

# O FORJANENSE

Diretora: Tânia Catarina Balinha Silva  
Janeiro 2025 • Ano XL 2ª série • n.º 414  
Fundado em Dezembro 1984  
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issue e no **facebook**

## Obrigado, António Couto dos Santos



### José Manuel Silva reeleito presidente da ACARF



José Manuel da Cruz Silva foi reeleito para um novo mandato como presidente da Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães (ACARF). No dia 24 de janeiro de 2025, em conformidade com os estatutos da Instituição, realizaram-se as eleições para o quadriénio 2025-2028.

pág. 3



Colisão



Manutenção



Diagnóstico



Pneus



Mecânica

Rua da Corujeira, 98 / 4740-432 Forjães

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

## Obrigado, António Couto dos Santos

António Couto dos Santos, nascido em Forjães, no ano de 1952, ficou conhecido principalmente pelo seu contributo político, mas também manteve uma ligação forte à sua terra natal e às suas raízes. É lembrado como uma figura de destaque na Vila de Forjães e no concelho de Esposende, que levou o nome da sua região a um patamar nacional.

Apesar da sua notável formação académica, licenciado em Engenharia Química pela Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, demonstrou uma base técnica sólida antes de ingressar na vida política, onde se destacou.

É uma figura reconhecida em Portugal, tendo desempenhado um papel de destaque na política e na administração pública. Ele é particularmente lembrado pelo seu trabalho como ministro em diferentes pastas e pela sua ligação ao Partido Social Democrata (PSD).

António Couto dos Santos destacou-se como um político comprometido com a modernização e o desenvolvimento de Portugal, especialmente nas áreas da educação e juventude.

Começou por desempenhar o cargo de Ministro da Educação e Cultura (1987-1991), durante o governo de Aníbal Cavaco Silva, foi responsável por esta pasta, com foco em reformas na Educação e medidas voltadas para a modernização do sistema educativo em Portugal. Promoveu políticas voltadas para a modernização do Ensino e o acesso à Cultura.

Também assumiu a pasta do desporto e juventude como Ministro da Juventude e do Desporto (1991-1995), igualmente no governo de Cavaco Silva, assumiu esta nova pasta, criada para dar resposta às necessidades dos jovens e do desporto. Durante este período, foram tomadas medidas significativas no apoio ao associativismo juvenil e ao desenvolvimento do desporto em

Portugal. Apoiou iniciativas destinadas à juventude, incluindo o associativismo e o desporto escolar. Durante o seu mandato, o desporto escolar e o apoio às infraestruturas desportivas tiveram um crescimento significativo, deixando um impacto duradouro nesta área.

As suas funções na política também passaram pela Assembleia da República, além dos seus cargos ministeriais, foi deputado eleito pelo PSD em várias legislaturas, participando em comissões parlamentares e debates importantes sobre políticas públicas. Atuou em comissões parlamentares relevantes, incluindo Educação, Desporto e Juventude.

Ao nível local, foi presidente da Assembleia Municipal de Esposende, nos mandatos 2005-2009 e 2009-2013. O seu trabalho foi reconhecido através da atribuição da Medalha de Honra, a mais alta condecoração da Câmara Municipal de Esposende.

Após a sua saída da política ativa, António Couto dos Santos esteve envolvido em consultoria e administração em setores relacionados com a engenharia e a educação.

A sua carreira é um exemplo de uma transição de uma formação técnica para a liderança em áreas sociais e culturais, destacando-se como uma figura influente durante o período de crescimento e estabilização democrática de Portugal. Esteve envolvido em projetos relacionados com a mediação de negócios internacionais, nomeadamente em iniciativas com ligação à Rússia e à China. A sua experiência política e conhecimento técnico foram valorizados no apoio a empresas e organizações em negociações e estratégias de expansão.

António Couto dos Santos também desempenhou um papel fundamental na história da Casa da Música, no Porto, durante o seu período como presidente do Conselho de Administração da fundação responsável pela gestão do espaço. Presi-



diu ao Conselho de Administração da Fundação Casa da Música entre 2004 e 2005. Foi sob a sua liderança que o emblemático edifício da Casa da Música, projetado pelo arquiteto Rem Koolhaas, foi finalmente concluído e aberto ao público. Este foi um marco importante para a cultura portuguesa, consolidando o Porto como uma cidade com uma infraestrutura de classe mundial para eventos musicais.

A sua presidência coincidiu com um período crucial, envolvendo não apenas a conclusão da construção, mas também a organização das primeiras atividades culturais e a definição de estratégias para tornar o espaço um ponto de referência cultural. Tornou-se rapidamente um símbolo de inovação e dinamismo cultural, muito graças ao seu trabalho e da equipa que liderou. A visão estratégica durante o seu mandato ajudou a posicionar a Casa da Música como um local de excelência para a música e as artes performativas em Portugal e na Europa.

António Couto dos Santos faleceu em janeiro de 2025, sendo encontrado num lago de um campo de golfe em Matosinhos. As circunstâncias da sua morte estão a ser investigadas, gerando grande curiosidade e especulação. O Ministério Público abriu um inquérito para apurar as causas do falecimento, e aguardam-se os resultados dos exames laboratoriais para determinar se ocorreu devido a uma doença súbita ou outras causas.

António Couto dos Santos, ao longo da sua carreira, recebeu diversos reconhecimentos e louvores pelo seu contributo para a política e cultura portuguesas. Após o seu falecimento em janeiro de 2025, várias instituições e personalidades destacaram o seu legado:

O Presidente da República, Marcelo Re-

belo de Sousa, lamentou profundamente a morte de Couto dos Santos, recordando-o como uma figura marcante dos governos de Aníbal Cavaco Silva, onde liderou pastas como a Juventude, Assuntos Parlamentares e Educação.

O Primeiro-Ministro, Luís Montenegro, durante as cerimónias fúnebres, na Vila de Forjães, lamentou profundamente a morte de Couto dos Santos e reconhece o seu trabalho, simplicidade e dedicação à causa pública.

A direção nacional do PSD expressou profundo pesar pela sua morte, reconhecendo o seu papel como ministro e deputado, e destacando o seu contributo para o partido e para o país.

A Fundação Casa da Música manifestou profundo pesar pelo falecimento de Couto dos Santos, que presidiu ao Conselho de Administração entre 2004 e 2005.

O Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Guilherme Emílio, decretou um dia de luto municipal e recordou Couto dos Santos como uma pessoa que muito honrou Esposende e se dedicou à causa pública, deixando um legado que fala por si.

O Presidente da Junta de Freguesia de Forjães, Vitor Quintão, recorda Couto dos Santos com redobrado orgulho, reconhecendo o impacto do seu trabalho tanto na política nacional como na promoção da cultura e economias locais.

O jornal "O Forjanense", bem como a ACARF, reconhecem o legado deixado pelo ilustre forjanense, António Couto dos Santos, a nível local e nacional, bem como a sua disponibilidade, dedicação e entrega ao serviço público. Apresentam os votos de sentido pesar à sua família.



## ACARF elege órgãos sociais para o quadriénio 2025-2028

José Manuel da Cruz Silva foi eleito para novo mandato como presidente da ACARF.

No passado dia 24 de janeiro fizeram-se cumprir os estatutos da Instituição e realizaram-se as eleições para o quadriénio 2025-2028. Cumpridos os trâmites legais, foi levada a sufrágio, lista única, a apresentada pelo atual presidente. Escolhida por unanimidade, por todos os presentes, a lista apresentada foi eleita para o próximo mandato.

Com uma aposta na continuidade e alguns ajustes, José Manuel Silva assume a continuidade e prossegue o seu projeto para a Instituição.

### Lista da Direção

#### Mesa da Assembleia Geral

Presidente - Manuel Lima Faria  
 1º Secretário - Arlindo Pereira Sousa Tomás  
 2º Secretário - António Eduardo Correia Pinheiro

#### Conselho Fiscal

Presidente - José Maria Costa Cruz Dias  
 1º Secretário - Carlos Manuel Santos Cunha  
 2º Secretário - Avelino Cruz Sampaio  
 1º Suplente - Susana Albina Rocha Silva  
 2º Suplente - António das Dores Du-

rães

3º Suplente - Ana Paula Lima da Cruz Neiva

#### Direção

Presidente - José Manuel Cruz Silva  
 Vice-Presidente - André Manuel Campos Pereira  
 Secretário - Virgínia Sousa Sampaio  
 Tesoureiro - Maria Augusta Gomes Ribeiro  
 Vogal - Rui Miguel Cruz Pinheiro  
 1º Suplente - Ramiro Matos Ribeiro  
 2º Suplente - Tânia Catarina Balinha Silva  
 3º Suplente - Cristiana Ribeiro Vale  
 4º Suplente - Beatriz Carvalho de Sá  
 5º Suplente - Inês Domingas Pereira de Sá

## Greve dos Trabalhadores das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS)

No passado dia 22 de janeiro os trabalhadores das IPSS's estiveram em greve.

Pela primeira vez nos seus já quase quarenta e dois anos de história, a ACARF encerrou, por adesão dos seus funcionários à greve. A aderência foi total e levou ao encerramento de todos os serviços. A manifestação não esteve diretamente ligada à gestão direta da Instituição, mas sim por solidariedade com uma manifestação levada a cabo a nível nacional. A ação de luta convocada por sete sindicatos ligados ao setor, reivindicou para além da "urgente negociação" do

CCT, a valorização das carreiras e profissões dos colaboradores, um "aumento significativo dos salários", bem como 35 horas de trabalho semanal, o direito à conciliação dos horários de trabalho com a vida familiar e o fim da discriminação salarial dos educadores de infância em creche. Os trabalhadores das instituições lutam pela valorização do trabalho e não querem fazê-lo com horários desregulados e sobrecarregados", dizem, acrescentando que "a Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade (CNIS) e o Governo têm de assumir as suas responsabilidades e investir nos tra-

balhadores das IPSS". Os funcionários deste setor afirmam desempenhar um "papel essencial no apoio às populações mais vulneráveis da nossa sociedade", lamentando que em 2025 trabalhadores com mais de 20 anos de antiguidade recebam "pouco mais do que o salário mínimo nacional" e que a falta de pessoal obrigue a que "um trabalhador faça o trabalho de dois".

