



Semana da Ciência e Tecnologia na ESHM

pág 7



Barra do Cávado "é uma guerra entre o mar e a terra"

pág 12



SABSEG
SEGUROS

PUB

Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa
pág 3

Bruno Silva, investigador Esposendense na Suíça
pág 3

Reeditadas obras de Manuel Boaventura
pág 4

Assembleia Eleitoral nos Bombeiros Voluntários de Esposende
pág 4

Tomada de posse dos órgãos associativos da ACICE
pág 5

Escola Profissional de Esposende na Turquia
pág 6

Bernardo Losa conquista seis medalhas na temporada de 2024
pág 11

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



Tesouradas

Embora ainda falta um mês, pode dizer-se que está a chegar o Natal, e parte da “tralha” do mês de agosto ainda não foi retirada das ruas da cidade. Na zona que “pertence” a Gandra não há tralha, porque a “Casa Grande” sabe que a partir do edifício dos Paços do concelho, para sul, é território que não pertence à cidade, portanto não se coloca lá nada, nem ser limpa. A Junta que integra Gandra que trate disso. Já se sabe que a rua da Senhora da Saúde, que vem de nascente até à Casa Grande e a rua Rodrigues Faria, que parte da Casa Grande até ao rio, dividem a freguesia entre Esposende e Gandra. Quando não houver iluminação, limpeza, falta de recetáculos de correio e a limpeza do pelourinho e meter a cruz que lá falta não vão à Casa Grande vão à Junta de Freguesia de Gandra. Os moradores do bairro de sucupira também precisam de ir à freguesia a que agora pertencem, para tratar do espaço das árvores, pois os de Esposende deixaram os espaços todos à toa e cheios de lixo.

Não temos pessoal na “Casa Grande”. É preciso que os pescadores estejam atentos ao leme para que a “catraia” não vá apodrecer na sua terra. Precisamos de uma vassoura para varrer os artistas que não sabem mexer nas coisas. Os esposendenses precisam de correr com eles.

Há um sítio na marginal que só tem erva; é na traseira da marina dos pescadores. Quem passa na marginal só vê erva não vê um jardim. Não há em Esposende jardineiros que ponham lá uns arbustos e umas flores para aquilo ficar arranjado? Gente para isto? Para limpar os jardins das folhas das árvores onde não se veem flores, só se veem folhas secas. Valha-nos Deus para que traga o vento a fim de limpar isto, levando as folhas para longe.

Tenho passado pela beira rio onde tem uns bancos e já reparei que, ao lado de um banco, há um buraco onde a terra abateu e é fundo. Pode lá cair uma criança e ser engolida. Penso que aquele buraco foi provocado pela água que se infiltrou por entre as pedras do paredão. Aquele buraco está lá há quase dois meses. Os funcionários das “Casa Grande” não repararam naquilo, só quando lá cair alguém é que vão lá a correr.

Agora vamos falar do Lourenço (o Virikit). Havia um barbeiro que era o “Carlos Barbeiro” cuja barbearia está instalada perto da alfaiataria do Miranda, no antigo Largo dos Bombeiros Voluntários. O Carlos, dono da barbearia, era padrinho do Lourenço. Um dia, o Lourenço estava na barbearia e para que de lá não saísse, o Carlos amarrou-o com uma linha num banco. O Lourenço estava sentado à porta, quando passou uma pessoa que o chamou para falar com ele. O Lourenço pôs-se a pé e foi ter com o fulano, mas rebentou a linha. Quando o Lourenço foi para dentro, o Carlos agarrou-o pelo cachaço e deu-lhe uns pontapés no “traseiro”. Amarrou-o outra vez e disse-lhe: para a próxima vez levas uma dose dobrada nesse cu. Enfim já lá vão muitos anos.

Não acreditam?

Neco

Esposendense Mário Morgado lançou o seu primeiro livro

No passado dia 7 de setembro, Mário Morgado, Advogado em Esposende, natural de Gandra, fez o lançamento de um livro, no qual narra e recorda o quotidiano do início dos anos 70 do passado século e, sobretudo, os momentos da sua vida de combatente na guerra do ultramar.

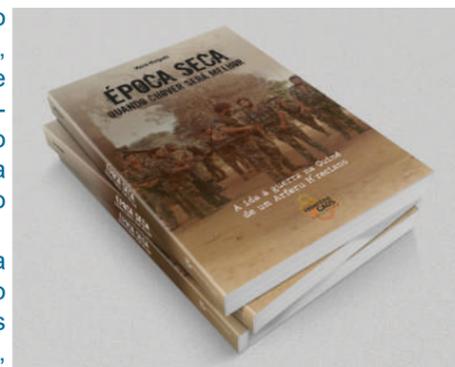
Segundo o autor, “a história narrada não passa de uma tentativa de explicação às minhas netas do que passou, pois, os factos descritos no livro são verdadeiros, com mais ou menos lágrimas, mais ou menos tiros, mais ou menos rebentamentos, tudo coisas que não pudemos contar nem controlar, acrescidas de muita, muita sede e muitíssima, muitíssima fome, ao ponto de terem matado macacos para comer”. Mais adiante Mário Morgado afirma: “ainda hoje há gente sem entender como está viva e a levar uma vida dita normal”.

Num breve diálogo que tivemos com Mário Morgado, este conta-nos: “no meu grupo de combate morreram 3 rapazes, sendo que um deles era o único mais novo que eu em toda a companhia. Homens fisicamente feridos tive alguns, embora menos que outros grupos de combate. Feridos da tola tive uma quantidade suficiente para que o comandante da companhia tenha decidido completar o meu grupo com soldados que deviam estar a cumprir prisão, embora no livro fale apenas de um. No grupo tive às minhas ordens um nativo, de uma companhia de “comandos africanos”, que deve ter sido fuzilado, como os outros, logo após a independência.”

No nosso momento de diálogo, Mário Morgado revelou: “comecei por escrever na primeira pessoa do singular, mas, por pensar que o livro será lido por soldados que estiveram comigo, pelos seus filhos e netos, sendo certo que uma grande percentagem já cá não está, e, para que não viessem criticar-me por falar de mim, considerei que o personagem se chamaria M. Porém, por me ter parecido demasiado óbvio, reconsiderei e, depois de não me sentir totalmente satisfeito, e procurei outro nome, que poderia ser P. ou R., ou Pedro/Paulo/Pistolas/Pinto ou então Rui/Raul/Romualdo/Ruben, ou ainda um outro nome, quiçá mais bélico, como Rebenta-Minas ou Matador de Jiboias”.

A finalizar, Mário Morgado confidenciou: “a minha principal questão, antes de o livro ser editado, foi tentar que o mesmo esteja em português entendível, escrito de forma que não seja motivo de gozo por ninguém, designadamente no que respeita à pontuação.”

O livro encontra-se à venda nas instalações do Forum Esposendense, sitas no edifício de Socorros a Náufragos, e no Quiosk LR, no largo frente aos Bombeiros.



SOMOS PME LIDER 2024

A Intersped Lda, empresa do esposendense Francisco Vilarinho, foi distinguida com o estatuto PME LÍDER.

