

## Parque da Cidade de Esposende

Concurso internacional no valor de 6 milhões e 890 mil euros



PÁG 07

## 10 anos de presidência de Benjamim Pereira



PÁG 03

Boletim Cultural de Esposende perpetua memória e história do concelho

PÁG. 04

Plano Municipal para a Saúde concluído até final do ano

PÁG. 07

Bernardo Vilarinho Losa e Patrícia Figueiredo conquistam quatro medalhas de ouro na época 2023

PÁG. 11

Play Up - Evento "Close The Loop"

PÁG. 12

PUB



# CENTRO DE VELA

ESPOSENDE



PUB



## ÓTICA ANTUNES

PRACETA DA MISERICÓRDIA, ED. FAMÍLIA VINHAS A.B.  
4740-480 - ESPOSENDE | T. 253 964 281 | F. 253 967 823  
OCULISTA.ANTUNES@MAIL.TELEPAC.PT  
WWW.OTICAANTUNES.PT

### SERVIÇOS

OPTOMETRIA  
CONTACTOLOGIA  
ÓCULOS

### TONOMETRIA

AVALIAÇÃO DA TENSÃO OCULAR  
QUERATOMETRIA  
RETINOGRRAFIA  
TERRAPIAS VISUAIS

# farol de esposende

Bimensal

**proprietário e editor**

Forum Esposendense - Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende  
Av.ª Eng. Eduardo Arantes de Oliveira  
Estação de Socorros a Náufragos  
4740 – 204 Esposende

**sede e redacção**

Av. Eng. Eduardo Arantes de Oliveira  
Estação de Socorros a Náufragos  
4740-204 Esposende

**contacto**

+351 253 964 836 | +351 966 342 893

**NIPC**

502416360

**website**

www.forum-esposendense.pt

**email**

jornalfarolesposende@forum-esposendense.pt  
associacao@forum-esposendense.pt  
museumaritimo@forum-esposendense.pt

**directão do forum esposendense**

Fernando Maria Loureiro Ferreira, José Alberto Costa e Silva, António Alexandre Capitão Ribeiro, António Fernando Rites Sacramento, David Manuel Morgado Cruz, Miguel Rocha Felgueiras S. Nogueira, Carlos Alberto Azevedo S. Pinto, José Alberto Loureiro Costa e Jorge Miguel Campos Ribeiro.

**director**

Nogueira Afonso

**redactores permanentes**

A. Miquelino, José Felgueiras, Neco, Carlos Barros e Ana Rita Pilar

**colaboradores permanentes**

Dr. Agostinho Pinto Teixeira, Dr. Manuel A. Penteadinho Neiva, Fernando Ferreira, Dr. Sampaio de Azevedo, Nuno Cerqueira, Duarte Neiva, Luís Eiras e Dr. Carlos Gomes de Sá.

**correspondentes**

Antas - Nereides Martins,  
Belinho - José Torres Gomes,  
S. Bartolomeu - Dr. Maranhão Peixoto

**estatuto editorial**

Facebook Jornal Farol de Esposende

**grafismo e paginação**

Maria Filipa Figueiredo Ferreira

**impressão**

Graficamares, Lda. - Amares  
Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10  
4720 – 608 Prozelos - Amares

**nº de registo**

114969/90

**tiragem**

2.000 exemplares

**assinatura anual**

Portugal - 20,00€; Estrangeiro - 25,00€

**IBAN**

PT50 0045 1462 40053147615 55

**estatuto editorial**

O jornal Farol de Esposende prossegue uma política editorial no respeito pelos princípios ético-deontológicos dos jornalistas e em obediência à Lei da Imprensa. Pautase pelos princípios da independência, da imparcialidade, da clareza e da objetividade. Notícia assuntos de interesse diverso e desenvolve temas de carácter cultural, científico, social, desportivo e recreativo, regendo-se pelo princípio da verdadeira informação, segundo a Constituição da República Portuguesa. Os artigos de opinião são de exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal.

## tesouradas

O Bombeiro, que será feito dele? É que o Bombeiro foi retirado do Largo Rodrigues Sampaio (onde, antes das obras, estava lá, de braço estendido, parecendo que pedia esmola, mas não rendia nada) e, até agora, não foi posto no sítio que ele tinha naquele Largo. Bem, mas será posto onde? Será na frente do Quartel? Se for ali não tem jeito, na minha opinião, pois é um busto de um Bombeiro, que não deve ser visto no meio do Largo, na frente do Quartel, até porque, de braço estendido no meio dos carros, não se vê. Ali, naquele meio do parque, ficaria bem um Bombeiro para homenagear os bombeiros, mas um monumento que se visse bem, com um braço estendido (mas não a pedir esmola), mas, por exemplo... a segurar uma mangueira. É uma ideia: mandem derreter aquele e que apareça um busto maior para ser visto por toda a gente. Se aparecer uma ideia melhor aproveitem-na.

Nos meses de setembro e outubro tem chovido aos (potes) em todo o Portugal, provocando cheias, inundando casas e fazendo estragos. Na cidade de Esposende e no concelho não me parece tenha havido grandes estragos, mesmo o rio não transbordou para fora dos limites. Também nas ruas da cidade não houve cheias. Talvez a obra que fizeram, denominada o canal, tenha resolvido, escoando as águas para o rio, pois a água corria bem pelo dito canal interceptor, livrando as ruas da cidade das águas. Pois custou muito dinheiro, mas valeu a pena.

Reparei que nas obras do Largo Rodrigues Sampaio não há passeadeiras na rua que atravessa o Largo. Havia uma, quem atravessa a rua 1.º dezembro para o Largo da Igreja, mas desapareceu. À entrada da marginal havia outra, que desapareceu também. Não sei como vai ser o trânsito nesta

rua se será num sentido ou terá os dois sentidos, na mesma rua. De qualquer jeito, a rua precisa de passeadeiras. Depois, se as pessoas atravessarem aquela rua, quem é o culpado? Não há sinais para atravessar a rua, não há passeadeiras? Vamos ver como vai ficar.

Há alguns anos, a "Casa Grande" instalou nas passeadeiras um sinal luminoso. Há dois anos o sistema deixou de funcionar e, de noite, não têm luz, o painel solar não funciona e não teve mais técnica. Foi dinheiro que se gastou e foi para o lixo. Há sinais que estão metidos no meio das árvores ou das plantas e não se vê nada, ao menos retirem as plantas que tapam a visão do sinal.

O "Guindaste" que está na zona ribeirinha não dá luz há dois ou três anos. A "Casa Grande" que dê um "tropaço" naquela "trampa", pois aquilo não serve para nada e, a exemplo de outros bens, mandem aquilo para o lixo. Não há luz naquele sítio. Também há postes sem luz entre o mercado e a Avenida Rocha Gonçalves, mas há mais sítios... Precisamos na Casa Grande de um cegueta que, no tempo em que viveu, via mais com um olho do que veem agora alguns funcionários com dois.

E agora a anedota. O dia azarado do João!

O João estava mesmo a ter um dia mau. Começou a abotoar a camisa e o botão caiu! Agarrou a sua pasta e a asa caiu! Foi abrir a porta e a maçaneta caiu! Depois disto, o João ficou com muito medo de "mijar"... Porquê? Justificar-se-ia tal medo naquele dia azarado? O que é que poderia cair agora? Vocês não acreditam?

Neco

### 33º Aniversário da E.O.E., da Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa

No dia 8 do próximo mês de dezembro, por iniciativa da Delegação de Marinhas da CVP, terão lugar as cerimónias da comemoração do 33º Aniversário da sua Estrutura Operacional de Emergência, cujo programa vamos a seguir publicar.

**PROGRAMA**

09h00 – Hastear de Bandeiras  
09h15 – Receção aos convidados  
10h00 – Cerimónia de Juramento de Compromisso  
11h30 – Corte de Bolo de Aniversário  
12h30 – Deposição de Ramo de Flores no Cemitério em memória dos membros já falecidos  
18h00 – Eucaristia de Ação de Graças em memória dos membros falecidos

\*\*\*

### Inauguração das Obras de Requalificação do Largo Rodrigues Sampaio e Zona Envolvente

No próximo domingo, dia 19 de novembro, no centro da cidade de Esposende. Segundo informação de fonte oficial, de Benjamin Pereira, terá lugar a Cerimónia de Inauguração das Obras de Requalificação do Largo Rodrigues Sampaio e Zona envolvente, estará presente o Senhor Presidente da CCDR, Professor António Cunha.

### Roadshow Jovem Talento da Gastronomia

A Escola Profissional de Esposende (EPE), em conjunto com a Escola Técnica Superior Profissional (ETeSP) do IPCA, apresentou o Roadshow Jovem Talento da Gastronomia, que se realizou no Auditório Municipal de Esposende, no passado dia 15 de novembro.



### Recolhas de Sangue e de registo de medula óssea

A Associação Humanitária de Dadores de Sangue de Esposende, em colaboração com o Instituto Português de Sangue, realiza colheitas de sangue. Assim, todos os beneméritos dadores poderão dirigir-se, no dia e local abaixo indicados, para participarem em mais um acto de solidariedade e amor ao Próximo.

- > Vila Chã - Centro Paroquial 9h00 - 12h30
- > Gemeses - Centro Paroquial 15h00 - 19h00
- > Curvos - Junta de Freguesia 15h00 - 19h00

## Rotary Club de Esposende organizou uma Tertúlia sobre Literacia Financeira



No dia 24 do passado mês de outubro, o Rotary Club de Esposende promoveu uma Tertúlia sobre Literacia Financeira, aberta à comunidade, que decorreu no Auditório da Biblioteca Municipal de Esposende, contando, para o efeito, com a colaboração do Município. Abriu a sessão o companheiro rotário Martinho Fernandes, que fez a apresentação do programa da Tertúlia, cujo principal objetivo era o de desmistificar e clarificar alguns dos

temas bastante teóricos, que se encontram na ordem do dia. O programa da Tertúlia, de entre outros, contemplava os seguintes momentos:

- Informação sobre as Medidas Macroprudenciais do Banco de Portugal, relativamente ao Crédito Habitação e ao Consumo.
- Desmultiplicação/esclarecimento dos principais termos da FINE.
- Esclarecimento sobre Taxas Variáveis; Fixas e Mistas.

Os assuntos abordados pelo Companheiro Martinho na apresentação passaram por relevar as medidas Macroprudenciais do Banco de Portugal, relativamente ao Crédito a Particulares; A FINE e explicação de alguns dos termos nela utilizados e, por fim, as Medidas do Estado para apoio aos clientes com crédito habitação.

Na segunda parte da Tertúlia, entrou-se numa fase de perguntas sobre exemplos práticos, sendo moderador o economista Dr. José Marques da Silva, estando na Mesa Redonda também os representantes de duas Instituições bancárias – o Dr. Paulo Guimarães, da CGD, e o Dr. Gilberto Miranda, da Caixa do Crédito Agrícola.