O balanço da ação foi positivo e os trabalhadores aguardam resposta da CNIS e do governo para as suas intenções, não sendo colocada de parte a possibilidade de novas manifestações.

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

### Em janeiro

Começamos a ano em grande, com início do projeto "Holon" - saúde em movimento. O objetivo principal é a promoção do exercício físico e cognitivo, realizado à distância sobre a responsabilidade social das farmácias Holon.

Outra atividade que muito nos agrada é o projecto Frenesim - Envelhecimento Activo+.

Os dotes vocais dos utentes vão ser colocados à prova! E no dia 29 de Março vamos ver os resultados com um espectáculo.

Agradecemos ao Forjães Sport Clube e ao GADTF pela simpatia que tiveram em cantar as Janeiras aos nossos utentes. Bem Hajam!

Votos de um exelente 2025!



**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

# 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**



Junta de Freguesia de Forjães

## Junta e Assembleia de Freguesia de Forjães NOTA DE PESAR - ANTÓNIO FERNANDO COUTO DOS SANTOS (1949 – 2025)

A notícia do inesperado falecimento do Forjanense António Fernando Couto dos Santos apañhou-nos a todos de surpresa. Incredulidade foi a primeira reação de muitos quanto à partida inesperada deste extraordinário Homem Forjanense.

O choro e o lamento continuam a ecoar, em Forjães, sua terra natal, e porque não dizer, em todo o país, pois era figura relevante, deixando um enorme vazio no cenário político e empresarial.

Em termos oficiais, esteve connosco no ano passado, em Forjães, nas comemorações dos 50 anos do 25 de Abril, numa tertúlia promovida no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria.

Juntamente com o Capitão de Abril, Coronel Castro Carneiro, recordou as suas memórias da Revolução dos Cravos, e que nós, recordaremos para sempre este momento. Muito contribuiu para o desenvolvimento da nossa terra, como seria também reconhecido, a 10 de dezembro, na Tertúlia em que se recordou os 40 anos da abertura da então Escola Preparatória de Forjães.

A sua ligação à terra natal, bem como ao Concelho, foi uma constante ao longo da vida, refletindo-se no seu compromisso com o desenvolvimento local e nacional. A comunidade de Forjães recorda-o com orgulho, reconhecendo o impacto significativo do seu trabalho tanto na política como na promoção da cultura e eco-



nomia locais.

A sua partida deixou um vazio profundo em Forjães, no concelho de Esposende e junto de todos os que com ele lidaram, bem como no panorama político português, como foi amplamente divulgado na comunicação social, com testemunhos de índole diversa.

O seu percurso, trilhado a pulso, a sua postura, a sua

dedicação e capacidade de abraçar novos desafios, são marcas que permanecerão na memória coletiva, servindo de inspiração para futuras gerações, relevando aqui o não virar a cara a luta, a desafios difíceis, como foi a sua passagem pela Educação, num momento muito conturbado e a convite do então Primeiro Ministro, Aníbal Cavaco Silva.

Couto dos Santos, falecido aos 75 anos, foi por três vezes ministro de Aníbal Cavaco Silva, gerindo as pastas da Educação, Assuntos Parlamentares e da Juventude. Antes, havia desempenhado os cargos de Secretário de Estado da Juventude, Qualidade de Vida e Ambiente.

Estamos certos que a comunidade de Forjães e do seu Concelho o recordará, sempre, com redobrado orgulho, reconhecendo o impacto significativo do seu trabalho tanto na política como na promoção da cultura e economia locais.

## Informação

Em cumprimento do disposto no Decreto-Lei n.º 82/2021, de 13 de Outubro, que estabelece as medidas e ações a desenvolver no âmbito do Sistema de Gestão Integrada de Fogos Rurais, vimos informar que a E-REDES, Distribuição de Eletricidade, S.A. vai promover as ações de gestão do combustível nas faixas associadas às linhas de Alta e Média Tensão inscritas nos

instrumentos de planeamento aplicáveis e que integram a Rede Secundária de Faixas de Gestão de Combustível, prevista para o ano de 2025.

Para saber quais os locais onde esta ação vai acontecer, é só consultar a página da Junta de Freguesia [www.forjaes.pt](http://www.forjaes.pt) e aceder através do link disponível na mesma.

## Cantar das janeiras na Junta de Freguesia

Foi com satisfação, que a Junta de Freguesia recebeu durante o mês de janeiro, dois grupos a cantar as janeiras, apostados na continuidade desta tradição tão própria da nossa terra e das nossas gentes.

Tivemos oportunidade de receber o Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães, que uma vez mais nos deliciaram com as suas músicas e cantos, demonstrando todo o espírito que estes momentos proporcionam. Como habitualmente, nestas visitas, contamos com os representantes do Forjães Sport Clube. Este grupo de amigos, apresentaram-nos as suas cantigas



com todo o fervor que tanto os caracteriza. A todos os intervenientes que vivem estes momentos e trabalham para manter viva esta tradição, deixamos o nosso agradecimento.



**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)



**...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)



**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



Junta de Freguesia de Forjães

90 anos das Escolas Rodrigues de Faria

As cerimónias evocativas do 90º aniversário da abertura das Escolas Rodrigues de Faria, aconteceram na segunda-feira, dia 23 de dezembro, precisamente no dia do assinalar os 90 anos da abertura oficial de portas da Escola (23-12-1934), onde tivemos um conjunto de atividades evocativas deste momento que tanto marcou Forjães e as suas gentes.

Momento a registar foi também a assinatura de um protocolo de doação, à Junta de Freguesia, pelo forjanense Luís Coutinho de Almeida, de uma coleção de livros de António Correia de Oliveira, escritor recordista das nomeações portuguesas para Prémio Nobel da Literatura, nascido em S. Pedro do Sul (1879) e radicado na vizinha freguesia de Antas, onde faleceu em dezembro de 1960. É dele o marcante discurso proferido na inauguração da Escola, naquele domingo de 23 de dezembro de 1934, classificando o edifício como o "Palácio do ABC".

Na segunda-feira, dia 23, procedeu-se ao descerramento de um painel de azulejos alusivo à efeméride, de onde consta a seguinte inscrição "1934- 2024 // 90 anos das Escolas Rodrigues de Faria // ..." imensa gratidão, respeito e amor deveis àquele homem, Patrono das crianças." // A, Correia de Oliveira, em 23.12.1934 // Junta de Freguesia de Forjães // 2024

O momento foi assistido por muitos forjanenses, tendo descerrado a placa evocativa, para além do Presidente da Junta, Vítor Quintão, do Presidente da Câmara Municipal, Guilherme Emílio e do Presidente da Assembleia de Freguesia, Carlos Gomes de Sá, as professoras Natália Ferreira e Maria de Jesus Queirós, representativas de todas as professoras que passaram pela escola, durante os 60 anos em que recebeu alunos.

Seguiu-se, desta feita com a presença de todas as professoras presentes que lecionaram na escola e se associaram a este momento, o descerramento de um monumento homenageando toda a comunidade educativa e que tem como figuras centrais a escola e

o seu benemérito, Rodrigues de Faria, o que aconteceu sob uma sessão de fogo de artifício, assinalando o momento festivo. A idealização deste mural é de Sérgio Morgado, secretário da Junta de Freguesia.

Seguiu-se, pelo moderador da sessão, o Presidente da Assembleia de Freguesia, Carlos Gomes de Sá, uma viagem pelo ensino em Forjães, a partir dos dados disponibilizados por Carlos Brochado de Almeida na monografia editada há 23 anos, apresentando Vítor Quintão, na sua intervenção, uma recriação do lanche servido na escola, aquando da sua abertura. Ganhou especial destaque, para além das crianças com batas cor de rosa e azuis, o lanche servido a todas as crianças, por duas empregadas de Rodrigues de Faria, trajadas a rigor, dele constando um pão com recheio, um croquete, um bolinho de bacalhau e um rissole. Gil Abreu subiu também ao palco para explicar a forma como teve conhecimento do prato em que o lanche foi servido, cujo original havia sido doado à Junta de Freguesia e foi apresentado, encaixilhado, a todos os presentes, através de Andreia Dias, tesoureira da Junta de Freguesia. O original, hoje com 90 anos, foi um prato na altura dado a uma das alunas presentes na inauguração, a Quinhas do Torres (conhecida como Quinhas do Antero), disse Gil Abreu.

Para este aniversário, a Junta de Freguesia fez réplicas deste prato, tendo entregue uma cópia, devidamente registada e embalada, a todos os presentes nesta sessão.

O Presidente da Câmara, Guilherme Emílio, destacou a relevância de Rodrigues de Faria e da construção por este feita, para o desenvolvimento de Forjães e do concelho, sendo atualmente um importante polo cultural.

A sessão terminou com música, com um recital pelo trio The Classic, que trouxeram ainda mais encanto às celebrações, ao Centro Cultural e a esta sessão.

Concurso de presépios 2024

Terminada que foi a votação, pelos elementos do júri (um elemento da Junta de Freguesia, um da Assembleia de Freguesia e um terceiro da Fábrica da Igreja), procedeu-se à divulgação dos contemplados na página da Junta de Freguesia. Todos os envolvidos estão de parabéns, pelo trabalho feito e pela continuação

de uma tradição, agradecemos ainda aos elementos do júri pela sua disponibilidade e contributo, numa tarefa nada fácil, dado o valor e qualidade dos trabalhos a concurso.

A entrega de prémios decorreu no passado dia 18 de janeiro, no Centro Cultural.

Neste Natal faça compras no comércio local

Decorreu durante o mês de dezembro, nos estabelecimentos aderentes, de Forjães, a iniciativa "Neste Natal faça compras no comércio local". Esta é uma iniciativa que visa incentivar a fazer compras durante a época natalícia nos estabelecimentos da nossa Vila. As pessoas que assim fizeram, ficaram habilitadas ao sorteio de três cabazes de

Natal, numa promoção da Junta de Freguesia. No passado dia 7 de janeiro, no Centro Cultural, foi efectuado o sorteio, sendo que os cabazes foram entregues aos contemplados no dia 18, em cerimónia conjunta com a atribuição dos prémios do concurso dos Presépios. Parabéns aos contemplados e todos quantos aderiram à iniciativa.



