

VOZ DE ANTAS

Diretor/Editor: Pe. José Manuel Ferreira Ledo

janeiro / fevereiro 2025

n.º 1 4.ª Série - Ano XLIX

Publicação Bimestral

ISSN: 2182-4746 2,5€



Publicações
Periódicas

ctt

Taxa Paga
Portugal
Contrato 556928

PADRE LEDO TOMOU POSSE COMO PÁROCO DE S. PAIO DE ANTAS



O dia 20 de outubro de 2024 fica marcado na história da Paróquia de S. Paio de Antas pela tomada de posse do novo Pároco, Padre José Manuel Ferreira Ledo, que sucede ao Padre Manuel de Brito Ferreira (28/03/1976 a 20/10/2024).

Nomeado a 21 de julho de 2024 pelo Arcebispo, D. José Cordeiro, o Padre Ledo assumiu a paroquialidade de S. Paio de Antas, do Arciprestado de Esposende, sem prejuízo das paróquias que lhe haviam sido confiadas, constituindo a Unidade Pastoral Esposende Norte com as paróquias de Belinho (São Pedro Fins) e Forjães (Santa Marinha). Ordenado a 17 de julho de 1983, o Padre Ledo assumiu o cargo de Pároco de Belinho a 17 de julho de 2005 e de Administrador Paroquial de Santa Marinha de Forjães, a 18 de julho de 2008. É Vice-Arcipreste de Esposende para o quinquénio de 2023 a 2028.

Pág. 4 **CONSELHO ECONÓMICO
PAROQUIAL TOMOU POSSE**

Pág. 6 **RAQUEL NEIVA E ROBERTO TORRES
VOLUNTÁRIOS COMPROMETIDOS**

Pág. 9 **OBRAS DE BENEFICIAÇÃO
NO SALÃO PAROQUIAL**

Pág. 9 **EXPOSIÇÃO
DE ARTESÃOS DE ANTAS**

900 ANOS DA IGREJA DE ANTAS



No próximo dia 19 de abril assinalam-se os 900 anos da Igreja Paroquial de S. Paio de Antas (1125-2025), uma data notável que se impõe seja celebrada de forma devida, convidando toda a comunidade a associar-se a este momento memorável. Assim, e não obstante outras iniciativas que possam vir a realizar-se, no dia 27 de abril, domingo, contaremos com a presença do Senhor Arcebispo Primaz, D. José Cordeiro, na nossa Paróquia para a celebração desta data ímpar, sendo que presidirá à Eucaristia Solene, às 16h00.

A Inscrição Medieval Comemorativa da Fundação da igreja de S. Paio de Antas que figura no lado norte refere: “Na Era de 1163, às 13 calendas de maio (19 de abril de 1125), o Abade Soeiro fundou esta obra junto ao mar”. Esta secular pedra é a testemunha silenciosa do tempo. Este marco temporal, de tempos da Reconquista Cristã, sugere que a comunidade de S. Paio de Antas (1099) já possuía uma estrutura religiosa sólida “junto ao mar”, a qual, com o passar dos séculos, foi sendo adaptada e reformada. A inscrição, portanto, mais do que uma simples data, representa um momento de renovação e reafirmação da fé de um povo a um templo completamente novo, por isso chamar fundação.

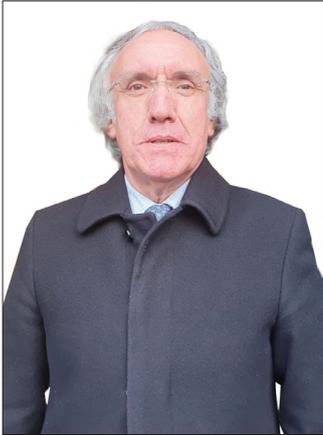
A igreja que aqui existiu, em S. Paio de Antas, é anterior à reforma de 1879, e encontra-se hoje coberta sob as camadas da história, mas sua memória permanece viva nesta inscrição e na devoção dos fiéis.



Pág. 14 **COMISSÃO DE FESTAS DE S. PAIO
E SENHORA DAS VITÓRIAS**

Pág. 16 **INAUGURAÇÃO DE PAINEL
DE CERÂMICA ARTÍSTICA
“MÃOS AO BARRO”**

EDITORIAL



Por vezes, para encontrares a tua paz, tens de aceitar que algumas coisas (e pessoas) vão ter de ficar para trás. (Júlia Domingues)

É com grande satisfação e com grande apreço por todos vós, leitores e paroquianos, que vos dirijo estas palavras de 'abertura', neste novo desafio que me foi confiado em servir a Igreja - que muito amo - em mais esta parcela do povo de Deus.

Em Ano Jubilar, somos desafiados a caminhar na

Esperança, convictos de que peregrinar, mas não vazios.

Levamos em nossos corações a simplicidade das crianças, a ousadia dos jovens e a experiência dos adultos, sabendo que todos, almejamos um futuro consistente, capaz de responder e corresponder às exigências do nosso tempo.

Na vida comunitária, as relações humanas, especialmente quando se trata de partilhar um projeto de vida e uma atividade apostólica, todos sabemos que nem sempre são pacíficas. Às vezes surgem conflitos e não se pode exigir uma solução imediata, nem se deve julgar precipitadamente a pessoa ou a situação: é preciso saber dar tempo ao tempo, procurar não perder a paz, esperar o momento melhor para uma clarificação na caridade e na verdade. Não se deixar confundir pelas tempestades.

«Quando o mar está agitado não se veem os peixes; mas podem-se ver quando o mar está calmo». Nunca poderemos fazer um bom discernimento, ver a verdade, se o nosso coração estiver agitado e impaciente. Nunca. Nas nossas comunidades, requer-se esta paciência mútua: suportar, isto é, carregar aos próprios ombros a vida do irmão ou da irmã, incluindo as suas

fraquezas e defeitos. Todos.

Lembre-mo-nos disto: o Senhor não nos chama para ser solistas – sabemos que existem tantos na Igreja – não, não nos chama para ser solistas, mas para fazer parte dum coro, que às vezes desafina, mas sempre deve tentar cantar em conjunto.

Por isso, partilharia convosco, neste editorial, o pensamento com que iniciei estas palavras, retiradas do livro de Júlia Domingues, acerca do nosso modo de ver e de viver a vida! Diz a autora:

“A vida é feita de ciclos.

Para uns começarem, outros precisam de terminar.

O que (e quem) ficou para trás, servirá de lição,

para quem continua comigo, ajuda-me,

todos os dias, a ser melhor.

É essa lição que devemos guardar.

Não interessa ser melhor do que os outros,

interessa ser melhor do que ontem.

E é por isso que sigo com fé.

Porque a vida ensina que tudo tem

um tempo próprio para acontecer.

E o que está guardado para nós,

não vai errar no caminho.

Demore o tempo que demorar.

Vida, que o teu sol ilumine os nossos sonhos

e que o teu mar limpe as nossas mágoas.

Estamos prontos para(re)começar.

Porque nunca é tarde para ser feliz!”

Concluo este editorial, deixando um Muito Obrigado ao diretor e pároco cessante de S. Paio de Antas, Pe. Brito Ferreira, pela entrega a esta nobre causa.

Caros paroquianos e vós emigrantes, acreditai que queremos fazer juntos, um caminho que a todas e todos, diz respeito.

O vosso pároco, P.e Ferreira Ledo

FICHA TÉCNICA VOZ DE ANTAS

Diretor/Editor

Pe. José Manuel Ferreira Ledo

Propriedade

Fábrica de Igreja Paroquial de S. Paio de Antas – Esposende
NIPC: 501305173

Depósito Legal: 18 861/84

ISSN: 2182-4746

ERC: Registo n.º 107 626

Tiragem: 750 exemplares

Redação / Administração

Pe. José Manuel Ferreira Ledo
Tlm: 966 310 616
e-mail: antascep@gmail.com

Morada do Editor/Proprietário/Redação

Centro Paroquial
4740-014 Antas EPS

Estatuto Editorial

https://www.facebook.com/vozdeantas/about_details

Versão Digital (PDF)

<https://aqualibri.cimcavado.pt/handle/20.500.12940/1994>

Composição / Impressão

TIPOPRADO - Artes Gráficas, Lda.
(+351) 253 92 91 40

Chamadas para a rede fixa e móvel nacional.

ESTATUTO EDITORIAL

- 1) A Voz de Antas é um jornal com periodicidade bimestral publicado em papel e tem como objetivo principal constituir uma fonte primária de informação escrita sobre os acontecimentos correntes e religiosos relacionados com a Paróquia de S. Paio de Antas, Arciprestado de Esposende Arquidiocese de Braga.
- 2) A Voz de Antas foi fundada em 1957 pelo Pe. Apolinário Afonso Pereira Rio (1932–1971, pároco de 1956–1965). A primeira série teve 61 números, entre dezembro de 1957 a dezembro de 1963. A segunda série teve apenas cinco números e foi dirigida pelo Pe. Avelino dos Santos Alves (1926–1986, pároco de 1965–1974) entre março de 1970 e março de 1971. A terceira e última série começou em dezembro de 1976 (número 0) e tem sido dirigida pelo Pe. Manuel de Brito Ferreira (pároco desde 1976).
- 3) Em 1984, obteve o Depósito Legal com o n.º 18861/84, visando a sua conservação na coleção nacional, na produção e divulgação da bibliografia nacional corrente, e na informação estatística desse âmbito.
- 4) Em 2012, foi-lhe atribuído o ISSN 2182-4746, que é um identificador único internacional normalizado para todas as publicações em série e visa a sua identificação entre os editores internacionais.
- 5) Em 2016, foi inscrita na ERC (Entidade Reguladora para a Comunicação Social) com Registo n.º 107626.
- 6) A Voz de Antas tem como objetivos dar expressão ao direito de informar e ser informado, promover o intercâmbio de ideias e favorecer o exercício da liberdade de expressão crítica e responsável.
- 7) A Voz de Antas contribui para a valorização e o progresso da paróquia de S. Paio de Antas e, como tal, encontra-se aberta à participação de todos quantos partilhem dos mesmos objetivos.
- 8) A Voz de Antas rege-se pelos princípios de independência, autonomia e pluralismo informativo, respeitando os valores universalmente reconhecidos da ética, deontologia profissional e a moral religiosa católica.
- 9) A Voz de Antas rejeita o sensacionalismo, bem como a informação escrita e apresentada de forma descuidada e vulgar.
- 10) A Voz de Antas privilegia o diálogo com os leitores, promovendo a sua participação ativa. Reserva-se, porém, o direito de intervir na filtragem dessa participação, sempre que tal for estritamente necessário e contra os valores da moral religiosa católica.

