiro de 1858. No primeiro de abril de 1858, ele estabelece em Paris a primeira Sociedade espírita regularmente constituída, debaixo do nome de Sociedade parisiense, dos estudos espirituais, cujo objetivo exclusivo era o estudo de tudo isso que pode contribuir para o progresso desta nova ciência. Homem de um carácter frio e calmo ele tinha observado os acontecimentos e das suas observações, ele tinha definido as leis que os determinavam.

Trabalhador incansável sempre o primeiro e o último ao trabalho, Allan Kardec morre no dia 31 de março de

Traduzido por Torres Jaques



Allan Kardec à l'âge mûr.

1869, no meio de preparativos de uma mudança de local necessário pela extensão considerável das suas inúmeras ocupações. Numerosas obras que ele tinha para terminar, atendia o tempo oportuno para aparecer, virão um dia provar ainda mais a extensão e a potência das suas concepções.

Ele morreu como ele tinha vivido, trabalhando.

Depois de longos anos, ele sofria de uma doença do coração que não podia ser combatida senão pelo repouso intelectual, mas, inteiro à sua obra, ele recusa a tudo o que pode absorver um desses instantes às custas das suas preocupações de predileção.

Seu corpo se cansava e recusava os serviços, mas o seu espírito, mais vivo, mais enérgico, mais fecundo, entendia sempre mais o círculo da sua atividade. Dentro dessa luta desigual, a matéria não pode eternamente resistir. Um dia ela foi vencida: e Allan Kardec cai fulminado. O homem não é mais, mas a alma restará entre nós; é um protetor seguro, uma luz a mais, um trabalhador incansável e onde estão agarradas as falanges do espaço.

O homem não é mais, nós o repetimos, mas Allan Kardec é imortal e a sua lembrança, os seus trabalhos, e o seu Espírito estarão sempre com os que segurarem firmemente e altamente a bandeira que ele sempre se fez respeitar.

As «diretas» do Torres



Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º letra; dulia = 2º e; va-reira; m = 3º gt; selva; ca = 4º ara; aia; dar = 5º lara; p; erro = 6º comiserar = 7º tolo; o; ámen = 8º uma; lis; ate = 9º pa; lidia; ag = 10º i; merenda; r = 11º aleia;

Verticais

1º legal; tupia = 2º e; tra-coma; l = 3º tv; arola; me = 4º ras; amo; lei = 5º área; i; e; sina = 8º ura; era; ado = 9º la; drama; ar = 10º i; carreta; t = 11º amaro; ne-gra =

Assine
e divulgue

O FORJANENSE

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: acarf1@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

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.

ACARF

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

Santos Populares

Decorreu no passado dia 15 de junho, na Quinta da Malafaia, em Antas, uma das atividades mais apreciadas pela comunidade de Sênior, a Festa dos Santos Populares.

Esta atividade insere-se no programa Ativo + e tem como objetivo fomentar o convívio e combater a solidão desta faixa etária. Pretende-se, também, que a população idosa participe e se empenhe para levar a cabo as marchas e todo o meio envolvente destas, como os fatos, os arcos e os ensaios.

Deste modo, as marchas foram constituídas por elementos de diferentes freguesias, sendo elas - Freguesias de Belinho e Mar, Freguesias de Vila-Chã e Gemeses, Freguesias de Esposende e Marinhas, Freguesias de Gandra, Apúlia, Fão, Fonte Boa e Rio Tinto e, por fim, as Freguesias de Antas, Curvos e Forjães.

Na nossa marcha, denominada “Freguesias Gaiatas”, contamos com o apoio do Grupo de Solidariedade Social de Antas, Centro Social da Paróquia de Curvos, Associação Social, Cultural Artística e Recreativa de Forjães, Fundação Lar Santo António, bem como as Juntas de Freguesia respetivas. Para levarmos a cabo a nossa marcha, contamos com a colaboração de algumas vozes do GADTF, a quem agradecemos a disponibilidade, e queremos deixar também um especial agradecimento aos senhores Felisberto Teixeira e Porfírio Penteado, que nos apoiaram com as concertinas, o que tornou a nossa música mais “nossa” e especial.

A animação, alegria e boa disposição foram uma constante, onde também não podia faltar a tradicional sardinhada...



Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)

Olá amiguinhos! Finalmente chegou a nossa estação favorita, o verão. Agora os dias são maiores, mais coloridos, cheios de calor e repletos de alegria e querem saber a melhor parte? Temos o tempo todo para nos dedicarmos à brincadeira. BRINCAR é a palavra de ordem.

Desta vez decidimos escrever para vos contar o que fizemos durante estas últimas semanas. Pode ser que assim se decidam

juntar a nós.

Lembram-se de uma vez nós termos dito que praticamos canoagem apesar de termos muito medo? Bem, desta vez fizemo-lo outra vez, mas agora fomos com toda a força, que até nem houve espaço para o medo. Ainda precisamos de alguns treinos para não irmos contra as margens do rio, mas com alguma persistência nós vamos conseguir. Ainda temos umas lon-

gas semanas para aperfeiçoarmos esta habilidade.

Há uma outra coisa que vocês já sabem que somos uns verdadeiros mestres e que adoramos fazer. Adivinhem lá o que é! Já descobriram? É cozinhar. É verdade, nós desta vez cozinhamos muito e gulosos como nós somos, só fizemos receitas de chocolate. Salame de chocolate e tarte de oreo, parece bem? A nós pareceu e a nossa

barriguinha agradeceu. Qualquer dia abriremos uma pastelaria. Assim vocês já podem provar as nossas iguarias.

Bem amigos, depois deste longos dias de praia e rio e depois de praticarmos tanto desporto, estamos muito cansados. Estamos mesmo a precisar de uma longa sesta para descansar. Vemo-nos em breve!



Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

junho 2018

Visita à Vacaria



Recentemente, para complementar de forma mais prática, o estudo acerca da temática dos animais, que está a ser trabalhada na sala de atividades, fomos visitar uma vacaria em Forjães que pertence ao tio duma criança da sala. O senhor Joaquim Rolo teve a amabilidade de nos receber e mostrar às crianças a fase da ordenha, bem como os vitelos que tinham nascido há pouco tempo.

As crianças puderam contactar com os animais da vacaria, conhecer a sua alimentação, baseada em alimentos produzidos nos campos e aprender algo mais sobre os cuidados de bem-estar que as vacas e vitelos recebem.

O objetivo desta visita foi dar a conhecer a rotina da vacaria e o aprofundamento do ciclo do leite.

No final da visita foi oferecido a todos um pequeno lanche.

Educadora Rita Caetano

Holi Colour A. Estudantes

No dia 15 de junho a Associação de Estudantes assinou o final do ano letivo com a realização da atividade *Holi Colour*, que envolveu todos os alunos do 2º e 3º ciclos.



A Confederação Nacional das Associações de Pais, estrutura confederada das Associações de Pais e Encarregados de Educação e das suas estruturas federadas (CONFAP) e o Grupo Leya distinguiram a Escola Básica de Forjães com o selo "Escola Amiga da Criança". Este galardão distingue estabelecimentos de ensino com ideias extraordinárias que concebem e concretizam, para melhorarem as suas condições de funcionamento, contribuindo para um desenvolvimento mais feliz da criança no espaço escolar. O selo Escola Amiga da Criança procura reconhecer e premiar ideias extraordinárias em seis categorias da Segurança, Espaços de recreio e convívio, Alimentação, higiene e ambiente, Formação cívica, Envolvimento da família e comunidade educativa, Projetos extracurriculares. A EB de Forjães foi reconhecida com três projetos na categoria de Cidadania, "Uma Cidadania ativa e reforço das aprendizagens", "Meninos do Planeta da Luz" e "Sala de Snoezelen".

Esta foi a primeira edição de um projeto que se propõe distinguir e premiar, anualmente, as escolas que conceberam e concretizaram ideias originais.

Jogadores em campo



O jogador Diego Batista (ex-aluno da EB de Forjães) que pertence à equipa Sub-19 do Benfica, passou uma manhã bem divertida com a Turma FA, no campo de jogos da escola onde em criança começou a dar os primeiros toques na bola. Diego Batista é médio e está na equipa do Benfica desde 2012/13, na altura Infantil. Com paciência e simpatia realizou algumas brincadeiras e "treinou" com os mais pequenos.

Juntamente com a sua irmã, no final das atividades, distribuiu algumas guloseimas pelas crianças, para repor as energias. Obrigada Diego!

Educadora Rita Caetano

Azurara Parque Aventura

No passado dia 4 de junho, os alunos do 6º ano da E. B. de Forjães, fizeram uma visita ao Azurara Parque Aventura, em Vila do Conde. Este passeio decorreu durante o dia inteiro.

Quando chegamos ao parque fomos divididos em dois grupos, sendo que cada grupo fazia as mesmas atividades. Destas faziam parte o paintball, o arborismo, o slide, o tiro ao alvo e a caça ao tesouro. Quando divididos, cada grupo foi acompanhado pelos monitores e também pelos professores para o local da realização das atividades.

Depois de realizadas as atividades previstas para a parte da manhã, fomos almoçar ao bar do parque. Mais tarde, depois das atividades sugeridas para a parte da tarde, nós, alunos do 6º ano, dissemos adeus a Vila do Conde, regressando à Escola Básica de Forjães.

Cláudia Tomás, 6ªA



Dia Mundial do Ambiente

Limpeza de praia



No dia 6 de junho, alguns alunos dos 7ºB e C participaram numa atividade de limpeza de praia, na localidade de Guilheta, junto da foz do rio Neiva. A atividade estava integrada no plano de ação do Eco-Escolas e realizou-se em parceria com a Esposende Ambiente e o CEA teve por finalidades a consciencialização e a sensibilização para a preservação da orla marítima e também assinalar o Dia Mundial do Ambiente.

Os alunos foram recebidos por técnicos do CEA que nos cederam sacos do lixo e luvas para pormos "mãos à obra". Percorremos um trilho desde o estuário do rio Neiva até à praia de Guilheta e por falta de tempo não conseguimos finalizar a limpeza, mas enchemos vários sacos o que já valeu a pena! Estes alunos vivenciaram uma atividade pedagógica simbólica muito positiva e convidam todos a fazê-la, sempre que tiverem oportunidade, para o bem do ambiente e da nossa qualidade de vida neste planeta!

Filipa Cruz, 7ºC





CLUBE DE ORIENTAÇÃO



Acampamento **NATUR** 15, 16 junho 2018

“Só estou aqui... porque me oriento!”

No término deste período letivo, nos dias quinze e dezasseis de junho, em Forjães, o Clube de Orientação da EBF levou a cabo mais um **Acampamento Natur**. Esta iniciativa lúdica pedagógica teve por finalidades o encerramento da época competitiva, atribuir os prémios anuais (empenho, revelação e dedicação), a despedida dos alunos do escalão de júnior e o fortalecimento do espírito de equipa. As atividades planeadas para estes dois dias destinaram-se a fomentar o exercício físico na natureza e a sua preservação, a expandir a autonomia, a desenvolver a capacidade organizativa

e empreendedora, a aplicar princípios cívicos de relacionamento interpessoal e a proporcionar mais momentos de prática da modalidade. Do programa deste Acampamento Natur constaram uma prova de orientação noturna “*School Race*”; momentos de reflexão/convívio à “fogueira”; uma corrida na natureza “*1ª Froganes Trail*”; atividades aquáticas na piscina e um almoço convívio com cerimónia de encerramento. Estiveram presentes trinta e dois atletas e alguns ex-atletas que para além de se divertirem muito, também se empenharam nas tarefas propostas.