**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

**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

## Jubileu 2025 – Peregrinos de Esperança

### O que é o Jubileu?

O Jubileu é uma celebração religiosa de origem bíblica, descrita no Livro do Levítico, como um ano de graça, reconciliação e renovação. Na Igreja Católica, é marcado por eventos especiais que promovem oração, conversão e indulgências, simbolizando um tempo de esperança e unidade. Desde 1300, Jubileus são proclamados regularmente, em geral a cada 25 anos, como será próximo em 2025, com o tema “Peregrinos de Esperança”, inspirado na necessidade de reacender a fé e a solidariedade em um mundo desafiado por conflitos e crises.

Na **Bula de proclamação do Jubileu** o Santo Padre diz:

“A esperança nasce do amor e funda-se no amor que brota do Coração de Jesus trespassado na cruz: «Se de fato, quando éramos inimigos de Deus, fomos reconciliados com Ele pela morte de seu Filho, com muito mais razão, uma vez reconciliados, havemos de ser salvos pela sua vida” (Rm5, 10). E a sua vida manifesta-se na nossa vida de fé, que começa com o Batismo, desenvolve-se na docilidade à graça de Deus e é por isso animada pela esperança, sempre renovada e tornada inabalável pela ação do Espírito Santo. Na verdade, é o Espírito Santo, com a sua presença perene no caminho da Igreja, que irradia nos crentes a luz da esperança: mantém-na acesa como uma tocha que nunca se apaga, para dar apoio e vigor à nossa vida. Com efeito a esperança cristã não engana nem desilude, porque está fundada na certeza de que nada e ninguém poderá jamais separar-nos do amor divino: ‘Quem poderá separar-nos do amor de Cristo? A tribulação, a angústia, a perseguição, a fome, a nudez, o perigo, a espada? (...) Mas em tudo isso saímos mais do que vencedores graças Àquele que nos amou. Estou convencido de que nem a morte, nem a vida, nem os anjos nem os principados, nem o presente nem o futuro, nem as potestades, nem a altura nem o abismo, nem qualquer outra criatura poderá separar-nos do amor de Deus, que está em Cristo Jesus, Senhor nosso» (Rm8, 35.37-39). Por isso mesmo esta esperança não cede nas dificuldades: funda-se na fé e é alimentada pela caridade, permitindo assim avançar na vida. A propósito escreve Santo Agostinho: ‘Em qualquer modo de vida, não se pode passar sem estas três propensões da alma: crer, esperar, amar’”.

**Compreendendo o sentido do Jubileu** - A palavra “jubileu” tem origem relacionada historicamente ao nome em hebraico yobel, o chifre de carneiro que era usado para marcar o início do ano particular que era convocado a cada 50 anos, como contado no Levítico (cf. Lv 25, 8-13). Esse ano era o ano “extra” vivido além das sete semanas de anos. Sua proposta no Antigo Testamento era ser ocasião para restabelecer uma correta relação com Deus, entre as pessoas e com a criação, e implicava a remissão de dívidas, a restituição de terrenos arrendados e o repouso da terra.

Na história do povo de Israel, o som de um chifre de carneiro chamado yobel – do qual se origina o termo “jubileu” – ecoava em todas as aldeias, anunciando o início de um ano especial, de acordo com as disposições da Lei de Moisés (cf. Lv 25).

Na Igreja Católica, o primeiro Jubileu foi convo-



cado pelo Papa Bonifácio VIII, no ano 1300. O Ano Jubilar era um tempo de redenção e renascimento, marcado por certas escolhas com um forte caráter simbólico, que são de uma atualidade desarmante: o descanso do cultivo da terra, para nos lembrar que ninguém a possui e pode explorá-la, porque ela pertence a Deus e nos é oferecida por Ele como um dom a ser custodiado; a remissão das dívidas, que visava restabelecer ciclicamente, portanto a cada 50 anos, uma justiça social contra as desigualdades; a libertação dos escravos, para cultivar o sonho de uma comunidade humana livre de prevaricações e discriminações, mais semelhante ao povo do êxodo, que Deus havia desejado como uma única família em caminho.

**Um caminho no sinal da esperança** - No início de sua pregação, na Sinagoga de Nazaré, Jesus retoma esse horizonte judaico do Jubileu, dando-lhe um novo e último significado: Ele mesmo é o rosto de Deus que desceu à terra para redimir os pobres e libertar os cativos, para manifestar a compaixão do Pai para com aqueles que estão feridos, caídos ou sem esperança.

Jesus, de fato, vem para libertar de toda escravidão, para abrir os olhos dos cegos, para libertar os oprimidos (cf. Lc 4,18-19). Em tal programa messiânico, o Jubileu se expande para abranger todas as formas de opressão na vida humana, tornando-se assim uma ocasião de graça para a libertação daqueles que se encontram na prisão do pecado, da resignação e do desespero, para a cura de toda cegueira interior que não nos permite encontrar Deus e ver o próximo, para despertar novamente a alegria do encontro com o Senhor e, assim, poder retomar o caminho da vida no sinal da esperança.

### Redescobrir a alegria do encontro com Jesus

Com esse espírito, desde 1300, com a Bula do Papa Bonifácio VIII, milhões de peregrinos dirigem-se a Roma, às basílicas e às Portas Santas, expressando o desejo de um caminho interior de renovação, para que sua vida cotidiana, mesmo com as dificuldades e as fadigas, possa ser novamente compreendida e sustentada pela esperança do Evangelho. Pois todos eles carregam em seus corações uma sede insaciável de felicidade e de vida plena e, diante da imprevisibilidade do futuro, alimentam a esperança de não sucumbir a desconfiança, ao ceticismo e à morte.

*continua na pág. seguinte*

## Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

### FEVEREIRO 2025:

- 01| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 02| IV DOMINGO COMUM: Eucaristias às 10h00 - APRESENTAÇÃO DO SENHOR – (Senhora das Candeias): Eucaristia às 10h00 (Bênção das velas (Capela do senhor dos Passos).
- 06| Adoração, às 16h30, seguida da Celebração da Palavra.
- 08| Eucaristia Vespertina, às 17h30| Reunião do Conselho Pastoral Paroquial (CPP), às 21h00.
- 09| V DOMINGO COMUM: Eucaristia às 10h00.
- 11| Nossa Senhora de Lurdes (Terça-feira) - Dia Mundial do Doente: Eucaristia, às 17h30.
- 12| Reunião do Conselho Económico às 21h15.
- 13| Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 9h00.
- 15| Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 14h30| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 16| VI DOMINGO COMUM: Eucaristia às 10h00 (com a Catequese – Festa das Bem-aventuranças (7º ano) e com a presença dos idosos da Comunidade e administração da Santa União.
- 22| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 23| VII DOMINGO COMUM: Eucaristia às 10h00.

## Movimentos religiosos

### Óbito:

06/janeiro/2025 – António Fernando Couto dos Santos, com 75 anos de idade, residente na Rua Dr. Alberto de Macedo, freguesia de Ramalde, concelho do Porto.

## Novo Juiz da Cruz para o ano 2025

Novo ciclo se abre neste ano 2025, com a nomeação do novo juiz da Cruz, Hélder Ricardo Miranda Silva, que assumir esta nobre missão. Agradecemos ter aceite fazer esta caminhada conosco – Comunidade - ao longo deste ano 2025! Que o zelo e singular atenção ao trabalho que está foi confiado, seja correspondido com perseverança e empenho, não dispensando sempre, a colaboração mais estreita da família e também, da generosidade de todos nós! Obrigado!

Ao novo juiz, Hélder Ricardo, confiamos esta missão, desejando os maiores sucessos!

Ao juiz cessante, José Valentim, família e colaboradores(as), deixamos o agradecimento pelo trabalho e dedicação ímpar pois, soube ‘abraçar’ com todas as energias, as exigências dessa tarefa, em prol de todos. Que da nossa parte, ajudemos a ajudar!

## Bodas de Prata Matrimoniais

11/dezembro/1999 – 28/dezembro/2024 – O casal, Pedro Miguel Sarmiento Fernandes e Vera Lúcia Dias de Sá celebrou com os seus filhos (3), familiares e amigos, os 25 anos de vida conjugal, no pretérito dia 28 de dezembro. Um quarto de século, vividos em comum, partilhando a “íntima comunidade conjugal de vida e de amor. O casamento é um sacramento a dois, pois casar é assumir responsabilidades. Hoje, depois de alegrias e tristezas, de sonhos e compromissos, viveis envolvidos pelo amor, juntamente com os vossos filhos e familiares, prestigiando a força do amor que brota da vida em casal. Ajudados pela Palavra de Deus, continuei a descobrir as grandezas do amor matrimonial e da missão bela e nobre, a que Deus chama todos os que abraçam este estado de vida. Na família, nem tudo é poesia sonhada, nem tudo é paz e serenidade. Continuei a escutar a “brisa suave” que “sopra” do lar da Sagrada Família de Nazaré, promovendo sempre, a compreensão mútua e a vida perene de louvor e ação de graças a Deus. Parabéns! Felicidades!

# NÓS POR CÁ: COMUNIDADE PAROQUIAL

Pe. José Ferreira Ledo

# A VOZ DOS ASSINANTES



continuação da pág. anterior

E Cristo, nossa esperança, vem ao encontro da chama desse anseio que habita em nós, convidando-nos a redescobrir a alegria do encontro com Ele, que transforma e renova a existência. Portanto, “é claro que a vida cristã é um caminho, que também precisa de momentos fortes para alimentar e robustecer a esperança, a companheira insubstituível que permite vislumbrar a meta: o encontro com o Senhor Jesus” (Spes non confundit, nº 5).