PADRE LEDO TOMOU POSSE COMO PÁROCO DE S. PAIO DE ANTAS



ARCIPIRESTADO
DE ESPOSENDE
Centro Paroquial de Esposende
Cargo da Matriz, s/n - 4740-203 Esposende
arciprestadoeps@gmail.com

Ata da Tomada de Posse do Pároco de Antas (S. Paio)

Às onze horas do dia vinte do mês de outubro, do ano de dois mil e vinte e quatro, na Igreja da Paróquia de Antas (S. Paio), do arciprestado de Esposende, deu entrada solene o P.º José Manuel Ferreira Ledo, natural de São Paio de Antas, Esposende, como Pároco nomeado em 21 de julho último pelo Senhor Arcebispo, D. José Manuel Garcia Cordeiro.

À sua chegada, junto à entrada do adro paroquial, foi cumprimentado pelas autoridades locais, quer civis quer religiosas, e pelos amigos e clero, na sua maioria do Arciprestado. Depois desta sessão informal de cumprimentos, deu-se início ao cortejo litúrgico para a igreja paroquial.

Após a chegada à igreja, procedeu-se à leitura da Provisão Canónica do Prelado a que o arcipreste, P.º Rui Jorge Neiva, fez alguns comentários direcionados para a comunidade e colegas sacerdotes, presentes na sua grande maioria, valorizando o dom do sacerdócio, a alegria da sua vivência, os direitos e deveres dos paroquianos, terminando com palavras de apreço para com o povo de Anatas e o seu novo Pároco.

Após a homilia houve a profissão de fé e juramento de defesa do património religioso, por parte do novo pároco, tendo prosseguido a Eucaristia, na sua forma habitual, com a Presidência da mesma entregue ao sacerdote empossado.

Na parte final, houve alguns avisos de circunstância e, o novo Pároco usou da palavra, agradeceu todas as provas de carinho de que foi alvo e traçou.

Nada mais havendo a fazer, terminou a cerimónia com uma sessão de cumprimentos, após o que as pessoas se dispersaram com a convicção do dever cumprido e com a certeza de continuarem a construir comunidade em comunhão eclesial.

Desta tomada de posse foi lavrada a presente ata no livro da paróquia e no do Arciprestado, da qual, depois de aprovada, vai ser enviada fotocópia para os serviços centrais da Diocese, tendo sido assinada pelo arcipreste e pelo novo pároco agora empossado.

Paróquia de Antas (São Paio), 20 de outubro de 2024

O Arcipreste: 

O Pároco empossado: 



TOMADA DE POSSE DA FÁBRICA DA IGREJA PAROQUIAL



PROVISÃO

CONSELHO ECONÓMICO PAROQUIAL

D. JOSÉ MANUEL GARCIA CORDEIRO, por mercê de Deus e da Santa Sé Apostólica, Arcebispo Metropolitano de Braga e Primaz das Espanhas, aprovou, no uso da sua jurisdição, o Conselho Económico Paroquial (Fábrica da Igreja) de:

SÃO PAIO DE ANTAS

Arciprestado de Esposende

O referido Conselho é integrado pelos membros abaixo apresentados, os quais tomarão posse do seu cargo, perante o Arcebispo Primaz ou um seu Delegado. Ao assumir o cargo, que deverá ser exercido com a maior diligência e espírito eclesial nos termos previstos no Código de Direito Canónico e no referido Estatuto, deverá fazer o juramento de administrar bem e fielmente todos os bens da Comunidade Paroquial (cân. 1283).

No Domingo seguinte à tomada de posse, o Pároco apresentará aos fiéis, numa das Assembleias dominicais mais concorridas, os membros deste Conselho Económico empossado. Do acontecimento, lavrar-se-á uma acta, na qual se fará constar o dia e o lugar da tomada de posse e por quem lhe foi conferida (cf. Art.º 21 do Estatuto dos Conselhos Económicos Paroquiais).

Presidente: P.e José Manuel Ferreira Ledo

Secretário: Aida Maria Calheiros Cepa Carneiro

Tesoureiro: Jorge Manuel da Cruz Torres Neiva

Alda Maria Neiva Viana *

Manuel Augusto Ferreira Ledo

Manuel Viana da Cruz

Manuel Pires Viana *

Esta Provisão é válida até 31 de dezembro de 2027.

Para constar, emite-se o presente documento que fica registado na Cúria Arquiepiscopal. Braga, 13 de novembro de 2024.


(D. Delfino Jorge Estêvão Gomes, Vigário Geral)


(D. João Paulo Coelho Alves, Chanceler)

Arquidiocese de Braga
Rua de S. Domingos, 94 B
4710-435 Braga - Portugal



Tel 253 203 180 Fax 253 203 190
geral@arquidiocese-braga.pt
www.arquidiocese-braga.pt

GRUPO CORAL

Com a chegada do novo pároco à nossa comunidade, o Grupo Coral de Antas, que até à data solenizava a missa dominical das 8h, ganhou um novo fôlego e fez alterações estruturais que estão à vista de todos.

A subida ao coro alto da nossa igreja vinha a revelar-se um problema para muitos coralistas que, devido à sua condição física, não podiam subir as íngremes escadas da torre e, por esse motivo, associado também à hora matutina a que decorria a missa, o número de coralistas estava a diminuir.

Com a mudança do órgão para junto do Altar da Montanha, a adesão dos fiéis para junto do órgão revelou-se logo uma aposta ganha.

O Grupo Coral conta agora com cerca de 20 coralistas e 3 organistas (Diogo Costa, Paulo Alves e Mafalda Piedade) que continuarão a solenizar a missa dominical, funerais e outras cerimónias. O Grupo Coral está de boa saúde e recomenda-se!



CORO INFANTO-JUVENIL

O coro Infanto-Juvenil da Igreja de S. Paio de Antas continua a embelezar as celebrações eucarísticas.

Com sete jovens – Carolina, Inês, Lara, Lúcia, Luísa, Maria e Margarida – e sob a orientação da organista Mafalda Cunha, o grupo tem como função tornar as celebrações mais harmoniosas e participativas, contribuindo com as diferentes vozes para enriquecer a experiência litúrgica e fortalecer a união da comunidade.

**Há ainda lugar para mais vozes!
Se gostas de cantar e queres fazer
parte desta iniciativa, junta-te a nós!**



CATEQUESE

INÍCIO DO ANO CATEQUÉTICO 2024-2025



No dia 29 de outubro de 2024, a equipa de Catequistas teve o seu primeiro encontro com o novo Pároco, Sr. Padre José Manuel Ledo. Neste primeiro encontro foi realizada uma bonita reflexão sobre - O que é catequizar? Catequizar é comunicar e dar testemunho da Palavra de Deus. É ecoar a Palavra de Deus a Todos os que a desejarem ouvir. Foi com esta certeza, vontade e total disponibilidade que se deu início ao Ano Catequético.

Assim, no sábado dia 2 de novembro, com a presença do nosso Pároco realizou-se a reunião com todos os pais, para apresentação da equipa de catequistas. Na reunião foi lembrada a importância da Família e o seu papel na vivência da fé cristã.

No domingo, dia 3 de novembro celebrou-se a Festa do Acolhimento de todos os catequizandos, em especial dos mais pequeninos da Paróquia, assim como foi realizado o compromisso dos catequistas.

Foi uma celebração rica, muito participada e todos estavam muito entusiasmados, pois também se realizou a bênção das mochilas, em sinal de verdadeira comunhão entre a catequese, a Família e a escola.

A equipa de catequistas é constituída por onze elementos verdadeiramente motivados para acompanhar na fé os 113 catequizandos que se encontram a frequentar a catequese.

Fazemos votos para que tudo corra bem durante o ano catequético e que as nossas Crianças e Adolescentes caminhem cheios de Esperança e Confiança em Cristo Jesus!



CELEBRAÇÃO DE ADVENTO E NATAL

No final do mês de novembro, iniciamos a caminhada de Advento proposta pela diocese de Braga - "Passos de Esperança".

"Passos", porque se trata de um caminho que urge trilhar, no concreto da estrada da vida, alicerçado na Palavra de Deus, que se faz pão em oração, para alimentar e fortalecer o avanço neste percurso pessoal e comunitário, sem deixar ninguém para trás;

"de Esperança", porque é a virtude que o ciclo litúrgico e o enquadramento eclesial nos convidam a cultivar, com sinais evidentes de que somos homens e mulheres de esperança.

Assim, no dia 30 de celebramos o primeiro domingo de advento com a eucaristia de bênção das coroas de Advento. A Igreja Paroquial encheu-se de bonitas coroas de toda a comunidade.

O presépio da igreja paroquial foi construído pela catequese junto

ao altar, o centro da celebração eucarística, numa caminhada única e significativa.

Atendendo à tendência atual da sociedade de viver o Advento e o Natal sob uma perspetiva predominantemente material, muitas vezes esquecendo a sua verdadeira essência, a catequese propôs a construção progressiva do presépio, tanto na igreja como em casa.

