

O FORJANENSE

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás
Julho/Agosto 2020 • Ano XXXV 2ª série • n.º 365
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



Romaria Santa Marinha

Nesta edição

Junta de Freguesia

págs. 2 e 3

Lar de Stº António

pág. 6

ACARF

págs. 8-9

Nascente Escolar

págs. 10-12

Opinião

págs. 4 e 14

Acompanhando o FSC

pág. 13

CME garante descontos de 50% nos passes dos transportes públicos



pág. 5

Iniciada construção do pavilhão da Junta de Freguesia de Forjães



pág. 2

FSC: Direção reeleita renova com a equipa técnica



pág. 13

Nós por cá: locais

Forjanenses com ascendentes em Cervães – Vila Verde

Gil de Azevedo Abreu

Antigamente, as famílias tinham muitos filhos e, caso fossem um pouco abastadas ou tivessem bens de raiz, gostavam de ter pelo menos um filho padre diocesano. Depois de ordenado presbítero e o prelado lhe atribuiu uma paróquia, geralmente uma irmã acompanhava-o.

O P. Joaquim José Gomes dos Santos (nasceu (n.) a 25/05/1878 em Vila Cova - Barcelos) veio paroquiar Forjães, em Janeiro de 1919, e aqui permaneceu até à sua morte a 05/04/1954. Substituiu o P. António Gomes Torres (n. a 17/01/1877 em Vila Seca – Barcelos e faleceu (f.) a 11/11/1918) vítima de pneumónica, doença pulmonar epidémica grave e fortemente contagiosa.

Com o P. Gomes dos Santos veio a irmã Rosa Gomes dos Santos (n. a 03/03/1886 em Vila Cova- Barcelos e f. a 12/02/1970 em Forjães), conhecida por “Rosinha do reitor”. Mais tarde juntou-se a sobrinha Júlia C. M. Santos (n. a 13/06/1930 e f. a 28/05/2002), filha de Agostinho Gomes dos Santos, que viria a casar com Júlio Carvalho Pereira (n. a 11/11/1929 e f. a

25/03/1999), fundador em 01/02/1967 d’«A Casa Pereira». Deste casamento vieram a nascer as filhas Rosa Natália Santos Pereira e Isabel Lurdes Santos Pereira.

Depois da morte do P. Gomes dos Santos, foi nomeado pároco de Forjães o P. José da Costa Freitas (n. em 1908 em Capareiros, actual Barrocelas, e f. a 22/06/1990 na Casa Sacerdotal em Darque) tomando posse em Maio de 1954 e aqui permaneceu até finais de Junho de 1966. Com a vinda, acompanhou-o a irmã Gracinda. Além desta, o P. Freitas trouxe, para seu ajudante, Basílio da Costa Vieira, natural de S. Julião do Freixo. Começou por ser sacristão, depois trabalhador rural, mais tarde empregado n’ «A Casa Pereira», voltando a ser sacristão no tempo do P. Justino. Casou com Maria do Sameiro Carvalho Pereira de cujo enlace nasceram os filhos Fernando Jorge Pereira Vieira e Maria de Fátima Pereira Vieira.

Nomeado pároco de Forjães a 23/06/1966 e entrada solene a três de Julho, o P. Justino, apenas esporadicamente,

teve a companhia da mãe (f. a 29/04/1990 com 90 anos) ou da irmã Maria (n. a 21/05/1927 e f. a 14/11/1997), já que praticamente foi a criada Rosalina Cândida da Silva Falcão (f. 20/05/2008), natural de Macieira de Rates, que o serviu até à fatídica morte a 15/11/1999.

Serve este intróito para falar do P. Domingos Vaz de Almeida (n. a 19/05/1797 em Cervães – Vila Verde e f. a 28/11/1883 com 86 anos em Forjães e sepultado dentro da igreja). Filho de Manuel Vaz de Almeida e Ana da Costa, neto paterno de Rodrigo Vaz de Almeida e Mariana Martins e neto materno de Domingos Francisco e Quitéria da Costa, o P. Domingos paroquiou a freguesia de Forjães desde 1829 até à data da sua morte faltando apenas um mês para perfazer 54 anos como pároco de Forjães. Não se sabe se, com a sua chegada, alguma irmã o acompanhou, mas o certo é que por cá estiveram e ficaram duas sobrinhas, Tomásia Maria e Mariana, que nesta freguesia constituíram família.

Tomásia Maria Vaz de Almeida, filha de

Manuel Vaz de Almeida e Violanta Maria, n. a 22/07/1820, no lugar da Bouça, freguesia do Divino Salvador de Cervães – Vila Verde. Casou a 16/02/1852 com o forjanense António José Torres e f. a 06/07/1900, no lugar do Matinho, com 80 anos. Tiveram vários filhos de entre os quais o P. Manuel Vaz de Almeida Torres.

Mariana Vaz de Almeida, irmã de Tomásia e também sobrinha do P. Domingos, n. a 02/06/1827 na freguesia do Divino Salvador de Cervães, concelho de Vila Verde, e f. em Forjães a 15/03/1899 com 71 anos. Aos 37 anos, casou a 20/01/1866 com o forjanense Manuel Gonçalves Ribeiro, de 23 anos, lugar dos Casainhos.

Na próxima edição d’“O Forjanense”, apresentarei, género árvore genealógica, muitos descendentes destas duas sobrinhas do P. Domingos Vaz de Almeida, bem como de um outro ramo da família Torres, João António Torres, irmão de António José Torres, que casou com Cecília de Jesus do Vale.



Junta de Freguesia de Forjães

Unidade de Saúde Familiar Esposende Norte – Pólo de Forjães

O Presidente da Junta de Freguesia esteve presente na reunião convocada pelo Presidente da Câmara Municipal de Esposende por forma a esclarecer a comunidade sobre a reabertura das Unidades de Saúde do concelho que ainda se mantêm encerradas por força das obrigatórias alterações decorrentes da pandemia por Covid-19. Estiveram também presentes os restantes Presidentes de Junta e os líderes de todos os partidos políticos com assento na Assembleia Municipal e o diretor do Agrupamento de Centros de Saúde do Cávado III Barcelos/Esposende (ACES), Fernando Ferreira. O Diretor do ACES Cávado informou os presentes da forma como decorreu todo o processo de reorganização da gestão dos Centros e Unidades de Saúde desde que teve início a situação de pandemia, tendo sido obrigado a efetuar uma reorganização interna profunda no sentido de permitir a melhor prestação de serviços à população, mas sempre na perspetiva de garantir a sua segurança e a dos seus profissionais. Referiu que, de entre os maiores constrangimentos, salienta-se a escassez de recursos humanos e a necessidade de sua contratação, pois os novos procedimentos exigiam uma disponibilidade não existente. Aliás, e a par da necessidade de se salvaguardar a identificação de pequenas intervenções a concretizar nas instalações e a aquisição de sinalética,

a reabertura de todos os equipamentos, explicou, tem como principal problema a necessidade de contratação, algo que está a cargo da Administração Regional de Saúde do Norte. A reabertura das Unidades assenta, pois, em exigentes critérios de saúde pública que visam garantir a prestação segura e permanente de serviços de saúde primários à população, afirmando que tudo está a ser feito para que seja possível que tal ocorra no mais curto prazo possível. Foi referido, aliás, que se trabalhará afincadamente com o objetivo de se possibilitar a reabertura das Unidades até ao início de agosto, assim que estejam cumpridas todas essas condições. Relativamente à Unidade de Saúde de Apúlia, está já a ser realizada a avaliação das intervenções necessárias e quanto à Unidade de Saúde de Forjães, está em estudo uma reabertura a tempo parcial, pois, mais uma vez, a escassez de profissionais de saúde não permitirá a reabertura, nesta fase próxima, em tempo integral. A Unidade de Belinho está também a ser alvo de avaliação, sendo certo que a insuficiente equipa de profissionais constitui o mais relevante impedimento à reabertura. Reconhecendo os constrangimentos que se vivem nesta fase, Fernando Ferreira apelou à compreensão de toda a população, ao apoio dos presentes e, sobretudo, das Juntas de Freguesia e da Câmara Municipal, reiterando que o

ACES e a Administração Regional de Saúde estão a desenvolver todos os esforços para que a situação se resolva no mais curto prazo possível. Perante questões como a dificuldade de os utentes acederem a consultas presenciais, foi referida a necessidade de se reinventarem as formas de acompanhamento em matéria de saúde, privilegiando-se o atendimento telefónico ou por vídeo conferência, pois pretende-se que a população possa minimizar ao máximo a ida aos Centros e Unidades de Saúde, reduzindo-se, assim, o risco de contágio da COVID. Mas, reafirmou, sem se colocar em causa a prestação dos cuidados necessários. Por outro lado, referiu também alguns indicadores relativos a esta fase de pandemia, em que o ACES nunca deixou de acompanhar, mesmo que à distância, toda a comunidade mais vulnerável, sobretudo por via telefónica, mas, ainda, realizando vários domicílios durante o pico da pandemia.

O Presidente da Câmara Municipal, referiu que a Câmara Municipal estará completamente disponível para contribuir em tudo o necessário para que a reabertura se concretize no menor prazo possível, mas sempre dentro dos limites da legalidade. Há sempre procedimentos administrativos a cumprir e importa não esquecer que as instalações são da responsabilidade do ACES.

Estrada Nacional 103

Tem sido uma preocupação constante desta Junta de Freguesia, alertar a direção das Infraestruturas de Portugal, em Braga, para o mau estado da Estrada Nacional 103. Foi com muito agrado que assistimos à reparação da mesma na Avenida do Cerqueiral, em que o piso já se encontrava bastante degradado e com a consequente falta de segurança. Contactados também por causa da limpeza dos passeios, afirmaram que no início de agosto a mesma será levada a cabo.



