



O FORJANENSE

Diretora: Tânia Catarina Balinha Silva
Abril 2023 • Ano XXXVIII 2ª série • n.º 395
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issuu e no **facebook**

XVII GRANDE PROVA DE ATLETISMO DA ACARF



págs. 8-9

**Caminhada no Dia Mundial
da Consciencialização do Autismo**



pág. 2

CULIZENDE
REPARAÇÃO E MANUTENÇÃO AUTOMÓVEL



Colisão



Manutenção



Diagnóstico



Pneus



Mecânica

Rua da Corujeira, 98 / 4740-432 Forjães

Tel. 253 876 000 | Tlm. 964 236 010 / culizende@hotmail.com

Caminhada no Dia Mundial da Consciencialização do Autismo

Com o lema “AMA-ME COMO EU SOU” ficaram marcadas as ações de sensibilização e os eventos organizados pela Associação de Pais da Escola Básica de Forjães e pelas Salas Especializadas para o Espectro do Autismo da Escola Básica de Forjães (SEEA Forjães), no âmbito do Dia Mundial da Consciencialização do Autismo.

No dia 30 de março, em contexto escolar, o Dia do Autismo foi assinalado pela onda em tons de azul na E.B.F., onde os alunos se vestiram com uma t-shirt azul, para reforçarem e consciencializarem para a importância deste dia. O dia ficou ainda marcado pelo momento de respeito direcionado aos alunos da SEEA, através da redução do ruído na hora de almoço e pela palestra, onde foram ouvidas partilhas intimistas das mães dos meninos e meninas que frequentam as Salas Especializadas do Espectro do Autismo.

Também o Forjães Sport Club contribuiu para a ênfase do Dia Mundial da Consciencialização do Autismo, no torneio concelhio, na manhã de dia 2 de abril,

onde as equipas dos escalões da formação se vestiram de azul.

Na tarde desse domingo, dia 2 de abril, data em que se assinala o Dia Mundial da Consciencialização do Autismo realizou-se a **Caminhada pela Consciencialização do Autismo**, com organização da Associação de Pais da Escola Básica de Forjães.

O ponto de partida foi na E.B.F, pelas 15h, tendo sido as margens do Rio Neiva os pontos escolhidos para serem apreciados durante o percurso, nomeadamente a passagem pelo “Zé do Rio” e pelo Rio da Morena, onde, neste último ponto, foi feito um pequeno lanche, com doces confeccionados pelos alunos autistas da EB Forjães. O evento contou com cerca de uma centena de pessoas, tendo sido um projeto direcionado para toda a comunidade local. Esta ação permitiu reforçar o envolvimento com a sociedade e apoiar uma iniciativa cujo objetivo é elucidar sobre as pessoas autistas. Depende de todos a contribuição para uma melhor adaptação das crianças e adultos com autismo à vida em sociedade.

Foram, desse modo, com estas ações, honrados os alunos e os seus pais, os docentes, as assistentes operacionais, as técnicas especializadas e toda a comunidade educativa e escolar, assim como todos aqueles que se dedicam a estas crianças, todos os dias.

A caminhada, assim como as ações desenvolvidas durante a semana que a antecedeu, contaram com o especial apoio da Play Up, marca pertencente à empresa ETFOR, que ofereceu as t-shirts para todas

as atividades e ações de sensibilização que decorreram ao longo dessa semana. Através do jornal "O Forjanense" e das suas redes sociais, a Associação de Pais da EB Forjães teceu um agradecimento à empresa forjanense por todo o apoio: “Não temos palavras para agradecer a

generosidade da Play Up para com esta causa. Foi um parceiro incrível que não só nos recebeu de coração aberto, construindo de raiz a t-shirt em torno de todo o simbolismo do Autismo, dando-lhe cor e voz, como nos presenteou com a generosa oferta da totalidade das t-shirts confeccionadas. Ficamos verdadeiramente gratos e, em particular ao CEO da ETFOR, Sr. Bruno Correia, pela abertura e receptividade em alinhar desde o primeiro momento com esta ideia, bem como à mãe desta grande “casa”, a D. Lúcia, por ser a mentora de tamanha generosidade e solidariedade!”.

Junto dos registos fotográficos publicados nas suas redes sociais, a Associação de Pais da Escola Básica de Forjães proferiu, ainda, outros agradecimentos: “Aos pais e encarregados de educação, por terem aderido em massa na aquisição das t-shirts desenhadas em exclusivo para esta



causa. Às representantes de turma, que foram as vozes de partilha, levando aos pais e encarregados de educação a mensagem e trabalhando em prol desta causa. Às docentes das Salas Especializadas do Espectro de Autismo, por nos deixarem fazer parte desta família. À Sr.ª Vereadora e Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Sr.ª Eng.ª Alexandra Roeger, pelo apoio oferecido para o reforço e por ter participado na caminhada e igualmente à Junta de Freguesia de Forjães, pelo apoio concedido.”

A SEEA Forjães também agradeceu a toda a comunidade local, assim como à Associação de Pais por toda a iniciativa: “Estamos honestamente felizes por tudo o que vivemos nesta prova de Amor para com os nossos alunos da Sala Especializada do Espectro do Autismo!”.





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

Festa na Noite de Páscoa com DJ Ricardo

No passado dia 9 de abril, domingo de Páscoa, o Espaço Multiusos da Escola Rodrigues Faria foi palco de mais uma noite de festa memorável, com a presença do conterrâneo DJ Ricardo Ribeiro. O evento, organizado pela Comissão de Festas Santa Marinha de Forjães 2023, atraiu uma grande multidão que se reuniu para celebrar a época festiva em grande estilo.

Durante a noite, DJ Ricardo Ribeiro presenteou todos os presentes com um leque variado de música que agradou a todas as gerações. Desde os clássicos até

aos sucessos mais recentes, a pista de dança esteve sempre cheia e animada.

A organização do evento ficou a cargo da Comissão de Festas Santa Marinha de Forjães 2023, que trabalhou arduamente para proporcionar uma noite de festa inesquecível para todos os presentes, tendo permitido um serviço de excelência a todos. Com uma atmosfera animada e alegre, a noite de festa em Forjães foi um verdadeiro sucesso e os participantes deixaram a festa com sorrisos no rosto e grandes memórias.

Junta de Freguesia de Forjães

Polo de Leitura de Forjães da Biblioteca Municipal Sala Prof.ª Maria Irene Faria do Valle

A partir do próximo mês de maio, o Polo de Leitura de Forjães da Biblioteca Municipal, Sala Prof.ª M. Irene Faria Do Valle, abrirá portas semanalmente, para proporcionar sessões da **Hora do Conto** às instituições do concelho e acesso à comunidade em geral a este espaço de cultura.

O objetivo desta iniciativa é descentralizar o acesso à cultura, nomeadamente o acesso ao livro e à leitura, contribuindo para a concretização dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

O Polo de Leitura, instalado no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, é um veículo promotor do livro e da leitura, pos-

sível de ser visitado por todos, como tem acontecido com bastante regularidade, passa a partir de agora a dispor de um serviço educativo, que entra em funcionamento no dia 3 de maio. Este serviço passará a funcionar todas as quartas-feiras, no horário das 9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00.

As instituições do concelho interessadas em usufruir da **Hora do Conto**, devem fazer uma marcação prévia através do email: biblioteca.municipal@cm-esposende.pt, do telefone 253 960 181, na secretaria da Junta de Freguesia de Forjães, através do telefone 253 877 430 ou pelo email: juntadefreguesia@forjaes.pt.

O Polo de Leitura de Forjães disponibi-

liza um fundo documental composto por fundo local de autores Forjanenses, literatura portuguesa e estrangeira, bem como literatura para crianças e jovens, destinados ao empréstimo domiciliário ou leitura local. Além disso, o espaço está equipado com mesas de leitura e trabalho presencial, catálogo online e um espaço com computador de acesso à internet e wi-fi.

A reativação deste polo de leitura, pretensão esperada pela Junta de Freguesia, enquadra-se na estratégia cultural do Município de Esposende, que tem como objetivo o acesso à cultura como forma de promoção do desenvolvimento sustentável.

A iniciativa é uma das várias que estão

incluídas num vasto plano de ação, que engloba o reforço do trabalho de proximidade com todas as bibliotecas escolares.

Para além de promover a leitura, a abertura deste serviço semanal do Polo de Leitura de Forjães, também contribuirá para a dinamização da economia local, uma vez que se espera que este espaço atraia visitantes de outras localidades.

Além disso, a iniciativa também irá promover a educação e a cultura na nossa região, proporcionando aos Forjanenses e habitantes do concelho a possibilidade de expandir o seu conhecimento e aprender novas habilidades.

25 de Abril - 49 anos

A Junta de Freguesia de Forjães voltou a assinalar a passagem de mais um aniversário sobre a Revolução dos Cravos, marcando este 49º aniversário com um conjunto de atividades centradas no CENTRO CULTURAL ESCOLAS RODRIGUES DE FARIA.

A iniciar as celebrações, no dia 22 de abril, tivemos o lançamento do livro "Retalhos de uma vida atribulada".