Assim, a base do presépio paroquial foi cuidadosamente montada junto ao altar, utilizando pinheiro natural, cascas de pinheiro e sobreiro, lenha, musgo e palha. Foi também criado um pequeno estábulo em madeira, preparado para acolher a Sagrada Família.

Esta iniciativa contou com a colaboração valiosa das mães e avós de alguns catequizandos, bem como do pai de uma catequista, que contribuíram tanto na recolha dos materiais como na montagem do presépio.

A cada domingo de Advento, durante as celebrações eucarísticas, fomos enriquecendo o presépio com as imagens das suas personagens principais. No primeiro domingo, adicionámos as figuras dos pastores, símbolos de simplicidade e humildade, que, vigilantes e atentos, acolheram a alegre notícia da chegada do Salvador como um sinal de Deus.

No segundo domingo, dia da Imaculada Conceição, colocámos as imagens do Anjo e de Nossa Senhora, a Mãe de Jesus. No terceiro domingo, foi a vez de São José e dos animais, que com o seu calor ajudaram a aquecer o Menino Jesus. Finalmente, no quarto domingo, último do Advento, colocámos os três Reis Magos, representando a sua jornada em direção ao Menino Jesus e à sua família.

No dia 25 de dezembro, Dia de Natal, celebrámos com alegria ao cantar os Parabéns ao Menino Jesus, concluindo a construção do presépio com a colocação da sua imagem no presépio. Foi uma caminhada cheia de trabalho, marcada por passos de esperança, alegria e confiança em Jesus, que é o nosso maior foco e inspiração!

Ainda durante o mês de dezembro fizemos a nossa festa de Natal com um concerto oração, que teve a participação do coro infanto-juvenil, responsável pela dinamização de todos os cânticos natalícios. Todos os anos de catequese participaram com a leitura de textos e a sua teatralização. No final do concerto foi oferecido a todos os catequizandos uma lembrança para o presépio construída pelas catequistas. O Sagrado Coração de Jesus também participou nesta festa com a oferta de chocolates a todos os meninos e meninas. Todos ficaram muito felizes com estes miminhos de Natal e a catequese agradeceu a todos os zeladores do Sagrado Coração de Jesus.

FESTA DA PALAVRA DO 4.º ANO DA CATEQUESE



No dia 26 de janeiro, IV Domingo da Palavra de Deus, que este ano é vivido em dinâmica Jubilar, as crianças do quarto ano receberam a sua própria Bíblia e comprometeram-se a escutar sempre a Palavra de Jesus, tanto na Eucaristia com toda a comunidade, como em casa com as suas famílias! Pois a Palavra de Jesus é Luz, Verdade e Vida! É Força, Amor e Caminho. Esta Palavra é sempre viva e torna-se um farol de Esperança e de Alegria. «Espero na tua Palavra» é o lema escolhido para redescobrirmos a beleza e os ensinamentos da Bíblia. Parabéns a todos pela caminhada.

VOLUNTARIADO - COMPROMISSO COM O BEM COMUM

“Ser um voluntário solidário é uma escolha que nos torna livres; torna-nos abertos às necessidades dos outros, às exigências da justiça, à defesa dos pobres, ao cuidado da criação.”

Papa Francisco

Raquel Neiva e Roberto Torres têm mais em comum do que apenas o facto de ambos serem jovens e de terem nascido em S. Paio de Antas. Partilham a experiência do voluntariado e comungam da alegria de ser para o outro. São exemplo do que o Papa Francisco denomina de *“voluntários empenhados no bem comum, artesãos da misericórdia e multiplicadores da esperança”*, como se depreende dos seus testemunhos. Que o seu exemplo possa motivar outros a seguir-lhes os passos e a serem voluntários comprometidos com o bem comum.

Raquel Neiva | 21 anos

Estudante de Bioquímica, na Universidade do Minho

Membro do Agrupamento n.º 423 do Corpo Nacional de Escutas

São Romão de Neiva - Viana do Castelo

AÇÕES DE VOLUNTARIADO

Através da Pastoral Universitária de Braga, que promoveu o Projeto Sementes, uma iniciativa de voluntariado universitário internacional, em países africanos de expressão portuguesa, de um modo especial, Cabo Verde e Guiné-Bissau, durante o período de verão. Este projeto consistiu então em 2 fases: uma fase inicial de formação, com duração de 8 meses; e posteriormente, a missão em si, que decorreu entre julho e agosto de 2023, na comunidade de Porto Mosquito, Ilha de Santiago, Cabo Verde.

A essência de Porto Mosquito eram as crianças e, por isso, os dias passavam muito por atividades lúdico-pedagógicas. Fez-se um pouco de tudo, como jogos, pinturas, campanhas de reciclagem, noites de cinema, peças de teatro, etc.

Para as pessoas mais idosas da comunidade, realizaram-se iniciativas mais direcionadas para a saúde como, por exemplo, rastreios, algo “básico”, mas bastante escasso na comunidade. Também tentamos dar sempre uma palavrinha sobre bons hábitos de saúde e de higiene, adaptando à realidade que estas pessoas conheciam. Acima de tudo, o nosso trabalho era criar laços, partilhar experiências e ouvir as histórias de vida da comunidade.

Que razões te motivaram a partir em missão/voluntariado? O facto de integrares um Agrupamento de Escuteiros teve aqui alguma influência?

Fazer parte do Corpo Nacional de Escutas ensinou-me o verdadeiro significado de “Servir” e foi, sem dúvida, determinante para me introduzir ao mundo do voluntariado. Fui participando em alguns projetos locais, porém queria poder vivenciar uma realidade totalmente diferente da minha, e, ao ouvir diversos

testemunhos e ver antigos registos de missões, a vontade aumentou. Acho que acreditava que podia dar o meu contributo para um bem maior, mesmo sabendo que não ia conseguir mudar uma realidade por completo.

Ser voluntário/missionário implica, certamente uma grande disponibilidade e um forte espírito de sacrifício. Ainda que seja temporário é deixar a vida em suspenso, ficar longe da família e dos amigos, prescindir das comodidades a que estamos habituados... Como lidas com estas questões?

Deixar a família, os amigos e o conforto do dia a dia não é fácil, exige bastante força de vontade. No entanto, acredito que sair da nossa zona de conforto também nos faz crescer. Nem sempre foi fácil lidar com tudo ao mesmo tempo, e recorri sempre que pude ao apoio da família, do qual sou tão grata. E claro

que foi fundamental todo o apoio da comunidade que nos acolheu de forma tão calorosa; fizeram de Porto Mosquito uma segunda casa. Com isto, fui-me focando no propósito da

missão e na alegria e impacto que causávamos, o que ajudou a ultrapassar qualquer dificuldade.

Há, de facto, mais alegria em dar do que em receber? Que balanço fazes do voluntariado realizado? É uma experiência a repetir?

Sem dúvida, há uma enorme alegria em dar, mas a verdade é que acabamos por receber tudo em dobro. Os sorrisos e os abraços das crianças e a receptividade calorosa de toda a comunidade é algo que não dá para se explicar por palavras. Por mais simples que pudéssemos oferecer, as pessoas davam tudo o que tinham sem pensar em receber nada em troca.

Cada um à sua maneira, fez desta experiência algo único e profundamente enriquecedor, contribuindo para um crescimento tanto pessoal, quanto espiritual, e para uma nova perspetiva do que realmente importa. É, sem dúvida, uma experiência a repetir, e estou certa de que o voluntariado continuará a fazer parte do meu percurso.

Projetos em termos pessoais/profissionais?

Atualmente, encontro-me a terminar a licenciatura em Bioquímica e penso dar continuidade aos estudos, através do mestrado. A nível pessoal, continuo ligada tanto ao escutismo (através do Caminheirismo), como ao voluntariado, estando sempre à procura de novas iniciativas.

Mensagem

Se há algo que esta experiência me ensinou é que todos temos a capacidade de transformar o mundo à nossa volta mesmo com gestos e palavras que possam parecer pouco. Ser voluntário é dar; e dar é mais do que bens materiais: é partilhar tempo, sorrisos e esperança! Devemos sempre nos lembrar que abraçar projetos voluntários tem sempre um retorno em dobro.



Roberto Torres | 25 anos

Licenciado em Administração Pública, pela Universidade de Aveiro

AÇÕES DE VOLUNTARIADO

- Projeto Sementes, da Pastoral Universitária de Braga - 1 mês de Missão no Verão (julho a agosto de 2019) na Guiné-Bissau - aulas de português a jovens e a representantes de instituições locais; animação de jovens; apoio nos rastreios de recuperação nutricional + completado com experiência de voluntariado local ao longo do ano de formação no Projeto Homem (Braga) - instituição que acolhe na sua maioria homens que sofrem de problemas de dependências de substâncias/álcool/tabaco - onde era realizadas atividades de animação.

- Projeto (Des)Envolve-te (de setembro de 2019 a junho de 2020) - findo o período de missão foi feito o convite para coordenar este projeto que consistia em acompanhar voluntários em diversos projetos de voluntariado, estando responsável pela instituição onde também fui voluntário, Projecto Homem.

- Missão País Universidade de Aveiro - Freguesia do Monte (Murtosa) de 2020 a 2022 - integrado no projeto de voluntariado missionário para universitários chamado Missão País - consiste numa semana de voluntariado onde cerca de 60 jovens estão numa comunidade a trabalhar em várias vertentes: acompanhamento de aulas de moral para jovens e animação nos tempos livres; acompanhamento de idosos; preparação de um teatro comunitário; reabilitação de espaços/habitações devolutas.

