

O FORJANENSE

Diretora: Tânia Catarina Balinha Silva
Outubro 2024 • Ano XXXIX 2ª série • n.º 411
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issuu e no **facebook**

60º Aniversário da Fundação Lar de Santo António



© Basília Lima

pág. 9

Caminhada de Halloween do FSC



pág. 16



- | | |
|---|--|
|  Colisão |  Manutenção |
|  Diagnóstico |  Pneus |
|  Mecânica | |

Rua da Corujeira, 98 / 4740-432 Forjães

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

Comissão de Festas da Romaria Santa Marinha 2025

A Comissão de Festas da Romaria de Santa Marinha 2025 tem trabalhado arduamente para a celebração da Romaria de Santa Marinha do próximo ano. Entre os eventos recentes destacam-se os Peditórios de Santa Marinha, realizado no dia 5 de outubro, e de Santo António, que ocorreu a 19 de outubro, acompanhados das respetivas arrematações nos dias 6 e 20 de outubro.

Os peditórios, uma prática já enraizada na tradição local, foram marcados por um forte envolvimento da população. Durante estas datas, os membros da comissão percorreram as ruas da freguesia de Forjães, recolhendo donativos e bens oferecidos

pela comunidade, que mais tarde foram leiloados nas arrematações que tiveram lugar no Multiusos do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria. Estas arrematações, realizadas no dia seguinte a cada peditório, revelaram-se um sucesso, com uma significativa participação dos forjanenses, que não só contribuíram financeiramente, como também animaram os eventos com o seu espírito solidário e de partilha.

Além das preparações para as festividades religiosas, a Comissão de Festas também contribui para a celebração do 60º aniversário da Fundação Lar de Santo António, uma instituição de referência no

apoio aos utentes e aos idosos da freguesia, assumindo a responsabilidade na confecção do jantar, desde as entradas até à ampla seleção de sobremesas.

Através das suas redes sociais, os comissários expressaram o seu agradecimento a todos os que contribuíram para os peditórios e nas respetivas arrematações: "Queremos agradecer a todos vocês que contribuíram para o peditório de Santa Marinha e que marcaram presença na nossa arrematação! Sem as vossas ofertas generosas nada disto seria possível!"

Os preparativos para a romaria continuam num ritmo acelerado, e os próximos



meses prometem novas iniciativas e celebrações que, como sempre, contarão com o apoio incondicional dos devotos e da população forjanense em geral.

OPINIÃO

Nós, as máquinas e a Inteligência Artificial



Elsa Teixeira

Não faltam obras de ficção sobre máquinas que nos ajudam no dia a dia e nos facilitam a vida, retirando-nos a sobrecarga do trabalho físico. O ser humano tem tido a capacidade de criar e recriar mecanismos, por exemplo moinhos movidos a vento e água, para substituir as mós manuais que já não eram suficientes (em capacidade) e requeriam maior esforço humano. O trator

com diferentes acessórios para substituir os arados puxados por animais, que por sua vez substituíram as enxadas sobre as quais tinha de ser empregue a força humana. O ser humano tem esta capacidade, de por um lado produzir utensílios, objetos e máquinas e de por outro lado, procurar sempre um atalho para se poupar ao esforço.

Num mundo ideal e idealizado, essas máquinas poderiam ficar encarregues de todo o trabalho, enquanto o ser humano se entregaria ao ócio, mas que ócio seria esse? Estar numa praia paradisíaca a apanhar raios de Sol? Nessa praia os cocktails seriam servidos por robôs de aparência humana?

E estaremos cada vez mais perto de um mundo de trabalho entregue às máquinas e à inteligência artificial, as duas combinadas darão os super trabalhadores competentes, capazes de executar todas as tare-

fas, conseguindo trabalhar continuamente, sem exaustão, sem reclamar melhores salários, melhores condições de trabalho ou horários mais reduzidos.... Então o que restará ao ser humano? O trabalho de programar e executar as máquinas para as tornar infalíveis, para as tornar robustas e resistentes? Ou serão máquinas a programar e a executar outras máquinas?

A realidade é que a Inteligência Artificial já está aí, ainda com algumas falhas, mas já é utilizada para atalhar caminhos. Nas escolas e estabelecimentos de ensino, os alunos não se coíbem de utilizar o ChatGPT para produzir trabalhos académicos (alimentam a máquina que lhes fará concorrência no futuro).

Com máquinas (quase) capazes de "pensar" por nós, o que nos resta é a criatividade, a empatia, a capacidade de conse-

guir respostas que não são programáveis, que não obedecem a um padrão?

Parece uma realidade assustadora, aquele que se avizinha e em que o ser humano terá de reposicionar a sua existência e aquilo que o move. Hoje, o que nos move, é uma sociedade assente em consumo, em gerar produtos para depois serem consumidos, em alcançarmos riqueza através do trabalho, há alguns que também alcançam a satisfação e realização através do trabalho que tem executam (e eu sou uma dessas felizardas) e talvez por isso me assuste, pensar que se nascesse no futuro, não poderia trabalhar porque esse privilégio só estaria ao alcance das máquinas. Ou haverá escassos trabalhos que serão uma espécie de estatuto especial de alguns seres humanos, num mundo de trabalho dominados por máquinas?

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

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

GADT- Forjães presente na “Festa do Pão”

Na sua 15ª edição, a Festa do Pão realizou-se no Campo de São Miguel, em Marinhãs, nos passados dias 4 a 6 de outubro, contando com a coorganização da junta da União das Freguesias de Esposende, Marinhãs e Gandra e pelo Município de Esposende, onde o GADT marcou presença.

O evento visa a celebração do ciclo do pão, desde a geração da sua matéria prima até à sua confeção das mais variadas formas, lembrando estes costumes an-

cestrais e a arte de confeccionar o pão de milho, em tempos em que a agricultura determinava a vida quotidiana e o sustento das famílias

Neste sentido, organizaram-se pequenos momentos de recriação das tradicionais desfolhadas com a busca esperançosa pelo milho-rei, acompanhados das rusgas e ao som das tocatas dos grupos folclóricos e dos cantares ao desafio, lembrando ainda o papel das moleiras, essencial neste

processo que é a confeção do pão.

No âmbito do ESlocal, “Programa de Incentivo à Produção e Consumo dos Produtos de Endógenos: Produtos de Esposende” organizou-se ainda uma feira, o “Momento ESlocal”, que contou com a participação de alguns produtores locais da área agroalimentar e artesanato.



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Agradecimento

Queridos Amigos,

Nasci pequena em tamanho como todos vós, mas já adulta e firme nas convicções, pois foi assim que os meus “pais”, o Sr. Marcelino e a D. Margarida, me conceberam. **SOLIDARIEDADE** era já o meu desígnio.

Agradeço a Forjães, porque foi Forjães que me deu o berço.

Enquanto cresci, muitos momentos inesquecíveis e deliciosos se passaram sob o meu teto e muitas pessoas atravessaram as minhas portas, para somente me visitarem ou para eu lhes ser decisiva nas suas vidas.

Houve tempos, em que as crianças que nasciam no meu colo e seus pais que choravam de alegria, foram testemunhas vivas desses momentos. Muitos são hoje mulheres e homens adultos que fazem questão de dizer, orgulhosos: “Foi nesta casa que eu nasci!”

Aos mais velhos, que fui acolhendo, quis oferecer uma vida melhor, uma alegria na tristeza, uma companhia na solidão e uma paz digna na partida.

Com o passar dos anos, tornei-me também refúgio para doentes que procuram o meu apoio, para que os seus problemas possam ter um tratamento competente e dedicado, respeitando as suas individualidades e sensibilidades.

Então por que razão eu aqui cheguei, com 60 anos e tão jovem? Normalmente, 60 anos já são uma vida repleta, durante a qual já se viveram as traquinices da infância, as irreverências e sonhos da juventude, as realizações e desilusões da idade adulta e,

daqui para a frente, a maturidade e sabedoria serão os desígnios naturais. Mas não para mim, pois eu nasci **INTEMPORAL**.

Quem me criou, fê-lo para que eu ultrapasse todos os tempos e gerações, sendo que a minha vida só terminará se me abandonarem ou com um mundo sem necessários, sozinhos ou doentes.

Sendo assim, que sentido faz parabenizar-me por 60 ou quaisquer outros anos de vida?

Parabenizem-se, saúdem-se, recordem-se, homenageiem-se sim, os que me fizeram nascer, os que me criaram, os que me fizeram crescer, os que me mantêm viva, os que eu acolhi no passado e os que acolho no presente.