SCHOOL RACE noturna



Esta prova noturna decorreu em formato de estafeta, com equipas de dois elementos, previamente escolhidos para que não existissem desigualdades acentuadas. Os primeiros elementos de cada equipa partiram de dois em dois minutos e os segundos elementos só podiam partir com a chegada do seu par que, numa zona de transição, lhes entregava o mapa. O tempo final de prova resultava do somatório dos tempos dos dois elementos da equipa. Os 15 postos de controlo, espalhados pelo espaço escolar, estavam bem escondidos e, ao contrário do habitual, não estavam propositadamente sinalizados com o prisma branco e laranja, somando o facto de estar escuro e das lanternas nem sempre corresponderem ao que seria previsto. Tudo isto tornou a atividade bem divertida e difícil... A classificação, tão aguardada, foi conhecida pouco tempo após a última equipa terminar a sua prova. Os vencedores foram o par Clara Barbosa e Tomás Araújo!

1º Froganes TRAIL



Na manhã de sábado, bem cedo, os grupos de 5 e 6 elementos prepararam-se a rigor para iniciarem a prova de Trail pelas redondezas da EBF. O percurso de 10km estava bem sinalizado e os seus trilhos passavam por Alvarães, Fragoso e Forjães. Adivinhava-se uma tarefa difícil onde a cooperação entre os elementos do grupo seria fundamental, já que uma das regras impostas era manterem-se sempre juntos até à meta. Os grupos partiram, com diferença de 15 minutos entre eles, e lançaram-se à aventura! Aproveitaram as paisagens junto ao rio Neiva, conviveram e chegaram todos bem-dispostos, principalmente por estarem com imensa vontade de iniciarem as atividades aquáticas na piscina, que convidava a belos mergulhos, após o desgaste físico e o calor que se fazia sentir no final da manhã.

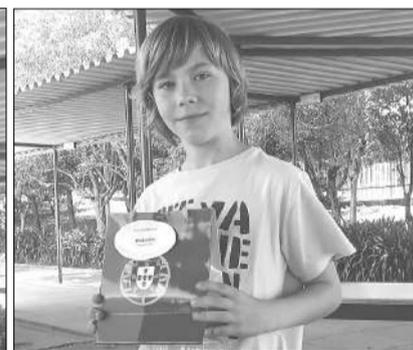
Prof.ª Anabela Freitas

PRÉMIOS ANUAIS

REVELAÇÃO



Antónia Brito



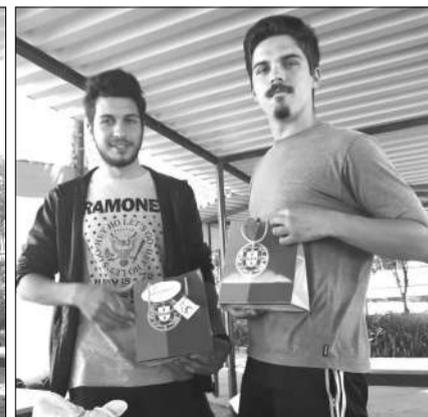
Daniel Martins

EMPENHO



Guilherme Razão

DEDICAÇÃO (9 anos)

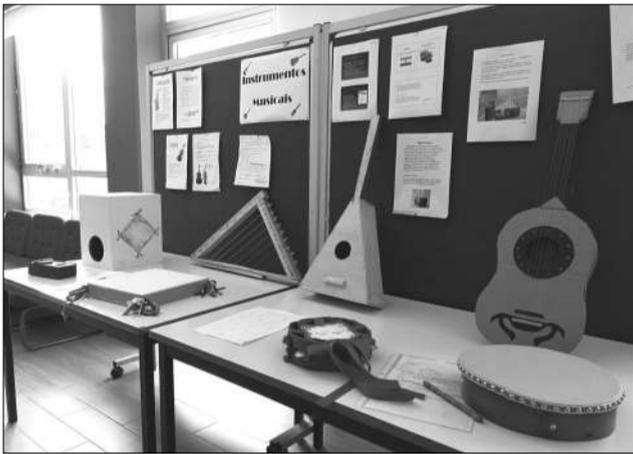


Nuno Pereira

Guilherme Ribeiro

Instrumentos Musicais

Desde o dia 11, e até ao dia 15 de Junho, estiveram



expostos, na biblioteca da Escola Básica de Forjães, instrumentos musicais construídos pelos alunos do 6º ano.

Os instrumentos musicais não eram verdadeiros, como é óbvio, isto é, não produziam som da mesma forma que os utilizados na sala de aula ou em concertos, mas tinham muita imaginação: uns eram desenhados em cartão, outros reciclaram objetos antigos, como uma “peneira” de limpar os cereais, por exemplo, outros construíram em madeira e pintaram, com a ajuda dos seus familiares... E outros ainda optaram por produzir textos sobre os instrumentos que mais os fascinam.

Estes trabalhos foram realizados com ajuda do professor Armando Félix, numa atividade realizada no âmbito da disciplina de Educação Musical, com fins educativos e pedagógicos.

Fósseis

Filipa Cruz, 7ºC



No dia 5 de junho, os alunos do 7ºano, da EB de Forjães, assistiram a uma palestra, na biblioteca, que tinha como tema os Fósseis.