Houve momentos em que a atenta plateia registou considerações dos elementos da Mesa, que, sob a moderação do Dr. José Marques da Silva, foram esclarecendo as questões mais pertinentes afins ao tema da Tertúlia, relevando o agravamento das taxas de juros que causam dificuldades aos credores e alertando para a subida dos números do desemprego, que, prevê-se, será uma triste realidade e pesará na crise económica e financeira do país, uma “doença” que irá aumentar, infelizmente atingindo todos, em particular para os mais desfavorecidos. Alguns dos presentes no público colocaram perguntas e obtiveram as respostas dadas pelos membros da Mesa, tendo sido referido por um dos intervenientes que, dada a importância do tema, que é transversal à vida económica e social que se vive no país, o Governo, por intermédio do Ministério da Educação, deveria colocar nos Programas Escolares, indexado a qualquer disciplina, um momento semanal em que o tema fosse lecionado aos alunos das nossas escolas, ideia que corroboramos. Não podemos esquecer que o conhecimento é um dos principais pilares da sociedade.

Tratou-se de mais uma atividade do Rotary Club de Esposende, muito importante, e que, certamente, contribuiu para que, através dos presentes na sala, algumas famílias possam ter ficado mais informadas e mais bem esclarecidas.

## Benjamim Pereira - Celebrados 10 anos em funções como Presidente da Câmara Municipal de Esposende

No dia 28 do passado mês de outubro, o PSD Esposende organizou um jantar convívio para celebrar o 10.º aniversário da liderança de Benjamim Pereira, como Presidente da Câmara Municipal de Esposende. O evento teve lugar na Quinta da Malafia, em Antas, Esposende, e contou com a presença, de entre outras personalidades, do Presidente do PSD, Luís Montenegro, e dos Presidentes das estruturas concelhia e distrital do Partido, Agostinho Silva e Paulo Cunha, respetivamente.

Segundo o PSD concelhio, o líder nacional do PSD deslocou-se a Esposende para homenagear Benjamim Pereira, pelo facto de “ter alcançado os melhores resultados de sempre do PSD, a nível concelhio, traduzindo-se na conquista de todas as freguesias”.

Estiveram também presentes nesta comemoração centenas de militantes e simpatizante do PSD e amigos do Arqtº Benjamim Pereira, que não se cansaram de aplaudir o autarca, nos momentos oportunos, assim como os outros intervenientes, após os respetivos discursos de circunstância.

Como é do conhecimento público, o Atqtº Benjamim Pereira não poderá recandidatar-se para novo mandato à frente do Executivo Municipal, por força da legislação que impõe limite de mandatos. Nesta cerimónia, num ou noutro discurso, já foram lançados reptos para que a Concelhia de Esposende do PSD, em tempo útil e oportuno, prepare a apresentação o candidato à presidência da Câmara Municipal de Esposende, no ato eleitoral que decorrerá no ano de 2025.

PUB



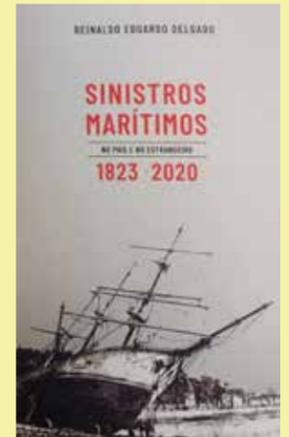
PUBLICIDADE 04/2023

Caixa Central – Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, CRL registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000

## Apresentação do Livro “SINISTROS MARÍTIMOS, no país e no estrangeiro, 1823 – 2020”

No dia 26 de outubro passado, António José Carmo apresentou, na Alfandega Régia – Museu da Construção Naval, em Vila do Conde, o livro “Sinistros Marítimos – no país e no estrangeiro -1823-2020, da autoria de Reinaldo Eduardo Delgado, com o apoio da Direção Regional de Cultura do Norte. Trata-se de um livro que faz referência a vários naufrágios na costa de Esposende, como, por exemplo:

- Em 22-10-1870, o Encalhe do palhaborde “Mattos 1.º”, na barra de Esposende;
- Em 07-04-1878, o Encalhe do vapor inglês “Earl of Dufferin”, em Fão;
- Em 06-07-1874, o Encalhe do vapor “Rio Douro”, a norte de Esposende;
- Em 10-12-1903, o Naufrágio do vapor “Ardeola”, próximo a Esposende;
- Em 18-12-1928, o Encalhe do vapor “Lagoa”, nos Cavalos de Fão, em Esposende;
- Em 02-03-1950, o Naufrágio do navio francês “André Bouineau”, entre Apúlia e Fão;
- Em 20-09-1978, o Naufrágio do navio japonês “Angel”, abalroado ao largo de Esposende.



## Boletim Cultural de Esposende perpetua memória e história do concelho



“Sem o conhecimento do nosso passado perdemos a memória e sem memória não temos História, perdemos o futuro”, afirmou o Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, na sessão de

lançamento do número 2 da 3.ª série do Boletim Cultural, que hoje teve lugar, na Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura.

O autarca sustentava, assim, a aposta do Município na edição desta publicação de divulgação de estudos de história local, iniciada em 1982 e reformulada, em 2020, com novos formato e grafismo. Esta publicação integra uma diversidade de temas de investigação, num total de oito estudos, designadamente “Painel de azulejos sobre os 450 anos da fundação do concelho de Esposende”, da autoria de António Mendanha, Nuno Mendanha e Vânia Mendanha; “Esposende, relato de um tempo”, de Mónica Baldaque (filha de Agustina Bessa-Luís); “Arquivo Municipal de Esposende: memórias do seu edifício. Funções, dinâmicas e interveniente (1866-2022)”, de Marília Capitão; “Esposende: dos fins do séc. XVIII ao desassossego das Invasões Francesas”, por José Eduardo Felgueiras; “Fão entre o assoreamento do rio Cávado e as invasões de areia (1750-1870)”, de Ana Isabel Lopes; “Resultados das intervenções arqueológicas na Antela da Portelagem, na Mamoa do Rapido III e na Mamoa da Cruzinha (Vila Chã, Esposende)”, de Lídia Baptista, Nelson Vale e Ana Almeida; “As indústrias líticas do litoral de Esposende: contributo para a carta arqueológica do concelho”, por Sérgio Monteiro-Rodrigues; e “Artes de fazer, o artesanato do junco em Forjães”, de Álvaro Campelo. Os autores, pessoalmente ou por via de representantes, apresentaram os seus trabalhos, através de breve resumo, despertando o interesse para uma leitura completa dos artigos.

O autarca agradeceu aos autores o seu contributo para perpetuar a história e a memória do território concelhio, sublinhando que “o Boletim Cultural é um verdadeiro repositório da história local e das nossas raízes”. Assumindo-se orgulhoso por mais uma edição do Boletim Municipal, Benjamim Pereira aludiu à estratégia cultural do Município, centrada em várias vertentes e com “evidências em todo o território concelhio”, abarcando desde o teatro à música, sem esquecer a aquisição e reabilitação do património edificado, de que é exemplo a requalificação da Biblioteca Municipal/Casa do Arco, e do antigo edifício da GNR, que acolhe o Arquivo Municipal. Concluiu, saudando a brilhante interpretação, no início da sessão, do poema “Colégio Infante de Sagres - Memória” de Helena Amaro, pela atriz e declamadora Eva Paula, lembrando que o Colégio funcionou, entre 1945 e 1950, na Casa do Arco, onde hoje está instalada a Biblioteca Municipal.

CA SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO

## Do Crédito Agrícola à tua nova casa são só 5 passos

Estamos com as famílias por um bem maior.

Para mais informações: [creditoagricola.pt](http://creditoagricola.pt)

CAVida

CA Seguros

Crédito Agrícola



## Novo regulamento do Arquivo Municipal de Esposende

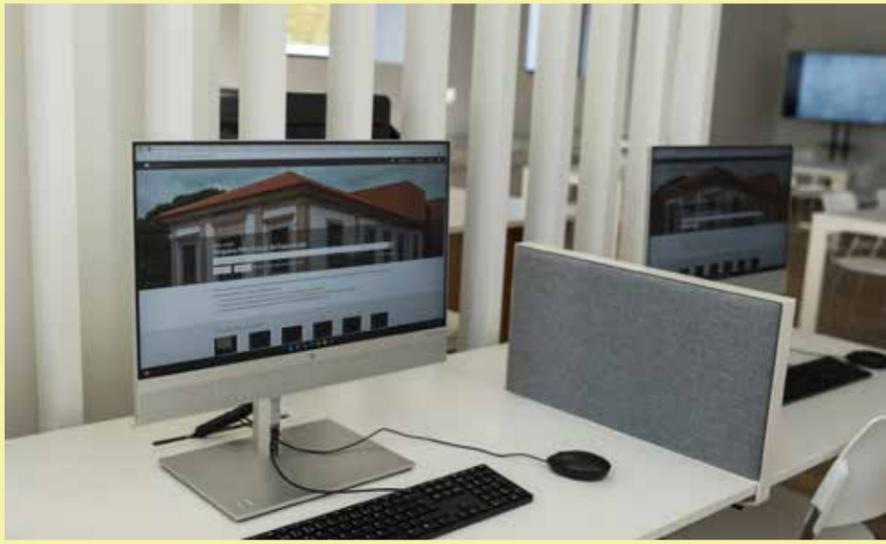
O Arquivo Municipal de Esposende possui o primeiro regulamento municipal com linguagem inclusiva. Inspirado no Modelo de Regulamento da Rede de Arquivos do Alentejo, o documento obedece a orientações normativas nacionais e internacionais, quanto ao uso de uma linguagem inclusiva e promotora da igual visibilidade e simetria de mulheres e homens.

A versão final do Regulamento encontra-se disponível no Portal do Município, em [https://www.municipio.esposende.pt/pages/1042?folders\\_list\\_116\\_folder\\_id=291](https://www.municipio.esposende.pt/pages/1042?folders_list_116_folder_id=291), e foi publicada em Diário da República, 2.ª Série, edital n.º 1850/2023.

A alteração do regulamento foi motivada pelas exigências normativas atuais, evolução das competências do Arquivo

Municipal, a par da estrutura e produção documental do Município de Esposende. Instalado no antigo edifício da GNR de Esposende, desde julho de 2022, o Arquivo Municipal dispõe agora de um espaço propício ao desenvolvimento de novas atividades e ao aprofundamento da missão do Arquivo na gestão e preservação da informação.

No portal do Arquivo Municipal, disponível em [arquivo.cm-esposende.pt](http://arquivo.cm-esposende.pt), estão também acessíveis 21 735 documentos, referentes a livros de atas, carta régia de elevação de Esposende a vila e concelho, cartas de vizinhança e almotacés, Administração do Concelho, entre outros. Estando prevista, em breve, a publicação de novos documentos.