É para eles que esta celebração dos 60 anos deve ser dedicada, pois sem eles não haveria festa alguma. Para os que já não estão entre nós: Marcelino e Margarida de Queiroz, os meus fundadores; Dr. Manuel Queiroz de Faria, o meu arquiteto; Prof. Mário Vilaverde; Prof.ª D. Júlia Vilaverde; Sr. João Augusto de Almeida; Rev. Padre Justino; Sr. António Vilaverde; Sr. Domingos Lima da Silva; Sr. Amâncio Queiroz de Faria; Sr. Júlio de Carvalho Pereira; Dr. José Jesus Lima Ribeiro; Sr. Manuel da Cruz Neiva; D. Emília Rolo; Dr. António de Oliveira Antunes, os meus bastiões. Os que de qualquer forma se dedicaram, dia após dia, a cuidar diretamente de todos que eu acolhi, devo a minha gratidão, respeito e admiração. O seu exemplo e agora a sua memória foram os alicerces da minha firme e sábia conduta.

Um agradecimento especial para os meus antigos dirigentes e colaboradores, que me dedicaram tantas horas da sua vida e do seu saber, expresso a minha gratidão e admiração, para todos os que fazem parte do meu presente, quer estando dentro das minhas portas quer fora delas, e cujo trabalho é feito pensando sempre no meu saudável crescimento, para os que representam esta Freguesia e este Concelho e a quem foi confiada a escolha do rumo certo para um futuro melhor, no qual, eu também estou incluída, para o Rev. Padre José Manuel Ledo, que pela eloquência das suas reflexões é o pastor espiritual de todos os que acolho dentro das minhas portas, para as outras Instituições e Associações de Forjães, que reconhecendo a importância da minha missão, colaboram regularmente com os momentos de convívio proporcionados aos que eu acolho e, finalmente para todos aqueles que são afinal a razão da minha existência, os meus queridos utentes.

Queridos Amigos, o meu ontem foi o meu belo passado, o meu hoje é o meu estável presente e o meu futuro estará na mão dos Vossos sucessores. Então, pensemos: Como o presente é diferente do que foi o passado, também o futuro será necessariamente diferente do presente. Porém, estes dois intervalos não são exatamente iguais, pois todas as mudanças a que assistimos hoje, acontecem com uma rapidez alucinantemente maior do que as de outrora. No futuro, muito do que

nos for solicitado poderá ser, por vezes, surpreendentemente diverso e imprevisível. Daí, termos que estar muito mais bem preparados e sobretudo solidamente estruturados.

Eu não sobrevivo sem **SOLIDARIEDADE**, pois esta constitui a essência maior da minha existência. Não existem duas formas de ser solidário, pois ou se é ou se não é. Acresce que, só existe solidariedade quando há **INCONFORMISMO** isto é, os verdadeiros solidários nunca se conformam com a existência de pessoas esquecidas ou abandonadas. Finalmente, para se vencer a complexidade dos desafios futuros com a rapidez exigida, é necessário ter, além de uma enorme vontade, pelo menos dois atributos: **RIGOR E COMPETÊNCIA**.

É então curioso, mas não um acaso que: solidariedade, inconformismo, rigor e competência, são precisamente os 4 lemas que eu aprendi a jamais esquecer e a cultivar.

Assim, possuindo um alicerce bem estruturado, não tenho que recear o futuro e sinto-me preparada para continuar a minha caminhada Intemporal com os mesmos desígnios com que fui criada, mantendo na minha génese o respeito pela diversidade pois: “Ninguém é igual a ninguém. Todo o ser humano é um estranho ímpar!” e também é **INTEMPORAL**.

Se Forjães me acolheu, terá seguramente orgulho que eu permaneça nos seus braços.

O meu obrigado, da Vossa Fundação Lar de Santo António



Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

969 584 228

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



Escola de Condução
Rio Neiva, Lda

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

Trav. Horácio Queirós, 154 Lj. G
4740-444 Forjães
Tel. 253 877 770
E-mail. geral@ec-rioneiva.pt



Processo de Certificação da Época 2023/2024

No mês de outubro, o Forjães Sport Club recebeu, com grande satisfação, os certificados e as placas referentes ao processo de certificação da época 2023/2024, numa cerimónia realizada em Guimarães que contou com a presença do presidente da FPF, Fernando Gomes. É com orgulho que o clube anuncia a conquista do diploma CBFF e da placa de Entidade Formadora Certificada com 3 Estrelas. Este reconhecimento reflete o compromisso inabalável do FSC com a excelência na formação de jovens talentos e no desenvolvimento do futebol. O FSC expressa o seu profundo agradecimento a todos os que fazem parte desta jornada: jogadores, treinado-



res e adeptos, cuja dedicação e apoio foram essenciais para esta conquista.

Dia Nacional da Prevenção contra o cancro da mama no FSC



Outubro é um lembrete da importância da consciencialização sobre o cancro da mama. Apoiamos esta causa e reforçamos a importância da prevenção e do cuidado contínuo. A deteção

precoce aumenta significativamente as chances de cura. Realizar exames regulares é essencial, e o autoexame é uma das formas mais poderosas de prevenção! Juntas, somos mais fortes!

Pequeno-almoço especial para os infantis

No dia 19 de outubro, os infantis do FSC foram recebidos com um pequeno-almoço digno de campeões. Antes do jogo, os jovens atletas desfrutaram de uma refeição especial, cuidadosamente preparada com o apoio da nutricionista Violeta Sá, para garantir que entrassem em campo cheios de energia e prontos para dar o seu melhor. Na Academia O Forjinha, o bem-estar dos atletas é sempre uma prioridade, pois acreditamos que saúde também é jogo – e nós estamos aqui para vencer!



Rastreio nutricional no FSC

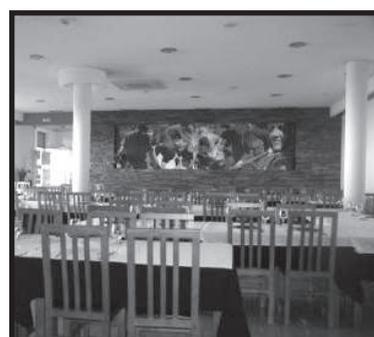
O FSC e o Centro de estudos “Raiz Quadrada”, promovem, em parceria com a nutricionista Violeta Sá, um rastreio nutricional individual gratuito, aos atletas do clube, com o intuito de se procurarem soluções para uma alimentação mais saudável, adaptada a cada atleta, com dicas de alimentação pré e pós treino. A academia O Forjinha, procura o melhor para os seus atletas, por isso, procura as soluções nutricionais mais adequadas para cada jogador.



Jantar Convívio do Forjães Sport Club

No passado dia 19 de outubro, realizou-se mais um tradicional jantar convívio no parque de merendas da Sra. do Crasto, em S. Romão de Neiva, que contou com a presença entusiástica de muitos forjanenses. Este evento, já uma tradição, cresce em adesão a cada ano, refletindo o espírito de união e o apoio à nossa instituição, o Forjães SC. Agradecemos de coração a todos

os presentes e a cada pessoa que, mesmo não integrando a direção, faz questão de contribuir, seja na angariação de participantes, na organização do espaço, na animação do evento ou na logística da cozinha. Sem o empenho e a dedicação de todos, nada disso seria possível!



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



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



Junta de Freguesia de Forjães

Permitidas queimas, mediante registo, a partir de 16 de outubro

De acordo com o disposto no Art.º 66, do DL n.º 82/2021, de 13 de outubro, informamos que a realização de queimas de sobranes, para o concelho de Esposende será possível a partir do próximo dia 16/10/2024.

Para o devido efeito, os pedidos deverão ser preferencialmente submetidos na plataforma de queimas e queimadas do

ICNF (<https://fogos.icnf.pt/infoqueimas-que.../queimasqueimadas.aspx>).

Caso tal não seja possível poderá efetuar um registo paralelo em gtf.esposende@cm-esposende.pt sendo necessários os seguintes dados: Data da realização; nome (primeiro e último); NIF; Freguesia; Local e contacto telefónico.

Festival de S. Martinho

Em colaboração com as associações e as várias comissões de Festas da nossa terra, a Junta de Freguesia promove nos dias 9 e 10 de novembro, no Espaço Multusos, o 4.º Festival de S. Martinho, evento gastronómico que tem como referência o “porco” e as castanhas, onde não faltará a animação musical. Este é um fim de semana a não perder!

ADRIANO 80 - Vida e Obra

A Junta de Freguesia, leva a efeito no dia 8 de novembro pelas 20.30h, no Auditório do Centro Cultural, a Inauguração da Exposição sobre Adriano Correia de Oliveira. Do programa consta ainda uma tertúlia sobre a vida e obra de Adriano, este ano em que assinalamos 50 anos do 25 de Abril.

OUTUBRO ROSA: mês de prevenção do cancro da mama

A Junta de Freguesia recordou, uma vez mais, a iniciativa "Outubro Rosa", mês dedicado à prevenção do cancro da mama. Na página oficial, apelamos para a necessidade da prevenção deste flagelo.



A cor rosa é utilizada para homenagear as mulheres com cancro da mama, sensibilizar para a prevenção e diagnóstico precoce e apoiar a investigação nesta área.

