

O FORJANENSE

Diretora: Tânia Catarina Balinha Silva
Novembro 2022 • Ano XXXVII 2ª série • n.º 390
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issue e no **facebook**

2º Festival de São Martinho



Nos dias 5 e 6 de novembro, realizou-se, no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, o 2º festival de São Martinho, com o apoio e organização da Junta de Freguesia de Forjães. A preparação dos pratos e logística do evento ficou ao encargo das associações de Forjães, co-organizadoras do evento, nomeadamente: a ACARF, o Forjães Sport Club, o grupo de teatro “Forjães em Cena”, o Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães e ainda a Comissão de Festas de Santa Marinha 2023, responsável pelas bebidas do evento. pág. 2

Magusto Convívio



pág. 2



Colisão



Manutenção



Diagnóstico



Pneus



Mecânica

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

2º Festival de São Martinho



Nos dias 5 e 6 de novembro, realizou-se, no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, o 2º festival de São Martinho, com o apoio e organização da Junta de Freguesia de Forjães.

A preparação dos pratos ficou ao encargo das associações

de Forjães, co-organizadoras do evento, que escolheram previamente os variados produtos a confeccionar. Contou assim com a participação da ACARF, do Forjães Sport Club, do grupo de teatro “Forjães em Cena” e do Grupo Associativo de Divulgação Tradi-

cional de Forjães. As bebidas do evento ficaram por responsabilidade da Comissão de Festas de Santa Marinha 2023.

A abertura do evento deu-se no dia 5 de novembro, sábado, por volta das 17h30 com merendas, seguindo-se, mais tarde, o jantar, onde a variedade gastronómica era muita e a animação ainda mais, com a presença do grupo “Julic’ó Verbo” e o tradicional assar das castanhas.

No domingo, dia 6 de novembro, a animação e convívio continuaram, com o serviço de almoços e merendas, tanto para degustar no local, como nas casas dos forjanenses, através do serviço *takeaway*. A música e a alegria prolongaram-se por toda a tarde.

Foram dois dias de bastante convívio e degustação dos mais variados pratos, que remetiam a esta época de outono, nomeadamente: delícias de porco, feijoadas, rojões e castanhas assadas. Para adoçar a boca também eram muitas as opções em cada uma das banquinhas, desde crepes feitos na hora, a sobremesas confeccionadas previamente pelas

diferentes associações.

Foi mais um evento de sucesso, organizado pela Junta de Freguesia, com a colaboração e participação das associações forjanenses que tão bem trabalharam para que tudo corresse da melhor forma e para que se visse garantido mais um momento de confraternização entre as gentes de Forjães, e não só!



Magusto Convívio no Souto de São Roque

Foi na tarde de domingo, dia 13 de novembro, no Souto de São Roque que ocorreu mais uma edição do Magusto Convívio. Trata-se de uma iniciativa levada a cabo pelo Município de Esposende, em parceria com os grupos folclóricos do concelho. O Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães – GADT esteve na coordenação do evento e deu ao Forjanense detalhes sobre o mesmo.

Em primeiro lugar, importa sublinhar que este evento conta já com algumas edições e é celebrado anualmente perto do dia de São Martinho. Este encontro surgiu da necessidade de convívio e partilha entre os diferentes grupos de folclore do concelho. Os

trabalhos de preparação da logística e de planeamento da animação são organizados pelos grupos folclóricos, enquanto a Câmara Municipal assume a despesa com as castanhas e o vinho. Durante o convívio, há recriações etnográficas assim como atuações dos grupos folclóricos do concelho de Esposende.

Infelizmente, a chuva e o mau tempo não deram tréguas. Contudo, previa-se uma grande adesão para o evento, dado a sua dimensão municipal. Apesar das condições meteorológicas, tal acabou por se verificar, chegando ao Souto de São Roque não só folcloristas e os seus familiares, mas também curiosos vindos de todo o concelho.

Deste modo, lá se foram comendo umas castanhas e bebendo uns copos de vinho sempre acompanhados de muitas gargalhadas e convívio.

Por último, fazer referência ao facto de nos últimos anos se destacarem duas atividades anuais envolvendo os grupos de folclore do concelho – o magusto e a desfolhada. Na desfolhada prepara-se uma grande encenação. Já no Magusto, aqueles que assumiram anteriormente a organização da desfolhada, são agora responsáveis por assar as castanhas enquanto os restantes grupos folclóricos preparam atuações em palco.

Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães participou na gravação do disco “Restinga”

No passado dia 12 de novembro, realizou-se, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, em Esposende, a apresentação do disco “Restinga”, que contou com a participação do Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, e de muitos outros grupos.

O disco surge ao abrigo do Programa Municipal de Arte Comunitária do Município de Esposende, com o intuito de reviver a tradição, relembrar memórias e deixar representado um passado de cantares e costumes. Foi gravado em vários locais do concelho de Esposende ao longo deste ano, 2022, contando com a direção artística, produção, arranjos e design de Filipe Miranda e João Miguel Fernandes.

Sendo o GADT o único grupo com canto à capela como principal atividade- cantigas de trabalho e natalícias, no concelho de Esposende, integrou esta iniciativa com um tema de cantares ao menino “Dorme meu menino”, alusivo à época natalícia que se avizinha. O GADT integra a Associação de canto a vozes – “Fala de Mulheres” de S. Pedro do Sul, associação esta que reúne grupos de toda a região Norte e Centro, folclóricos e não só, e que desenvolve trabalhos de canto a duas ou três vozes, sendo também candidata a Património Cultural Imaterial.

O disco “Restinga”, já então finalizado, pode ser ouvido online no site “bandcamp”.



Forjanenses em destaque

Forjanenses destacados na 12.ª Gala de Mérito Desportivo

No passado dia 27 de novembro, realizou-se a 12.ª Gala de Desporto do Município de Esposende, sendo uma gala destinada à distinção de Mérito Desportivo. Realizou-se no Pavilhão Municipal de Fão, com o mote “Da emoção à ação!”. Foram muitos os galardoados da noite e O Forjanense faz principal destaque aos desportistas naturais da nossa freguesia, que tão bem representaram Forjães.

Na modalidade de orientação, pertencentes à Associação “Amigos da Montanha”, destacam-se os nomes de: **Antónia Brito**, campeã nacional de distância média, escalão damas 16; campeã nacional de distância longa no escalão cadetes femininos por equipas e campeã nacional de *sprint*, escalão cadetes femininos por equipas. Recebeu ainda especial destaque a **Beatriz Laranjeira Ribeiro** - campeã nacional de estafetas *relay* e campeã nacional de distância longa; **Carolina Costa Marques** - campeã nacional de distâncias longas, no escalão cadetes femininas, por equipas; campeã nacional de *sprint* estafetas, no escalão júnior misto equipas e campeã nacional estafetas, escalão cadetes femininos por equipas. De fazer ainda referência ao

mérito dado à **Equipa de Orientação da Escola Básica de Forjães (composta por Constança Capitão, Fabiana Carvalho, Leonor Pinto, Leonor Gomes e Beatriz Barbosa)**, orientada pela professora Anabela Freitas, que se consagrou campeã regional infantis.

Relativamente à modalidade de atletismo, destacou-se **Ricardo Dias**, do Clube de Atletismo Olímpico Vianense, como campeão nacional de estrada Maiores de 35 anos.

Já na canoagem, o destaque foi para **Renato Costa**, pela sua participação no Campeonato do Mundo de canoagem de mar e no Campeonato do Mundo de maratona K1.

Na modalidade de ciclismo, **Duarte Costa Marques** foi o forjanense galardoado, tendo sido campeão regional no escalão iniciados;

No futebol, os nomes de destaque foram: **Simão Sampaio Oliveira** - campeão distrital da Associação de Futebol Viana do Castelo e vencedor da taça da Associação de Futebol Viana do Castelo e, como jogadora da equipa Associação Desportiva de Esposende, **Ana Marta Neiva**, tendo a



equipa recebido o prémio de campeã distrital.

Na modalidade de andebol, **Maria Sá Faria**, derivado da sua integração na equipa de juvenis femininas do Centro de Juventude de Mar, também recebeu destaque, uma vez que a equipa foi campeã regional.

O Jornal O Forjanense felicita os galardoados que tão bem representam a freguesia de Forjães, a nível desportivo, nas mais diversas modalidades. Parabéns a todos e votos de muito sucesso no trabalho em diante desenvolvido!

Inês Tomás



A jovem Inês Tomás, natural de Forjães, aos 23 anos mostra-se como Árbitra Assistente da Federação Portuguesa de Futebol (FPF) Feminino.

Com gosto pelo Futebol desde jovem, começou na Arbitragem com 17 anos nas camadas jovens. Com o auxílio e o incentivo do chefe de equipa foi ganhando gosto e apurando conhecimentos mais técnicos. Foi somando conquistas e superando novas metas até que surgiu a oportunidade de acompanhar uma árbitra na Segunda Divisão de Futebol Feminino – grande passo onde lhe permitiu pisar os campos da Federação.