A obra agora editada, da autoria do Forjanense Mário de Faria Vilaverde, retrata o período da sua vida militar, desde o tempo da recruta, em outubro de 1967, à presença em Angola, no Batalhão de Caçadores 2844 (de abril de 1968 a julho de 1970). A apresentação da obra esteve a cargo do também Forjanense Carlos Brochado de Almeida, que destacou a coragem do autor, pois esta literatura que aborda narrativas de guerra é sempre delicada. Foi com a emoção do momento, que o autor da obra explicou aos presentes

a razão deste livro. A mesma tónica de emoção foi destacada pelo Presidente da Junta, Vitor Quintão, que abriu as intervenções, e por Benjamim Pereira, na qualidade de Presidente da Câmara Municipal de Esposende, que encerrou o período de intervenções. Tomou ainda parte da mesa Carlos Gomes de Sá, na qualidade de Presidente da Assembleia de Freguesia, numa sessão que foi aberta por músicas de Abril interpretadas por Paulo Alves. A cerimónia foi conduzida por Virgínia Sampaio.

No dia 25 de manhã, e integrante da 17ª Prova de Atletismo dinamizada pela ACARF, realizou-se a "Caminhada da Liberdade", cujo valor angariado terá como destino a Liga Portuguesa Contra o Cancro. Mais tarde, foi lançada uma salva de morteiros alusiva à data que assinalávamos.

Campanha "Dê Prioridade à Vida"

A Junta de Freguesia de Forjães, voltou a associar-se à Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária, desta feita para a campanha "Dê Prioridade à Vida".

Esta iniciativa, que decorreu entre os dias 31 de março e 9 de abril, teve como objetivo sensibilizar os condutores para a adoção de uma condução segura, sem velocidade, sem álcool e sem telemóvel, em particular durante as deslocações no período da Páscoa.

Apesar dos progressos efetuados nos últimos 25 anos em Portugal, o número de mortos e de feridos graves devido aos acidentes rodoviários continua a ser muito elevado. Em média, na última década, 650 pessoas perderam a vida por ano e mais de 2.000 ficaram gravemente feridas. Está nas mãos de todos nós fazer a diferença.

decoração
FACHADAS MONTRAS

publicidade
OUTDOOR VIATURAS

DESIGN GRÁFICO
serviços

GRÁFICA
offset e digital
PUBLICAÇÕES

impressão
GRANDES FORMATOS

corte/gravação
CNC **FRESA LASER**

personalizações
CARTÕES PVC CARIMBOS

DIVULGAÇÕES RECLAMOS
sinalética

Pontodecópias
CENTRO DE CÓPIAS

Pontodecópias
PUBLIZENDE
O que fazemos, fazemos bem.

correio@publizende.com

253 968 001
(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

Flor do Campo
Florista

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



Junta de Freguesia de Forjães

I Concurso de Fotografia: Património de Forjães



Com o objetivo de imortalizar e dar a conhecer o vasto Património da Freguesia de

Forjães, quer seja material ou imaterial, a Junta de Freguesia de Forjães leva a efeito o 1º Concurso de Fotografia.

Este primeiro concurso, conforme regulamento, que pode ser consultado no link abaixo destacado, destina-se a todos os fotógrafos nacionais ou estrangeiros, residentes em Portugal, senda a inscrição gratuita. O tema geral do concurso é Património de Forjães e divide-se em três categorias:

a) Paisagem

b) Biodiversidade
c) Tradição e cultura

As fotografias têm de ser originais, devendo o seu autor garantir a autoria das mesmas, responsabilizando-se pelo seu conteúdo, publicação e exposição. Têm também de ser tiradas dentro da área geográfica da Freguesia de Forjães, pelo que devem conter informação/identificação fidedigna que a associe à Freguesia de Forjães (coordenadas, enquadramento ou outros). Para além de prémios para os vencedores de cada uma destas categorias, existe, ainda, o "Prémio estudante", contemplando a oferta de material escolar/livros didáticos, conforme regulamento.

Regulamento: Concurso Fotografia Rect. 2023

<https://forjaes.pt/.../i-concurso-de-fotografia.../>

Sinalização horizontal reforçada

Foi recentemente reforçada a sinalização vertical na Avenida de Santa Marinha e nos novos arruamentos na zona da Igreja, especificamente na Praça Padre Justino Moreira da Silva e Rua Júlio de Carvalho Pereira.

Na zona central, foi aplicada a sinalização horizontal (pintura do pavimento), em complemento da vertical já aplicada (sinais), definindo os sentidos de trânsito nos novos arruamentos, a que se juntou a pintura, na Avenida Padre Joaquim Lima, de uma passadeira para peões, na saída do parque/ ligação ao Salão Paroquial (junto às instalações sanitárias). Nesta ligação, haverá ainda, uma intervenção por parte da Junta de Freguesia, de correção do pavimento, procedendo-

-se, assim, à eliminação da barreira (de grau) arquitetónica atualmente existente.

Prevê-se, também, uma intervenção relativa ao ordenamento/ limitação do estacionamento no Largo do Adro e na Avenida Padre Joaquim Lima, considerando a atual disponibilidade de lugares no Parque do Cemitério e Parque da Praça Padre Justino Moreira da Silva.

Na Avenida de Santa Marinha foi remarcada a linha central, entre o cruzamento desta com a Rua de Conces/ Rua da Freiria e a Rua da Seara (escadório), onde há alteração do pavimento. A aplicação de uma linha contínua, em toda a extensão deste traçado, visa aumentar a segurança na área, com velocidade limitada a 50km/h.

Forjães participa na Semana Nacional do Turismo

Forjães voltou a estar presente nas atividades da Semana Nacional do Turismo Industrial, integrando o Centro Interpretativo do Junco o programa elaborado pelo Município, de onde constam as atividades "Junco... com arte e engenho" e "Moagem... com arte e engenho".

Assim, no dia 15 de abril, durante a manhã, com a presença de José Costa e Isabel do Município de Esposende, foi realizada

uma visita guiada ao Centro Interpretativo do Junco de Forjães, para conhecer o processo de elaboração das cestas de junco. Esta visita contou ainda com a colaboração da artesã "Mena do Rio", que demonstrou como se trabalha o junco e o seu resultado final. Após a visita, e já hora de almoço, decorreu uma degustação de produtos locais para todos os participantes.

Alunos e professores da Letónia, Itália e Portugal em Forjães

Foi com satisfação, que a Junta de Freguesia recebeu, em visita de trabalho ao Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, no passado dia 27 de março, um grupo de 41 alunos e professores, onde se incluía o Forjanense Domingos Carvalho, oriundos de Portugal, Itália e Letónia, no âmbito de um projeto Erasmus+ da Escola Secundária Henrique Medina, Esposende.

Para além da visita ao espaço, que teve o Presidente da Junta, Vitor Quintão, como cicerone, destacam-se as vivências acontecidas no Centro Interpretativo do Junco, onde a artesã Mena do Rio apresentou a sua secular arte.

Da parte dos visitantes, ouviram-se



palavras de todos os alunos e professores, destacando o agrado em visitarem o Centro Cultural e participarem no workshop do ciclo do Junco realizado no âmbito do tema do projeto "Our Beautiful Future Together: The Environment".

Páscoa 2023

A Junta de Freguesia, abriu as suas portas para receber a visita do Compasso Pascal, tendo sido este um momento a que muitos Forjanenses se associaram. A visita do Compasso Pascal foi transmitida, em

direto, no Facebook da Junta de Freguesia, permitindo, assim, a todos os Forjanenses, incluindo os nossos emigrantes, impossibilitados de estarem connosco, assistir a esta vivência de Fé.

CAFÉ NOVO

de Luis Cruz

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



Rua 30 de Junho - 4740 Forjães
253 87 21 46



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

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

Desqualquerizar Alexandrina

Pessoas ousadas, ideias fora da caixa, causas - à partida - marginais, vozes discordantes, não costumam situar-se no interior das instituições. Na melhor das hipóteses são toleradas, mantidas à vista por segurança ou subtilmente domesticadas. Habitualmente são corpos estranhos que quebram mas não dobram, mesmo se leves como uma pena. Alexandrina Maria da Costa ultrapassa todos os limites da racionalidade e da fé. No seu como no nosso tempo é admirada por uns, risível para outros e ignorada pela maioria. É, contudo, uma mulher única e profética que não cedeu nem permite que cedamos à qualquerização. Qualquerizar Alexandrina é reduzi-la à sua abstinência alimentar ou à sua nutrição sacramental; qualquerizar Alexandrina é aguardar a proclamação miraculosa de uma cura; qualquerizar Alexandrina é ler os seus relatos à procura de encaixes teológicos ou psicológicos; qualquerizar Alexandrina é diminuir-la à sua dimensão devocional. Sem instrução académica de relevo, nascida e criada na pobreza de uma família monoparental, sujeita a trabalhos agrícolas e serviços, desde cedo escolheu ser intensa como fogo. Alexandrina nada tem de anestésico nem de conformista. Se fosse examinada à luz do atual estado da medicina é provável que fosse sujeita a um internamento psiquiátrico compulsivo, tão sedenta de sofrimento se manifestava. Não dobrou: decidiu tirar força da sua fraqueza. Decidiu que das suas chagas sairia remédio para os outros, cura, conversão, caridade. Quando importunada pelos médicos? Não dobrou: tudo isso entregou a Deus. Quando incompreendida pela Igreja? Não dobrou: tudo isso entregou a Deus. Quando fustigada pelo sofrimento psíquico e espiritual? Não dobrou: tudo isso entregou a Deus. Sofrer, amar, reparar. Por esta ordem, não por outra. Alexandrina é uma cirurgia sem anestesia. Se tivesse nascido em Itália, Alexandrina constaria há muito de um altar, provavelmente contra sua vontade. Se tivesse procedência num berço de ouro teria dispensa de patamares de santidade. Se tivesse de ser sujeita à doutrina da fé é provável que fosse desconsiderada pela ingénua ortodoxia ou tolerada pela santa inocência. Se tivesse de ser acompanhada espiritualmente hoje é provável que fosse consecutivamente rejeitada. Se tivesse de ser avaliada por uma comissão de proteção de crianças, jovens ou adultos vulneráveis é provável que fosse retirada à família ou fosse requerido o estatuto de maior acompanhado. Quem foi Alexandrina Maria da Costa? Fala ela própria: "Quero ser o grão na mó, quero ser cacho espremido. Sofrer e amar, Mãezinha, eis a minha aspiração: ser um nada, um puro nada". Quem é Alexandrina Maria da Costa? Uma pedra preciosa mas incómoda dentro do sapato da ciência e da fé. Gostaria de saber desqualquerizar Alexandrina. Intuo o caminho dela: o sofrimento pode ser dado. Que horror de frase! Que mistério é este que impulsivamente me apetece rejeitar? Fala Bento XVI: "O que significa 'oferecer'? Estas pessoas estavam convencidas de poderem inserir no grande compadecer de Cristo as suas pequenas canseiras, que entravam assim, de algum modo, a fazer parte do tesouro de compaixão de que o género humano necessita. Deste modo, também as mesmas pequenas moléstias do dia-a-dia poderiam adquirir um sentido e contribuir para a economia do bem, do amor entre os seres humanos. Deveríamos talvez interrogar-nos se verdadeiramente isto não poderia voltar a ser uma perspetiva sensata também para nós" (Salvos na Esperança, 40).