A Liga Portuguesa Contra o Cancro, através do Movimento “Vencer e Viver”, promove a iniciativa “Outubro Rosa” com a finalidade de consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, nomeadamente através do Rastreo, e divulgar informação e formas de apoio à mulher e família.

Vamos todos ajudar a controlar a Cortaderia (Penachos)

A Cortaderia, também conhecida por penachos ou erva-das-pampas (Cortaderia selloana), é uma espécie exótica invasora que se está a expandir muito rapidamente por todo o país, ameaçando a biodiversidade. Para os humanos é uma espécie cortante e pode ainda agravar doenças do foro respiratório. Inicialmente foi introduzida como planta ornamental, utilizada em jardins devido à beleza das plumas, igualmente utilizadas em arranjos florais. Infelizmente, rapidamente passou de espécie exótica ornamental a uma espécie exótica altamente invasora. Cada planta feminina pode produzir até 1 milhão de sementes, frequentemente dispersas no outono.

O concelho de Esposende não é exceção à ocorrência desta espécie, que tem vindo a ser alvo de con-

trolo ao nível dos espaços públicos, existindo em Forjães algumas situações que também merecem atenção, desde logo porque **não é permitida a sua plantação.**

Em face deste cenário, todos podemos ter um papel ativo no processo de combate a esta espécie invasora. sugerindo-se as seguintes ações:

- Se tiver exemplares de ervas-das-pampas no seu terreno elimine-os.
- Se tal não for possível, pelo menos, remova as plumas das ervas-das-pampas que se situem nos seus



terrenos, no sentido de evitar a dispersão de sementes, com os devidos cuidados. Contribua submetendo registos de localização desta espécie onde a observar.

decoração
FACHADAS MONTRAS

publicidade
OUTDOOR VIATURAS

DESIGN GRÁFICO
serviços

GRÁFICA
offset e digital
PUBLICAÇÕES

impressão
FORMATOS GRANDES

corte/gravação
CNC **FRESA**
CNC **LASER**

personalizações
CARTÕES PVC
CARIMBOS

DIVULGAÇÕES RECLAMOS
sinalética

Pontodecópias
CENTRO DE CÓPIAS

Pontodecópias
PUBLIZENDE
O que fazemos, fazemos bem.

@ correio@publizende.com ☎ **253 968 001**
(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

Flor do Campo
Florista

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

Programa do ano de Catequese 2024/2025

Dias da semana/Hora	Ano de Catequese	Catequistas
Segunda-feira: 19h00-19h45	1º Ano	Júlia Matos e Manuela Costa
	2º Ano	Deolinda Silva e Ana Isabel Torres
	3º Ano	Lúcia Ribeiro e Patrícia Dias
	4º Ano	Irene Coutinho
Quarta-feira: 19h00-19h45	5º Ano	Carla Carqueijó e Elisa Fernandes
	6º Ano	Paula Matos e Cristina Moreira
	7º Ano	Conceição Pereira e Gilda Martins
Quinta-feira: 19h00-19h45	8º Ano	Sandra Silva e Sílvia Jorge
	9º Ano	Isabel Moura e Júlia Matos
(Hora a combinar...)	10º Ano	Ana Beatriz e Nuno Lima

Parabéns à Fundação Lar de Santo António

A Fundação Lar de Santo António faz 60 anos!

Um sonho de muitos sonhos que os fundadores, como verdadeiros semeadores de Esperança. Lançaram as primeiras sementes e que agora se transformaram em árvore frondosa, acolhedora, onde se abrigam à sua 'sombra': a Direção, os funcionários, os utentes, os colaboradores e beneméritos.

Não é tanto pela longevidade que recordamos nesta data tão memorável, mas pela certeza do pulsar diariamente neste edifício, gloriosos momentos de entrega generosa e desinteressada.

Passados estes anos, sois o agora/o presente desta Instituição tão altamente considerada na Vila de Forjães e não só! Sois credores de um trabalho impagável de serviço aos outros, sobretudo, os mais frágeis e debilitados, aos que vos 'olham' como prolongamento das suas famílias.

Em caminho de Páscoa e porque Jesus caminha, connosco e convosco, continuai a fazer crescer os objetivos que vos são confiados, como sejam, a gratidão pela história de serviço, de amor, de dedicação. Nesta data tão especial e única, que a Fundação Lar de Santo António, escreva com letras de diamante toda simplicidade e grandiosidade, colocada sempre ao serviço do BEM!

Continuai a fazer e a praticar o bem! Parabéns! Muitas Felicidades!

Bodas de Prata Matrimoniais

09/outubro/1999 – 12/outubro/2024 – O casal Ricardo Manuel Pilar de Barros e Cristina de Sá Arantes Moreira, festejou com alegria e satisfação os 25 anos de vida a dois, na companhia da sua filha Regina e família. O matrimónio é um sacramento a dois, pois casar é assumir responsabilidades. Para a felicidade de um lar é fundamental um bom entendimento entre os dois. A comunicação – no casal – não é uma como conversa esporádica, mas um ambiente que se respira, como o oxigénio. Este ambiente começa com um autêntico encontro com o cônjuge. Cada um continuou a ser, também no matrimónio, uma pessoa distinta; assim, o encontro do "nós" não só facilita o intercâmbio integral entre o eu e o tu, mas cria também um universo de experiência que não seria real fora deste encontro. Passados estes anos, quisestes afirmar perante Deus e perante a Comunidade, que quereis continuar enamorados como na primeira manhã em que unistes os vossos destinos! Damos graças a Deus pelo Amor vivido a dois e suplicamos por todos os casais para que suas vidas sejam, ofertório sempre renovado, no altar da generosidade. Parabéns e Muitas Felicidades!

Novo horário das celebrações

Já estão em vigor os novos horários das celebrações da Comunidade Paroquial. Assim sendo, **as eucaristias dominicais** – únicas – serão às **10h00**; à semana as eucaristias serão, às **terças e quintas e sábados, às 17h30**. Nos dias em que não há eucaristia, "ofereceremos" um tempo de Oração, com Celebração da Palavra – no horário acima referido - e distribuição da Sagrada Comunhão (*caso haja um Ministro Extraordinário da Comunhão*).

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

NOVEMBRO 2024:

- 01| TODOS OS SANTOS: Eucaristias às 10h00 e 15h30 (igreja Matriz e procissão e Oração no Cemitério)
- 02| Comemoração de Todos os Féis Defuntos: Eucaristia às 17h30.
- 03| Domingo XXXI Comum: Eucaristia às 10h00 (Procissão e Oração no Cemitério).
- 07| Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 9h00; Adoração às 16h30.
- 09| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 10| Domingo XXXII Comum: Eucaristia às 10h00 (Procissão e Oração no Cemitério).
- 13| Reunião do CEP, às 21h15.
- 15| Aniversário do falecimento do Padre Justino: Eucaristia, às 17h30.
- 16| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 17| Domingo XXXIII Comum: Eucaristia às 10h00: Aniversário do falecimento do Padre Justino e procissão ao Cemitério.
- 23| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 24| Domingo XXXIV Comum- CRISTO REI DO UNIVERSO: Eucaristias às 10h00, com a Catequese: Festa do Acolhimento (1º Ano), Compromisso das Catequistas e Festa do Envio (11ºAno).
- 29| Início da Novena da Imaculada Conceição: Oração/Meditação do Terço do Rosário, às 17h00.
- 30| Eucaristia Vespertina às 17h30.

Movimentos religiosos

Celebrações Batismais:

28/setembro/2024 – José Pedro Silva Rosas, filho de Jorge Miguel Tomás Rosas e de Liliana Sofia da Silva Oliveira Vilas Boas. Neto paterno de Fernando de Sá Rosas e de Margarida Maria Tomás de Sá Rosas. Neto materno de Joaquim Vilas Boas da Silva e de Maria Adelina da Silva Oliveira Vilas Boas.

Celebração Matrimonial:

05/outubro/2024 – André Machado Gonçalves, de 32 anos de idade, filho de Vasco Manuel da Costa Gonçalves e de Olívia Maria Dias Machado Gonçalves e Patrícia Daniela Sampaio Morêncio, filha de Patrício Fernando dos Santos Morêncio e de Fernanda Maria Rodrigues Sampaio Morêncio, ambos com residência habitual na Rua Padre Torres, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Óbitos:

26/setembro/2024 – Alexandrina Vaz Pires. Com 55 anos de idade, residente na Rua das Giestas, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
04/outubro/2024 – José Augusto da Rocha, com 89 anos de idade, residente na Rua da Morena, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.



