

Colisão



Diagnóstico



Mecânica



Manutenção



Pneus

# O FORJANENSE

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás  
Janeiro 2022 • Ano XXXVII 2ª série • n.º 381  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0.80

*Mensário informativo e regionalista*

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

Rua da Corujeira, 98 | 4740-432 Forjães  
Tel. 253 876 000 | Tlm. 964 236 010  
[culizende@hotmail.com](mailto:culizende@hotmail.com)

## Nos 30 anos do desaparecimento de Maria Irene Faria do Valle

*A Prof. Maria Irene Faria do Valle deixou-nos há 30 anos, pois faleceu a 28/01/1992.*

*A ilustre forjanense exerceu a função docente nas "Escolas Rodrigues de Faria", em Forjães, assim como nas escolas de Grijó e Vilar do Paraíso, em Vila Nova de Gaia, nas da Sé e Fontinhas, no Porto.*

*Figura proeminente do "Dicionário de Mulheres Célebres" de Américo Lopes de Oliveira, pelo empenho que se devotou à educação, o seu nome fica indelevelmente ligado à história da educação portuguesa do século passado.*

*Escreveu dezenas de artigos que tinham como pano de fundo, entre outros assuntos, as crianças abandonadas, a mulher, os infelizes, os desprotegidos da sorte e os presos.*

*O seu nome não se ficou apenas pelos periódicos e revistas, pois a sua voz chegou à rádio, através dos microfones do Emissor Regional do Norte.*



### *Nesta edição*

#### Lar de Stº António

pág. 3

#### Junta de Freguesia

págs. 4-5

#### Comunidade Paroquial

pág. 6

#### ACARF

pág. 8

#### Nascente Escolar

págs. 9-10

#### Opinião

pág. 14

### *Eleições legislativas em novo espaço*

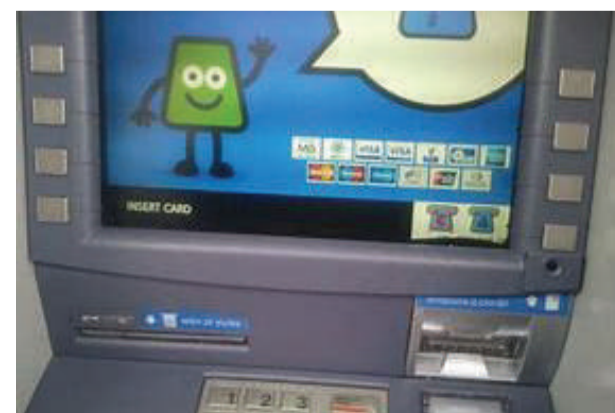
*As eleições legislativas, ocorridas a 30 de janeiro, decorreram, em Forjães, no espaço da Ludoteca.*

*A deslocação das mesas de voto para este espaço, assumidamente polivalente e multifuncional, permitiu maior fluidez dos eleitores, maior segurança em termos de circulação/afastamento físico, não apresentando quaisquer barreiras arquitetónicas para quem tenha limitações de locomoção, o que acontecia no anterior espaço.*



pág. 3

### *Junta de Freguesia assegura instalação de multibanco*



pág. 4

## Nós por cá: locais

# A Prof. Maria Irene Faria do Valle deixou-nos há 30 anos



A Prof. Maria Irene Faria do Valle deixou-nos há 30 anos, pois faleceu a 28/01/1992.

A ilustre forjanense exerceu a função docente nas “Escolas Rodrigues de Faria”, em Forjães, assim como nas escolas de Grifó e Vilar do Paraíso, em Vila Nova de Gaia, nas da Sé e Fontinhas, no Porto.

Na década de 40 do século passado, publicou três livros: *A Educação sob o Ponto de Vista Moral* (1947), *Rosa Maria* (novela, 1948) e *Minha Alma Vai Rezar* (poemas, 1949).

Igualmente, nas décadas de 40 e 50, colaborou em vários jornais de diversas

localidades de Portugal, nomeadamente, Porto (*O Comércio do Porto*), Barcelos (*O Barcelense*), Esposende (*O Cávado*), Coimbra (*O Despertar*), Montijo (*Gazeta do Sul*), Évora (*Democracia do Sul*) e Silves (*Voz do Sul*).

Também nas décadas de 70 e 80, colaborou nos jornais da sua terra natal: *O Forjanense* e *Voz de Forjães*.

Além dos jornais, prestou colaboração em revistas de Lisboa: *Os Nossos Filhos*, *Portugal D'Aquém e D'Além Mar*, *Vida e Saúde*, *Turismo e Flama*.

De entre todos os jornais, a principal colaboração recaiu n' *O Comércio do Porto*, na altura um jornal de referência e de renome nacional. Neste diário portuense, havia uma rubrica quinzenal, “Mulheres e Crianças”, onde, nas crónicas da ilustre colaboradora, as crianças, a mulher e os presos tinham lugar de destaque.

Perita em educação, escreveu, entre 1954 e 1956, 60 artigos sobre a “Arte de Educar”, artigos por nós recolhidos e publicados em Março de 2003, edição da ACARF, com o apoio dos sobrinhos José Armando e Irene Margarida.

Relativamente à mulher, publicou mais de 20 artigos (especificamente, sobre a “Mulher e o Casamento”, escreveu sete extensos artigos) merecedores de uma publicação (já agora, haverá alguma entidade ou associação que os queira editar?), bem como mais de 20 artigos sobre presos e prisões também merecedores de publicação. Estes artigos eram lidos pelos presos nas diversas prisões de Portugal e deles recebeu inúmeras missivas, de uma riqueza

za incalculável, as quais testemunham as qualidades filantrópicas, humanistas e cristãs de Maria Irene Faria do Valle.

Proferiu brilhantes alocações intituladas “Domínio Interior”, em “Nota do Dia”, aos microfones do Emissor Regional do Norte (Porto).

Por ocasião do centenário do seu nascimento em 2005, publicámos o livro *Ânsia*: umas dezenas de poemas recolhidos tanto de jornais como do espólio da poetisa, edição da Junta de Freguesia de Forjães e patrocinada pelos sobrinhos da poetisa através referenciados.

A 20/1/1961, na cidade do Porto e a convite da Liga Portuguesa de Profilaxia Social, proferiu uma notável conferência – “Como educar e adaptar à vida os pequeninos” – à qual assistiram altas individualidades da cidade invicta. E, nos dias seguintes, 20 jornais, nacionais e regionais, referiram-se à brilhante conferência com palavras elogiosas. Tal foi o impacto desta onde manifestou “profundos conhecimentos de educação e psicologia”, que, em 1963, a referida Liga Portuguesa de Profilaxia Social foi levada a publicar a conferência. Também no ano de 1963, o *Jornal do Congo* da antiga cidade de Carmona, hoje Uíge, Angola, iniciou a publicação integral da mesma.

A 19/8/2005, “Dia da Cidade e do Município” da cidade de Esposende, Maria Irene Faria do Valle, no centenário do seu nascimento, recebeu, a título póstumo, a “Medalha de Mérito Cultural”.

O seu nome figura no *Dicionário Mundial de Mulheres Notáveis*, 1967, de Américo Lopes de Oliveira e Mário Gonçalves Viana, edição Lello & Irmãos Editores, Porto.



Gil de Azevedo Abreu

Maria Irene Faria do Valle faz parte do *Dicionário de Educadores Portugueses* (Edições ASA, Outubro de 2003) – uma recolha, sob a direcção de António Nóvoa de 900 biografias de homens e mulheres (790 homens e apenas 110 mulheres) dos séculos XIX e XX que se dedicaram ao ensino e à educação em Portugal.

Castiça prosadora, poetisa excepcional, prestigiada pedagoga e educadora, insigne escritora e exemplar humanista, Maria Irene Faria do Valle tomou como lema da sua escrita a máxima cristã: “Ama o próximo como a ti mesmo”.

Sendo um marco das Letras e da cultura nacional, já que o seu nome está ligado à história da educação portuguesa do século passado, infelizmente continua esquecida tanto na terra natal como no concelho.

Exímia artista na arte de educar, na arte de poetar, na arte de escrever, na arte de amar, o nome da saudosa educadora forjanense, Maria Irene Faria do Valle, tem de se perpetuar ao menos na terra que a viu nascer e onde repousam os seus restos mortais. Tomara a muitas terras ter uma personalidade desta envergadura!!!

## Talhos Sr<sup>a</sup> da Graça, Lda



**carnes verdes  
fumadas  
salgadas  
carne de cavalo  
porco preto  
todo o tipo de caça (por  
encomenda)**

I Rua Pires, 201 / 4740-446 Forjães / Tel. 253 871 353; tlm. 919 038 529

II Av. Santa Marinha, C. C. Duas Rosas / 4740-438 Forjães / Tel. 253 872 726; tlm. 917 658 007

## Flor do Campo

Florista



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

Salomé Viana

## Palavras Cruzadas (soluções)

### Horizontais

1º trapa; soror = 2º r; zíngaro;  
u = 3º em; o; e; a; ge = 4º pau;  
one; sal = 5º ar; e; t; s; la = 6º  
martinica = 7º si; a; l; m; re = 8º  
eta; ter; sir = 9º ia; m; z; s; me  
= 10º t; capataz; b = 11º arara;  
ameno =

### Verticais

1º trepa; seita = 2º r; marmita;  
r = 3º az; u; a; a; ca = 4º pio;  
era; mar = 5º na; o; t; t; pa = 6º  
gentileza = 7º sa; e; n; r; ta = 8º  
ora; sim; sam = 9º ro; s; c; s; ze  
= 10º o; galarim; n = 11º ruela;  
erebo =

# Nós por cá: locais

## Legislativas 2022

As eleições legislativas de 30 de janeiro, em Forjães, culminaram com uma taxa de votação de 63,39%, num total de 1534 eleitores; a taxa de abstenção situou-se, assim, nos 36,61%, valor inferior à média nacional. Em termos locais, o partido vencedor foi o PSD, com 40,55% dos votos, seguido do PS, com 36,05%, e, como terceiro partido mais votado, o Chega, com 6,45% dos votos.