A situação pandémica deixou-lhe claro o foco na Arbitragem. Assim que possível, retomou,

enquanto Árbitra Assistente convidada por Árbitra da Primeira Divisão da FPF, a arbitragem de jogos da FPF Feminino a nível nacional, jogos muito mais competitivos.

Definiu que queria fazer carreira na Arbitragem e realizou então as provas de acesso à Federação de Arbitragem, tendo-se destacado como 1.ª classificada a nível nacional, o que lhe deu acesso à Federação enquanto Árbitra Assistente, pertencendo aos quadros de AACF (Árbitras Assistentes da Categoria Feminina) da FPF. No quotidiano

da Inês constam treinos e formações, bem como os esperados jogos, onde já soma arbitragens da Seleção Portuguesa de Futebol Feminino.

Nesta época, está como Árbitra Assistente na liga BPI de Futebol Feminino e deixa claro o orgulho de ver crescer este ramo de futebol e as oportunidades que dele advêm. “A aposta no Futebol Feminino e na arbitragem é cada vez maior, é bom acompanhar isso e é gratificante pertencer à História do Futebol Feminino e ver que as coisas têm evoluído.” Inês Tomás lembra ainda que até mesmo o Mundial de Futebol 2022 “faz-nos pensar e perceber que há lugar para nós no futebol também”.

Victor Martins- sucesso no desporto automóvel



Victor Martins, luso-francês, com pai e familiares forjanenses, com apenas 21 anos de idade, tem somado cada vez mais vitórias no mundo do desporto automóvel, como piloto da *Alpine Academy Renault*.

Consagrou-se campeão do mundo de *Karting*, no Bahrein, em 2016.

Em 2020, foi campeão da *Fórmula Renault Eurocup*, em França, ten-

do este ano sagrado-se campeão da FIA Fórmula 3, no Campeonato do Mundo de Fórmula 3, tendo a última prova sido realizada no Autodromo Nazionale Monza, em Itália, correndo pela *Alpine Academy*, com a bandeira francesa.

Neste momento, integra a equipa *Alpine Academy* na Fórmula 2, tendo conseguido, no fim de semana dos dias 26 e 27 de novembro, na primeira sessão de treinos deste campeonato, o melhor tempo de todos os participantes.

É sem dúvida um piloto de sucesso no desporto automóvel, num caminho bem sedimentado, sempre com o objetivo de alcançar a sua posição na Fórmula 1, com todo o esforço e dedicação como já tem vindo a demonstrar. O Forjanense congratula o campeão e recente piloto da Fórmula 2, desejando-lhe o maior sucesso desportivo nesta nova etapa e no seu caminho profissional!

Sabia que?

O dia 25 de novembro é o Dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra a Mulher

O Dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra a Mulher surgiu na sequência do assassinato, a 25 de novembro de 1960, das irmãs Mirabal (Patria, Minerva e Maria Teresa), a mando do ditador Rafael Trujillo, na República Dominicana. As irmãs Mirabal, mais conhecidas como “Las Mariposas”, tornaram-se símbolos de resistência feminista por se envolverem em atividades contra a ditadura em questão, tendo integrado o movimento guerrilheiro revolucionário de 14 de junho. Este acontecimento gerou repercussões a nível social, enfurecendo a população do país e toda a comunidade internacional. A data da morte das “Mariposas” foi designada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, como o Dia Internacional pela Eliminação da Violência

lência contra a Mulher, a partir de 1999.

As Nações Unidas definem a **violência contra a mulher** como “todo o ato de violência de gênero que resulte ou possa resultar em danos ou sofrimentos físicos, sexuais ou mentais para as mulheres, inclusive ameaças de tais atos, coação ou privação arbitrária de liberdade, seja na vida pública ou privada”.

Segundo a APAV (Associação Portuguesa de Apoio à Vítima), “uma em cada três mulheres com 15 anos ou mais, em todo o mundo, foi submetida a violência física ou sexual por parceiro íntimo, não parceiro ou ambos, pelo menos uma vez na vida. Por todo o mundo, cerca de 137 mulheres são mortas pelo seu parceiro íntimo ou membro da sua família, todos os dias.”

A nível nacional, têm sido cada vez mais preocupantes os números de feminicídios e o aumento da percentagem da violência contra a mulher, ano após ano. Em 2022, o número de vítimas de feminicídio, em Portugal, já é de 22 mulheres, sendo a maioria dos casos em contexto de violência doméstica.

Em Portugal, existe uma larga rede de apoio em casos de violência contra a mulher, principalmente em contexto de violência doméstica, sustentada por inúmeros organismos da administração central e local, por instituições privadas e também por organizações não governamentais, nomeadamente: Serviço de Informação a Vítimas de Violência Doméstica; Comissão para a Cidadania e Igualdade do Género (CIG);

Estrutura de Missão Contra a Violência Doméstica (EMCVD); Amnistia Internacional Portugal; Associação de Mulheres Contra a Violência (AMCV); Centro Anti-Violência; Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), entre muitas outras.

O Município de Esposende promoveu, durante o mês de novembro, a campanha “novembro branco” que tem como objetivo a sensibilização da comunidade para o combate à violência contra a mulher, desafiando a colocar um ponto final neste flagelo.

É importante que se denuncie, é importante não haver silêncio, é importante haver estruturas e redes de apoio para mulheres nesta situação!

Denuncie! É urgente o combate a estes números crescentes!

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Novembro

“Dos Santos ao Natal vai um salto de pardal...”

Estamos na reta final de mais um ano, este mais pacífico e sem restrições, que tanto nos motivou e alegrou.

Celebramos o São Martinho juntamente com os utentes da unidade de cuidados continuados e foi uma tarde de alegre e saudável convívio. Contamos com a presença do grupo “Julic’ó Verbo”, que muito contribuiu para a espetacular animação musical e proporcionou momentos bastante engraçados. Desde já, agradecemos a vossa presença que muito divertiu os utentes. Bem hajam!

Não podia faltar a castanha assada tradicional e uma jeropiga para aquecer a alma, porque “no dia de São Martinho bebe o vinho e deixa a água para o moinho!”.



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

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º araca; teira = 2º r; cancela;
r = 3º em; liame; mi = 4º nai;
sua; cal = 5º arre; c; rato = 6º
caulícola = 7º lida; o; liga = 8º
ado; ena; mal = 9º do; piara; li
= 10º r; barrela; e = 11º aleia;
aiaia =

Verticais

1º arena; ladra = 2º r; márcido;
l = 3º a.c.; irado; be = 4º cal;
Estados Unifdos da América;
pai = 6º caucionar = 7º tema;
c; área = 8º ele; rol; ali = 9º ia;
calim; a.a. = 10º r; matagal; i =
11º arilo; aliea =

Flor do Campo

Florista



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

Salomé Viana



Junta de Freguesia de Forjães

Niterói recebe Forjães

A Vila de Forjães foi destaque em várias publicações brasileiras, a propósito do protocolo de colaboração firmado com a Prefeitura de Niterói.

A receção acontecida na Prefeitura, no passado dia 3 de novembro, permitiu a ratificação do acordo formado em 30 de junho, tendo sido um momento para maior detalhe do projeto "Forjanenses pelo Mundo", entre outras particularidades da nossa região.

Rodrigues de Faria foi tema central da conversa, ele que representa, de forma genérica, a emigração portuguesa e o sucesso obtido através do seu trabalho, estando em curso uma investigação sobre a sua importância para a cidade de Niterói e para os estaleiros de Mauá, conforme já publicitado em anterior comunicação. Partilhamos o texto publicado nos jornais Gonçalves Online e Jornal Metropolitana.

O prefeito de Niterói, Axel Graef, rece-

beu dia 3, quinta-feira, em seu gabinete, a visita do presidente da Assembleia de Freguesia de Forjães, Carlos Manuel Gomes de Sá, para a ratificação de um termo de colaboração com a Vila de Forjães, situada na cidade de Esposende, no distrito de Braga, em Portugal.

A vila portuguesa mapeou um número significativo de forjanenses emigrados para Niterói e procurou o município para estreitar as relações. "É uma parceria importante com mais uma cidade portuguesa. O que é mais interessante é que eles estão buscando informações sobre famílias que migraram de Forjães para o Brasil a partir da década de 50. Curiosamente uma boa parte destas famílias veio para Niterói. Então, eles querem buscar contato com essas famílias. Vamos aproximar as duas cidades e reaproximar essas famílias de Forjães. Temos conversado também com Braga e Lisboa. Existem iniciativas de parcerias que são muito proveitosas para Niterói", explicou Graef.



Ponte do Fulão



Na sequência de um acidente rodoviário, que danificou a estrutura superior da Ponte do Fulão, foram iniciados, pela Junta de Freguesia em colaboração com o Município de Esposende, os procedimentos com vista à reposição das condições de segurança da mesma.