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

O FORJANENSE, 31 de outubro de 2024, nº 411

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral de Esposende

Rua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304, Esposende
Tel.253-986350 – Fax.253-986351-Tlm.961553040
Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 91 e seguintes, do livro nº. 334-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de 29 de outubro de 2024, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO por USUCAPIÃO**, na qual: -----

ADELAIDE MARIA DA SILVA CARVALHO MARQUES (NIF 142 038 750), divorciada, natural freguesia de Apúlia, do concelho de Esposende, residente na Rua Senhora da Boa Viagem, Entrada quarenta, rés-do-chão nascente, fração BP, em Apúlia, na atual União das Freguesias de Apúlia e Fão, concelho de Esposende, **DECLAROU**: -- Que, é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, do prédio **rústico**, composto por terreno de horta, com a área de mil e vinte metros quadrados, situado no Sítio do Furado, em Apúlia, na União das Freguesias de Apúlia e Fão, do concelho de Esposende, a confrontar do norte com regueira, do sul com Manuel Gomes Tomé, do nascente com Maria Fernandes Eiras e do poente com Inácio Agra Fernandes Eiras, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **3581**, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 3008 rústico da extinta freguesia de Apúlia, com o valor patrimonial IMT de € 400,99 e ao qual atribuem o valor de quinhentos euros. Que não possui título formal que lhe permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre esteve na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essa adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poder ser conhecida por quem tivesse interesse em contrariá-las.-----

Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprios dela, traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento do citado prédio, nomeadamente, cultivando-o, colhendo os seus frutos, fazendo a sua limpeza e manutenção, administrando-o, e pagando em seu nome os respetivos encargos. E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seu próprio nome e durante mais de vinte anos, facultou-lhe já a aquisição por **USUCAPIÃO**, do direito de propriedade do referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude dela o ter adquirido ainda no estado de solteira, maior, em data que não sabe precisar, mas sabe ter sido no ano de mil novecentos e oitenta, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a ela, por Laura Fernandes Eiras e marido Adelino Gomes Torres, casados que foram sob o regime da comunhão geral, residentes que foram na referida extinta freguesia de Apúlia. ---- Assim, afirmou e declarou que é ela, com exclusão de outrem, a única dona e legítima possuidora do prédio acima identificado e que presta estas declarações para fins de primeira inscrição no registo predial. -----

Declarações confirmadas por três testemunhas. -----
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
Esposende, 29 de outubro de 2024.

A Notária,
Andreia da Silva Amaral

Conta registada sob o nº. 3005/2024

Caro/a Leitor/a,

O mês de outubro traz consigo as manhãs frescas e as tardes amenas de outono, traz a mudança de horário, traz as vindimas e as colheitas. Este mês traz também uma importante campanha de saúde: o Outubro Rosa. Durante este mês, em várias partes do mundo, diversas iniciativas são realizadas com o objetivo de conscientizar a população sobre o cancro da mama, uma doença que, apesar dos avanços da medicina, continua a afetar milhares de mulheres e famílias todos os anos.

O Outubro Rosa nasceu da necessidade de alertar a população para a importância do diagnóstico precoce. Quando identificado numa fase inicial, o cancro da mama tem uma elevada taxa de cura, e o tratamento torna-se menos agressivo. No entanto, para que esse diagnóstico seja possível, é crucial que todas as mulheres estejam cientes dos exames preventivos e da necessidade de realizar regularmente a mamografia e o autoexame. A nossa saúde é o nosso maior bem, e é essencial que a tratemos com o cuidado e a atenção que merece.

Em comunidades como a nossa, onde muitas vezes as pessoas se conhecem de perto, a partilha de informação e o apoio mútuo são ainda mais importantes. Cada ação de sensibilização conta – seja uma conversa entre amigas, um evento de conscientização, ou um simples laço rosa preso à roupa. O Outubro Rosa relembra-nos da força que temos quando nos unimos em

torno de uma causa comum. É também um lembrete de que esta luta não é apenas das mulheres; é de todos nós. Homens, filhos, pais, amigos – todos têm um papel na prevenção e no apoio às mulheres que passam por este desafio.

Neste mês, apelamos à comunidade para que participe ativamente. Apoiem as campanhas de conscientização, informem-se, partilhem conhecimento e incentivem as mulheres que conhecem a cuidarem da sua saúde. O Outubro Rosa é uma oportunidade para educar e inspirar, para que possamos reduzir o impacto desta doença. Afinal, quanto mais informada e unida estiver a nossa comunidade, mais vidas poderão ser salvas.

Deixamos também um apelo especial às mulheres da nossa vila: não deixem para amanhã o que podem fazer hoje. Marquem os exames preventivos, realizem o autoexame com frequência, e não hesitem em procurar ajuda caso sintam algo fora do normal. A prevenção é o melhor caminho, e o tempo é um aliado valioso na luta contra o cancro da mama.

Que este Outubro Rosa seja um mês de reflexão e ação, e que, unidos, possamos construir uma comunidade mais consciente, mais informada e mais saudável.

Inês Sá,
Subdiretora

AGRADECIMENTO**José Augusto da Rocha**

Nasceu: 05/09/1935
Faleceu: 04/10/2024

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

**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: acarfl@sapo.pt

Facebook: 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, e Educadoras da ACARF.

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 São Brás, 1 - Gualtar
4710-073 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.

Creche

Dia Mundial da Alimentação

Todos nós, temos na nossa vida, de lidar com o drama relativo a determinados hábitos alimentares que as crianças adquirem, não gostam, não querem comer ou nem sequer provar determinados alimentos, especificamente os vegetais e fruta.

E se “ a brincar também se aprende”, no dia de 16 de outubro celebramos o dia mundial da alimentação.

Esta atividade surge com o intuito de lembrar às crianças, a importância de uma alimentação diversificada e assim enraizar hábitos saudáveis.

Diversificar a alimentação variando os sabores dos alimentos, alternar os sabores e apresenta-los de uma forma diferente do habitual.

Neste dia, e tornando-o mais divertido, durante a manhã como atividade de sala, cada criança individualmente confeccionou a sua espetada de fruta para a sobremesa do dia que fez assim parte do menu.

Muita diversão, exploração de textura, cores e sabores alegraram o dia.



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

No mês de Outubro foram desenvolvidas com os nossos utentes algumas atividades no âmbito do Dia Mundial da Alimentação, Dia Mundial da Saúde Mental e Dia Mundial do AVC. Nas Oficinas Criativas, com a ajuda do nosso amigo artesão Augusto Viera, aprendemos a fazer uma boneca de jornal. Por mais este aprendizado, muito obrigado! Neste mês também participamos nas "terças com sentido" no CICS, no qual fomos presenteados com uma peça de teatro, uma aula de ginástica e um saboroso lanche acompanhado de um convívio alegre. Os aniversariantes deste mês foram a D. Celina e o Sr. José Armando, a quem desejamos toda a felicidade do mundo.



CONVOCATÓRIA

Assembleia Geral Ordinária

Maria da Anunciação Queiroz Laranjeira, presidente da Assembleia Geral da ACARF, Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães, convoca, ao abrigo do n.º 2 alínea C, do artigo 25º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Ordinária, para o dia **26 de novembro**, pelas **21 horas**, na sede social da ACARF, sita na **Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-438 Forjães**, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto um: Informação da Direção;
Ponto dois: apreciação e votação do orçamento e programa de ação para 2025;
Ponto três: Outros assuntos de interesse para a Associação.

De acordo com a alínea nº1 do artigo 26º, a Assembleia Geral reunirá à hora marcada na Convocatória se estiver presente mais de metade dos associados com direito a voto, ou 30 minutos depois com qualquer número de presentes.

Forjães, 25 de outubro de 2024

A Presidente da Mesa da Assembleia Geral
 Maria da Anunciação Queiroz Laranjeira

60º Aniversário da Fundação Lar de Santo António

No passado dia 26 de outubro, a Fundação Lar de Santo António celebrou o seu sexagésimo aniversário, uma data que marcou seis décadas de dedicação e serviço à comunidade de Forjães. Fundada em 1964, a instituição tem sido um pilar fundamental no apoio aos idosos, promovendo o seu bem-estar e assegurando uma experiência de envelhecimento digna e feliz.

As comemorações tiveram início com uma Eucaristia Solene na Igreja Paroquial de Forjães, às 18h. A igreja, cheia de fiéis, foi palco de uma celebração eucarística especial, marcada pela participação ativa dos utentes do lar, que contribuíram para tornar o momento ainda mais emocionante. Durante a cerimónia, foi prestada homenagem aos fundadores da instituição, o casal Marcelino e Margarida Queirós, residentes no Brasil, com especial destaque para Manuel Queirós de Faria, cuja visão e empenho ajudaram a consolidar a fundação tal como é hoje. A missa também incluiu uma homenagem póstuma aos utentes falecidos, culminando numa romagem ao cemitério logo após a cerimónia.