De todos os partidos concorrentes a este ato eleitoral, só o partido Aliança não obteve qualquer voto.

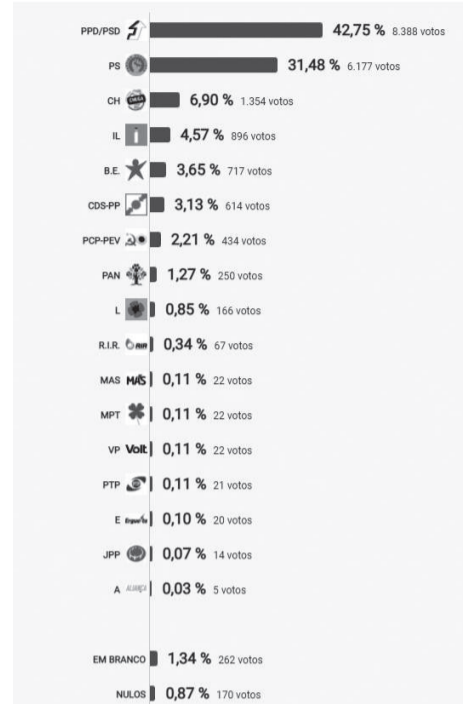
No concelho de Esposende, o PSD também foi o vencedor, com 42,75% dos votos, seguido do PS, com 31,48% e do Chega, na terceira posição com 6,90%.

O Chega foi a força política que ganhou mais eleitorado, de 0,70%, em 2019, passou uns expressivos 6,90%, sendo, assim, um dos grandes vencedores no concelho.

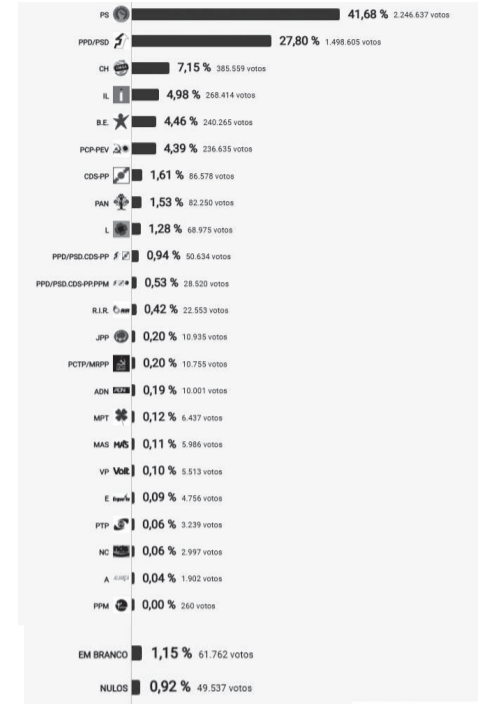
### Forjães



### Esposende



### Nacional



## Moradores da Rua do Côto do Sino em protesto

A construção de uma oficina de reparação de automóveis na Rua do Côto do Sino levou ao protesto e à contestação dos seus moradores. O seu descontentamento foi visível pela colocação de faixas de protesto nos muros contíguos ao terreno em causa. A construção fora de uma zona industrial e junto das habitações enfiou os vizinhos e os habitantes deste lugar. Depois de goradas todas as intenções dos mesmos nas ações de protesto junto das autoridades responsáveis pelo licenciamento da mesma e de todas as ações de con-



testação, não foi possível reverter o licenciamento da sua construção, pois todos os requisitos necessários e os diversos pareceres positivos dos



vários Ministérios envolvidos e necessários ao seu licenciamento foram respeitados.

## Alminhas da Madorra

De acordo com informação da zeladora das Alminhas da Madorra, Armanda Teixeira, foram arrecadados, durante o ano de 2021, 600 euros, valor entregue para serem celebradas missas pelas almas e por todos os que deixaram as suas esmoladas.



A zeladora agradece a todos os contributos.



## Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

### Em Janeiro...

Início de um novo ano, traçar metas e objetivos, mas sobretudo agradecer por ter chegado até ao momento.

A propósito de agradecimentos e todo o enorme significado que a palavra envolve, a Fundação Lar de Santo António, não deixou passar em branco o Dia Internacional do Obrigado, celebrado no dia 11 de janeiro. O objectivo deste dia é simplesmente agradecer a todas as pessoas que fazem parte da nossa vida que nos ajudam e/ou alegram, apenas por existirem.

Neste sentido, a utente da unidade de cuidados continuados Dr. Queiroz de Faria elaborou um texto:

"Faça da gratidão o hábito mais bonito do seu coração!" Sem gratidão não é possível ser bem sucedido.

Gratidão significa agradecer, dizer o nosso obrigado, neste dia somos convidados a agradecer.

Devemos expressar gratidão por tudo o que somos e temos, por aquilo que nos acontece de bom e pelos desafios com os quais nos deparamos.

Neste dia eu agradeço, em meu nome e em nome de todos os utentes da Fundação Lar de Santo António, a todos os profissionais de saúde, que prestam serviços nesta unidade de cuidados continuados.

A todos o nosso muito Obrigado! Sejamos sempre gratos!

A utente Sara Dias



## Nós por cá: locais



Junta de Freguesia de Forjães

### COVID:

#### Novas regras de isolamento e plataforma com orientações

A Junta de Freguesia de Forjães continua empenhada no esclarecimento e orientação da população, divulgando informação sobre as novas regras de isolamento para situações positivas para COVID 19 ou contactos de risco, bem como uma aplicação (site), gratuita e que não procede a qualquer recolha de dados, que permite despistar algumas situações e orientar comportamentos em caso de sintomatologia COVID ou contacto com alguém positivo. Não sendo uma aplicação médica, deve ser entendida como uma orientação, carecendo as situações graves de acompa-

nhamento médico, nos termos da DGS.

A Uphill, uma conceituada empresa portuguesa que faz algoritmos médicos, criou uma ferramenta interativa para ajudar a população a esclarecer "O que fazer?"

Sobre sintomas, contactos, testes, chamadas à linha SNS24, etc., tudo baseado nas mais recentes normas da DGS, em linguagem acessível a todos.

Para usar, aceder à aplicação através do link abaixo:

<https://covid19.uphill.pt/>

#### Junta de Freguesia assegura instalação de multibanco na zona central

A Junta de Freguesia assegurou já a instalação de uma nova caixa multibanco na zona central da vila, repondo-se, assim, um equipamento muito importante para a população.

Depois de ter fechado o dossiê com a instituição bancária e do parecer positivo da GNR em relação à sua localização, na sequência de visita ao local acontecida na 6ª feira, dia 21 de janeiro, falta apenas a formalização final da entidade central gestora dos equipamentos, para se avançar com as obras para a sua instalação, cujo projeto já foi aprovado pelas entidades competentes.

#### Espelhos

A Junta de Freguesia procedeu à colocação de um espelho de sinalização rodoviária, na ligação da Rua do Cortelho com a Rua do Fulão (Estrada da Madorra), permitindo, assim, uma entrada mais segura na via, esta que era uma reivindicação antiga dos utilizadores daquela artéria. Devido à curva, há muita dificuldade em ver as viaturas que se aproximem do lado de Fragoso, aumentando-se, desta forma, a segurança para peões e condutores. Outras intervenções deste tipo estão já sinalizadas pela Junta de Freguesia.

#### Feira de S. Roque

Procedemos à colocação do calendário da Feira existente nos quatro placards à entrada da Vila, para o primeiro semestre de 2022, procedendo ainda à divulgação de um vídeo promocional da feira.

### A ARTE DO JUNCO

#### Curso:

A Junta de Freguesia de Forjães associa-se à Câmara Municipal de Esposende e ao Instituto de Emprego e Formação Profissional, para promover o curso "Artesanato: a arte do junco".

Iniciando-se em março de 2022, este curso decorrerá no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, em horário pós-laboral, sendo mais um contributo para a preservação desta arte, tão característica de Forjães e ligada à sua história. Para 2022 esperam-se, também, desenvolvimentos

em relação ao Centro Interpretativo do Junco, estando em aferição, nesta fase, o local da sua instalação. Conforme enunciado na última Assembleia da Freguesia, a Junta de Freguesia pretende manter a Ludoteca como espaço de eventos, polivalente, pelo que a instalação, do Centro Interpretativo, nesse espaço, inviabilizaria a continuação das atividades que ali vêm sendo desenvolvidas e outras a realizar.

Para mais informações do curso: [sandra.a.martins@iefp.pt](mailto:sandra.a.martins@iefp.pt) ou Telf: 258248216

#### Trabalhos na ponte confirmam estabilidade da estrutura com 166 anos

Depois de termos apresentado o início dos trabalhos de conservação na Ponte Nova, em Forjães, na EN103, registamos a sua continuidade, em bom ritmo, terminando o condicionamento de trânsito gerado pela circulação alternada no dia 12 de janeiro.

Nesta ponte, inicialmente construída em 1856 e requalificada, na sua forma e largura atual em 1944, decorreram trabalhos de corte de sebes, arbustos e árvores na zona envolvente e limpeza geral da estrutura total da ponte, isto depois da pintura de proteção do gradeamento lateral.

A Junta de Freguesia, que acompanhou a intervenção, foi informada que a estrutura apresenta boas condições de estabilidade.



## CAFÉ NOVO

de Domingos T. Cruz

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



Rua 30 de Junho - 4740 Forjães  
253 87 21 46



**Deco-Int**  
Decorações Interiores

Cortinados | Estores Interiores e Exteriores | Tapeçarias  
Mobiliário | Luminário (Trabalhos Personalizados e por medida)  
Av. Marcelino Queirós, 130/140 - Forjães - Esposende  
Tel/fax: 253 877 814 | Tlm: 918 332 917 | [decoint-adiliaabreu@sapo.pt](mailto:decoint-adiliaabreu@sapo.pt)

## Nós por cá: locais



### Junta de Freguesia de Forjães

#### Requalificação de vias

A Junta de Freguesia de Forjães prossegue a intervenção nas vias de comunicação, destacando, o trabalho feito em alguns caminhos agrícolas e florestais, a par de arruamentos de ligação de vias estruturantes. Estes trabalhos de limpeza das vias, não pavimentadas, assentam, na generalidade, na correção de bermas e valetas, aplicando tout venant nas zonas mais irregulares, para permitir a circulação nestas vias, algumas próximas da zona central.