**Indulgências** - O Ano Santo é a oportunidade de obter indulgências plenárias.

A indulgência é a remissão, diante de Deus, da pena temporal ocasionada pelos pecados. Mesmo após a Confissão, quando a culpa do fiel é perdoada por este sacramento, as consequências do pecado permanecem e é por meio das indulgências que elas são apagadas. As indulgências, parciais ou plenárias, podem ser aplicadas para si mesmo ou para alguma alma no Purgatório.

“Todos os fiéis verdadeiramente arrependidos, excluindo qualquer apego ao pecado e movidos por um espírito de caridade, e que, no decurso do Ano Santo, purificados pelo sacramento da Penitência e revigorados pela Sagrada Comunhão, rezem segundo as intenções do Sumo Pontífice, poderão obter do tesouro da Igreja pleníssima Indulgência, remissão e perdão dos seus pecados, que se pode aplicar às almas do Purgatório sob a forma de sufrágio”.

Fiéis de todo o mundo poderão obter as indulgências tanto nas peregrinações a Roma, onde estarão as portas santas, quanto nas peregrinações a catedrais e igrejas locais de peregrinação. As formas de alcançar as indulgências estão organizadas em três pontos: nas sagradas peregrinações; nas piedosas visitas aos lugares sagrados; e nas obras de misericórdia e de penitência.

Que possamos viver o Ano Santo na esperança de que nossa missão no seguimento de Jesus Cristo será sempre para promover o amor, a paz e a fraternidade.

## Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus, a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão, e a chama de caridade derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo despertem em nós a bem-aventurada esperança para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho que fermentem a humanidade e o cosmos, na espera confiante dos novos céus e da nova terra, quando, vencidas as potências do Mal, se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu reavive em nós, Peregrinos de Esperança, o desejo dos bens celestes e derrame sobre o mundo inteiro a alegria e a paz do nosso Redentor. A ti, Deus bendito na eternidade, louvor e glória pelos séculos dos séculos. Amém

## Santa Quitéria, Virgem e Mártir

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

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

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

A santa menina, que tinha já consagrado a sua virgindade ao Esposo celeste, Jesus, recusou-se a tal. Por isso, mandava carregar de cadeias por seu cruel pai; foi empurrada para uma enxovia. Mas eis que um anjo a conforta e, enquanto mutuamente se recreiam em suavíssimos colóquios, uma luz celeste e penetrante banha o cárcere. Era a virgem mãe que cortejava por núveos coros de virgens

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

Saiu Quitéria e dirigiu-se para lá.

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

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

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

Traduzido por Torres Jaques

## Palavras Cruzadas (soluções)

### Horizontais

1º feito; psius = 2º e; Forjães; o = 3º da; maier; cl = 4º Ota; srs; ira = 5º raro; i; amor = 6º carábicos = 7º pada; a; alta = 8º ado; one; aal = 9º no; ardil; s.c. = 10º d; Pilatos; e = 11º arola; oásis =

### Verticais

1º fedor; panda = 2º e; atacado; r = 3º if; arado; po = 4º tom; ora; ail = 5º oras; á; orla = 6º jiribanda = 7º pães; i; eito = 8º ser; aca; loa = 9º is; imola; s.s. = 10º u; crostas; i = 11º solar; alces =

### 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](http://www.acarf.pt)

e-mail: [acarfl@sapo.pt](mailto:acarfl@sapo.pt)

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



**Diretora:** Tânia Catarina Balinha Silva

**Subdiretora:** Inês Domingas Pereira de Sá

**Diretora Adjunta:** Beatriz Carvalho de Sá

**Departamento de marketing:** Cristiana Ribeiro Vale

**Secretariado e paginação:** Eduarda Sampaio.

**Fotografia e imagem:** Luís Pedro Ribeiro

**Colaboradores regulares:** ACARF, Fundação Lar de Santo António, Junta de Freguesia de Forjães, Pe. Luís Baeta, Manuel António Torres Jacques, Fátima Alves, Olímpia Pinheiro, EBI Forjães, Marina Aguiar, Pe. José Ferreira Ledo, Elsa Teixeira, 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

Olá, amigos! Tudo bem convosco? Temos muitas novidades para vos contar sobre este mês de janeiro.

Como sabem, o inverno já chegou, é hora de colocar o gorro na cabeça, luvas nas mãos, cachecol no pescoço e ir para a escolinha aprender sobre a estação mais gelada do ano. É verdade, somos pequeninos, mas também aprendemos e fazemos muitas coisas interessantes na nossa escolinha. Por isso é que gostamos muito de ir. Cada dia é uma novidade.

Este mês foi dedicado ao inverno e por isso fizemos várias brincadeiras e experiências incríveis relacionadas com este tema. Por acaso já foram alguma vez à neve? Nós não e estávamos muito tristes por isso, por isso lembrámo-nos de fazer nós a neve. Já

que não podemos ir até ela, vem ela até nós! A nossa não é tão fria como a verdadeira, mas é fofinha, branca e também é muito escorregadia. Foi tão divertido! Até fizemos e atiramos bolas de neve e nos deitamos no chão para fazer anjinhos.

Querem saber o que fizemos mais? Aprendemos quais são os animais da neve e ouvimos histórias sobre eles. Vocês sabem quais são? Se estão a pensar no urso polar e no pinguim, acertaram. Brincamos com o gelo e fizemos pinturas com ele. Grrrrr!!! Só de pensar como era tão frio, até ficamos arrepiados!! Nem sabemos como os pinguins e os ursos aguentam!

Exploramos o nosso boneco de neve gigante. Primeiro, de guarda chuva na mão para nos protegermos da "chuva", fomos

levar-lhe alguma roupa quentinha. Depois, como gostamos tanto dele, disfarçamos o nosso amigo de boneco de neve. Nós sabemos que o Carnaval ainda não chegou, mas ele ficou tão engraçado. Colocamos-lhe um chapéu de palha, um cachecol, um casaco branco, nariz de cenoura, luvas e pintamos o rosto de branco. Ficou mesmo giro! Depois como queríamos levar um para casa, decidimos fazer outro com massa de modelar.

Para além destas brincadeiras, exploramos alguma roupa desta época do ano e observamos alguns elementos do inverno na nossa incrível mesa de luz. Foi tão giro!

Espero que tenham gostado do nosso mês. Foi sem dúvida incrível e gelado!! Grrrr! Adeus, amigos! Voltaremos em breve! Agasalhem-se bem!



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

### "Sorridentes e agradecidos"

É com esta disposição que o Centro de Dia e de Convívio dão início a um novo ano.

Começámos por agradecer ao Zé Miguel e à **Kapuz** o gesto amável e solidário pela oferta de um casaco a cada um dos nossos utentes. Trata-se de um casaco personalizado com o símbolo da ACARF, tornando-o uma peça única que reforçou o sentimento de pertença dos nossos utentes à Instituição. OBRIGADO.

Ao longo deste novo ano, o plano de atividades sociocultural continuará a ter como maior propósito, a ocupação de cada utente e seu envolvimento em atividades que lhes proporcione motivação e entu-

siasmo.

Pretendemos que cada atividade ofereça um dia a dia mais alegre e criativo, promovendo a autoestima e bem-estar. Queremos retardar ou estabilizar o processo de envelhecimento, através da diversidade de atividades, da partilha de saberes, da estimulação das competências cognitivas e da motricidade de cada utente.

Fazem parte do plano, atividades como: boccia, natação, atividade física, oficinas criativas, percursos de literacia digital.... Como habitual também prevemos a participação nas diversas atividades do programa Ativo +, passeios, picnics e época balnear.



Estamos preparados e confiantes para mais um ano repleto de partilhas e aprendi-

dizagens, dando assim continuidade ao trabalho realizado.

# Boletim - Nascente Escolar

## Escola Básica de Forjães

janeiro 2025

### Tás-m'oubir ?

Atividade do Plano Nacional das Artes dá voz aos alunos



É uma atividade desenvolvida pelas colegas Ana Sofia Vieira e Conceição Viera, coordenadoras do PNA, que promove a escuta ativa dos alunos sobre a arte e a cultura. Ao longo de duas horas e meia, os alunos da turma 8.º FB refletiram sobre a arte e a cultura: o modo como está presente nas suas vidas; onde se encontra; as suas diferentes vertentes e manifestações... Quando

auscultados sobre “O que é a cultura?” Surgiram respostas como “A família é cultura”; “A agricultura é cultura”, “Cultura é conhecimento”, “A cultura cheira a infância”, “A cultura é gastronomia, música, poesia”... Ou seja, a cultura não está confinada aos museus ou casas de espetáculo. É algo que nos rodeia, que é milenar, e nos identifica e distingue.

A partir da seleção de um dos múltiplos objetos colocados à sua disposição, os alunos foram desafiados a selecionar um deles e a falarem sobre as suas escolhas: “Escolhi uma chave, pois a chave abre portas e eu gosto de me abrir para tudo o que é novo...” dizia o Gonçalo acerca da sua escolha.

Num outro momento, em grupo, refletiu-se a partir da questão “Como vês a cultura da tua escola?”, promovendo-se a discussão acerca da escola, dos diferentes espaços, das pessoas, dos medos, das angústias, mas também sobre alegrias e oportunidades e sobre o posicionamento de cada um face às atividades desenvolvidas no espaço escolar e/ou promovidas pela escola.

Porque tudo isto é cultura e a cultura é intrínseca ao ser humano, urge promover a reflexão e partilha, desenvolvendo sentido crítico e criatividade entre os nossos alunos.

A equipa da Biblioteca

### Ler Camões

No dia 23 de janeiro foi dia de LER CAMÕES no país inteiro, como resposta ao desafio lançado pela Rede de Bibliotecas Escolares no âmbito das comemorações dos 500 anos do aniversário do nascimento do poeta.

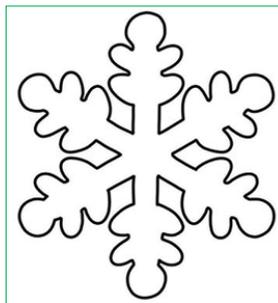
Na Biblioteca da Escola Básica de Forjães, os alunos das turmas 8º FB, 9º FA e 9º FB, leram sonetos e esparsas daquele que é considerado por muitos, o maior poeta português de todos os tempos e o grande embaixador da língua portuguesa.