Após a celebração religiosa, o evento prosseguiu com um jantar de aniversário no Multiusos do Centro Cultural Rodrigues Faria. O espaço, repleto de convidados, foi o cenário perfeito para uma noite de confraternização. A refeição foi carinhosamente preparada pela Comissão de Festas da Romaria Santa Marinha 2025, com pratos que encantaram os presentes e refletiram o cuidado e dedicação da comunidade.

Entre os convidados estiveram presen-

tes os representantes de várias instituições locais, incluindo o Presidente da Junta de Freguesia de Forjães, Vitor Quintão, o Presidente da Assembleia de Freguesia, Carlos Sá, o Sr. Padre José Ledo e a Vereadora de Ação Social, Alexandra Vilar, em representação do Município de Esposende. A presença de autoridades e parceiros sublinhou o apoio e a importância que a fundação tem para Forjães e para a comunidade local. Estiveram ainda presentes elementos da equipa de profissionais que exercem, ou exerceram funções na instituição, dirigentes e ex-dirigentes, bem como alguns utentes acolhidos na mesma.

Durante as intervenções, a Vereadora da Câmara Municipal, o Presidente da Junta de Freguesia de Forjães, o Sr. Padre José Ledo e a Dr.ª Paula Sá Matos parabenizaram a instituição pelos seus 60 anos de dedicação. Destacaram ainda a importância fundamental da fundação no apoio aos idosos e na prestação de serviços à comunidade local, beneficiando não só a freguesia de Forjães, mas também as freguesias vizinhas.

O Presidente da Fundação Lar de Santo António, Eng. Paulo Manuel da Conceição Queirós e Faria, aproveitou a ocasião para expressar o seu profundo agradecimento a todos os profissionais que contribuíram para a história e sucesso da instituição ao longo dos anos. Reconheceu o empenho e dedicação das equipas, cuja atuação tem sido essencial para o bem-estar dos utentes e para o cumprimento da missão da fundação. Além disso, estendeu os agra-

decimentos às associações e empresas que têm colaborado com a fundação, essenciais no apoio e na continuidade dos serviços prestados à comunidade. Como forma de homenagem, o presidente entregou medalhas de reconhecimento

a estas entidades e aos antigos colaboradores, que já não se encontram ao serviço da fundação, valorizando e parabenizando cada um pelo compromisso e esforço demonstrado em prol da instituição.

O jantar comemorativo contou também com a animação do grupo "Sons da Vila" que encantaram os presentes com um repertório de música tradicional, trazendo alegria e celebrando a cultura local.

Atualmente, a fundação inclui uma Unidade de Cuidados Continuados de Longa Duração e Manutenção, um Lar Residencial para Idosos e um serviço de Apoio Domiciliário, empregando cerca de 60 profissionais. Com uma equipa que abrange desde áreas de saúde - incluindo médicos, enfermeiros, fisioterapeutas e auxiliares de saúde - até ao apoio social, com assistentes sociais, animadores e auxiliares de ação direta e de serviços gerais, a fundação oferece um suporte integral e contínuo à terceira idade



na Vila de Forjães. Além disso, a Fundação mantém também protocolos de colaboração com outras entidades, que permitem, por exemplo, a recolha de análises clínicas duas vezes por semana, evitando, assim, deslocações desnecessárias dos utentes para outras localidades, representando um apoio essencial não só aos residentes do lar, mas também à comunidade local.

Deste modo, o sexagésimo aniversário da Fundação Lar de Santo António foi, sem dúvida, uma celebração memorável, que reafirmou o compromisso desta instituição em cuidar dos idosos e promover o seu bem-estar, ao mesmo tempo que fortaleceu os laços entre a fundação e a comunidade, fazendo o devido reconhecimento a todos estes elementos essenciais ao sucesso alcançado. "Ninguém é igual a ninguém. Todo o ser humano é um estranho ímpar" (Carlos Drummond de Andrade).

Fotos Basília Lima



Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães outubro 2024

Dia Mundial da Saúde Mental



O Serviço de Psicologia e Orientação celebrou o **Dia Mundial da Saúde Mental**, assinalado anualmente no dia 10 de outubro, com toda a comunidade educativa do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio. Neste sentido, foram dinamizadas atividades para todos/as os/as alunos/as, bem como para os docentes e não docentes.

Para os/as alunos/as, foram realizadas atividades de acordo com o seu nível de ensino, promovendo a reflexão e consciencialização sobre a saúde mental. Para os docentes e não

docentes, disponibilizou-se um documento informativo sobre a Saúde Mental no local de trabalho, com o intuito de contribuir para o desenvolvimento de melhores práticas que promovam o potencial e a saúde mental de cada pessoa, considerando que, no ano de 2024, a Federação Mundial de Saúde Mental ("World Federation for Mental Health"), cuja missão é promover o avanço da consciencialização sobre a saúde mental, definiu o tema "**É Tempo de Priorizar a Saúde Mental no Local de Trabalho**" ("It is time to Prioritize Mental Health in the Workplace").

A Saúde Mental é fundamental para o bem-estar de todos/as, sendo de extrema importância promover a consciencialização junto da nossa comunidade educativa.

Serviço de Psicologia e Orientação
Dr^a Eliana e Dr^a Patrícia

Mês da Alimentação – testemunho

Como de habitual e porque os bons hábitos são para se manter, entre os dias 14 e 18 de outubro, celebramos na Escola Básica de Forjães a Semana da Alimentação, organizada pelo corpo docente das ciências, envolvendo toda a comunidade educativa e dirigida aos alunos.

Esta semana teve como objetivo promover a importância de uma alimentação saudável e sustentável, pelo que foram realizadas diversas atividades educativas e concursos, que incentivavam à prática de uma alimentação mais completa, equilibrada e variada e a uma redução do desperdício alimentar. É importante sabermos comer bem e comer com consciência do impacto que a nossa alimentação tem sobre o planeta.

No concurso de alimentação que aconteceu durante esta semana, onde as turmas ganhavam pontos de acordo com o que consumiam na refeição completa, apresentada pelas nossas queridas cozinheiras, saíram vencedores pelo 2.º ciclo a turma do 5.º FA e pelo 3.º ciclo a turma do 7.º FB.

Não se esqueçam de ter uma alimentação e hábitos saudáveis para uma vida mais plena!

Duarte Marques, n.º 7 e Inês Magalhães, n.º 11 - 7º FB



Outubro, Mês da Alimentação



Segundo estudos recentes nos concelhos de Esposende e Barcelos, o número de crianças e adolescentes com excesso de peso ou obesidade tem aumentando de forma significativa.

Constata-se que as famílias, cada vez mais, optam por refeições pré-confeccionadas, alimentos fritos, congelados ... com alto teor de gordura e aditivos alimentares. Os alunos trazem as suas lancheiras recheadas de produtos altamente calóricos e com excesso de açúcar! Cada vez é menos frequente o consumo de sopa, de saladas, de fruta ...

Durante o mês de outubro, desenvolveram-se, no Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, um conjunto de atividades que visaram promover uma alimentação saudável e equilibrada, e contribuir para a redução dos desperdícios alimentares, das quais se destacam:

- Decoração das entradas da Escola Básica António Rodrigues Sampaio e Escola Básica de Forjães, com motivos alusivos ao mês da alimentação;
- Distribuição de fruta aos alunos, no lanche da manhã;
- Concurso "Alimentação Equilibrada/Combate aos desperdícios alimentares", na cantina da Escola Básica de Forjães;
- Exposição "O Açúcar mata!";
- Construção de uma Roda de Alimentos ao vivo, na Escola Básica António Rodrigues Sampaio;
- Projeto MOFWast, em parceria com a Associação Rio Neiva e o Projeto Eco-Escolas;
- Sessões de desperdício alimentar em parceria com Esposende Ambiente;
- Avaliação de peso, estatura e IMC.

Será de recordar que em 2024, a FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura) propôs para o Dia Mundial da Alimentação o tema "Direito aos alimentos para uma vida e um futuro melhores". Pretendemos, enquanto Agrupamento, dar o nosso pequeno contributo!

Algumas fotografias das atividades e a proposta de lanches saudáveis em meio escolar, disponíveis em:

<https://padlet.com/dmc16/outubro-m-s-da-alimenta-o-u1f2ii8mhzbkchs>

As Coordenadoras da Educação para a Saúde
Diana Costa e Isabel Moreira

Desfolhada - Centro Escolar de Forjães

É tempo de outono... é chegada a hora das colheitas pelos campos das nossas aldeias e vilas.

Agora tudo é muito diferente, com os grandes tratores e as máquinas agrícolas a fazerem o trabalho que antes era desempenhado pelas pessoas e pelos animais. Mas há ainda quem faça esse trabalho à moda antiga e tenha gosto em manter as tradições.

Assim, com a colaboração da Associação de Pais da EB de Forjães, organizamos, mais uma vez, uma grande desfolhada no Centro Escolar, no dia 11 de outubro, com a participação de todas as crianças do Pré-escolar e alunos do 1º ciclo, docentes e assistentes operacionais.