PUB

## Uso Inteligente da Água

A Esposende Ambiente participou num Encontro Informal de Especialistas e Decisores, sob o tema o Uso Inteligente da Água, organizado pelo Conselho Diretivo da APRH - Associação Portuguesa dos Recursos Hídricos, que decorreu nos dias 20 e 21 de outubro passado, no Mosteiro de Arouca. Num contexto de incerteza e de adaptação às alterações climáticas, com problemas cada vez mais complexos e desafios mais exigentes, reuniu uma “Assembleia Informal da Água” para discutir o futuro e redigir uma “Declaração para o Uso Inteligente da Água”, preparada com base nos contributos dos diferentes participantes.

Nesta “Assembleia” participaram personalidades de relevante conhecimento na matéria, com comunicações de sua Excelência o Ministro do Ambiente e das Alterações Climáticas, Duarte Cordeiro, do Secretário de Estado do Ambiente, Hugo Pires, da Presidente do Conselho de Administração da ERSAR, Vera Eiró, do Vice Presidente da Agência Portuguesa do Ambiente, Pimenta Machado, Administradores das Águas do

Norte, Águas do Porto e das Águas do Douro e Paiva, Académicos e Investigadores das Universidades e do Laboratório Nacional de Engenharia Civil, representantes das Associações do Setor da Água, Associações Ambientalistas, de entre outros.

O Presidente do Conselho de Administração da Esposende Ambiente, Paulo Marques, fez uma comunicação, na qual deu a conhecer as estratégias do Município de Esposende para o uso inteligente da água, como é o caso de todo o seu planeamento de gestão de infraestruturas hidráulicas e o Canal Intercetor de Esposende, uma obra de reconhecido interesse e importância a nível local e nacional.

A organização pretende que a “Declaração de Arouca”, disponível em <https://www.esposendeambiente.pt/owncloud/index.php/s/baYCPRMVomAP6sU>, seja um documento com um conjunto de estratégias para o “Uso Inteligente da Água”, a ser enviado aos responsáveis políticos e stakeholders das diversas vertentes dos recursos hídricos, ficando disponível para a sociedade civil.



# QUANDO RECICLA, GANHAMOS TODOS

Coloque os seus resíduos recicláveis nos ecopontos **azul**, **verde** e **amarelo**.



 LINHA da reciclagem 800 911 400 Chamada gratuita

 Resulima

O jornal Farol de Esposende publica hoje a 85.ª edição da rubrica “Página das Escolas”, cujo conteúdo tem como principais autores e personagens alunos e técnicos de educação do Agrupamento de Escolas António Correia de Oliveira, Esposende; e da Escola Secundária Henrique Medina, Esposende. As notícias publicadas nesta “Página” obedecem às linhas orientadoras dos Planos Anuais de Atividades e Projetos Educativos das respetivas Unidades Organizacionais. Releve-se o empenho dos alunos participantes nas atividades respetivas, sempre muito bem sensibilizados e motivados pelos professores titulares de turma, Diretores de Turma, Coordenadores de Bibliotecas Escolares e também pelas respetivas Direções Executivas.

Para que esta Página possa ser publicada mensalmente, reconheça-se e agradeça-se o prestimoso patrocínio da conceituada empresa GERBASTO Energias Renováveis, sociedade comercial sediada em Esposende, a cuja Administração o jornal Farol de Esposende, em seu nome, em nome dos autores dos textos e das respetivas Escolas, reiterando, mais uma vez, tão prestimosa colaboração.

### “Bibliotecário por um dia”



No âmbito do Mês Internacional da Biblioteca Escolar, as bibliotecas escolares da EB António Correia de Oliveira e da EB de Apúlia desafiaram os alunos do 5.º ano a experienciarem o papel de bibliotecário por um dia.

Meia centena de alunos participaram nesta iniciativa, com a qual se pretendia promover a biblioteca escolar, enquanto espaço educativo integrador de múltiplas literacias e o seu papel no desenvolvimento de hábitos de cidadania ativa, consciente, crítica e reflexiva, bem como envolver os alunos nas dinâmicas diárias da BE e na interação com os seus pares.

Nos dias e horários estipulados, devidamente identificados com o cartão de “Bibliotecário por um dia”, todos os alunos passaram pelas diferentes áreas de atuação e realizaram algumas das múltiplas tarefas do dia a dia do professor bibliotecário/equipa da biblioteca escolar.

Os pequenos novos bibliotecários assumiram as suas funções e cargo com enorme entusiasmo e empenho e grande alegria.

Na sequência desta atividade, foi criado o programa de monitores, uma vez que um grupo de alunos manifestou interesse em apoiar regularmente a biblioteca escolar.

A equipa da biblioteca escolar não cabe em si de tanta alegria por poder contar com o valioso contributo dos novos monitores!

Fonte: <https://biblioantoniocorreiaoliveira.wordpress.com/>

### Alunos do 9.º ano de escolaridade, no concelho de Esposende, desafiados a escreverem “Livro Livre”



Integrado na programação do mês de outubro, a Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura, de Esposende, promoveu, no dia 28 do passado mês, o workshop “Livro Livre”, dinamizado pela ilustradora Danuta Wojciechowska. “Livro Livre” é um projeto que pretende contribuir para a cidadania ativa numa reflexão sobre a Democracia e os Direitos Humanos. O marco histórico que o 25 de Abril representa e os Direitos e Liberdades consagrados na Constituição Portuguesa são os eixos centrais dos desafios propostos por este livro.

No âmbito dos 50 anos do 25 de Abril, a Rede de Bibliotecas do Concelho de Esposende, da qual a Biblioteca Municipal faz parte, vai desenvolver este projeto juntamente com os professores do 9.º ano. Este workshop pretendeu orientar os professores e dotá-los de ferramentas para o desenvolvimento do projeto com os alunos, através da elaboração de um trabalho autónomo em sala de aula. Posteriormente, será realizada uma sessão pública de apresentação dos livros concebidos pelos jovens estudantes,

que assumem aqui o papel de coautores.

Este projeto integra-se na estratégia cultural e educativa do Município, em linha com as metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU, e representa um investimento de 4.500 euros. Além deste workshop, a autarquia financia a aquisição de 1 livro por aluno e por professor, perfazendo um total de 400 livros.

Fonte: Serviço de Comunicação e Imagem da CME

### BADMINTON

#### CAMPEONATO NACIONAL DE NÃO SÉNIORES

### Dinis Kurko sagou-se Campeão Nacional



Nos passados dias 11 e 12 de novembro corrente, realizou-se o Campeonato Nacional de Badminton das categorias de Não Seniores.

Nesta competição, que se realizou no Centro de Alto Rendimento de Badminton das Caldas da Rainha, em que apenas os 16 melhores do ranking nacional de cada categoria podem participar, a equipa da Escola António Correia de Oliveira (EACO) fez-se representar com 11 atletas

O atleta Dinis Kurko, da Escola António Correia de Oliveira, Esposende, acabou por se sagrar Campeão Nacional de Pares Mistos Sub 13, fazendo equipa com a sua parceira Helena Almeida, atleta do Invicta Badminton Clube. O Dinis acabaria por se sagrar também Vice-Campeão Nacional de Singulares Homens e obteve um 3º lugar nos Pares Homens, com o atleta Gonçalo Costa, também ele da Escola António Correia de Oliveira.

Numa prova extremamente disputada, a EACO ainda alcançou mais dois 3º lugares, com os atletas Gonçalo Costa e Francisca Torres, na categoria de singular Homem Sub 13, e singular senhora Sub 15, respetivamente.

A Equipa Técnica considera que estes resultados foram bastante positivos e são fruto do muito empenho e dedicação por parte de todos.

Alunos de Badminton da EACO e a professora Nathalie Gonçalves

### Alunos da Henrique Medina Viajam no Tempo com o Sermão de Santo António



No dia 3 de novembro, a Igreja Matriz de Esposende transformou-se num palco de reflexão, de história e de cultura. Os alunos do 11º ano dos Cursos Científico-Humanísticos e dos Cursos de Educação e Formação Profissional da Escola Secundária Henrique Medina foram convidados a uma viagem inusitada através da teatralização do Sermão de Santo António aos Peixes, do Padre António Vieira, apresentado pelo ator Marcelo Lafontana no espetáculo intitulado “Payassu- O Verbo do Pai Grande”.

A encenação foi mais do que uma representação artística: uma autêntica aula viva de Português, Literatura, Filosofia, Sócio-Política e de Ética. O ator Marcelo Lafontana, com maestria, deu voz às críticas sociais e morais de Padre António Vieira, ressoando-as nas paredes centenárias da igreja e nos corações atentos dos estudantes.

Os jovens foram cativados pela performance envolvente que cumpriu plenamente os objetivos da Eloquência: docere; delectare, movere. Esta ação visou suscitar, mais do que entreter, o pensamento crítico e a consciencialização sobre questões que, embora proferidas no século XVII, ainda se mostram atuais.

A Escola agradece a brilhante atuação do ator Marcelo Lafontana, a parceria e colaboração da paróquia, na pessoa do pároco Delfim Fernandes, a participação entusiasta dos alunos que mostraram ao longo do espetáculo um comportamento irrepreensível e, por último, uma palavra de apreço a todos os professores e assistentes operacionais que acompanharam os alunos e assistiram ao evento.

Esta atividade fazia parte do plano de atividades da secção de Português e mostrou ser uma experiência memorável, reforçando o compromisso da Henrique Medina em oferecer educação enriquecedora, dentro e fora das salas de aula.

Os professores e alunos de Português (11ºano CCH e 2º ano CEFP)

PÁGINA PATROCINADA POR:

# Escola Profissional de Esposende: 30 anos de Ensino Profissional

EPE: 30 ANOS DE ENSINO PROFISSIONAL  
DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO: SABES O QUE COMES?



A Escola Profissional de Esposende assinalou, no dia 16 de outubro, junto da comunidade escolar, o Dia Mundial da Alimentação, com uma série de iniciativas para promoção de hábitos alimentares saudáveis e prática de exercício regular.

Assim, estava planeado uma caminhada pela Ecovia do Cávado e um piquenique, mas as condições climáticas adversas mudaram os planos, mas não mudou a intenção de comemorar este dia tão importante, por isso, o dia iniciou-se com a visualização de vários documentários/ filmes sobre esta problemática, seguindo-se as atividades desportivas, nomeadamente Badminton, Futsal e voleibol. Posteriormente, realizou-se um almoço saudável, onde não faltou uma ementa, em que os legumes, os vegetais e as frutas tiveram destaque especial.