Nós por cá: locais

Opinião

Caros Forjanenses,

Esperamos que todos se encontrem bem, todos os que aqui residem e todos que se encontram espalhados por este mundo fora. Que vós e as vossas famílias estejam protegidas e que Santa Marinha nos continue a proteger a todos!

No passado dia 29 de junho, realizou-se a Assembleia de Freguesia (AF) referente ao mês de abril, passados cerca de seis meses após a última AF, por via da pandemia movida pela COVID-19.

Logo no primeiro ponto da ordem de trabalhos, foram por nós apresentadas duas moções, que passamos a explicar:

1. Preocupados com o encerramento do Centro de Saúde da nossa vila, e conscientes dos constrangimentos que esta situação provoca na população, em especial na nossa população mais idosa e na que necessita de maiores cuidados médicos, apresentamos à AF uma Moção, no sentido de serem criadas, por parte das entidades de saúde responsáveis, todas as condições necessárias para a **abertura imediata** da nossa unidade de saúde. O bem-estar e a saúde dos forjanenses é uma prioridade, pelo que é perentório a abertura da Centro de Saúde. Mais, neste documento fizemos constar de forma bem clara, que a nossa Freguesia jamais aceitará um suposto encerramento definitivo desta nossa unidade de saúde. Neste mesmo documento, solicitamos à Mesa que dê o devido conhecimento a todas as entidades envolvidas neste processo: Câmara Municipal de Esposende, Assembleia Municipal de Esposende, ACES Cávado III, ARS Norte, como também ao gabinete da Senhora Ministra da Saúde. A Moção foi votada e aprovada por todos os elementos da AF.

2. A segunda Moção apresentada à AF, diz respeito à realocação do Posto dos Cor-

reios (CTT) para as suas anteriores instalações, onde funcionaram por muitos anos. Esta Moção prende-se pelo facto, entendemos nós, de as pessoas mais idosas e com menor capacidade de mobilidade, sentirem dificuldades em ultrapassar as barreiras arquitetónicas que o edifício da junta de freguesia apresenta. Não só a direção da Casa do Povo está disposta a continuar a ceder de forma gratuita as instalações para este fim, como o espaço apresenta boas condições de acesso, pois encontra-se num piso acessível com rampa de acesso, contrariamente à atual situação. Esta Moção foi rejeitada pelos cinco elementos da LIF, facto que lamentamos, pois, a alteração da localização do posto dos CTT seria uma mais valia para todos os que recorrem aos seus serviços.

Outro ponto discutido na AF que queremos assinalar, é o local pretendido para a instalação do Museu do Junco. O Museu do Junco, para além de ser um espaço que irá enriquecer e dignificar a nossa freguesia, será, acima de tudo, uma homenagem a todas as famílias que tinham neste modo de vida o seu sustento e que não deixaram cair no esquecimento esta arte tão própria e tão bonita, sendo de enaltecer a continuidade desta tradição e do exercício desta atividade por algumas pessoas nos dias de hoje. Todos sabem, que desde a primeira hora defendemos que este Museu seja integrado numa das exuberantes salas do Centro Cultural, onde até já tenhamos apontado a sala no primeiro andar, localizada a poente. Esta localização poderia até trazer outros benefícios ao edifício em si, como seja a possibilidade de contemplar os azulejos de Jorge Colaço, visitar a biblioteca, mas também promover no auditório filmes/documentários alusivos à “arte” de trabalhar o junco. Nunca concordamos

que o espaço definido para a “Ludoteca” fosse o espaço utilizado para a instalação deste museu. Pelo que ficamos agora perplexos, quando fomos informados pela Junta de Freguesia (JF), que é praticamente dado adquirido que este museu será instalado na “Ludoteca”, baseando-se a JF no parecer das pessoas que estão a tratar da “candidatura”!

Voltamos a afirmar, não concordamos!

Além do referido anteriormente, não podemos hipotecar as atividades das nossas associações, das nossas comissões de festas, que fazem do “coberto/ludoteca” o seu salão de festas, com a finalidade de angariar receitas para fazer face às despesas que têm de suportar no uso e cumprimento das suas atividades. Este espaço deve continuar ao serviço da comunidade como a sua sala de eventos, como o espaço anfitrião para juntar os forjanenses, todos os que cá vivem durante o ano e os emigrantes que nos visitam, que tanto apreciam estes momentos de convívio, mas também os amigos e companheiros de vida. Continuaremos a defender o espaço da anterior Ludoteca como primordial para a realização de eventos das nossas associações e de momentos de convívio, de que tantas saudades temos.

Neste sentido, apelamos à JF para diligenciar junto das entidades competentes todas as ações necessárias para assegurar que o “coberto” não seja transformado num museu, porque o que a nossa vila precisa é de dinâmica e dinamismo, precisamos que o “coberto” seja um local de festa e que o magnífico edifício do Centro Cultural seja continuamente visitável, com mais uma grande valência: a do Museu do Junco!!

No que concerne ao “assunto do autocarro”, que vem desde há muito tempo

sendo arrastado, conseqüentemente a cada AF, a cada ano, poucas palavras temos a dizer. Continuamos incrédulos na forma como este assunto tem vindo a ser tratado, entendemos a delicadeza da questão, mas é inaceitável o ponto da situação. É lamentável (senão vergonhoso) que o autocarro esteja atualmente a ser utilizado como portão de uma oficina... que nos desculpem os mais sensíveis, mas de facto para além da tristeza que se sente, sente-se também uma falta de respeito para com as gentes de Forjães. Pelo menos, como foi por nós sugerido, descaracterizem o veículo!

Outros temas foram por nós apontados, como a limpeza das ruas, o tratamento dos verdes, entre outros, mas não podemos terminar esta intervenção sem deixar um voto de reconhecimento à JF pela sua conduta durante a estado de emergência provocado pela pandemia e em particular, pela ornamentação do cemitério em dias tão especiais, como a Páscoa e Dia da Mãe, como forma de honrar os nossos entes queridos que já partiram, uma vez que tal nos era impedido de fazer.

Terminamos, desejando a todos os forjanenses boas férias, de um modo muito especial aos nossos emigrantes, que aproveitando este período nos visitam para “matar” saudades, a eles dizemos, sejam bem-vindos!

Um bem-haja a todos, protejam-se a vós e aos outros.

*Pelos elementos do PSD na Assembleia de Freguesia de Forjães,
Vitor Quintão*

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

Flor do Campo

Florista



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

Salomé Viana

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

Nós por cá: locais

Município garante descontos de 50% dos passes de transportes públicos

Medida excepcional vigorará até final do ano



Todos os residentes e com morada fiscal em Esposende, que trabalhem no concelho ou fora dele e adquiram passes de transportes públicos vão beneficiar de uma redução de 50% do valor dos passes.

A medida, aprovada, por unanimidade, em reunião de câmara, é temporária e de carácter excepcional e vigorará até ao final do ano corrente, sendo suportada com o excedente da verba atribuída a Esposen-

de do Programa de Apoio à Redução do Tarifário dos Transportes Públicos (PART), implementado pelo Governo com o intuito de atrair passageiros para o transporte público.

Recorde-se que o Município optou por alocar as verbas provenientes do PART ao apoio de 50% do valor

dos passes escolares de todos os estudantes do ensino secundário das escolas do concelho. Contudo, por força da situação de pandemia declarada pela OMS, veio a concretizar-se o encerramento dos estabelecimentos de ensino e, por conseguinte, deixou de, desde parte do mês de março, haver a necessidade de transporte escolar. Nesta medida, o valor excedente que não será alocado ao seu objetivo inicial será di-

recionado para o apoio ao transporte público dos municípios.

Por esta via, o Município dá continuidade ao apoio ao transporte público implementado já neste contexto de pandemia, através do Programa de Apoio à Densificação e Reforço da Oferta de Transporte Público (PROTransP). Este programa destina-se a promover o reforço dos atuais serviços e a implementação de novos serviços de transporte público, regular e flexível, que resultem em ganhos em termos da acessibilidade dos territórios e das suas populações aos principais serviços e polos de emprego, e que promovam a transferência dos atuais utilizadores do transporte individual para o transporte coletivo de passageiros, contribuindo assim para a indução de padrões de mobilidade mais sustentáveis e para a descarbonização da mobilidade. Conforme deliberação tomada no passado dia 9 de julho, o Município optou por criar linhas de transporte público essencial, assegurando, desta forma, uma rede mínima de transporte público aos seus municípios.

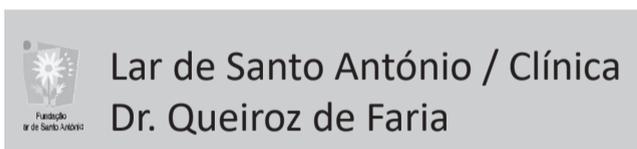
Pastelaria Pão Dourado assaltada pela quinta vez

A pastelaria Pão Dourado, em Forjães, foi assaltada pela quinta vez. O assalto ocorreu na madrugada do dia 20 de julho e foi o segundo com a atual gerência.

Os larápios estroncaram a entrada da pastelaria, situada no centro comercial "Duas Rosas", com frente virada para a rua.

«Levaram a máquina de tabaco. De resto não levaram mais nada», disse fonte ligada ao estabelecimento comercial.

A GNR e o NIC de Barcelos estão a investigar.



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Julho

Num tempo dito normal, a notícia deste mês seria sobre a festa da Santa Marinha e a importância e envolvimento que tem para a instituição.

Mas dadas as circunstâncias que atravessamos, não celebramos com a mesma intensidade, mas os utentes não foram esquecidos pela Comissão de Festas.

No dia 18 de julho, de manhã, a comissão trouxe, até ao exterior do Lar, o andor de Santa Marinha! Uma iniciativa que muito honrou a instituição, principalmente todos os utentes.

Fica aqui o registo do agradecimento.
Bem Hajam!

Bom dia a todos!