O Sr. Manuel, avô do Afonso, do Gabriel, da Miriam e do Diego trouxe um trator de milho para todos os alunos poderem arregaçar as mangas e desfolharem as espigas.

Com alguns arranhões pelo meio, mas com muita alegria e boa disposição, rapidamente se encheu uma carruagem de espigas!

Alguns de nós até encontraram as raras espigas vermelhas, sinal de boa sorte. E porque as tarefas do campo não são só trabalho, mas também alegria, esta desfolhada foi transformada em diversão pelos tocadores de concertina e dançarinos, para animar os incansáveis trabalhadores.

Manter vivas as tradições é uma forma das novas gerações conhecerem como eram os tempos antigos.



Texto coletivo 3º FH



Dia Europeu do Desporto

No dia 27 de setembro de 2024, a Escola Básica de Forjães, pertencente ao Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, comemorou o Dia Europeu do Desporto.

Este dia foi comemorado no pavilhão desportivo pelos alunos do 4º ano do 1º ciclo, pelas turmas do 7º FA, 7º FB, 8º FC do 3º ciclo e, para animar a "Festa", contámos com a fabulosa presença do Super Mário, que promoveu um momento muito divertido, com brincadeiras e alegria entre todos. Os alunos mostraram as suas técnicas e perícias pelas várias estações definidas, tais como:

1 - Circuito de Karts; 2 - Jogo das Latas; 3 - Circuito de Transposição de Obstáculos; 4 - Tiro ao Alvo (remate à baliza); 5 - Circuito de Bicicletas e Trotinetes; 6 - Jogo de Tração Corda.

Foi uma manhã muito divertida, cheia de jogos desportivos, boa animação e disposição. Todas as turmas gostaram muito.

Beatriz Moreira, 7º FA



Assembleia de Freguesia na EBF



No passado dia 30 de setembro, realizou-se uma reunião da Assembleia de Freguesia de Forjães, na Escola Básica de Forjães. Integrada nas comemorações do cinquentenário da Revolução de Abril, esta iniciativa visou um contacto entre a população e os órgãos autárquicos, legalmente eleitos. A assembleia de freguesia de Forjães realizou-se no auditório da escola e contou com a participação dos alunos da turma FB do oitavo ano. O presidente da Assembleia de Freguesia, Dr. Carlos Sá, procedeu à apresentação dos membros da Assembleia, eleitos pelas listas do P.S.D. (maioria) e da Lista independente de Forjães (oposição). Para além disso, estiveram presentes o Presidente da Junta de Freguesia, Vítor Quintão, e demais membros da Junta.

Nesta assembleia foram debatidas ideias e temas para melhorar a freguesia, combatendo assim as necessidades dos Forjanenses. Entre as diversas questões trazidas à assembleia, destacamos a intervenção dos alunos, que questionaram o Presidente da Assembleia e o Presidente da Junta de Freguesia sobre vários temas de importância para a Freguesia, entre os quais: o tipo de políticas para fixar e atrair mais população para Forjães; a resolução do problema da acessibilidade à Internet na escola e em casa; a aplicação de medidas sustentáveis, de preservação do meio ambiente e de valorização do património que se poderiam implementar para melhorar a freguesia. Destacamos a intervenção do senhor Presidente da Junta relacionada com o tema da Educação.

Assim, os objetivos da Assembleia foram plenamente cumpridos. Por um lado, permitiram dar voz aos mais jovens, proporcionando-nos uma presença mais ativa na identificação e apresentação de soluções para a comunidade. Por outro, promoveu a interação entre os representantes do Poder Local e os futuros eleitores.

Leonor Ribeiro e Marco Couto, 8º FB



Novas bandeiras Eco-Escolas

Dia 10 de outubro, o nosso Agrupamento de Escolas deslocou-se a Torres Novas para receber as novas bandeiras do Eco Escolas e os respetivos certificados de bom desempenho relativos ao ano transato.

Da nossa escola foi uma representação de 7 alunos do 3º ciclo e um docente, a qual recebeu os referidos galardões em nome da Coordenadora do Projeto Eco-Escolas, profª Anabela Freitas, que não pode estar presente.

Foi um dia longo, mas foi um dia gratificante para o nosso Agrupamento.

Prof. Luís Gaivoto



Diários de Escrita na Biblioteca

Outubro é o mês das Bibliotecas Escolares e, após as primeiras semanas de adaptação à escola e às novas rotinas, é também tempo de voltar à biblioteca.

Nas bibliotecas do agrupamento foi dado o mote para a atividade “Diários de escrita”, com a elaboração de um autorretrato como primeiro desafio. Aliando as artes plásticas à escrita, cada aluno deu a conhecer o seu “eu”, de forma única e original.

No ano em que o tema da escola é “Novo rumo com Camões, um novo rumo para os direitos humanos”, é fundamental a consciência da diversidade como caminho para o respeito pelo outro. Como se ouviu na música de Gilberto Gil, “Ser diferente é normal”.

Os alunos corresponderam ao desafio com um desempenho ao mais alto nível, como o revelam as imagens.

A Equipa da Biblioteca



Halloween na Escola Uma Festa Assustadoramente Divertida!



Desafiados pelas nossas professoras de Inglês, Carla Pinto e Paula Ferreira, demos asas à criatividade e criamos *pins* e *badges* super originais, reciclando e reutilizando materiais, com temas de Halloween que nos fizeram arregalar os olhos. A escola transformou-se com cenários assustadores e uma decoração que nos permitiu celebrar a festividade.

A colaboração entre as nossas professoras de Inglês e do Ensino Especial permitiu a realização de atividades divertidas, que nos ajudaram a aprender novas palavras em inglês sobre o tema.

Agradecemos ainda à lista candidata à Associação de

Estudantes a realização do Baile de Halloween e o concurso da melhor máscara e do melhor pin.

Beatriz Moreira, 7º FA



No baile, a maior parte dos alunos vão mascarados de personagens assustadoras, como por exemplo, bruxas, zombies, fantasmas, etc. Há muita música, decorações, e também muita alegria.

Beatriz, Filipa e Noa, 6º FA



Num cenário de “pleno terror”, os alunos e a equipa multidisciplinar das Valências Especializadas do Espectro do Autismo (1º e 2º/3º ciclos) organizaram o “Almoço dos horrores”, recheado de surpresas e muita diversão.

Vestiram as suas assustadoras roupas e acessórios, deambularam pela escola espalhando a magia do Halloween e distribuindo alfinetes peculiares a cada docente e não docente que se cruzavam com eles, atividade dinamizada pelas docentes de Inglês. Não é uma tradição nossa, mas nós adoramos... **Trick-or-treat! ... Doçura ou travessura!**

Ao meio dia e meia, aconteceu o MOMENTO! Entre teias, aranhas, bruxas e morcegos, todos degustaram, com o maior sacrifício de sempre – *parecíamos glutões*: “Pizzas caveiras”, “Salsichas múmias”, “Nuggets e rissóis Halloween”, “Pipocas fantasmas”, “Rebuçados Tattoo”, e muito mais.

Foi a pura diversão!

Prof.ª Natália Serra



Solidariedade com São Tomé



De 1 a 3 de outubro, decorreu na EBF uma recolha de bens com destino a São Tomé, em colaboração com a Organização Não Governamental Helpo. Mais uma vez, a generosidade de toda a comunidade educativa fez-se sentir e foram significativas as doações, entre material escolar, produtos de higiene, brinquedos e vestuário. Para fazer o levantamento destes bens e os fazer chegar ao seu destino, contamos com a conhecida figura pública Sofia Aparício.

Porque “Natal é quando o homem quiser” (e precisar), e sempre que a situação se proporciona. É dever da escola educar para a solidariedade, para a (pre)ocupação com o outro!

A equipa da Biblioteca

MOFWaste: para combater o desperdício alimentar na escola

O projeto MOFWaste teve início no dia 10 de outubro e irá decorrer ao longo do primeiro período, nas escolas do agrupamento, com vista à sensibilização para o combate ao desperdício alimentar.

Na prática, passa pela instalação de contentores na cantina, após contextualização do projeto às funcionárias, e recolha de boas práticas. Mobilizará ainda várias turmas, uma por dia, para aplicação de um KIT de monitorização e tagem.

O projeto é desenvolvido pela Associação Rio Neiva que, ao envolver os alunos na pesagem do desperdício alimentar, pretende mudar hábitos no que respeita ao desperdício alimentar, começando na cantina escolar e alargando-o às famílias, por ação dos alunos.