À tarde, os alunos tiveram a oportunidade de assistir a uma Aula Aberta Digital, promovida pela DECOJovem, em que se debateu, entre outros assuntos,

hábitos alimentares: “Sabes o que comes?” Com efeito, os jovens refletiram sobre esta temática e a informação disponível em especial nas redes sociais sobre a alimentação. Mas será que sabem o que estão, verdadeiramente, a comer? Como fazer uma alimentação saudável no dia a dia? Quais os alimentos que se deve moderar o consumo? Ou simplesmente, perceber que a publicidade e o marketing alimentar influencia o nosso consumo, e, às vezes, nem sempre no melhor sentido?

Foram estas interrogações com as quais os alunos foram confrontados e desafiados a refletir, para optarem por uma alimentação mais saudável, equilibrada, consciente, justa e sustentável.



EPE NO WOW- FESTIVAL INTERNACIONAL DO CHOCOLATE E DO CACAU



As turmas de Restaurante / Bar e Cozinha/Pastelaria, da Escola Profissional de Esposende, colaboraram, pelo 2º ano consecutivo, no Festival Internacional do Chocolate e do Cacau, evento que já soma já mais de 30 anos de existência na América Latina e regressa agora ao grande Porto, naquela que é a sua segunda edição europeia, iniciativa promovida pela WOW, nos dias 19, 20, 21 e 22 de outubro.

Este evento é uma das maiores concentrações do mundo de especialistas nesta área, vindos de países, como: Brasil, França, Bélgica, Dinamarca, Reino Unido, Venezuela e Costa Rica, sendo mais uma oportunidade de os alunos contactarem e aprenderem em contexto real com os melhores deste setor.

Assim, durante quatro dias, a equipa EPE participou, presenciando e dando apoio num vastíssimo e rico programa, onde não faltaram os *workshops*, fóruns temáticos, em que os alunos obtiveram conhecimentos e técnicas sobre harmonizações do chocolate com o café; chocolate, cacau e vinho do Porto, sem esquecer o debate da sustentabilidade na produção do cacau.



As demonstrações de pastelaria e cozinha, comandadas por figuras, como: Iván Pascual, o chef pasteleiro campeão do mundo, no World Chocolate Masters 2018; Francisco Siopa, chef executivo de pastelaria do Penha Longa Resort, da rede Ritz-Carlton; e Ricardo Costa, chef executivo dos restaurantes do The Yeatman.

No final, os alunos fizeram um balanço muito positivo desta experiência, quer os alunos finalistas, que vão trabalhar estes temas na Prova de Aptidão Profissional, quer os alunos do 2ºano, que vão ter a sua primeira experiência de formação em contexto de trabalho este ano letivo.

Estamos perante mais uma parceria com empresas de renome internacional e experiências “on job” que muito honra e enriquece a EPE.

## DIVERSÃO DE HALLOWEEN NA ESCOLA PROFISSIONAL DE ESPOSENDE



Uma vez mais, a Escola Profissional de Esposende celebrou o *Halloween*, com muitas atividades e diversão. Aceitando o desafio proposto pela professora Sílvia Pires, no âmbito da disciplina de Inglês, as turmas de 2º ano planearam e dinamizaram atividades em três momentos.

Assim, na tarde do dia 27 de outubro, teve lugar a primeira das atividades, levada a cabo pela turma TR15-Técnico de Restauração, em interdisciplinaridade com as disciplinas de Serviços de Cozinha/Pastelaria e de Restaurante-Bar, e destinada a toda a comunidade escolar, nomeadamente um lanche temático, no restaurante pedagógico, onde foi possível saborear deliciosos e assustadores snacks, e fazer uma visita à *Horror Kitchen-“Killtchen”*, na qual cada um dos alunos da vertente de Cozinha/Pastelaria, com muito empenho, criatividade e dedicação, deu vida a um cenário arrepiantemente original, surpreendente e memorável! Foi evidente o sucesso da atividade, como evidenciado pelo *feedback* dos pelos convidados: “Parecia mesmo real!”, “Foi muito criativo e bem organizado”, “Foi muito divertido!”.

A segunda atividade foi realizada na tarde do dia 30 de outubro, promovida pela turma AS7-A-nimador Sociocultural, que convidou os alunos das turmas de 1º ano, divididos em grupos, a participarem numa *Halloween Scavenger Hunt*, na qual, para serem os vencedores tinham que descobrir e decifrar as dez pistas no menor tempo possível. Foi um verdadeiro trabalho de detetive em equipa!

A última atividade, dinamizada pela turma TM2-Técnico de Comunicação-Marketing, Relações Públicas e Publicidade, ocorreu na manhã do dia 31 de outubro e foi, também, destinada aos alunos de primeiro ano que, desta vez, tiveram a oportunidade de participar em variados *Halloween Games*, didáticos e divertidos, de entre os quais se destaca uma espetacular *Escape Room*.

Os objetivos estabelecidos para estas atividades, nomeadamente celebrar o *Halloween*, trabalhar a língua inglesa de forma mais lúdica, bem como a motivação dos alunos para a sua aprendizagem, trabalhar em equipa, proporcionar momentos de convívio e contribuir para uma melhor integração das turmas de primeiro ano, foram amplamente alcançados.

Ao longo destes três momentos, os alunos participantes foram divertidamente surpreendidos com alguns *tricks*, mas também saborearam muitas *treats*, tendo sido, verdadeiramente, um *Happy Halloween* na EPE!

## ESCOLA PROFISSIONAL DE ESPOSENDE BRILHA EM FEIRA INTERNACIONAL



A Escola Profissional de Esposende, concretamente a turma de Restauração, do 2º ano, acompanhada pelos diretores de curso, Eusébio Lima e Rogério Ferreira, participou na 24ª edição da Feira Internacional de Turismo Gastronómico, em Ourense (Espanha), no dia 3 de novembro. Este certame, sobre Gastronomia e Turismo Sustentável, contempla um programa recheado de acontecimentos ligados ao setor, através da



realização de vários *showcooking* com os melhores chefs da atualidade.

Esta foi mais uma oportunidade da EPE, a convite do Município de Esposende, mostrar o seu trabalho neste *Xantar*, tendo criado uma ementa especial, confeccionada pelos alunos e professores da escola, onde destacaram produtos do Concelho, nomeadamente um caldo de nabos, uma caldeirada de peixe e para sobremesa os tão famigerados folhadinhos de Fão, sem esquecer a harmonização com vinhos da Quinta de Curvos e cerveja artesanal Coice.

No final, os alunos estavam felizes, pois foi uma experiência, segundo eles, “muito enriquecedora, pois permitiu um contacto com outras culturas e outras formas de viver a cozinha”. Foi uma “oportunidade de partilhar experiências com outros profissionais e outros públicos num ambiente diferente”.

## Plano Municipal para a Saúde concluído até final do ano



A Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Alexandra Roeger anunciou a conclusão, até ao final do corrente ano, do Plano Municipal para a Saúde, classificando-o como um efetivo plano de ações que traçará um rumo, através do estabelecimento de objetivos estratégicos, específicos e/ou operacionais, a vereadora com a área funcional da Saúde - que falava na abertura do 30.º Encontro do Internato de Medicina Geral e Familiar da Zona Norte, que decorreu no Hotel

Axis Ofir Beach Resort, em Fão -, vê no documento a fixação de medidas e ações concretas, a indicação de estratégias e recursos necessários à sua execução, identificação dos destinatários, das responsabilidades a partilhar e, claro, das metas exequíveis e quantificáveis.

Promovido pelo ACeS Cávado III – Barcelos/Esposende, o encontro tem como objetivo aprofundar conhecimentos, trocar experiências e fazer networking com os melhores especialistas na área. A cerimónia de abertura deste encontro foi abrilhantada por um momento musical, a cargo de professores da Escola de Música de Esposende.

“Enquanto autarca, o compromisso que assumo diariamente na promoção da melhoria contínua da qualidade de vida dos cidadãos esposendenses, materializa-se, em grande medida, por via da implementação de políticas públicas que, objetivamente, conduzam a tal desígnio”. A Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende lembrou as profundas alterações em curso nas políticas nacionais de Saúde, desde logo com a publicação, em agosto do ano passado, do Estatuto do Serviço Nacional de Saúde (SNS) que preconiza uma nova estratégia para a participação dos utentes e dos municípios e a articulação com outras entidades. “O papel dos municípios tornou-se muito mais presente na realidade do SNS, designadamente por via do processo de transferência de competências que tomou recentemente força de lei e que se encontra já em plena implementação”. A Vice-Presidente do Município de Esposende apontou algumas alterações em curso nas políticas nacionais de Saúde, que derivam da “criação do conselho municipal de saúde, presidido pelo respetivo presidente da Câmara Municipal que se faz representar nos órgãos consultivos e de avaliação dos serviços de saúde e o conselho da comunidade, envolvendo os vários atores locais da comunidade”.

Alexandra Roeger lembrou ser também atribuição do município a celebração de parcerias estratégicas nos programas de prevenção da doença, com especial incidência na promoção de estilos de vida saudáveis e de envelhecimento ativo que, em Esposende, passa por “um trabalho multidisciplinar e abrangente em termos territoriais e que desenvolve, há alguns anos, várias iniciativas de promoção e sensibilização de estilos de vida saudáveis para diferentes públicos.

O Município de Esposende dá, desta forma, um contributo superior para o cumprimento global dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU.

## Concurso público internacional para a execução do Parque da Cidade de Esposende



O Município de Esposende vai lançar um concurso público internacional para a construção do Parque da Cidade, com o preço base de 6 milhões 890 mil euros. Com efeito, no passado dia 2 do corrente mês de novembro, em reunião do executivo, a Câmara Municipal aprovou a abertura do procedimento para o lançamento do concurso público da empreitada, “um momento assinalável e muito feliz, o passo decisivo

para a execução de um projeto estruturante para o concelho e para a região”, como venceu o Presidente Benjamim Pereira. “Este projeto corresponde a um anseio com anos e vai ser, finalmente, concretizado, superadas que estão várias etapas de um processo moroso e, de algum modo, desgastante, razão pela qual se torna tão importante este momento em que damos este passo para a sua execução”, sublinha o autarca.

Benjamim Pereira realça que o Município assume na íntegra este elevado investimento, embora na expectativa de que o projeto possa vir a ter algum tipo de financiamento, ainda que não seja possível, por ora, aferir através de que mecanismos e qual o valor da participação. Ainda assim, realça, “dada a importância e a mais-valia desta intervenção, que vai conferir uma nova imagem à zona ribeirinha da cidade, entendemos avançar com o projeto com recursos exclusivamente do Município”. A obra deverá arrancar no primeiro trimestre de 2024, sendo que o prazo de execução dos trabalhos é de 1 ano.