Jorge Vilaça, padre

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

MAIO:

- 01| S. José Operário - Mês de Maria, mês da Mãe, Mês das Flores: Oração meditada do terço do Rosário (*depois da missa*) das 18h30.
 06| Peregrinação das crianças (*do 1º ao 6º anos*), ao Sameiro, a partir das 10h00 | Eucaristia Vespertina às 18h30.
 07| V Domingo da Páscoa: Eucaristias às 9h00 e 11h15 (Missa com os Escuteiros)
 11| Eucaristia Vespertina às 18h30
 13| Acolhimento no adro da igreja Matriz da Virgem Peregrina Senhora da Guia que permanecerá toda a semana na paróquia de Forjães e, oito dias depois, no fim da Eucaristia Vespertina, do dia 13/maio, seguirá para Belinho | **Nossa Senhora de Fátima: Eucaristia Vespertina, às 18h30.**
 14| **VI Domingo da Páscoa:** Eucaristias às 9h00 e 11h15.
 20| Eucaristia Vespertina às 18h30, seguida do "Envio/Entrega" da Virgem Peregrina Senhora da Guia, no fim da Eucaristia Vespertina a Belinho.
 21| Peregrinação Arciprestal à Senhora da Guia: saída do adro da igreja de Belinho, às 10h00 | Eucaristia, às 11h00, no Santuário de Nossa Senhora da Guia.
 27| Eucaristia Vespertina às 18h00 | Procissão de velas às 21h00 da Capela da Senhora da Graça em direção à igreja Matriz.
 28| **Dia de Pentecostes:** Eucaristias às 9h00 e 11h15.
 29| Domingo da Ascensão do Senhor (Dia da Comunicações Sociais): missas às 9h00 e 11h15.
 31| Festa da Visitação de Nossa Senhora - Encerramento do mês de maio): missa às 18h30.

Bênção de novas casas (9 de abril de 2023)

- Tiago Filipe Moreira da Costa e Cátia Rafaela Alves Faria, Avenida Santa Marinha, nº 444.
- José Carlos Fernandes Moreira e Rosa Maria da Rocha Sousa, Rua das Giestas, nº 163.
- Eduardo Martins Pereira e Liliana Maranhão, Avenida do Cerqueiral, nº 599.
- Pedro Miguel Faria Duarte e Cristina Meira Vieira, Rua da Fábrica, nº 51.
- Crispim Carvalho e Paula Matos, Rua da Feitelha, nº152.
- Luís Miguel da Silva Moura e Natália Ana Pereira da Cruz Martins, Travessa de Neiva, 38.

Peregrinação das Crianças decorre a 6 de maio

O Santuário do Sameiro volta a acolher, a 6 de maio, a Peregrinação Arquidiocesana das Crianças ao Sameiro. Após o acolhimento e oração junto à casa da memória, às 10h, tem lugar, entre as 10h30 e as 12h30, o *Peddy Paper* "À descoberta do Sameiro", com pontos de paragem e com dinâmicas. Após o Almoço, a concentração acontecerá junto à casa da memória para a organização da procissão para o local da eucaristia; O programa termina com a Eucaristia junto ao Cruzeiro, às 15h.

Movimentos religiosos

Celebração Batismal:

- 22/04/2023 - Rodrigo Linhares Costa, filho de Carlos Alberto Fernandes da Costa e de Ana Isabel Oliveira Linhares. Neta paterna de José Augusto Barbosa da Costa e de Fernanda Maria da Cruz Fernandes. Neta materna de Jorge Gonçalves Linhares e de Ana Maria da Costa Oliveira Linhares.

Celebração Matrimonial:

- 22/04/2023 - Carlos Alberto Fernandes da Costa, de 37 anos de idade, filho de José Augusto Barbosa da Costa e de Fernanda

Maria da Cruz Fernandes e Ana Isabel Oliveira Linhares, de 30 anos de idade, filha de Jorge Gonçalves Linhares e de Ana Maria da Costa Oliveira Linhares, ambos da freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Óbitos:

- 09/04/2023 - Maria Augusta da Silva Viana Vale, com 63 anos de idade, residente na Rua do Souto das Merendas, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
 - 09/04/2023 - Natália Castro de Sousa, com 89 anos de idade, residente na 1 rua Jacques Decour,

Nanterre (Hauts-de-Seine), França.

- 11/05/2023 - Arnaldo Jorge da Cruz Faria Ribeiro, com 43 anos de idade, residente na Rua das Cortinhas, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

- 25/04/2023 - Amélia Dias de Almeida, com 79 anos de idade, residente na Rua dos Ferreiros, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.





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

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Abril

O dia 5 de Abril, foi marcante para os utentes da Fundação Lar de Santo António: a celebração da comunhão pascal na igreja trouxe memórias e vivências nunca esquecidas.

A participação dos utentes na missa da comunidade foi sem dúvida um momento bastante emotivo, e sobretudo com muita fé.

Agradecemos a todos que tornaram possível esta celebração, com a certeza de que para o “ano há mais”.



A Páscoa

E assim se passou a Páscoa.

Esta festividade é, para mim, a segunda mais linda comemoração. Para não dizer a primeira, porque, a Primavera é a minha favorita. Mas, sem zangas... as duas, juntam-se numa só e com o que a primavera nos dá, a Páscoa torna-se na mais bela das festas. Com as suas flores, os altares das igrejas são compostos e as ruas... os belos tapetes que se desenham por cada entrada onde a páscoa é comemorada... é uma arte muito antiga, do nosso Portugal... é como uma grande competição... nas aldeias, enfeites nunca vistos... ver quem ganha o primeiro prémio... mas ganham todas... ganhamos todos... Na verdade, eu queria que o Lar de Santo António fosse o primeiro... mas não sei... eu até vou fazer uma aposta e, se ganhar, começo a gostar mais do Santo António de Forjães... desculpa-me meu querido santo António de Lisboa... que fazes muitos casamentos... muitos casais felizes... uma cerimónia muito bonita... os vestidos até são oferecidos, sorte a dos casais... Eu, se voltar a casar, vai ser em Lisboa. A ver se me dá mais sorte... Eu, depois, vos conto...

Páscoa... Primavera... flores... simplesmente, toda a natureza se impõe num belo tapete colorido. Ai meu rico São Miguel! Defensor e protetor do Povo de Deus e Padroeiro da Igreja Católica, tudo é mais bonito com flores.

Não há nada melhor que a Páscoa com este tempo de sol a brilhar... tempo de primavera... cheio de bonitas flores.

Peço desculpa a quem não tenha a mesma apreciação, digo, seja da mesma opinião.

A Páscoa é ainda mais colorida com os doces, os coelhinhos que trazem os ovos e as amêndoas... de todas as qualidades e feitios... amarelos ou vermelhos, a cor não importa... eu gosto das de licor... O que está dentro é que é bom, não acham?... eu acho que os mais pequeninos concordam comigo...

Meus amigos, lá vão os adultos, avós, pais e padrinhos... puxar os cordões à bolsa... é, a vida é feita destas coisas... coisas boas e, para alguns, um pouco mais complicadas. Eu, nem que seja pouco, lá vou ao porta moedas... “lá vai barão”... E a quem não pode, só uma sugestão: umas boas palavras, já é muito bom.

É uma festa muito bonita... com as famílias reunidas... é bom ver os pais felizes... o que se transmite para os filhos... há sempre muito trabalho, mas é uma felicidade ver os filhos e os netos, juntos. É um prazer... e os emigrantes, percorrem quilómetros e quilómetros para fazerem, também, parte destas festas... e, ao mesmo tempo, matar saudades. Uns, fora há um anos, outros, há muitos mais anos. É uma alegria que não há palavras para descrever. Tanta felicidade, só visto... Alguns, vêm de muito longe. Primeiro, é uma aflição... antes não havia telemóveis... era mais difícil a espera... mas, agora é mais simples... lá liga a mãe a ver quando chegam. Às vezes, até vão à missa fazer as suas promessas, pedindo proteção para a viagem.