A equipa da biblioteca



Boletim Nascente Escolar
outubro - 2024



Diretora: Professora Paula Cepa.
Coordenação e montagem: Prof.ª Goreti Figueiredo e Rosa Felgueiras, E. B. de Forjães.
Colaboração: Prof.ª Carla Pinto, Diana Parente e Paula Ferreira, e todos os que assinaram os textos.
Revisão: Prof.ª Ângela Dinis e 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

O FORJANENSE, 31 de outubro de 2024, nº 411

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral de Esposende

Rua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304, Esposende
 Tel.253-986350 – Fax.253-986351-Tlm.961553040
 Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 79 e seguintes, do livro nº. 333-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de 16 de outubro de 2024, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO por USUCAPIÃO**, na qual: -----

ALFREDO IGREJA LOPES (NIF 183 544 358) e **ANA MARTINS DO VALE** (NIF 193 981 238), casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ambos naturais da freguesia de Curvos, do concelho de Esposende, residentes na Rua da Seara, n.º 20, Lugar da Igreja, em Curvos, na atual União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, do concelho de Esposende, **DECLARARAM**: -----

Que, são donos legítimos possuidores, com exclusão de outrem, de um prédio **urbano**, composto por casa com três pavimentos e logradouro, destinada a habitação, com a superfície coberta de sessenta e oito vírgula sessenta metros quadrados e descoberta de vinte nove vírgula quarenta metros quadrados, sito na Rua da Cachada, n.º 234, em Curvos, na União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, do concelho de Esposende, a confrontar do norte e poente com Paulo José da Silva Rodrigues, do sul com Travessa da Cachada e do nascente com Filipe Rodrigues Martins, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **2025**, anteriormente omissa à respetiva matriz urbana, desconhecendo o artigo da antiga matriz rústica no qual foi implantado, com o valor patrimonial e igual atribuído de vinte e um mil seiscentos e sessenta euros. -----

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória o citado prédio, mas que, no entanto, sempre esteve na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las. ---
 Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprios e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento do citado prédio, nomeadamente nele habitando, efetuando a sua limpeza, conservação e manutenção, nele realizando benfeitorias, administrando-o e pagando em seus nomes os respetivos encargos. E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seus próprios nomes e durante mais de vinte anos, e dadas as enunciadas características de tal posse, facultou-lhes já a aquisição por **USUCAPIÃO**, do direito de propriedade do referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de o terem adquirido, em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no ano de mil novecentos e setenta e um, já no estado de casados, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a Maria da Silva Miranda, viúva, residente que foi na extinta freguesia de Curvos, no concelho de Esposende. -----

Assim, afirmam e declaram que são eles, com exclusão de outrem, os donos e legítimos possuidores do prédio urbano acima identificado e que prestam estas declarações para fins de primeira inscrição no registo predial -----

Declarações confirmadas por três testemunhas. -----
 Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
 Esposende, 16 de outubro de 2024.

A Notária,
 Andreia da Silva Amaral

Conta registada sob o nº. 2880/2024

O FORJANENSE, 31 de outubro de 2024, nº 411

PUB

Cartório Notarial de Andreia Amaral de Esposende

Rua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304, Esposende
 Tel.253-986350 – Fax.253-986351-Tlm.961553040-
 Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 81 e seguintes, do livro nº. 333-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de 16 de outubro de 2024, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO por USUCAPIÃO**, na qual:-----

ADRIANO GONÇALVES BEDULHO (NIF 164 281 428) e mulher **MARIA DA CONCEIÇÃO DE FARIA MERRELHO MARTINS** (NIF 164 281 410), casados sob o regime da comunhão geral de bens, ambos naturais da freguesia de Belinho, concelho de Esposende, residentes na Rua 1.º de agosto, n.º 9, em Belinho, na atual União das Freguesias de Belinho e Mar, do concelho de Esposende, **DECLARARAM**: -----

Que, são donos e legítimos possuidores, dos bens imóveis que a seguir se vão identificar, ambos sitos em Belinho, na União das Freguesias de Belinho e Mar, do concelho de Esposende, os quais se encontram livres de quaisquer ónus ou encargos, a saber: **N.º 1** – Prédio **rústico**, composto por terreno de cultura de regadio, com a área de mil trezentos e noventa e dois metros quadrados, sito no Sítio do Buraco, a confrontar do norte com Luciano Martins Pereira e caminho público, do sul com Eduardo Lima Almeida, do nascente com José Fernandes Gomes e outros e do poente com João Fernandes Gomes Júnior, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 4075, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 3060 rústico da extinta freguesia de Belinho, o qual, por sua vez, se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT € 112,66 e ao qual atribuem o valor de duzentos euros. **N.º 2** – Prédio **rústico**, composto por terreno de cultura de regadio, com a área de mil e duzentos metros quadrados, sito no Sítio de Boucinhas, a confrontar do norte com Manuel Fernandes Gomes, do sul com José Gonçalves Pereira Barros, do nascente com Carminda Gonçalves Coutinho e do poente com caminho público, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 2802, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 1732 rústico da extinta freguesia de Belinho, o qual, por sua vez, se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT € 119,49 e ao qual atribuem o valor de duzentos euros. Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória os identificados prédios, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição dos mesmos, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las. Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprios deles justificantes, traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento dos citados prédios, nomeadamente, cultivando-os, colhendo os seus frutos, fazendo a sua limpeza e manutenção, administrando-os, e pagando em seus nomes os respetivos encargos. E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seus próprios nomes e durante mais de vinte anos, facultou-lhes já a aquisição por **USUCAPIÃO**, do direito de propriedade dos referidos prédios e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de os terem adquiridos já no estado de casados, em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no ano de mil novecentos e setenta e cinco, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a Maria Gonçalves, solteira, maior, residente que foi no Lugar de Sanfins, na extinta freguesia de Belinho, do concelho de Esposende. -----

Assim, afirmam e declaram que são eles, com exclusão de outrem, os donos e legítimos possuidores dos prédios rústicos acima identificados e que prestam estas declarações para fins de primeira inscrição no registo predial. -----
 Declarações confirmadas por três testemunhas. -----
 Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
 Esposende, 16 de outubro de 2024.

A Notária,
 Andreia da Silva Amaral

Conta registada sob o nº. 2881/2024

Palavras Cruzadas (soluções)

Horizontais

1º ritos; ralar = 2º uru; apa; era = 3º pa; clima; em = 4º i; j; aro; a; p = 5º amuo; i; arma = 6º Andaluzia = 7º lote; a; odre = 8º e; a; ema; o; m = 9º ir; amplo; re = 10º ter; ion; lar = 11º oscar; acaso =

Verticais

1º ruía; leito = 2º i.r.a.; mão; res = 3º tu; junta.; r.c. = 4º o; ode; a; a = 5º sala; a; emir = 6º pirilampo = 7º ramo; u; alma = 8º a; a; azo; o; c = 9º le; árido; la = 10º are; mar; ras = 11º rampa; émero =

Coelho à caçador

1,2 kg coelho; 1 dl de azeite; 2 dentes de alho; 2 cebolas; 2 tomates; 50 ml de azeite; 1 c. (sopa); sal q.b.

Corte o coelho em pedaços, lave e tempere com sal. Aloure no azeite, junte os alhos e a cebola picados. Refogue e, assim que alourar, junte o tomate picado, limpo de pele e sementes.

Envolve. Regue com o vinho e água até tapar, retifique os temperos e cozinhe lentamente em lume brando, entre dez a 15 minutos. Retire e sirva com salsa picada.

Acompanhamento: frite fatias de pão de véspera e sirva com o coelho.

Torta de ovos com abóbora

750g de açúcar e 3 c. (sopa) de farinha; 1 c. (sopa) de fermento em pó; 15 ovos; 400 g de puré de abóbora cozida; 1 laranja (raspa e sumo); 1 fisális para decorar

Numa tigela, misture o açúcar com a farinha peneirada com o fermento. Junte os ovos e mexa com uma vara de arames. Por fim, junte o puré de abóbora, a raspa e o sumo de laranja mexendo bem. Unte com gordura e forre com papel vegetal um tabuleiro com 40 por 30 cm. Volte a untar o papel e a polvilhar com açúcar e verta a massa. Leve ao forno a 190 °C, durante 30 minutos. Retire depois de cozida e desenforme sobre uma folha de papel vegetal polvilhada com açúcar. Enrole de seguida, com a ajuda do papel. Deixe arrefecer bem. Remova o papel, apare as extremidades e coloque numa travessa. Decore com o fisális.