Os trabalhos estão agora concluídos, tendo sido reposta toda a estrutura de granito da ponte, recolocada a proteção do raile e também a colocação da sinalização adequada. Em complemento, foram executados ligeiros trabalhos de limpeza da margem, permitindo assim um eficaz escoamento das águas pluviais.

Reparação de conduta de água em S. Roque

A Junta de Freguesia, em colaboração com a Esposende Ambiente, procedeu à reparação da conduta de água proveniente da mina na Rua de S. Roque, na intercepção com a Rua de Pinheiro. Está neste momento a decorrer o estudo/avaliação, de modo a proceder, no futuro, ao aproveitamento da água da mina para rega e utilização naquele espaço.

Pavimentação da Rua da Coturela e Travessa da Corujeira

Como previsto no programa eleitoral sufragado na eleição de 26 de setembro de 2021, serão pavimentados, ao longo deste mandato, alguns caminhos da freguesia de Forjães, ainda em terra batida.

Depois de trabalhos técnicos para preparação da intervenção, assumida pela Junta de Freguesia, tiveram início os trabalhos na Rua da Coturela e Travessa da Corujeira, através da regularização do pavimento, formação de penderes, criação de caixa de assentamento e colocação de cubo de granito.

A Junta de Freguesia de Forjães pede aos moradores e utilizadores destas ruas a melhor compreensão para os incómodos decorrentes da realização dos trabalhos.

Esta é a primeira intervenção, com dimensão relevante em termos de pavimentação, seguindo-se outros arruamentos, em linha com o preconizado no plano de atividades da Junta de Freguesia.



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



Av. Marcelino Queirós, 130/140
Loja 14 - 4740-438 Forjães
Tel. 253 876 074 - Tlm. 965 166 956



Av. de S. Romão, 10
4935 Neiva Viana do Castelo
Tel. 258 871 466 - Fax. 258 371 420



Junta de Freguesia de Forjães

Padre Justino Moreira da Silva - 23 anos de eterna saudade



Assinalou-se no passado dia 15 de novembro, 23 anos do falecimento do saudoso Pe. Justino Moreira da Silva. Nascido em S. Pedro de Rates, em 19 de janeiro de 1936, esteve 33 anos ao serviço da comunidade Forjanense, onde ainda é recordado e muito amado. Recuperando o sentir desta paróquia, a Junta de Freguesia, através da sua página oficial, recordou o Pe. Justino Moreira da Silva voltando a partilhar dois vídeos, públicos, que retratam duas homenagens que lhe foram dirigidas, uma datada de 2009, destacando os seus traços/personalidade, presente na estátua que lhe foi erigida, à entrada do adro, da autoria da família Mendanha, que também produz o vídeo, e outro, de 3 de julho de 2016, produzido pela Comissão de Festas de Santa Marinha desse ano, que assinala os 50 anos da sua entrada em Forjães.

Apoio à aquisição de gás engarrafado

A Associação Nacional de Freguesias (ANAFRE), assinou um protocolo de cooperação técnica e financeira com o Fundo Ambiental denominado "Apoio à aquisição de gás engarrafado" pelos consumidores domésticos elegíveis por esta medida. A Junta de Freguesia de Forjães aderiu a esta

medida, estando por isso disponível para proceder ao registo na plataforma dos consumidores abrangidos pela mesma. Para mais esclarecimentos; Secretaria da Junta de Freguesia no horário de expediente, ou pelo número de telefone, 253877430.

Iluminação pública

A Junta de Freguesia tem vindo a proceder ao levantamento dos pontos de iluminação pública inoperacionais, situação ainda mais necessária com a mudança da hora e dos dias a escurecer mais cedo. Para sermos mais precisos e rápidos a comunicar, solicitamos aos Forjanenses que nos indiquem situações de luzes fundidas,

para tal, devem mencionar o número que o poste possui ou número de porta mais próximo e nome da Rua onde o mesmo se encontra. Devem fazê-lo para a secretaria da Junta (253877430), o que desde já agradecemos. Lembramos que qualquer pessoa o pode fazer diretamente na plataforma da E-REDES.

Dia de Luto Municipal por Laurentina Torres

O Município de Esposende decretou um dia de Luto Municipal – 8 de novembro – pela morte de Laurentina Torres, ex-Presidente da Câmara Municipal de Esposende, autarquia onde também desempenhou as funções de vereadora.

Laurentina Veloso Fernandes Torres Losa Faria nasceu a 5 de junho de 1937, na freguesia de Apúlia. Além do profícuo trabalho que desenvolveu profissionalmente, enquanto professora, Laurentina V. Fernandes Torres Losa Faria destacou-se pela intensa atividade social que levou a cabo

ao longo da sua vida, desempenhando um papel primordial na defesa das tradições e cultura de Apúlia, em particular, e de todo o concelho de Esposende, tendo, pelo percurso exemplar, recebido a Medalha de Mérito Municipal, na sessão camarária de 27 de julho de 2006.

Na sequência das eleições autárquicas de 15 de dezembro de 1985, Laurentina Torres foi eleita vereadora da Câmara Municipal de Esposende, tendo sido, também, membro do Conselho de Administração dos Serviços Municipalizados e representante

da Câmara Municipal no Conselho Técnico de Deficientes.

Pelo falecimento do então Presidente Alexandre Domingos Losa Faria, Laurentina Torres assumiu a Presidência da Câmara em 1986, tendo cumprido o restante mandato, como Presidente da Câmara Municipal de Esposende, até às eleições autárquicas de 17 de dezembro de 1989.

A Junta de Freguesia de Forjães, assinou este dia de Luto Municipal, colocando a meia haste as bandeiras do Município e da Vila.



EUROMASTER IDEAL PNEUS

PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIROS E PESADOS - ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES

PAÇO VELHO - V. F. S. Pedro - APARTADO 583 - 4754-909 BARCELOS

TELEF. 253 809 880 - FAX 253 809 889

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

Os dez mandamentos do Advento

1. Abrir as portas do coração - Deus desce e vem. Quer estar no meio de nós. Vamos abrir os nossos corações e a porta da fé. O Advento é Deus procurar-nos para o diálogo, a aliança de amizade, a oferta da salvação. Não fecheis vossos corações, vamos acolher, receber, ouvir a Deus que vem. Escancarai as portas do coração a Jesus Cristo. Ele bate à nossa porta.

2. Respeitar o direito e a justiça - Os textos bíblicos do Advento enfocam a nova ordem, a nova terra que o Messias trará. O seu trono pousa sobre o direito e a justiça, a paz e a convivência fraterna. O que o Messias vai trazer é o reino de Deus que consiste em "amar a misericórdia, praticar a justiça e viver na presença de Deus" (Miq. 6, 8). O reino de Deus transforma o deserto em jardim, as espadas em arados, as lanças em foices.

3. Estar vigilantes, não distraídos - Quem espera deve estar vigilante, acordado, atento. São três as vindas de Deus: no Natal, no fim do mundo e no nosso quotidiano. Precisamos de estar atentos, conectados, sintonizados com Deus, sua presença, sua vontade e seus desígnios. A agitação, o barulho, a dispersão afastam-nos da oração, do silêncio e, portanto, da vigilância. Vivemos apressados, atulhados com mil preocupações e também cansados, apáticos, indiferentes no que diz respeito a Deus e ao próximo. Vigiai, pois não sabeis nem o dia, nem a hora.

4. Endireitar os caminhos tortuosos - Advento é tempo de conversão. Caminhos tortuosos levam à perdição. O rumo, a bússola, a direção da nossa vida é Jesus Cristo, que pela mediação da Igreja, é luz do nosso caminho. É hora de sair de si, peregrinar, ir ao povo, endireitar os caminhos em direção ao irmão e a Deus.

5. Preparar a chegada - A mãe prepara a chegada do bebé, a cozinheira prepara as refeições, a noiva prepara o casamento. Tudo o que é preparado tem sucesso. Devemos estar preparados para a vinda do Senhor. Nunca ociosos, desligados, desinteressados. Longe de nós a mediocridade, a sonolência, a mes-

mice, o desinteresse. Preparemos um belo presépio para acolher o Menino. Preparemos os nossos corações.

6. Escutar a voz que chama - João Batista clama no deserto, chamando-nos ao silêncio, à escuta, à meditação. Saber parar, silenciar, contemplar é remar contra a corrente do consumismo, da dissipação, do barulho. O Advento tem tudo a ver com o deserto onde Deus fala ao coração.

7. Uma criança vai nascer - Maria está grávida por obra do Espírito Santo graças à sua resposta de fé. Advento leva-nos a pensar na gravidez, nos cuidados e respeito com o nascituro, na generosidade de acolher a vida de mais um filho. O embrião é um de nós, é um filho. Jesus foi também embrião e Maria cuidou dEle.