A palestra foi proferida pela geóloga Liliana Ferreira, que nos explicou como os fósseis se formam: os alunos, não só adquiriram conhecimento, como também observaram fósseis vegetais. Cada grupo tinha 3 fósseis que tentaram classificar /relacionar com os fósseis grandes, expostos ao longo das mesas. Esta atividade permitiu descobrir o valor dos fósseis: não se trata de dinheiro, mas sim dos anos que estes demoraram a formar-se e da sua importância na história da terra.

Infelizmente, não foi possível realizar moldes dos fósseis, mas observámos moldes feitos em látex, dos anos anteriores.

Filipa Cruz, 7ºC

Passeio de fim de ano!



No dia 13 de junho, o departamento dos serviços especializados e apoio educativo do nosso agrupamento organizou, como atividade de final de ano letivo, uma ida a Vila Nova de Cerveira para os alunos com CEI (currículo específico individual). Escolheram esta localidade por possuir um parque com diversas propostas desportivas e recreativas com uma componente pedagógica ligada à natureza e aos recursos hídricos – Par-



que dos Castelinhos. Grande parte dos alunos saiu das suas escolas – Escola Básica António Rodrigues Sampaio e Escola Básica de Forjães – no autocarro da Câmara Municipal de Esposende até à cidade de Viana do Caste-

Carrinhos Elétricos

Em resultado do projeto “Carrinhos Elétricos”, levado a cabo pelos professores de Física e Química e pelos alunos de 9º ano, realizou-se uma demonstração do funcionamento dos mesmos para toda a comunidade educativa.

Este projeto, já realizado em anos anteriores, sempre com materiais reciclados, tem como principais objetivos reconhecer a energia elétrica como fonte de energia capaz de locomover objetos e criar um veículo movido a pilhas, transformando a energia por elas fornecida em energia cinética, isto é, em movimento.

Concluído o projeto, os alunos sentiram-se orgulhosos pelo resultado final.

Estes carrinhos, construídos com materiais recicláveis, ficaram depois expostos no espaço da biblioteca da escola, onde todos os alunos, incluindo os mais pequenos puderam experimentá-los e explorá-los.



lo onde apanharam o comboio, para muitos algo inédito e muito emocionante. Alguns alunos da Unidade de Multideficiência usufruíram do transporte habitual que lhes oferece melhor conforto e tranquilidade – carrinha da Cruz Vermelha de Marinhãs. Os alunos tiveram a oportunidade de visitar o Aquamuseu onde observaram diversas espécies de peixes do rio Minho e conheceram a lontra Eureka. Depois do piquenique, decidimos visitar parte da vila uma vez que o parque aquático e o parque recreativo se encontravam em remodelações.



Para o ano voltamos, mas desta vez para tomarmos banho!



Boletim Nascente Escolar
junho 2018



Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: Prof.ª Anabela Freitas, prof. José Pinho, prof.ª Goreti Figueiredo, prof.ª Natália Serra, 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
e-mail: boletimnascenteescolar@gmail.com



Jantar comemorativo do 51º aniversário do Forjães Sport Club

Como vem sendo hábito nos últimos anos, o Forjães Sport Club celebra o seu aniversário no final da época. Este ano, as comemorações realizaram-se no passado dia 2 de junho no restaurante Alcazar. Uma enorme festa, sala cheia, muita animação e boa disposição.

A direção do Clube vem, pelo presente, agradecer a todos os que marcaram presença, representantes das autoridades e instituições locais, sócios, simpatizantes e um obrigado especial para os Ultras, que muito animaram a festa.

Apesar dos momentos fantásticos vividos, da sala cheia e da demonstração de vitalidade demonstrada pela “Família do Forjães Sport Club”, não podemos deixar de lamentar a sobreposição de atividades que verificámos no passado dia 2. O Forjães Sport Club entende que todos somos FORJANENSES, todos gostamos de ajudar as várias Instituições e causas. Para que tal possa acontecer, não se podem realizar várias iniciativas no mesmo dia e hora.



Campeonato Concelhio de Futebol Infantil

O Estádio Horácio Queirós foi o palco escolhido para receber a última jornada e entrega de prémios do Campeonato Concelhio de Futebol Infantil, organizado pela Câmara Municipal de Esposende (CME). Este ano, num formato diferente, o encerramento do campeonato realizou-se em

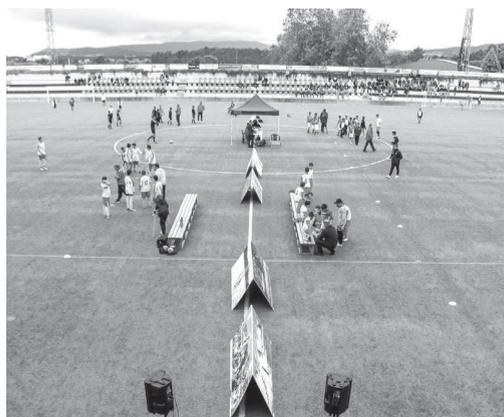
dois dias. Ficando assim agendados para sábado, dia 2 de junho, no período da manhã, os jogos dos Traquinas, sendo no final da jornada entregues as lembranças a todos os atletas pelo Vereador do desporto da CME, Dr. Rui Losa. No período da tarde, jogaram e receberam as respetivas

medalhas e troféus os atletas do escalão de Benjamins. No domingo, dia 3, no período da manhã, assistimos a um encontro de petizes e, da parte de tarde, a encerrar a jornada e campeonato, pisaram a relva do nosso estádio os Infantis.

Uma enorme festa do futebol jovem,

foi um enorme prazer para o Forjães Sport Club receber no nosso estádio os futuros craques do nosso concelho e, quem sabe, do futebol nacional.

Um abraço muito especial para todos os atletas que ao longo da época representaram as cores do Nosso clube.



Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Club



Assembleia Geral do Forjães Sport Clube

A Assembleia Geral do Forjães Sport Club comunica que em Assembleia no dia 24 de junho realizada às 11.00 horas, foi eleita a Comissão Diretiva do Forjães Sport Clube para a época desportiva 2018/2019.

Votos de felicidades e de bom trabalho a todos os membros da Comissão Direti-

va eleita, que nesta fase difícil da vida do clube resolveu dar o melhor de si ao FSC.

Fica o nosso reconhecimento. O Presidente da Mesa Assembleia Geral,

Álvaro Filénio Neiva Ribeiro

Lista eleita para a Comissão Diretiva para a época desportiva 2018/2019

- José Maria Torres Gomes
- Crispim Manuel Sobral Carvalho
- Maria Augusta Gomes Ribeiro
- Marlene Sofia Silva Alves
- Alexandra Perpetua Fernandes L. Ribeiro
- Pedro Adalberto Carmo Vieira
- António Eduardo Correia Pinheiro
- Óscar Dinis Gomes Lima
- Fernando Jorge Sá Ribeiro
- José Filipe Louro Morgado
- Luís Miguel da Silva Moura
- José Maria Ferreira da Mota

- Sérgio Joaquim Queirós Morgado
- Pedro Miguel Sinaré Almeida
- Maria Cristina da Silva e Sousa Vieira
- Américo Manuel da Silva e Sousa
- Acácio Azevedo Lima
- Agostinho Ribeiro Maciel
- Maria Olívia Rolo Lima Neiva
- Sérgio Augusto Duarte dos Santos
- Virgínia Sousa Sampaio
- Sílvia Maria da Cruz Silva
- Virgílio Jorge Abreu Marcelo de Oliveira

FSC apresenta novo treinador

Carlos Viana ex treinador da AD Esposende é o treinador escolhido pela Comissão Diretiva do Forjães Sport Club para a próxima época. Carlos Viana é um dos treinadores mais promissores do nosso futebol e ostenta um trajeto ascendente, o jovem técnico tem realizado épocas de grande qualidade. Com as suas equipas a praticar futebol positivo. Carlos Viana chega ao FSC com vontade de triunfar. O próximo Timoneiro do FSC foi apresentado, juntamente com a sua equi-



pa técnica, no dia 26 de junho, no Estádio Horácio de Queirós!

Convívio de encerramento do futebol jovem

No passado sábado, 23 de junho, realizou-se o convívio de encerramento do futebol jovem. O evento começou por volta das 17h e pelos já famosos jogos entre atletas, pais, mães, treinadores e diretores. Como os jogos foram muito exigentes no final foram todos dar um mergulho na piscina exterior de Forjães. O nosso muito obrigado à administração da Esposende 2000 e ao professor Luís Lourenço.



A parte mais exigente já estava realizada, altura de repor as energias, os assadores de serviço já estavam apostos e ao regressar ao Estádio Horácio Queirós as fêveras e as sardinhas já estavam à espera dos participantes, claro que o champarrinho não faltou.

No final estava na altura de entregar os prémios, dois por escalão, um para o atleta do ano e outro para o atleta revelação. Um agradecimento à Câmara Municipal de Esposende pela colaboração na aquisição dos troféus. Também foi entregue um prémio de Mérito e Excelência, ao André

Pereira, que completou todo o seu percurso na formação do Forjães Sport Club. Mesmo frequentando o primeiro ano da faculdade, não deixou de representar os juniores no seu último ano de formação. Parabéns pelo percurso desportivo, escolar e pela colaboração nos escalões mais jovens.

Um muito obrigado a todos os atletas, pais, técnicos e diretores que acompanharam os escalões de formação.

Campeonato Concelhio de Veteranos

A Associação Desportiva de Esposende conquistou o primeiro lugar do Campeonato Concelhio de Veteranos em Futebol 7, competição promovida pelo Município de Esposende, no âmbito do Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo.

A décima terceira e última jornada decorreu no dia 16 de junho, no Estádio Horácio Queirós, em Forjães. Ao segundo lugar do pódio subiu o DR Estrelas do Faro e, no terceiro lugar ficou a SCM de Esposende, e em quarto o CF Fão, seguindo-se o GCDR Gemeses, a UD Vila Chã, o FC Marinhas, o CSJ Mar, o Forjães SC, o Gandra FC, o CSJ Belinho, a JF Rio Tinto/Fonte Boa e o GD Apúlia.

O Campeonato Concelhio de Veteranos decorreu entre os meses de janeiro e junho e envolveu a participação de treze

equipas dos clubes/associações desportivas do concelho, num total de mais de 200 atletas com idades superiores a 35 anos.

Os jogos decorreram quinzenalmente, ao sábado, em diversos recintos desportivos do concelho, designadamente Centro Desportivo do CF Fão, Estádio Padre Sá Pereira, Estádio Padre Avelino Peres Filipe, Estádio Horácio Queirós e Estádio UD Vila Chã.

Tendo com objetivo o incremento da prática desportiva regular, este campeonato tem vindo, ao longo dos anos, a afirmar-se no concelho como uma oferta complementar ao desporto federado, evidenciando cada vez mais, maior adesão por parte da população masculina do escalão de veteranos.



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

...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

Opinião

O nome: prisão ou liberdade?



Pe. Luís Baeta

Dar um nome a alguém é, geralmente, motivo de alegria e de orgulho e um gesto revestido de responsabilidade. Na Bíblia, particularmente no Antigo Testamento, significava a posse sobre alguma coisa ou pessoa. Identificar significava tornar-se responsável pelo identificado. Assim aconteceu com Adão, o primeiro homem, a quem Deus permitiu atribuir nomes: «O Senhor Deus, após ter formado da terra todos os animais dos campos e todas as aves dos céus, conduziu-os até junto do homem, a fim de verificar como ele os chamaria, para que todos os seres vivos fossem conhecidos pelos nomes que o homem lhes desse» (Gn 2, 19).