Este é um mecanismo de qualificação empresarial que sinaliza o mérito das melhores PME nacionais, através da criação de condições para o reforço da sua reputação junto do mercado e para o acesso otimizado a financiamento. O objetivo é alavancar estratégias de crescimento e de consolidação da sua base competitiva.

A Intersped Lda, agradece a todos os que contribuem para o nosso sucesso.

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.

> 2 de Dezembro - Gemeses, no Centro Paroquial, das 15h00 às 19h00.

> 15 de Dezembro - Vila Chã, no Centro Paroquial, das 9h00 às 12h30.

> 16 de Dezembro - Curvos, na Junta de Freguesia, das 9h00 às 12h30.



Espanto!

Muito me espanta que haja programas longos de televisão a discutirem se a “venda” de dado jogador foi pelos milhões corretos. Espanta-me ainda que tenham audiência por pessoas que nunca imaginaram o que são os valores em causa e, muito menos, alguma vez o verão nas suas mãos. Espanta-me ainda mais que tenham discussões calorosas sobre esses valores, numa argumentação que mais parece versar o dinheiro que vão receber no fim do mês. É uma afronta à vida de cada um dos portugueses os valores que os mestres do desporto rei auferem e gastam de forma prolífera.

As pessoas acham um exagero que um presidente de Câmara ou um deputado ganhe líquidos três mil e poucos euros, mas apoiam dirigentes e clubes que pagam muitos milhares, dezenas de milhares, centenas de milhares e até milhões a jogadores, treinadores e similares. Não nos podemos esquecer que Ronaldo, um mero jogador de futebol, é um dos homens mais ricos de Portugal e, nesta ótica, felizmente, um dos investidores de referência do país. Chora-se tostões a cada mês que termina antes do ordenado para muitos! Inveja-se os ordenados dos políticos! Olha-se com complacência para os chorudos valores do futebol! Isto é insano! Não tem cabimento! Não devemos perder a capacidade de nos espantar!!!

Alberto Bermudes

farol
de
esposende

Bimensal NIPC
502416360

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

direcção do forum esposendense
Fernando Loureiro Ferreira, José Alberto 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.

diretor
Nogueira Afonso

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

colaboradores permanentes
Dr. Agostinho Pinto Teixeira, Dr. Manuel A.
Penteado Neiva, Fernando L. 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
Daniela Marisa Real Peixoto

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. Pauta-se 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.

proprietário e editor
Forum Esposendense - Associação Cívica
para o Desenvolvimento e Progresso
do Concelho de Esposende
Av.º 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

Esposendense Bruno Silva nos laboratórios federais suíços, para ciência tecnologia dos materiais, em ST. Gallen

Bruno Silva, investigador, doutorado em Química na Universidade do Porto, com especialização em Química e Física Coloidal, detentor de uma notável carreira no domínio da monocência, é natural de Esposende.

O Eng.º Bruno é um dos netos de um dos conceituados esposendenses, neste caso já falecido, mas muito considerado e conhecido em Esposende e no concelho, o senhor “Quim da Obra”, foi agora convidado para liderar o Grupo Júnior nos Laboratórios Federais Suíços para Ciência e Tecnologia dos Materiais (Empa), em St. Gallen.



O investigador tem uma carreira notável no campo da nanociência. Após ganhar uma bolsa Marie Curie, para investigação pós-doutoral, na Universidade da Califórnia, Santa Bárbara, e na Lu University, Bruno Silva dedicou-se ao estudo de nanopartículas de Lipossomas catiónicos-DNA e ao desenvolvimento de dispositivos microfluídicos, utilizando a técnica de Small-Angle X-ray Scattering (SAXS) para investigar a matéria suave em condições dinâmicas.

Entre 2015 e 2022, liderou uma equipa de investigação no Laboratório Internacional de Nanotecnologia Ibérica (INL), onde fez avanços significativos na compreensão de sistemas de entrega de genes não virais de nova geração.

Em janeiro de 2023, Bruno Silva integrou a equipa do Empa, onde se propõe aprofundar o conhecimento sobre as propriedades estruturais e coloides desses sistemas, utilizando metodologias analíticas inovadoras como SAXS e Fluorescência Cross-Correlation Spectroscopy (FCCS).

O trabalho recente deste investigador foca em materiais avançados com aplicações tecnológicas e de saúde, que frequentemente apresentam estruturas complexas. Através de técnicas como SAXS e SANS, Silva oferece insights cruciais sobre as morfologias em nanoescala, contribuindo para a compreensão dos desafios associados a esses materiais.

Nova abordagem

Brevemente, Bruno Silva irá discutir estudos de caso que analisam a estrutura de microemulsões óleo-em-água e a organização do DNA em lipossomas catiónicos de várias camadas.

A utilização de dispositivos microfluídicos, combinada com SAXS in-situ, permitirá avaliar o comportamento de dissolução de cristais líquidos lamelares sob fluxo, revelando processos de erosão que podem ser aplicados ao estudo de comportamentos de degradação de nanomedicinas em pequenos vasos sanguíneos.

Fonte: E24

Nova direção da Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa e comemorações do 34.º Aniversário da Instituição

Conforme anunciámos na edição anterior, no dia 26 do passado mês outubro, tomou posse a nova Direção da Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa, cujos elementos do executivo, excetuando a Vice-Presidente, Dr.ª Ana Raquel Lomba Sá, que é um elemento novo, são nominalmente os mesmos que, desde 18 de março de 2023, constituíam a Comissão Administrativa desta Instituição local.



A sessão solene, testemunhada por dezenas de convidados e de amigos da Estrutura Operacional de Emergência de Marinhas, foi uma cerimónia muito bonita e com bastante significado para todos, em particular para os que estão, de alguma maneira, ligados à Instituição.

Registe-se que a nova Direção é composta ou constituída por elementos com muito conhecimento e bastante experiência nas diferentes áreas e domínios a que se dedica a Cruz Vermelha Portuguesa, no caso a Delegação de Marinhas, tem a seguinte composição:

Presidente: Dr.ª Alexandra Filipa Jácome
Vice-Presidente: Dr.ª Ana Raquel Lomba Sá
Tesoureira: Dr.ª Mariana Ludovina Lemos de Sá
Vogal: Eng. Pedro Miguel Simões Pinto Carneiro
Vogal: Enf. João Pedro Silva Sousa.

34.º Aniversário da Fundação da Estrutura Operacional de Emergência de Marinhas

Entretanto, no dia 8 do próximo mês de dezembro, terão lugar as cerimónias comemorativas do 34.º aniversário desta importante Instituição do concelho de Esposende, sediada em Marinhas, cujo programa é o seguinte:

09h00m – Hastear das Bandeiras
09h15m – Receção aos convidados
09h30m – Cerimónia de Juramento de Compromisso
11h00m – Porto D’Honra e Corte do Bolo de Aniversário
12h30m – Deposição de Ramo de Flores no Cemitério, em memória dos membros falecidos.

O jornal Farol de Esposende agradece os convites formulados para estar presente e felicita a nova Direção, a cujos elementos apresenta, por este meio, cumprimentos e deseja o maior sucesso na nobre, mas também ingrata, missão de Servir.

A BANDA DE MÚSICA DE ANTAS FEZ A SUA FESTA

Foi no passado dia 17 de novembro, quando foi solenizada a Missa pela Banda, agora rezada pelo Sr. Pe. José Manuel Ledo Ferreira, às 11h00. Às 12h00, fez-se a visita ao Cemitério e, pelas 12h30, teve lugar o almoço convívio, no Restaurante Reguenga.