- Leigos para o Desenvolvimento - Benguela, Angola (de outubro de 2023 até ao presente) - ONGD (Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento) católica que envia voluntários formados para países de expressão portuguesa (atualmente Angola, Moçambique e São Tomé e Príncipe) para promover o desenvolvimento de comunidades desfavorecidas - é feita uma formação de cerca 9 meses e depois os voluntários são enviados para um país à escolha da direção. No primeiro ano de Missão, estive responsável pelo projeto de desenvolvimento cultural, onde estava a coordenar um grupo de teatro juvenil promovendo formação em diferentes áreas culturais (teatro, dança, poesia,...) e coordenava também uma equipa de jovens responsável por dar a conhecer a cultura do Alto Catumbela, Ganda (local de missão) através de exposições fotográficas e um documentário. Neste segundo ano, estou responsável pelo Grupo Comunitário, projeto âncora das missões dos Leigos, que reúne mensalmente entidades e autoridades locais e tradicionais (Administrações municipais, professoras, farmacêuticas, empresários, profissionais de saúde, membros de diversas igrejas, entre outros...) e onde em conjunto e na medida das possibilidades destas entidades se tentam dar resposta a problemas da localidade (delinquência juvenil, gravidez precoce, idosos, reabilitação de estradas, saneamento básico,...).

Que razões te motivaram a partir em missão?

Numa resposta rápida, desafiar-me a estar ao serviço do outro num contexto completamente diferente do meu. Talvez também numa jornada de descoberta pessoal, mas também profissional, perceber o que me motiva/desafia/traz felicidade!

Ser missionário implica, certamente, uma grande disponibilidade e um forte espírito de sacrifício. É deixar a vida em suspenso, ficar longe da família e dos amigos, prescindir das comodidades a que estamos habituados... Como lidas com estas questões, ainda mais por períodos tão longos, como é o teu caso?

Apesar de vir com o espírito e a vontade de me surpreender, não contava com o facto de neste contexto os imprevistos (variados) serem uma realidade tão marcante do dia a dia. O propósito da missão é viver num espírito de simplicidade e pobreza, mas é claro

que há dias em que custa ter de tomar um banho de caneco, não ter luz em casa e estar propenso a apanhar doenças tropicais, como é o caso do paludismo. Relativamente à gestão das saudades, a internet felizmente já consegue quebrar grandes barreiras e ser um apoio grande nesta questão, contudo também sinto que o estar longe me obriga a pensar diferente e a reinventar-me no sentido de dar resposta aos problemas do dia a dia e sem dúvida que aqui tenho crescido muito nisso.



Há, de facto, mais alegria em dar do que em receber? Que balanço fazes destas missões? São experiências a repetir?

Para estar neste tipo de missões de longa duração (mas talvez também de curta duração) às vezes é preciso gerir expectativas. Muitas vezes achamos que o grande impacto está naquilo que deixamos, todavia no final acabamos por perceber que, se calhar, levamos mais connosco do que aquilo que deixamos. Ainda assim, acredito que é isso que nos faz crescer e abre os olhos para outras realidades do mundo e nos dá uma maior sensibilidade para trabalhar/pensar no poder da entreejuda humana. Acredito, e tenho plena consciência, que quem vive experiências como estas fica constantemente a recordar estes tempos e guarda muita vontade de os repetir, mas muitas vezes pela forma como a vida continua fica difícil voltar a vivê-la! Não consigo prever o que o futuro me reserva, mas vontade de voltar não irá faltar nunca! Às vezes sinto que já nascem connosco estas vontades/desejos e é difícil contrariá-los...

Projetos em termos pessoais/profissionais?

Tendo formação em administração pública e percebendo os desafios do dia a dia, sinto que no final desta missão precisarei de um tempo para voltar a realinhar a vida, mas já pondero uma possível pós-graduação específica na área da cooperação internacional para o desenvolvimento (uma vez que até já estava a fazer um mestrado em administração e gestão pública focado nesta temática e no trabalho das ONG's e ONGD's) e quem sabe um dia conseguirei aliar um trabalho que me pudesse dar a oportunidade de trabalhar com estas realidades e poder visitar países como Angola e a Guiné-Bissau (por onde já estive).

Mensagem

Não querendo romantizar a aventura de partir em missão ou de fazer voluntariado desta forma mais intensa como me encontro a fazer, convido-vos todos a terem, com alguma regularidade, experiências mais humanas de solidariedade e entreejuda (e podem ser coisas simples como pequenos gestos na nossa comunidade, com os vizinhos,...) porque elas ajudam-nos a ressignificar a forma como vemos o mundo e a acreditar um bocadinho mais na esperança!

DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO

O Dia Internacional do Voluntário, usualmente designado Dia Internacional do Voluntariado, foi instituído pela Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU), em 1985, e celebra-se a 5 de dezembro. Nesta data é globalmente enaltecido o papel incontornável que os voluntários desempenham na promoção, através dos seus contributos altruístas, de valores como a solidariedade e a coesão social, respeitando a diversidade, a igualdade e a participação de todos.

CONTAS CONSELHO ECONÓMICO PAROQUIAL

PERÍODO: 20/10/2024 a 31/12/2024

Receitas

CORRENTES	19 689,26
<i>Missas</i>	<i>2 070,00</i>
<i>Casa da Paz</i>	<i>180,00</i>
<i>Culto (peditório missas)</i>	<i>5 163,16</i>
<i>Esmolas</i>	<i>155,00</i>
<i>Funerais / batizados / casamentos</i>	<i>590,00</i>
<i>Peditórios (Sagrado Coração de Jesus)</i>	<i>2 993,60</i>
<i>Cedência instalações</i>	<i>225,00</i>
<i>Bar</i>	<i>600,00</i>
<i>Direitos paroquiais (avindo)</i>	<i>7 712,50</i>
<i>Saldo inicial (20/10/2024)</i>	<u>538,92</u>
	<i>20 228,18</i>

Despesas

CORRENTES	5 682,85
<i>Missas</i>	<i>240,00</i>
<i>Peditório Seminários</i>	<i>290,00</i>
<i>Pároco</i>	<i>2 000,00</i>
<i>Sacristão</i>	<i>600,00</i>
<i>Organistas</i>	<i>725,00</i>
<i>Água / Luz</i>	<i>814,55</i>
<i>Limpeza</i>	<i>200,00</i>
<i>Conservação</i>	<i>240,00</i>
<i>Diocese</i>	<i>414,95</i>
<i>Outros</i>	<i>158,35</i>
<i>Saldo Final</i>	<u>14 545,33</u>
	<i>20 228,18</i>

REUNIÃO DO CONSELHO PASTORAL E PAROQUIAL

Por iniciativa do Pároco, Padre José Manuel Ledo, no passado dia 31 de janeiro, reuniu o Conselho Pastoral e Paroquial de S. Paio de Antas, que agrega os diversos movimentos paroquiais, da catequese, aos grupos corais e confrarias, bem as instituições e associações de Antas, tendo participado nomeadamente a Junta de Freguesia, a associação GRASSA, os Zés P'reiras e a Banda de Música.

Neste encontro, que decorreu no Salão Paroquial e que iniciou com um momento de oração e de reflexão, foram analisados e debatidos diversos assuntos relacionados com as vivências e a dinâmica da comunidade e da Paróquia, procurando assim envolver e auscultar as "forças vivas" da terra, dando voz e oportunidade a todos. Como tem sido constante e reiteradamente referido pelo Padre Ledo, todos são chamados a participar e a colaborar, tornando-se parte ativa de uma comunidade que se quer viva e dinâmica. Este ano, a 19 de abril, assinalam-se os 900 anos da Igreja Paroquial de S. Paio, perspetivando-se a comemoração condigna de tal assinalável efeméride. Contamos com todos!

REUNIÃO COM A JUNTA DE FREGUESIA

Na sequência da entrada em funções do novo pároco, e com o intuito de abordar diversos assuntos, nomeadamente do interesse da Paróquia, a Junta de Freguesia solicitou à Fábrica da Igreja Paroquial uma reunião, que ocorreu no passado mês de novembro.

No encontro, onde participou o executivo liderado por José Viana, o Pároco José Manuel Ledo e demais elementos da Fábrica da Igreja, estiveram em discussão várias questões de relevância para a freguesia e para a comunidade, partilhadas por ambas as entidades. De entre estas consta o projeto, ainda não concretizado, da construção de sanitários no adro de Santa Tecla, conforme acordado no Protocolo de Cooperação, estabelecido entre a Câmara Municipal, a Junta de Freguesia e a Paróquia. Sendo esta uma necessidade há muito sentida, e constantemente reivindicada, é vontade de todas as partes avançar com a execução da obra que, recorde-se, será custeada pelo Município, ao abrigo do referido acordo.

Foi reiterado, de resto, o compromisso, tanto da Junta de Freguesia, como da Fábrica da Igreja, de cooperação e profícuo relacionamento institucional em ordem ao bem comum, não obstante as competências e responsabilidade próprias de cada um dos órgãos.

EXPOSIÇÃO DE ARTESÃOS DE ANTAS

O Salão Paroquial acolheu, entre os dias 21 de dezembro de 2024 e 5 de janeiro de 2025, uma exposição de artesãos de Antas, organizada pela Junta de Freguesia.

A mostra contou com a participação dos seguintes artesãos: Graça Paz (pintura), Manuel Merrelho da Costa (peças em fósforos), Floriano Salgueiro, Bernardo Viana e Cassiano Torres (peças em madeira), Maria João Rocha (tapetes de Arraiolos), Cláudia Costa (pintura), Mário Saleiro Torres (objetos com parafusos e peças metálicas), Alice Faria (quadros em ponto cruz/bonecos, toalhas e naperons em croché).

Na abertura da exposição, no dia 21 de dezembro, esteve presente a Vereadora da Câmara Municipal de Esposende, Alexandra Vilar, que saudou a iniciativa da Junta de Freguesia, como forma de dar visibilidade ao trabalho dos “artistas” locais. A estes dirigiu palavras de felicitação e incentivo, salientando a qualidade dos trabalhos apresentados. Por sua vez, o Presidente da Junta de Freguesia, José Viana, regozijou-se com o facto de, finalmente, se ter concretizado a realização desta mostra, com o intuito de divulgar e promover o trabalho, em diversos domínios, de diversos “artistas” da terra, cuja qualidade merece e deve ser amplamente propagada. Neste sentido, apelou a colaboração do Município, proposta que recebeu pronto acolhimento da Vereadora Alexandra Vilar, que se disponibilizou para acolher a exposição num espaço municipal, eventualmente no Centro de Informação Turística (Posto de Turismo), de Esposende. José Viana agradeceu, ainda, a disponibilidade da Fábrica da Igreja pela cedência do espaço para a realização da exposição, saudando a colaboração e o apoio do Pároco, Padre Ledo.