A Junta de Freguesia agradece a compreensão dos Forjanenses pelos transtornos ocorridos durante os trabalhos, agradecendo a sua colaboração, bem como à Câmara Municipal, pela cedência da máquina retroescavadora. Apela-se, também, à colaboração de todos os proprietários, para que procedam à limpeza dos espaços confinantes com a via pública, situação muito relevante no caso dos caminhos públicos, permitindo assim intervenções mais céleres, circulações mais seguras e a libertação de recursos para outras intervenções.

#### Rua de Linhares

Os trabalhos nesta via, numa extensão de quase 1 km em terra batida, até ao limite com a Rua de Cachada/Rua da Calça, marcaram a primeira intervenção da máquina retroescavadora da Câmara Municipal de Esposende em Forjães, serviços que, acreditamos, acontecerão com maior regularidade, dadas as necessidades apresentadas. Estas requalificações, prendem-se com a limpeza de valetas e tubagens existentes em toda a extensão do arruamento. Foi também regularizado todo o pavimento, para receber o material "tout venant" nos pontos necessários, aqui se incluindo também o melhoramento feito na Rua dos Esteireiros, na sua ligação, ainda em terra batida, à Rua de Linhares.

#### Caminho das Neves

A Junta de Freguesia interveio também no Caminho das Neves, em S. Roque.

Nesta via, de cariz rural/florestal, que parte do Souto de S. Roque, foi efetuada a limpeza do rego de água pluvial e melhoria do caminho, com regularização do pavimento e valetas.

#### Caminho da Naia

Nesta via, a Junta de Freguesia procedeu à regularização de parte do pavimento e remoção dos escombros ali depositados, do aprumo dos valados, que por falta de

limpeza condicionavam a circulação neste caminho.

#### Rua de Conces, Rua Padre Gomes dos Santos e Rua Joaquim Pinto Brochado

Aqui, também, os trabalhos passaram pela limpeza da via, não pavimentada, correção de bermas e valetas, aplicando tout venant nas zonas mais irregulares, para permitir a circulação nestas vias, próximas da zona central. Procedeu-se também à remoção de entulho/lixo ainda existente nesta confluência.

#### Rua das Barreiras

Foram efetuados trabalhos de desentupimento da rede de pluviais existente na Rua das Barreiras, arruamento que faz ligação com a EN103, na zona da Quinta de Curvos.

A conduta estava totalmente obstruída, pelo que foi necessária a intervenção dos serviços da Esposende Ambiente para limpeza da mesma.

A Freguesia de Forjães agradece a colaboração do Município de Esposende.

Procedeu-se também ao arranjo/rectificação do pavimento na Calçada de S. Roque, em dois locais distintos, junto a caixas ali existentes e que apresentavam irregularidades à sua volta.

#### Eleições Legislativas 2022

Fomos, uma vez mais, chamados a exercer o nosso direito de voto. As eleições legislativas antecipadas ocorreram no dia 30 de janeiro, sendo 21 as forças políticas concorrentes e quase mais 10 mil os eleitores face a 2019.

Mais de 10,8 milhões de eleitores residentes em território nacional e no estrangeiro foram chamados a votar e escolher o partido que consideram que deve formar o próximo Governo ou no que pensam que melhor os representa, elegendo os 230

lugares de deputados da Assembleia da República para a próxima legislatura. A legislatura atual, que terminaria apenas em 2023, foi interrompida depois do "chumbo" do Orçamento do Estado para 2022 ter gerado uma crise política que levou à dissolução do parlamento e à convocação de eleições antecipadas.

O número de eleitores é de 10.821.244, mais 9.808 do que nas anteriores legislativas, em 2019. Apesar do aumento geral de eleitores, quando comparado com 2019,

#### Intervenção na rede de abastecimento de água



Está em curso uma intervenção no ramal de abastecimento de água, no caso, na ligação entre a Rua da Santa e a Rua de Casaínhos.

Estes trabalhos, efetuados pela Esposende Ambiente, estão a ser acompanhados pela Junta de Freguesia de Forjães. Iniciados com a construção de uma estrutura de suporte, junto da "Ilha ecológica" existente no Largo da Santa, visam a implantação de um sistema de monitorização dos caudais dos dois ramais que passam no local, permitindo a rápida deteção, por exemplo, de fugas na rede, bem como a programação de intervenções, em caso de anomalias/consumos excecionais.

Estes dias decorreram os trabalhos de ligação dos equipamentos de monitorização aos ramais, prevendo-se, após um período de compactação e regularização do piso, a reposição do pavimento.

quase todos os círculos perderam eleitores, com a exceção da Europa, Fora de Europa, Setúbal, Faro e Açores. São, aliás, os aumentos de eleitores na Europa (mais cerca de 30 mil) e Fora da Europa (mais 25 mil) que compensam maioritariamente os decréscimos na maioria dos círculos eleitorais e permitiram o aumento de quase 10 mil pessoas com capacidade para votar nestas eleições. O voto é um direito e um dever cívico.

#### Iluminação

Temos vindo a comunicar junto da EDP a substituição das lâmpadas fundidas na iluminação pública, bem como, através da CME, da necessidade de mais pontos de luz que achamos prioritários em alguns locais.

#### Sinalética

Procedemos à colocação de sinal "estrada sem saída" na Travessa dos Esteireiros. Esta via era muitas vezes motivo de engano para automobilistas, que desconhecendo o local, eram confrontados com imensas dificuldades para inverter a marcha, chegando mesmo os moradores a prestar auxílio com a abertura dos seus portões para facilitar a manobra. Temos ainda outras vias sinalizadas e que vão merecer a mesma indicação em breve.

#### Contentores

Na Rua da Pedrinha, onde se encontra o Pavilhão da Junta de Freguesia, foi colocado, em meados de janeiro, um contentor para indiferenciados, servindo assim de apoio às habitações desta zona, já muito urbanizada, respondendo deste modo a um anseio dos moradores da zona. Foi ainda, por se encontrar em mau estado, substituído um dos contentores existente na Rua dos Ferradores.

#### Dia Mundial da Paz

A Junta de Freguesia de Forjães, no 1º dia do ano de 2022, assinalou através das redes sociais o Dia Mundial da Paz, renovando os desejos de Bom Ano para todos, com muita Prosperidade, Saúde e Paz.

O Dia Mundial da Paz, inicialmente chamado simplesmente de Dia da Paz, é comemorado em 1 de janeiro, tendo sido criado pelo Papa Paulo VI em 1967.

#### Recolha de sangue

A Junta de Freguesia de Forjães participou na campanha de recolha de sangue promovida pela Associação Humanitária dos Dadores de Sangue de Esposende, em colaboração com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação, realizada no dia 27 de janeiro.

A recolha decorreu no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, tendo a Junta de Freguesia disponibilizado as instalações para o efeito. Uma palavra de agradecimento pela generosidade de todas as pessoas, neste gesto de altruísmo que ajuda a salvar vidas!

# Nós por cá: comunidade paroquial

Pe. José Ferreira Ledo

## O tempo é coisa rara!

Sintomática. Se até há dois anos não corríamos, pelo menos com frequência, ao uso dos adjetivos sintomático e assintomático, a verdade é que hoje faz parte da ordem do dia. Qualquer conversa anda, invariavelmente, à volta do COVID-19: positivo, sintomático, isolamento, teletrabalho, numa genuína preocupação pela saúde e bem-estar dos nossos pares. Se estivéssemos munidos com uma ferramenta ao estilo do Google Trends, que permite acompanhar a evolução do número de pesquisas para determinada palavra, certamente que confirmaríamos que o tema das nossas conversas não é apenas Covid, mas Covid é sempre tema, especialmente neste mês de Janeiro em que os casos se têm multiplicado à velocidade da luz. Sintomática. Uma fatia da população padece de falta de tempo, é sintomática e não dá conta. O tempo não chega para as encomendas. Numa correria desenfreada, tudo parece ser feito como uma prova em contrarrelógio. E raramente escutamos a urgência em abrandar, para sentir, ler ou, simplesmente, estar, de forma serena e completa, com as nossas pessoas, com as nossas memórias e, sobretudo, estar sozinha a saborear o tempo que é nosso por direito e por obrigação. Estes

dias, depois de alguns testes rápidos de antigénio para a COVID-19, com resultados negativos, surge-me a confirmação por e-mail: positivo. Em simultâneo surge a confirmação, já ditada pelo gemido do corpo, sintomática. Uma espécie de salada russa onde cabem vários ingredientes: febre, exaustão, apatia, dores de cabeça, dores no corpo que parece ranger e na pele que geme ao ritmo de um fado gripal. O corpo, que traz a reboque outros cansaços, dita o repouso. As vias respiratórias e as cordas vocais não permitem grandes conversas. Estão reunidos os ingredientes necessários para um descanso forçado. O isolamento impõe-se. Pela linha da saúde pública chegam as recomendações: não pode sair de casa, não pode receber visitas, não pode ter contacto com outras pessoas. Entendida a mensagem, tanto mais que não é a primeira vez que um elemento da família testa positivo. E não é a primeira vez que a família e os amigos (que são família) nos salvam. Aliás, salvam-nos sempre! Sempre atentos e sintomáticos com as nossas necessidades, não deixam que nos falte nada durante o isolamento, nem pão fresco para saciar o apetite (que,

para mal dos nossos pecados, se manteve). A braços com um descanso imposto, as séries e filmes da Netflix que estavam em lista de espera, a aguardar por melhor tempo, tiveram o seu momento de glória. Foram dias em que o corpo ditou o que queria (e podia) fazer. E eu obedeci. E já o devia ter feito há mais tempo: parar e escutar o corpo. Parar e sentir-me dona, por momentos, do meu tempo. A verdade é que, tirando o mal-estar físico, não foi difícil ficar em casa. Devia-o ter feito há mais tempo e por mais tempo. Como narra Mário Quintana, “A vida é o dever que nós trazemos para fazer em casa. Quando se vê, já são seis horas! Quando se vê, já é sexta-feira! Quando se vê, já é Natal... Quando se vê, já terminou o ano... Quando se vê perdemos o amor da nossa vida. Quando se vê passaram 50 anos! Agora é tarde demais para ser reprovado... Se me fosse dado um dia, outra oportunidade, eu nem olhava o relógio. Seguiria sempre em frente e iria jogando pelo caminho a casca dourada e inútil das horas...”