Na Homília o Sr. Pe. Ledo destacou a importância da música na sociedade. “Uma das imagens mais simbólicas da vida humana é uma Banda de Música. Ocorreu-me esta imagem quando, há tempos, vi uma Banda de música entrar no espaço engalanado de uma romaria. Todos os componentes, diversas idades e de ambos os sexos, manipulando os instrumentos que lhe competiam, caminhavam num passo vivo de marcha! Todos, desde os saxofones às trompas, desde os pratos ao bombo – todos procuravam tocar afinadamente, para proporcionar uma agradável sinfonia. Algo que acontece na sociedade humana”.

É isso que tem que acontecer na vida: cada pessoa: pai, mãe filho ou filha ou irmão, chefe ou subalterno – cada um tem de exercer a sua função executando a partitura dos seus deveres na pauta da vida humana e da Lei de Deus. “A boa música nos aproxima de Deus”.

O almoço de convívio contou com a presença de 270 pessoas, entre elas familiares e amigos da Banda. Após o almoço seguiram os discursos e o primeiro a usar a palavra foi o Presidente da Junta da freguesia de Antas, José Viana. Deu as boas-vindas ao Sr. Reitor, ao Dr. Agostinho Teixeira e acrescentou que é importante que se faça esta casa com amor. Mudou o Pároco da freguesia, mudou o Presidente da Câmara e mudou o presidente da Banda. “A todos desejo muito sucesso”. Aproveitou para reivindicar dois pedidos ao Sr. Eng. Guilherme Emílio a saber: “aguarda a obra na Casa da Música e o complemento do Campo de Futebol”

Ao usar da palavra o Presidente da Banda, Sérgio Torres, com um mandato de cinco anos, agradeceu a presença de todos e ofereceu uma lembrança ao ex-presidente da Banda, Jorge Neiva, pelo trabalho que desempenhou durante 13 anos ao serviço da coletividade.



O Presidente da Câmara de Esposende, Guilherme Emílio, sorridente, disse: “é a primeira vez que estou aqui a representar a Câmara”, e acrescentou: “hoje é um dia de alegria para todos nós”. A banda de Antas, ao longo dos 153 anos, por mérito próprio, conseguiu ser a grande Banda do concelho. Prometeu, ainda, cumprir os compromissos e conclusão da obra.

Mais uma tarde de convívio alegre e bem-estar, para aqueles que se dispuseram a comparecer. Para contactar a Banda: Rua de Alvre n.º 16, Antas, 4740-013, Esposende, com o telefone 969509462.

Na edição do próximo mês de dezembro, divulgaremos um trabalho intitulado “História da Banda”.

PUB

Graficamares Lda®

Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10 - 4720-608 Prozelo - Amares
Tel. 253 992 735 / 253 995 297 Fax 253 995 298
Email geral@graficamares.pt Site www.grficamares.pt

PME lider 18 FSC

25 ANOS

Artes Gráficas

Assembleia Eleitoral na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Esposende

Conforme convocatório publicada na presente edição deste jornal, terá lugar, no dia 7 do próximo mês de dezembro, entre as 15.00h e as 18.30h, no Salão Nobre da Associação, uma assembleia geral eleitoral, para eleger os Corpos Sociais da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Esposende, para o triénio 2025/2027.

Tanto quanto é público, na data em que encerramos esta edição, há apenas uma lista para se apresentar a sufrágio, liderada pelo atual Presidente da Direção, o esposendense Sr. João Maria de Sousa Nunes da Silva, que se candidata pela terceira vez.

Reeditadas mais três obras de Manuel de Boaventura

A Casa-Museu Manuel de Boaventura está cada vez mais perto de ser uma realidade. Depois da aquisição da casa do escritor, situada em Palmeira de Faro, o Município de Esposende avançou agora com a contratação da equipa projetista que elaborará o projeto de recuperação e adaptação a Casa-Museu. O anúncio foi feito no passado dia 9 do corrente mês, pelo Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Guilherme Emílio, na sessão de apresentação da reedição de mais três obras do escritor esposendense - "Ánsia de Perfeição e Contos Imperfeitos", "Timóteo, o Penitente" e "Marrucho Mentideiro" (estes dois títulos num único volume), que decorreu na tarde daquele dia, na Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura, em Esposende, com sala cheia.

Guilherme Emílio lembrou que o Município tem vindo, desde 2017, a proceder à reedição crítica da obra de Manuel de Boaventura, "precisamente para que todos conheçam o seu legado e a grandeza do seu trabalho literário". O autarca adiantou que os três títulos apresentados, conjuntamente com a reedição crítica da obra "Vocabulário Minhoto", que ocorrerá em 2025, encerram a publicação da sua obra romanesca – os volumes IX e X da coleção "Obras de Manuel de Boaventura", sem prejuízo de o Município vir a editar outras obras sobre o autor.

A apresentação dos três títulos agora reeditados esteve a cargo de Sérgio Guimarães de Sousa, autor do estudo prévio e responsável pela fixação do texto, que destacou o empenho do Município em dar a conhecer o escritor Manuel de Boaventura e a sua obra. "A literatura é, talvez, a forma mais profunda de pensar a realidade do território, porque recorre a personagens, neste caso de Esposende, de um passado não assim tão longínquo quanto isso, e permite repensar esse território e sobretudo essa dimensão do que ele foi e do que pode vir a ser, tendo sempre como horizonte o presente, o horizonte das suas raízes fundamentais, que são raízes rurais. Manuel de Boaventura é um escritor disso mesmo", afirmou.

Estando apenas a um título de dar por terminado este trabalho da reedição das obras de Manuel de Boaventura, Sérgio Guimarães de Sousa agradeceu ao Município "a honra de ter desenvolvido este trabalho" e saudou a autarquia pelo "investimento avultado, cujo retorno não é imediato e automático, mas de longa duração".

A neta do escritor, Helena Boaventura, agradeceu ao Município por ter assumido a preservação e promoção do legado de Manuel de Boaventura, reconhecendo que está a fazer um excelente trabalho nesse domínio e assumindo que a família, por si só, não teria capacidade para empreender esse desígnio.



Exposição de presépios de Vítor Machado, no CIT de Esposende

O Centro de Informação Turística de Esposende vai acolher, entre o próximo dia 23 de novembro e 8 de janeiro do próximo ano, uma exposição de presépios, da autoria de Vítor Machado.

Natural de Braga, Vítor Machado dedica-se às artes, desde 2020, altura em que terminou a carreira docente, dedicada ao ensino secundário e profissional. Sem formação artística, sempre gostou de encontrar soluções criativas e engenhosas para os problemas do quotidiano. A partir de uma oficina instalada na sua casa, tem passado os últimos anos a elaborar peças e produtos que resultam da sua criatividade e que combinam materiais diversos, uns recolhidos em ambiente natural como os seixos e outros retirados dos desperdícios da indústria, como os componentes metálicos, pedra e a madeira.