O nome será determinante na vida da pessoa. É com ele que se identificará e por ele será identificada. Será repetido inúmeras vezes ao longo da sua vida, com mais ou menos amor, com mais ou menos rancor. Será escrito em mensagens, cartas, postais, bolos ou convites, entre uma grande infinidade de coisas.

Por tudo isso, o momento de escolher o nome de uma criança que nasce deve revestir-se de extrema importância na vida dos pais. Hoje, numa sociedade que demonstra um crescente egoísmo e onde «eu» parece ser a palavra que mais ecoa nas mentes e nos corações, assistimos

a um aumento incrível de crianças com nomes bizarros que dizem mais do que os pais são do que aquilo que querem que os filhos sejam. Nomes que demonstram egoísmo absoluto porque são atribuídos para maior glória dos próprios pais mais do que para honra dos recém-nascidos que terão de viver para sempre com o nome que alguém um dia caprichosamente decidiu que tivessem.

Será, pois, importante que, na derradeira hora da escolha, se tenham em conta alguns aspetos importantes. Em primeiro lugar, deve evitar-se a eterna infantilização da pessoa, que não será bebé toda a vida. Por isso, deve imaginar-se que, em poucos anos, a criança estará numa escola, numa universidade ou num qualquer emprego ou empresa e não deverá ter um nome que a infantilize para sempre ou que até fique ridículo quando acompanhado de títulos como «Senhor(a)», «Professor(a)» ou «Doutor(a)». Imagino, entre outros, o nome com que a filha mais velha da vedeta Cinha Jardim cresceu. Embora se chame, segundo as crónicas, Catarina, a verdade é que já é uma mulher mas ainda se chama publicamente de «Pimpinha», que a faz recordar como a eterna criança mimada da mamã. Em segundo lugar, a criança não tem de ser uma continuação dos pais, como se o mundo apenas girasse à volta deles ou como se fossem modelos a imitar. Não entendo como, num universo tão grande de nomes, se obriga o novo ser humano a ter o mesmo nome que o pai ou a mãe gerando confusão nas conversas e na identificação ao longo dos anos que se seguirão. Talvez Cristiano Ronaldo

queira implementar no mundo a ideia de que um filho rapaz, com o mesmo nome e que já dá uns toques na bola será obrigatoriamente sua fotocópia. Mas a criança deveria ter a sua própria liberdade e poder ter opções de vida. São muitos os exemplos de filhos com os nomes dos pais, já não insistindo sequer no absurdo de quem, depois do primeiro nome, lhe acrescenta «Júnior». Será júnior toda a vida? Em terceiro lugar, devem evitar-se os estrangeirismos: porquê o crescente número de nomes estrangeiros quando estamos em Portugal, honramos e amamos a nossa pátria? E quando se juntam nomes estrangeiros com apelidos portugueses? Chegam a parecer anedotas! Pensemos nas filhas – portuguesas, sublinhe-se – de Luciana Abreu: Lyonce Viiktórya, Lyannii Viiktórya, Amoor e Valentine, estas últimas que eram até para se chamarem de Lamour e Lavie!

O nome que damos a alguém não poderá refletir apenas o que essa pessoa significa para nós mas o que ela será para o mundo. Não deverá constituir para a mesma fonte de vergonha, humilhação ou gozo mas de orgulho e bem-estar. Há pessoas que se envergonham de nomes que não queriam ter, que se habituam a ser tratadas pelo apelido ou criam pseudónimos, e acabam por viver realidades distantes daquilo que realmente são. Se amamos alguém que nasce não sejamos egoístas mas generosos num nome que dignifique e engrandeça a pessoa sem que ela dependa para sempre das fantasias daqueles que nasceram primeiro!

Editorial



Arlindo Tomás

Este tem sido um mês quase completamente dedicado ao futebol, com a preparação da seleção nacional com vista à participação no campeonato mundial de futebol, equipa que muitos apontam como uma das favoritas e que quase todos os portugueses acreditam que esteja presente na final do mundial. Com um arranque a meio gás, mas com uma passagem à fase de grupos, esperam-nos agora dias de muita tensão. Por

outro lado, aquilo que se tem passado a nível diretivo num dos chamados grandes do nosso futebol, e que alguns já apelidavam de circo, tem animado as conversas, os debates e as notícias das nossas televisões e que todos esperamos que tenha chegado ao fim.

No Forjães Sport Clube, depois da anterior direção ter dado por terminado o seu trabalho e ter decidido não continuar, após várias convocatórias para o ato eleitoral, estas mantiveram-se desertas, e com o passar do tempo, caiu-se na situação de outros anos, o que já vem sendo habitual neste clube. Assim, e depois de muitas diligências e com o espírito de sacrifício e amor ao clube, foi possível, através de um grupo de sócios corajosos e patrióticos, eleger uma comissão administrativa para assegurar a continuidade do clube.

Em contagem decrescente, está a segunda semana de julho, para todos os forjanense um dos momentos altos do ano, pois realiza-se a tradicional Romaria de Santa Marinha. Como vem sendo hábito, apresenta um cartaz de grande qualidade, fruto do excelente trabalho da Comissão de Festas que, ano após ano, se vai aprimorando e que já é uma referência não só no concelho de Esposende como nos concelhos vizinhos. Em jeito de preparação, realizaram-se já este mês, as tradicionais festas em honra de Nossa Sra. da Graça, que também tiveram um excelente cartaz, com quatro dias de festa.