Este ano é diferente, mas com a mesma alegria e paixão. Não ouvimos o frenesim, que tanto nos anima, mas sabemos que nos nossos corações o batimento é ainda maior.

Estamos bem e hoje sentimos ainda mais especiais por este gesto grandioso da vossa parte, que nos enche a alma.

Agradecemos à comissão de festas este belo momento! Estamos com vocês e com a nossa Padroeira no pensamento.

Para o ano, cá estaremos para vos receber de braços abertos!

Santa Marinha nos abençoe e nos proteja a todos!

18/7/2020

Os Utes da Fundação Lar de Santo António.

Município prepara instalação de um Centro de Recolha Animal em Esposende

Plano Estratégico Municipal para o Bem-Estar Animal

O Município de Esposende vai avançar com a implementação no concelho de um Centro de Recolha Oficial (CRO) de animais, estando já a preparar os procedimentos do processo.

O equipamento, previsto no Plano Estratégico Municipal para o Bem-Estar Animal, permitirá dar cumprimento à legislação referente à proibição do abate de animais errantes como forma de controlo, permitindo a sua recolha, o estabelecimento de apoio clínico, identificação e esterilização e providenciando as melhores condições de vida possíveis até a sua adoção.

Nos últimos anos, verificou-se uma mudança de paradigma no que toca à proteção e bem-estar dos animais, em particular no que se refere aos animais de companhia. As alterações legislativas registadas são disso um claro reflexo, nomeadamente no que se refere às competências do Estado e, em particular, das autarquias locais, que são agora desafiadas a assumir uma posição de garante do bem-estar dos animais.

Neste intuito, e dando cumprimento aos compromissos assumidos

em 2018 no âmbito do Plano Estratégico Municipal para o Bem-Estar Animal, o Município tem vindo a desenvolver um amplo conjunto de ações e projetos. Entre estes conta-se o estabelecimento de parcerias e protocolos com a ANIESP - Associação Animal de Esposende, os Bombeiros Voluntários de Fão, as Clínicas Veterinárias concelhias, a Ordem dos Veterinários e a MIACIS - Proteção e Integração Animal, que têm permitido a implementação de um vasto trabalho no âmbito da sensibilização de toda a comunidade, do socorro animal, da adoção de animais abandonados e, ainda, de campanhas de identificação, vacinação e esterilização. Em resultado do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido ao nível da promoção da adoção, já foi concretizada, só este ano, a adoção responsável de 92 animais de companhia, o que demonstra a crescente consciência e sensibilização da população relativamente a esta temática.

Para além da criação de WCs caninos, foram também instalados, em todo o concelho, dispensadores de sacos de recolha de dejetos caninos associados às papeleiras urbanas

nas principais áreas de circulação de pessoas com animais de companhia. É da maior importância que toda a comunidade utilize estes recursos e colabore, assim, na promoção de melhores condições de salubridade do espaço público.

Uma outra iniciativa que visa a promoção da interação dos cães com o seu detentor, promovendo igualmente o convívio com outros animais, foi a criação das Praias para Cães. Agora em época balnear, todos poderão usufruir da companhia dos seus amigos patudos enquanto desfrutam da praia da Ramalha Sul, em Apúlia, e a norte de Suave Mar. Este projeto tem também forte impacto ambiental e de saúde pública, uma vez que evita o acesso dos animais com detentor a zonas concessionadas.

Em perspetiva está também a implementação de projetos de terapia assistida por cães e a criação de um Parque de Agility, prevendo-se, ainda, outras iniciativas ao nível da implementação do Plano Municipal de Bem-Estar Animal.

Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

Peregrino

Há relativamente pouco tempo, numa manhã de chuva de domingo, deixei-me ficar a fazer algo que raramente consigo fazer, ver um filme. Mas não foi um filme qualquer. Por sorte, encontrei nas gravações automáticas o filme “The Way” (O Caminho), com Martin Sheen e Emilio Esteves. É um filme imperdível (e confesso que não sei como é que estive tantos anos para o ver). Começa com a relação distante entre pai (Tom) e filho (Daniel), com prioridades e modos de vida completamente diferentes, até que o pai recebe a notícia que o seu filho, Daniel, morreu a percorrer os Caminhos de Santiago. Atónito e incrédulo, desconhecendo tudo o que diz respeito aos Caminhos de Santiago e à carga espiritual que os mesmos carregam, Tom vai recolher o corpo do filho e, de forma inesperada, numa ânsia de o conhecer melhor, decide, sem qualquer tipo de preparação, fazer o Caminho, levando consigo a caixa com as cinzas do filho, como que o ajudando, levando-o pela mão, a percorrer o caminho que faltava. É um filme de uma beleza excepcional, que retrata a dor da perda, a força e a solidão do peregrino, a partilha, o silêncio, a aceitação, o perdão e a reconciliação. Seguramente que é o filme que todo o peregrino (de alma ou/e de estrada) deve ver. Mas, o que é ser peregrino? O que é que caracteriza o peregrino? É a mochila nas costas e o pau na mão? São os pés com bolhas? É o espírito de sacrifício? É a fé? É o caminho? É a loucura? Tolentino de Mendonça, na mestria da conjugação das palavras que todos lhe (re)conhecem, diz-nos que ser peregrino é aprender a rezar com os pés. É saber que a parte mais importante do caminho não está em nenhum mapa, nem nos quilómetros percorridos, mas na possibilidade do encontro e do renascimento.

Que os peregrinos “caminham em filas ao lado das estradas nacionais, por trilhos de terra batida, atravessando pequenos povoados que antes desconheciam,

cruzando, horas e horas, a paisagem de giestas e silêncio.”

Ser peregrino implica um estado de alma, um saber viver, ainda que temporariamente, sem casa, sem cama confortável e sem banho demorado, sem cidade e sem horários, sem rotinas para além da rotina ditada pelos passos ou pelo pedalar, da rotina ditada pelo caminho. Ser peregrino é um partir ao encontro e um regressar de mochila vazia e de alma cheia. Habitámo-nos a ver peregrinos a percorrerem estradas, campos, montes e serras. Alguns com bolhas nos pés, com o corpo dorido, com os músculos sedentos de repouso e de massagens, a sofrerem, a chorarem, a descansarem, mas a persistirem no propósito que haviam traçado. Uns com dores físicas, outros com dores da alma. Uns a cumprirem as próprias promessas, outros (numa entrega gigantesca) a ajudarem um amigo ou familiar a chegar ao destino. Com sol ou com chuva caminham, ora em silêncio, ora em oração, ora em alegre cavaqueira, numa partilha de histórias, de vida, de fé e de resiliência. Levam a mochila às costas, carregada com o essencial, e um pau na mão para auxiliar no caminho. O destino territorial pode ser Fátima, São Bento, Sameiro, Santiago de Compostela, Meca, entre tantos e tantos outros, mas o destino do peregrino é a jornada pessoal que cada um carrega e transporta, é o caminho interior que, tantas vezes, é urgente percorrer e sossegar. Ser peregrino é também aprender saborear o Caminho, é beber dos momentos que nos alimentam a vida, é brindar aos encontros, é aceitar os desencontros, é “aprender a rezar com os pés”.

“Igreja Viva”, Carla Rodrigues

Donativos para as obras na igreja Matriz (Conservação e Restauro dos altares)

50,00 euros de Anónimo | 30,00 euros de Anónimo | 20,00 euros de Anónimo | 50,00 euros de Anónimo | 20,00 euros de Anónimo | 10,00 de Albino Jorge e Isabel Cristina (Batismo da Laura) | 50,00 euros de Anónimo.

Total de 11.633,00 euros. Muito Obrigado!

Movimentos religiosos

Óbitos:

27/06 – Maria Irene da Silva, com 92 anos de idade, residente nos Cuidados Continuados Santo António, freguesia de Barcelos, Vila Boa, Vila Frescainha, concelho de Barcelos.

16/07 - Maria do Sameiro Faria da Cruz, com 87 anos de idade, residente na Avenida Rodrigues Faria, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

20/07 – Maria Ribeiro da Cruz Lima, com 98 anos de idade, residente na Rua Além do Ribeiro, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

20/07 - Júlia Estrela Silva Gonçalves, com 85 anos de idade, residente na Rua da Várzea, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Batismo:

11/07 - Laura Freitas Cruz, filha de Albino Jorge Sá Cruz e de Isabel Cristina Novo Freitas. Neta paterna de Domingos Sá Cruz e de Maria do Sameiro Sá Gonçalves. Neta materna de Manuel da Costa Freitas e de Maria Augusta da Cruz Novo Freitas.

Férias, Missão e Pandemia (?)