Vítor Machado contabiliza diversas participações em mostras individuais e coletivas e é autor de duas obras alusivas aos 50 anos do 25 de Abril, que já estiveram expostas no Centro de Informação Turística de Esposende, onde o artista regressa agora depois de, nos meses de junho e julho, ter apresentado, neste espaço, a exposição "Ecos do Caminho de Santiago".

Esta exposição de presépios afigura-se como mais um motivo para uma visita a Esposende, numa quadra já de si apelativa e cativante, onde a animação é garantida pelo Município, não só na cidade, mas em todo o território concelhio. Poderá ser visitada no horário de normal funcionamento do CIT, ou seja, de segunda-feira a sábado, entre as 9h00 e as 17h00.

Esposende Ambiente apresentou estratégias de "Água, Ambiente e Território" em evento da Associação Portuguesa dos Recursos Hídricos



A empresa municipal Esposende Ambiente participou no 2.º Encontro Informal de Especialistas e Decisores, que o Conselho Diretivo da APRH - Associação Portuguesa dos Recursos Hídricos levou a efeito nos passados dias 8 e 9 de outubro corrente, em Arouca, subordinado ao tema "Água, Ambiente e Território".

O Presidente do Conselho de Administração da Esposende Ambiente, Paulo Marques, deu a conhecer as estratégias do Município de Esposende nestas áreas, nomeadamente o projeto e os resultados obtidos com a construção do Canal Intercetor de Esposende,

bem como o Projeto de Requalificação Ambiental e Valorização das Atividades Tradicionais em Pedrinhas e Cedovém, Apúlia – problema e soluções.

Num contexto de urgência de ação para um futuro sustentável e de adaptação às alterações climáticas, com problemas cada vez mais complexos e de desafios mais exigentes (...), neste encontro foram discutidas questões associadas aonexo "água – ambiente – território", desde a origem até ao mar, os recursos (águas superficiais e águas subterrâneas), os usos (serviços de água, agricultura, energia), as infraestruturas, os ecossistemas, as zonas costeiras, as florestas, as cidades e as zonas costeiras, (...) sendo que a resposta aos desafios futuros passa por combinar soluções, já utilizadas ou inovadoras, do lado da oferta e da procura de água.

Nesta assembleia participaram personalidades de relevante conhecimento na matéria, com comunicações da Ministra do Ambiente e Energia, Maria da Graça Carvalho, e do Secretário de Estado do Ambiente e Energia, Emídio Guerreiro. Inês Andrade, da APA/ARH-Norte, Jaime Melo Baptista, da LIS-Water, e João Pedro Matos Fernandes, da FEUP, também participaram na iniciativa, bem como Administradores das Águas do Norte, Académicos e Investigadores das Universidades (UA, UTAD, ESEC, IST/UL) e do Laboratório Nacional de Engenharia Civil, representantes das Associações do Setor da Água e Associações Ambientalistas, entre outros.

As perspetivas desta assembleia serão remetidas aos decisores e às partes interessadas das várias vertentes dos recursos hídricos, sendo disponibilizadas à sociedade civil.

Desta forma dá-se um relevante contributo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), nomeadamente o ODS 6 - Garantir a disponibilidade e a gestão sustentável da água potável e do saneamento para todos, o ODS 11 - Tornar as cidades e comunidades inclusivas, seguras, resilientes e sustentáveis, assim relevante como o ODS 13 – Combater as alterações Climáticas.

PUB

CA SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO

Ouvi dizer que procura casa!

PUBLICIDADE 09/2024



Por acaso já foi ao Crédito Agrícola?

SIMULE JÁ

Sujeito a decisão de risco de crédito

Para mais informações: creditoagricola.pt | [f](#) [@](#) [d](#) [v](#) [in](#)

Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L. registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000 | M.C.R.C de Lisboa e Pessoa Colectiva nº 501 464 301 Capital Social € 314.938.565,00 (variável) | Rua Castilho nº 233, 233 A, Lisboa





Barcelos foi palco do Roadshow para a Digitalização do Norte



A Associação Comercial e Industrial do Concelho de Esposende com o apoio local da Câmara Municipal de Barcelos e da Kerigma, em parceria com a CCP, a AEP, a AHRESP e a ACEPI, apresentaram, no dia 30 de outubro, à comunidade empresarial da região, o projeto

Acelerar o Norte.

O encontro, que ocorreu no Auditório da Biblioteca Municipal de Barcelos, reuniu dezenas de empresários, especialistas, estudantes e responsáveis locais para debater as oportunidades e desafios da transição digital.

O programa da sessão contou com a apresentação do projeto Acelerar o Norte pela equipa técnica, Nuno Camilo e Francisco Salgueirinho Moreira, com a intervenção do especialista, Rui Basto, e com testemunhos de empresários e dos parceiros locais. A moderação do evento esteve a cargo de Márcia Silva, especialista em comunicação.

Foi consensual a importância da digitalização das empresas como um importante instrumento de desenvolvimento e captação de novos públicos.

Nuno Sousa, CEO da marca de vestuário Ana Sousa, venceu a importância das "plataformas digitais como motor de venda", mas considerando ainda assim que são as lojas da marca a "ponte até ao digital". Foi o período covid que veio aprimorar a presença da marca online, sem que "os últimos 5 anos foram os mais importantes da faturação online". Este testemunho do empresário juntou-se a outro caso de sucesso de uma recente marca, a KRIVU Garments, que se lançou há pouco nas plataformas digitais. Daniel Azevedo, CEO da marca de sleepwear sustentável, avança que "para nós é da maior importância estarmos nas plataformas digitais, as nossas vendas dependem disso. O nosso projeto passa também pela internacionalização uma vez que já estamos a trabalhar no registo de marca externo".

Amaro Areias, o Presidente da ACICE, deu as boas vindas e falando à plateia, expressou votos para que "os empresários das micro, pequenas e médias empresas aproveitem este projeto financiado a 100% no âmbito do PRR, para implementarem nas empresas medidas no âmbito da transição digital, medidas importantes para a melhoria da competitividade do mercado em que os vossos negócios se realizam".



António Jorge, do Kerigma, evidenciou a evolução da digitalização e a necessidade premente de nos ajustarmos ao processo e desafios da transformação digital, quer nas nossas vidas quer nas empresas. Focando ainda o papel crucial do reforço da capacitação neste âmbito.

Um evento onde também esteve presente o Vereador da Câmara de Barcelos, António Ribeiro, que apontou "a maior importância da digitalização para o sucesso das empresas e para o desenvolvimento económico".

Acelerar o Norte é uma iniciativa financiada pela União Europeia por meio do Programa de Recuperação e Resiliência (PRR) e do NextGenerationEU, no âmbito da medida Aceleradoras de Comércio Digital.

Saiba mais em: www.aceleraronorte.pt



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 26 de novembro de 2024 (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 2025;

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 2024

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

Tomada de posse dos Órgãos Associativos da ACICE para o quadriénio 2024-2028



Realizou-se no passado dia 24 de outubro, pelas 19:00 horas no Salão Nobre da ACICE, a tomada de posse dos novos Órgãos Associativos da ACICE, para o quadriénio 2024-2028.

A tomada de posse contou com a presença dos colaboradores da Associação que felicitaram os novos dirigentes e restantes membros, pela sua eleição e desejaram os maiores sucessos para este mandato que terá o seu término em outubro de 2028.