O encerramento da exposição coincidiu com a realização do Concerto de Ano Novo, pelo Ensemble da Banda de Antas e tenor Leonel Pinheiro, que decorreu na tarde do dia 5 de janeiro, na Igreja Paroquial, e que contou também com a prestação do Grupo “Terra Larga”, que interpretou canções de Natal. No final deste momento cultural de elevada qualidade, que lotou a Igreja Paroquial, e onde marcou presença a Vereadora Alexandra Vilar, em representação do Município, bem como o Presidente da Junta e o Pároco, Padre Ledo, proporcionou-se mais um momento de confraternização e convívio, no Salão Paroquial, dando por concluída a exposição que, ao longo do período em que esteve disponível ao público, registou elevada afluência, refletindo o agrado e o acolhimento da comunidade para com o trabalho destes artesãos. Uma iniciativa louvável, a repetir, certamente.



INTERVENÇÕES NO SALÃO PAROQUIAL



No salão de festas do Centro Paroquial foram concretizadas, recentemente, intervenções de manutenção e conservação, num investimento global superior a 6.000 euros.

Atendendo à degradação do piso do palco, que se foi acentuando, inclusive com abatimento em alguns sítios, tornou-se necessário proceder à substituição do soalho e dos rodapés. A intervenção foi custeada pela Junta de Freguesia, no montante de 1.620 euros, e foi executada por voluntários da paróquia, que se disponibilizaram para a execução do trabalho.

Impunha-se também a beneficiação do piso do salão de festas, pelo que foi contratualizada uma empresa especializada para afagar e envernizar o chão de madeira, devolvendo-lhe a beleza natural, intervenção que orçou em 2.230 euros e que foi custeada pela Fábrica de Igreja Paroquial.

Igualmente necessária era a substituição dos estofos das cadeiras do salão, que se encontravam num estado lastimável e a carecer de intervenção. Assim, através de uma empresa especializada, procedeu-se à renovação dos estofos da totalidade das cadeiras (192), recuperando a sua boa imagem e apresentação. Estes encargos, no valor de 2.220 euros, foram suportados pela Confraria do Santíssimo Sacramento e Coração de Jesus.

O salão de festas apresenta-se agora de “cara lavada”, com a dignidade e asseio que se impõem, e dotado das necessárias condições para acolher os mais diversos eventos e atividades, garantindo também a comodidade das pessoas.

As manutenções periódicas são necessárias e determinantes, pois beneficiam tanto a segurança como a durabilidade e eficiência dos equipamentos. Importa, pois, manter em adequadas condições o património da Paróquia.

Uma palavra de agradecimento e reconhecimento à Junta de Freguesia e à Confraria do Santíssimo Sacramento e ao Coração de Jesus, pelo seu generoso contributo, e um agradecimento particular aos voluntários que, de forma abnegada, se dispuseram a trabalhar para melhorar as condições do Salão Paroquial.

VAMOS CANTAR AS JANEIRAS!

Decorreu, no passado dia 2 de fevereiro, no “renovado” salão de festas do Salão Paroquial, a iniciativa “Vamos Cantar as Janeiras!”.

Perante sala cheia, subiram ao palco quatro coletividades da nossa freguesia, nomeadamente o Grupo de Zés P'reiras, o Grupo de Ação de Solidariedade Social de Antas (GRASSA), o grupo “Terra Larga – Coro dos Moços do Neiva” e a Banda de Música, que proporcionaram um excelente espetáculo. Foi uma tarde marcada pela animação e pelo convívio, refletindo a dinâmica e vitalidades dos movimentos associativos locais, que vão assegurando a continuidade das tradições, como frisaram e saudaram o Pároco José Manuel Ledo e o Presidente da Junta de Freguesia, José Viana.

No evento, foi apresentada à comunidade a Comissão de Festas de Nossa Senhora das Vitórias, que teve nesta iniciativa o arranque do trabalho de angariação de fundos. Na qualidade de porta-voz da Comissão, Aida Cepa manifestou a disponibilidade e determinação deste grupo de mulheres para manter vivas as tradições de S. Paio de Antas, lembrando que restam poucos meses para reunir os necessários recursos financeiros para assegurar a realização da festa, com a dignidade e excelência a que estamos habituados. Neste sentido, apelou ao apoio e colaboração de todos.



NAS MÃOS DE DEUS



JOSÉ ANTÓNIO FARIA SINARÉ

Partiu para o reino dos céus, no dia 11 de outubro de 2024, José António Faria Sinaré.

Deixou a sua família, todos os que o conheciam e tinham o privilégio de fazer parte da sua vida, com o coração mais pobre, pois o Sinaré enchia-nos da sua riqueza. O Tone tinha com ele a maior riqueza do mundo: o amor. Tinha com ele os melhores sentimentos e pensamentos: esperança, determinação e força de vontade, alento, alegria e boa disposição, empatia. O Tone era cor, luz, altruísta, amigo do ambiente, colecionador de kms, de caminhadas e de histórias para contar. O Tone era um colecionador de amigos, porque estava sempre disposto a partilhar com os outros tudo de bom que transbordava no seu coração.

O Tone partiu muito cedo, vítima de doença prolongada. Já antes de ser diagnosticado com cancro, o Tone sempre contribuiu para ajudar a Liga Portuguesa contra o cancro. E mesmo no seu último adeus, o Tone contribuiu mais uma vez, com a ajuda de todos, para uma causa tão nobre, com a soma de 935 euros.

A família agradece do fundo do coração a todos os que contribuíram para este donativo e a todos os que estiveram presentes e nos acompanharam nestes momentos de dor.

Que continues a ser, na vida eterna, um privilégio como foste na vida terrena.

"O nosso guerreiro partiu em paz, é agora a nossa estrelinha mais brilhante".



GABRIEL MATOS DA SILVA

Gabriel Matos da Silva, carinhosamente conhecido pelo "Guelo da Judite", partiu rumo à vida eterna a 23 de outubro de 2024. Nascido a 8 de abril de 1954, Gabriel viveu toda a sua vida na freguesia de Antas, onde deixou a sua marca. Foi um homem de extraordinária humildade, um trabalhador incansável e amigo do seu amigo.

A sua vontade de viver era notável. O mais novo de quatro irmãos, lutou pela vida até ao seu último suspiro.

Quem teve a sorte de o conhecer sabia que, para Gabriel, a palavra "trabalho" nunca o assustava. Estava sempre disponível para ajudar e, apesar das dificuldades que enfrentou ao longo da sua vida, deixou saudades em todos aqueles que cruzaram a sua jornada. De caráter sólido e íntegro, era um exemplo de como a simplicidade e a honestidade são, muitas vezes, as maiores riquezas que alguém pode ter.

Gabriel partiu como desejava: em casa, rodeado do amor e do carinho da família que tão bem cuidou dele. Sempre disposto a oferecer um sorriso, era respeitado e admirado por todos que o conheciam, com generosidade e respeito pelo próximo.

Com pesar, fica a saudade, o vazio, a dor, mas também o orgulho e a gratidão que, desta forma, nos fazem recordar o Gabriel. Partiu cedo demais, deixando-nos as memórias de um ser humano exemplar. Que as lembranças do seu sorriso, da sua dedicação e da sua amizade nos acompanhem sempre. "Guelo", fica para sempre nos nossos corações.



AURÉLIO DE ALMEIDA TORRES NEIVA

No dia 13 de outubro de 2024 faleceu Aurélio de Almeida Torres Neiva, com 97 anos. Nasceu em 21 de julho de 1927, no Lugar de Azevedo, em S. Paio d'Antas, filho de Domingos Gonçalves Neiva e de Maria Vaz de Almeida Torres. Casou em 15 de fevereiro de 1958 com Maria Rodrigues Dias, de quem enviuvou em 2019, após 61 anos de matrimónio. Do casamento

nasceram quatro filhos: Manuel, Palmira, Maria José e Aristides. Tinha duas netas: Sara e Mafalda.

Ficou órfão de mãe com 16 anos, e cedo começou a trabalhar como carpinteiro, profissão que exerceu toda a sua vida. Nessa profissão trabalhou em diferentes partes do país, em especial em Vila Nova de Gaia durante vários anos. Em 1970 emigrou para França, regressando definitivamente à sua terra quando se reformou, em 1992.

Sempre permaneceu fiel à fé católica e sempre estava disponível para colaborar com a Igreja no que estivesse ao seu alcance. O Senhor chamou-o no dia de Nossa Senhora do Rosário.

AUGUSTO SÁ DA TORRE



Faleceu, no dia 15 de outubro de 2024, Augusto Sá da Torre, de 79 anos de idade. Nascido a 22 de maio de 1945, em Antas, casou, aos 20 anos, com Maria Fernandes de Sá, igualmente desta freguesia. Tinha quatro filhos, três rapazes e uma rapariga: Rui, Miguel, Avelino e a Vânia. Desenvolveu a sua atividade profissional como pintor.

Foi debatendo, ao longo da vida, com problemas de saúde, que foi sempre enfrentando com coragem e resiliência, acabando por sucumbir à doença e entregar a alma ao Pai no dia 15 de outubro, no Hospital Distrital de Viana do Castelo. Que o Senhor lhe dê o eterno descanso.