“Diário do Minho”, Carla Rodrigues, Advogada

## O artesanato de junco da vila de Forjães

O Artesanato de Junco da Vila de Forjães, é um dos patrimónios culturais, a nível material e imaterial, mais estimados e queridos pela população local. Apesar de todos os riscos associados aos novos sistemas de produção industrial e à quase perda de mão-de-obra especializada, Forjães manteve sempre uma forte ligação ao artesanato de junco. Esta manutenção fez-se por duas ordens de razão: haver quem tivesse o conhecimento experimentado ao longo de gerações; e, mais recentemente, um novo valor atribuído ao artesanato, como elemento identitário, na sequência de uma nova relação com o património cultural associado às tradições rurais e artesanais, contextualizados agora na oferta patrimonial e turística.

No âmbito do “Programa de Ação para a Sustentabilidade, Crescimento e Competitividade do Turismo em Esposende 2018-2022”, Eixo 3 “Comunidade, Cultura e Criatividade”, e no que se refere ao “Junco de Forjães”, temos prevista a realização de três ações: a Formação; a Certificação; a Comunicação.

Relativamente à Formação, a Câmara Municipal de Esposende em parceria com Instituto do Emprego e Formação Profissional I.P. e com a colaboração da Junta de Freguesia de Forjães, estão a promover uma ação de formação intitulada de “Artesanato: Arte do Junco”, com início previsto para a 1.ª semana de março do ano em curso. Trata-se de uma formação modular de 100h num percurso com duas

UFCD's: 7853 (Ideias e oportunidades de negócio) - 50h e 0229 (Execução de Artesanato em Junco – iniciação) - 50h.” A ação decorrerá no Centro Cultural de Forjães, em horário pós-laboral, 3ªs e 5ªs feiras entre as 19h00 e as 22h00, com a possibilidade de se realizar em alguns sábados, entre as 09h00 as 13h00. A formação destina-se a Ativos Empregados com direito a subsídio de refeição 4,77€ (período mínimo de 3h formação/fora do horário laboral) e Desempregados (com direito a apoios sociais). Mais informações acerca da oferta formativa através de sandra.a.martins@iefp.pt, ou telefone 258248216. (José Manuel Ferreira de Lima e Costa - Serviço de Turismo)

## Membros das Confrarias das Almas e de Nossa Senhora do Rosário

Confraria das Almas de Santa Marinha de Forjães para o triénio 2022/2023/2024  
 Assembleia Geral: Presidente – José Manuel Neiva da Cruz.  
 Secretário – Carlos Oreste Neiva Pereira.  
 Administração: Presidente – Rui Manuel dos Santos Penteado  
 Tesoureiro – José Maria Torres Gomes  
 Secretário – Arlindo Ribeiro Tomás  
 Vogais: Paulo Jorge da Silva Moura e Paulo Jorge Barros Lima.  
 Conselho Fiscal: Presidente – José Albino Gonçalves de Sá  
 Vogais: Ernesto Sinaré da Costa e Vítor Manuel Couto Pereira da Silva.

Confraria de Nossa Senhora do Rosário para o triénio 2022/2023/2024  
 Assembleia Geral: Presidente – José Amândio Martins Dias  
 Secretário – Manuel Lima Ribeiro Torres.  
 Administração: Presidente – Maria Júlia da Costa Cruz Dias Abreu  
 Secretário – Maria Augusta Dias Moura  
 Tesoureiro – Manuel da Costa Cruz Dias  
 Vogais – Maria Fernanda Pereira da Silva e Maria Isabel Dias Moura.  
 Conselho Fiscal: Presidente – António Dolores Durães  
 Vogais – José Carlos Ribeiro Dias e Manuel António Cruz dos Santos.

## Juiz da Cruz para o ano 2022

Vai exercer este serviço, Joaquim Augusto Quesado da Silva. A Eduardo Barreira, família e colaboradores, agradecemos a disponibilidade dedicada em prol da Comunidade Forjanense.

Assim é a vida: só tem sentido quando contribui para a realização do bem comum. Muito Obrigado! Ao novo Juiz, deixámos o sincero desejo de um trabalho cheio de coragem e dinamismo.

A passagem de testemunho teve lugar, integrada na missa das 11h15, no pretérito dia 2 de Janeiro de 2022.

## Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

FEVEREIRO 2022:

02 | Festa da Apresentação do Senhor: Missa às 17h30, antecedida da Bênção das velas.

03 | Adoração às 16h30, seguida de missa às 17h30.

05 | Missa Vespertina às 17h30.

06 | V Domingo Comum: missas às 9h00 e 11h15.

11 | Dia Mundial do Doente – Honra de Nossa Senhora de Lurdes.

12 | Missa Vespertina às 17h30.

13 | VI Domingo Comum: missas às 9h00 e 11h15 | Celebração da Tomada de Posse do Senhor Arcebispo Primaz D. José Cordeiro, na Sé (Braga), às 16h00.

19 | Missa Vespertina às 17h30.

20 | VII Domingo Comum: missas às 9h00 e 11h15 (Missa com a Catequese, animada pelo 7º ano)

22 | Festa das Bem-aventuranças (7º ano): Missa às 18h00.

26 | Missa Vespertina – Festa das Bem-aventuranças (7º Ano), às 17h30.

27 | VIII Domingo Comum: missas às 9h00 e 11h15.

## Obras na igreja matriz (conservação e restauro dos altares)

• 20,00€ de Anónimo | 40,00€ de Maria do Sameiro Santos Silva e marido, Jorge.

Total de 16.229,00 euros.

Muito Obrigado!

## Direitos Paroquiais e Fundo Paroquial

Os Direitos Paroquiais, referentes ao ano de 2021, renderam 17.715,00€. Obrigado! Às famílias, conscientes deste dever para com a Comunidade e aos Grupos de sensibilização e recolha dos mesmos, o nosso Muito Obrigado!

## Movimentos religiosos

Óbitos:

28/12 – Sónia Filipa Laranjeira de Barros, com 34 anos de idade, residente na Rua da Pena Grande, Freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

06/01 - Fernando Alberto Correia Pimenta, com 52 anos de idade, residente na Rua da Ribeira, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

19/01 – Cândida da Costa Matos, com 87 anos de idade, residente na Rua da Aldeia, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

23/01 – Maria Alves Martins, com 93 anos de idade, residente na Rua da Infia, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

## Nós por cá: locais

### As «diretas» do Torres



### E tudo o vento levou

Quem não se lembra desse clássico do cinema? Dirigido pelo grande diretor cinematográfico, Victor Fleming. Rodado em 1939, tendo como atores principais, Clark Gable, Vivien Leig, Ólivia de Havilland entre outros famosos.

A história é baseada na grandeza dos senhores ricos daquela época, onde a escravidão, o poder, a ganância, a vaidade, a bazófia, etc., faziam parte do quotidiano daquela gente.

A menina mimada que possuía tudo, mas a quem, no fundo, faltava o principal, e, no fim, acaba tudo em nada. (Bela prestação de Vivien Leig no papel principal de Scarlett O'Hara).

Aquela história magnífica, com mulheres lindas, onde tudo parecia real, tem o fim trágico que todos conhecemos. Aqui também temos a nossa história: Forjães passou de freguesia para Vila e, a partir daí, tudo era glória, bazófia e outras tretas que não interessa. Tudo era deslumbrante e o progresso aumentava.

Duas agências bancárias, que muito nos ajudaram, e três caixas multibanco, etc.

Conclusão: já éramos os melhores. As vizinhas freguesias para nós, os for-

janenses, eram mais atrasadas, porque Forjães já era uma vila. Agora, aconteceu como no filme, o famoso rancho do O'Hara, teve o fim que já sabemos: a léria, a grandeza e a ganância, tudo desapareceu.

Em Forjães, aconteceu igual. Acabaram-se as lérias, as bazófias e tudo. Não temos nada. Um infeliz que precisa de pagar as suas continhas, tem que montar na bicicleta e ir até uma dessas freguesias vizinhas porque, afinal, hoje já estão mais avançadas do que nós, que já não temos mais nada.

Responsabilidades? Não sei e não me interessa. Porém acredito que talvez com um pouco de diálogo e força de vontade, as coisas não teriam chegado ao ponto que chegaram. Ficámos órfãos destas coisas que tanta falta nos vai fazer. Podia-se ter tentado evitar tudo isso, mas a verdade é bem real.

Acabou porque ninguém procurou fazer nada para ajudar a nossa vila a continuar a ser uma vila com que sempre sonhamos.

Acabou-se e sabem porquê?  
E tudo o vento levou!

Torres Jaques

### O passado

Tive um dia risonho na vida,  
Que esquecido a teu lado passei;  
Bem depressa mudou-se em tortura  
A ventura alegre que sonhei.

Foram horas de imenso prazer  
Que esquecer jamais posso um só dia;  
Ah! Perdoa, mas digo sem pejo  
Que hoje almejo por tanta alegria.

Despertou-se em meu peito o perfume  
Que resume em minha alma o viver;  
Meu destino mudei sem pensar,  
Por te amar hei de sempre sofrer.

Por Torres Jaques

### Estatuto editorial

- "O Forjanense" é uma publicação periódica de caráter local e regional, independente de qualquer poder político, económico, religioso e associativo.