O Parque da Cidade de Esposende traduz-se numa intervenção de requalificação da parte sul da zona ribeirinha. Serão construídos percursos pedonais e cicláveis, em articulação com as Ecovias do Litoral Norte e do Cávado, havendo a criação de espaços para eventos ao ar livre relacionados com o rio e a prática de desporto informal, postos de interpretação ambiental e pontos de observação de avifauna, parque de merendas, sanitários públicos, equipamentos lúdicos e mobiliário urbano. Trata-se de um projeto marcante, até pela grandeza da área a intervir, cerca de 30 hectares de terreno, incluindo o alargamento para a margem sul, contemplando a construção de uma ponte pedonal e ciclável sobre o rio Cávado e da requalificação de quase todas as vias envolventes, que surgirão em fases posteriores.

Assim, em breve, arrancará a empreitada da requalificação da frente urbana do Parque da Cidade, compreendendo o troço compreendido entre o antigo Estaleiro Naval e a ponte D. Luís Filipe, abrangendo assim parte da Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira e o trecho da Estrada Nacional 13 desde a rotunda da Solidal à denominada ponte de Fão, que inclui um troço da EN 13 agora desclassificado. Com um prazo de execução de 18 meses, esta obra tem o preço base de 1.831.157.43 euros, sendo que a pavimentação do troço da EN 13 será financiada pela IP- Infraestruturas de Portugal, no âmbito da prevista requalificação desta via.

## Professor Doutor Mouteira Guerreiro docente universitário e autor de importantes obras na área dos Registos e do Notariado



O Doutor José Augusto Guimarães Mouteira Guerreiro, residente em Esposende desde 1966, considera-se, desde essa data, cidadão esposendense, por adoção, pois aqui permanece e reside, tendo por cá trabalhado, ininterruptamente, durante cerca de 57 anos. Aqui casou, construiu a sua casa e é também em Esposende de onde (no conceito atual) são naturais suas duas filhas.

Do seu curriculum vitae consta uma vasta atividade académica e profissional. O Doutor Mouteira Guerreiro concluiu a licenciatura em direito em 1963 e, nesse ano, foi nomeado Conservador dos Registos Civil e Predial, em Celorico de Basto, depois em Vila Verde e, seguidamente, em Esposende, a partir de

1966. Em 1968 passou a exercer também funções como Advogado. Foi Inspetor dos Registos e do Notariado, Conservador do Registo de Automóveis e vogal do Conselho Técnico atualmente denominado Conselho Consultivo, órgão de que foi membro, por nomeação, e onde permaneceu até se aposentar. Foi Juiz de Instrução Criminal, em Esposende. A partir de 1990, passou a ser docente no Curso de Extensão Universitária, na Faculdade de Direito de Coimbra. Entretanto, já após formalizada a sua aposentação, continuou como docente em Coimbra e, posteriormente, em Aveiro e no Porto. Atualmente, e já há alguns anos, é

professor de Direito na Universidade Portucalense e foi nesta Universidade onde defendeu a sua Tese de Doutoramento, sobre o Tema “Ensaio sobre a problemática da titulação e do registo à luz do direito português”, tendo sido aprovado por unanimidade. Esta tese mereceu sinceros elogios, de entre outras personalidades, do Presidente do Concelho Diretivo do Instituto dos Registos e do Notariado, I.P. e da Presidente da Associação Sindical dos Conservadores dos Registos. No ano de 2014, a tese foi publicada na Coimbra Editora.

A apresentação dos seus livros tem tido lugar num espaço nobre da Justiça, concretamente no Campus de Justiça, na Av. D. João II, em Lisboa, que, como seria de esperar, encontrava-se cheio de profissionais dos ramos Registral, Notarial e de Advocacia.

Releve-se o facto de o Doutor Mouteira Guerreiro ter publicado já diversos livros e artigos em revistas jurídicas (também em Espanha) e ter feito bastantes conferências, em encontros profissionais, congressos internacionais, Associações, na Ordem dos Notários, no CEJ e nas Faculdades de Direito Lisboa, Porto, Coimbra, Braga, Madrid e Barcelona.

O seu amor a Esposende foi a causa primeira para não ir residir para Lisboa, onde tinha casa de família e, por causa disso, durante cerca de 18 anos, foi obrigado a deslocar-se semanalmente à capital, para participar nas reuniões do Conselho Consultivo (antigo Conselho Técnico).

Assinale-se que localmente, o Professor Doutor Mouteira Guerreiro serviu e desempenhou funções em Órgãos Sociais de Instituições Esposendenses, como, por exemplo, na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Esposende e na Santa Casa da Misericórdia de Esposende, onde foi Presidente das respetivas Mesas da Assembleia Geral, durante alguns anos.

Lima Costa

PUB

Pontodecópias

# PUBLIZENDE

(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

00351 **253 968 001**

correio@publizende.com

decoração  
**FACHADAS  
MONTRAS**

publicidade  
**OUTDOOR  
VIATURAS**

**DESIGN  
GRÁFICO**  
serviços

**DIVULGAÇÕES  
RECLAMOS**  
sinalética

impressão  
**GRANDES  
FORMATOS**

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

corte/gravação  
**CNC FRESA  
CNC LASER**

personalizações  
**CARTÕES PVC  
CARIMBOS**

Pontodecópias  
**CENTRO  
DE CÓPIAS**

Na sua edição de novembro, sob o patrocínio da Farmácia Gomes, Esposende, o jornal Farol de Esposende publica a sétima Página temática no ano de 2023, uma rubrica intitulada Página de Saúde Pública, contendo artigos da autoria de profissionais de saúde da Unidade de Saúde Pública do ACES Barcelos/Esposende, sob a coordenação de uma distinta equipa médica dessa mesma Unidade de Saúde.

É já considerada pelos leitores uma importante página com informação técnica importantes, subordinada à área da saúde. Como já o assinalámos em edições anteriores, a divulgação desta Página só é possível com o apoio e o patrocínio das Farmácias Tradicionais existentes no concelho de Esposende.

Após os seis números já editados este ano, terem sido patrocinados pelas Farmácia Laguna, Palmeira de Faro; Farmácia Ana Silva, Belinho; Farmácia Apúlia, de Apúlia; Farmácia Monteiro, Esposende; Farmácia Higiénica, de Fão; Farmácia Santa Marinha, Forjães; e agora pela Farmácia Gomes, Esposende, resta mais uma edição para fechar o ciclo de 2023, pretendendo-se seja divulgada no próximo mês de dezembro, esperando o Jornal ter, pra o efeito, o patrocínio e apoio da Farmácia Marinhas, Marinhas, a exemplo da benemerência do ano de 2022.

Recordamos, novamente, que a publicação mensal desta Página só é possível com a prestimosa colaboração dos proprietários e/ou Diretores Técnicos das Farmácias Tradicionais do concelho de Esposende, acima referenciadas.

## Dia Mundial da Diabetes 2023: Conscientização, Prevenção e Promoção da Saúde

No dia 14 de novembro assinala-se o Dia Mundial da Diabetes, dia em que o mundo se une para relembra a importância da Diabetes, uma iniciativa global que visa aumentar a conscientização sobre esta doença crónica que afeta cerca de 537 milhões de pessoas em todo o mundo. É crucial destacar a importância da compreensão da diabetes, seus fatores de risco e medidas preventivas, além de promover práticas que contribuam para a promoção da saúde da população.

A diabetes é uma doença metabólica que ocorre quando o organismo não consegue produzir insulina suficiente ou não consegue usar eficazmente a insulina que produz, tendo como resultado o processamento inadequado da glicose (açúcar) no organismo, que é a principal fonte de energia do corpo, e ao conseqüente aumento da concentração de glicose no sangue (hiperglicemia). Quando não controlada, a diabetes pode levar a complicações graves, como doenças cardiovasculares, doença renal, problemas de visão e amputações.

Quanto aos tipos de diabetes *mellitus*, existem essencialmente a diabetes mellitus tipo 1 (menos frequente e geralmente surge na infância e adolescência, de causa autoimune), a diabetes gestacional (também menos frequente, que pode surgir durante a gravidez) e a diabetes *mellitus* tipo 2.

A diabetes *mellitus* tipo 2 é responsável por mais de 90% de todos os casos de diabetes, e está muito relacionada com a resistência à insulina, situação que ocorre quando as células do corpo não respondem adequadamente à insulina, sendo mais comum em adultos e sobretudo naqueles com excesso de peso. O mau estilo de vida, aqui, desempenha um papel significativo no desenvolvimento da diabetes *mellitus* tipo 2. O tratamento envolve mudanças no estilo de vida (alimentação saudável e atividade física), medicamentos orais e, em alguns casos, insulina.

A prevalência da diabetes está em ascensão global e Portugal não está imune a essa tendência preocupante, sendo um dos países da União Europeia com maior prevalência de Diabetes. Dados do Relatório do Programa Nacional para a Diabetes de 2023, indicam uma prevalência estimada de 9,1% em Portugal. Em Barcelos e Esposende existiam em dezembro de 2022, um total de 14.516 pessoas com Diabetes (9,0%) registadas nos Cuidados de Saúde Primários, e em relação ao excesso de peso tínhamos 74.853 pessoas (46,4% da população residente nestes dois concelhos), o que é alarmante.

Vários fatores aumentam o risco de desenvolver diabetes, como o estilo de vida sedentário (pouca atividade física), a alimentação pouco saudável e a pré-obesidade e obesidade

(excesso de peso) e ainda a predisposição genética. A conscientização sobre esses fatores é crucial para permitir que as pessoas adotem medidas preventivas em suas vidas diárias.

Promover hábitos alimentares saudáveis, incentivar a prática regular de atividade física e manter um peso corporal adequado são passos essenciais na prevenção da diabetes. Além disso, exames regulares de saúde e a monitorização dos níveis de glicose são vitais, especialmente para aqueles com história familiar da doença.

A prevenção da diabetes não é apenas responsabilidade individual, mas também uma questão de saúde pública. É imperativo que as comunidades se unam para criar ambientes que facilitem escolhas de vida saudáveis. Incentivar a prática de atividade física, promover uma alimentação equilibrada em escolas e locais de trabalho, e fornecer informações acessíveis sobre saúde são medidas que podem ter um impacto significativo na prevenção da diabetes. Em Barcelos e Esposende, por exemplo, iniciamos recentemente o Programa Diabetes em Movimento, um Programa Comunitário de Exercício Físico para as pessoas com diabetes, existindo já cerca de 120 pessoas com diabetes neste programa. É apenas ainda um pequeno contributo, face às necessidades.

O nosso Sistema Nacional de Saúde também desempenha um papel essencial no suporte adequado para o diagnóstico precoce e a gestão efetiva da saúde das pessoas com diabetes, o que contribui para a melhoria da saúde destes utentes, bem como na educação para a saúde. O sucesso no controlo da doença passa sobretudo pela autogestão informada da sua própria doença, pelo que a literacia em saúde é fundamental. Neste ponto, os profissionais Médicos e Enfermeiros do ACES Cávado III – Barcelos/Esposende têm desempenhado um papel fundamental na nossa população destes concelhos.