Na sessão o Presidente da Assembleia Geral cessante e reeleito, José Faria, após dar posse a todos os membros eleitos, desejou à Direção grandes sucessos para as atividades que a associação venha desenvolver ao longo deste novo mandato. Realçou a entrada de novos membros, esperando que estes com a sua experiência empresarial e motivação possam proporcionar à ACICE um crescimento em conformidade com o verificado ao longo dos seus 30 anos de atividade, referiu ainda a responsabilidade da Direção em dar continuidade ao crescimento verificado ao longo destes anos e ainda, para a definição de uma estratégia de desenvolvimento económico do concelho em concertação com as necessidades e expectativas dos nossos associados.

Para mais um mandato de quatro anos, o atual Presidente Direção, Amaro Areias, agradeceu à Direção cessante a atividade desenvolvida e o seu empenho em todos os bons e menos bons momentos e situações ocorridas, como foi a pandemia COVID-19, citou que a Associação encontra-se em situação financeira estável e com diversas atividades formativas e projetos empresariais em curso e em análise, o que nos permite algum conforto para curto e médio prazo, não querendo dizer que estamos tranquilos, mas sim que temos de melhorar a nossa atitude e que unidos vamos encontrar força suficiente para novas iniciativas e novos projetos para os nossos associados, de forma a garantir uma melhor qualificação dos recursos humanos, melhor competitividade e qualidade nas empresas.

Finalizando, dirigiu-se aos órgãos eleitos, Assembleia e Conselho Fiscal para lhe dizer que contam connosco para uma ótima relação e aos colaboradores, agradecer todo o empenho prestado e de igual forma nos disponibilizámos, sendo que contamos com a vossa competência, atitude e empenho que sempre nos habituaram.



Órgão Associativos da ACICE para o quadriénio 2024-2028

Assembleia-Geral

Presidente

Espouauto Fast Unipessoal, Lda; José Albino Lima de Faria

Vice-Presidente

Consulzende - Consultoria de Gestão, Lda, José Pedro Pires Martins da Silva

1.º Secretário

NORMAT - Construção e Representação de Materiais do Norte, Lda, Gil Alberto da Silva Vale

2.º Secretário

Conservirmo - Empreendimentos Imobiliários, Lda, Joaquim Novo Alves Pereira

Conselho Fiscal

Presidente

Albino Novais da Venda & Filhos, Lda, Paulo José Silva da Venda

Relator

Irmãos Faria, Lda, Vítor Alfredo de Lima Faria

Vogal

Esposack Embalagens, Lda, Marlene Maria de Vilar Garrido

Direção

Presidente

Zendinfgest - Contabilidade e Gestão, Lda, António Pilar Amaro Areias

Vice-Presidente

Álvaro Manuel Ferreira Loureiro, ENI

Vice-Presidente

JFG, Unipessoal, Lda, José Joaquim

Gonçalves Ferreira

Vice-Presidente

Susana Isabel da Silva Lopes, ENI

Vogal Tesoureiro

Cipriano Aparício Baptista de Sousa, ENI

Vogal Secretário

YesApro - Master Academy, Lda, Vitor

Domingos Oliveira de Freitas

Vogal

Fradique & Vale, Lda, Celestino Fradique

Alves

A ACICE ofereceu castanhas aos visitantes na véspera do dia S. Martinho



No passado sábado, dia 9 de novembro, véspera do Dia de S. Martinho, a ACICE levou a cabo uma iniciativa inserida no dia festivo do S. Martinho.

Na entrada da rua 1.º de Dezembro e da rua Conde Castro foram distribuídas gratuitamente, pelas assadoras, castanhas assadas aos visitantes que circulavam nestas artérias da cidade e no Largo Rodrigues Sampaio.

Com o oferecer das castanhas foi distribuído um autocolante, colocado na lapela, onde foi feito o apelo aos visitantes para realizarem as suas compras no comércio tradicional.

Em paralelo, e fazendo parte da celebração do S. Martinho, um grupo de Bombos acompanhado por uma gaita de foles animou, ao longo da manhã de sábado, com música tradicional, as ruas da cidade, trazendo vida e ritmo com suas músicas animadas e energéticas

Com esta iniciativa a ACICE festejou o Dia de S. Martinho com oferta de castanhas e com animação de rua na cidade de Esposende.



Projeto Erasmus+ sobre Inteligência Artificial leva sete professores a Istambul

No âmbito do Programa Erasmus+, sete professores, da Escola Profissional de Esposende, estão a realizar uma formação, para aprofundar os seus conhecimentos sobre Inteligência Artificial (IA) e as suas aplicações na prática pedagógica, em Istambul, na Turquia, de 9 a 17 de novembro.

O projeto, designado Erasmus+ nº 2024-1-PT01-KA122-SCH-000242619, Sonhos digitais, soluções reais para a EPE, tem como objetivo proporcionar uma experiência de intercâmbio de ideias e conhecimentos, numa altura em que a IA está a tornar-se cada vez mais relevante em diversas áreas de estudo e inovação.



Durante a formação, os participantes terão a oportunidade de desenvolver competências técnicas, mas também a promoção da cooperação internacional em áreas emergentes de inovação tecnológica. A Turquia, com o seu ecossistema crescente de startups e centros de investigação em IA, oferece um ambiente ideal para o intercâmbio de conhecimentos e práticas, consolidando a posição da Europa como um centro global de excelência em Inteligência Artificial.



Esta iniciativa é um exemplo claro de como os programas de mobilidade do Erasmus+ contribuem para a criação de uma rede internacional de conhecimento, capacitando os profissionais da área tecnológica para enfrentarem os desafios e as oportunidades que a Inteligência Artificial oferece no contexto global.

Esta formação promove, também, o intercâmbio cultural e social entre diferentes países, permitindo o desenvolvimento de competências transversais, como o trabalho em equipa, a comunicação intercultural e a resolução de problemas complexos.

Este tipo de iniciativas no âmbito do Erasmus+ contribui para a criação de uma rede internacional de conhecimento e colaboração em áreas emergentes, como a Inteligência Artificial e reforça o papel da educação na formação de profissionais aptos a enfrentar os desafios do futuro digital.

Os professores esperam com esta experiência trazer contributos para a prática pedagógica e dotar a EPE de ferramentas inovadoras, contribuindo para uma formação de qualidade e de inovação.



Sessão de Cinema de Halloween: Um Evento Assustadoramente Divertido

No dia 30 de outubro, a turma Técnico de Restauração (TR15), de 3º ano, organizou uma emocionante sessão de cinema de Halloween, que fez as delícias das quatro turmas do 2º ano. Este evento, repleto de diversão, ocorreu em duas sessões e contou com a exibição de um clássico do terror, perfeito para entrar no ambiente de Halloween!

A sala de aula foi enfeitada com decorações assustadoras e os alunos organizadores abraçaram o espírito do Halloween com fantasias criativas, criando uma atmosfera misteriosa. À medida que o filme ia passando, os alunos foram surpreendidos por momentos de arrepiar e sustos inesperados, que mantiveram todos os participantes envolvidos.

Para tornar a experiência ainda mais agradável, a turma promotora ofereceu pipocas e sumo para todos os convidados, acrescentando um toque saboroso às festividades assombradas.