8. Viver o tempo que nos é dado - Advento é um tempo especial. O que fazemos com o nosso tempo? É preciso viver o hoje, o agora, o instante, o momento presente com intensidade, consciência e alegria. Percebemos que o tempo passa, a vida é breve e o fim vem. Dêmos tempo a nós mesmos, aos outros, a Deus. É no tempo que construímos a história e acolhemos a Salvação.

9. Visitar e ir ao encontro - Visita e encontro são os dois pés do Advento. Recebemos a visita de Deus e propomo-nos a visitar casas, asilos, hospitais, cadeias, creches. A missão hoje depende da visitação. A visita proporciona a experiência do encontro, do diálogo e da comunicação.

10. Participar - Façamos da nossa rua, prédio, condomínio, uma família. Façamos a experiência da alegria que vem da comunhão e participação e de novas amizades. Superemos a solidão, o egoísmo, o isolamento e procuremos a socialização, a comunicação, a convivência.

Dom Orlando Brandes

Folha de Londrina, 30 de novembro de 2013

Movimentos religiosos

Celebrações Batismais:

- 05/11/2022 – Alice Cruz Bento, filha de Tiago António Alves Bento e de Alexandrina Maria Pereira da Cruz. Neta paterna de Augusto Filipe Gonçalves Bento e de Maria Arminda Carvalho Alves Bento. Neta materna de António Emídio Portela da Cruz e de Maria Deolinda Lima Torres Pereira da Cruz.

- 12/11/2022 – David Tomás da Silva, filho de Duarte Nuno Castelo Lima da Silva e de Ivone Raquel Coutinho Tomás de Sá. Neto paterno de Basílio Torres Lima da Silva e de Maria Fernanda do Vale Castelo e Silva. Neto materno de José António Tomás de Sá e de Maria de Fátima de Araújo Coutinho.

Horário da catequese, das 19h00 às 19h45 / ano de catequese e catequistas

2ª Feira: 1º Ano: Júlia Matos e Lúcia Jaques | 2º Ano: Deolinda Silva e Luísa Silva | 3º Ano: Lúcia Ribeiro e Patrícia Dias | 4º Ano: Irene Coutinho e Andreia Vale

4ª Feira: 5º Ano: Carla Carqueijó | 6º Ano: Paula Matos e Torres Patrícia | 8º Ano: Sandra Silva e

Sílvia

5ª Feira: 7º Ano: Conceição Pereira e Elisa Fernandes | 9º Ano: Isabel Moura e Júlia Matos | O 10º Ano (Horário ainda a combinar): Ana Beatriz Carvalho e Mariana Coutinho

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

DEZEMBRO 2022:

01 | Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 9h00; Adoração às 16h30.

03 | Eucaristia Vespertina às 17h30.

04 | II DOMINGO DO ADVENTO: Eucaristias às 9h00 e 11h15.

07 | Encerramento da Novena da Imaculada Conceição: Eucaristia às 17h30.

08 | IMACULADA CONCEIÇÃO DA VIRGEM SANTA MARIA (Padroeira principal de Portugal): Eucaristia às 09h00 e às 11h15 (solenizada pelo Coral).

10 | Eucaristia Vespertina às 17h30.

11 | III DOMINGO DO ADVENTO: Eucaristias às 9h00 e 11h15.

14 | Reunião do Conselho Económico às 21h00.

17 | Eucaristia Vespertina às 17h30 (Missa com a Catequese)

18 | DOMINGO IV DO ADVENTO: Eucaristias às 9h00 e 11h15 | Festa de Natal, às 15h00, no Salão Paroquial.

24 | Vigília do Natal (Sábado): Eucaristia com a Catequese (Retábulo de Natal), às 14h30.

25 | NATAL DO SENHOR (Domingo): Eucaristia às 11h15

30 | SAGRADA FAMÍLIA (Sexta-feira): Eucaristia às 17h30.

Obras na igreja matriz (conservação e restauro dos altares)

• 20,00€ de Anónimo

Total de 18.893,00€. Obrigado!

Campanha para o restauro/conservação da Capela da Senhora da Graça

• 600,00€ + 600,00€ da Comissão de Festa da Senhora da Graça/2022

Total 1.250,00€. Obrigado!

Centro de preparação para o matrimónio (CPM)

Embora não sendo obrigatória a participação dos noivos nesta preparação imediata para o sacramento do Matrimónio, aconselhamos vivamente que o façam, como forma de reflexão sobre o noivado e diálogo sobre a maturidade ou não dos seus sonhos e projetos...

No próximo ano (2023), os encontros do CPM irão decorrer no Arciprestado de Esposende, aos sábados, entre os dias 28 de janeiro e 25 de fevereiro, no Centro Paroquial de Fonte Boa.



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



...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

Magusto

Porque a tradição ainda é o que era, as várias valências da ACARF comemoram o dia de S. Martinho com a tradicional fogueira. Os mais novos trabalharam a lenda de S. Martinho nas salas e terminaram a atividade a saborear umas castanhas assadas na fogueira. Os nossos seniores ajudaram na fogueira e transmitiram os costumes e tradições para os mais novos. Para que a tradição se mantenha, fomentamos estas atividades intergeracionais, onde os seniores transferem, com muito orgulho, as suas experiências e saberes para os mais novos.



Dia do Pijama

No passado dia 20 de novembro celebrou-se o Dia do Pijama, como era fim de semana comemoramos na segunda-feira dia 21.

O Dia do Pijama é um dia educativo e solidário, onde crianças ajudam outras crianças. Mais uma vez, as famílias da creche da ACARF, associaram-se a tão nobre causa.

Em nome da Missão Pijama agradecemos o contributo de todos.



2º Festival de S. Martinho

A ACARF esteve presente no 2º Festival de S. Martinho, organizado nas instalações do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, pela Junta de Freguesia de Forjães (JFF). Agradecemos o convite que nos foi endereçado pela JFF, a colaboração das associações que estiveram presentes e a todos que passaram pela nossa "tasca" e provaram as nossas iguarias. Um grande bem-haja a todos.



Recolha de alimentos BACF

A ACARF, como já bem sendo hábito, colaborou com o Banco Alimentar Contra a Fome (BACF) de Braga na recolha de alimentos, nos passados dias 26 e 27 de novembro. Transportamos os alimentos recolhidos em duas superfícies comerciais de Esposende para as instalações do BACF em Braga. De realçar, em tempos difíceis, as 135.5 toneladas de bens recolhidas pelo BACF de Braga e as 2.086 toneladas recolhidas a nível nacional.



Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

novembro 2022

Editorial

A presente edição do boletim Nascente Escolar procura dar a conhecer um conjunto diversificado de atividades que se desenvolveram ao longo de novembro de 2022, 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 exteriores ao Agrupamento, que deram o seu apoio na realização das mesmas.

Um mês - um poema

"Voam folhas pelo ar
Sopradas por um vento forte,

São histórias de encantar
Trazidas pelo vento norte.

Menino, vai à janela
E abre-a com mil cuidados:
Deixa que entrem os sonhos,
As sementes, os medronhos,
Os mochos, os cogumelos,
As nozes e os veados.

Menina, vai à janela
E abre-a devagarinho:
Deixa o outono entrar,
Que ele acabou de chegar
À boleia de uma folha
De um cavalo-alvarinho.

"O outono entra sempre pela janela", in *As quatro estações* / Manuela Leitão; Catarina Correia Marques. Lisboa: Máquina de voar, 2019.

"Vamos Compostar"

No dia 23 de novembro, a Eng. Anabela Almeida, do Esposende Ambiente, veio à Escola Básica de Forjães, proferir uma palestra para a turma 6.º FA, com a temática, "Vamos compostar".

Foi uma excelente palestra onde se abordou a necessidade de sabermos reciclar, de termos uma atitude muito mais ecológica e aprendermos a fazer um compositor natural. Este conjunto de atitudes, se implementadas de forma coerente, permitirão termos um "Planeta muito mais verde".



Prof. Luís Gaivoto

Semana da Ciência e Tecnologia

A edição do presente ano, da semana da Ciência e Tecnologia, contou com um conjunto diversificado de atividades:

1. Newton gostava de ler;
2. Jogos matemáticos;
3. Laboratório de Física e Química;
4. Laboratórios de Ciências Naturais (2º e 3º ciclos);
5. Laboratório de Investigação Pedagógica - Liga Portuguesa Contra o Cancro;
6. A Ciência e a Tecnologia na gestão da água - dinamizada pela Esposende Ambiente;
7. A Química do PC - dinamizada pela Câmara Municipal de Esposende;
8. Magia nos teus olhos - atividades da Associação Rio Neiva;
9. Visionamento do filme "O lado negro das energias verdes".

Na Biblioteca foi apresentado aos alunos do sexto ano, o Projeto *Newton gostava de ler*, que é uma forma de usar a Literatura como meio de estimular o valor da cultura científica. A cultura árabe, os números, a astronomia, os instrumentos náuticos, a arquitetura e a memória de Newton e de Rómulo de Carvalho, foram alguns dos destaques feitos em diálogo com os alunos. Foram, ainda, propostos alguns desafios matemáticos, a partir do contexto apresentado atrás.