Neste Dia Mundial da Diabetes, convidamos todos a envolverem-se nesta problemática, partilhando informações, promovendo hábitos de vida saudáveis e apoiando aqueles que vivem com diabetes. Apenas através de esforços colaborativos e organizados da sociedade, podemos enfrentar esta doença e construir um futuro mais saudável para todos, já que muitos dos fatores de risco para a diabetes são também fatores de risco para outras doenças crónicas não transmissíveis.

**David Nascimento Moreira, Médico de Saúde Pública,  
Unidade de Saúde Pública do ACES Cávado III  
Barcelos/Esposende, ARS Norte, I.P.**

## Água de consumo humano

A água é essencial para a sobrevivência humana e desempenha um papel fundamental no funcionamento do organismo, nomeadamente na hidratação, no transporte de nutrientes, na eliminação de resíduos, na regulação da temperatura corporal, na lubrificação das articulações e no funcionamento adequado do cérebro. Para além destas funções a água é um elemento muito importante da saúde em geral porque auxilia na digestão, na absorção dos nutrientes, na saúde da pele, na regulação do metabolismo e no fortalecimento do sistema imunológico.

Assim sendo, todos devem ter acesso a uma água para consumo, limpa e segura, considerando-se água de consu-

mo, aquela água que se usa para beber, preparar alimentos ou para higiene pessoal.

A água é essencial à vida, mas também pode ser o veículo mais comum de transmissão de doenças.

Um garante da qualidade e segurança da água, é a utilização da água da rede pública, pois passa por um processo rigoroso de tratamento para assegurar que está livre de bactérias, vírus, parasitas e outros contaminantes prejudiciais à saúde. Os sistemas de tratamento de água são monitorizados regularmente, quer através do controlo da entidade gestora quer pela vigilância dos serviços de saúde, para assegurar que a água esteja em conformidade com os requisitos mínimos, exigidos por lei.

Os concelhos de Barcelos e Esposende têm uma qualidade de água excelente (99%), pelo que os consumidores podem com segurança utilizá-la para consumo, ou seja, ao beber água da rede pública estão a proteger a sua saúde pois sabem que não estão a correr riscos de terem doenças provocadas pela mesma. O abastecimento público de água é a forma ou veículo mais adequado para o acesso a uma água de qualidade para consumo humano, garantindo uma boa saúde.

Em contrapartida, abastecimentos particulares não devem ser fonte de abastecimento pelo risco que comportam,

porque são sujeitos a contaminação e por outro lado não têm controlo que garanta a qualidade.

Por tudo isto, beber água da rede pública traz vantagens, pelo facto de ser segura, mais barata que a comercial, acessível, cómoda e ainda contribui para a diminuição da pegada ambiental, reduzindo o uso excessivo de plástico e a emissão de gases com efeito de estufa na produção e transporte das garrafas.

Há uma obrigação legal de efetuar a ligação da água à rede pública, se estiver a menos de 20 metros do limite da propriedade. A obrigação da ligação justifica-se como forma de garantir a qualidade da água consumida, garantir o tratamento adequado dos efluentes no caso do saneamento, e gerir de forma racional e sustentada os recursos hídricos, que são cada vez mais escassos.

No dia 21 de agosto de 2023, foi publicado no Diária da República o Decreto-Lei 69/2023 que estabelece o novo regime jurídico da qualidade da água destinada ao consumo humano. Este documento legal vem realçar a necessidade crescente de utilização racional dos recursos hídricos, a importância de tornar os utilizadores mais conscientes das consequências do consumo de água, e permitir a adoção de medidas que mitiguem o não acesso ou o acesso limitado de populações mais vulneráveis e marginalizadas.

Por outro lado, preconiza a implementação de uma abordagem de avaliação e gestão do risco completa, abrangendo toda a cadeia de abastecimento, em particular nas instalações prioritárias, bem como o direito de acesso à informação sobre a qualidade da água.

Resta-me concluir que devemos continuar a trabalhar e lutar para que todo e qualquer cidadão tenha acesso a água da rede pública como um meio de promoção da sua saúde.

**Maria da Paz Amorim Luís, Delegada  
de Saúde Coordenadora Unidade de  
Saúde Pública do ACES Cávado III –  
Barcelos/Esposende, ARS Norte**



PUB



# Proteja as suas raízes e valorize o seu legado.

Identifique e registe os seus terrenos de forma simples e gratuita.

[bupi.gov.pt](http://bupi.gov.pt)






PARCEIROS INSTITUCIONAIS:  







FINANCIADO POR:  




[recuperarportugal.gov.pt](http://recuperarportugal.gov.pt)

CORRESPONDENTE DE ANTAS - NEREIDES MARTINS

## O bar instalado no adro de Santa Tecla está a ser demolido



Por imposição das autoridades, o Bar, que foi montado pela última Comissão de Festas, nas proximidades da Capela de Santa Tecla, Santa Bárbara e Santa Luzia, está sendo demolido, inclusive as duas casas banho. Ao longo do ano e com o objetivo de angariar fundos, para realizar as famosas festas de Santa Tecla, Santa Bárbara e Santa Luzia, que se realizam todos os anos no primeiro domingo de setembro, a Comissão de Festas construiu um bar/restaurante, no adro, parte oeste da capela.

Tudo isto aconteceu sem que as autoridades fossem contactadas e o resultado agora veio ao de cima. No local não é permitido tal construção, visto que a base foi feita com piso de cimento. A Comissão recebeu o aviso da proibição e uma multa de 32 mil euros. Agora, o Meio Ambiente determinou o derrube do prédio, inclusive, as duas casas de banho, que ali existiam já alguns anos e que falta fazem para quem ali quer passar os fins-de-semana. É um local agradável, capela de Santa Tecla, a 500 metros da foz do rio Neiva. Os trabalhos da demolição estão em andamento e vão ser pagos pela Fabriqueira da Freguesia, da Paróquia de Antas.

## Mês de outubro com muita chuva



Os níveis de armazenamento nas 35 barragens localizadas a Norte do rio Tejo estavam, no mês de outubro, entre 60 e 100%. Em 25 das 47 barragens a Sul do Tejo a reserva de água continuava abaixo dos 50%.

A tempestade atlântica que a segunda quinzena de outubro trouxe à Península Ibérica traduziu-se num acréscimo de água nas albufeiras portuguesas de 590 hectolitros cúbicos.

O rio Neiva, que nasce em Gondinhal, Vila Verde, e desagua em Antas, lugar de Guilheta, Esposende,

que até ao final de setembro estava com níveis de água muito baixos, vê-se agora com um caudal bastante acentuado, chegando mesmo a transbordar. Porém, os danos causados pelas chuvas e ventos fortes não causaram grandes danos dignos de um registo.

No início de novembro, o tempo continuou com muita chuva e ventos fortes, com rajadas de até 110 km/h. Cinco Distritos de Portugal estiveram sob aviso vermelho, devido à agitação marítima. Isto aconteceu nos dias 2 e 3 de novembro.



**FORUM ESPOSENDE**  
Associação Cívica para o  
Desenvolvimento e Progresso do  
Concelho de Esposende

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

### CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os associados da Associação Forum Esposendense, para a Assembleia Geral, a realizar na sede, sita na Av.<sup>a</sup> Eng. Eduardo Arantes de Oliveira – Estação de Socorros a Náufragos, em Esposende, no dia 16 de dezembro de 2023 (sábado), pelas 18h00.

Esta assembleia funcionará 30 (trinta) minutos mais tarde, com qualquer número de associados, se àquela hora não houver número suficiente, com a seguinte ORDEM DE TRABALHOS:

- 1.º Apreciação e Votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2024;
- 2.º Outros assuntos.

Esposende, 17 de novembro de 2023

O Presidente da Assembleia Geral  
(António de Almeida Miquelino)



### CONVOCATÓRIA

### ASSEMBLEIA GERAL DA ACICE

Nos termos dos Estatutos da Associação Comercial e Industrial do Concelho de Esposende (ACICE), convoco os sócios para uma reunião de Assembleia Geral, a realizar no próximo dia 28 de novembro de 2023 (terça-feira), às 21:00 horas, na sede da ACICE, sita no Largo Comandante Oliveira Martins, nº 12/13, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto Um: Apreciação, discussão e votação do Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2024;

Ponto Dois: Apreciação e votação da alteração da imagem gráfica da ACICE;

Se à hora indicada não houver quórum para que a Assembleia-geral possa dar início, a reunião começará meia hora mais tarde com qualquer número de sócios.

Só poderão participar na reunião da Assembleia os sócios efetivos.

Esposende, 06 de novembro de 2023

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL  
José Albino Lima de Faria

PUB






Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10 - 4720-608 Prozelos - Amarelos  
Tel. 253 992 735 / 253 995 297 Fax 253 995 298  
Email [geral@grificamares.pt](mailto:geral@grificamares.pt) Site [www.grificamares.pt](http://www.grificamares.pt)



**Jornal Farol de Esposende nº 702**  
**17 de Novembro de 2023**

CARTÓRIO NOTARIAL DE ANDREIA DA SILVA AMARAL  
NOTÁRIA  
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

**CERTIFICADO** que, a fls. 82 e seguintes, do livro n.º 299-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de vinte de setembro de dois mil e vinte e três, uma escritura de justificação na qual:

**PRIMEIRO – JOSÉ DO ALTO MARTINS** (NIF 186 232 497) e mulher **MARIA ANGELINA NEIVA DA CRUZ** (NIF 157 609 960), casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ambos naturais da freguesia de Palmeira de Faro, do concelho de Esposende, residentes na Rua 13 de Maio, n.º 32, em Palmeira de Faro, na União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, do concelho de Esposende, **DECLARARAM:**

Que, são donos e legítimos possuidores de um prédio rústico, composto por terreno de cultura com videiras em ramada, com a área de dois mil oitocentos e setenta e cinco vírgula zero um metros quadrados, sito no Sítio do Campo do Monte, em Palmeira de Faro, na União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, do concelho de Esposende, a confrontar do norte e nascente com caminho, do sul com Manuel de Jesus Mendes de Brito e do poente com Manuel Alves de Oliveira, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 2268, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 1584 rústico da extinta freguesia de Palmeira de Faro, o qual, por sua vez, se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT € 465,31 e ao qual atribuem o valor de QUINHENTOS EUROS.

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição daqueles direitos, 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, 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 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**, daquele 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 os declarantes o terem adquirido em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no mês de agosto de mil novecentos e setenta e cinco, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita a António Gonçalves Neiva e mulher Balbina Ferreira Afonso, casados sob o regime da comunhão geral e residentes que foram na freguesia de Vila Chã, do concelho de Esposende, pelo que não ficaram a dispor de título formal que lhes permita efetuar o respetivo registo na conservatória do registo predial.