Na maioria das famílias vive-se já o tempo de férias, as férias escolares. Como poderemos nós viver melhor as nossas férias? Somos nós que decidimos o que fazer, ou deixamos correr este tempo precioso ao sabor do vento ou das sugestões das agências de viagens. O Papa Francisco vai tendo hábito de, no seu tempo de férias, não sair do Vaticano, permanecendo na sua residência, a Casa de Santa Marta. O Pe. António Valério, secretário nacional do Apostolado da Oração, deu-nos a conhecer isto no artigo “Viver bem as férias”, em que explica que “Ficam suspensas as suas atividades normais, como as audiências e missas públicas, mas o seu ritmo diário não sofre grandes alterações. Da parte de pessoas próximas ao Santo Padre, explica-se o que muda nestes tempos: «Muda, pelo contrário, e muito, o tempo que o Papa Francisco dedica à oração, ao estudo, à leitura, a ouvir música, bem como aos temas próprios do seu cargo».” Aprendamos um pouco deste exemplo para vivermos as nossas férias em família: longe dos nossos ritmos habituais, poderemos ter tempo para nos dedicarmos àquilo que ao longo

do ano nos vamos queixando de não poder fazer devido às nossas ocupações: tempo para rezar, tempo para nos cultivarmos, tempo para a leitura e a arte, tempo para os outros, tempo para a família; e o Pe. António Valério salienta um ponto: “«os temas próprios do seu cargo». A pergunta vai direta ao essencial: Quais são os temas próprios do meu cargo, de quem sou? Fora do trabalho somos pais, mães, filhos, avós, cristãos, amigos... Ocuparmo-nos em sermos mais o que nos define como pessoas na nossa relação com Deus e uns com os outros. Um tempo de qualidade espiritual e humana é tão ou mais importante que o tempo para dormir ou não fazer nada. É um tempo que nos recria e nos ajuda a sentirmo-nos inteiros no que somos mais profundamente.” Uma sugestão para aumentar este tempo útil de férias seria fazermos umas férias do telemóvel. Será que conseguimos ter férias das redes sociais, dos e-mails, das mensagens instantâneas? Quanto tempo gastamos, durante o ano, e quanto dele podíamos aproveitar nas férias só para estarmos connosco e com os outros, em família? Fui convidada para

escrever este artigo sobre as férias. Quem me convidou sabe que as férias são tão importantes para mim como o meu trabalho. Viver bem as férias ajuda-me a viver melhor o dia-a-dia e o trabalho, por isso gosto de as planear com objetivos e modalidades diferentes: férias de aventura, férias culturais e interculturais, férias sustentáveis, férias missionárias, férias para visitar amigos. As minhas últimas férias tiveram um pouco dos últimos: fui visitar o meu amigo Pe. Paulino Carvalho e a sua família, a equipa missionária, à paróquia de Santa Cecília de Ocua, na Diocese de Pemba, em Moçambique. Fui como amiga, como missionária, e aberta a conhecer novas culturas e novas formas de estar e de ser Igreja. Nestas e noutras férias, o que eu acho importante, mais do que o que podemos levar para estas pessoas que visitamos, é tentar descobrir o que precisam realmente e tentar tornar a nossa visita sustentável: em vez de levarmos na mala esferográficas e cadernos para oferecer, e que as pessoas podem não precisar, podemos comprar produtos locais necessários ou comprar recordações de produtores e artesãos locais. Desta

forma, são umas férias mais sustentáveis. Mas não é necessário ir até Moçambique para fazermos umas férias missionárias: há projetos e organizações no nosso país com quem podemos colaborar pontualmente ou de uma forma mais regular. O tempo de férias pode ser um tempo de missão esporádica ou de aperfeiçoamento da missão de todos os dias, da nossa missão na sociedade em que nos integramos. Uma outra sugestão são as férias em natureza: o Gerês, uma peregrinação até ao São Bento da Porta Aberta, ou até Balasar, ou para os mais bem preparados fisicamente, fazer um dos caminhos de Santiago. Esta pode ser uma oportunidade de nos encontrarmos com Deus com o(s) outro(s), num contexto mais contínuo e em fragilidade, e também connosco, com as nossas forças e fraquezas, com as superações e desânimos. Com todos estes desejos e sugestões, desejo a todos(as) umas ótimas férias!

Centro Missionário da Arquidiocese de Braga

A voz dos assinantes

As «diretas» do Torres

SR. MINISTRO! ESTOU LHE ESCRIVENDO, PARA QUE VOCE PENSE NA NOSSA SITUAÇÃO... COMO SENDO ESTA A PROFISSÃO MAIS ANTIGA DO MUNDO, LEMBRE-SE QUE ESTA COISA CHAMADA O "COVID-19" NÃO SABEMOS MAIS O QUE FAZER... LEMBRE-SE; TEMOS FAMILIAL!



O penedo da santa

A pequena distância a leste de Covide e próximo à ermida de Santa Eufémia, encontra-se um penedinho de forma esferoidal, acessível por alguns degraus de cantaria e dominado por uma pequena cruz de granito. É o penedo da Santa. A parte superior desta rocha está literalmente coberta de pegadas, de forma delicada e dirigidas em todos os sentidos.

É tradição que Santa Eufémia, fugindo à perseguição de seu pai, governador romano em Braga, lhe movia vagara por estas serranias, e que fazendo oração sobre este penedinho aí deixara gravadas as suas plantas.

Era bom tempo quando eu estudava latim em Covide e passeava e brincava por aqueles sítios na companhia dos meus saudosos colegas!...

Quantas vezes não trepei eu aquelas escadinhas cobertas de musgo e percorri devotamente, acompanhado do meu cão Virgílio, o penedinho santo!

Traduzido por Torres Jaques

Santa Quitéria, Virgem e Mártir

“Santa Quitéria nasceu em Braga. Seu pai era pagão; por isso empregava todos os esforços para a afastar da religião cristã. Uma vez era carícias, outras ameaças. Tudo, porém, foi baldado.

A jovem Quitéria, não podendo suportar por mais tempo os maus tratos do seu crudelíssimo pai, fugiu de casa, em direção a uma montanha próxima, onde, por muito tempo, levou uma vida toda angélica, entregando-se à contemplação.

Mereceu de Deus a graça de andar sempre visivelmente acompanhada do seu anjo custódio, com quem frequentemente falava. Além disso, tinha colóquios não menos frequentes com outros Anjos. Nesta feliz vida lhe ia decorrendo a existência, até que finalmente, um anjo lhe anunciou a aproximação do tempo suspirado em que emigraria para o Esposo. Exultando com a mensagem, Quitéria abandonou a montanha, asilo abençoado onde escapou às tempestades do século, e, voltando à casa paterna, encontrou dois nobilíssimos jovens que pretendiam a sua mão.

A santa menina, que tinha já consagrado a sua virgindade ao Esposo celeste, Jesus, recusou-se a tal. Por isso, mandava carregar de cadeias por seu cruel pai; foi empurrada para uma enxovia. Mas eis que um anjo a conforta e, enquanto mu-

tuamente se recreiam em suavíssimos colóquios, uma luz celeste e penetrante banha o cárcere. Era a virgem mãe, que cortejava por núveos coros de virgens e radiante multidão de espíritos angélicos, trazia um vaso de aromáticos perfumes, derramando-os abundantemente sobre Quitéria. Ofereceu-lhe, além disso, uma cruz e um anel, significando aquela a vitória que dentro em breve ganharia sobre os inimigos, este os desposórios espirituais com Jesus. E nossa Senhora desapareceu. Então, o anjo manda-a sair do cárcere e oferece-se simultaneamente para a acompanhar ao monte columbário, lugar que o Senhor destinara para teatro do seu martírio.

Saiu Quitéria e dirigiu-se para lá.

No cume do mesmo, havia uma capelinha dedicada ao Príncipe dos Apóstolos. Aí, Quitéria, juntamente com outras virgens, entregou-se à doação e aos jejuns, dispondo-se dessa forma para receber a coroa do martírio.

Mas Atílio seu pai, e Germano, um dos jovens pretendentes à sua mão, vendo-se iludidos pela fuga da virgem, enviaram servos para procurá-la, com ordens para, caso a encontrassem, lhe aconselharem o regresso à casa paterna e o casamento. Após muitas pesquisas, Quitéria foi encontrada.

Seu pai, ardendo de ira, mandou-a decapitar por um tal de umas, apóstata. O renegado trespassou com inúmeros golpes o corpo virginal de Quitéria. O seu corpo sagrado foi sepultado pelos cristãos na capela de São Pedro.”

Traduzido por Torres Jaques

Palavras Cruzadas
(soluções)

Horizontais

1º uivar; ninfa = 2º trevas; ruir = 3º eis; B.A.C. ; alo = 4º N.S.; tonar; im = 5º a; S.A.; i; aspa = 6º cimitarra = 7º cume; a; A.A.; v = 8º ar; luras; la = 9º mim; mir; per = 10º paio; oitavo = 11º alote; aurea =

Verticais

1º utena; campa = 2º iris; curial = 3º ves; sim; mio = 4º A.V.; tamel; O.T.; 5º rabo; i; um; e = 6º sanitário = 7º n; ca; a; aria = 8º ir; raras; tu = 9º nua; sra; par = 10º Filipa; leve = 11º aroma; varoa =

O FORJANENSE

PROPRIEDADE e EDIÇÃO: ACARF
Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães
R. Pe Joaquim Gomes dos Santos, nº 58
4740-439 FORJÃES - Ctr. n.º 501524614
Telef. 253 87 23 85

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

Nº ERC: 110650

IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

Rua de Santa Margarida, 4 A
4710-036 Braga

Editorial

Este foi um mês de julho diferente de todos os outros, o mês da romaria de Santa Marinha que, devido às circunstâncias especiais da pandemia, não se realizou. Não há memória de um outro ano em que a romaria não se tivesse realizado, foi uma celebração diferente, mas que tornou possível levar a todos o espírito da festa. Um ano de trabalho cortado ao meio que não esmoreceu o trabalho até agora feito pela comissão de festas, que já se renovou e preparou para, ao longo do próximo ano, continuar a trabalhar para que em 2021 possa apresentar a romaria que todos merecemos. Já quase todos nos rendemos a esta nova normalidade, uma normalidade que tarda em chegar, que ninguém sabe quando efetivamente vai chegar. A entrada do novo ano escolar, a par com a estação do inverno, os centros de dia e convívio dos nossos idosos que continuam numa indefinição completa sem qualquer previsão de abertura, a atividade económica que continua a definhar e sem medidas de apoio para as pequenas e médias empresas, principalmente as da restauração e bebidas no topo da pirâmide, maioria delas estão mesmo condenadas ao seu desaparecimento. A época de verão, que com a vinda dos nossos emigrantes, todos os anos trazia uma vida nova, repleta de convívio e animação, está completamente atípica, o medo que ainda reina e as consequências da paragem no trabalho dos últimos meses se fara refletir no nosso dia-a-dia. Vivemos, hoje, um período de grande incerteza, em que, mais do que nunca, precisamos de ideias novas, de coragem para tomar decisões, de medidas que relancem tudo aquilo que ficou por fazer durante a pandemia e aquilo que tristemente assistimos é um país com a cabeça às voltas, com um treinador de um clube de futebol que aos antes tinha abandonado e renegado e, qual filho pródigo, voltou a casa do pai. Um país com a cabeça às voltas com uma apresentadora de televisão que, da noite para o dia, trocou de canal só porque lhe triplicaram um salário obscuro em tempo de pandemia, precisamente com o dinheiro dos nossos impostos, que pouco tempo antes o governo achou por bem distribuir pelas televisões e pelos jornais para fazer face às dificuldades que atravessaram em tempo de pandemia e, como sempre acontece neste país, nunca leva o fim a que se destina. Como diz o ditado, *cada um tem o que merece*, e talvez este país não mereça mais do que isto.