- "O Forjanense" dedica-se à defesa dos interesses locais do concelho e da região, e à promoção de valores culturais, sociais e económicos das suas populações.

- Enquanto órgão de informação fundado pela ACARF, "O Forjanense" procurará ser o espelho das atividades por esta desenvolvidas, nas suas diversas valências.

- "O Forjanense" terá como objetivo e preocupação uma informação o mais rigorosa possível, isenta, apartidária, objetiva e pluralista, de modo a refletir a diversidade e riqueza do pensamento e da atuação dos diversos parceiros sociais.

- "O Forjanense" compromete-se a cumprir os princípios éticos e deontológicos inerentes à atividade jornalística, a respeitar a dignidade, os direitos e a boa-fé dos cidadãos, e a pugnar por uma sociedade mais justa, solidária e humanista.

- Em "O Forjanense", os artigos de opinião são de exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal. Este não assume o compromisso de publicar obrigatoriamente as cartas ou textos não solicitados, reservando-se no direito de publicar apenas o essencial.

Forjães, 25 de maio de 2017

O Diretor de "O Forjanense"  
Arlindo Pereira Sousa Tomás

#### 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

e-mail: acarf1@sapo.pt

Facebook: Jornal O Forjanense



Estatuto Editorial: [www.acarf.pt](http://www.acarf.pt)

Diretor interino: Arlindo Pereira Sousa Tomás

Colaboradores regulares: Armando Couto Pereira, ACARF, Fundação Lar de Santo António, Junta de Freguesia de Forjães, Pe. Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques, Fátima Alves, Olímpia Pinheiro, EBI Forjães, Marina Aguiar, Pe. José Ferreira Ledo, Elsa Teixeira, Educadoras da ACARF, Joana Coutinho, Rolando Pinto, João Paulo Ramos.

SECRETARIADO E PAGINAÇÃO: Eduarda Sampaio e Fátima Vieira.

FOTOGRAFIA: Luís Pedro Ribeiro

ASSINATURA ANUAL (11 números)

TIRAGEM - 850 Ex.

País: 9 Euros; Europa: 19 Euros; Resto do Mundo: 22 Euros

IBAN: PT50 0010 0000 3659 4400 0039 6

Nº ERC: 110650

IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

Rua de Santa Margarida, 4 A  
4710-036 Braga

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.

## Editorial

Neste mês de início de ano, suposto seria termos muitos planos e projetos para dar seguimento nos propósitos de ano novo, mas, inevitavelmente, o assunto continua a ser o mesmo, desde março de 2020. A pandemia do sarscov2 continua a marcar o dia-a-dia de Portugal e do mundo. Todos os dias temos números recorde de infetados; este mês, já houve mais infetados que em todo o ano passado, variantes atrás de variantes, a única réstia de esperança, que nos ainda vai valendo, são as vacinas e a sua alta taxa de penetração e aceitação pela população, o que vai atenuando os efeitos mais perversos como os internamentos e os óbitos. As mais otimistas previsões dos especialistas em saúde pública apontam como o meio do ano para a estabilização da pandemia, transformando-a em endemia, e talvez até o fim da mesma segundo alguns especialistas mais ousados. Aquilo que nos resta é ser responsáveis e tudo fazer para mitigar os seus efeitos.

Portugal foi novamente a eleições, depois da queda do Governo com a não aprovação do orçamento, e, no meio de uma pandemia sem controlo, os portugueses foram chamados a uma nova visita às urnas. O estado do país, depois de toda a incerteza que nos assiste, tornava urgente um Governo estável e com energia suficiente para pôr em prática as medidas necessárias ao desenvolvimento e crescimento do país. Mais uma vez, os portugueses disseram que querem estabilidade e sentido de responsabilidade por parte dos partidos que compõem a Assembleia da República. A forte penalização dos partidos que fizeram cair o anterior Governo contribuiu para uma maioria absoluta do Partido Socialista, que assim tem toda a legitimidade para governar nos próximos quatro anos, sem nenhum constrangimento por parte dos partidos da oposição.

A decisão da junta de freguesia em transferir as mesas eleitorais para o novo espaço da ludoteca mostrou ser uma excelente opção, um espaço amplo, com mais mobilidade para os mais idosos, com a completa eliminação de escadas e que mereceu por parte de todos uma apreciação muito positiva.

A recente comunicação da junta de freguesia de que o processo da instalação da nova caixa de multibanco está praticamente concluído e que vem, finalmente, colmatar uma falha grave resultante do fecho das duas instituições bancárias existentes.

Lamentamos não apresentar as habituais páginas sobre as jornadas do Forjães Sport Club porque até ao fecho do jornal não nos foi facultada qualquer informação. Arlindo Tomás

# (RE)UTILIZA-A COMO FORMA DE EXPRESSÃO





**NÃO DEIXES CAIR**

**A MÁSCARA**

MÁSCARA  
MÁSCARA  
MÁSCARA  
MÁSCARA  
MÁSCARA  
MÁSCARA  
MÁSCARA

**MAIS DO QUE NUNCA, PROTEGE AQUILO EM QUE ACREDITAS**

*Ao utilizarmos #MáscarasReutilizáveis protegemos a nossa saúde, e também o ambiente! E, como garantia que #Não-SeremosOsÚltimos é importante ter consciência de que as nossas decisões hoje irão influenciar o nosso futuro.*

# Boletim - Nascente Escolar

## Escola Básica de Forjães

janeiro 2022

### Editorial

A presente edição do boletim escolar *Nascente Escolar* procura dar a conhecer um conjunto diversificado de atividades e iniciativas que se desenvolveram em janeiro na EB de Forjães. Entre as estruturas que contribuem com o seu trabalho, para a realização de diversas atividades na Escola, estão os departamentos curriculares e a Biblioteca escolar, assim como entidades exteriores ao agrupamento, que deram o seu apoio na realização das mesmas.

### Janeiro



Em janeiro os dias iniciam-se frios e curtos, lentamente começam a ser maiores, isto é começam a ter mais horas de luz. Janeiro foi durante muitos séculos considerado um tempo de descanso e regeneração. Só no século VIII a.C. passou a ter um nome, Janus, dado pelos Romanos em homenagem ao deus romano da passagem do tempo.

Em janeiro observar as estrelas e as nuvens pode ser uma ideia interessante para melhor descobrir este mês no espaço da natureza.

Imagem: Copyright - O Ponto dentro do círculo

### Postais de Natal



No âmbito da disciplina de Inglês, no final do 1º período, os alunos do 2º ciclo da EB de Forjães, elaboraram postais de Natal, com mensagens de votos de boas festas redigidos na Língua Inglesa. Como forma de agradecimento, ofereceram os seus cartões aos docentes e não docentes da

escola, a instituições que colaboram com a escola e à Diretora do Agrupamento. Desta forma conseguiram reconhecer aspetos culturais de países de expressão inglesa, valorizar o uso da língua como instrumento de comunicação e relacionar os seus conhecimentos de forma a desenvolver a sua criatividade.

Professora Paula Ferreira



### Campeonato Código Europeu Contra o Cancro



A Escola Básica de Forjães encontra-se a participar em mais uma iniciativa da Liga Portuguesa Contra o Cancro, da qual é parceira – o Campeonato Código Europeu Contra o Cancro. Este Campeonato destina-se aos alunos do 2º e 3º ciclos e tem como objetivo primordial a divulgação do Código Europeu Contra o Cancro, de uma forma lúdica, entre alunos, professores e restante comunidade escolar. Durante o mês de janeiro, três turmas do 2º Ciclo (5ªA, 5ªB e 5ªC) e três turmas do 3º Ciclo (7ªA, 8ªA e 9ªA) irão conhecer as 12 formas de reduzir o risco do cancro, contempladas no Código Europeu Contra o Cancro, aprofundando conhecimentos acerca da importância de não fumar, de ter um peso saudável, de ser fisicamente ativo, de ter uma alimentação saudável, de não consumir bebidas alcoólicas, de evitar a exposição excessiva ao sol, de estar vacinado contra a hepatite B e o vírus do papiloma humano (HPV), de fazer rastreios, entre outros. No final do mês será realizado um campeonato em cada uma destas turmas, com recurso a um jogo Kahoot, no sentido de selecionar os três alunos que adquiriram mais conhecimentos acerca destas temáticas e que irão representar a turma num novo campeonato, agora entre as turmas da Escola (Campeonato inter-turmas).

No dia quatro de março, os alunos apurados em cada turma irão defrontar-se através de um novo jogo Kahoot, para selecionar os três alunos do 2º ciclo e os 3 alunos do 3º ciclo que representarão a nossa Escola na grande final da região Norte, a realizar no dia 5 de maio.

Desejamos que os participantes aprendam a cuidar mais e melhor da sua saúde e, como não podia deixar de ser, boa sorte para todos!

A Coordenadora da Educação para a Saúde, Diana Costa

### Concurso nacional de leitura



No dia 19 de janeiro, realizou-se a 1ª eliminatória do Concurso Nacional de Leitura, para todos os ciclos de ensino. As leituras realizadas este ano foram *As Naus de Verde Pinho*, *Missão Impossível* e *O Velho e o Mar*. Deixamos as nossas felicitações aos alunos participantes e desejamos que, os que vão participar na fase concelhia, tenham um bom desempenho.

Nesta 1ª eliminatória, na EBF foram apurados os seguintes alunos: 1º ciclo, Santiago Sá (4.º FK) e Vasco Nogueira (4.º FK); 2º ciclo, Soraia Lima de Lemos (6.º FA) e Tomás Azevedo (5.º FB) e 3º ciclo, Matilde Marques (7.º FA) e Matilde Gião (9.º FA).

Parabéns, a todos os que participaram! Um bom desempenho aos alunos que vão participar na fase concelhia!