MARIA GONÇALVES PEREIRA

Maria Gonçalves Pereira faleceu no dia 3 de novembro de 2024. Filha de Olinda Gonçalves Pereira, nasceu no dia 10 de março de 1934. Residia no lugar de Guilheta, encontrando-se aos cuidados da sobrinha Armanda. Por motivos de saúde, estava, mais recentemente, aos cuidados de uma

família de acolhimento, em Guimarães.
Paz à sua alma!



MANUEL DE FREITAS MEIRA

No dia 17 de novembro de 2024 faleceu Manuel de Freitas Meira, residente em Guilheta. Nasceu no dia 25 de julho de 1957, filho de José Rodrigues Meira e de Maria Adelaide Martins de Freitas (desta união nasceram 13 filhos, sendo que faleceram quatro). Casou com Maria do Carmo Dias Martins Fernandes, com quem teve 7 filhos, tinha 10 netos e uma bisneta. Paz à sua alma.

NAS MÃOS DE DEUS



**MARIA DE FÁTIMA
DELGADO FREIRE E SILVA**
13-09-1928 / 12-11-2024

Recordar a nossa Querida Mãe e Avó é uma tarefa de sentimentos mistos, dada a profunda e a irreversível tristeza pela sua partida e a insuperável Felicidade dos tempos especiais de convívio, enquanto em vida. A Mãe, profundamente religiosa, esteve sempre no lado certo do quotidiano, imbuída do espírito português com Cabo Verde, origem discretamente presente, com exceção dos últimos dois anos de vida em que, enferma, retomou a sua ligação à terra de nascimento.

Pessoa de um grande coração e humanismo, expressou abertura às mudanças o que enriqueceu durante os tempos em que viajou pelo Mundo, atravessando vários Continentes com o nosso Querido e Saudoso Pai.

Conselheira da Paz, era na sua sábia serenidade e no seu imenso e terno Abraço, que encontrávamos, a exemplo do nosso Pai, o Sol das nossas vidas.

E agora, Mãe, como se desconstrói tamanha dor de ausência? Honrando, certamente, o teu legado de valores e, talvez, o tempo consiga aquietar esta eterna Saudade.

Mãe, Avó e Bi, Querida e Única, de um conto de embalar, porque de Amor, o Céu ficou maior contigo!

Descansa, merecidamente, em Paz, nossa Morabeza!



**MANUEL GONÇALVES
GOMES**

Nascido no dia 14 de novembro de 1947, em Belinho, era o segundo de sete irmãos, filho de Serafim Fernandes Gomes e de Senhorinha Gonçalves. Cresceu rodeado pelos seus irmãos e irmãs: Maria, Olívia, Fátima, Graça, Conceição e José.

Em fevereiro de 1965, partiu para França com o seu pai para trabalhar como carpinteiro, construindo tanto o seu futuro como o da sua família.

No dia 25 de janeiro de 1969, casou com Maria Cândida Gonçalves Ferreira. Do seu amor nasceram três filhos: Conceição, Manuel e Philippe, que por sua vez lhe deram a alegria de ser avô de sete netos.

No dia 23 de dezembro de 2024, Manuel Gonçalves Gomes faleceu em França, deixando uma família amorosa e muitas recordações preciosas.

Manuel era um homem de valores, um trabalhador incansável, um pai e um avô amoroso. Aqueles que o conheceram recordarão a sua bondade, a sua generosidade e o seu apego às suas raízes portuguesas, que ele acarinhava apesar da distância.

Hoje, seus filhos, netos e toda a sua família prestam-lhe homenagem com amor e gratidão.

Agradecemos a todas as pessoas e familiares que nos apoiaram durante este momento difícil.

Em nome dos filhos: "Ao nosso querido pai, descansa em paz."



MANUEL ALBINO MARTINS DE SÁ
27-03-1949 / 26-11-2024

Manuel Albino Martins de Sá nasceu a 27 de março de 1949, filho de Albino Pereira de Sá e Maria de Cunha Alves Martins. Viveu em Esposende até aos treze anos, ao lado da sua irmã Helena e do primo Gonçalo, sendo cuidado pela sua avó e sua tia Alice. Aos treze anos, mudou-se para Angola para viver com os seus pais e irmãos. Lá, estudava à noite e trabalhava de dia com o seu pai onde aprendeu mecânica, cumprindo também o seu serviço militar.

Em 1974, regressou com os pais e irmãos a Antas, onde se casou, em 1977, com Carolina Pereira Neiva. Deste casamento nasceram três filhas: Maria Helena, Ermelinda e Elisa.

A vida, embora difícil, não o desanimou, e, em 1986, decidiu tentar a sorte no Canadá.

Em 1990, levou a sua esposa e filhas para junto dele, retornando a Portugal em 2019 para desfrutar da sua reforma.

Manuel era conhecido pela sua boa disposição contagiante e pelo seu humor único. Tinha sempre uma anedota nova na ponta da língua e era impossível não sorrir ao ouvi-lo contar histórias e piadas, sempre com aquele jeito divertido e irreverente que o tornava especial. Entre as suas anedotas mais adoradas estavam aquelas sobre os "encontros e desencontros" que ele vivia, com personagens engraçadas e situações inusitadas, sempre com um final inesperado que

fazia todos rir.

Durante a sua reforma, Manuel reencontrou novamente a sua paixão pela mecânica. Adorava criar engenhocas, usando os seus vastos conhecimentos técnicos para dar vida a invenções originais. Passava horas a trabalhar em novos projetos, sempre com um olhar atento aos detalhes e um espírito criativo que não se apagava com o tempo. O seu prazer estava em ver as suas ideias ganharem forma e, muitas vezes, as suas invenções acabavam por ser pequenas maravilhas mecânicas, cheias de engenho e criatividade.

Mas, acima de tudo, Manuel tinha um amor imenso pelo seu neto Steven. O sorriso de Steven iluminava-lhe os olhos e ele adorava passar tempo com ele, sempre com muito carinho e paciência. Era visível o quanto se orgulhava de seu neto e o quanto este o preenchia de alegria. O laço entre eles era especial e único, e esse amor marcava de forma indelével a sua vida.

A vida de Manuel foi cheia de momentos de alegria, e, acima de tudo, de muito carinho da sua família. As filhas, genros, neto, irmãos, sobrinhos, primos, e especialmente a esposa Carolina, sempre procuraram fazer-lhe as vontades, retribuindo o amor e a atenção que ele demonstrava a todos ao seu redor.

A todos que o conheceram e partilharam momentos com ele, fica a gratidão e a saudade de um homem alegre e generoso.

Muito obrigada a todos. Em nome dos filhos: "Ao nosso querido pai, descansa em paz."

NAS MÃOS DE DEUS



RUI MANUEL RODRIGUES NEIVA

No dia 26 de novembro de 2024, faleceu, num acidente numa passagem de nível em Espanha, Rui Manuel Rodrigues Neiva, de 37 anos, filho de Domingos Cruz Neiva e Amélia Ferreira Rodrigues. Era natural de Antas, mas após o casamento tinha estabelecido residência na freguesia de Palme, no concelho de Barcelos, onde foi a sepultar. Deixa dois filhos menores.

Que descanse em paz.



MARIA DE LURDES RODRIGUES LARANJEIRA

No passado dia 2 de janeiro, no Hospital de Viana do Castelo, faleceu Maria de Lurdes Rodrigues Laranjeira, com 81 anos de idade. Tinha residência em S. Paio de Antas, mas viveu a trabalhar em Forjães, na casa da própria patroa.

Paz à sua alma.



ÁLVARO MEIRA LARANJEIRA

Pai,

No dia 18 de janeiro você teria comemorado o seu 89.º aniversário. Durante toda a sua vida, foi para todos nós um grande exemplo de coragem.

Casou em 1956, em Antas, Portugal, com a mãe, Cândida Ferreira Alvarães, que nos deixou em março de 2024. Em fevereiro de 1957 nasceu a sua primeira filha, a Irene, e depois, em dezembro de 1958, o Manuel.

Em 1962, para dar melhores condições de vida à sua família, foi trabalhar para a França, sozinho. Sabemos que não foi nada fácil estar longe da família e enfrentar esta fase da vida sozinho.

Em Villers Cotterêts foi pedreiro, mas mudou pouco tempo depois para a região de Lyon, para estar mais perto de alguns membros da sua família.

Por estar longe, não conseguiu assistir ao nascimento do seu terceiro filho, o António, que nasceu em Portugal, em maio de 1962. Em fevereiro de 1964, a mãe pegou na família e foi ter consigo, e, em setembro do mesmo ano, nasceu a Alice.

Chegou a trabalhar também nas obras, para poder dar um pouco mais de conforto para sua família.

Em 1966 mudaram para Belleville e acolheu em casa o seu pai e o seu irmão. Em junho de 1966 nasceu o Rogério.

Um ano depois, em outubro de 1967, nasceram os trigêmeos - Álvaro, Lucília e Cândida. Infelizmente a Cândida veio a falecer 4 dias depois, sendo um período difícil para os dois. Em junho de 1972 nasceram os gémeos, José e Adelaide, os irmãos mais novos.

Hoje, a nossa linda família é composta por 23 netos e 13 bisnetos.

Apesar de ter tentado seguir em frente e de ter tido o apoio dos seus filhos e netos desde que a mãe faleceu, a sua vontade era estar ao lado do amor da sua vida e passados 9 meses, no dia 2 de janeiro, não resistiu uma pneumonia grave e você juntou -se à mãe no céu.

Obrigada a ti Pai e a ti Mãe por esta família.

Descanse em paz Pai, você merece.

Os seus filhos.



MATILDE DOS ANJOS DE OLIVEIRA PACHECO

A única certeza nesta vida é indubitavelmente a morte... Com ela perdemos conteúdo, perdemos essência, perdemos alguma sabedoria dos que deixam este mundo... Se é verdade que do outro lado encontramos paz e o descanso eterno, assim espero que tenha sido o caminho

que a minha mãe e o meu pai tenham encontrado, pois ambos o mereciam...