O Forjanense, como sempre, vai de férias, e em setembro voltará, de novo, ao convívio de todos nós. A todos os nossos leitores e colaboradores, desejamos umas boas férias.

Arlindo Tomás

ACARF

Creche

A creche é uma preparação inicial para que a criança seja feliz, descubra os seus talentos e seja bem-sucedida. O regresso às rotinas diárias permite fomentar a segurança, estabilidade emocional bem como permite promover o desenvolvimento global.

Brincar... Brincar... Brincar...

Que contentes ficamos!

É a brincar que mais aprendemos.



Atividades de Animação e Apoio à Família (AAAF)

Olá amiguinhos!

Esperamos que esteja tudo bem com vocês, com a vossa família e amigos.

Sentimos saudades de todos, das brincadeiras, do convívio, das gargalhadas de felicidade, da partilha e de tantas outras coisas. Os últimos tempos foram de grandes mudanças, este vírus obrigou-nos a reorganizar o nosso dia-a-dia, alterou as nossas rotinas, deixou em suspenso a liberdade dos nossos beijinhos e dos abraços, que nós tanto gostamos! Esta luta depende de todos, e estamos confiantes que juntos vamos vencer!

Estamos felizes, voltamos às AAAF (Atividades de Animação e Apoio à Família) das férias de Verão. Sabemos que vocês estão ansiosos por nos rever e curiosos por saber o que temos feito. Já sabem que nós adoramos brincar ao ar livre e realizar atividades ligadas à Natureza, continuamos a usufruir e valorizar os espaços lindos que nos rodeiam.

Vamos partilhar com vocês algumas das nossas experiências. As brincadeiras que mais gostamos de fazer são os jogos com água, a diversão é garantida, e como está muito calor ajuda a refrescar. Também vamos ao rio, adoramos mergulhar e chapiscar na água. Nos dias de vento aproveitamos para lançar o papagaio, é fenome-



nal. Fazemos bastantes caminhadas, pelas margens do rio e pela floresta.

Fizemos uma “caça ao tesouro”, seguimos todas as pistas e indicações que estavam assinaladas no mapa e conseguimos chegar ao tão desejado tesouro, imaginem um cofre com guloseimas, que delícia.

Temos um desafio para vocês, de certeza que vão adorar! É uma atividade muito simples, mas que proporciona uma experiência fantástica. Só precisam de um pequeno recipiente, dentro colocam terra e água, o resultado dessa mistura é lama, a partir daí sejam criativos e deem asas à vossa imaginação. Nós fizemos desenhos com terra, moldamos a mistura e fizemos bolinhas de terra, foi um sucesso!

Estamos a gozar as nossas férias ao máximo, seguindo todas as recomendações impostas. Em breve voltaremos para vos contar as novas aventuras. Até lá brinquem muito e divirtam-se muito!



ACARF

Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)

Estamos de volta, amiguinhos! Já não era sem tempo, depois de estarmos tanto tempo confinados em casa. Estávamos cheios de saudades vossas e também da nossa segunda casa. Agora sentem-se que temos muita coisa para vos contar.

Como sabem, nós estamos a viver uma época especial, tão especial que, tal como uma menina disse, provavelmente daqui a uns anos ela vai aparecer nos nossos livros de história. Como sabem, essa época especial exige que nós cumpramos algumas regras, por isso, não podemos dizer que tudo continue exatamente igual, mas podemos afirmar que continua tudo muito divertido. É verdade que usar máscara é cansativo e também desinfetar as mãos várias vezes ao dia e termos que estar afastados dos nossos amigos é aborrecido, mas as atividades compensam. Calma, não sejam assim tão curiosos, nós já vos vamos contar tudinho.

Para começar, nestes últimos tempos temos feito muitas caminhadas. Querem saber um segredinho? Até já emagrecemos uns quilinhos. Para além das caminhadas, temos nadado muito no rio e na piscina. Com este calor, só na água

é que estamos bem. Tal e qual como os patinhos. Também fizemos uma guerra de água, um jogo de obstáculos e construimos uma pirâmide de copos da nossa altura. Acreditem, era mesmo gigante! Tal como os engenheiros, decidimos construir um foguetão, e tal como os atletas, fizemos vários torneios de voleibol e futebol. Para dizer a verdade, já descobrimos alguns substitutos para o Cristiano Ronaldo. A bola de ouro já vai ter dono. Sabem o que também foi giro, giro e muito divertido? Foi a Holi Color!!! Ficamos todos pintados, todos coloridos. Foi uma das melhores atividades que fizemos. Temos que vos ensinar a fazer o pó para depois fazerem connosco.

Amiguinhos, infelizmente temos que ir embora, estamos neste momento a preparar uma surpresa. Estamos a escrever uma música sobre o que vivemos na ACARF. Ainda não está pronta, vão ter que esperar mais um pouquinho para ouvi-la, mas está a ficar muito bonita! Estejam atentos que voltamos muito em breve com mais novidades. Adeus!!!



Pagamento do jornal



Como vem sendo hábito, durante o mês de agosto, o Sr. Eduardo Pinheiro irá percorrer a freguesia, para a cobrança das anuidades de O FORJANENSE e as quotas de sócios da ACARF.

Quem preferir pode dirigir-se à ACARF ou efetuar o pagamento por transferência bancária para o IBAN: PT50 0010 00003659440000396 (por favor enviar comprovativo com nome do assinante para o email: acarf1@sapo.pt).

Obrigado pela colaboração!

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

julho 2020

Mensagem de fim de ano

O ano letivo de 2019/20 foi de muitos desafios para o nosso Agrupamento, assim como para o País. Com muita dedicação e união de toda a comunidade educativa, conseguimos superá-los.

Neste ano que se encerra, tivemos que nos adaptar a novos cenários e métodos de ensino. O E@D tornou-se de uso obrigatório, em Portugal, para que o ensino fosse possível em tempos de pandemia. Mudámos os hábitos, os métodos e as formas de ensinar, conseguimos minimizar as consequências e aproveitar as oportunidades para desenvolver competências nas novas tecnologias.

Ficámos com a sensação de um ano incompleto, porque houve uma despedida que não foi a melhor. Tudo terminou abruptamente... Não houve aquele abraço de boas férias e as recomendações aos finalistas que vão para o 10.º ano... Tudo foi diferente!

As expectativas para 2020/21 deixam-nos algumas incertezas. Não sabemos como vai evoluir o cenário pandémico. Sabemos, sim, que estaremos prontos para receber os nossos alunos com todas as medidas de segurança, com o mesmo profissionalismo e com o mesmo otimismo de todos os anos.

Aguardamos, ansiosamente, a vossa chegada, as vossas gritarias e os vossos sorrisos!

O nosso espírito sempre foi, e será, o de trabalhar com dedicação e entusiasmo, para que sejamos felizes, saibamos estar e desempenhar os nossos papéis. O Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio orgulha-se de contribuir para o desenvolvimento integral de todos os que passam pelos seus estabelecimentos de ensino.

Agradeço a todos os envolvidos no cumprimento da sua missão: Formar Cidadãos, Agentes de Mudança!

Que 2020/21 nos traga muita esperança e força na realização de todos os desejos!



A diretora: Paula Cepa

As Histórias

Tudo o que vivemos é feito de histórias. Instantes criados, vividos e embalados em momentos, onde lugares, geografias, atmosferas, objetos, pessoas se oferecem numa composição de múltiplas faces. As histórias, como nós, são os elementos multiplicados e recontados como se tratasse de uma boneca russa, as matrioskas do que nos é possível contar, ou tão só imaginar.

As Histórias.

São elas que nos compõem.

Dão-nos pontos de referência, alimentam-nos em geografias de impossível, ou em desejos de mudança, em respostas para o ocasional. Nelas sobrevivemos ou nos perdemos a compor aquilo que o real devia ser. São pois lugares, atmosferas, vivências do que amamos, das relações que conseguimos estabelecer. Sem elas não temos identidade, não temos um reconhecimento do mundo, pois elas são mais que o nosso nome, são as nossas propriedades no real. As Histórias podem-nos salvar e podem-nos fazer naufragar. No fim as Histórias somos simplesmente nós.

Caminhamos na vida fazendo escolhas, recriando as possibilidades nascidas no azul e imaginamos essa velha ingenuidade de que criamos uma História. A de que nós somos uma narrativa de gestos e espaços, aventuras e falhanços. Às vezes, muitas vezes não é assim.

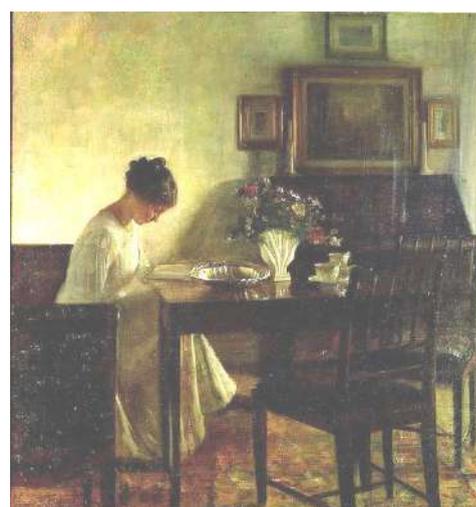
As Histórias são elas, as condutoras do que acabamos por fazer. Há Histórias, como vidas escritas que nos chegam e que nos influenciam, nos fazem fazer escolhas, antes da própria escolha. A História que compomos é no fundo a escrita do que soubermos ouvir, da liberdade concedida a cada experiência relatada na memória.