## Conselho Eco-Escolas 2021/22

Pela 14ª vez, a Escola Básica de Forjães viu ser-lhe atribuída mais uma Bandeira Verde Eco-Escola, pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE), consolidando e reconhecendo o trabalho desenvolvido na escola na área da educação ambiental e do desenvolvimento sustentável. Para o Conselho Eco-Escolas, este prémio representa ao mesmo tempo uma responsabilidade e um desafio. Manter a qualidade, diversificar para melhorar e mudar consciências são os objetivos para mais um ano letivo. O programa impõe uma metodologia descrita em 7 passos que visam garantir a participação das crianças e jovens na tomada de decisões, envolvendo-os assim na construção de uma escola e comunidade mais sustentáveis. Um dos primeiros passos foi a formalização do novo Conselho Eco-Escolas, para este ano letivo, já eleito e apresentado em reunião, com todos os intervenientes presentes. Nesta reunião, analisaram-se os resultados das auditorias ambientais à escola, realizadas pelos alunos do 5º ao 9º ano. Perante esses resultados, também se iniciou a construção de um Plano de Ação mais ajustado à realidade da escola e da freguesia. Este conselho é composto pelos seguintes elementos:

*Prof. Anabela Freitas (Coordenadora)*  
*Prof. José Pinho (Representante da Direção)*  
*Prof. Rosa Felgueiras (Representante do 3º ciclo)*  
*Prof. Luís Gaivoto (Representante do 2º ciclo)*  
*Prof. Fernanda Vilaverde (Representante do Pré-Escolar e 1º ciclo)*  
*Mariana Ribeiro (Representante dos Encarregados de Educação)*  
*Engª Anabela Almeida (Representante da Autarquia/Esposende Ambiente)*  
*Vítor Quintão (Representante da Junta de Freguesia)*  
*António Carvalho (Representante do pessoal não docente)*  
*Afonso Moura (Representante da Associação de Estudantes)*  
*Carolina Marques (Representante dos alunos do 9º ano)*  
*Bárbara Castro (Representante dos alunos do 8º ano)*  
*Inês Novo (Representante dos alunos do 7º ano)*  
*Soraia Lemos (Representante dos alunos do 6º ano)*  
*Matilde Sousa; Tomás Azevedo; Inês Caseiro (Representantes dos alunos do 5º ano); Duarte Marques (Representante dos alunos do 4º ano)*

Prof.ª Anabela Freitas



### PENSAMENTO DO MÊS

*“Trabalhar com sustentabilidade é plantar um presente que garanta a subsistência das novas gerações num planeta que pede socorro e se aquece a cada dia. Pois melhor que plantar árvores, despoluir rios, proteger animais, é semear a consciência de que a garantia da vida é respeitar as fronteiras da natureza.”*

Nildo Lage

## O escritor do mês – Torga e Eugénio



A dezassete de janeiro desaparecia fisicamente Miguel Torga, um dos mais importantes escritores do século passado, frontal e verídico como essa consistência telúrica e granítica do reino que ele inventou para nós, porque foi o primeiro a vê-lo com a alegria de uma magia descoberta, o seu reino do maravilhoso.

Miguel Torga escolheu esse pseudónimo em homenagem a duas figuras da cultura universal, Cervantes e Unamuno. Torga, natural de Sabrosa, distrito de Vila Real, em homenagem à sua natureza transmontana, construiu uma obra vasta, variada que abarcou a poesia, o romance, o conto e as memórias.

Fundou várias revistas literárias e publicou, desde 1928, uma extensa obra, podendo-se destacar: *Os Bichos*, *Novos Contos da Montanha*, *A Criação do Mundo* e os *Diários*. Publicou, ainda, uma importante obra em Poesia. Recebeu diferentes prémios entre 1969 e 1981 (*Diário de Notícias*, *Poesia de Bruxelas*, *Prémio Montaigne*). A sua escrita apresenta o encanto silvestre e a originalidade humana desse reino único, muito especial, a que ele deu o nome de maravilhoso.

Miguel Torga é um exemplo da importância de um território e de uma memória como suportes de uma cidadania formalizada nos valores culturais de uma comunidade. As palavras dele são ainda hoje um combate pela liberdade, naquilo que ela tem de grandeza moral, de consistência civilizacional.

Eugénio de Andrade é um pseudónimo de José Fontinhas e com ele nasceu uma das mais importantes obras poéticas do século passado. Uma obra feita de palavras concisas, contempladas de emoção, nessa frugalidade que lhe inspirou a vida e que ele desenhou nas palavras essenciais, como água, sol, luz, claridade, amizade.

Da sua obra poética podemos destacar, *As mãos e os frutos* de 1948, *As palavras interditas* de 1958, *Véspera da água*, de 1973, *Limiar dos pássaros* de 1976, *Matéria solar* de 1980, ou *Rente ao Dizer*, de 1992, entre outras obras de grande significado poético. Na prosa podemos destacar, *Os afluentes do silêncio* de 1968, *Rosto Precário* de 1979 ou *À Sombra da memória* de 1993. Publicou para o público mais jovem, *História da Égua Branca*, de 1977 e *Aquela nuvem e as outras*, de 1986.

A sua obra recebeu diferentes prémios, como sejam, *O Prémio D. Dinis*, da Casa de Mateus, *O Grande Prémio de Poesia da Associação Portuguesa de Escritores*, de 1989, ou *O Prémio Camões* em 2001.

A sua obra ficou muito ligada ao imaginário da sua infância, mas também aos elementos com que conviveu na cidade do Porto. Em dias de silêncio, de passeio pela cidade das camélias, os seus passos encontravam as palavras com que chamava a cidade, como um refúgio de pássaros. Eugénio de Andrade buscava as palavras com aquela ideia telúrica e desassossegada de construir um olhar na cidade. E ele continua muito próximo de uma ternura emotiva pelas coisas.

## ACARF

## Creche

Olá!

Estamos muito felizes por partilhar convosco algumas das nossas aventuras vividas na creche durante o mês de janeiro.

Os nossos dias são passados a brincar e a explorar o mundo! Somos pequeninos, mas a curiosidade move-nos e queremos descobrir sempre mais. Durante este mês abordamos o tema do Inverno, através de muitas atividades sensoriais, registos, jogos e músicas.

O grupo dos tagarelas este mês fez a iniciação ao meio aquático, nas Piscinas Municipais de Esposende. O principal objetivo destas sessões é despertar a motivação e interesse da criança pelo meio aquático, de modo a desenvolver os domínios de equilíbrio, respiração, imersão e salto, através da realização de exercícios lúdicos. Está a ser uma experiência fantásticas!

Voltamos no próximo mês para partilhar novas aventuras!

Até lá continuaremos a brincar muito!



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

## Boccia

Os idosos do Centro de Dia e Centro de Convívio da ACARF, assim como as colaboradoras e toda a direção técnica, veem por este meio agradecer à Câmara municipal de Esposende e à Esposende 2000, através do professor Luís Lourenço, que nos proporcionaram a oportunidade de ter um novo kit de boccia, para podermos jogar e passar bons momentos!



## Até sempre D. Cândida

Carinhosa  
Amiga  
Nobre  
Divertida  
Inteligente  
Doce  
Amável



Dos seus companheiros do Centro de Dia/Convívio, até sempre D. Cândida.

# Desporto ■ Acompanhando o Forjães Sport Club



## A tradição mantém-se: a direção do FSC volta a cantar as JANEIRAS

Este ano, com um vasto grupo de cantadores e tocadores, a direção do FSC decidiu, mais uma vez, cumprir uma bonita tradição: a de cantar as janeiras pelas casas dos forjanenses. São poucas as palavras para agradecermos aos tocadores que se quiseram associar ao nosso grupo; a estes homens da concertina, da guitarra, do cavaquinho que têm percorrido as ruas da nossa vila, desde já o nosso enorme obrigado, não esquecendo, obviamente, os homens do bombo, dos ferrinhos, das maracas, da pandeireta e as cantadeiras/cantadores que entoam, com as suas belas vozes, as bonitas quadras das janeiras pelas ruas de Forjães.



Com esta iniciativa, além de angariação de fundos para ajudar o nosso e vosso FSC, pretendemos, também, que esta tradição continue a espalhar alegria,

boa disposição, merecendo destaque a excelente receptividade que temos sentido nos locais por onde a nossa comitiva já passou, onde sentimos o vosso entusiasmo e carinho. O nosso agradecimento também pelas calorosas palavras, que nos dão alento para continuarmos a nossa caminhada, nestes dias e noites frias deste janeiro soalheiro.

## Palestra com o árbitro forjanense João Bernardino

"Decorreu, no passado dia 18 de janeiro, uma palestra / formação ministrada ao escalão de sub-15 - Iniciados - pelo árbitro forjanense João Bernardino Teixeira, árbitro com as insígnias da FPF, dedicada ao tema "Leis de Jogo".

Este foi o terceiro evento do plano de formação complementar que o Departamento de Camadas Jovens do Forjães Sport Clube está a implementar, durante a época 2021-2022, e que concretiza a visão de que estes conteúdos são uma mais-valia para os atletas e para a sociedade.

Até ao final da época, serão ainda ministradas pelo menos duas mais palestras, uma para jogadores e outra para os pais e encarregados de educação."



## Sorteio - Cabazes de Natal e dos Reis

Este ano, aproveitando a época natalícia, a direção do Forjães SC levou a cabo 3 sorteios de cabaz de Natal, com o objetivo de angariar verbas para fazer face a esta exigente época desportiva. Por conseguinte, vimos, por este meio, agradecer, mais uma vez, a todos os sócios, amigos, simpatizantes e colaboradores que nos ajudaram nesta época festiva, possibilitando, ano após ano, que esta nossa instituição se mantenha em plena atividade. Aqui ficam os números (últimos 3 algarismos do 1.º prémio da respetiva lotaria nacional) dos felizes contemplados:

- sorteio da lotaria popular – extração 50.ª, de 15/12/2021: 898; Sorteado: João Amorim
- sorteio da lotaria popular de Natal – extração 51.ª, de 23/12/2021; 976; Sorteado: Fernando Pereira
- sorteio da lotaria popular dos Reis – extração 1.ª, de 06/01/2022; 548; Sorteado: Bruno Correia

## FSC associa-se à campanha da Loja Social do concelho de Esposende "Junte-se a esta causa"

A direção do FSC, este ano, aliou-se à campanha promovida pela Loja Social do concelho de Esposende, "Junte-se a esta causa", conseguindo, desta forma, proporcionar a muitas crianças e famílias do nosso concelho um Natal com um brilhozinho diferente.