Esta atividade não só proporcionou uma forma divertida de celebrar o Halloween, como também serviu como uma excelente oportunidade para os alunos do 2º ano praticarem as suas competências de compreensão oral da língua Inglesa num ambiente animado. Um agradecimento à turma TR15 por organizar um evento tão memorável e, aos alunos do 2º ano, pela participação entusiástica.



“ WORKSHOP DE SURF- Apúlia Surf School”

Decorreu mais uma aula de Surf que se enquadra na disciplina de Práticas de Atividades Físicas Desportivas, nomeadamente no módulo de Surf, tendo a mesma início às 10 horas e terminou às 13.

Esta atividade decorreu, no dia 4 de novembro, com a dinamização por parte da escola de Surf, Apúlia Surf School, e foi mais uma oportunidade da turma TAD1 (Técnico de Apoio à Gestão Desportiva), do 2º ano, consolidar os seus conhecimentos acerca da modalidade e experienciarem a mesma numa praia diferente.

O Surf sendo uma modalidade tão específica, pratica-se num contexto específico, e com equipamentos igualmente específicos. Estas aulas permitem aos alunos identificar e interpretar contextos da prática desportiva e de relações entre os intervenientes, assim como reconhecer e analisar as exigências técnicas, táticas, físicas e psicológicas predominantes da modalidade.



A Apúlia Surf School teve um cuidado enorme com a turma, relativamente ao cumprimento das condições de segurança necessárias à realização de uma atividade desportiva, de acordo com a complexidade dos elementos envolvidos, assim como a montagem e desmontagem dos equipamentos.

Os alunos tiveram um desempenho exemplar e a escola parceira foi incrível na forma como conduziu a atividade, permitindo à turma uma performance muito positiva!



PUB

	<h1 style="margin: 0;">EPE</h1> <p style="margin: 0;">Escola Profissional de Esposende</p>	<p>Inscreve-te em www.epe.pt</p>
<p>Nível 4 . 12º ano</p> <p>Cozinha / Pastelaria</p> <p>Pastelaria / Padaria</p> <p>Restaurante / Bar</p> <p>Alojamento Hoteleiro</p> <p>Ação Educativa</p> <p>Artes do Espetáculo</p> <p>Apoio à Gestão Desportiva</p>	<p>CEF . 9º ano</p> <p>Cozinheiro /a</p>	<ul style="list-style-type: none"> → Estágios em empresas de projeção internacional e galardoadas → Visitas de estudo e estágios internacionais → Erasmus+ → Professores de excelência e do ensino superior → Centro tecnológico especializado (restauração) <p>Ensino Profissional Financiado 2024 / 2025</p>
		

“Ciência e Inovação para uma Sociedade mais Sustentável e Saudável”, tema debatido na ESHM, em Esposende

O Departamento de Matemática e Ciências Experimentais da Escola Secundária Henrique Medina promoveu, entre os dias 18 e 22 de novembro corrente, a Semana da Ciência e Tecnologia, subordinada ao tema “Ciência e Inovação para uma Sociedade mais Sustentável e Saudável”. Durante a semana, foram dinamizadas diversas atividades direcionadas à comunidade educativa, em estreita colaboração com os grupos disciplinares de Educação Especial, Geografia, Educação Física, Biblioteca Escolar e os coordenadores dos projetos Erasmus e Clube Ciência Viva Henrique Medina, nomeadamente: “Mostra de equipamentos náuticos”, pelo Forum Esposendense, “Exposição de pósteres científicos”, realizados pelos alunos do ensino secundário; Campanha de sensibilização no âmbito do projeto “Healthy minds, Global hearts: Empowering student minds while fostering mental health”; Palestra “Suporte Básico de Vida - pediátrico e adulto”; ACD – Tertúlia: “A Saúde do Homem”, proferida pelo Professor Dr. Carlos Silva; Atividade “Transformar a tecnologia em inovação: reciclar para uma sociedade mais saudável e sustentável”; Palestra para divulgação da App “Mar Azul”, em colaboração com Esposende Ambiente e Parque Natural do Litoral Norte; Palestra e Visita de Campo - “Alterações climáticas e a Plataforma da Estação Meteorológica de Esposende (EMS)”, com a colaboração com a Esposende Ambiente e Proteção Civil; Workshops “Out of the Box with AI”, “Microcontroller arduino” e “Suporte Básico de Vida - adulto”, dinamizados pelo projeto Erasmus da ESHM; Atividades Laboratoriais “ECUM: Da Investigação à preparação” e Palestra: “ECUM: Mais do que saúde, ciência, inovação e investigação”, dinamizadas por alunos da ECUM (ex-alunos da ESHM); MAT Jogos Medina: “Jogos de tabuleiro, um hobby para desenvolver o pensamento crítico e criativo”, dinamizada pela Ludoteca e pela empresa de Belinho “Coisinhas da Aurora”; Aplicação de inquéritos em Inglês e Português sobre o desperdício alimentar, no âmbito do projeto “MOFWaste: Museu do desperdício alimentar”, dinamizado pela Associação Rio Neiva; e, Palestra “Serviços Assistidos por Animais” com a presença da Associação Ânimas.

A iniciativa contou com a participação ativa de antigos alunos da ESHM a estudar na Universidade do Minho e de entidades locais, nomeadamente o Clube Ciência Viva Henrique Medina, o Museu Marítimo de Esposende, o Forum Esposendense, o Centro de Educação Ambiental, a Esposende Ambiente, o Parque Natural do Litoral Norte, a Proteção Civil de Esposende, a Associação Rio Neiva e a Associação Ânimas.

Pelo notável envolvimento de todas as entidades referenciadas, a organização expressa, publicamente, o seu sincero agradecimento.



VII Encontro de Natal 2024 SUP - VELA

22 Dezembro 2024 (9:30)
da Quinta da Barca até Centro Náutico de Esposende

CANE SUP **CANE** SAIL

O jornal Farol de Esposende publica hoje a 96.^a edição da rubrica "Página das Escolas", cujo conteúdo tem como principais autores e personagens alunos e professores da Escola Secundária Henrique Medina, EB 2,3 António Correia de Oliveira, do Agrupamento de Escolas António Correia de Oliveira e EB de Mar do Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio.

As notícias publicadas nesta "Página" obedecem às linhas orientadoras dos Planos Anuais de Atividades e Projetos Educativos das respetivas Unidades Organizacionais. Nunca é demais relevar 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 Direções Executivas.

Entretanto, também nunca é de mais destacar e agradecer o prestimoso patrocínio da conceituada empresa GERBASTO Energias Renováveis, sociedade comercial sediada em Esposende, pois só assim é que esta Página tem podido ser publicada mensalmente. Por isso, muito reconhecidamente, a Administração do jornal Farol de Esposende, em seu nome, em nome dos autores dos textos e das respetivas Escolas, agradecem publicamente tão valiosa colaboração.