As Histórias podem ser a chave para nos fazer decidir as escolhas, o registo de significado que poderá permitir abrir múltiplas portas, de onde sairemos para a nossa História, a que soubermos escrever. Se ela tiver a capacidade de se escrever aumentando as que recebemos, ou dando-lhe oportunidades possíveis.

Assim, no fim, a nossa História poderá ser mais um ponto, um divergente ponto, quase uma formulação para outras múltiplas Histórias. Essas com que

fazemos o rascunho do possível, ou o modo como nos integrámos no mundo.

As Histórias, ou a nossa é só o modo como soubermos resolver a cor dos dias, de que pedras se formaram os nossos despojos, ou tão só, o que fizemos das flores silvestres adormecidas em tempos de usura. Em todas as tardes as maçãs das Hespérides caem no sentido das nossas Histórias. Tudo está nelas, nas Histórias que lemos e vivemos e como as escrevemos connosco e com os outros.



Imagens: Copyright - A Woman reading in a interior, Carl Vilhelm Holsøe.

Em julho

“julho é a festa, é a festa de um mar ao fundo da rua, de um sol a afagar a pele nua, dias claros, noites quentes, olhos na lua de gente a passear e a rir, como se o tempo - um comboio - tivesse por longos dias parado na velha estação a que todos sem exceção dão o nome de Alegria.”



João Pero Mésseder, “julho”, in O livro dos meses. Coimbra: Lápis de Memórias, 2012.

Ilustração: Copyright - Laura Watson

A minha primeira Sophia – o livro



A minha primeira Sophia é um livro que nos oferece uma biografia de Sophia de Mello Breyner Andresen.

Livro que é um encanto, pela linguagem simples que Fernando Pinto do Amaral soube construir, para iniciar todos neste mundo, de sonho e espanto, o de Sophia.

Ilustrado de uma forma muito inspirada por Fernanda Fragateiro, este livro é um objeto linguístico e artístico, para conhecer uma das mais importantes figuras da cultura, que procurou pela linhas das palavras e da

vida redescobrir o bem.

Entre o azul do mar e o convite dos dias, “*A minha primeira Sophia*” dá-nos, com simplicidade, a grandeza de uma figura única, que nos sabe mostrar que, num tempo de deslumbre tecnológico, são os valores humanos, o ânimo para lutar contra a injustiça, o amanhecer em dias com mais significado e essência.

Foi a partir dele que se realizou, através do meio informático síncrono, uma apresentação da vida e obra de Sophia e de um diálogo com os alunos, por onde se construíram alguns materiais que aqui deixamos.

Os trabalhos e todas as atividades foram desenvolvidas com a turma FG, do 4º ano, da Escola Básica de Forjães.

A minha primeira Sophia – os textos I

O que me chamou à atenção foi que Sophia não sabia escrever, no entanto, pediu à mãe papel e uma caneta e foi dando azo à sua imaginação. Ela escutava as histórias e depois escrevia-as como «A menina do mar», essa história contada pela sua mãe, e com a sua imaginação, escreveu-as e foi assim que ficou conhecida pelas suas obras.

Também me chamou à atenção, o facto de ela ter tido 5 filhos e um deles, o Miguel Sousa Tavares, é muito conhecido pelo trabalho em jornalismo.

Sophia dava largas à sua imaginação até para contar histórias inventadas para os seus filhos.

O que ainda me chamou mais à atenção é que há muitos livros que li ou já ouvi falar que são dela e eu não sabia!!!!

Ela também adorava desligar-se do mundo que estava à sua volta e dizia poemas em voz alta.

Carolina Oliveira

A minha primeira Sophia – os textos II

Os aspetos que mais gostei na vida e nas histórias de Sophia foi que fiquei a conhecer lugares e histórias novas.

Aprendi que a Sophia cresceu no Campo Alegre, no Porto, e que a quinta onde viveu muitos anos, é agora o jardim Botânico do Porto.

Sophia desde cedo aprendeu a gostar de poesia.

A mãe lia muito e ela achava que os poemas não eram escritos por ninguém, existiam por si mesmo. Ela fazia poemas e histórias mesmo sem saber ler, era uma menina muito curiosa e atenta.

O sítio que ela gostava de ir durante as férias de verão era a praia da Granja e lá escreveu uma história “A menina do mar”, em que se aprende o que era a saudade (“a tristeza que fica em nós quando alguém que conhecemos se vai embora”).

No entanto, também gostei da “Princesa Oriana” que nos dá uma grande lição, para não sermos egoístas e que só podemos ser felizes, depois de esquecermos a nossa própria vaidade.

De tanto que gostei das histórias desta escritora - Sophia Mello Breyner, irei ler mais livros escritos por ela.

Lara Carvalho

A minha primeira Sophia – os textos III

O livro «A minha primeira Sophia» despertou-me a atenção para uma coisa muito importante: não sermos egoístas e pensarmos mais nos outros do que em nós próprios. Só assim seremos mesmo felizes, quando fazemos a felicidade dos outros.

Gostei de saber que a Sophia era uma pessoa rebelde, independente, com uma personalidade forte.

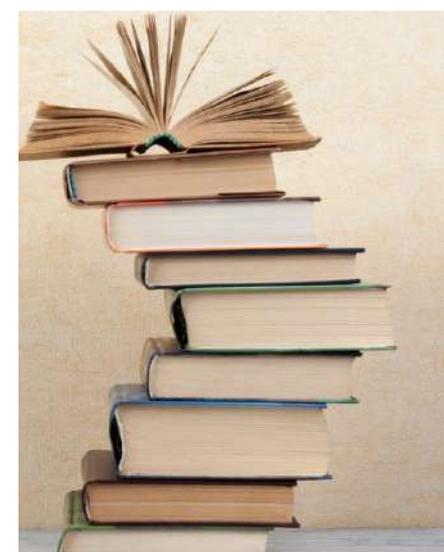
Não gostava de ter horários marcados para nada, nem para almoçar, nem para deitar. Ela era corajosa, não concordava com o Estado Novo e escreveu de forma livre contra o regime. Chegou a ser deputada, mas aborreceu-se com a vaidade dos políticos.

Achei engraçado o motivo pelo qual ela começou a escrever para crianças: queria contar histórias aos filhos e não havia nada de interessante.

Outra coisa fascinante é a ligação dela ao mar e à natureza, e também à Grécia.

Foi lá várias vezes e a minha mãe contou-me que ela acabou por morrer depois do jogo do Euro 2004, entre Portugal e a Grécia, o que é muito curioso!

Simão Silva



A minha primeira Sophia – as ilustrações

Carolina Oliveira



Lara Costa e Leonor Carvalho



Mariana Guerra



Um cometa nos nossos olhos



Desde há muitos séculos que nos interrogamos sobre a vida e o espaço que habitamos, a Terra e o Universo. A beleza do mundo e da vida descobrem-se em aspetos que podemos admirar e que se compõem dos elementos mais diferenciados. Uma flor, uma árvore, um rio, uma estrela, um cometa.

Neste mês de julho temos tido o privilégio de poder observar um cometa, e fazê-lo a olho nu. Este cometa foi designado C/2020 F3, sendo mais conhecido como NEOWISE.

A sua descoberta remonta a 27 de março de 2020 e foi realizada pelo telescópio espacial WISE da NASA. A função deste telescópio é observar os objetos que se aproximem da Terra (Near-Earth Objects). O cometa recebeu este nome, porque foi dada à missão do telescópio, o nome de NEOWISE.

O espantoso nesta possibilidade de ver o cometa, de um modo tão visível, é sabê-lo numa trajetória vinda dos confins do sistema solar.

Revela uma característica muito significativa que é a de ter uma trajetória elíptica muito marcada, e com período muito longo (cerca de 7000 anos). O diâmetro do seu núcleo foi estimado em cerca de 5 Km.

A imagem do cometa sobre Stonehenge, uma construção megalítica, também ela misteriosa na sua fundação dá-nos dois sinais muito interessantes.

O espaço, o universo onde habitamos e nós próprios na construção de um belo que podemos observar em muitos instantes e formas.

Imagem: Copyright: <https://www.nasa.gov/>

Memória visual



Semana da leitura



Corta-Mato Escolar



Semana da Ciência e Tecnologia



Memória visual

E@D - Estamos on

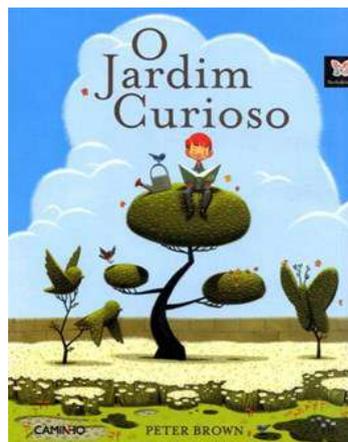


Festa das colheitas



Sugestões de leituras

O jardim curioso | Peter Brown



Vivemos num mundo dominado por grandes cidades, onde a desumanização dos espaços influenciam os comportamentos e a felicidade das pessoas. Nesse objetivo de melhorar a qualidade dos espaços urbanos, a transformação desses para uma abordagem mais humanizada torna-se muito importante. Peter Brown inspirou-se na linha de comboio de High Line, abandonada nos anos oitenta, no centro de Nova Iorque e deu corpo a uma ideia local de a transformar num pequeno espaço pedestre. O Jardim Curioso é a história dessa velha ferrovia que se tornaria num belo jardim, no centro de uma grande cidade. O livro é no fundo a narração dos gestos e passos de um menino à procura por um mundo mais verde, um grande e imenso jardim.