A campanha consistia na doação de bens essenciais, novos ou usados, de todo o género, como roupas, calçado, brinquedos, e ainda bens alimentares não perecíveis. Assim, com a generosidade das famílias dos nossos atletas e elementos da direção, foram-se enchendo os caixotes de solidariedade destinados para o efeito; no fundo, foram-se enchendo de Amor, porque, na realidade e nesta época natalícia, é disso que se trata!

O nosso muito obrigado a todos, pela vossa colaboração e contribuição. Certamente, cada um de vós encheu o coração de alegria de muitas crianças, tornando-os, também, mais felizes com o vosso gesto.

Esta campanha decorreu até ao passado dia 06 de janeiro.



**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

**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

## Opinião

## Empatia precisa-se!



Elsa Teixeira

Uma das definições de empatia está relacionada com a psicologia e é definida “como o processo de identificação em que o indivíduo se coloca no lugar de outro e, com base nas suas próprias suposições ou impressões, tenta compreender o comportamento do outro.”

A empatia não será tentar sentir o que o outro sente, até porque cada um de nós tem vivências e experiências diferentes, por isso, perante uma mesma situação, cada um de nós desenvolve sentimentos diferentes e de diferentes intensidades. O que a uns provoca medo, a outros poderá provocar adrenalina...

Então, como poderei ser mais empática? Tentando compreender o outro, os seus sentimentos e ações perante uma situação, fazer um esforço para o compreender ou invés de o julgar. Nem sempre haverá só um certo e um errado.

Não sei se a empatia se desenvolve ou se treina! Não me parece que tenhamos todos a mesma capacidade ou habilidade de ter empatia pelo outro. A empatia parece um exercício de

criatividade e imaginação, como se fosse uma pintura - que não é a nossa, com uns pincéis que não nos pertencem e tinta de cores que nunca vimos - numa tela em que vamos pintando o retrato daquilo que o outro sente.

Eu acho que já fui mais empática e que a minha empatia se altera conforme o tempo disponível - que tenho para o seu exercício - tempo para ouvir e tentar compreender o outro.

Esta pandemia terá um impacto em todos nós e é dela que me surge esta reflexão, regras que surgem, se adaptam e se alteram, em que nos colocamos ou de um lado ou do outro e uns contra os outros.

Por vezes, parece que vivemos como se fôssemos fruto de uma verdade exata e como se fôssemos os seres vivos mais simples do universo.

Este tema transporta-me para uma daquelas composições de criança em que nos davam um título, a partir do qual escrevíamos um texto “Se eu fosse...” e este título fazia-nos imaginar como seríamos, como viveríamos e o que sentiríamos se fôssemos um elefante, uma trapezista ou um guarda-chuva. Ter empatia por alguém pode ser como escrever um desses textos, com o objetivo final apenas de compreender o outro.

É possível compreender o outro, embora esse outro seja diferente, pense e aja diferente de nós.

Compreender o outro ajuda-nos a aceitar a diferença.

## Coro Sénior de Esposende recomeça ensaios em março

Vai retomar-se a atividade do Coro Sénior de Esposende, um projeto da Câmara Municipal de Esposende desenvolvido em parceria com a Orquestra da Costa Atlântica, associação de música e cultura. Sob a direção musical do maestro Luís Miguel Clemente, o Coro Sénior de Esposende desenvolve uma atividade musical estimulante, desafiando todas as pessoas a participar, a envolver-se e a trabalhar em torno de um repertório vocal diversificado, com abrangência de várias épocas e estilos, interpretando obras a capella, com acompanhamento instrumental e solistas.

É, assim, lançado o desafio às pessoas adultas da comunidade, com ou sem experiência musical, que gostem de cantar e pretendam integrar uma atividade coralista. As inscrições estão abertas até ao dia 31 de março, devendo os interessados formalizar a candidatura através do e-mail: [accaosocial@cm-esposende.pt](mailto:accaosocial@cm-esposende.pt); do telemóvel: 937 630 860; ou, presencialmente, nas instalações da Divisão de

Coesão e Desenvolvimento Social, na Rua Narciso Ferreira, nº 108, rés-do-chão, em Esposende.

Os ensaios do Coro Sénior de Esposende terão início no dia 9 de março de 2022, com periodicidade semanal, às quartas-feiras, entre as 14h30m e as 16h, no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, em Esposende.

A iniciativa do Coro Sénior de Esposende está enquadrada no Projeto Cultura para Todos em Esposende, o qual pretende promover a democratização do acesso a bens culturais e a criação de oportunidades de participação ativa em ações de capacitação. A Cultura para Todos em Esposende integra um vasto conjunto de ações, dirigidas a diferentes públicos e com objetivos específicos que assen-



tam em várias dinâmicas.

O Coro Sénior de Esposende é orientado para a população adulta, através do qual se pretende proporcionar atividades de índole cultural e social, entre outras, no sentido de proporcionar uma melhor integração na comunidade, com mais participação, maior felicidade, como um ato de liberdade e de cidadania. O desenvolvimento deste projecto encontra-se com os Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

Fonte: CME

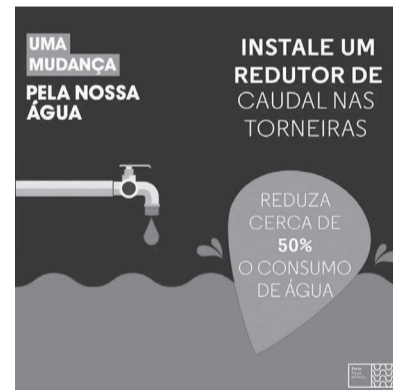
## Estamos em seca

O Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA) já deixou o alerta: até Fevereiro é “muito provável” que a situação de seca se agrave em Portugal. E a verdade é que no primeiro dia do mês todo o país se encontra em seca e não há sinais de mudança.

Para fevereiro não há expectativa de que chova o suficiente para inverter a situação de seca meteorológica, mas março ou abril

poderão trazer alguma mudança, embora não seja possível de prever a esta distância.

Uma das formas de poupar água são os redutores de caudal, os melhores aliados na nossa missão de poupar água. Uma redução de cerca de 50% no consumo de água, significa também uma redução significativa na fatura da água e da sustentabilidade todos os meses.



**PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIRAS E PESADOS - ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES**

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

**Flor em Movimento**

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

**969 584 228**

Av. Margarida Queirós, 206  
4740-438 Forjães | Tel. 258 841 466  
[floremmovimento@hotmail.com](mailto:floremmovimento@hotmail.com)

**rioneiva**  
Escola de condução

...A conjugação perfeita  
para a formação de  
bons condutores!

**Escola de Condução  
Rio Neiva, Lda**

Trav. Horácio Queirós, 154 Lj. G  
4740-444 Forjães  
Tel. 253 877 770  
E-mail. [geral@ec-rioneiva.pt](mailto:geral@ec-rioneiva.pt)

Viver ■ Passatempos ■ Opinião

# Ementas da casa

Olímpia Pinheiro e Fátima Alves

## Sopa de feijão com bacon

300 g de feijão encarnado demolido; 2 l de água; 2 cebolas; 1 dl de azeite; 4 dentes de alho; 150 g de bacon; 2 batatas; Sal; 1 raminho de coentros; 1 c. (sopa) de vinagre

Leve o feijão a cozer na panela de pressão com a água, uma cebola inteira e metade do azeite, por 30 minutos. Depois de cozido, escorra-o, reservando a água da cozedura. Refogue a restante cebola e os alhos picados no azeite que sobrou e junte o bacon cortado às fatias. Adicione as batatas aos cubos e deixe refogar um pouco. Junte o feijão cozido e a água da cozedura que reservou inicialmente e tempere com sal. Deixe cozinhar, durante 20 minutos. Retire o bacon, triture a sopa, juntamente com os coentros picados, e adicione, de novo, as fatias de bacon. Envolve o vinagre e retifique os temperos.

## Espetadas de peru

800 g de peito de peru; sal e pimenta; 1 c. (chá) de colorau; 2 dentes de alho; ½ limão (sumo); 1 pimento verde; 1 pimento encarnado; 1 dl de azeite; 2 cenouras; 1 ramo de salsa

Corte a carne às tiras finas e compridas e tempere com sal, pimenta, o colorau, os dentes de alho picados e o sumo de limão. Deixe tomar gosto, por 1 hora. Entretanto, limpe os pimentos de sementes e filamentos brancos e corte-os aos cubos pequenos. Espete as tiras de peru de forma ondulada em paus de madeira, alternando com os pimentos. No final, pincele cada espetada com parte do azeite e grelhe-as na brasa ou na chapa. Sirva-as regadas com o restante azeite e decoradas com as cenouras raladas e as folhas de salsa.

## Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

### Horizontais

1º cova, preparada para apanhar feras; tratamento que se dá às freiras = 2º um dos nomes que dá aos ciganos = 3º preposição; nome da letra "G" = 4º cidade francesa entre Tarbes e Bayonne; "um" em inglês; rei dos temperos = 5º atmosfera; nota musical = 6º uma das ilhas do arquipélago antilhês = 7º "sim" em italiano; arguida = 8º organização terrorista basca; possuir; título honorário inglês = 9º caminhava; relativo a mim = 10º encarregado de serviço = 11º ave trepadora, espécie de papagaio; aprazível =

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

### Verticais

1º sova; sistema religioso = 2º panela de lata com tampa = 3º gume; aqui = 4º piedoso; época; oceano = 5º designativo de privação ou negação; instrumento agrícola = 6º qualidade nobre = 7º sociedade anónima; está = 8º reza; sinal afirmativo; tio da América = 9º Rita Oliveira; pacóvio = 10º cúmulo = 11º viela; a parte mais escura do inferno =

soluções pág. 2

## Saúde em destaque

### Halitose parte I

#### O que é a halitose?

A halitose (mau hálito) é um termo que descreve, um hálito desagradável com origem em alterações variadas da cavidade oral ou outras localizações.