Qualquer Páscoa começa com o Domingo de Ramos... as pessoas vão às igrejas benzer os seus raminhos com galhos de Oliveira... uns, para trazerem para casa... dizem, para esta ficar pro-

tegida... outros, para dar aos padrinhos e madrinhas... esperando receber o foliar, no dia de Páscoa. Depois, sim... o Domingo de Páscoa... as famílias reúnem-se... e, por fim, mais um Domingo de festa... o da Pascoela... é tudo um motivo para assim celebrar os domingos... passa a missa na televisão... para assim, os doentes poderem assistir. Para os doentes com muita fé, a televisão é a companhia... é a companhia de muitas pessoas que estão nos hospitais e até em lares. Aqui também há doentes que o seu passatempo é a televisão. Uma grande casa para muitos doentes... é de louvar esta Fundação Lar de Santo António... e ainda com o serviço ao domicílio. Com o apoio da própria terra e da sua família residente em Portugal... é que se deve a concretização de tal desejo... destaco os antepassados... o Dr. Manuel Queiroz de Faria que, com a sua sabedoria, caráter e competência, criou esta instituição. Os doentes de Forjães e não só, agradecem o que fazem... o bom serviço que prestam a estas pessoas que precisam de ajuda... para assim aliviar as suas famílias e hospitais, como o de Braga, que me mandou para esta casa.

Bem... voltando às tradições... antigas tradições bem presentes...

A Páscoa merece tudo isto... pelos nossos filhotes... pelos nossos netinhos... por nós...

Espero que todos tenham tido umas felizes Páscoas... velhos e novos... ricos e pobres... são os votos sinceros, em meu nome, da Fundação Lar de Santo António de Forjães, Esposende-Braga.

Florentina Borges

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

Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

969 584 228

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

**...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

Inteligência Artificial



Cristiana Vale

A inteligência artificial (IA) é uma das maiores revoluções tecnológicas da nossa época. Com a capacidade de reproduzir competências humanas como o raciocínio, aprendizagem, planeamento e criatividade, a IA tem o potencial de mudar radicalmente a forma como vivemos e trabalhamos.

Em novembro de 2022, surgiu uma ferramenta de IA chamada ChatGPT que prometeu revolucionar profissões, enriquecer empresas e permitir que os humanos se libertassem de tarefas rotineiras sem valor agregado. Num instante, as pesquisas no motor

de busca devolvem um vasto número de sugestões, economizando tempo, recurso limitado.

Mas o que significa esta introdução para os seres humanos? Com o ChatGPT e outras tecnologias de IA, as tarefas que antes ocupavam grande parte do nosso tempo agora podem ser automatizadas, deixando-nos com mais tempo livre para nos concentrarmos em tarefas mais significativas. As campanhas de marketing, antes demoradas e muitas vezes frustrantes, agora geram dezenas de soluções criativas em questão de minutos.

Na educação, a IA pode ser uma ferramenta valiosa para ajudar os alunos a aprender de forma mais eficiente. Por exemplo, os estudantes já podem usar ferramentas de IA para encontrar erros em códigos de programação, economizando horas de trabalho tedioso. Da mesma forma, as mesmas ferramentas podem até ser usadas para desenvolver o código em si, permitindo que os alunos foquem em projetos mais avançados e

criativos.

Mas com todas as vantagens da IA, surgem também desafios. À medida que mais tarefas são automatizadas, levanta-se a degradação de muitos empregos. A IA pode ainda ser usada para recolher grandes quantidades de dados, levantando preocupações em torno de privacidade e segurança.

Assim, a IA é uma ferramenta poderosa que pode ajudar a tornar vidas mais eficientes e produtivas. No entanto, é importante lembrar que a tecnologia deve ser usada com cuidado e consideração para garantir que seus benefícios sejam maximizados e suas desvantagens minimizadas.

Por fim, e como não podia deixar de ser num texto deste caráter, lembro o leitor do contacto próximo que acabou de ter com uma ferramenta de IA pela leitura desta crónica, revista e enriquecida por uma ferramenta de IA que a colocou num discurso mais apropriado à página em que se encontra.

Obrigado Jorge

A família ACARF está de luto, viu partir um dos seus, o Arnaldo Jorge, que apesar da sua tenra idade, já fazia parte da direção da Instituição há vários anos. Um trabalhador, um lutador, um excelente dirigente. Sempre disponível, sempre presente, com uma energia positiva e aquele sorriso a que nos habituou. A luta, contra a doença, nos últimos tempos não foi fácil, mas ele sempre a encarou com muita coragem e determinação. Agora chegou a hora do descanso eterno. Estarás sempre connosco e sempre com aquele grande sorriso no rosto. Obrigado por tudo Jorjão, descansa em Paz.



A Direção da ACARF expressa os mais sinceros sentimentos a toda a família.

BUpi BALCÃO ÚNICO DO FREGUESIANO

Proteja as suas raízes e valorize o seu legado.

Identifique e registe os seus terrenos de forma simples e gratuita em bupi.gov.pt ou na sua Câmara Municipal.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS: **IRN** Instituto Registoso e Cartográfico, **AT** Autoridade Tributária e Aduaneira, **deTerritório**, **SAP**, **ICNF**

FINANCIADO POR: **COMPETE 2020**, **PRR**, **Financiada pela União Europeia**

O Grupo de Danças e Cantares de Forjães tem nova Direção

A lista proposta pelos Sócios Fundadores foi aprovada por unanimidade na Assembleia Eleitoral, realizada no dia 31 de março de 2023, no Auditório do Centro Cultural Rodrigues de Faria.

Sócios Fundadores e Proponentes: Serafim Costa Torres, Manuel de Campos Ribeiro, António Maria de Sousa Mendanha Arriscado, Judite Maria Marques Pinheiro, José Maria Coutinho de Almeida, Basílio Torres Lima da Silva, António Cândido Losa Capitão, Joaquim Rolo Lima Neiva, Carlos Eugénio Queirós Ribeiro, Fernando Ribeiro da Fonseca e António Faria de Queirós,

Assembleia Geral: Presidente: José Maria Coutinho de Almeida; **Primeiro Secretário:** António Maria de Sousa Mendanha Arriscado; **Segundo Secretário:** Manuel Amândio Almeida Sá;

Direção: Presidente: Domingos José da Cruz Carvalho; **Vice-Presidente para a Área Administrativa e Financeira:** Pedro Miguel Torres Almeida e Sá; **Vice-Presidente para a Área Administrativa:** António Alberto Arriscado Gonçalves; **Vice-Presidente para a Área do Marketing:** Arnaldo Nuno Ribeiro Mendanha Arriscado; **Vice-Presidente para a Área Administrativa:** Elisabete Cristina Arriscado Gonçalves;

Conselho Fiscal: Presidente: António Manuel Meira da Cruz Queirós; **Secretário:** Alberto Jorge Amorim Torres; **Relator:** Gra-

ça Alexandra Queirós Ribeiro;

Vogais: Letícia Daniela Torres Almeida e Sá, Maria Filomena Mendanha da Rocha Fernandes, António Manuel Teixeira Sinaré, Francisco Manuel da Silva Novo, José Portela da Cruz e António Alberto Queirós Ribeiro

O principal desafio destes novos dirigentes será o de preservar o património histórico e cultural, material e imaterial do Grupo de Danças e Cantares de Forjães fundado no dia 26 de janeiro de 1984, por um grupo de amigos de Forjães, em torno de Maria da Glória Fernandes de Sousa, mais conhecida por “Tia Quinhas do Carones” incansável “Senhora” na dinamização de tudo o que era tradição nas áreas da música e da dança na região do Minho, principalmente no Vale do Neiva e na Freguesia de Forjães.

Domingos Carvalho, na qualidade de presidente eleito, destaca e agradece o trabalho realizado por todos os anteriores dirigentes e colaboradores do Grupo que, perante o empenho e a dedicação da “Tia Quinhas do Carones”, tudo fizeram para manter a atividade do Grupo. Realça também a alegria em poder concretizar a promessa feita à “Tia Quinhas do Carones”, de reativar toda a atividade do Grupo.



XVII Grande Prova de Atletismo da ACARF

Foi um enorme prazer, 14 anos depois, voltar a ver as ruas da Vila de Forjães repletas de atletas. Inserida nas comemorações do 40º aniversário da ACARF, realizou-se no passado dia 25 de abril, a mítica prova de atletismo da ACARF. Esta edição contou com provas para todas as idades. Começando pelos **Benjamins A**, os mais novos, nascidos em 2014, que percorreram a distância de 500m. Já os **Benjamins B**, nascidos em 2012/2013 percorreram 1000m. Para finalizar as provas que se desenrolaram na totalidade na Av. Santa Marinha tivemos os **Infantis**, nascidos em 2010/2011 que correram 2000m. O escalão seguinte, **Iniciados**, nascidos em 2008/2009, já teve um percurso circular que perfazia a distância de 2500m. Para finalizar os escalões de formação preparamos a prova para os **Juvenis**, nascidos em 2006/2007, este percurso tinha a distância de 3500m. Já na prova rainha, com a distância de 8000m, estavam contemplados os escalões **Sub23**, **Seniores** e **Veteranos 35/40/45/50/55**. Todas as provas foram disputadas em feminino e masculino. Os percursos foram desenhados com a ajuda do **Padrinho da Prova, Ricardo Dias**, que apesar de apresentarem alguma dureza, foram do agrado dos atletas, que manifestaram com entusiasmo a sua satisfação após a conclusão dos mesmos.