Este mês fica, também, marcado pela greve dos professores, um facto que já começa a ser habitual nesta altura do ano. Posições extremadas entre professores e Ministério da Educação, que já dura desde que houve congelação de carreiras e não parece ter fim à vista. De um lado, os professores que lutam pela reposição integral do tempo que foi congelado em que afirmam que só reivindicam o que lhes pertence e, por outro, o Ministério da Educação que, numa primeira fase, prometeu descongelar todo o tempo, mas afinal, quando viu que não tem dinheiro, recuou nas tais pretensões e voltou com a palavra atras. O que importa salientar no meio disto tudo é que os prejudicados são sempre os mesmos, os que não têm culpa de nada, os alunos. Uma situação que deixa todos, alunos e encarregados de educação, numa grande indefinição e que em nada contribui para a serenidade pretendida por todos aqueles que tem os exames nacionais para realizar.

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

Sardinhas recheadas

12 sardinhas (grandes); 3 alhos; 100g de carne picada; 2,5 dl de azeite; 2,5 dl de vinho branco; 2 ovos; 1 ramo de salsa; 1 folha de louro; 1 limão; sal; pimenta

Escame as sardinhas e tire-lhes as tripas e a cabeça. Tire também a espinha central, até 1 centímetro do rabo. Corte as barbatanas e lave as sardinhas muito bem. Entretanto, faça uma marinada com o azeite, o vinho branco, a folha de louro, os alhos picados. Tempere de sal e pimenta e deixe as sardinhas abeberarem, nesta marinada, cerca de uma hora e meia. Findo este tempo, retire-as e encha-as com a carne picada, preparada anteriormente. Espete um palito na barriga, para que o picadão não saia, e passe-as pelos ovos batidos e pão ralado. De seguida, frite-as em azeite bem quente. Sirva-as enfeitadas pela salsa e rodelas de limão.

Cheesecake com frutos vermelhos

150g de bolacha tipo maria; 75g de manteiga à temperatura ambiente; 200g de queijo-creme à temperatura ambiente; 50g de açúcar em pó; 1 c. (chá) de sumo de limão; 1 c. (chá) de essência de baunilha; 200 ml de natas; compota de morango q.b.; mirtilos, framboesas, groselhas e cerejas ou morangos frescos para decorar; folhas de hortelã

Triture a bolacha e envolva a manteiga. Coloque o preparado numa forma com fundo amovível e pressione bem. Alise a superfície. Reserve. Entretanto, numa tigela, bata bem o queijo-creme com o açúcar em pó, o sumo de limão e a baunilha, até obter um preparado consistente e macio. À parte, bata as natas até ficarem em ponto de chantili. Incorpore o preparado de queijo com as natas e distribua por cima da base de bolacha. Cubra com película aderente e leve ao frio, por cerca de 3 horas. Antes de servir, desenforme e decore com as frutas frescas. Pode fazer um espelho por baixo das frutas, usando compota de frutos vermelhos ou morango, se quiser.

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 aquilo que está escrito; culto que presta aos santos aos anjos = 2º dança popular do norte de Portugal = 3º Gustavo Tavares; magtagal; aqui = 4º altar pagão; dama de companhia; oferecer = 5º nome da filha do autor das palavras cruzadas; culpa = 6º ter compaixão = 7º maluco; assim seja = 8º ao mesmo tempo; lírio; preposição = 9º utensílio agrícola; nome feminino; assembleia geral = 10º ligeira refeição entre o jantar e a ceia = 11º arrumamento de jardim; artéria principal do coração =

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

Verticais

1º relativo à lei; máquina para fazer molduras = 2º oftalmia, acompanhada de aspereza na parte interior das pálpebras = 3º sigla da televisão; armadilha; a mim = 4º chefe etíope, patrão; regra = 5º superfície; antiga moeda italiana = 6º que tem a forma de elipse = 7º mulher formosa; sorte = 8º larva que se cria nas feridas dos animais; época; adolescente = 9º naquele lugar; peça teatral; atmosfera = 10º pequeno carro

soluções pág. 7

Saúde em destaque

Narcolepsia parte III

Que teste posso fazer para confirmar o diagnóstico da Narcolepsia?

Embora os sintomas de doença com cataplexia sejam suficientes para o diagnóstico, o Teste de Latências Múltiplas deve ser feito se possível para o confirmar. Esse teste é feito durante o dia num laboratório de sono. Consiste na realização de 4-5 sestas de 20 minutos, de 2 em 2 horas. Este teste permite medir a rapidez com que se adormece e assim objetivar a existência da sonolência. Além disso permite detetar a existência do sono paradoxal no início do sono, aspeto característico da narcolepsia. Para que este teste se considere positivo para a Narcolepsia, terá que haver um tempo rápido de adormecimento e pelo menos duas sestas com sono paradoxal. Este teste implica passar um dia no laboratório de sono e deverá ser procedido por um registo poligráfico de sono na noite anterior para excluir outras patologias de sono e garantir que não houve privação de sono, nomeadamente de sono paradoxal. Existem outros exames que podem ser realizados em alguns doentes para ajudar a confirmar ou a rejeitar este diagnóstico. A quantidade de

orexina/hipocretina pode ser medida no líquido cefalo-raquidiano (*líquido que circula à volta do cérebro e medula*). Nos doentes com narcolepsia que têm cataplexia, existe uma marcada diminuição desta substância. Outro exame implica a determinação de uma proteína chamada HLA (Human Leucocyte Antigen), importante para o nosso sistema imunitário, uma vez que cerca de 90% dos doentes com narcolepsia (sobretudo se tiverem cataplexia) têm um tipo específico dessa proteína (DQB1*0602).

A Cataplexia é perigosa?