Assim, em jeito de homenagem, leu-se Camões, num momento que para muitos constituiu o primeiro contacto com a lírica camoniana, fazendo-se também um tributo à língua .



A equipa da Biblioteca

### “Flocos de Neve Coloridos”



Era uma vez um país que se chamava “País dos Mundos” e ficava no “Continente dos Sonhos”.

Pintamos os flocos de neve com a cor que mais gostamos, porque na nossa imaginação a neve é da cor que cada um quer.

Neste país há um parque de diversões, uma roda gigante, cadeiras que voam lá no alto, um carrocel de sereias, um comboio que anda na estrada, porque tem rodas especiais. O pai natal está vestido de verde, preto, dourado e prateado e está sempre neste parque.

Neste país não existem guerras nem fome, as pessoas são empáticas e amigas.

A comida é esparguete de todas as cores com pepino, alface, tomate e uma espécie de carne que só existe neste país. Na rua existem muitas árvores de natal com luzes douradas e neve colorida.

Neste país as pessoas estão sempre felizes, cantam na rua e fazem piruetas. As pessoas deste país são “Empatilhosas” que é uma coisa muito boa.

Autores: Ana Clara, Camila, Eva, Maria Inês e Mário Benjamim

(História inventada pelo grupo a propósito dos flocos de neve que pintaram)

Pré-escolar, turma FD

### Visita da escritora Nisa Silveira



No dia 17 de janeiro, a nossa escola recebeu a visita da escritora Nisa Silveira, que veio apresentar o seu livro “A fada Annika”.

Este livro conta a história de um menino que passava o tempo a complicar a vida dos colegas da escola. No dia do seu aniversário, descobriu de uma forma muito triste que a vida nos

retribui sempre aquilo que fazemos, é como um “Boomerang”. É nesse dia que lhe aparece a “Fada Annika” e o ajuda a pensar e a refletir sobre as suas atitudes.

Foi muito bom receber a visita desta escritora, que nos mostrou que devemos tentar fazer sempre o bem e ajudar os outros.

Descobrimos que a vida é como um “Boomerang”: tudo o que lançamos, recebemos de volta ou talvez em dobro. Ao tratarmos bem os outros, sereamos umas pessoas melhores e certamente mais felizes.

Obrigado, Nisa, por esta lição e por nos ensinarem com o coração!

Alunos do Centro Escolar de Forjães

Boletim Nascente Escolar

janeiro - 2025



Diretora: Professora Paula Cepa

Redação: Escola Básica de Forjães

Colaboração: Profª Rosa Felgueiras e todos os que assinaram os textos.

Revisão: Profª. 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

## Concelho de Esposende recupera autonomia das suas freguesias

Novo mapa territorial será composto por treze freguesias e uma União de Freguesias

Após um longo e moroso processo, o concelho de Esposende viu confirmada, pela Assembleia da República, a desagregação das freguesias, repondo, praticamente na totalidade, todas as freguesias, devolvendo-lhes autonomia administrativa e identidade.

Com exceção de Fonte Boa e Rio Tinto, que manterão a União de Freguesias, em virtude de Rio Tinto não cumprir os critérios exigidos para a desagregação, todas as demais freguesias concelhias recuperam a sua autonomia administrativa. Estão, assim, repostas as freguesias de Esposende, Marinhãs, Gandra, Belinho, Mar, Palmeira de Faro, Curvos, Apúlia e Fão, mantendo-se, como referido, a União das Freguesias de Fonte Boa e Rio Tinto, sendo que Antas, Forjães, Gemeses e Vila Chã sempre se mantiveram autónomas.

“Um dia histórico para o Município e para as freguesias do concelho”, afirma o Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Guilherme Emílio, considerando que “fez-se justiça face a um processo que nunca deveria ter ocorrido, dado que a agregação nada trouxe de benéfico para as freguesias e as suas populações”.

“A reposição da autonomia era, pois, uma questão da mais elementar justiça para com estas freguesias, que foram agregadas contra a sua vontade, tanto mais que cada uma delas tem a sua identidade própria, que importa manter e preservar”, afirma o autarca, notando que “no concelho de Esposende sempre se verificou coerência no pensamento e das ações dos envolvidos no processo”.

Tanto a Câmara Municipal como a Assembleia Municipal, Juntas e Assembleias

de Freguesia sempre se manifestaram contra o processo de agregação, por não verem vantagens nesta reforma administrativa. Neste sentido, quando em dezembro de 2021, se perspetivou a possibilidade de reversão do processo, através da lei que determinou a reorganização do mapa administrativo, o Município encetou, desde logo, diligências com vista à reposição da autonomia das freguesias concelhias. Inicialmente, promoveu várias reuniões com os elementos do executivo municipal, Assembleia Municipal e representantes das freguesias agregadas. Posteriormente, e de forma a garantir uniformidade dos procedimentos em todas as freguesias, em simultâneo e dentro do espírito de unidade, coordenação e união, respeitando os procedimentos e a calendarização determinados, a Câmara Municipal assegurou às

Unões de Freguesia o apoio de uma Comissão constituída para o efeito, de onde se destacam, pelo elevado conhecimento técnico, os juristas Carlos José Batalhão e Pedro Mota e Costa. Neste contexto, foram desenvolvidos os procedimentos relativos a cada um dos processos das cinco Unões de Freguesias, que culminou com a submissão das respetivas propostas, devidamente fundamentadas, à Câmara Municipal e, posteriormente, à Assembleia Municipal, para aprovação. O processo seguiu então para a Assembleia da República, confirmando-se o desfecho positivo destas diligências, por via da aprovação do decreto-lei que efetiva a tão ansiada desagregação.

## Livros digitais e audiolivros disponíveis gratuitamente na Biblioteca Municipal de Esposende

Desde o dia 27 de janeiro, a Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura, em Esposende, disponibiliza um novo serviço aos seus utilizadores, gratuito, o empréstimo de livros digitais e de audiolivros, através da plataforma BiblioLed.

Trata-se de uma iniciativa da Direção Geral do Livro, dos Arquivos e das Bibliotecas (DGLAB), financiada pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) e gerida pelas Redes Intermunicipais e Metropolitanas de Bibliotecas Públicas aderentes, de que podem usufruir todos os utilizadores das bibliotecas integrantes da Rede

Nacional de Bibliotecas Públicas, onde se insere a Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura.

Este serviço possibilita o acesso permanente, e a partir de qualquer lugar, através de smartphones, computadores, tablets, e-readers e leitura online, sendo possível personalizar o modo de leitura para melhor conforto e para melhor acomodação de pessoas invisuais.

Para poder usufruir da BiblioLed, os utilizadores da Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura terão de fazer a inscrição prévia online, em <https://cavado.biblioled.gov.pt/>.

Depois de validada a inscrição, o acesso poderá ser feito na página online ou através da aplicação, disponível na AppStore e GooglePlay.

O catálogo na BiblioLed é constituído por 1500 títulos de ficção e não-ficção, maioritariamente em língua portuguesa, para públicos-alvo diversos. Este novo serviço visa complementar a oferta das bibliotecas públicas, ao fomentar o acesso aos livros e à informação à distância, suprimindo as barreiras físicas que distanciam alguns utilizadores do espaço da biblioteca municipal. Por via da disponibilização de

mais este serviço, a Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura está a contribuir para promover o livro e a leitura, em linha com o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

Para mais informações, pode ser consultada a página da BiblioLed ou ser contactada a Biblioteca Municipal de Esposende, através do endereço de e-mail [biblioteca.municipal@cm-esposende.pt](mailto:biblioteca.municipal@cm-esposende.pt) ou pelo telefone 253 960 181.

## Município implementa plataforma interativa para aprendizagem da matemática

Projeto Hypatiamat abrange 3200 alunos/as do 1.º ao 9.º ano

Cerca de 3200 alunos, do 1.º ao 9.º ano de escolaridade, a frequentar das escolas do concelho de Esposende, vão ser abrangidos, no presente ano letivo, pelo projeto Hypatiamat. Trata-se de uma plataforma digital que dispõe de muitas aplicações hipermédia focadas nos conteúdos de Matemática, que contribuirá para proporcionar um ambiente de aprendizagem rico em tecnologia, facilitador da aprendizagem da disciplina.

Esta ferramenta digital, disponibilizada no âmbito da Comunidade Intermunicipal (CIM) do Cávado, aproveita o gosto natural dos alunos por ambientes tecnológicos para melhorar a aprendizagem e o rendi-

mento escolar e tornar a aprendizagem de matemática um prazer, sempre com o envolvimento de professores/as e encarregados/as de educação.

A estratégia pedagógica da aplicação é desenhada com o objetivo de despertar o gosto pela Matemática e uma melhor compreensão da sua natureza utilizando tecnologias em sala de aula, através dos recursos disponíveis na plataforma, entre os quais os jogos Hypatiamat, destinados à promoção de competências lógico-matemáticas e também de competências transversais. Ao nível da aprendizagem dos alunos, a plataforma estimula o trabalho individual, possibilitando trabalhar aplicações de con-

teúdos e jogos sérios e outros conteúdos diversificados, de acordo com o ritmo de desenvolvimento de cada um e facilitando a apropriação de vocabulário específico matemático. O backoffice da plataforma permite uma monitorização e orientação das aprendizagens.

Constitui igualmente um instrumento de intervenção preventiva do Projeto Sucesso para Todos, do Plano Intermunicipal de Promoção do Sucesso Escolar (PIPSE), da CIM do Cávado, sendo uma prioridade estratégica no contexto educativo local, no quadro das medidas de promoção do sucesso escolar, desenhadas e implementadas em articulação com os Agrupamentos

de Escolas António Correia de Oliveira e António Rodrigues Sampaio, e Escola Secundária Henrique Medina.

No âmbito das medidas de implementação e dinamização deste recurso digital, será realizada uma oficina de capacitação Hypatiamat dirigida a professores/as, e serão promovidas sessões de esclarecimento de dúvidas e visitas de acompanhamento técnico às escolas por parte da equipa técnica do Projeto, e a realização de Campeonato de Cálculo Mental Hypatiamat, de âmbito nacional, no final do ano letivo.