No dia 28 de dezembro de 2024, com apenas 75 anos de idade, partiu a minha mãe, Matilde dos Anjos de Oliveira Pacheco, filha de Bernardino José Pacheco e Josefa Oliveira Silva Marques. Foi criada com uma educação muito conservadora e austera, começando a trabalhar ainda muito nova, sem ter a oportunidade de viver uma infância livre e alegre, fruto da necessidade económica e familiar da época. No sentido de obter uma vida melhor, emigrou para França, onde a vida foi igualmente madrastra. Quando regressou a Portugal, já casada e com um filho pela mão, foi obrigada a residir na freguesia, da qual era natural o marido, longe de toda a sua família, que residia em Guimarães e França. Proibida pelo marido de trabalhar (a mulher na altura ocupava o lugar de empregada doméstica a tempo integral), não baixou os braços e aprendeu a "arte" da agricultura e da pecuária, sem nunca ter plantado nada nem cuidado de animais, para poder evitar comprar alguns alimentos e ajudar nas despesas da casa. Lavava a roupa no rio, com as pernas dentro de água, as vísceras do porco (que se matava uma vez por ano) com farinha e muito limão, e carregava em bacias à cabeça já com uma filha pela mão.

Com a construção de habitação própria e dois filhos, viu-se obrigada a trabalhar às escondidas, para poder completar o que o negócio do marido não permitia, trabalhando em campos (dar horas) e a plantar mais para poder vender também. Sofreu anos calada, por vergonha e por falta de soluções, um casamento de fachada, que há muito estava destruído pelos vários infortúnios da vida, doença, crise económica, más influências familiares, autodestruição do filho e afastamento da filha (que foi estudar e trabalhar para o Porto). Foi acusada de ser a única responsável de toda a infelicidade conjugal, mas desenganam-se, pois, os telhados encobrem muita coisa. Nunca deixou de se preocupar e de acompanhar os filhos, nem mesmo o marido, que mesmo afastados, na doença, ligava à filha em auxílio para o encaminhamento e acompanhar ao hospital. Cuidou mais dos sogros que dos próprios pais (devido à distância), e era nela que a minha avó paterna mais depositava confiança.

Para quem não a conhecia, ela era uma mulher de poucas palavras, de resposta afiada, sem paciência para conversas de café. Uma mulher de gelo com um coração de manteiga, resiliente, trabalhadora, de poucos afetos, apenas se desmanchava na presença do neto, cúmplices até no tráfico de bolachas. Mesmo muito doente, e com todos os motivos para menosprezar o filho, nunca o abandonou, tentando sempre resolver a maior parte das suas trapalhadas. Já acamada, com várias lesões cerebrais e muitas comorbilidades (fruto de uma mutação genética), só partiu após a visita do filho (já institucionalizado devido à mesma mutação), e com a garantia da filha que cuidaria sempre do irmão, pois até esse momento apenas o coração e os pulmões estavam a funcionar. Será sempre um exemplo para mim.

Marlene Cardante, filha

NAS MÃOS DE DEUS



ALBINA GONÇALVES CRESPO

Albina Gonçalves Crespo nasceu no dia 27 de setembro de 1939, filha de Belandina Gonçalves e de António Crespo. Casou com António Sá e Silva, com quem teve nove filhos, dos quais sete estão vivos e dois, infelizmente, faleceram. Além de ser mãe, também foi avó de nove netos.

Era mãe e avó dedicada, deixando um legado de amor e união que marcou profundamente todos à sua volta. Era um pilar fundamental para a sua família, presença constante na vida dos seus netos, sempre com amor e carinho imenso para cada um deles.

Construiu uma história rica com pequenos gestos de carinho, de cuidado e de dedicação. Para os seus netos as memórias vividas ao seu lado são inúmeras e inesquecíveis. Cada pequeno gesto, faziam da sua casa um verdadeiro lar cheio de calor e afeto.

Mais do que uma avó era uma mãe, uma amiga e uma inspiração, a preocupação com cada um deles, o amor e os ensinamentos de vida que lhes transmitia, marcou-os profundamente. Ensinou-os a ter força nos momentos mais difíceis e a bondade nos pequenos gestos do quotidiano. Era uma mulher que, com a sua generosidade e simplicidade, transformava cada momento único e especial.

A 3 de janeiro de 2025, com 85 anos, faleceu mas as memórias que deixou permanecerão para sempre nos corações de todos que a conheceram e amaram.

Como os seus netos disseram no dia do seu funeral: "Este não é um adeus, é um até um dia, nossa querida Bina, onde nos receberás de braços abertos."

O seu amor, força e generosidade continuarão a viver nas gerações futuras.

PARTIRAM PARA A CASA DO PAI

Jo 14, 2b-3 "Vou preparar-vos um lugar. E quando Eu tiver ido e vos tiver preparado um lugar, virei outra vez e levar-vos-ei comigo para que, onde Eu estiver, estejais vós também."



MARIA DE LURDES RODRIGUES COUTINHO

No dia 22 de janeiro de 2025 faleceu Maria de Lurdes Rodrigues Coutinho, com 93 anos de idade. Foi casada com Manuel Gonçalves Chasco. Era mãe de dois filhos e tinha três netos e seis bisnetos. Esteve emigrada em França durante muitos anos, onde muito trabalhou. Por causa da doença voltou para Portugal, no ano de 2019, juntamente com o seu marido, que faleceu nesse ano, sendo que ela agora se juntou a ele. Paz à sua alma.



MARIA DA CONCEIÇÃO TORRES CASEIRO

Maria da Conceição Torres Caseiro, nascida a 8 de dezembro de 1967, filha de Maria Adelaide Torres Pereira (In Memória) e de Manuel Nelson Ferreira Caseiro...

Enfermeira de Profissão, com o dom de Cuidar dos outros, profissão que exige dedicação, zelo, entrega, paciência, empatia, resiliência, que ameniza a dor e transforma o sofrimento em esperança, numa entrega incondicional para com o desconhecido, hora a hora, dia e noite, turno a turno, numa escala de trabalho pesada...

Mãe de dois filhos: Luís Miguel Caseiro de Brito e João Pedro Caseiro de Brito

(Joca), partiste a 29 de janeiro de 2025, cedo demais, porque Deus te escolheu para sua companhia e porque Ele escolhe os melhores.

Em nós, que aqui ficamos, já mora a SAUDADE, contudo, a SAUDADE ensina

que o AMOR é Eterno.

Descansa em Paz Mariazinha.



MARIA PRECIOSA DE ABREU ROLO

Nasceu a 27 de novembro de 1943 e faleceu no dia 2 de fevereiro de 2025. Faleceu na Unidade de Cuidados Continuados de Tregosa, vinda do Hospital de Barcelos com o agravamento da sua doença progressiva. Deixa marido, quatro filhos, oito netos e quatro bisnetos. A família agradece a todos os que estiveram presentes neste momento tão difícil compartilhando sua dor. Deixando muitas saudades à sua família, que Deus a tenha no Reino dos Céus.

Paz à sua alma.

CELEBRAÇÕES MATRIMONIAIS

Novos Lares
01-12-2024

César Augusto Caramalho Gonçalves, 33 anos, filho de Manuel Augusto Moreira Gonçalves e de Carolina de Jesus Neves Caramalho Gonçalves, com **Raquel Neiva Veloso**, 33 anos, filha de Manuel Martinho Galvão Veloso e de Maria Teresa Costa Torres Neiva. Testemunharam Diogo Emanuel Neiva Morais e Vera Monica Caramalho Gonçalves.

CELEBRAÇÕES BATISMAIS

Novos Filhos de Deus
01-12-2024

Lucas Neiva Gonçalves, filho de César Augusto Caramalho Gonçalves e Raquel Neiva Veloso. Padrinhos: Catarina de Jesus Caramalho Gonçalves e Hugo Miguel Santos Morais.

COMISSÃO DE FESTAS DE S. PAIO E SENHORA DAS VITÓRIAS 2025

A Comissão de Festas de S. Paio e Senhora das Vitórias 2025 encontra-se constituída, sendo composta pelos seguintes elementos:

- Aida Cepa
- Anabela Laranjeira
- Eva Vieira
- Inês Peixoto
- Inês Viana
- Isabel Cristina Sá
- Madalena Miranda
- Manuela Laranjeira
- Paulina Ferreira
- Silvia Agra

A Comissão já se encontra a trabalhar ativamente na organização de diversas atividades e eventos com o objetivo de angariar fundos para a realização da tradicional e **majestosa festa em honra de S. Paio e da Sr.ª das Vitórias**.

NO MOMENTO ESTÃO DEFINIDAS AS SEGUINTE ATIVIDADES E EVENTOS:

- **2 de fevereiro – 16h**, Salão Paroquial – Venda de bifanas, bebidas e outras iguarias, integrado no "Encontro das Janeiras". Evento já realizado. Desde já agradecemos aos organizadores do evento o convite e toda a colaboração.

- **8 e 9 de março** - Peditório e arrematação de S. Paio

- **22 e 23 de março** - Feira de Bolos do Dia do Pai

- **5 e 6 de abril** - Peditório, arrematação e almoço em honra da Sr.ª das Vitórias

- **3 e 4 de maio** - Feira de Bolos do Dia da Mãe

A Comissão de festas vai organizar mais eventos e atividades e informará oportunamente, fazendo divulgação a toda a comunidade.

Contamos com o apoio e colaboração de toda a comunidade para fazermos juntos uma festa inesquecível em honra de S. Paio e Sr.ª das Vitórias.



DISTRIBUIÇÃO DA VOZ DE ANTAS

O início desta nova série da Voz de Antas traz alterações também ao nível da distribuição deste canal de comunicação da paróquia. Pretendemos que chegue a todos e, neste sentido, entendeu-se entregar um exemplar em cada lar, em toda a freguesia, tarefa que é assegurada por diversas equipas de voluntários.