A Direção da ACARF agradece a todos os atletas, clubes e adeptos que se deslocaram até à Av. Stª Marinha e a todos que ao longo dos percursos apoiaram e encorajaram os participantes. Agradecemos também a todos os forjanenses a compreensão pelos constrangimentos provocados com os vários cortes e desvios de trânsito. Para a prova se realizar nas condições de segurança exigidas, foi necessário fazer vários desvios e muitos cortes de ruas. Reconhecemos desde já a disponibilidade e

ajuda das Forças de Segurança, da Proteção Civil e da divisão de trânsito do Município de Esposende. Sem eles não seria possível reunir as condições de segurança necessárias.

Agradecemos ao Município de Esposende, na pessoa do Sr. Vereador do Desporto, Dr. Mário Rui Losa, por todo apoio prestado e pela sua presença no evento, ao Prof. Carlos Mota, do Serviço de Desporto do Município e ao Eng. Rui Abreu. Ao coordenador do Gabinete Municipal de Proteção Civil, Dr. Júlio Melo, pelo seu profissionalismo, apoio e disponibilidade. Aos membros da Guarda Nacional Republicana, na pessoa do Sr. Comandante, Primeiro-Sargento Rui Senra. Ao GADT Forjães, ao Agrupamento de Escuteiros 1296 Stª Marinha de Forjães, à Comissão de Festas de Santa Marinha 2023, à Junta de freguesia de Forjães, à Fundação Lar Stº António, à casa do Povo e ao Sr. Joaquim da Farmácia Stª Marinha. Agradecemos também a todos os patrocinadores da prova, à empresa Cyclones Sports, pelo serviço prestado, e a todos os colaboradores da ACARF que fizeram com que a prova se realizasse.

Um grande bem-haja a todos!

Para o nosso Padrinho, Ricardo Dias, um reconhecimento muito especial, pela sua disponibilidade e prontidão com que aceitou o desafio. Pela sua ajuda e pela sua atitude como profissional e como atleta, um exemplo a seguir pelos mais novos. Obrigado, Ricardo!

A Direção da ACARF parabeniza todos os vencedores, todos os participantes, todos os treinadores e todos os clubes pelo trabalho fantástico que fazem em prol do desporto. Foi uma enorme satisfação, catorze anos depois, constatar que o atletismo está bem vivo e cada vez com mais praticantes. Pelo número de atletas que disputaram as provas nos escalões de formação, atrevemo-nos a dizer que o futuro está garantido. Analisando os tempos com que as provas

foram ganhas podemos afirmá-lo com mais convicção. Apesar do desnível e dureza dos pisos os atletas foram extremamente rápidos, dando assim boas indicações e sinais que o trabalho de formação está a ser feito e bem feito.

A organização da prova após uma avaliação do que foi feito e dos apoios conseguidos faz um balanço muito positivo desta edição e já começa a pensar no que poderá acontecer no próximo ano.



Benjamins A

1º Ruben Pereira (M) | Leonor Sampaio (F)
2º David Fernandes (M) | Renata Dias (F)
3º João Abreu (M) | Iris Barros (F)



Benjamins B

1º Vasco Nogueira (M) | Daniela Fernandes (F)
2º Gustavo Fialho (M) | Maria Miranda (F)
3º Dinis Martins (M) | Leonor Miranda (F)



Infantis

1º Rodrigo Santos (M) | Lara Mendes (F)
 2º Paulo Lopes (M) | Renata Castilho(F)
 3º Leonardo Silva (M) | Maria Paz (F)



Iniciados

1º Simão Simões (M) | Mariana Beja (F)
 2º Mateus Videira (M) | Maria Pacheco (F)
 3º Ricardo Vieira (M) | Camila Liquito (F)



Juvenis

1º Xavier Videira (M) | Ariana Cardoso (F)
 2º Nelson Moreira (M) | Rita Lopes (F)
 3º Pedro Jaques (M) | Sandrina Costa (F)



Sub23

1º Ricardo Pedro (M) | Inês Viana (F)
 2º Tiago Nunes (M) | Catarina Borges (F)
 3º Joymilten David (M) | Jessica Silva(F)



Veteranos 35

1º Miguel Ribeiro (M) | Laura Silva (F)
 2º Ricardo Dias (M) | Márcia Silva (F)
 3º Helder Soares (M) | Joana Gomes (F)



Veteranos 40

1º Carlos Meira (M) | Marlene Santos (F)
 2º Joatan Santos (M) | Magda Reina (F)
 3º Jorge Neto (M) | Andreia Branco (F)



Veteranos 45

1º Fernando Grilo (M) | Marlene Ferreira (F)
 2º Miguel Figueiredo(M) | Zeza Carvalho (F)
 3º Ezequiel Fernandes (M) | Mónica Rodrigues (F)



Veteranos 50

1º Miguel Brito (M) |
 2º Francisco Fernandes (M)
 3º José Sá (M)



Veteranos 55

1º Domingos Barros (M) | Fátima Dantas (F)
 2º Augusto Antunes (M) | Delfina Rompante (F)
 3º José Martins (M) | Rosa Araújo (F)



Geral Femininos

1º Joana Gomes
 2º Laura Silva
 3º Marlene Santos
 4º Sara Ribeiro
 5º Magda Reina



Geral Masculinos

1º Miguel Ribeiro
 2º Ricardo Dias
 3º Ricardo Pedra
 4º Carlos Meira
 5º Ruben Veloso



Equipa com mais inscritos

1º Nba Barrosas

Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

abril 2023

Editorial

A presente edição do boletim Nascente Escolar procura dar a conhecer um conjunto diversificado de atividades que se desenvolveram ao longo de abril de 2023, na EB de Forjães. Entre as estruturas que contribuem para a realização das diversas atividades na Escola estão os departamentos curriculares, a Biblioteca Escolar e entidades externas ao Agrupamento, que deram o seu apoio na realização das mesmas.

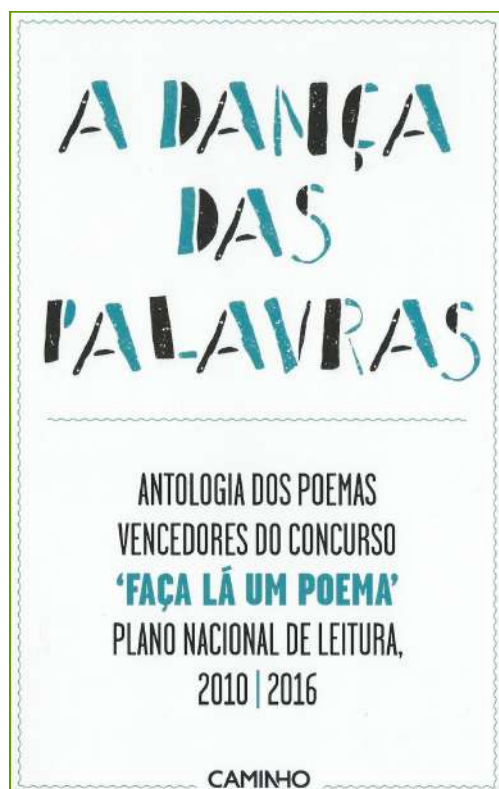
Um mês - um poema

“No cinzento do céu,
que olho da minha janela,
encontro a melancolia
de quem reza na capela.
Na folha castanha
de um bosque de outono,
encontro aquela queda
que me faz sair do trono.
Na onda azul do mar
que me faz sempre sorrir,
encontro o abrandar
para poder refletir.

Quando vejo o verde campo,
na estrada da minha aldeia,
encontro verdadeiro descanso
para uma alma que anseia.

No amarelo do sol,
que aquece e ilumina,
encontro e sigo o farol,
onde a alegria culmina.

No vermelho desta flor
que observo no caminho,
encontro um grande amor
que hoje lembro com carinho.
No pássaro multicolor
que canta bem lá no alto,
encontro paz e calor
que expulsa o sobressalto.
Nesta paleta de cores
que pintam a minha vida,
encontro cada sentimento
na natureza vivida.”



José David Costa, in A dança das palavras. Alfragide: Caminho, 2016. Imagem: Copyright

Dia mundial da Terra



O Homem possuidor de um enorme bom senso e de uma inteligência cósmica aglutina-se na cidade pelo seu conforto secular, pela alegria de em comunhão com os seus vizinhos formular caminhos de civilização onde o natural e a memória são elementos de uma espiritualidade reconfortante. Este sonho capaz de o redimir e dar significado à sua existência foi abandonado pelo superior valor de

adormecer na luz das cidades perdidas com as moedas que guardam o futuro de todos os possíveis.

No dia vinte e dois de abril celebra-se o Dia da Terra. A ação destruidora sobre os habitats naturais é demasiado evidente. E até os santuários naturais, locais de reserva da vida natural estão ameaçados. Costumamos por postura de consciência adquirida expor, neste dia, todas as consequências da ação do Homem e o conjunto de intenções, sempre grandiosas, que os estados nacionais e os governos irão a partir de cada momento concretizar. É pois um dia para despertar os que ainda não compreenderam a sacralidade da natureza, a nossa dependência dos seus fluxos vitais, o seu arquivo das nossas memórias para uma organização social com sentido. Na medida em que ao Homem ainda não parece suficiente toda a destruição causada, com consequências sobre a qualidade de vida de milhões da espécie humana, olhemos para a Terra, a sua beleza indescritível e aquilo que futuras gerações poderão perder, um planeta grandioso e fascinante. E o convite a que saibamos estabelecer novos padrões para a manutenção da qualidade da água e do ar e para a sobrevivência de muitos milhões de pessoas que vivem as dificuldades de uma utilização desajustada e irracional do Planeta.