Declarações confirmadas por três testemunhas.  
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 20 de setembro de 2023.

A Notária,  
(Andreia da Silva Amaral)

**Jornal Farol de Esposende nº 702**  
**17 de Novembro de 2023**

CARTÓRIO NOTARIAL DE ANDREIA DA SILVA AMARAL  
NOTÁRIA  
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

**CERTIFICADO** que, a fls. 62 e seguintes, do livro n.º 303-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de dez de novembro corrente, uma escritura de justificação na qual:

**CARLOS MANUEL MARTINS DE ARAÚJO** e mulher **MARIA INÊS DE SÁ BARROS** ele natural da freguesia de Neiva, do concelho de Viana do Castelo, ela natural da freguesia de Antas, do concelho de Esposende, nesta última residentes na Avenida 25 de Abril, n.º 66. **DECLARARAM:**

Que são donos e legítimos possuidores de um prédio rústico, composto por terreno de cultura de sequeiro, com a área de duzentos e sessenta metros quadrados, sito no Sítio de Quintal, na freguesia de Antas, do concelho de Esposende, a confrontar do norte e poente com Estrada Nacional, do sul com Domingos Salgueiro e do nascente com Raúl Laranjeira Barros, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 1381, o qual se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT de € 3,81, e ao qual atribuem o valor de QUINHENTOS EUROS.

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre estiveram 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, 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 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 do referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de os primeiros outorgantes o terem adquirido, já no estado de casados, em data que não sabem precisar mas sabe ter sido por volta do ano de dois mil e um, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita à referida Rosalina Fernandes da Costa, pelo que não ficaram a dispor de título formal que lhes permita efetuar o respetivo registo na conservatória do registo predial.

Declarações confirmadas por três testemunhas.  
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 10 de novembro de 2023.

A Notária,  
(Andreia da Silva Amaral)

**Jornal Farol de Esposende nº 702**  
**17 de Novembro de 2023**

CARTÓRIO NOTARIAL DE ANDREIA DA SILVA AMARAL  
NOTÁRIA  
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

**CERTIFICADO** que, a fls. 85 e seguintes, do livro n.º 298-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de trinta e um de agosto de dois mil e vinte e três, uma escritura de JUSTIFICAÇÃO na qual:

**MARIA CEPY SAMPAIO** (NIF 133 681 777), divorciada, natural da freguesia de Mar, do concelho de Esposende e nela residente na Rua da Igreja Velha, n.º 2, **DECLAROU** que é dona e legítima possuidora, dos bens imóveis que a seguir se vão identificar, os quais se encontram livres de quaisquer ónus ou encargos, a saber:

N.º 1 - Prédio rústico, composto por terreno de lameiro, com a área de quinhentos e oitenta metros quadrados, sito no Sítio do Prado, a confrontar do norte com José Vaz Saleiro Lima, do sul com Manuel Rodrigues Lima, do nascente com Manuel Vaz Saleiro Lima e do poente com Rosa Cepa Sampaio, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 856, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 384 rústico da extinta freguesia de Mar, o qual por sua vez se encontrava omissa à respetiva matriz rústica, com o valor patrimonial IMT e igual atribuído de oitenta e oito euros e seis cêntimos.

N.º 2 - Prédio rústico, composto por terreno de cultura de regadio, com a área de mil quatrocentos e noventa metros quadrados, sito no Sítio da Bouça Velha, a confrontar do norte com Virgílio Martins Capitão, do sul com Manuel Rodrigues Lima e outro, do nascente com caminho e do poente com Fernando Martins Laranjeira, não descrito na dita Conservatória do Registo Predial, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 904, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 409 rústico da extinta freguesia de Mar, o qual por sua vez se encontrava omissa à respetiva matriz, com o valor patrimonial IMT e igual atribuído de cento e quarenta e oito euros e sessenta cêntimos.

N.º 3 - Prédio rústico, composto por terreno de mato, com a área de dois e três metros quadrados, sito no Sítio do Monte de Cima, a confrontar do norte com José Santos Vaz Saleiro e outro, do sul com António Martins de Abreu, do nascente com António Alves Saleiro e outro e do poente com Manuel Pires Laranjeira, não descrito na dita Conservatória do Registo Predial, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 1964, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 964 rústico da extinta freguesia de Mar, o qual por sua vez se encontrava omissa à respetiva matriz rústica, com o valor patrimonial IMT e igual atribuído de trinta euros e treze cêntimos.

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição daqueles direitos, 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, 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 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 direitos este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de os ter adquirido por volta do ano de mil novecentos e noventa e três, por partilha meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita por óbito de seus pais António Afonso Sampaio e mulher Aurora Martins Cepa, casados sob o regime da comunhão geral de bens e residentes que foram na aquela extinta freguesia de Mar, pelo que não ficaram a dispor de título formal que lhes permita efetuar o respetivo registo na conservatória do registo predial.

Declarações confirmadas por três testemunhas.  
Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 31 de agosto de 2023.

A Notária,  
(Andreia da Silva Amaral)



**Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende**

**CONVOCATÓRIA**  
**ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA**

No uso da competência que me é conferida pela alínea b) do artigo 44.º, e para os fins previstos nas alíneas d) e h) do n.º 2 do artigo 43.º, ambos dos Estatutos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende, convoco os Associados na posse dos direitos estatutários para uma Assembleia Geral Ordinária, a ter lugar pelas 17:00 horas do dia 25 de novembro de 2023 (sábado), no Salão Nobre da Associação, com a seguinte

**ORDEM DE TRABALHOS:**

1. Aprovação da Ata da última Assembleia Geral, realizada em 02 de junho de 2023.
2. Apresentação, discussão e votação da proposta da Direção do Plano de Atividades e Orçamento para o ano 2024, tendo em conta o Parecer do Conselho Fiscal.
3. Apresentação, discussão e votação da Proposta da Direção de alteração ao Regulamento de Distinções Honoríficas da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende.
4. Para conhecimento:
  - 4.1. Concessão de Medalhas de Mérito e Benemerência, aprovadas na Reunião da Direção de 4 de novembro de 2023.
  - 4.2. Código de Conduta para a Prevenção e Combate ao Assédio no Trabalho.
5. Outros assuntos de interesse para a Associação.

Esposende, 9 de novembro de 2023  
O Presidente da Assembleia Geral  
Agostinho Pinto Teixeira

## futebol – época 2023/ 2024

### CAMPEONATOS DRITRITAIS DA A.F. DE BRAGA

Por falta de espaço, na presente edição divulgamos apenas os últimos resultados, o posicionamento das equipas concelhias nas respetivas tabelas classificativas e os jogos das próximas jornadas.

#### PRÓ NACIONAL

##### RESULTADOS

###### 9.ª Jornada

Forjães, 0 Ponte, 3

###### 10.ª Jornada

Oliveirense, 2 Forjães, 1

###### 11.ª Jornada

Forjães, 3 Maria da Fonte, 3

###### 12.ª Jornada

Merelinense, 0 Forjães, 1

Os forjanenses estão no 9.º lugar, com 17 pontos, ae-eaquo com o Ninense e o Celeirós.

#### PRÓXIMOS JOGOS

**13.ª Jornada (19/11):** Amares – Forjães;

**14.ª Jornada (26/11):** Forjães – Cabreiros;

**15.ª Jornada (03/12):** Santa Maria – Forjães.

#### DIVISÃO DE HONRA

##### RESULTADOS

###### 7.ª Jornada

Marinhas, 2 Alvelos, 0

Vila Chã, 1 Ribeira Neiva 1,

São Veríssimo, 2 Esposende, 4

###### 8.ª Jornada

Tadim, 0 Marinhas, 2

Soarense, 0 Vila Chã, 2

Esposende, 1 Esporões, 2

###### 9.ª Jornada

Marinhas, 2 Roriz, 1

Martim, 2 Vila Chã, 1

MARCA, 2 Esposende, 2

O F.C. de Marinhas, com 23 pontos, é líder, isolado; a U.D. de Vila Chã, está no 4.º lugar, com 17 pontos; a ADE, está posicionada em 6.º lugar, com 15 pontos.

#### PRÓXIMOS JOGOS

**10.ª Jornada (19/11):** Ribeira Neiva – Mari-

nhas; Vila Chã – Viatodos; Esposende

– Ucha. **11.ª Jornada (26/11):** Marinhas

– Soarense; Rendufe – Via Chã; Pousa – Esposende. **12.ª Jornada (03/12):** Vila Chã – Marinhas; Esposende – Martim.

#### I DIVISÃO

##### RESULTADOS

###### 4.ª Jornada

Estrelas do Faro, 4 Aboim, 0

###### 5.ª Jornada

Pico Regalados, 3 Estrelas Faro, 1

###### 6.ª Jornada

Estrelas do Faro, 2 "Ceramistas", 4

O D.R Estrelas do Faro segue em 11.º lugar, com 3 pontos.

#### PRÓXIMOS JOGOS

**7.ª Jornada (19/11):** Caldela – Estrelas do

Faro; **8.ª Jornada (26/11):** Estrelas do Faro

– Lanhas; **9.ª Jornada (03/12):** Estrelas do

Faro – Lanhas.

#### TAÇA A.F. DE BRAGA – SENIORES

##### 2.ª ELIMINATÓRIA - RESULTADOS

Estrelas do Faro – Delães/Peões a)

Vila Chã, 5 Prazins e Corvite, 2

Caldela, 0 Esposende, 3

Marinhas, 3 Gondifelos, 0

a) Adiado

#### CAMPEONATO NACIONAL DE SUB 19

##### OU JUNIORES – 2ª DIVISÃO

##### RESULTADOS

###### 7.ª Jornada

Mondinense, 3 Marinhas, 6

###### 8.ª Jornada

Marinhas, 3 Moreirense, 4

###### 9.ª Jornada

Merelinense, 1 Marinhas, 1

###### 10.ª Jornada

Vilaverdense, 4 Marinhas, 0

A valorosa equipa do F.C. de Marinhas está

no 2.º lugar, com 20 pontos

#### PRÓXIMAS JORNADAS

**11.ª Jornada (25/11):** Marinhas – AVS;

**12.ª Jornada (02/12):** Bragança – Marinhas;

**13.ª Jornada (09/12):** Marinhas – Vianense;

**14.ª Jornada (16/12):** Varzim – Marinhas.

## Jornal Farol de Esposende nº 702 17 de Novembro de 2023

### CARTÓRIO NOTARIAL DE ANDREIA DA SILVA AMARAL NOTÁRIA

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. 96 e seguintes, do livro n.º 298-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de trinta e um de agosto corrente, uma escritura de justificação na qual:

**ANTÓNIO ALFREDO CEPA SAMPAIO** (NIF 178 051 500) e mulher **MARIA DA GLÓRIA SALEIRO LARANJEIRA** (NIF 178 051 497), casados sob o regime da comunhão de geral de bens, ambos naturais da freguesia de Mar, do concelho de Esposende, residentes na Rua da Estrada Nova, n.º 25, em Mar, na União das Freguesias de Belinho e Mar, do concelho de Esposende, **DECLARARAM:**

Que, são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem, de um prédio rústico, composto por terreno de pinhal, com a área de três mil trezentos e quarenta e um metros quadrados, sito no Sítio de Murteira, na freguesia de Vila Chã, do concelho de Esposende, a confrontar do norte com Maria Cepa Sampaio, do sul com Junta de Freguesia, do nascente com caminho e do poente com Manuel Torres Ribeiro, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 847, o qual se encontrava omissa à antiga matriz rustica, com o valor patrimonial IMT e igual atribuído de OITENTA E DOIS EUROS E TRÊS CÊNTIMOS.