Os nossos emigrantes continuarão a poder contar com as notícias da terra onde mora o seu coração, bastando para tal manifestar essa vontade, através do e-mail antascep@gmail.com.

A edição da Voz de Antas, com periodicidade bimestral, tem associados os custos da gráfica e da distribuição via CTT (para os assinantes que não residem em Antas), pelo que para que o jornal chegue a todos quantos o desejem receber, apelamos ao apoio e contributo de todos, no sentido de ajudar a custear esses encargos.

É já longa a história da Voz de Antas, cabendo-nos a responsabilidade de lhe dar continuidade. Contamos com todos!

ABÍLIO RODAS DE SOUSA RIBAS – BISPO



Nasceu: 1931-01-02
Professo: 1953-03-08
Sacerdócio: 1957-09-21
Bispo: 1984-12-21
São Tomé e Príncipe
Faleceu: 2025-02-02

FAMÍLIA

D. Abílio Rodas de Sousa Ribas, filho de João de Ribas Sousa e de Rosa Preto Rodas, nasceu na freguesia de Várzea de Soajo, concelho de Arcos de Valdevez, diocese de Braga, no dia 2 de janeiro de 1931. É o mais novo

de cinco irmãos; estimulado pela piedade de seus pais e também pelo irmão mais velho, P. António, que viria a ser vítima no trágico acidente com o comboio, em 1970, junto do apeadeiro da Silva-Barcelos, decidiu pedir a admissão ao seminário das Missões.

CONGREGAÇÃO, EM PORTUGAL

Deu entrada no seminário de Godim, em outubro de 1944.

Era um aluno inteligente, trabalhador, alegre, determinado a seguir o caminho missionário e a vencer obstáculos. Em Viana do Castelo, a 8 de março de 1953, faz a sua Profissão Religiosa e, no seminário da Torre d’Aguilha, terminados os estudos eclesiais, é ordenado sacerdote em 21 de setembro de 1957.

MISSÃO EM ANGOLA

Com a nomeação para a Arquidiocese de Luanda-Angola, vai primeiramente para a Universidade de Salamanca fazer o 5.º ano de Pastoral, na altura obrigatório. Regressa a Portugal e, em 1959, embarca para Luanda, no navio “Vera Cruz”.

Em Angola, de 1959-1984, de entre os vários lugares e as diversas funções que exerceu, destacamos: entre 1959 e 1961, Missão de Ndalatando, de 1961 a 1964, Superior da Missão Católica do Libolo, em Calulo; de 1964 a 1967, pároco na igreja de S. Joaquim-Praia do Bispo, em Luanda; de 1967 a 1973, Reitor do seminário de Luanda; de 1973 a 1977, Superior Principal dos espiritanos.

Aquando da independência de Angola e a retirada inesperada de todo o corpo diretivo da Radio Ecclesia-Emissora Católica de Angola, viu-se forçado a acumular, com o cargo de Superior Principal, a direção da mesma Emissora. Fê-lo, com agrado geral, até à nacionalização deste órgão de informação da Igreja, em janeiro de 1978. Perdida a Emissora e já sem o cargo de Superior Principal dos espiritanos, pôde assumir o cargo de Secretário da CEAST (Conferência Episcopal de Angola e São Tomé e Príncipe).

Em 1980 é nomeado Reitor e professor no seminário de Cristo Rei, no Huambo, onde inicia novo ano escolar, em equipa com o P. Manuel Gonçalves e com o P. José de Castro.

Mas, no mesmo ano, a 1 de junho, foi atingido pela explosão de uma mina, no carro conduzido pelo P. José de Castro, onde também seguia o P. Manuel Gonçalves.

Depois de vários meses de tratamento em Portugal, em 1981, regressa a Angola para retomar as suas funções, no Huambo, até agosto de 1982, sendo então transferido para Luanda, onde é nomeado, em 1983, para secretário da Cáritas.

MISSÃO EM SÃO TOMÉ

Em dezembro de 1984 é nomeado pelo Papa São João Paulo II, Bispo residente de S. Tomé e Príncipe e é ordenado em São Tomé, a 24 de fevereiro de 1985. No mesmo dia, toma posse da diocese; os Bispos de Angola e o Governo de São Tomé e Príncipe estiveram presentes; cerca de 10.000 pessoas viveram o ato com entusiasmo. D. Abílio dirigiu uma vibrante mensagem ao povo de Deus que, no meio de palmas e gritos jubilosos, dava vivas ao “nosso Bispo”. E disse: “Irmãos caríssimos, eis-me aqui: eis o vosso Bispo! Aceitai-o. Ele vem em nome do Senhor. Aceitai-o tal como ele é: com suas fraquezas físicas, intelectuais e espirituais ... Não trago planos de trabalho pré-fabricados. A minha ação aqui será traçada convosco para que resulte no máximo proveito para vós. Convosco, com os abnegados missionários (as) que há tantos anos aqui trabalham, faremos um plano de ação de onde a pastoral familiar, juvenil, catequética, vocacional seja continuada e, se possível, reforçada. Tudo convosco e para vós...” No fim, todos queriam abraçar o seu novo Bispo. O dia 24 de fevereiro de 1985 ficou nos anais da história de S. Tomé e Príncipe como data grandiosa: pela primeira vez, ali se ordenou um Bispo.

Pela sua ação social e pastoral, foi agraciado com a Medalha de Honra da Câmara Municipal de Arcos de Valdevez e também, por várias vezes, foi agraciado noutros lugares e por outras entidades tanto de São Tomé e Príncipe como de Portugal.

MISSÃO EM PORTUGAL

Em 2006, tendo atingido os 75 anos de idade, pediu a exoneração da Diocese de São Tomé e, no ano seguinte, regressou a Portugal. Segundo o seu desejo, foi colocado na comunidade de Viana do Castelo a fim de colaborar no apostolado daquela comunidade.

Em 2015, com uma saúde mais fragilizada, passou a viver no Fraião, onde recebeu os cuidados do Lar Anima Una.

O Senhor da Messe chamou-o a Si, no dia 2 de fevereiro de 2025, domingo, dia da apresentação do Senhor e dia de aniversário da morte de um dos Fundadores da Congregação, Francisco Libermann.

D. Abílio tinha 94 anos de idade e 72 de vida religiosa espiritana. Damos graças a Deus pela vida missionária de D. Abílio e rezamos para que D. Abílio, junto do Pai Celeste, peça pela Congregação, pela Igreja e pela Paz no mundo.

*Louvido seja nosso senhor Jesus Cristo,
Para sempre seja louvado e sua Mãe Maria Santíssima.
Lisboa, 2025-02-02, o secretário provincial,
Manuel Carmo*



O projeto "Mãos ao Barro - Arte, Natureza e Comunidade", promovido pelo GRASSA - Grupo de Ação de Solidariedade Social de Antas, culminou no passado dia 1 de fevereiro, com a inauguração de um Painel de Cerâmica Artística, no Parque de Merendas de Antas. A obra, intitulada "Sopro" e criada coletivamente pelos participantes do projeto, simboliza o trabalho colaborativo e o impacto do projeto na valorização do envelhecimento ativo e saudável.

A iniciativa, que promove a arte, a inclusão social e a sustentabilidade, consolidou-se como um verdadeiro sucesso, evidenciado pela presença de importantes representantes institucionais e pelo entusiasmo da comunidade envolvida.

A cerimónia contou com a ilustre presença do Presidente da Câmara Municipal, Guilherme Emílio, da Vereadora Alexandra Vilar, do Presidente da Junta de Freguesia, José Viana, do representante da equipa de avaliação dos Prémios BPI/Fundação "La Caixa", António Pinho da Costa, do Reverendo Pe. José Ledo, entre outros ilustres representantes de entidades locais. Os participantes do projeto "Mãos ao Barro" estiveram presentes, evidenciando o impacto positivo da iniciativa através de partilhas da sua experiência.

Com direção artística de Gabriela Gomes, esta iniciativa envolveu os participantes na criação coletiva de uma obra em cerâmica inspirada na flora autóctone da região. Durante diversas oficinas artísticas, os seniores moldaram o barro, dando forma a folhas e outros elementos naturais, refletindo a sua conexão com

o território e a sua própria história. Além das sessões criativas, o projeto incluiu atividades de educação ambiental, saídas de campo, visitas culturais, sessões de discussão de projeto e momentos intergeracionais nos quais os participantes puderam partilhar os conhecimentos adquiridos com crianças e jovens.

O projeto contou com a parceria da Junta de Freguesia de Antas, da Câmara Municipal de Esposende e da Esposende Ambiente, com o apoio da Portilame e financiamento pelo BPI e pela Fundação la Caixa, através do programa Seniores 2023.

Esta instalação artística tornou-se um marco para a comunidade, contribuindo para o enriquecimento cultural da freguesia de Antas.



Apresentação do Projeto

"Tranquiliza Academia de Promoção da Saúde Mental Positiva"



No dia 15 de fevereiro, às 15h00, no Centro Social de Antas, foi apresentado publicamente o projeto "Tranquiliza - Academia de Promoção da Saúde Mental Positiva", financiado pela Caixa Geral de Depósitos, através do Prémio Caixa Social 2024. A iniciativa visa

promover o bem-estar emocional e prevenir problemas de saúde mental no envelhecimento, oferecendo atividades como yoga, relaxamento, mindfulness, massagem, caminhadas na natureza e oficinas de fotografia.

O evento de lançamento contou com dois momentos especiais: primeiro, uma apresentação do projeto e seus benefícios; em seguida, uma experiência imersiva de relaxamento guiado, onde os participantes puderam sentir na prática os efeitos positivos desta iniciativa.

A saúde mental é essencial para o bem-estar e a qualidade de vida, influenciando a forma como lidamos com desafios, nos relacionamos e aproveitamos o dia a dia.

Venha conhecer, participar e transformar o seu bem-estar!