Na atividade "A Ciência e a Tecnologia na gestão da água" foi abordado o ciclo urbano da água no concelho de Esposende, com especial enfoque para o contributo da ciência e as mais-valias da tecnologia, na monitorização e controle da qualidade da água e eficiência dos processos.

Na atividade "A química do PC", foi abordada a importância do conhecimento das reações químicas no estudo dos achados arqueológicos.

Pretendeu-se criar uma oportunidade para os alunos vivenciarem a ciência e a tecnologia de uma forma mais prática/experimental, por forma a reconhecerem a sua importância na vida diária.



Mar de Histórias

Os alunos do oitavo tiveram a oportunidade de conhecer um conjunto de Histórias relacionadas com o naufrágio de uma embarcação quinhentista em Belinho. A arqueóloga Ana Paula Almeida apresentou o trabalho desenvolvido desde o achamento realizado por Luís Calheiros e Emanuel Sá, João e Alexandre Sá.



Os alunos puderam conhecer o modo técnico como a recuperação tem sido feita e o que tem sido encontrado e como eles contam uma parte importante da História marítima em que Esposende participou. Foram encontrados um conjunto de achados, desde madeiras, artefactos

metálicos diversos, pratos metálicos que serviam para oferendas, assim como uma âncora, pelouros e algumas bocas de fogo ainda presentes no fundo do oceano.

A sensibilização pelo valor do património, o seu papel na história local e global, assim como o valor do estudo da História, como elemento fundador de uma memória foram amplamente destacados. A acompanhar a apresentação do projeto relativo ao naufrágio de Belinho foram expostas algumas peças que documentaram esse conjunto de histórias que o mar alberga e que todos ganham em conhecer.

A criação de uma carta arqueológica marítima do concelho, entre Belinho e a Apúlia / Fão é um dos projetos que decorre deste trabalho de grande valor científico.

Dia Mundial da Filosofia



Em jeito de homenagem ao Dia Mundial da Filosofia, que se comemora, este ano, a dezassete de novembro, ontem, dia dezasseis, pela manhã, a turma FI, do 3.º ano do Centro Escolar de Forjães, foi à biblioteca da escola, realizar uma atividade especial, com a presença do professor Luís Madruga.

O professor começou por mostrar algumas imagens aos alunos, para que tentassem "descobrir" sobre o que falava o livro que ele iria ler. Os alunos deram alguns palpites. De seguida, o professor leu a história de Valter Hugo Mãe – “As mais belas coisas do mundo”, que fez os alunos pensar e dialogar.

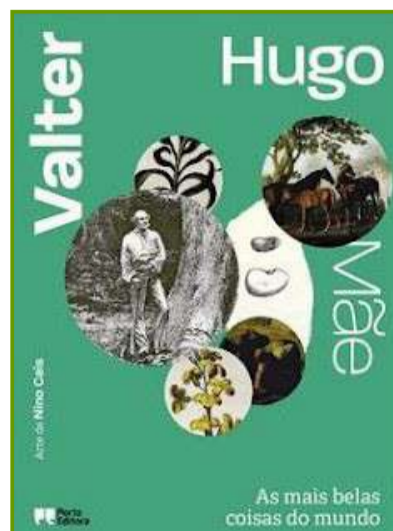
Depois, cada criança foi convidada a ler um excerto do livro e a fazer uma reflexão. Destas reflexões surgiram muitas perguntas, que a professora Júlia registou num quadro improvisado. Os professores concordaram que as questões colocadas pelos alunos eram muito pertinentes, sendo que umas teriam respostas, e outras, talvez, não... E que, afinal, talvez, fosse mais fácil responder do que perguntar.

O professor Luís pediu, ainda, que os alunos registassem o que para eles era a mais bela coisa do mundo.

Para concluir, dizer que os alunos gostaram muito desta atividade, de aprender sobre o que pode ser Filosofia e que mal podem esperar pela próxima semana, para a segunda parte desta bela iniciativa.

Professora Júlia Claro / 3.º FI

Filosofia para crianças (I)



A palavra ainda assusta e, no entanto, ela refere-se a algo que foi inventado há muitos séculos na antiga civilização grega. Vivemos num mundo habitado por pessoas, por coisas, ideias, sentimentos e quando cá chegamos, nós e todos os que são mais jovens defrontam-se com uma questão essencial. Como tudo começou e se tem uma duração limitada, tem em si um valor muito valioso. Assim, como olhar para o que nos rodeia e pensar sobre aquilo que nos importa, que queremos conhecer.

Oficina de Filosofia é apenas uma forma não de encontrar respostas, mas de fazer perguntas, de modo a estimular a capacidade de pensar e de fazer refletir sobre coisas simples, mas que afetam a vida de todos. O que é uma pergunta, que características tem e as palavras o que nos podem dizer, o que podemos fazer com elas. Por que gostamos de histórias e porque elas ensinam a imaginar tantas coisas?

Que coisas conseguimos explicar? O que lemos e o que sentimos pode ser expresso em palavras, ou os desenhos também nos podem explicar? E se não percebemos algo, como o explicamos a outros? Em que momentos usamos a imaginação? O preço e o valor das coisas são a mesma coisa ou existem diferenças? E conseguimos encontrá-las em momentos da nossa vida.

É um pouco isto e o ponto de partida foi um livro de Valter Hugo Mãe, *As mais belas coisas do mundo*. Descobri-las e pensar nelas como algo onde cada uma toca no seu quotidiano e pensar com os mais pequenos em perguntas como, pode-se amar ou gostar do que não se conhece? como conhecer as coisas que o mundo e os outros nos mostram? ou pode um abraço ser um espaço para se habitar, se viver, como uma casa?

Sobretudo fazer perguntas e pensar a partir de situações diversas para incentivar o antigo desejo da Filosofia grega, de analisar o que fazemos, pensamos e sentimos e como avaliamos o que fazemos. O vocabulário e a linguagem é um dos meios para formular essas perguntas e alargar o que se conhece. A Filosofia vive do deslumbramento pelas coisas, as crianças da curiosidade e os seus porquês são um bom caminho para pensar, em círculo, como se cada um estivesse a procurar conhecer um mistério ou algo que não se conhece ainda.

Filosofia para crianças (II) – 3.º FI

As sessões de Filosofia para crianças procuram exercitar o pensamento. Colocar questões e pensar sobre elas. Conciliando com as expressões artísticas as ideias foram exploradas visualmente sobre essa questão de partida, *Quais são as melhores coisas do mundo?* E destas surgiram outras perguntas que foram pensadas entre todos:

1. O que é um detetive de interiores?
2. O preço e o valor das coisas é a mesma coisa?
3. Podemos sonhar acordados?



Ilustrações: João e Clara

Evocação da memória da 1.ª guerra mundial



As turmas do nono puderam ter a oportunidade de ouvir uma apresentação dialogada sobre a participação de Portugal na 1.ª guerra mundial. A mesma foi feita pelo Dr. Penteado Neiva, que realizou uma apresentação muito interessante e motivadora para os alunos. Foi feita uma contextualização da vida na Europa entre as últimas décadas do século XIX e as primeiras do século XX e abordados os aspetos da crise da Monarquia e do surgimento da República. O modo como o país participou na 1.ª Guerra Mundial e o contexto social desses soldados, foi amplamente compreendido pelos alunos, pela disponibilização de vários documentos históricos, que refletiram de diversos modos essa participação.

A evocação da 1.ª Guerra Mundial foi muito interessante e proveitosa, pois foi feita uma abordagem sobre o drama humano e o modo como os acontecimentos locais se integram nos grandes movimentos da História. Essa dimensão humana e local nem sempre é muito desenvolvida, sendo no entanto essencial para a compreensão da História, como um processo de indivíduos que se integram em movimentos, nos quais colocam a sua bravura e coragem e que nem sempre são reconhecidos.

O lado humano é essencial para que a História seja compreendida e valorizado o papel individual que cada um, para o mundo que é construído e que novas gerações herdaram. O papel da história local e os documentos materiais foram muito valorizados, o que demonstra o grande valor pedagógico construído.

Visitas ao património

As turmas do quinto ano visitaram o Castro de São Lourenço, no contexto da disciplina de História e Geografia de Portugal e do reconhecimento do património local do concelho de Esposende, desde os tempos das primeiras comunidades humanas na Pré-História.

A partir da visita de estudo foram construídos alguns textos e trabalhos, como a imagem documenta, entre outros.



Ilustração: Cátia Cunha

XII Gala de Mérito Desportivo

As alunas, da EB de Forjães, Constança Capitão, Fabiana Carvalho, Leonor Gomes, Leonor Pinto e Beatriz Barbosa, por se terem sagrado Campeãs Regionais 2022 – Infantil A Feminino, pelo Clube de Orientação-Desporto Escolar, foram ontem, 27 de novembro homenageadas na XII Gala de Mérito Desportivo do Concelho de Esposende.