Dia mundial da Terra - Exposição



Concurso nacional de leitura



A fase intermunicipal do CNL da zona do Cávado realizou-se a 20 de abril, na Biblioteca Municipal de Amares. Os diferentes ciclos prestaram provas, a partir dos seguintes livros, respetivamente, do 1.º, 2.º e 3.º ciclos:



Três alunos da Escola Básica de Forjães participaram na fase intermunicipal, do Concurso Nacional de Leitura 2022/23:

- no 2º ciclo - a Inês Faria Magalhães e o Vasco Nogueira;
- no 3º ciclo - a Maria Eduarda Marinho.

O encontro foi muito positivo pelo convívio que proporcionou aos alunos, nas atividades desenvolvidas, à volta da leitura.

Damos os parabéns a todos os alunos pela postura e empenho revelados, durante a sua participação neste concurso.

Filosofia para Crianças



O 25 de abril de 1974



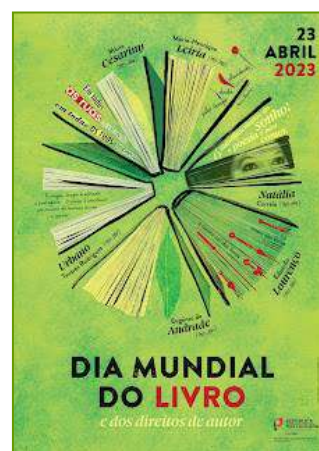
Os alunos do 9.º FA e 9.º FB participaram numa atividade de evocação do 25 de abril de 1974, realizada na biblioteca escolar.

Foi oferecido aos alunos um marcador de livros, com um QR Code que permitiu o acesso a alguns materiais relativos ao 25 de Abril de 1974. Foi lido poema de Sophia de Mello Breyner Andresen e proposto o visionamen-

to de um vídeo “Ditadura”, com texto de Ricardo Araújo Pereira e dito por Maria do Céu Guerra. Com ele discutiu-se a questão da transição do Estado Novo para a Democracia e como a Liberdade é algo em construção e não pode ser apenas oferecido. Foi destacada a figura de Salgueiro Maia e do seu exemplo de coragem e sentido de verdade pela transformação do país e da vida das pessoas. Foi ainda visionado uma parte significativa de “Capitães de Abril”, filme realizado por Maria de Medeiros, que os alunos acabaram de ver mais tarde e solicitado um breve comentário aos poemas das duas senhas do movimento dos capitães, “E depois do Adeus” e “Grândola Vila Morena.”



Dia mundial do Livro e direitos de autor



O livro é um objeto único, raro por aquilo que nos dá. O livro alimenta a imaginação, cria a fantasia e concede-nos a possibilidade de alimentar novos territórios para uma esperança, feita de mundos alternativos ao conhecido, ao visitado no horizonte dos instantes. O livro constrói no universo das ideias, um realismo superior à realidade, pois dá-nos as fronteiras ilimitadas da leitura. Embora muitos dispensem esta chave de abrir tesouros e vidas infindáveis ela é um imenso privilégio. É-o, pois significa que superámos as mais baixas condições da utilidade dos dias, que já não vivemos num quotidiano de carências, de sobrevivência e de medo. A leitura permite ter acesso a um espaço de recolhimento, para desfrutar momentos de lazer e de conhecimento.

Os livros emergem com as palavras, ao nomeá-las, estamos a dar-lhes a substância de existirem, mesmo que se refiram ao que não temos, mesmo que sejam os sonhos antes dos sonhos, a respiração de ver o que se ama. Os livros e a leitura confirmam essa possibilidade maior de aceitarmos em partilha as vozes que nos chamam para o reconhecimento múltiplo da humanidade. É dos livros e do seu silêncio ordenado que recebemos essa energia que nos permite descobrir em poucos anos universos inteiros. É pelos livros, pelas suas palavras, que damos peso, estrutura ao que somos. É na respiração das palavras que anunciamos as formas como que vemos o mundo, e somos muito, “aquilo que as palavras ouvem” (Manuel António Pina) e é por isso que eles são a mais bela forma de registar o mundo e as suas cores.

Imagem: DGLAB

Boletim Nascente Escolar
abril - 2023

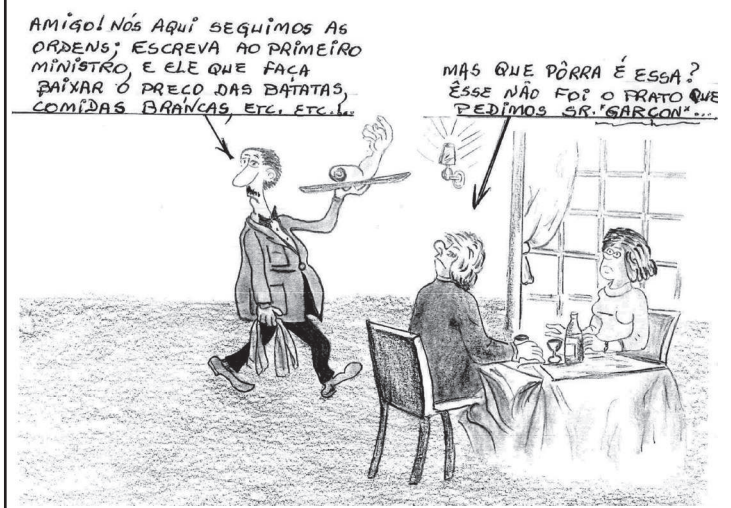


Diretora: Professora Paula Cepa
Redação: Escola Básica de Forjães
Colaboração: Todos os que assinaram os textos.
Revisão: Prof. José Pinho.
Periodicidade: Mensal
Tiragem: O Boletim Nascente Escolar é parte integrante do Jornal O Forjanense desde janeiro de 2006, com uma tiragem de 1650 exemplares por mês..



Propriedade:
A. E. António Rodrigues Sampaio
Sede:
EB de Forjães, Rua da Pedreira, 207
4740 - 446 Forjães
Telefone: 253 879 200
Correio eletrónico: bib_ebf@marinhas.org

As «diretas» do Torres



A Alma

Vai alma que choras, vai ao Salvador,
Nas mais tristes horas diz-lhe a tua dor;
Diz tua amargura, confessa teus ais,
Que nele há ternura. E não chores mais.

Se não podes tanto com o peso da cruz,
Derrama teu pranto aos pés de Jesus:
Asilo em seu seio concede aos mortais.
Oh! Vai sem receio e não chore mais!

Torres Jaques

A noiva em flores

A flor da laranjeira, que acompanha depois de séculos os casamentos mediterrânicos, simboliza as virtudes antigas que um homem esperava de sua futura mulher – pureza, beleza e maternidade. Se esta linda flor branca muito decorativa lembra inocência e virgindade, a árvore carrega também numerosos frutos que evocam a abundância. A laranjeira, a exemplo, é uma das raras árvores a produzir flores e frutos em simultâneo - perfeita aliança do bom e do útil.

Segundo a lenda, a primeira noiva a levar a flor da laranjeira, foi a filha de um jardineiro do rei de Espanha. Ela estava perdidamente apaixonada, mas o seu par não tinha meios para lhe fornecer dote, e o seu casamento não se poderia realizar.

Nessa época, o rei vinha de receber a primeira laranjeira do país, sobre o qual ele vigiava invejoso. O embaixador de França encheu-se de admiração diante da laranjeira, e pede um rebento ao rei que recusou.

A filha do jardineiro, que havia sabido da recusa do rei, introduziu-se de noite dentro do jardim e cortou um ramo da árvore de fruto. Pela manhã ela vende-o ao embaixador e recebe então o seu dote. No dia do seu casamento, ela se lembra de que deve a sua felicidade à laranjeira. Em sinal de reconhecimento enfeita os seus cabelos com as flores da laranjeira, sem duvidar de que assim ela criava uma moda nova, que iria durar séculos.

Traduzido por Torres Jaques

AGRADECIMENTO

Amélia Dias de Almeida

Nasceu: 27/08/1943

Faleceu: 25/04/2023

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



AGRADECIMENTO

Arnaldo Jorge da Cruz Faria Ribeiro

Nasceu: 17/03/1980

Faleceu: 11/04/2023

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



Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º uivar; ninfa = 2º trevas; ruir = 3º eis; bac; 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, EDIÇÃO e SEDE
DE REDAÇÃO: 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

Estatuto Editorial: www.acarf.pte-mail: acarf1@sapo.ptFacebook: [Jornal O Forjanense](https://www.facebook.com/JornalOForjanense)

Diretora: Tânia Catarina Balinha Silva

Subdiretora: Inês Domingas Pereira de Sá

Diretora Adjunta: Beatriz Carvalho de Sá

Departamento de marketing: Cristiana Ribeiro Vale

Secretariado e paginação: Eduarda Sampaio.

Fotografia e imagem: Luís Pedro Ribeiro

Colaboradores regulares: 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 e Joana Coutinho.

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

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.

Caro/a Leitor/a,

Este mês celebramos a Revolução de 25 de Abril de 1974 e nesta data somos lembrados da importância da democracia e da liberdade. Recordamos os sacrifícios dos bravos homens e mulheres que lutaram por um futuro melhor para Portugal. E somos ainda lembrados da nossa responsabilidade de preservar e proteger os valores democráticos pelos quais os nossos antepassados tanto lutaram para estabelecer.

O *Forjanense*, enquanto publicação periódica de caráter local e regional, independente de qualquer poder político, económico, religioso e associativo não existiria antes desta revolução. O principal objetivo do jornal - assegurar aos leitores o direito a serem informados com verdade, rigor e isenção - estaria comprometido graças à repressão exercida não só sobre todos os media e instituições, mas também sobre cada cidadão individualmente.