#### Qual a principal origem da halitose?

Na maioria dos casos, a halitose tem a sua origem na cavidade oral. No entanto, pode também representar o primeiro sinal de uma doença sistémica.

#### Quais as causas principais que originam a halitose?

As causas são diversas. Podemos dividi-las em três grupos principais:

- 1) Causa orais
- 2) Causa exógenas ou externas
- 3) Causas relacionadas com outras áreas

#### Quais as causas orais?

As causas orais podem estar relacionadas com vários aspectos, tais como por exemplo:

- a) Má higiene oral
- b) Presença de cáries
- c) Doenças das gengivas (gingivite e periodontite)
- d) Ulcerações orais
- e) Infecções orais (bacterianas, víricas ou fúngicas)
- f) Próteses dentárias associadas a má

higiene oral

g) Hiposialia (diminuição do fluxo salivar) e xerostomia

h) Cancro oral

No entanto, existe actualmente a evidência científica que associa a acção de alguns tipos de bactérias presentes na cavidade oral (sobretudo Gram-anaeróbias) sobre substratos proteicos contendo enxofre. Ou seja, a degradação desses compostos proteicos provoca a libertação de compostos sulfurados voláteis que vão dar a noção de hálito desagradável.

#### Na cavidade oral, onde estão localizadas essas bactérias?

As bactérias encontram-se em toda a cavidade oral, no entanto a língua parece formar um ecossistema ideal pela sua grande área de superfície e a sua estrutura papilar. Juntamente com a placa bacteriana e os depósitos linguais compostos pela acumulação de células epiteliais descamativas, de resíduos alimentares e de secreções como a saliva e o corrimento nasal posterior, temos assim um substrato proteico ideal para ser metabolizado pelas bactérias, conduzindo à formação dos compostos sulfurados voláteis.

#### Quais as causas externas?



Marina Aguiar\*

As principais causas exógenas estão ligadas à ingestão de certos alimentos no nosso dia a dia (ex: alho, cebola), que têm um efeito não só directo mas também retardado (via sistémica) sobre o hálito. O tabaco, o consumo de álcool e de medicação que desencadeie diminuição do fluxo salivar agrava o mau hálito. De facto, qualquer factor que conduza a uma diminuição do fluxo salivar agrava o mau hálito.

#### O que é o hálito matinal?

De manhã, ao acordar, é natural que sintamos por vezes um hálito mais intenso que até nos pode levar a sentir a necessidade de lavar os dentes. Este hálito matinal é fruto não só da diminuição da quantidade de saliva produzida durante a noite, mas também da abstinência durante várias horas na ingestão de líquidos e alimentos.

continua na próxima edição  
\*Médica Dentista

## Município de Esposende integra projeto de promoção da Estrada Nacional 103



Ao longo dos seus 274 quilómetros que rasgam o Minho e Trás-os-Montes, ligando Viana do Castelo a Bragança, a Estrada Nacional 103 é um atrativo turístico que reúne nas suas margens toda a cultura do Norte. Os doze municípios servidos por esta via uniram-se agora para, juntamente com a entidade de Turismo do Porto e Norte, implementaram uma estratégia comum tendo em vista a valorização e a promoção turística da Estrada Nacional 103.

A Sala de Atos (Teatro Municipal de Bragança) acolheu a primeira reunião, em que participaram representantes dos municípios de Barcelos, Boticas, Braga, Bragança, Chaves, Esposende, Montalegre, Póvoa de Lanhoso, Valpaços, Viana do Castelo, Vieira do Minho e Vinhais, doze municípios, uma Região de Turismo, duas áreas protegidas e cinco Comunidades Intermunicipais com um “património” comum: a Estrada Nacional 103.

A N103 liga o litoral minhoto, a partir da localidade de Neiva (Viana do Castelo),

a Bragança e abrange, entre outros, territórios únicos como o Parque Nacional da Peneda-Gerês, o Parque Natural de Montesinho, Reservas da Biosfera Transfronteiriças e a Barragem dos Pisões, agregando uma riqueza ímpar ao nível da gastronomia, raças autóctones e produtos endógenos, património histórico, religioso e arqueológico ou da cultura.

O grupo de trabalho promete ter este novo produto turístico disponível antes do próximo verão e Esposende pretende usar esta promoção “para divulgar a gastronomia, os vinhos verdes e o artesanato do concelho, prosseguindo o Programa de Ação para a Sustentabilidade, Crescimento e Competitividade do Turismo em Esposende, projetado para o período temporal 2018-2022”, sustenta o presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira.

“A região quer colocar no mapa internacional das ‘Road Trips’ um conjunto de estradas, consideradas das mais belas do mundo. Finalmente foi dado um passo muito importante para a estruturação e futura promoção da N103”, refere Luís Pedro Martins, presidente da entidade de Turismo do Porto e Norte.

Fonte: CME

## Entrega de cabazes e prémios do concurso de presépios

Decorreu ao final da tarde do dia 15 de janeiro, no auditório do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, a cerimónia de entrega dos cabazes de Natal relativos à campanha de apoio ao comércio tradicional local e dos vales e diplomas de participação no concurso de presépios.

Cabazes de Natal 2021

Números sorteados:

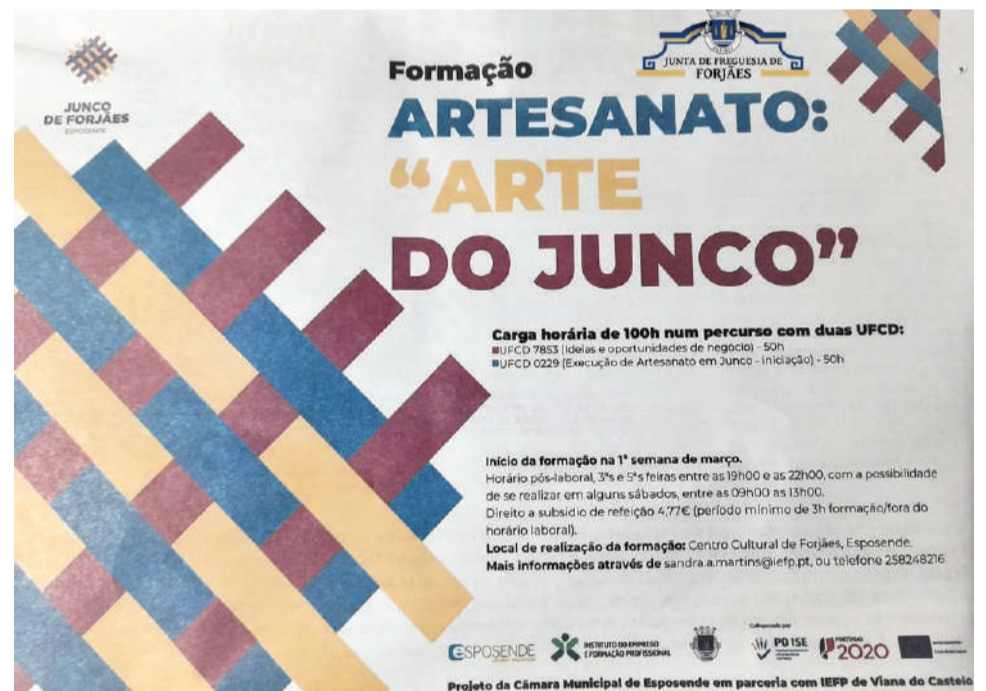
- 1434, atribuído no estabelecimento Zé dos Leitões
- 292, atribuído no estabelecimento Minimercado S. Roque
- 1377, atribuído no estabelecimento Canto do Gaio

Começando por agradecer a todos os que fizeram compras no comércio local, o Presidente da Junta de Freguesia, Vitor Quintão, explicou o procedimento deste ano, distinto dos anos anteriores, desta-

cando o sorteio, em direto, transmitido no Facebook da Junta. Em seguida, procedeu à entrega dos três cabazes, compostos por produtos comprados nas casas de comércio tradicional locais.

Houve ainda lugar à atribuição de um Diploma de participação aos Forjanenses que se envolveram na iniciativa dos presépios, tendo o autarca explicado a forma como decorreu a votação e resultados finais obtidos, com necessidade de aplicação de fatores de desempate nos três primeiros. Os três primeiros classificados receberam vales de compras para utilizarem no comércio local.

A Junta de Freguesia agradece a todos os que se envolveram nestas iniciativas, que continuarão no Natal de 2022, ainda que em moldes distintos, mas sempre com o intuito de manter viva a tradição e fomentar as compras no comércio local.



**Formação**  
**ARTESANATO:**  
**“ARTE DO JUNCO”**

**Carga horária de 100h num percurso com duas UFCD:**  
 ■ UFCD 7853 (Ideias e oportunidades de negócio) - 50h  
 ■ UFCD 0229 (Execução de Artesanato em Junco - Iniciação) - 50h

**Início da formação na 1ª semana de março.**  
 Horário pós-laboral, 3ª e 5ª feiras entre as 19h00 e as 22h00, com a possibilidade de se realizar em alguns sábados, entre as 09h00 e as 13h00.  
 Direito a subsídio de refeição 4,77€ (período mínimo de 3h formação/fora do horário laboral).

**Local de realização da formação:** Centro Cultural de Forjães, Esposende.  
**Mais informações através de** sandra.a.martins@iefp.pt, ou telefone 258248216

ESPOSENDE INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL JUNTA DE FREGUESIA DE FORJÃES PD ISE 2020  
 Projeto da Câmara Municipal de Esposende em parceria com IIEPP de Viana do Castelo



**FEIRA QUINZENAL DE S. ROQUE FORJÃES**

**JUNTA DE FREGUESIA DE FORJÃES**

**Aos sábados de manhã**

- Janeiro 2022: dias 15 e 29
- Fevereiro 2022: dias 12 e 26
- Março 2022: dias 12 e 26
- Abril 2022: dias 9, 23

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)