## FORJÃES EM CENA

### Grupo Infanto Juvenil

O Grupo Forjães em Cena há já muito tempo que ambicionava a criação de um Grupo Infantojuvenil. Concretizamos este projeto em 2024 e atualmente integra 22 crianças/ adolescentes. A primeira peça escolhida foi "O Lobo que queria ser Pai



Natal", que se estreou no dia 7 de Dezembro, inserida nas comemorações da Vila Natal 2024. No dia 16, esteve presente na Escola Básica de Forjães para presentear algumas turmas do 1.º e 2.º ciclos com uma brilhante atuação. No dia 20, participamos na Festa de Natal da Fundação Lar de Santo António, na qual fomos recebidos com muito carinho e muitos sorrisos. Um momento inesquecível de partilha e aprendizagem entre gerações. Quisemos terminar a época festiva de uma forma muito especial, com um espetáculo solidário, no dia 5 de Janeiro, no Auditório do Centro Cultural

Escolas Rodrigues de Faria. Todo o valor angariado foi oferecido ao jovem Forjanense Hugo Almeida Sá e aos seus Pais, para ajuda nas despesas que suportam diariamente. O Huguinho e seus pais agradecem, a todos, o contributo, a generosidade, o carinho e a solidariedade demonstrados. O Grupo Forjães em Cena agradece também a todos vocês. Provamos que Juntos conseguimos mover o Mundo. Agora, as nossas atenções estão viradas para a estreia da peça que se encontra a ser encenada pelos elementos do grupo adulto e acontecerá muito em breve.



### "O Lobo que queria ser Pai Natal"

#### Sinopse

"O Lobo que Queria Ser Pai Natal" retrata a história de um lobo que, cansado de ser temido por todos os outros animais da floresta, decide mudar a sua imagem e quer ser o Pai Natal. Ele acredita que, ao fazer isso, poderá ser amado e respeitado de uma forma diferente. Quando encontra o Pai Natal, este diz-lhe que o Pai Natal é só um. Mas que o futuro está nas mãos do Lobo Mau e que ele pode mudar as histórias... Se não quer ser mau, que não seja mau! Mas não é preciso ser Pai Natal! Há



muitas outras formas de ajudar e de tornar o Mundo Melhor!!!

#### Ficha Técnica e Artística

**Encenação:** Olga Dias

**Cenário:** Forjães em Cena, Famílias das Personagens, Isabel Moura, Leonor Cruz e Beatriz Maranhão Pereira

**Figurinos:** Forjães em Cena

**Operação som:** Mariana Ribeiro e Martim Tomé

**Produção:** FORJÃES EM CENA

**Personagens / Interpretes**

Rena Julieta- Rita Faria

Pai Natal – Inês Magalhães

Mãe Natal – Edite Dias/Carolina Couto

Lobo Mau– Francisca Magalhães

Pai Lobo – Enzo Correia /Mário Costa

Mãe Lobo – Carolina Vieira

Capuchinho Vermelho – Francisca Sá

Avozinha- Carolina Simão /Matilde Dias

Porquinho Trabalhador-Gonçalo Sá

Porquinho Cool-Mateus Maranhão

Porquinho Cómico- Guilherme Arezes

Rena-Maria Flor Costa

Duendes- Afonso Simão; Anita Neiva; Benjamin Costa; Gabriel Tomé; Nuno Alves; Sofia Alves.

**AGRADECIMENTOS DO GRUPO FORJÃES EM CENA**

A todas as personagens e aos seus Pais por abraçarem este Projeto.

À Beatriz Maranhão Pereira, pela prestigiosa colaboração na elaboração do nosso cenário.

À Joana Coutinho (Animagia) pelo trabalho de Excelência na caracterização das personagens.

À Junta de Freguesia de Forjães, pela cedência do espaço para os ensaios e por todo o apoio prestado.

E a todos os que têm colaborado das mais diversas formas com o nosso grupo.

decoração  
**FACHADAS  
MONTRAS**

**GRÁFICA**  
offset e digital  
**PUBLICAÇÕES**

impressão  
**GRANDES  
FORMATOS**

publicidade  
**OUTDOOR  
VIATURAS**

corte/gravação  
**CNC FRESA  
CNC LASER**

**DIVULGAÇÕES  
RECLAMOS**  
sinalética

**DESIGN  
GRÁFICO**  
serviços

personalizações  
**CARTÕES PVC  
CARIMBOS**

*Pontodecópias*  
**CENTRO  
DE CÓPIAS**

*Pontodecópias*

# PUBLIZENDE

*O que fazemos, fazemos bem.*

@ [correio@publizende.com](mailto: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*

## Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães

Durante o mês de Janeiro, o Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães percorreu toda a vila de Forjães em busca de manter a tradição.

O típico “Cantar das Janeiras” pelas portas este ano não fugiu à regra. Foi um mês de noites frias e gélidas, mas nada impediu que os elementos do G.A.D.T Forjães levassem os seus cânticos porta a porta,



em busca, não só de uma contribuição por parte dos forjanenses para apoio das atividades anuais, como também levar o que é tradição a casa dos habitantes desta vila. Terminavam o cântico desejando um Bom Ano a toda aquela família que os recebia. Mais um ano se passou onde o grupo foi muito bem recebido por toda a comunidade forjanense. Cada vez mais são as famílias que fazem questão de os receber, abrindo as portas de sua casa, algumas até mesmo presenteando os elementos com um pequeno reforço (lanche) ou o típico vinho do Porto, o que nos mostra o maior interesse ainda pela nossa cultura de tradições.

No passado dia 25 de janeiro a Junta de freguesia de Forjães fez questão de também abrir as suas portas e receber os cantares do Reis. Marcou presença o Sr presidente e a sua comitiva, da qual partilharam nas suas redes sociais os cânticos do grupo.



Vitor Quintão, presidente da junta de freguesia de Forjães aproveitou e deixou umas palavras amigas a todos os elementos ali presentes, a todos os habitantes desta Vila e a todos os Forjanenses no estrangeiro.

Depois de percorrer a Vila, o grupo já considera tradição ir visitar e levar os cânticos a casa dos elementos e amigos do grupo, bem como a Vila Nova de Famalicão e algumas freguesias do concelho de Esposende, onde foram igualmente muito bem recebidos.

## Forjanense Ricardo Dias volta a vencer

### Corrida de Ano Novo abriu calendário desportivo de 2025 do Município de Esposende



A marcar o arranque do calendário desportivo do Município de Esposende realizou-se, no passado dia 11 de janeiro, a sétima edição da Corrida de Ano Novo. Integrando as vertentes de Corrida (10 Km), Caminhada (8 Km) e a prova Kids Run, direcionada para os mais novos, o evento envolveu 1700 participantes, imprimindo à cidade

uma forte dinâmica desportiva, que se refletiu também ao nível comercial.

Na prova principal, a corrida, o forjanense Ricardo Dias, do GD Castelense, voltou a afirmar-se como o grande vencedor, ao fazer o percurso em 00:31:31. Foi acompanhado no pódio por Hugo Silva, atleta do Olímpico Vianense (00:32:56) e por Luís Ceia, atleta da equipa Cyclones Sanitop (00:32:58). No escalão feminino, a prova foi ganha pela atleta Doroteia Peixoto, da equipa os Amigos da Montanha, com o tempo de 00:35:30, em segundo lugar classificou-se a Paula Marques (00:40:19) e, em terceiro, ficou Beatriz Passos (00:40:43), ambas atletas da Team El Comandante.

Iniciou-se, assim, o vasto programa desportivo do Município para

2025, onde se incluem três grandes eventos, nomeadamente, o IX Trail de Esposende, no dia 23 de março, a III Meia Maratona do Cávado, no dia 18 de maio, e a VII Corrida Esposende Marginal à Noite, no dia 5 de julho.

Paralelamente a estes eventos, e visando a promoção de um estilo de vida saudável, o Município dispõe de programas mensais de caminhadas (ver pág. 16) e corridas adaptadas (cartaz ao lado). Assim, no último domingo do mês, decorre o programa de caminhadas “Esposende em Movimento”, que, em 2025, se propõe percorrer todo concelho de Esposende, num total de 150 Km, ao longo de dez etapas. Já no primeiro domingo do mês, mantém-se o programa Esposende Run, com sessões de treino livre, por percursos sinalizados e de acordo com o nível de preparação de cada participante, cuja participação é totalmente gratuita. Mais informações disponíveis no portal do desporto da Câmara Municipal, em <https://www.desporto.esposende.pt/>.



#### PROGRAMA

11 JANEIRO CORRIDA DE ANO NOVO ESPOSENDE	13 JULHO VISITA AO PICOTINHO BELINHO
2 FEVEREIRO ECOVIA DO CÁVADO FONTE BOA	6 AGOSTO SUNSET RUNNING ESPOSENDE
2 MARÇO ARRIBA FOSSIL VILA CHÁ	7 SETEMBRO GEMESES, TERRA DE PASSAGEM GEMESES
13 ABRIL BOTA DO SARGAÇO APULIA	5 OUTUBRO EM TERRA DE ZARAGUE RIO TINTO
4 MAIO ENTRE VALES E QUINTAS PALMEIRA/CURVOS	2 NOVEMBRO DESCIDA DO NEIVA FORJÃES
1 JUNHO BOTA DA CLARINHA FÃO	7 DEZEMBRO CORRIDA DE NATAL ESPOSENDE



## Janeiras

Durante o mês de janeiro, o Forjães Sport Clube (Forjães SC) continuou a perpetuar uma das mais emblemáticas tradições da nossa vila: o Cantar das Janeiras. Com um espírito contagiante de alegria e união, o clube vestiu-se de entusiasmo e dedicação, levando boa disposição a cada recanto das ruas da nossa comunidade.