Olhando para o dia 25 de abril de 1974, é claro que este foi um ponto de viragem na história de Portugal. Trouxe uma nova era de liberdade, democracia e progresso e abriu caminho para que Portugal se tornasse o país vibrante e dinâmico que é hoje.

Infelizmente, ainda há muitas nações no mundo que sofrem com a falta de liberdade. Isso pode manifestar-se de diversas formas, como a ausência de eleições livres e justas, a opressão de minorias étnicas ou religiosas, a censura da imprensa e das opiniões políticas, a falta de liberdade de expressão, entre outros. Algumas das nações que enfrentam graves restrições à liberdade incluem Coreia do Norte, Síria, Arábia Saudita, Irão, Rússia, Bielorrússia, China, entre muitos outros.

É importante lembrar que a luta pela liberdade é contínua em todo o mundo, e que é responsabilidade de todos nós trabalhar para garantir que todos os indivíduos possam desfrutar dos direitos humanos básicos, incluindo a liberdade e a democracia. Como cidadãos, podemos e devemos fazer parte desta luta. Entre outras formas de assistência, destaco o apoio à pressão diplomática feita a estes países assim como a ajuda prestada à sociedade civil dos mesmos através da ação de organizações não-governamentais ou de grupos de direitos humanos. Saliento ainda a importância do apoio aos media independentes que desempenham um papel importante na promoção da liberdade e democracia e ainda na promoção da educação e do desenvolvimento.

Em jeito de conclusão, termino este editorial com um forte "VIVA O 25 DE ABRIL, VIVA A LIBERDADE!" e ainda com um belo poema de Sophia de Mello Breyner Andersen referente àquela que hoje se conhece como a revolução dos cravos:

25 de Abril

Esta é a madrugada que eu esperava

O dia inicial inteiro e limpo

Onde emergimos da noite e do silêncio

E livres habitamos a substância do tempo

Sophia de Mello Breyner Andersen, O Nome das Coisas, 1974

Inês Sá, Subdiretora



Forjães SC celebra 56 anos de existência

A 15 de abril de 1967 nasceu o clube, Forjães SC. Um grupo de forjanenses, que amavam a sua terra, sentiram a necessidade de criar um clube de futebol para as suas gentes.

No passado dia 15 de abril, pelas 12 horas, começaram a entoar nos céus os 56 morteiros que assinalavam o seu aniversário.

Marcamos mais um ano no nosso já longo historial!

São 56 anos de existência, de muita história, de muitas lutas e sacrifícios, de muito suor em nome de um amor desmedido e também de muitas conquistas, vitórias e provas superadas!

A instituição FSC está de parabéns, assim como todos os que fizeram e fazem parte deste clube.

O amor veste preto e branco, o amor é For-



jães Sport Club.

FSC, que venham muitos mais anos carregados de história!

Forjães SC afasta-se da luta pela subida ao Campeonato de Portugal

No arranque da segunda volta da Liga Clean-Watts Pró Nacional, para apuramento do campeão, que dá acesso ao jogo da finalíssima, o Forjães SC ao perder, no passado dia 22 de abril, no reduto do GD Joane por 3-0, matematicamente, hipotecou todas as suas aspirações. Com esta derrota na quarta jornada desta fase, após ter empatado no Estádio Horácio Queirós a uma bola com o SC Vieira, o FSC perdeu quase todas as suas possibilidades, pois ficou a 6 pontos dos líderes Vieira SC e CD Ponte, empatados na frente da tabela classificativa desta série 1.

De ressaltar também a desvantagem no confronto direto com estes dois adversários, quan-

do restam apenas duas jornadas para o fim desta temporada, precisamente frente aos líderes desta fase, dois jogos que se afiguram de alto grau de dificuldade. A equipa do Forjães SC, nos dois jogos que restam, terá um papel preponderante na decisão do apuramento do finalista desta série 1, prevendo-se que este irá disputar a finalíssima com o Ribeirão FC que comanda a série 2, já com seis pontos de avanço do segundo classificado, a equipa Os Sandinenses GDRC.

Jogos que faltam disputar:

30 abril (16 horas): Forjães SC – CD Ponte

07 de maio (16 horas): SSC Viera- Forjães SC

Projeto “No futebol há balizas, não há barreiras”, do Forjães SC vence prémio “Futebol para todos” instituído pela FPF



O projeto do Forjães SC, intitulado: “No Futebol há Balizas, não há Barreiras!” foi o vencedor da 5.ª edição dos Prémios “Futebol para todos”, uma iniciativa promovida pela Federação Portuguesa de Futebol (FPF) e que este ano juntou um número recorde de 63 candidaturas.

O Forjães SC, filiado na AF Braga, levou a

cabo um projeto que procura a inclusão de jovens com espetro do autismo na prática de futebol adaptado, provando, deste modo, que o desporto está ao alcance de todos. Recebeu um apoio no valor de 18. 500 euros, com o primeiro lugar no evento.

O segundo projeto a ser distinguido foi apresentado pelas Novas Olimpíadas Especiais, com o nome “United Football”, de Lisboa, e o terceiro posto foi atribuído ao Futebol Clube Romariz, da AF do Porto, com o projeto “Play like a girl” que visa desenvolver, ainda mais, o “futebol para todos”, no futebol feminino.

O presidente da FPF, Fernando Gomes, disse «ser fulcral que sejamos todos agentes de inclusão, dentro e fora do mundo desportivo».

Na cerimónia de entrega dos prémios, ocorrida na cidade do futebol, em Oeiras, o Forjães SC fez-se representar pelos membros da direção José Salvador Ribeiro e António José Carvalho Lima.

Cartão branco Fair Play no Estádio Horácio Queirós em dia de aniversário do clube

Na tarde de 15 de abril, durante um desafio de futebol, jogo do escalão de Iniciados, entre o FORJÃES SC- FC BRUFENSE, ao intervalo, aconteceu um momento brilhante, de enorme significado: a equipa de arbitragem exibiu um CARTÃO BRANCO a uma mãe adepta, que se encontrava no Estádio Horácio Queirós a assistir ao desafio. Nessa tarde de imenso calor, a sensibilidade feminina dessa mãe ter oferecido uma garrafa de água à assistente de arbitragem (bandeirinha), uma senhora, que se encontrava a desempenhar as suas funções do lado Norte, levou a que o chefe do trio de arbitragem, tivesse este gesto singelo.

O Cartão Branco/ Cartão Fair Play é um recurso pedagógico que visa enaltecer condutas eticamente corretas, praticadas por atletas, treinadores,



dirigentes, público e outros agentes desportivos.

O Cartão Branco resulta de uma parceria entre o PNED-Plano Nacional de Ética no Desporto (Instituto Português do Desporto e Juventude, IP), a CAJAP-Confederação das Associações de Juizes e Árbitros de Portugal e a Coca-Cola.

Bem haja por este nobre gesto, simples, que abrilhantou o 56.º aniversário do Forjães SC.

Candidatura à Bandeira da Ética aprovada novamente

Foi com agrado que o Forjães SC recebeu a notícia que a sua candidatura à Bandeira da Ética foi aprovada pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) / Plano Nacional de Ética no Desporto.

Desta forma passará a fazer parte de uma comunidade de instituições comprometidas com a ética no desporto e reconhecidas pelo trabalho que desenvolvem neste âmbito.

Forjães Sport Club

ASSEMBLEIA GERAL (EXTRAORDINÁRIA)

Vitor Manuel Queirós Quintão, na qualidade de presidente da Mesa da Assembleia Geral do Forjães Sport Club, e de acordo com os estatutos em vigor, vem pelo presente anúncio convocar uma reunião da **Assembleia Geral (extraordinária)**, para o dia **8 (oito) de maio (segunda-feira) de 2023, às 21.00 horas** (sendo que em segunda convocatória a assembleia reunirá com o número de sócios presentes trinta minutos após a hora marcada). Esta reunião terá lugar no Auditório do Centro Cultural Rodrigues de Faria, sito na Avenida Santa Marinha, 12-14 na Vila de Forjães, e cuja a ordem de trabalhos é a seguinte:

PONTO ÚNICO

Análise e discussão da situação actual do Forjães Sport Club, designadamente da tomada de consciência dos sócios para a necessidade de se acautelar a próxima época, de um modo particular, com a apresentação de lista(s) aos órgãos sociais do clube para as eleições que se avizinham referente à época 2023/2024.

Dada a importância do assunto em debate, apela-se a que os sócios compareçam. (Vai o presente anúncio ser afixado nos lugares habituais)

Forjães, 26 de abril de 2023

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Vitor Manuel Queirós Quintão

Folhado de bacalhau com bacon

450 g de massa folhada; 500 g de bacalhau demolido; 2 cebolas; 4 c. (de sopa) de azeite; 1 c. (de sopa) de farinha; 1/2 pimento verde; 3 dl de leite; 2 ovos; 125 g de bacon fatiado; 125 g de queijo ralado gruyère; farinha, sal e pimenta q.b.

Ligue o forno a 200°C. Estenda a massa folhada sobre uma superfície enfarinhada e corte um retângulo de 30 cm x 15 cm; faça um corte retangular e superficial, no centro da massa. Coloque-a num tabuleiro e leve ao forno durante 20 minutos. Coza o bacalhau em água, escorra-o e lasque-o. Descasque as cebolas e pique-as grosseiramente. Refogue-as no azeite, junte-lhes a farinha, o pimento e o leite. Deixe engrossar. Fora do lume adicione os ovos batidos e tempere com sal e pimenta. Retire uma tampa da massa e recheie com o preparado anterior. Por cima coloque o bacon em pedaços mais pequenos, polvilhe com o queijo e leve ao forno, durante dez minutos ou até gratinar. Retire e sirva de seguida.