Cem sementes que voaram | Isabel Minhós Martins



«Esta é a história de uma árvore que estava à espera. De esperanças. Esperava o dia mais que perfeito, o dia certo, o dia tal! Por isso, deixou passar os dias frios. Os dias de chuva. Os dias incertos. Esperou pelo calor e finalmente viu as suas sementes soltarem-se. Voarem! (...)»

Existem na natureza três grandes reinos, o animal, o mineral e o vegetal. Olhemos um pouco para este último. O reino vegetal tem mais de quatrocentas mil espécies em todo o mundo, de diferentes tamanhos, desde os pequenos musgos às maiores árvores da Terra, às sequoias, das frágeis plantas como as sakuras às plantas carnívoras. Apesar da sua diversidade em tamanho, forma e cor, todas elas se iniciaram como forma de vida a partir de uma semente ou de um esporo. O seu ciclo é maravilhoso. Das pequenas sementes nascem árvores grandes e destas caem sementes que vão nascer em diferentes locais. A semente plantada desenvolverá um rebento, (germinação) que num movimento para baixo e para cima irá procurar os nutrientes do solo e a luz do dia. Desses rebentos haverá de nascer um tronco e a partir deste sairão os ramos e folhas, as flores e os frutos. Vale muito a pena fazer essa viagem das sementes.

A viagem das plantas pode ser feita pelo vento, ou conduzida pela ação dos animais. Alguns, como os esquilos guardam-nas nos seus esconderijos e aí muitas vezes nascem raízes que se vão transformar em árvores. Os pássaros também podem conduzir as sementes. Existem sementes que fazem grandes viagens. É o caso do dente-de-leão que conduzido pelo vento solta as suas sementes que vão criar raízes noutros locais. Este é um livro que nos oferece a viagem das sementes por locais muito diversos.

Boletim Nascente Escolar
julho - 2020



Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: Prof.º Luís Campos, prof.ª Rosa Felgueiras e todos os que assinaram os textos.
Revisão: Prof. José Pinho.
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:
A. E. António Rodrigues Sampaio
Sede:
EB de Forjães, Rua da Pedreira, 207
4740 - 446 Forjães
Tel: 253 879 200 Fax: 253 872 526
Correio eletrónico:
boletimnascenteescolar@gmail.com

Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Club



Forjães S. C. presente na ação de Sensibilização/formação “Plano de Segurança para a COVID 19” organizada pela CME

Em março, o mundo parou! De um dia para o outro, no futebol e noutros desportos, fecharam-se os pavilhões, os estádios, os centros de treinos. Toda a atividade parou. Os mais miúdos, os jovens, todos os atletas, foram para casa, os adeptos também.

Passados alguns meses do início desta calamidade, sabemos que algo mudou para sempre as nossas vidas, assim como mudaram as nossas rotinas, os nossos hábitos, também a organização dos clubes do futebol vai ter que mudar. Vai ser preciso reinventar novos procedimentos no futebol. Os clubes vão ter que definir e reestruturar a forma como trabalhavam através de estratégias que salvaguardem a segurança de todos.

No âmbito da pandemia COVID-19, verifica-se que o regresso à prática da ati-

vidade física tem ocorrido gradualmente, de acordo com as orientações da Direção-Geral da Saúde. Neste sentido, alguns clubes, escolas, associações, elaboraram o seu plano de contingência que estão a adotar como prevenção para a COVID-19.

Neste sentido, apesar de todos os Planos que estão a ser implementados, a Câmara Municipal de Esposende, através da área de desporto, sob alçada do Dr. Mário Rui Losa, considerou pertinente a realização de uma Ação de Formação/Sensibilização direcionada para todos os agentes desportivos do nosso concelho.

O Forjães S. C. fez-se representar. A sessão ocorreu no dia 14 de julho no auditório Municipal de Esposende, tendo como palestrante a Eng. Joana, onde abordou as medidas a adotar na Implementação de um Plano de Segurança para a COVID-19,

de forma a preparar os agentes desportivos para a necessidade de elaborarem o respetivo plano de contingência, para o seu clube, apresentando de forma genérica, as diretrizes emanadas pela Direção

Geral de Saúde (DGS), nas diversas áreas. Não sabendo ao certo, quando poderemos voltar à atividade, com serenidade,

urge dar os primeiros passos no sentido da preparação da próxima temporada desportiva.



FSC renova com a equipa técnica do plantel sénior

A recém eleição dos órgãos sociais do Forjães SC, ocorrida em ato eleitoral no passado dia 12 de julho, no Centro Cultural de Forjães, permitiu que a nova direção do FSC (mantém-se praticamente todos os membros que faziam parte da anterior lista) renovasse com a equipa técnica liderada pelo Mister Carlos Viana, para a próxima época desportiva, tendo como objetivo primordial, permitir a continuidade do excelente trabalho que estava a desenvolver, aquando da interrupção abrupta das competições desportivas por causa da pandemia COVID 19.

Esta equipa técnica, sob o comando do técnico Carlos Viana, desta vez não poderá contar com o anterior preparador físico Paulo Nóvoa, por motivos familiares e profissionais. O nosso sincero agradeci-

mento ao Mister Nóvoa por todo o trabalho desenvolvido e pela amizade que demonstrou ao longo deste período que vestiu as cores do nosso clube. Continuarão na estrutura da equipa técnica dos séniores, os Mistres Orlando Silva (adjunto do treinador) e Jorge Muchacho (treinador de guarda redes).

Em reuniões recentes com a AF Braga foi-nos transmitido que ainda não existe uma previsão para o arranque das competições de futebol, aguardando com expectativa que a Federação Portuguesa de Futebol anuncie algo às suas associações no sentido da preparação e planeamento da próxima época desportiva.



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



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

Opinião

Um vírus com «costas largas»!



Pe. Luís Baeta

Tenho-me detido, por várias vezes, nos meus pensamentos, sobre qual será eleita a palavra do ano 2020, depois de termos escutado tantas vezes vocábulos ou expressões como «covid-19», «coronavírus», «pandemia», «restrições», «confinamento», «quarentena», «vacina», «infetados», «máscara», «álcool-gel», «distanciamento social», «distância de segurança» ou «etiqueta respiratória».

As novas circunstâncias permitiram não só colocar as pessoas de todo o mundo em sentinela e bem instruídas sobre os pormenores da doença desconhecida, como mostrar a realidade interior de muitas pessoas, inclusivamente de figuras públicas de quem muitos de nós esperavam outra coisa.

No passado dia 13 de julho, na página digital do Diário de Notícias (<https://www.dn.pt/>), publicava-se uma notícia intitulada «OMS avisa que pandemia "só vai ficar pior e pior e pior"», na qual o diretor-geral da Organização Mundial de Saúde afirmava que «não haverá um regresso à velha normalidade no futuro próximo mas há um roteiro para controlar [a covid-19] e continuar com a vida».

Ou seja, como diz o ditado popular, «nem tudo ao mar, nem tudo à terra». Deve, em tudo, haver equilíbrio. Todavia, há muitos aspetos em que se revela precisamente o oposto.

Utilizando novamente a sabedoria popular, poderíamos afirmar que a nova doença covid-19 «tem as costas largas».

Ela serve de justificação ou desculpa para muitas coisas. Falo, por exemplo, da inércia de muitos organismos públicos que usam a nova doença para prestarem os seus serviços com menos intensidade. Sem qualquer justificação, pois, afinal, a sua «velha normalidade» já não incluía grandes filas ou ajuntamentos.

Falo de mudanças como a redução de horários em atendimentos via telefone, ou de iniciativas escandalosas como uma instituição pública na qual entrei para, com as devidas precauções como uso de máscara, desinfeção de mãos e distanciamento, falar com alguém que estaria no seu interior, mas na qual fui informado que deveria regressar ao exterior e enviar uma mensagem de correio eletrónico. Resumidamente, fui para a rua escrever a mensagem para quem estava lá dentro, a alguns metros, depois de longa deslocação e constrangimento na agenda. Fui escrever perguntas e aguardar horas por respostas numa conversa que demoraria alguns segundos e que tornaria possível o desenrolar de outros assuntos urgentes. Tudo isto já em fins de junho!

Falo de pessoas que manifestaram a

sua verdadeira pouca vontade de trabalhar, dando razão aos diversos estudos que concluem que Portugal é um país pouco produtivo, onde se faz o menos possível no menor espaço de tempo exigido por lei.

Falo de pessoas que, mal tinha começado o confinamento, já se declaravam pobres. Alguns nunca o chegaram a ser nem a sentir. No entanto, continuam a tirar visibilidade aos que realmente estão a precisar.

A nova doença serve de justificação para não se fazerem coisas de que, na verdade, já não se gostava muito e eram pouco atrativas. Em termos de fé e religião muito haveria a abordar. São inúmeras as lamentações relacionadas com a ausência de festas populares e arraiais associados às festas dos Santos. Contudo, estando as igrejas já abertas, para que se possa fazer o mais essencial da religião católica – celebrar a Missa – ficam frequentemente vazias, mesmo nos seus poucos e limitados lugares disponíveis. As pessoas que justificam que não irão à igreja enquanto precisarem de usar máscara são, frequentemente, as mesmas que são vistas nos espaços públicos de lazer e comércio onde as exigências são as mesmas. As crianças

e jovens não são vistos há quatro ou cinco meses e, em muitos funerais, as igrejas estão vazias. Quem ama vai ou arrisca ir, mesmo que possa ter de ficar à porta ou à distância. E quem

acredita em Deus reconhece a necessidade de mais oração para que a crise passe e não usa a mesma precisamente para não ir!