A cataplexia ligeira geralmente não traz problemas. Existem alguns doentes que têm apenas ataques de cataplexia parciais, perdendo força nas mãos, na cabeça ou na fala. Param além do constrangimento social que tal sintoma desencadeia, não traz outros riscos para a saúde. Em muitos ataques de cataplexia total o doente tem tempo para assumir uma posição de segurança inicialmente, evitando ferimentos. No entanto, ataques de cataplexia mais graves podem provocar lesões no corpo e podem trazer riscos se ocorrerem em situações potencialmente perigosas (por exemplo



Marina Aguiar*

na água ou a atravessar a rua). Os doentes com estes sintomas, sobretudo se mal controlados, devem por isso evitar situações de perigo. Além disso, é importante que as pessoas próximas do doente conheçam este sintoma e saibam como lidar com ele – colocar o doente deitado e deixar o doente recuperar progressivamente do ataque. A cataplexia não tratada leva muitas vezes os doentes a evitarem o contacto social para reduzirem o risco e constrangimento que o sintoma lhes provoca. Este facto pode levar ao isolamento social e favorecer o aparecimento de depressão, reforçando a necessidade do diagnóstico e tratamento atempado.

Referência Bibliográfica:
APS (Associação Portuguesa do Sono)
*Médica Dentista
*Médica da equipa de emergência da delegação da Cruz Vermelha Portuguesa de Viana do Castelo

PROGRAMA

09 JULHO | SEGUNDA

18h30 - Início da novena em Honra da Virgem Mártir Santa Marinha

13 JULHO | SEXTA

- 08h30** - Alvorada festiva com salva de morteiros
- 21h30** - Procissão de velas em Honra à Senhora de Lurdes, na Igreja Matriz e ruas circundantes
- 22h30** - Cantaras "a capella" com GADT Forjães e Centaieiras Vale do Neiva, no Escadório Pe. Joaquim Lima
- 23h00** - Rusgas populares com concertinas e cantares ao desafio
- 00h00** - Sessão de fogo de Artificio
- 00h30** - Animação, DJ's e Bares na FUN ZONE SANTA MARINHA



14 JULHO | SÁBADO

- 08h30** - Alvorada festiva com salva de morteiros
- 08h30** - Arruada com Grupo de Zés Pereiras de Antas
- 15h00** - Abertura da EXPOFORJÃES, no C. Cultural Rodrigues Faria
- 22h00** - **JOÃO PEDRO PAIS**, na FUN ZONE SANTA MARINHA
- 00h00** - Sessão de fogo de artificio
- 00h15** - DJ's "All in DJ's" e "Pedro Pena" na FUN ZONE SANTA MARINHA



15 JULHO | DOMINGO

- 08h30** - Alvorada festiva com Salva de Morteiros
- 09h00** - Concentração de Grupos de Bombos e Arruada
- 14h00** - Concentração de Carros Clássicos / Exposição, no Centro Cultural Rodrigues Faria
- 16h00** - Desfile de Grupo de Bombos, na Avenida Santa Marinha: Grupo de Bombos de S. André (Amarante), Grupo Zés Pereiras (Barcelinhos), Grupo de Bombos de S. Lourenço (Marco Canaveses)
- 17h00** - Desfile de Carros Clássicos pelo Centro da Vila
- 22h00** - **CALEMA**, na FUN ZONE SANTA MARINHA
- 00h00** - Sessão de fogo de artificio
- 00h15** - Animação, DJ's e Bares na FUN ZONE SANTA MARINHA



16 JULHO | SEGUNDA

- 08h30** - Alvorada festiva com salva de morteiros
- 20h00** - Concentração e Desfile dos Andores floridos, no Centro Cultural e Avenida Santa Marinha
- 22h00** - Representação da peça de teatro "A Vizinha do Lado", pelo Grupo de Teatro "Forjães em Cena", no Escadório Pe. Joaquim Lima
- 00h00** - Sessão de fogo de artificio
- 00h15** - Animação, DJ's e Bares na FUN ZONE SANTA MARINHA

SANTA MARINHA

romaria FORJÃES '18

13 / 18 JULHO . FORJÃES



17 JULHO | TERÇA

- 08h30** - Alvorada festiva com salva de morteiros
- 08h30** - Arruada com Grupo de Zés Pereiras "Os Delacenses"
- 15h00** - Sessão de Fogo Pirotécnico. Entrada das Afamadas Bandas Filarmónicas **SOCIEDADE MUSICAL DE PEVIDÉM e BANDA DE MÚSICA DE ANTAS**
- 22h00** - Concerto musical protagonizado pelas referidas bandas, no adro da Igreja Matriz
- 00h00** - Grande sessão de fogo de artificio e piromusical
- 00h30** - Cerimónia de despedida das Bandas de Música, no adro da Igreja Matriz.
- 01h00** - DJ's "Petite" e "Pedro Pena", na FUN ZONE SANTA MARINHA.



15h00 - Sessão de fogo pirotécnico. Entrada das Afamadas bandas filarmónicas: **BANDA MARCIAL DE FERMENTELOS e BANDA DE VILELA**

17h30 - Oração da tarde e sermão em Honra de Santa Marinha
18h00 - **PROCISSÃO SOLENE EM HONRA DE SANTA MARINHA**, com a participação da Fanfara particular de Gondomar e Banda de Gaitas de Verea Ourense - Espanha. Tradicional Bênção das Searas.

22h00 - Concerto Musical Protagonizado pelas referidas Bandas no adro da Igreja
00h00 - Fogo de artificio de encerramento. Cerimónia de despedida das Bandas de Música, no adro da Igreja.

18 JULHO | QUARTA

- 08h30** - Alvorada festiva com Salva de Morteiros
- 09h00** - Celebração da eucaristia com tradicional clamor a Santa Marinha, na Igreja Matriz de Forjães
- 11h15** - Eucaristia Solene em honra da Mártir Santa Marinha

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