O galardão foi entregue pela Vereadora da Educação Alexandra Roeger. Parabéns ao excelente trabalho das alunas e da sua treinadora, professora Anabela Freitas, que com o seu empenho, esforço e dedicação, conseguiram brindar a comunidade escolar com mais este prémio.

Prof.ª Ana Paula Ferreira

Thanksgiving Wishes – 9.º FA



I'm thankful for not living in war and living in a country where I have rights as a woman. I should never stop being grateful for my good living conditions and for the food on my table every day.

Alicia Dias

I'm grateful for being a good student, for being able to help others, for having friends, for being happy, for having a family with good living conditions and for the Earth being a great place to live in.

André Pinto

This thanksgiving I'm grateful for having school, being able to see the sea and the beautiful waves, for Portugal being at peace and, finally, for having a pencil so I can write my future.

Bárbara Castro

I'm thankful for having parents who understand me and are always willing to do everything for me, having my grandparents, as they are the ones who give me the best advices and for seeing my brother growing up and being a happy kid.

Leonor Martins

This Thanksgiving I'm grateful for living in a democracy and because my human rights are respected. I'm also thankful for being able to study and project my future and for the health and love around me.

Eduarda Marinho

I'm thankful for having food on the table every day, having clothes to wear, having water and electricity, not being sick, and having a house where I can live.

Rodrigo Neiva

I'm thankful for having all my grandparents alive and to be able to see them every week, for being born in a democratic country and, finally, for having people by my side who have never given up on me.

Vitória Brandão

Boletim Nascente Escolar
novembro - 2022



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

Presidente Lula! Peço que o senhor legalize o estatuto das mulheres da vida difícil, vida fácil, é só treta! Ainda bem que aqui em Portugal, o trabalho não me faltou! Clientes não faltam e alguns até deixam gorjeta...



Metempsychose

A metempsychose dá já uma ideia, posto que imperfeita, da doutrina da imortalidade da alma professada por pagãos na alta antiguidade indiana, ou egípcia, introduzida na Grécia por Pythagoras, 500 anos antes de Jesus Cristo. A metempsychose em duas palavras é a doutrina da transmigração das almas de um corpo para outro.

No dizer de Therodoto foram os egípcios os primeiros que professaram o dogma de que a alma do homem é imortal, passando sucessivamente depois da dissolução a animar outros corpos por meio de novos nascimentos. Depois, acrescenta ele, quando assim tem percorrido todos os animais da terra, todos os do mar, e todos os que voam no espaço, entra outra vez no corpo humano, no momento da sua nascença. Esta revolução da alma completa-se em 3000 anos.

A metempsychose, segundo Pythagoras, já não é bem isto. Segundo ele, a inteligência é uma emanção da alma do mundo, e as almas dos homens e dos animais são imortais, assim como a alma do mundo, de onde elas emanam. Deste modo, a alma passa depois da morte do homem para o corpo, seja de outro homem, seja de um animal, onde o acaso a conduza.

Esta teoria foi ainda modificada, e muito pelos sucessores de Pythagoras. Segun-

do Empedocles, a metempsychose é o movimento contínuo pelo qual as partes elementares adquirem diferentes formas. Deste modo, dizia ele, noutra tempo tinha sido rapaz, (pudera não) rapariga, planta, pássaro e peixe dando assim a entender que as moléculas elementares, que constituíam o seu corpo tinham já feito parte do grande número de outras formas orgânicas.

Não admira que Empedocolos estivesse crente em que já em tempos distantes houvesse sido rapariga, planta, pássaro e peixe, porque Pythagoras tão persuadido estava do seu extravagante sistema, que chegou a afirmar que se lembrava não só da guerra de Tróia, acontecida 700 anos antes, mas também dos corpos em que ele havia estado antes de ser Pythagoras! No seu dizer, foi Athalidas filho putativo de Mercúrio, depois Euforbo, o mesmo que foi ferido por Melenau no cerco de Tróia.

Do corpo de Euforbo, passou a sua alma para o corpo de Hermitimo, deste para o corpo de um pescador e do corpo do pescador para o corpo dele.

Para onde iria depois, e onde estará agora a alma de tão celebrado filósofo?

Traduzido por Torres Jaques

Caro/a Leitor/a,

Neste mês de novembro, mês de São Martinho, que tão bem a nossa freguesia celebrou, não poderia deixar de fazer referência à sua lenda e ao quão atual a sua lição é, tendo também em conta os acontecimentos deste ano.

Martinho, um soldado romano, conhecido pela sua generosidade, ofereceu a capa que envergava, para cobrir dois mendigos com fome e frio que encontrara no seu caminho, num dia de grande tempestade. Prosseguiu a sua viagem ao frio e ao vento quando, de repente e como por milagre, o céu abriu-se, afastando a tempestade. Os raios de sol começaram a aquecer a terra e o bom tempo prolongou-se por cerca de três dias.

Numa altura de guerra na Ucrânia, que já se prolonga desde fevereiro deste ano, sabemos que a situação dos cidadãos ucranianos se tem vindo a agravar e espera-se um pior cenário com a chegada do inverno severo, uma vez que são inúmeras as pessoas que se encontram desalojadas. Segundo a OIM (Organização Internacional para Migrações,) mais de 6,48 milhões de pessoas estavam, em março de 2022, deslocadas internamente na Ucrânia em resultado direto da guerra, de acordo com um estudo realizado entre os dias 9 e 16 desse mês. Estima-se que desde então, o número tenha aumentado significativamente, assim como o número de feridos e mortos. A grande maioria das pessoas incluídas nessa contagem caracterizam-se como bastante vulneráveis, sendo estas: mulheres grávidas e lactantes, idosos, pessoas com deficiência, pessoas com doenças crónicas e pessoas diretamente afetadas pela violência da guerra.

Além disso, e também como consequência de tal, encontramos-nos perante um cenário de crise económica mundial, que se tem refletido cada vez mais nos preços inflacionados e na agravação das condições económicas das famílias por todo o mundo e Portugal não é exceção. A nível nacional, a taxa de variação homóloga do Índice de Preços no Consumidor (IPC) terá aumentado para 10,2% em outubro, face aos 9,28% do mês de setembro, como avançou o Instituto Nacional de Estatística (INE), no dia 28 de outubro deste ano.

Perante o panorama nacional e mundial, é cada vez mais urgente olharmos para os

valores presentes na tão antiga lenda de São Martinho. É urgente a empatia, a ajuda ao próximo e acima de tudo a compreensão, na vida em sociedade. É urgente a solidariedade, para que seja possível contornar situações de conflito como esta, que tantas pessoas inocentes colocam em risco. Foram e têm sido muitas as ajudas que são disponibilizadas aos ucranianos, neste ano de terror, destacando-se associações como: o **Comité Internacional da Cruz Vermelha (CICV)**, que visa garantir o acesso de água e melhorar as condições de vida daqueles cujas casas foram destruídas em consequência de batalhas militares; os **Médicos sem Fronteiras**, uma organização cuja finalidade é o combate de doenças, sendo a Ucrânia, neste momento, o seu principal campo de atuação, fornecendo aconselhamento psicológico e apoio social aos cidadãos ucranianos; **Come Back Alive**, uma instituição com sede em Kiev que está a arrecadar fundos para os militares da Ucrânia, com o objetivo de garantir que soldados e voluntários tenham condições para resistir à invasão russa; **Army SOS**, uma organização que tem como finalidade angariar munições, escudos e alimentos para os soldados ucranianos; **Sunflower of Peace**, uma recolha de fundos para fornecer mochilas médicas de primeiros socorros para paramédicos e médicos na linha da frente, entre muitos outros. Também os particulares conseguem ajudar, através da angariação de cabazes de comida, medicamentos e outros bens essenciais, como roupa, que são enviados para os albergues e centros de acolhimento das vítimas do conflito.

Foram também muitas as famílias que se viram obrigadas a fugir da Ucrânia e, como refugiados, foram recebidas em diversos países, incluindo Portugal. Até março deste ano, Portugal já tinha recebido cerca de 17.504 refugiados ucranianos, dos quais 6200 eram menores. Destes, sabe-se que cerca de 600 estavam, à data, inscritos em escolas portuguesas. Estes são exemplos de que, juntos e movidos pela vontade de ajudar o próximo, é possível atenuar o sofrimento e as dificuldades daqueles que, inocentemente, se encontram em situações como esta, afastando assim, ainda que em pequena escala, a “tempestade”.

*Tânia Silva,
Diretora do Jornal “O Forjanense”*

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.pt

e-mail: acarf1@sapo.pt

Facebook: [Jornal O Forjanense](https://www.facebook.com/Jornal-O-Forjanense)



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.