Estatuto editorial

- “O Forjanense” é uma publicação periódica de carácter 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 moeda da Índia; cama = 2º organização revolucionária da Irlanda; antigo presidente da China; raso = 3º pronome pessoal; corporação administrativa; rés do chão (abr.) = 4º composição poética dividida em estrofes simétricas = 5º um dos compartimentos de uma casa; título de alguns chefes muçulmanos = 6º vaga lume = 7º descendência; antiga medida de comprimento = 8º ensejo = 9º estuda; estéril; nota musical = 10º medida de superfície; oceano; chefe etíope = 11º ladeira; planta leguminosa =

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

Verticais

1º cultos; triturar = 2º ave galinácea do Brasil; bolo de farinha de arroz usado na Ásia; época = 3º instrumento agrícola; ambiente; preposição = 4º marco das portas = 5º enfado; instrumento de ataque e defesa = 6º província de Espanha = 7º magote de pessoas; pessoa gorda = 8º ave pernalta = 9º seguir; espaçoso; arguida = 10º possuir; cada um dos dois corpos que uma corrente elétrica desagregou; casa = 11º nome masculino; porventura =

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

O envolvimento dos jovens na política



Maria Sá Faria *

Com um sistema político e económico que se tem demonstrado cada vez mais frágil e a falhar às novas gerações, o envolvimento dos jovens na política nunca foi mais fulcral. Porém, em sintonia com esta fragilidade, a alienação de muitos jovens à política é também uma realidade. Será isto uma desacreditação no sistema democrático e na falta de representação dos jovens no mesmo? Ou será apenas conformismo com o *status quo* e alienação na bolha de privilégio?

Ao longo dos últimos anos, deparamo-nos com um panorama político que tem vindo a enfrentar vários desafios e a representar uma ameaça à estabilidade das vidas dos jovens portugueses, nomeadamente a panóplia de crises por resolver, como a crise da habitação e a crise climática, a ascensão

de movimentos populistas e de extrema-direita, baixos salários, entre vários outros que, direta ou indiretamente, afetam e irão continuar a afetar a vida dos jovens. Assim, partindo do pressuposto de que o envolvimento na política é o instrumento mais acessível para a mudança estrutural necessária, é fundamental que essa participação seja feita por aqueles que mais dela carecem, podendo ocorrer através de formatos que divergem dos convencionais, como o voto e a militância partidária, aos não-convencionais como a participação em manifestações ou a partilha de conteúdo político online, sendo os últimos, normalmente, os mais adotados.

Realço que se tem verificado um aumento desta última forma enunciada de envolvimento não convencional na política por parte dos jovens, e, portanto, afirmar que, de forma generalizada, os mesmos não têm interesse algum na área, seria falacioso, porém, é importante refletir sobre este afastamento das formas convencionais e a atual descrença nas instituições de poder, e sobre a, ainda existente, inércia de grande parte do grupo jovem em relação à esfera política.

A perda de credibilidade dos atores políticos nas últimas décadas também constitui um fator para este afastamento, pois toda a burocracia e enaltecimento dos órgãos

de poder político levam a uma sensação de inacessibilidade e exclusão do processo político, que depois termina numa atmosfera de ceticismo e conformismo. Cabe, deste modo, ao cerne das formas institucionais, nomeadamente aos partidos políticos e às instituições de poder, repensar as estratégias de mobilização para as camadas mais jovens e priorizar a sua representação, assim como ao sistema educacional de garantir que a educação política está, efetivamente, presente no ensino, pela sua forte influência direta na participação e na sua importância face ao combate à falta de informação e à “queda” em “cantigas populistas”.

Relativamente à porção dos jovens que, deliberadamente, escolhem não se envolver, seja de forma institucional ou não, devido ao conforto proveniente da “bolha” de privilégio em que estão inseridos, é urgente relembrar que todas as decisões políticas efetuadas afetarão o seu modo de vida de alguma forma, e que a sua abstenção neste processo irá ter influência futuramente. O acesso à informação tem-se democratizado cada vez mais, na medida em que se tem tornado mais acessível e perdido a sua índole elitista que outrora teve, permitindo o seu acesso a mais camadas da população, sendo um instrumento crucial para um maior envolvimento político geral e, por

isso, negligenciar esta importância e conformar-se com o *status quo* implica uma complacência ao atual enfraquecimento da democracia, para a qual tanto lutamos.

Para concluir, para que seja possível um progressivo aumento do envolvimento jovem na esfera política, é necessário muito mais para além do aumento da iniciativa dos jovens *per se*. É fundamental que haja uma articulação entre os atores políticos, para que redefinam a sua abordagem para com os jovens e desconstruam a forte sensação de inacessibilidade, e entre o sistema educacional, para que enfatizem a importância da educação política no ensino obrigatório. Conjuntamente, é também necessário um contínuo aumento da mobilização dos jovens através de formas não-convencionais de participação política para além das *online*, para que se consiga desconstruir a ideia de despolitização e falta de interesse dos jovens na política, garantir a sua representação no sistema e a estabilidade económica, social e política nas suas vidas futuras.

**Estudante da Licenciatura de Ciência Política e Relações Internacionais na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade NOVA de Lisboa*

CRÓNICA

Saúde

Gonorreia e Clamídia parte III



Marina Aguiar*

Diagnóstico

Clínico (principais sintomas): Entre dois e oito dias após relação sexual desprotegida, a pessoa passa a sentir ardência e dificuldade para urinar. Às vezes, pode-se notar um corrimento amarelado ou esverdeado – até mesmo com sangue – que sai pelo canal da urina, no homem, e pela vagina, na mulher. A clamídia também é uma DST muito comum e apresenta sintomas parecidos com os da gonorreia, como, por exemplo, corrimento parecido com clara de ovo no canal da urina e dor ao urinar. As mulheres contaminadas pela clamídia podem não apresentar nenhum sintoma da doença, mas a infecção pode atingir o útero e as trompas, provocando uma grave infecção. Nesses casos, pode haver complicações como dor durante as relações sexuais, gravidez nas trompas (fora do útero), parto prematuro e até esterilidade.

Laboratorial (exames realizados): Os exames são clínicos, epidemiológico e laboratoriais, incluso exames bacterioscópico.

Tratamento

O tratamento é feito a base de antibióticos que agem de maneira eficaz. É importante que o tratamento seja feito pelo casal e durante este manter abstinência sexual. Em casos de gravidez, a mulher deve se submeter o quanto antes ao tratamento, pois a infecção pode causar cegueira e infecção nas articulações e no sangue do bebê. Caso não sejam tratadas, essas DST podem provocar esterilidade, atacar o sistema nervoso (causando meningite), afetar os ossos e o coração. Atenção: corrimentos são muito comuns em mulheres. Portanto, sua ocorrência não significa, necessariamente, sinal de DST. O médico poderá fazer seu correto diagnóstico e indica-

ção de tratamento adequado.

Prevenção

A principal recomendação para se prevenir dos riscos de infecção é o uso de preservativo nas relações sexuais vaginais e orais. Além do preservativo, usar lubrificantes à base de água nas relações sexuais anais. É recomendado realizar sempre o autoexame, observando os próprios órgãos genitais e vendo se a cor, aparência, cheiro e a pele estão saudáveis.

**Médica Dentista*

Caminhada de Halloween do FSC

No passado dia 31 de outubro, o Forjães Sport Clube, em colaboração com a Esposende 2000 e a Junta de Freguesia de Forjães, organizou uma caminhada para celebrar o *Halloween*. O evento, que já se tornou uma tradição na vila, permitiu aos forjanenses desfrutar de uma experiência memorável de *Halloween*, cuja popularidade tem vindo a crescer globalmente.

A noite teve início no Centro Cultural Rodrigues Faria, onde a Funzone abriu às 20h00. O espaço, decorado com temas de *Halloween*, ofereceu o ambiente ideal para entrar no espírito da noite e preparar uma caminhada noturna.

Por volta das 21h30, os participantes

partiram do Centro Cultural Rodrigues Faria para uma aventura repleta de surpresas e emoção. Ao longo do percurso, foram desafiados a atravessar cenários de terror ao vivo, que garantiram momentos de sustos e diversão. A caminhada transformou-se numa experiência imersiva, onde as emoções estiveram à flor da pele.

A noite culminou com a tradicional Queimada de *Halloween*, realizada às 23h30, e prolongou-se ao som do DJ Miguel Ângelo, que animou os presentes com música vibrante. A comunidade forjanense dançou e celebrou, encerrando assim a noite mais arrepiante do ano com muita animação e espírito de união.





9 e 10 NOV

4º FESTIVAL São Martinho

DELÍCIAS DE PORCO E CASTANHAS

Sábado, dia 9
A partir das 17.00h
 -Merenda
 -Jantar

MAGUSTO
 Castanhas:
 Oferta da Junta de Freguesia

**Animação com o Duo:
 Musical Latino 2**

Domingo, dia 10
 Almoço
 Merenda
 Animação Musical:
 Concertinas do Grupo de
 Danças e Cantares de Forjães

Também Serviço Take Away

Possibilidade de visitar a exposição:
 "Adriano 80 - Vida e Obra"

CENTRO CULTURAL ESCOLAS RODRIGUES DE FARIA
ESPAÇO MULTIUSOS * FORJÃES











FEIRA QUINZENAL DE S. ROQUE FORJÃES

JUNTA DE FREGUESIA DE FORJÃES

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

Aos sábados
de manhã

Novembro 2024: dias 2, 16 e 30
Dezembro 2024: dias 14 e 28

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.