São muitas as incongruências entre o permitido e o proibido: por razões financeiras, um avião pode transportar centenas de passageiros juntos, mas uma grande igreja está limitada a algumas dezenas! Cancelam-se festas religiosas e procissões, mas promovem-se arraiais, concertos e outras manifestações de caráter civil e político!

Sejamos sensatos, corretos, justos e coerentes para conseguirmos, em todos os aspetos da nossa existência, ter cuidado connosco e com os outros sabendo, no entanto, não morrer. Sabendo, por dentro e por fora, no corpo e na alma, «continuar com a vida»!

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, apertada, 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

EUROMASTER IDEAL PNEUS

IDEAL PNEUS
253 809 880

INICIADO
SERVIÇO
PNEUS
SERVIÇO RÁPIDO
LAVAGEM

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

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

Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

Serviços de artes florais
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. 960357106
RUA DO BOUCINHO, FORJÃES

Culinária ■ Viver ■ Passatempos ■ Opinião

Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

Espetadas de chocos e camarão

450 g de camarões grandes; 600 g de chocos pequeninos; sumo de limão; 900 g de batata nova; 150 g de manteiga; 2 dentes de alho esmagados; sumo de 1 lima; piri-piri; azeite; salsa picada; sal e pimenta q.b.

Faça as espetadas, intercalando o camarão com os chocos. Tempere-as com sal, pimenta, piri-piri, o sumo de limão e, no final, pincele-as com o azeite. Grelhe-as lentamente na brasa. Lave as batatas muito bem e embrulhe-as em papel de alumínio. Leve-as ao forno, a uma temperatura de 200°C, por cerca de 45 minutos. Decorrido o tempo, retire o papel e dê um golpe em cruz em cada uma das batatas. Pressione-as de lado e, entre os cortes, disponha um pouco de manteiga, sal e pimenta. Reserve-as. Coloque a restante manteiga numa molheira, que possa ir ao calor, e acrescente-lhe os alhos esmagados, o sumo de lima e a salsa picada. Deixe derreter, misture bem e utilize para regar as espetadas. Sugestão: Também poderá optar por confeccionar estas espetadas com os chocos arranjados e sem tinta, assim como com os camarões descascados.

Tarte fresca com fruta

Massa: 120 g de manteiga; 120 g de açúcar e 1 ovo; 240 g de farinha. Recheio: 4 folhas de gelatina incolor; 0.5 dl de leite; 1/2 lata de leite condensado; 2,5 dl de natas frias. Decoração: 1/2 meloa e fisálias; groselhas e açúcar em pó

Na confeção da massa, misture bem a manteiga com o açúcar. Junte o ovo e por fim a farinha. Amasse bem e tenda sobre uma superfície plana enfarinhada. Forre uma tarteira (23 cm de diâmetro) de fundo amovível e apare as extremidades. Forre com papel de alumínio e preencha com leguminosas cruas. Leve a cozer a 200°C, por cerca de 20 minutos. Findo o tempo, remova as leguminosas e o papel e deixe cozer, por mais 15 minutos. Deixe arrefecer. Para elaborar o recheio, demolhe as folhas de gelatina em água fria, por cerca de dois minutos. Escorra-as e leve ao lume com o leite para derreterem. Envolve no leite condensado e acrescente as natas previamente batidas bem firmes. Transfira o recheio para a tarte e leve ao frio, por duas horas. Decore com bolinhas de meloa, fisálias aos quartos e bagos de groselhas. Polvilhe com açúcar em pó e sirva a tarte bem fresca.

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

1º dar uivos; divindade dos rios, dos montes e dos bosques = 2º escuridão; desmoronar-se = 3º aqui está; brigada anti-criminal; diz-se ao telefone = 4º Nara Silva; trovejar; usado em lugar de "in" =

5º sociedade anónima; asas de moinho de vento = 6º espada de lâmina larga e curva = 7º cimo; aerolíneas argentinas = 8º brisa; covas; naquele lugar = 9º variação de pronome EU; estação espacial; preposição = 10º grande santo, mártir aos doze anos; antigo imposto = 11º pequeno cabo náutico para alar; magnífica =

Verticais

1º pássaro dentirrosto da África; sepultura = 2º quartzo irizado; relativo à cúria = 3º olhas; sinal afirmativo; grito do gato = 4º Álvaro Vinhas; freguesia do concelho de Barcelos; Olga Torres = 5º cauda; número cardinal = 6º relativo à higiene = 7º aqui; fisionomia = 8º seguir; pouco espessas; pronome pessoal = 9º despida; abreviatura de senhora; igual = 10º nome feminino; ligeiro = 11º fragrância; mulher forte =

soluções pág. 7

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

Saúde em destaque

Febre parte II

Como posso utilizar o termómetro de forma correta?

Existem vários tipos de termómetro, cuja utilização correta é essencial.

Hoje em dia os termómetros mais utilizados são os digitais. Medem a febre em menos de 1 minuto e emitem um toque quando terminam a medição.

Por questões de higiene, um termómetro digital que é usado para temperatura retal, não deve ser usado para medir a temperatura oral, e vice-versa. Por isso, é importante ter os termómetros devidamente etiquetados consoante a sua utilização.

Antes e depois de utilizar um termómetro lave-o com água fria e sabão, desinfete com álcool, volte a passar água fria e seque. Não se esqueça de guardar bem o termómetro depois de o utilizar, mantendo-o fora do alcance das crianças.

Os termómetros de vidro atualmente comercializados (que já não contêm mercúrio) neces-

sitam de 3 minutos para obter a temperatura e têm o inconveniente de poderem partir-se.

Quando é que um adulto tem febre?

De uma forma simples, qualquer medição acima de 38°C corresponde a febre. No entanto, a temperatura corporal depende de vários fatores, nomeadamente do local da medição. Considera-se febre uma temperatura axilar ou oral superior a 37,5°C ou timpânica superior a 37,7°C. No entanto, o organismo das pessoas idosas pode não ter capacidade de elevar tanto a temperatura corporal.

Quais são os sintomas da febre em adultos?

- Nos adultos a febre provoca:
- suores
 - arrepios
 - dor de cabeça
 - dores musculares
 - perda de apetite
 - desidratação
 - fraqueza geral



Marina Aguiar*

A febre mais alta pode ainda provocar:

- alucinações
- confusão
- irritabilidade
- convulsões
- desidratação

continua na próxima edição

Referência Bibliográfica:

SNS 24
Fonte: Direção-Geral da Saúde (DGS) / Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM)

*Médica Dentista

Romaria Santa Marinha

Foi com grande consternação e tristeza que esta comissão de festas, em honra de Santa Marinha 2020, não realizou esta grandiosa festa em honra da nossa padroeira, pelos factos sobejamente conhecidos.

Não quisemos deixar passar a data em branco, sem assinalar o dia 18 de julho, um dia especial e emblemático para todos os Forjanenses, e decidimos realizar, na nossa igreja, a Novena, a missa do Clamor e da Festa em honra de nossa padroeira Santa Marinha.

Foi uma cerimônia simples, cheia de simbolismo, talvez pelo momento atual que todos estamos a viver.

Foi estranho para nós e para todos os Forjanenses, ao entrar na semana da festa, e não haver aquela azáfama que nos é habitual todos os anos, a montagem do arraial, dos vários palcos para as diversas bandas, e outras estruturas para a realização destas grandes festividades em honra da nossa padroeira Santa Marinha.

Penso que foi a primeira vez que isto aconteceu, até ao meio tempo de vida, não me lembro de não se ter realizado esta grande festa da Santa Marinha de Forjães, que tanta história tem, e que ao longos dos

anos somos visitados por inúmeros forasteiros, que muito gostam e apreciam esta grande romaria da nossa terra.

Para o ano 2021, vamos acreditar e ter a esperança que tudo se irá resolver da melhor maneira, que todos nós consigamos realizar os nossos sonhos, ultrapassando esta pandemia que nos veio atormentar, entristecer e dificultar as nossas vidas e o nosso quotidiano.

Que a virgem mártir Santa Marinha interceda, para que esta pandemia seja debelada, que nos traga a todos muita saúde, muita paz e alegria e um futuro risonho para todos.

A comissão de festas agradece a todas as pessoas que estiveram presentes nas celebrações em honra da nossa padroeira, em especial, o Sr. Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, o Sr. Presidente da Assembleia da Junta de Forjães, o Sr. Presidente da Junta e o Presidente do Forjães SC.

Um agradecimento, também, ao Professor Basílio e aos membros presentes do coro da igreja, que se fizeram representar, aos músicos que estiveram presentes da Banda Filarmônica de Antas, que abrilhantaram a celebração "Hino da Santa Mari-

nha" em honra da nossa padroeira.

À Câmara Municipal de Esposende, pela cedência das cadeiras, para conforto de todas as pessoas que estiveram presentes.

Esta comissão de Festas de Santa Marinha continuará a trabalhar para o ano 2021, com empenho e afinco, terá menos três elementos, que entenderam dar por terminado o seu contributo para este ano 2020. Lamentamos a perda destes nossos colegas, todos somos poucos, mas o caminho faz-se caminhando.

Aqui fica a lista definitiva da Comissão de Festas em honra da Santa Marinha para o ano 2021.

Fernando Manuel Carvalho Dos Santos
Eduarda Maria Coutinho Branco Martins
José Maria Torres Gomes
Cristina De Sá Arantes Moreira Barros
Arnaldo Jorge Da Cruz Faria Ribeiro
Rosa Maria Carvalho Couto
José Paulo Ribeiro Matos
Maria Jacinta de Queirós

Esta comissão conta com a ajuda de todos os Forjanenses e todos os amigos da Santa Marinha de Forjães.

Santa Marinha dos Trigaís, para o ano nos esperais!





Dr.ª Marina Aguiar
Médica Dentista

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

www.dr-marina-aguiar.blogspot.com

marinaguiar1@hotmail.com







GPS: N 41°36'52,6" W 08°44'21,1"

- 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