Pudim de amêndoa

450 g de açúcar; 4,5 dl de água; 250 g de amêndoa picada sem pele; 14 gemas; manteiga e açúcar q.b.

Ligue o forno a 180°C. Unte muito bem com manteiga uma forma de chaminé, de 18 centímetros e polvilhe-a com açúcar. Num tacho junte o açúcar e a água, leve ao lume e deixe ferver por cerca de dois minutos. Deixe arrefecer um pouco e junte a amêndoa e as gemas. Leve de novo ao lume, mexendo sempre, deixando ferver três minutos. Retire do lume e verta na forma. Leve ao forno, a cozer, em banho-maria, cerca de uma hora. Verifique a cozedura e retire do forno. Deixe arrefecer e desenforme para um prato. Sirva fresco.

Estatuto editorial

- “O Forjanense” é uma publicação periódica de caráter local e regional, independente de qualquer poder político, económico, religioso e associativo, porque só assim cumpre a sua função essencial perante os leitores;
- “O Forjanense” é um jornal ao serviço da comunidade local, tendo como principal objetivo assegurar aos leitores o direito a serem informados com verdade, rigor e isenção;
- “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, apartidária, objetiva e pluralista, de modo a refletir a diversidade e riqueza do pensamento e da atuação dos diversos parceiros sociais;
- O Jornal “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 leitores;
- No Jornal “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, 30 de setembro de 2022

A Diretora de “O Forjanense”
Tânia Catarina Balinha Silva

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; tropejar; usado em lugar de “in” = 5º sociedade anónima; asas de moinho de vento = 6º espada de lâmina larga e curva = 7º cima; aerolíneas argentinas = 8º brisa; covas; naquele lugar = 9º variação do pronome eu; estação espacial; preposição = 10º grande santo; mártir aos doze anos; antigo imposto = 11º pequeno cabo náutico para alar; magnífica =

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

Verticais

1º pássaro dentirostro da África; sepultura = 2º quartzo irisado; 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 fragância; mulher forte =

soluções pág. 12

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

Democracia em Portugal



Carlos Sá

Desafiado pela diretora deste mensário a escrever sobre este tema, tenho que começar por fazer uma declaração de interesses, desde logo porque quase tenho vivências do 25 de Abril de 1974. Por isso, o que sei e direi resulta das partilhas que vão sendo feitas, das leituras, das conversas, de alguma pesquisa, pois vamos tendo, cada vez com mais regularidade e documentada, informação fidedigna e variada. A pluralidade, as diferentes visões, os distintos pontos de vista, geralmente complementares, foram alguns dos frutos da ação de Salgueiro Maia.

Hoje, o que sei, contudo, permite-me saber o que não quero! O que devemos evitar, o que teremos de fazer para não voltarmos a cair no autoritarismo e radicalismo, mas quando olhamos à volta, do local ao nacional, da Europa aos restantes continentes, vemos exemplos de uma *cegueira branca*, como refere Saramago, que

nos mostra que nada do que conquistamos é garantido. Cada vez mais extremismo, menos razoabilidade e mais intolerância.

Quando o 25 de abril de 1974 se dá eu ia a caminho dos 2 anos. As primeiras memórias desta viragem encontro-as nuns enormes cartazes, em papel de cenário, que existiam na então Escola Primária Rodrigues de Faria. Tanques, espingardas, cravos vermelhos, as ameaças de um castelo, vultos de soldados, a cor verde dos camuflados... Foi aí que nos explicaram o significado das músicas de intervenção, foi aí que entoamos “Uma gaivota voava voava”, que depois descobri ser a música “Somos Livres”, uma canção de 1974, interpretada pela atriz Ermelinda Duarte. Durante muitos anos, esta foi a minha música de abril.

Depois, a minha geração, que não viveu diretamente a Revolução dos Cravos, foi aprendendo, na família, na escola e na comunidade, que Abril marca o início da vida democrática em Portugal. O golpe militar conduzido pelo Movimento das Forças Armadas (MFA) veio pôr termo ao regime autoritário do Estado Novo, abrindo caminho para a resolução do problema da guerra colonial e para a democratização e o desenvolvimento do país.

Ainda há dias, a 22 de abril, o Dr Carlos Brochado, no lançamento do livro “Retalhos de uma vida atribulada”, de Mário Vilaverde, falava da descolonização, forçada, pois não houve capacidade de, como

aconteceu com outros países colonizados, deixar os países colonizados gerir a sua autodeterminação. Não houve capacidade de interpretar sinais, de ler o que estava a acontecer. Os governantes de então estavam “ensimesmados”, fazendo ouvidos moucos ao que se passava em redor, acreditando numa abençoada redoma protetora. Pura ilusão!

A transição para a democracia teve como propósito pôr fim ao regime político ditatorial até aí vigente, apoiado pela Constituição de 1933, e instaurar um regime político democrático. Era o fim de uma era de medo, de perseguição, de prisões injustas. Como também foi dito a 22 de abril último, “era um tempo em que não se podia pensar escrevendo”. Foi o início da Liberdade, da Democracia. Do Respeito. Da Atenção. Da valorização da Pessoa e do seu Pensamento. Do Saber Ouvir. Do dar Voz ao Outro. Do saber estar no lugar do outro. Da Tolerância. E repito: do RESPEITO!

Consolidada a vitória, em 25 de Abril de 1975 ocorreram, pela primeira vez em Portugal, eleições por sufrágio direto e universal, para eleição de uma Assembleia Constituinte cuja tarefa, atribuída pelos cidadãos eleitores, foi a de criar uma nova Constituição da República Portuguesa, que refletisse os ideais que inspiraram a revolução, nomeadamente, os conceitos de Estado de Direito, de Estado Social que garantisse os direitos fundamentais dos

cidadãos, suportado num regime político democrático. A nova Constituição entrou em vigor em Abril de 1976.

Volvidos 49 anos do 25 de Abril de 1974, quando assistimos ao crescimento, irrefletido e acéfalo, de movimentos radicais, que defendem barbaridades, pelo fim das quais muitos lutaram e alguns perderam a vida, questionamo-nos, mais uma vez, se estamos a dar a devida atenção aos sinais?

Se houve quem lutasse para poder votar, hoje temos números preocupantes de abstenção em inúmeras eleições. Há quem ache que não é consigo... Há quem prefira o comodismo e anonimato de uma rede social para opinar a um boletim de voto para vincar a sua posição...

De um tempo em que “não se podia pensar escrevendo”, estamos agora num tempo em que muitos “estão escrevendo sem pensar”! Que havia muitos que falavam sem pensar já o sabíamos... É a estirpe daqueles que calados eram poetas!

Alguns podem ter prosa fácil, discusso cativante e muito palco, aqui e ali com uma ideia com a qual até simpatizamos, mas quando vemos todo o quadro, é assustador, é um retrocesso em relação às conquistas de Abril, daí haver quem diga, e com razão, que em algumas áreas precisávamos de um novo 25 de Abril!

Viva Abril!

CRÓNICA

Saúde

Oito infeções orais comuns parte II



Marina Aguiar*

5. Herpangina

Doença relacionada às mãos, aos pés e à boca, a herpangina infecta com maior frequência crianças de 3 a 10 anos durante o verão e o outono. Febre, dor de garganta e dificuldade para engolir são os primeiros sintomas a aparecer, seguidos por peque-

nas bolhas na parte de trás da cavidade bucal — que formam grandes úlceras quando se rompem.

6. Candidíase

O crescimento excessivo do fungo *Candida albicans*, naturalmente presente no organismo humano, causa candidíase, e tratamentos médicos como antibióticos, quimioterapia e radiação podem desencadear um surto da infeção. Placas brancas com aspecto de coalhada aparecem na língua, interior das bochechas, palato e no fundo da boca.

7. Afta

As aftas são lesões que se formam na gengiva e outros tecidos da boca. São chamadas pelo médico dentista de úlceras aftosas. Mais comum em crianças e adolescentes, a causa das aftas não é muito clara,

mas estresse, hormônios, problemas imunológicos, hipersensibilidade a alimentos e infeções relacionadas são possíveis fatores desencadeantes. Geralmente, as lesões cicatrizam no período de 10 a 14 dias.

8. Herpes labial

O herpes labial é uma infeção causada pelo vírus do herpes simples. A primeira infeção pode causar sintomas gripais, bolhas e úlceras na gengiva e na língua, ou simplesmente pode não haver sintomas. Uma vez infectado, o vírus permanece no organismo do indivíduo por toda a vida, mas a infeção em si pode ficar inativa se forem tomados os devidos cuidados. Os episódios recorrentes são geralmente mais leves e duram de 1 semana a 10 dias. Bolhas de líquido surgem ao redor da boca e, após um ou dois dias, rompem-se e formam

crostas, que não causam mais desconforto.

As crianças de um a três anos portadoras do vírus do herpes simples às vezes desenvolvem uma doença chamada gengivoestomatite herpética, na qual a gengiva incha e apresenta pequenas bolhas. A criança pode ter febre, sentir-se irritada e ficar cansada mais facilmente. Alguns dias após o aparecimento dos sintomas na gengiva, geralmente surgem úlceras ao redor da boca. Depois que esses sintomas desaparecem, o vírus permanece no organismo, e o estresse, traumas, a luz do sol e o frio podem causar novos episódios.

Escovar os dentes três vezes por dia com um creme dentário fluoretado e usar fita dentária uma vez por dia ajuda a prevenir a cárie, gengivite e doença periodontal.

*Médica Dentista