Termina a primeira volta da série A do Campeonato distrital do Pro Nacional da AF Braga



O Forjães SC após ter alcançado o 1º lugar à 9ª jornada, cedeu a liderança da prova na ronda seguinte com uma derrota caseira frente ao GD Prado, por 1-2. Na jornada seguinte, última desta primeira fase, na deslocação ao difícil terreno do FC Amares, alcançou uma importante vitória. Após

o único golo da partida ter sido apontado pelo avançado forjanense Nuno Simões, ainda na primeira parte, a equipa orientada pelo Mister Tiago teve de sofrer até ao final da partida para manter a magra vantagem, uma vez que viu expulso, aos 40 minutos de jogo, por acumulação de cartões amarelos, o

seu defesa direito Lucas. Também se tornou herói desta partida, o guarda-redes Luís Miguel, após ter defendido uma grande penalidade. Foi um triunfo suado, de muita luta, que uniu ainda mais esta equipa que não descola dos lugares cimeiros.

Está acesa a luta nesta série A do Cam-

peonato distrital do Pro Nacional da AF Braga que dá acesso ao Campeonato de Portugal, prova da FPF. No final desta primeira volta, são seis os clubes na perseguição das quatro vagas que dão acesso à disputa do campeão com as restantes quatro equipas da série B.

Na 12ª jornada, no arranque da segunda fase, a 27 de novembro, o Forjães SC desloca-se à freguesia das Marinhas para defrontar a equipa local em mais um dérbi que se adivinha entusiasmante, com o único pensamento de alcançar os três pontos.

Resultados:

7ª jornada: Forjães SC – AD Ninense SC 4-1

8ª jornada: SC Cabreiros - Forjães SC 0-0

9ª jornada: Forjães SC – S. Paio de Arcos FC 2-1

10ª jornada: Forjães SC – GD Prado 1-2

11ª jornada: FC Amares - Forjães SC 0-1

		P	J
1	Vieira	24	11
2	Forjães	23	11
3	Santa Maria FC	21	11
4	GD Prado	21	11
5	AD Ninense	19	11
6	FC Amares	18	11
7	SC Cabreiros	13	11
8	S. Paio D'Arcos FC	13	11
9	AFC Martim	12	11
10	Esposende	12	11
11	Marinhas	5	11

Forjães SC recebe certificação 3 estrelas



No passado dia 7 de novembro, no Auditório da AF Braga, decorreu a cerimónia de entrega de placas e certificados aos clubes de futebol da AF Braga que obtiveram aprovação no processo de certificação em 2021/2022.

A Associação de Futebol de Braga, neste momento, conta com 62 clubes certificados.

O concelho de Esposende conta com 4 clubes certificados, sendo que dois têm "quatro estrelas" (FC Marinhas e AD Esposende) e dois "três estrelas" (CF Fão e Forjães SC).

Para receber o diploma e placa comemorativa alusivos à atribuição da Certificação da Academia "O Forjinha" com o nível de 3 estrelas, esteve presente na cerimónia o dirigente e responsável pelo processo de certificação, Jorge Peres Brandão.

Este foi um momento simbólico que consagrou o trabalho que tem sido desenvolvido ao longo de vários anos para colocar o Departamento de Formação do Clube nos patamares de qualidade adequados à atividade formativa que desenvolve.

Forjães SC presente no 2º Festival de S. Martinho

Decorreu, no primeiro fim de semana deste mês de novembro (dias 5 e 6), a segunda edição do Festival de S. Martinho.

A Junta de Freguesia de Forjães voltou a organizar, no espaço do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, o Festival de S. Martinho, com o mote "Delícias de porco e castanhas". O Forjães SC foi uma das associações que se juntou a este repto, disponibilizando-se também as associações envolvidas e co-organizadoras: ACARF, Comissão de Festas de Santa Marinha 2023, Forjães em Cena e Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães

Depois do enorme sucesso em 2021, esta segunda edição contou também com um serviço de merendas, havendo no espaço multiusos do Centro Cultural ao longo dos dois dias do certame, serviço de almoço e jantar, e ainda *takeaway*.

Realizou-se o tradicional magusto, e as quentinhas castanhas assadas foram servidas, numa oferta da Junta de Freguesia. A animação esteve a cargo de um grupo de forjanenses.

Atleta Maria Cardante convocada para sessão de treinos da seleção distrital de Braga no escalão sub 16 feminino

Este ano, a Academia de Futebol de Formação "O forjinha" inscreveu duas equipas femininas nos campeonatos regionais da AF de Braga, nos escalões de sub 15 e sub 17.

São 25 as atletas que compõem os dois plantéis. Os treinos realizam-se às segundas, quartas e sextas-feiras, no Estádio Horácio Queirós, das 19h30 às 21 horas. Caso gostes da modalidade e pretendas experimentar, aparece para realizar uma sessão de treino! Serás bem-vinda!

Destaque para a atleta Maria Cardante, natural da vizinha freguesia de Castelo do Neiva, que já por duas vezes foi chamada a integrar um grupo restrito de atletas convocadas para sessões de treino no escalão sub 16 da seleção distrital da AF Braga, com vista a participar num torneio que se irá realizar no distrito de vila Real.

Maria, nunca te esqueças que a palavra "desistir" não faz parte do vocabulário do futebol! Acredita no teu valor, nas tuas capacidades! Vai à luta pelos teus sonhos!



Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

Ementas da casa

Bacalhau com queijo e batata-doce

4 batatas-doces (1,2 kg); 2 cebolas roxas; 2 c. (de sopa) de manteiga; 4 lombos de bacalhau; 8 fatias de queijo; 1 malagueta; 4 dentes de alho; 1 dl de azeite; sal e orégãos frescos q .b.

Lave as batatas e coza-as em água com sal, por 15 minutos. Escorra-as e, depois de arrefecerem um pouco, corte-as em rodelas com 1 cm. Disponha-as num tabuleiro, polvilhe-as com sal e reserve. Descasque as cebolas, corte-as em meias-luas e refogue-as na manteiga. Coloque os lombos de bacalhau por cima e cubra cada um com duas fatias de queijo. Retire-os do lume e disponha-os sobre a batata. Junte a malagueta e o alho às rodelas e regue tudo com o azeite. Leve a meio do forno a 200° c, durante 25 minutos. Decorrido o tempo, retire do forno e sirva, decorado com orégãos frescos.

Mini rabanadas recheadas com calda de Licor Beirão

500 g de açúcar; 1,5 dl de água; 1 dl de LICOR BEIRÃO; 500 g de marmelos; 1 pau de canela; 20 fatias de pão de forma sem cõdea; 1 l de leite; 5 ovos; óleo q.b.

Comece por preparar a calda: leve 300 g de açúcar ao lume com a água e deixe ferver por dois minutos. Retire, junte LICOR BEIRÃO e deixe arrefecer. Entretanto, lave os marmelos, descasque-os, elimine-lhes os caroços e corte-os em pedaços. Coloque-os num tacho com o pau de canela, cubra-os com água e leve-os ao lume a cozer. Quando estiverem cozidos, escorra-os da água e elimine o pau de canela. Triture os marmelos com o restante açúcar e leve a lume, deixando ferver por dez minutos, mexendo para não pegar. Retire e deixe arrefecer. Corte as fatias de pão de forma em quatro partes e disponha-as sobre uma superfície de trabalho. Faça uma cova com o dedo polegar no centro de metade das partes de pão e coloque um pouco do recheio em cada. Tape com as restantes partes do pão. Reserve. Junte o leite com os ovos e misture bem. Passe as rabanadas pelo preparado anterior, frite-as em óleo e escorra-as sobre papel absorvente. Por fim, regue-as com a calda de LICOR BEIRÃO e sirva-as.

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 bebida alcoólica preparada na Índia; peixe acantopterígio = 2º porta gradeada da madeira tosca = 3º preposição; cordame de navio à vela; nota musical = 4º mãe em galego; feminino de seu; protóxido de cálcio = 5º designação de cólera ou de enfado; mamífero roedor

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

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

Verticais

1º lugar de contenda; mulher que rouba = 2º que não tem vigor = 3º António Calvário; zangado; voz das ovelhas = 4º substância que combinada com o ácido carbónico, forma a pedra e o mármore; Estados Unidos da América; primogénito = 5º erva-doce; área lisa, onde se secam os cereais = 6º afiançar = 7º assunto; superfície plana = 8º pronome pessoal masculino; lista; naquele lugar = 9º caminhava; liga de chumbo e estanho; Amélia Alves = 10º bosque expresso = 11º grainha; espécie de trigo ou cevada =

soluções pág. 4

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

Geriatría

O Dia Internacional do Idoso



Patrícia Dias*

O Dia Internacional do Idoso, que se comemora no dia 1 de outubro e o dia Mundial da Terceira Idade, no dia 28 de outubro, são datas cada vez mais importantes e valorizadas para celebrarmos e homenagearmos as vidas dos cidadãos mais velhos.