Em cada rua por onde passaram, os membros do clube foram recebidos calorosamente pelos habitantes de Forjães. As boas-vindas e as palavras de agradecimento que nos foram dirigidas foram, sem dúvida, uma das maiores recompensas para todos os que participaram nesta iniciativa. Além dos cânticos, o calor humano e os momentos de partilha que se criaram entre os membros do Forjães SC e a população local foram, sem dúvida, os

ingredientes que tornaram esta experiência ainda mais memorável.

Queremos, assim, expressar a nossa sincera gratidão a todos os que nos acolheram de braços abertos e contribuíram para o sucesso desta iniciativa. As trocas de palavras e os sorrisos durante os nossos percursos pelas ruas da vila permanecerão como lembranças especiais que alimentam o sentido de comunidade que é tão forte em Forjães. Foi, sem dúvida, uma celebração de todos, onde a união e a tradição se entrelaçaram, dando um toque único ao início de mais um ano.

Obrigado a todos pelo apoio e carinho demonstrados. Vamos continuar a fazer história, unidos em nome da tradição, da alegria e do bem-estar comum.



## Forjães Sport Club garante lugar nos oitavos de final da Taça

No passado dia 26 de janeiro, o Forjães Sport Club (Forjães SC) recebeu e venceu o Futebol Clube de Roriz em jogo a contar para os dezasseis avos de final da Taça da Associação de Futebol de Braga, uma competição de grande prestígio a nível regional. O encontro teve lugar no Estádio Horácio Queirós, num dia de inverno caracterizado por condições meteorológicas adversas, com chuva e vento fortes, o que conferiu um ambiente desafiante para ambas as equipas.

O Forjães SC entrou em campo determinado a conquistar a vitória e garantir o apuramento para a fase seguinte da competição. Com um jogo bem controlado desde o início, a equipa da casa não deu margem para dúvidas, exibindo uma postura sólida e eficaz. O resultado de 3-0 refletiu a superioridade da equipa, com os golos marcados por Miguel, Simões e Ramalho.

À medida que o jogo se encaminhava para o seu desfecho, com a vantagem confortável garantida, o treinador do Forjães SC, Carioca, fez a entrada de dois jovens da formação, Afonso Carneiro e Rodrigo Matos. A aposta na juventude foi uma clara demonstração de confiança no trabalho desenvolvido nas camadas mais jovens do clube, bem como uma estratégia para garantir a continuidade do seu crescimento e sucesso. O momento que mais se destacou foi a entrada de Afonso Carneiro, um jovem júnior com grande potencial, neto de José de Fontes Carneiro, um dos sócios fundadores do Forjães SC.

Este momento simbolizou um momento de grande significado para a história do clube. Afonso Carneiro, ao pisar o relvado do Estádio Horácio Queirós, não só deu continuidade à tradição do Forjães SC, como também representou a ligação profunda entre as gerações do clube. José de Fontes Carneiro, avô de Afonso, foi um dos pilares da fundação do clube e, por isso, a sua presença através do neto reforçou o vínculo emocional e histórico que une a família Carneiro ao Forjães SC.

Este ato, além de ser um momento de grande simbolismo para o clube, também projeta um futuro promissor para a instituição, com a presença de jovens talentos a darem continuidade à rica história do Forjães SC.

## Forjães Sport Club celebra Jantar de Reis com casa cheia



O Forjães Sport Club teve o prazer de organizar, pela primeira vez, um Jantar de Reis, uma iniciativa que se revelou um sucesso absoluto. O evento, realizado com o intuito de fortalecer os laços entre os sócios, adeptos, simpatizantes e atletas do clube, foi um marco na história da instituição. A noite, que contou com a presença de uma vasta comunidade, foi uma verdadeira celebração do espírito de união e amizade que caracteriza o Forjães

Sport Club.

Os convidados puderam desfrutar de um ambiente acolhedor e festivo, onde a boa comida se conjugou com momentos de animação, proporcionando uma experiência inesquecível para todos os presentes. O evento destacou-se não apenas pela qualidade do serviço, mas também pela boa disposição que permeou o ambiente, criando memórias que, sem dúvida, perdurarão ao longo do ano.

Este Jantar de Reis simbolizou, assim, uma forma especial e original de dar início ao novo ano, promovendo a confraternização e o fortalecimento da comunidade desportiva e social do Forjães Sport Club. Ao reunir diversos elementos da comunidade, o evento demonstrou a vitalidade do clube e a importância de eventos que promovam o encontro e a interação entre todos os seus membros.

Este tipo de iniciativas reforça o papel do Forjães Sport Club como um ponto de encontro importante na localidade, não só para a prática desportiva, mas também para a promoção de momentos de lazer e convívio que enriquecem a vida social e cultural da região. Sem dúvida, o Jantar de Reis 2025 entra para a história como um evento de grande sucesso, marcando o início de uma tradição que, certamente, será repetida nos anos vindouros.



## Entrecosto com abacate

1,2 kg de entrecosto (pedaços); 4 dentes de alho; 2 dl de vinho tinto; 2 abacates; 1 limão (sumo); 1,5 dl de azeite; sal, pimenta, sumo de limão, farinha, molho de soja e hortelã q.b.

Tempere o entrecosto com os alhos picados, sal, pimenta e o vinho tinto. Descasque os abacates e corte-os em cubos pequenos para uma tigela. Regue-os com o sumo de limão, envolva e reserve. Retire os cubos de entrecosto da marinada, reservando-a, passe-os por farinha e frite-os no azeite, de ambos os lados. Regue com a marinada e cozinhe lentamente, em lume brando. Por fim, junte um pouco de molho de soja e envolva. Transfira tudo para uma travessa e junte o abacate e hortelã. Sirva de seguida.

## Tarte de caramelo, flor de sal e chocolate

**Base:** 370 g de bolachas digestivas; 120g de manteiga sem sal

**Recheio:** 180 ml de natas; 90 g de manteiga; 100 ml de água; 330 g de açúcar; flor de sal q.b. **Cobertura:** 75 g de chocolate para culinária 85% cacau; 150 g de chocolate de culinária; 150 ml de natas

Forre com papel vegetal o fundo de uma tarteira de base amovível com 25 cm de diâmetro. Reserve. Faça a base: triture as bolachas com a manteiga à temperatura ambiente. Forre o fundo da tarteira com este preparado, pressionando bem para que fique bem preso. Leve ao frio durante 1 hora. Prepare o recheio: Leve ao lume um tacho com as natas e a manteiga e deixe levantar fervura. Reserve. Leve ao lume um tacho maior com a água e o açúcar e deixe que este derreta. Quando começar a ficar dourado, vá mexendo o tacho. Quando atingir uma cor âmbar escuro adicione cuidadosamente a mistura das natas. Verta este caramelo para a tarteira e leve ao frio por 10 minutos. Retire a tarte do frio e salpique o caramelo com flor de sal. Reserve. Cobertura. Pique os chocolates em pedaços pequenos e coloque-os numa taça. Acrescente as natas a ferver e mexa bem até obter uma mistura lisa. Verta o chocolate sobre a camada de caramelo e leve a tarte ao frio para solidificar. Para servir, aqueça uma faca para cortar a tarte.

## Estatuto editorial

- “O Forjanense” é uma publicação periódica de caráter local e regional, independente de qualquer poder político, económico, religioso e associativo, porque só assim cumpre a sua função essencial perante os leitores;
- “O Forjanense” é um jornal ao serviço da comunidade local, tendo como principal objetivo assegurar aos leitores o direito a serem informados com verdade, rigor e isenção;
- “O Forjanense” dedica-se à defesa dos interesses locais do concelho e da região, e à promoção de valores culturais, sociais e económicos das suas populações;
- Enquanto órgão de informação fundado pela ACARF, “O Forjanense” procurará ser o espelho das atividades por esta desenvolvidas, nas suas diversas valências;

• “O Forjanense” terá como objetivo e preocupação uma informação o mais rigorosa possível, apartidária, objetiva e pluralista, de modo a refletir a diversidade e riqueza do pensamento e da atuação dos diversos parceiros sociais;

• O Jornal “O Forjanense” compromete-se a cumprir os princípios éticos e deontológicos inerentes à atividade jornalística, a respeitar a dignidade, os direitos e a boa-fé dos leitores;

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

Forjães, 30 de setembro de 2022  
A Diretora de “O Forjanense”  
Tânia Catarina Balinha Silva

## Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

### Horizontais

1º amadurecido; som sibilante para calar, ou chamar “Plu.” = 2º vila natal do autor das palavras cruzadas = 3º oferece; famoso parque de Lisboa; cento e cinquenta em números Romanos = 4º local que era previsto para o novo aeroporto de Lisboa; abreviatura de senhores; movimento terrorista da Irlanda = 5º extraordinário; sentimento profundo = 6º insectos carnívoros, da ordem dos coleópteros = 7º pequeno pão; aumento = 8º milho torrado; “um” em inglês; árvore terebintácea, cuja casca aromatiza o vinho = 9º laço; astúcia; socorros católicos “Abr.” = 10º lavou as mãos, depois de condenar Jesus = 11º mentirola; terreno coberto de vegetação no deserto =

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

### Verticais

1º cheiro nauseabundo; ave pnalta asiática = 2º carregado = 3º “Se” em inglês; instrumento agrícola; poeira = 4º maneira; medida grega de comprimento; “alho” em francês = 5º rezas; cercadura = 6º descompostura = 7º pão, ao plural; seguidamente, a fio = 8º tudo o que existe; mau cheiro; apologia = 9º “É” em inglês; sacrifica pelo fogo; santíssimo sacramento = 10º côdeas = 11º morada de família nobre; espécie de veado das regiões do Norte “plural” =

soluções pág. 7

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



**carne verde  
fumada  
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 que aconteceu ao SNS?



**Elsa Teixeira**

O que aconteceu ao nosso Serviço Nacional de Saúde (SNS), como fazem as pessoas que não tem outra alternativa?