Uma Conversa com Afonso Leite entre os Mundos de Fernando Pessoa

A equipa da Folha Aberta teve o privilégio de entrevistar o prestigiado historiador literário Afonso Leite, licenciado e mestre pela Universidade do Porto e doutorado pela Universidade de Lisboa. Reconhecido como um dos maiores especialistas mundiais na obra de Fernando Pessoa, Afonso Leite aceitou o nosso convite para nos falar sobre a vida, a obra e o impacto deste poeta único na literatura mundial. Através das suas palavras, iremos explorar as diferentes vertentes de Pessoa, desde os seus enigmáticos heterónimos aos temas centrais que marcaram a sua produção literária, oferecendo uma nova perspetiva sobre a complexidade deste autor multifacetado. O nosso objetivo é proporcionar aos leitores uma experiência de leitura cativante, como se estivessem a assistir a uma troca de ideias entre dois amantes da literatura.

Entrevistadora: Dr. Afonso Leite, é um prazer tê-lo aqui para falar sobre Fernando Pessoa, uma das figuras mais emblemáticas da literatura portuguesa. Para começar, como descreveria a importância de Pessoa na literatura, tanto a nível nacional como mundial?

Doutor Afonso Leite: O prazer é meu. É difícil resumir Fernando Pessoa em poucas palavras. É, sem dúvida, um dos maiores poetas da língua portuguesa e do século XX, mas reduzi-lo a isso seria ignorar a dimensão da sua obra. Pessoa é uma espécie de "universo literário" em si mesmo, porque criou várias personalidades, "heterónimos", cada um com a sua própria voz, o seu próprio estilo e a sua própria filosofia. Fez muito mais do que escrever poesia, fragmentou a sua própria identidade literária, oferecendo-nos uma diversidade de perspetivas que enriqueceram o panorama literário não só em Portugal, mas em todo o mundo.

Entrevistadora: É verdade que os heterónimos são um dos aspectos mais fascinantes da sua obra; diria mesmo que simbolizam Pessoa. Pode falar-nos um pouco mais sobre a identidade dessas "personas" que o poeta criou?

Doutor Afonso Leite: Claro! Os heterónimos de Fernando Pessoa são uma das suas inovações mais curiosas. Criou dezenas deles, mas os mais reconhecidos são, sem dúvida, Alberto Caeiro, Ricardo Reis e Álvaro de Campos. Cada um deles tem uma identidade tão densa que se pode dizer que são poetas independentes.

Diria que Alberto Caeiro é o "mestre" dos heterónimos, um poeta que escreve sobre a simplicidade da natureza, rejeitando qualquer forma de filosofia ou de reflexão. Ele vê o mundo de forma direta e pura, sem artifícios emocionais. Por outro lado, Ricardo Reis é um classicista, um poeta inspirado nos antigos estóicos, que defende a

moderação e a aceitação serena do destino. Álvaro de Campos, por sua vez, é completamente diferente. Era um futurista, apaixonado pela modernidade, pelo progresso e pelas máquinas, e ao mesmo tempo extremamente melancólico e crítico do vazio que o progresso pode gerar.

O que torna isto tão especial é que, ao invés de usar os heterónimos apenas como pseudónimos, como muitos autores fazem, Pessoa deu-lhes uma profundidade psicológica e literária incrível. Eles não são apenas "nomes falsos" para assinar poemas, são autênticas personagens com pensamentos e sentimentos próprios.

Entrevistadora: Então, podemos dizer que Pessoa não só criava heterónimos, mas vivia através deles?

Doutor Afonso Leite: Exatamente. Ele costumava dizer que "o poeta é um fingidor", e isso aplica-se a ele próprio. O próprio heterónimo Fernando Pessoa, o "verdadeiro Pessoa", é já uma espécie de personagem literária, tão misteriosa como os seus heterónimos. Ele dividiu-se em várias vozes porque acreditava que a multiplicidade fazia parte da essência do ser humano. Era como se, ao explorar diferentes identidades, pudesse percorrer diferentes formas de ver e sentir o mundo, sem estar preso a uma única perspetiva. Aliás, há quem diga que esta multiplicidade reflete a inquietação do próprio Pessoa, uma luta interna entre o que era e o que queria ser. O que é certo é que esta técnica deu origem a uma obra extremamente rica e variada.

Entrevistadora: Falou da questão da identidade. Podemos dizer que esse é um dos temas centrais na obra de Fernando Pessoa?

Doutor Afonso Leite: Sim, sem dúvida. A questão da identidade - ou melhor, da pluralidade de identidades - é um tema importante na obra de Pessoa. Ele desconstruiu a ideia de um "eu" fixo e coerente, mostrando-nos que somos, de facto, constituídos por diferentes facetas. Esta fragmentação é visível em poemas como "Tabacaria", de Álvaro de Campos, em que o sujeito poético reflete sobre o vazio existencial e a incapacidade de encontrar um sentido definitivo para a vida.

Há uma profunda inquietação em Pessoa, uma constante luta para tentar compreender quem ele é — ou melhor, quem ele pode ser, uma vez que ele próprio se via como um "drama em gente", para usar a sua expressão.

Entrevistadora: Parece que há sempre uma tensão entre o antigo e o moderno, entre o real e o imaginário na obra de Pessoa. Como é que ele navegava por esses contrastes?

Doutor Afonso Leite: Pessoa estava profundamente consciente desses contrastes. Ele viveu numa época de

grandes mudanças - a revolução industrial, o progresso tecnológico, o desmoronamento de velhas certezas - e a sua obra espelha essa dualidade. Se Álvaro de Campos celebra a modernidade, como disse, há também uma nostalgia do passado, que está muito presente nos poemas de Ricardo Reis, por exemplo. Este desejo de regresso a uma vida mais simples e serena é uma espécie de resposta à agitação da modernidade. Pessoa, tal como muitos dos modernistas da sua época, estava dividido entre a euforia pelo progresso e a saudade por algo perdido, uma espécie de "tempo de ouro" idealizado.

Entrevistadora: Para terminar, Professor, qual é, na sua opinião, o património de Fernando Pessoa? Porque é que continuamos a estudá-lo e a lê-lo?

Doutor Afonso Leite: O património de Pessoa é imenso, e creio que reside na universalidade das suas preocupações. Escreveu sobre as questões essenciais da existência humana - quem somos, qual o sentido da vida, como lidamos com a passagem do tempo - de uma forma que transcendeu a sua época. Por outro lado, a sua capacidade de reinventar a forma poética, de criar novas vocações, fez dele um inovador, um verdadeiro génio da literatura.

Continuamos a lê-lo porque, de certa forma, ele continua a falar-nos, a desafiar-nos a pensar e a sentir de novas maneiras. Não nos dá respostas fáceis, pelo contrário, coloca-nos questões que nos obrigam a pensar sobre nós próprios e sobre o mundo.

Entrevistadora: Belíssimas palavras, professor. Muito obrigado por partilhar o seu conhecimento conosco. Foi uma conversa extremamente gratificante.

Doutor Afonso Leite: O prazer foi meu. Fernando Pessoa é uma dessas figuras que nunca se esgotam, e falar sobre ele é sempre um privilégio.



Entrevista de Eduarda Gomes,
aluna do 12.º, da ESHM

Fonte da imagem: Portal da Literatura

"A Importância das Abelhas para a Vida no Planeta" encanta alunos da Escola Básica António Correia de Oliveira

No dia 24 de outubro, a Escola Básica António Correia de Oliveira recebeu a bióloga Cristina Nava, da Associação Rio Neiva, para uma palestra educativa sobre "A Importância das Abelhas para a Vida no Planeta", no âmbito do projeto Erasmus+ Climate Change Data Journalism e ECO-escola. O evento contou com a participação dos alunos do 5.º, 8.º e 9.º ano, que tiveram a oportunidade de aprender sobre o papel fundamental das abelhas na manutenção dos ecossistemas e da vida no planeta.