“Respeitar a pessoa idosa é tratar o próprio futuro com respeito” - uma frase que cada vez mais deve fazer parte dos nossos princípios enquanto seres humanos.

Uma experiência de mais de 20 anos no “terreno” com pessoas idosas ofereceram-me uma visão concreta, objetiva e cada vez mais humana e afetuosa no relaciona-

mento com a comunidade mais velha. A palavra “Humanidade” está sempre acima de tudo! Sabemos que com o avançar da idade, as personalidades tornam-se mais vincadas, as fragilidades emocionais ficam mais expostas e a dependência física é um entrave! Mas, se nós profissionais soubermos dar alegria, um sorriso, uma piada, um aperto de mão e um abraço forte, certamente vamos fazer a diferença. Manter o respeito é outro fator de uma boa relação com os idosos, assim como garantir a sua liberdade e respeitar o seu “espaço” físico e emocional. A minha experiência diz-me que em idosos institucionalizados por vezes é difícil ser assertivo com todos estes requisitos, muito sinceramente não é fácil! Temos que ter uma capacidade inerente de “dar a volta” e alguma paciência, sem prejudicar ninguém, para que o resultado final seja um ambiente sociável e saudável. As limitações físicas, psicológicas e sociais próprias de quem viveu e trabalhou muito provavelmente em condições precárias, são o espelho do avançar da idade.

Contam as suas histórias de vida carregadas de sofrimento, mas sempre as

relatam com rigor e os olhos a brilhar de emoção. A nossa atenção ao ouvir dá-lhes coragem e ânimo para não pararem!

Aprendemos muito com aqueles que a idade é um poço de sabedoria, a experiência de vida é para nós uma fonte de inspiração.

O aumento de doenças degenerativas como o Alzheimer, o Parkinson e a Demência tem sido crescente, sendo estas as mais comuns que afetam a qualidade de vida do idoso. O esquecimento é uma palavra assustadora e o cuidar torna-se uma tarefa difícil com muitos desafios a superar. Cada dia é uma nova etapa, e o que correu bem no dia anterior pode não correr bem no dia seguinte. Tudo o que era rotina (vestir, comer, tomar banho) pode ser cada vez mais difícil de fazer. Assim, o melhor será viver o dia-a-dia sem criar expectativas, mas sempre com o objetivo de ajudar e minimizar sofrimentos.

A formação dos profissionais de saúde que lidam diariamente com esta vulnerabilidade é importante, assim como os cuidados de saúde especializados. Hoje em dia a sociedade está melhor preparada para o

conceito “idoso” do que há 20 anos atrás. O “velho” de antigamente é agora o “senior”.

Atualmente, o idoso tem um papel importante na sociedade no que diz respeito à transmissão de valores e na preservação de tradições. Deixam um legado riquíssimo na cultura e sabedoria. As iniciativas para a promoção da qualidade de vida dos idosos são agora mais diversificadas e com objetivos definidos que passam pelos convívios intergeracionais, aumento de apoios sociais, melhoria das acessibilidades e melhor integração na sociedade através de redes sociais. Dotar os jovens e as crianças de responsabilidade para com os mais velhos pode ser o início de um caminho longo, mas talvez o possível para termos uma sociedade mais solidária e humana.

Até agora as pessoas mais velhas contribuíram de muitas maneiras para as suas famílias e comunidades, agora é a nossa vez de retribuir com o que mais precioso temos: os afetos!

**Animadora sociocultural*

Saúde

Cancro oral parte I



Marina Aguiar*

1- O que é o cancro oral?

O cancro oral é definido pela Classificação Internacional de Doenças, como o conjunto de tumores malignos que afetam qualquer localização da cavidade oral, dos lábios à garganta (incluindo as amígdalas e a faringe). A sua localização mais comum é no pavimento da boca (mucosa abaixo da língua), bordo lateral da língua e no palato mole. Mais de 90% destes cancros são designados por carcinomas, afetando o epi-

télio da mucosa oral. Os restantes correspondem a formas mais raras de tumores e incluem linfomas, sarcomas, melanomas, etc. O cancro oral está associado a índices de mortalidade elevados, que se deve em grande parte ao seu diagnóstico tardio.

2- O cancro oral é frequente?

O carcinoma da cabeça e pescoço é o 6º cancro mais comum em todo o mundo e corresponde a cerca de 2.8% de todos os cancros. O cancro oral é mais frequente nos homens, acima dos 45 anos de idade, aumentando consideravelmente até aos 65 anos.

3 – Quais os fatores de risco do cancro oral?

O tabaco e o álcool são os principais fatores de risco no desenvolvimento do cancro oral. O fumo do tabaco está relacionado com diversas transformações na

mucosa oral e tem um efeito carcinogénico direto nas células epiteliais. Calcula-se que 8 em cada 10 doentes diagnosticados com cancro oral consumam ou tenham consumido tabaco, tendo estes doentes um risco 5 a 7 vezes superior de desenvolverem cancro oral quando comparados com não fumadores. O cancro oral está, portanto, fortemente associado a um estilo de vida menos saudável, isto é, ao consumo de tabaco e álcool, associado a uma reduzida ingestão de vegetais e frutas e, por isso, pobre em alimentos contendo agentes antioxidantes.

4 – Como se manifesta o cancro oral? Quais são os seus principais sinais e sintomas?

Os carcinomas da cavidade oral podem manifestar-se como uma mancha, de cor variável, geralmente branca ou avermelhada, uma massa mais ou menos endurecida ou uma úlcera que não cicatriza. A maior

parte das lesões são indolores na sua fase inicial, tornando-se progressivamente dolorosas. São exemplo de sinais e sintomas: úlceras persistentes, áreas endurecidas, áreas de crescimento tecidual, lesões que não cicatrizam, mobilidade dentária, dor, parestesia (perdas de sensibilidade), disfagia (dificuldade em deglutir), lesões brancas e vermelhas, linfadenopatia (gânglios linfáticos aumentados).

5 – Como se trata o cancro oral?

O cancro oral trata-se essencialmente com cirurgia e radioterapia, isoladas ou combinadas. O fator chave para o tratamento é o diagnóstico precoce das lesões, fator que melhora significativamente as taxas de sobrevivência à doença.

continua na próxima edição

**Médica Dentista*

FORJÃES: VILA NATAL 2022
 CENTRO CULTURAL ESCOLAS RODRIGUES DE FARIA

15.00h: Projeção de filme infantil
16.30h: Chegada do Pai Natal
17.00h: Atividades natalícias, Feirinha de Natal e bar com comida/bebida
18.30h: Inauguração da iluminação de Natal

PARTICIPAÇÃO DAS ASSOCIAÇÕES LOCAIS
 ACARF, Associação de Pais EBI, Catequese Paroquial, Comissão de Festas Sta Marinha 2023, Forjães em Cena, Forjães Sport Clube, Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, Grupo de Escuteiros

Outras atividades: Campanha de apoio ao comércio local, Concurso de Presépios e Música ambiente

Boas Festas!!

FEIRA QUINZENAL DE S. ROQUE FORJÃES

Dezembro 2022: dias 3, 17 e 30

Aos sábados de manhã

Largo de S. Roque
 Forjães
 Acesso direto pela EN 103
 (estacionamento gratuito no local)

Aprecie a enorme variedade de produtos, a qualidade e frescura das ofertas, a simpatia e atenção dos feirantes. Uma feira centenária, num espaço agradável e de fácil acesso, seguro para compradores e vendedores. Instalações sanitárias disponíveis e um amplo Largo para retemperar energias! Faça compras em segurança.

Dr.^a Marina Aguiar
 Médica Dentista

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

www.dr-marina-aguiar.blogspot.com marinaguiar1@hotmail.com

- Implantologia (implantes – colocação de raízes artificiais)
- Cirurgia Oral
- Patologia (diagnóstico de enfermidades bocais)
- Dentisteria (restaurações – tratamento de cáries)
- Prótese fixa e removível
- Odontopediatria (atendimento de crianças e adolescentes)
- Endodontia (tratamento de canal – desvitalizações)
- Periodontologia (tratamento de doenças das gengivas)
- Ortodontia Fixa e Removível (correção de dentes de crianças e adultos)
- Branqueamento e Estética Dentária

Todos os serviços para a sua reabilitação oral

Local de exercício anterior: Fundação Lar de Santo António (antiga Maternidade)

JANTAR DE Natal
 FORJÃES SC

17 DE DEZEMBRO ÀS 20H00

Centro Cultural de Forjães

MUITA ANIMAÇÃO
 SORTEIO PRIMEIRO
 CABAZ DE NATAL FSC

Publicidade institucional

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.

BUPi BALCÃO ÚNICO DO PREDIO

PARCEIROS INSTITUCIONAIS:
 ITRN, AF, dgterritório, IAP, ICNF

FINANCIADO POR:
 C&MPETE 2020, PRR, Financiada pela União Europeia