Um destes dias tive de me deslocar a uma urgência pública, não me lembro de passar situação semelhante, dor intensa abdominal de tal forma insuportável que fez com que me dirigisse, depois de ligar ao SNS24, a um hospital público. As dores eram tantas que acabei por me dirigir ao hospital errado, mas que por sinal é um hospital distrital, e onde fui atendida na mesma. No entanto fiquei perplexa com

o que lá se passa... as condições de alguns hospitais não são dignas para quem lá trabalha, nem para quem lá é recebido, no momento em que nos dirigimos a uma urgência com certeza que não estamos bem, mas quando começámos a sentirmo-nos melhor começámos a perceber, como alguns serviços estão com falta de recursos materiais dignos - porque sim, as instalações de trabalho são fundamentais para quem trabalha, e porque trabalhar num hospital que parece "abandonado" todo o ano não deve ser particularmente motivador, nem salutar (não duvido que há quem trabalhe em condições piores como os médicos sem fronteiras, mas são situações de catástrofe ou guerra). Ninguém deveria trabalhar sem condições de forma permanente e sem fim à vista!

Depois, fiquei verdadeiramente chocada da forma como as equipas estão de costas voltadas entre si, como a falta de comunicação revela problemas de compromisso entre os elementos da equipa - como parece que não vestem todos a mes-

ma camisola. O cuidado e falta de empatia, entre utente e corpo clínico (e vice-versa em alguns casos, felizmente não todos).

Fui utente assídua do SNS durante anos, no acompanhamento de uma doença que me acompanha para a vida, tive um percurso de anos dentro de um serviço, que sempre foi de excelência, onde sempre senti confiança total, que me acompanharam na gravidez e no nascimento dos dois filhos, e que mesmo tendo seguro de saúde preferi sempre o SNS, até agora.

No seguimento da minha ida à urgência foi examinada, medicada e por fim para ter um diagnóstico conclusivo seria necessário fazer um exame, mas o equipamento só estaria disponível de manhã, quando chegasse a equipa para trabalhar, eram 3h da manhã. Regressei a casa, com indicação que se não estivesse melhor em dois dias, teria de regressar.

Dormi e no dia seguinte o meu marido levou-me a uma urgência privada. Repeti análises e fiz os exames que não foi possível fazer no serviço público, fui operada

de urgência. Senti sempre confiança no serviço, desde a forma como fui acolhida pelos médicos, enfermeiros e auxiliares, senti que as pessoas estavam lá a cuidar de mim. Mesmo no momento da decisão do internamento, essa equipa foi imparcial quando perguntaram se optaria por ir ao serviço público ou se ficaria ali. Pela primeira vez, senti que ali seria mais bem cuidada...

Felizmente que temos seguro de saúde, mas como faz quem não tem? Como fazem as pessoas que não tem outra alternativa? Que tem empregos que têm de manter e que não se coadunam com a atual celeridade do SNS, ficam por tratar? São tratadas a tempo?

Queremos um SNS? Temos de ter condições para o ter e para pagar quem lá trabalha!

## CRÓNICA

### Saúde

#### HPV - Vírus do papiloma humano parte I



**Marina Aguiar\***

O HPV, ou Vírus do Papiloma Humano, é responsável por um elevado número de infeções, que na maioria das vezes são assintomáticas e de regressão espontânea. Esta é uma das infeções de transmissão sexual mais comuns a nível mundial.

O HPV pode originar lesões benignas, como as verrugas, os condilomas e as lesões benignas da orofaringe, e, em situações relativamente raras, pode evoluir para cancro, com destaque especial para o cancro do colo do útero.

Como o nome faz supor, o HPV é um vírus frequente nos humanos, responsável

pela formação de lesões chamadas papilomas. Existem diferentes tipos de HPV; alguns tipos podem infetar a área anogenital, enquanto outros infetam áreas como os pés ou as mãos, onde podem originar verrugas ou "cravos". Os vírus que infetam a área anogenital podem ser transmitidos durante o sexo vaginal, oral ou anal, ou durante o contacto íntimo de pele com pele entre pessoas em que pelo menos um esteja infetado.

Na população sexualmente ativa, 50 a 80% dos indivíduos adquirem infeção por HPV nalguma altura da sua vida, apesar de, na grande maioria dos casos, não haver evolução para doença sintomática.

O cancro do colo do útero, o segundo tipo de cancro mais frequente na mulher em todo o mundo, é a doença mais relevante associada à infeção por HPV, especialmente quando não é detetado precocemente, evoluindo para formas invasivas. Na realidade, aproximadamente 100% dos casos de cancro do colo do útero estão relacionados com infeção por HPV. A evolução para cancro do colo do útero é muito

lenta e, geralmente, assintomática.

A infeção persistente por HPV tem um período de latência prolongado (anos ou décadas entre o início da infeção e o desenvolvimento de tumores) passando por diversas fases.

Até à data, existem mais de 200 tipos de HPV identificados dos quais cerca de 40 infetam, preferencialmente, o sistema anogenital: vulva, vagina, colo do útero, pénis e áreas perianais.

Relativamente ao cancro do colo do útero, os dados nacionais existentes apontam para cerca de 1.000 novos casos todos os anos, com uma taxa de incidência de 20,95/100.000 mulheres, para todas as idades. A mortalidade total por cancro do colo do útero em Portugal é de 4,5/100.000 mulheres acima dos 15 anos de idade. O HPV também pode estar associado a cancro da vulva, pénis e ânus, entre outros.

#### Sintomas

O HPV provoca frequentemente uma infeção silenciosa em que muitos dos infetados não têm sintomas nem sinais. Por

vezes, as verrugas estão presentes mas não visíveis por se encontrarem numa parte interna do corpo, ou por serem muito pequenas.

As verrugas anogenitais, também chamadas condilomas, podem apresentar-se como pequenas lesões elevadas, tipo couve-flor, ou podem ser planas.

Nas mulheres, as verrugas podem aparecer na vulva, colo do útero, coxas, ânus, reto, ou uretra.

O HPV não parece afetar a capacidade de engravidar. Em situações muito raras, o HPV pode alojar-se na orofaringe da criança infetada durante o parto. Durante a gravidez, o número e tamanho das verrugas pode aumentar, mas normalmente diminuem depois do parto.

*continua na próx. edição*

*Fontes :  
Portal da Saúde, Programa Nacional de  
Saúde Reprodutiva  
\*Médica Dentista*

## ROMARIA DE SANTA MARINHA 2025

**EXCURSÃO – AMENDOEIRAS EM FLOR, FEIRA DO FUMEIRO & CARNAVAL DOS CARETOS!**

ITINERÁRIO:

Saída: 7h00 – Forjães  
 Régua - Amendoeiras em Flor  
 Pinhão - Amendoeiras em Flor  
 Favaio - Prova de favaio  
 Alijó - Passagem  
 Vila Flor - Amendoeiras em Flor  
 Mirandela – Feira do Fumeiro (Almoço Livre)  
 Podence – Carnaval dos Caretos

Chegada prevista: 19h00 – Forjães

Valor da inscrição: 25 romarias (sem almoço)

Destaques da excursão:  
 Desfruta da beleza das amendoeiras em flor no Douro

Explora as barracas da tradicional Feira do Fumeiro de Mirandela

Vive a animação do Carnaval dos Caretos de Podence, uma tradição única e Património Cultural da UNESCO!

Opções para o almoço:  
 Levar farnel próprio ou almoçar nas barraquinhas da Feira do Fumeiro ou escolher um dos restaurantes sugeridos por nós:

- Restaurante Transmontano
- Restaurante o Forno
- Restaurante Parrillada

(Para menus e preços entra em contacto connosco!)  
 Inscrições & Informações:

Fala com a Regina (967788853) ou a Sandra (919659065) e garante já o teu lugar!

Esta excursão é organizada com muito carinho pela Comissão de Festas de Santa Marinha 2025. Ao participares, estás também a ajudar-nos a tornar a festa ainda mais especial!

Contamos contigo para um dia inesquecível! Partilha e convida os teus amigos!



**desporto outdoor ESPOSENDE**

**CONCELHO DE ESPOSENDE**

**E TU? POR ONDE VAIS ANDAR?**

**150 KM**

**2025**

**VOLTA AO CONCELHO ESPOSENDE**

<b>ETAPA 1 26 JAN</b> ESPOSENDE - FÃO APÚLIA 14 KM GRAU DIFICULDADE - FÁCIL	<b>ETAPA 4 25 MAI</b> FÃO - GANDRA - GEMESES 16 KM GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL	<b>ETAPA 7 31 AGO</b> VILA CHÁ - FORJÃES 16 KM GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL
<b>ETAPA 2 23 FEV</b> APÚLIA - FONTE BOA - RIO TINTO 14 KM GRAU DIFICULDADE - MÉDIA	<b>ETAPA 5 29 JUN</b> GEMESES - PALMEIRA - CURVOS 15 KM GRAU DIFICULDADE - MÉDIA	<b>ETAPA 8 28 SET</b> FORJÃES - ANTAS 15 KM GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL
<b>ETAPA 3 30 MAR</b> RIO TINTO - FÃO 12 KM GRAU DIFICULDADE - MÉDIA	<b>ETAPA 6 27 JUL</b> CURVOS - VILA CHÁ 14 KM GRAU DIFICULDADE - MÉDIA	<b>ETAPA 9 26 OUT</b> ANTAS - MAR - BELINHO 14 KM GRAU DIFICULDADE - FÁCIL
<b>ETAPA 10 30 NOV</b> BELINHO - MARINHAS - ESPOSENDE 18 KM GRAU DIFICULDADE - MÉDIA	X X	

esposende 2000  
 ESPOSENDE  
 Esposende Ambiente

INFORMAÇÕES | INSCRIÇÕES  
 WWW.ESPOSENDE2000.PT

**KAPUZ**  
**LAVANDARIA SELF-SERVICE**

**SECAR**

**LAVAR**

**ABERTO TODOS OS DIAS**  
 08H00 - 22H00

**EM FRENTE AO CAFÉ MARÍLIO**  
 AV. ÍNFIA - 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**

**Fevereiro 2025:** dias 8 e 22  
**Março 2025:** dias 8 e 22  
**Abril 2025:** dias 5 e 19  
**Maio 2025:** dias 3, 17 e 31  
**Junho 2025:** dias 14 e 28

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