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória o identificado prédio, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição daqueles direitos, 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, 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 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 do referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de terem adquirido em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido por volta do ano de mil novecentos e setenta, já no estado de casados, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita por António Afonso Sampaio e mulher Aurora Martins Cepa, casados sob o regime da comunhão geral de bens e residentes que foram na aquela extinta freguesia de Mar, pais e sogros dos aqui declarantes, respetivamente, pelo que não ficaram ao dispor de título formal que lhes permita efetuar o respetivo registo na conservatória do registo predial.

Declarações confirmadas por três testemunhas.

Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 31 de agosto de 2023.

A Notária,

(Andreia da Silva Amaral)

## atrelagem

### Bernardo Vilarinho Losa e Patrícia Figueiredo conquistam quatro medalhas de ouro na época 2023

O Esposendense Bernardo Vilarinho Losa, com Patrícia Figueiredo como groom, arrecadam quatro medalhas de Ouro, na Época 2023, em representação da Intersped Team. O primeiro título foi alcançado no Campeonato Regional Norte, cuja final realizou-se no dia 29 de outubro passado, numa prova indoor, no Centro Hípico do Porto e Matosinhos. O campeonato foi composto por cinco provas, tendo a Intersped Team vencido as quatro em que participou. Bernardo e Patrícia venceram este campeonato pelo sétimo ano consecutivo. Sem tempo de recuperação e após intenso trabalho, Bernardo e Patrícia voltaram a entrar em pista, entre os dias 3 a 5 de novembro, para defender o título Nacional de Completos de Atrelagem. Ao vencer duas e ficando a um segundo de vencer a terceira prova, que compõem esta competição, disputada na Capital do Cavalo, sagraram-se Tricampeões de Portugal na Classe de Júniores de Pónei Singular. O campeonato foi muito disputado até ao final, tendo a equipa da Intersped team alcançado 14 pontos de avanço sobre o segundo classificado.

A dupla, sem tempo relaxar, voltou a entrar em pista, para participar, pela primeira vez, na categoria de Cavalo Singular, e, ao vencer duas das três provas, sagraram-se Campeões de Portugal, alcançado 30 pontos de avanço sobre o segundo classificado.

De regresso a Esposende, mas com o tempo reduzido, devido aos compromissos universitários e profissionais, Bernardo e Patrícia já só pensavam na final do Campeonato Nacional de Combinado de Maratona 1\*, com a participação em duas Classes. Esta prova disputou-se nos dias 10 de 11 de novembro, no Centro de Alto Rendimento e no Arneira, inserido na programação da Feira Nacional do Cavalo, da Vila da Golegã. A dupla volta a vencer na classe de Pónei Singular, sagrando-se Tricampeões de Portugal e obtiveram o melhor tempo de pista nas duas mãos que compuseram o campeonato, e na Classe de Cavalo Singular classificaram-se na terceira posição do pódio, a dois pontos do líder. O concurso contou com 23 participações todo o país.

Desde 2016, a equipa da Intersped Team, de Bernardo Losa e Patrícia Figueiredo, já conquistaram 20 medalha ouro, entre Campeonatos Regionais e Nacionais.



PUB



PUB



Av. da Igreja 9, 1G  
4740-571 Esposende  
T. F. +351 253 986 032  
M. +351 936 380 517

Praça D. Maria II 138, Lj. 14  
4900-489 Viana do Castelo  
T. F. +351 258 847 099

www.vcspt.com  
vcs.geral@hotmail.com

## Play Up - Evento "Close The Loop"



No dia 26 do passado mês de outubro, a Etfor, em Forjães, abriu as portas da empresa, pela primeira vez, para um evento da marca própria, a Play Up. O evento "Close The Loop" reuniu parceiros, fornecedores, membros da imprensa e os artistas que colaboraram nas últimas 10 coleções da marca. Este dia foi marcado por diversos momentos, desde a apresentação da coleção cápsula "Close the Loop", confeccionada com malha 100% reciclada e reciclável, até à visita guiada pelas instalações. Durante esta visita, os participantes tiveram oportunidade



de conhecer o chão de fábrica e o projeto na sua totalidade, numa diversa partilha de conhecimentos e experiências.

Criada em 2004, a Play Up, integrada na empresa-mãe, a Etfor, uma empresa familiar. A criação da marca própria foi impulsionada pela segunda geração da família, uma marca vocacionada para vestuário infantil para bebé e criança, com design e fabrico 100% Made in Portugal.

A Play Up exporta 90% da produção para 40 mercados, trabalha com mais 900 clientes multimarca em todo o

mundo, emprega 50 pessoas. Com foco na economia circular, a marca prepara-se para abrir uma loja online de roupa Play Up em segunda mão. Para além dos pontos de venda multimarca, a Play Up é vendida na loja online e, atualmente, este canal já representa entre 25% da faturação da marca.

A "segunda geração" é constituída por quatro filhos da D. Lúcia Lages e do Sr. Artur Correia, fundadores da Etfor: a Elsa, o César, o Bruno e a Susana, estando hoje todos ligados ao negócio.

A marca tem uma grande preocupação ao nível da sustentabilidade, produzindo as suas peças

apenas com recurso a algodão orgânico e a fibras recicladas. Registe-se que a marca própria assegura já 35% das vendas da Etfor que, no ano passado, registou um volume de negócios total de 25 milhões de euros. Quase tudo exportado, com o mercado nacional a contribuir apenas com 10%.

Na próxima edição, tencionamos focarmo-nos no 35.º aniversário da Etfor, e fazer um esboço da sua já rica história empresarial no concelho de Esposende e no norte de Portugal, para além de ter já uma vasta experiência de exposições e vendas a nível mundial.

PUB



**DEZEMBRO**

# NATAL '23



30/11 | quinta-feira | 21h00  
**CERIMÓNIA DE LIGAÇÃO DA ILUMINAÇÃO DE NATAL, PELO "TRIO DE BEL VIANA"**  
 LARGO RODRIGUES SAMPAIO

03/12 | domingo | 16h00  
**TEATRO INFANTIL "A CINDERELA"**  
 AUDITÓRIO MUNICIPAL DE ESPOSENDE  
 A Capoeira - Companhia de Teatro de Barcelos

03/12 | domingo | 18h00  
**CONCERTO "UNIVERSO CORAL INGLÊS"**  
 IGREJA DA MISERICÓRDIA DE ESPOSENDE  
 Coro Sonus Aura

08/12 | Sexta | 11h00  
**ANIMAÇÃO DE RUA - QUINTETO DE METAIS DA BANDA DE MÚSICA DE BELINHO**  
 LARGO RODRIGUES SAMPAIO

08 a 23/12 | 11h00  
**ABERTURA DO MERCADO E ALDEIA NATAL**  
 LARGO RODRIGUES SAMPAIO/ZONA RIBEIRINHA DE ESPOSENDE

9 /12 | sábado | 15h00 e 17h00  
 10/12 | domingo | 10h30 e 12h00  
 16 /12 | sábado | 15h00  
**CONTO MUSICAL "A CENTELHA"**  
 AUDITÓRIO MUNICIPAL DE ESPOSENDE  
 Coros de Classe de Conjunto da Escola de Música de Esposende

10/12 | domingo | 15h00  
**ANIMAÇÃO DE RUA ORQUESTRA DE SOPROS DA ESCOLA DE MÚSICA DA BANDA DE ANTAS**  
 LARGO RODRIGUES SAMPAIO

10 de dezembro | domingo | 16h00  
**HISTÓRIAS EM FAMÍLIA «SORTIDO DE CONTOS DE NATAL», COM VIRGÍNIA MILLEFIORI**  
 BIBLIOTECA MUNICIPAL MANUEL DE BOAVENTURA

10 dezembro | domingo | 17h00  
**CONCERTO DE NATAL CORO SÉNIOR DE ESPOSENDE**  
 AUDITÓRIO DO CENTRO PAROQUIAL DE PALMEIRA DE FARO

16/12 | sábado | Tarde  
**ANIMAÇÃO DE RUA RUAS DE ESPOSENDE**

16/12 | sábado | 21h30  
**CONCERTO "EM TALHA DOURADA NATAL BARROCO"**  
 IGREJA MATRIZ DE ESPOSENDE  
 Coro Ars Vocalis e Ensemble Cuore Armonico

17/12 | domingo | 15h30  
**PARADA DE NATAL**  
 Largo Dr. Fonseca Lima / Rua 1º de Dezembro / Largo Rodrigues Sampaio / Zona Ribeirinha

17/12 | domingo | 16h30  
**CONTO MUSICADO "E SE A MÚSICA TE CONTASSE A HISTÓRIA DO CAPUCHINHO VERMELHO?"**  
 AUDITÓRIO MUNICIPAL DE ESPOSENDE  
 Orquestra da Costa Atlântica

21/12 | quinta-feira | 21h00  
 22/12 | sexta-feira | 18h00  
**BAILADO "O QUEBRA-NOZES"**  
 AUDITÓRIO MUNICIPAL DE ESPOSENDE  
 Academia de Bailado de Esposende

22/12 | sexta-feira | 21h30  
**CONCERTO "VENI! VENI!"**  
 IGREJA PAROQUIAL DE BELINHO  
 Coro de Pequenos Cantores de Esposende

23/12 | sábado | Tarde  
**ANIMAÇÃO DE RUA - TAXI DUENDE**  
 RUAS DE ESPOSENDE

31/12 | domingo  
**PASSAGEM DE ANO**  
 ZONA RIBEIRINHA DE ESPOSENDE

06/01 | sábado | 21h00  
**CONCERTO "NOITE DE REIS"**  
 IGREJA PAROQUIAL DE MAR  
 Ensemble Cardo-Roxo

07/01 | domingo | 16h00  
**ENCONTRO "CANTARES AO MENINO"**  
 IGREJA MATRIZ DE ESPOSENDE