Durante a palestra, Cristina Nava destacou como as mais de 700 espécies de abelhas em Portugal, responsáveis pela polinização de diversas plantas, são essenciais para a produção de alimentos e para o equilíbrio ambiental. A bióloga também abordou os desafios que esses insetos enfrentam atualmente, como o uso excessivo de pesticidas e a destruição de habitats naturais.

Os alunos participaram ativamente, fazendo perguntas e demonstrando grande interesse pelo tema, compreendendo a importância da preservação das abelhas para garantir um futuro sustentável. A palestra faz parte de uma série de iniciativas da escola voltadas para a conscientização ambiental e o desenvolvimento de uma nova geração mais consciente com as questões relativas às alterações climáticas.



Escola Básica António Correia de Oliveira

Projeto eTwinning e DiverT(i)empo

DiverT(i)empo é um projeto que a turma do 2.º ano da EB de Mar, do Agrupamento António Rodrigues Sampaio, abraçou no presente ano letivo, em parceria com seis escolas portuguesas e nove espanholas, o qual abrange diversas e variadas atividades, onde a parte lúdica é fundamental para a aprendizagem.

Como principal objetivo visa o bem-estar, o desenvolvimento pessoal e social dos participantes, bem como contribuir para formar indivíduos conscientes, responsáveis e capazes de viver em harmonia com o seu ambiente e com os outros.

No seu âmbito serão trabalhadas temáticas que abordam a educação ambiental e a convivência num quadro de variadas atividades desportivas, artísticas e recreativas, num ambiente lúdico de sã convivência e amizade entre pares.

Através deste projeto, pretende-se ainda favorecer o desenvolvimento da competência linguística em situações básicas de comunicação noutra língua, bem como a utilização de ferramentas e recursos digitais de forma segura, respeitando os princípios e regras de utilização e comportamento em linha.

EB de Mar

PÁGINA PATROCINADA POR:

GERBASTO
ENERGIAS RENOVÁVEIS

Sob o patrocínio da Farmácia Marinhas, de Marinhas, o jornal Farol de Esposende publica na presente edição a oitava Página temática no ano de 2024, rubrica intitulada Página de Saúde Pública, encerrando-se agora o ciclo de publicações deste mesmo ano. Os artigos publicados na Página em apreço são 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.

Durante três anos (2022, 2023 e 2024) rececionámos muitos comentários de leitores manifestando a utilidade de uma página com informações técnicas importantes, subordinadas à temática da saúde. Assinale-se que a publicação desta Página, durante três anos, só foi possível com o apoio e o patrocínio das oito Farmácias Tradicionais existentes no concelho de Esposende.

Os números editados este ano foram patrocinados pelas Farmácia Laguna, Palmeira de Faro; Farmácia Monteiro, Esposende; Farmácia Higiénica, de Fão; Farmácia Apúlia, de Apúlia; Farmácia Gomes, Esposende; Farmácia Santa Marinha, Forjães; Farmácia Ana Silva, Belinho; e agora, em novembro, Farmácia Marinhas, Marinhas. E foram estas mesmas Farmácias que, com a sua benemerência, proporcionaram ao jornal a publicação das oito edições da Página em apreço, em 2022, das oito de 2023 e também das oito de 2024.

Resta-nos agradecer o apoio para a divulgação e também, publicamente, a simpatia e a gentileza com que fomos recebidos por todos os proprietários e/ou Diretores Técnicos das Farmácias acima referenciadas. Se os autores e os coordenadores dos artigos desta temática solicitarem ao jornal a continuação da publicação em 2025, voltaremos a sensibilizar os nossos estimados patrocinadores para poderem continuar a ser os "mecenas" desta página da Saúde.

Mais uma vez, em nosso nome, no dos autores dos textos e da equipa coordenadora e também dos leitores, o nosso muito obrigado. Bem hajam por tão prestimosa colaboração.

Resistência a Antimicrobianos: Um Desafio Sério para a Saúde Global

A Organização Mundial de Saúde considera a resistência aos antimicrobianos (RAM) uma das dez maiores ameaças à saúde pública global, causando milhões de mortes no mundo todos os anos. Este fenómeno ocorre quando microrganismos patogénicos (bactérias, fungos e parasitas) desenvolvem a capacidade de resistir aos efeitos dos medicamentos antimicrobianos, dos quais fazem parte os antibióticos e os antifúngicos, tornando estes medicamentos menos eficazes e, em alguns casos, completamente inúteis. Como consequência, a eficácia dos tratamentos médicos e a capacidade de controlar infeções comuns ficam comprometidas.

A RAM, em particular a resistência aos antibióticos, tem crescido de forma alarmante nas últimas décadas, impulsionada pelo uso inadequado e excessivo destes medicamentos tanto em humanos quanto em animais, bem como a excreção dessas substâncias com a consequente contaminação do solo e das águas. Muitas vezes, os doentes consomem antibióticos sem receita médica, interrompem os tratamentos antes do tempo recomendado ou utilizam estes medicamentos para tratar infeções virais, para as quais são ineficazes. Este comportamento contribui para o desenvolvimento de estirpes bacterianas resistentes, tornando mais difícil tratar infeções e aumentando significativamente o risco de propagação e morte por doenças infecciosas. Por isso, aumenta os custos dos cuidados de saúde, prolonga o tempo de internamento hospitalar e torna muito mais arriscados procedimentos e tratamentos médicos necessários para salvar vidas, como, por exemplo, cirurgias, transplantes ou quimioterapia para o cancro. Além disso, o risco de disseminação de infeções resistentes a nível global é uma ameaça séria. Se nada for feito para inverter a tendência de crescimento desta ameaça, podemos enfrentar um futuro onde doenças que eram anteriormente tratáveis tornam-se fatais devido à falta de opções de tratamento.

A boa notícia é que todos nós podemos agir para conter e controlar a RAM. Como? A promoção da literacia em saúde é a chave para combater este problema. Enquanto profissionais de saúde, é crucial informar a população sobre o uso responsável de antimicrobianos, destacando a importância de tomar antibióticos apenas quando prescritos por um médico, seguir as orientações médicas, não compartilhar antibióticos e não usar estes medicamentos para infeções virais. É importante promover boas práticas de higiene na comunidade e ensinar sobre os sintomas e sinais de infeção, assim como sobre os riscos e benefícios dos antimicrobianos e quando procurar os conselhos e orientações dos profissionais de saúde.

A automedicação de antibióticos é uma prática comum, mas perigosa, devendo a sua toma ser feita apenas quando indicada por profissionais de saúde. Estes profissionais desempenham um papel vital ao prescrever antibióticos apenas quando necessário e explicar aos doentes a importância de seguir os tratamentos até ao fim de acordo com as instruções estabelecidas. Parar o tratamento prematuramente, mesmo que os sintomas melhorem antes do previsto, pode permitir que as bactérias sobreviventes desenvolvam resistência.

Todos os cidadãos, ao procurar assistência médica, devem também estar dispostos a aceitar que nem sempre um antibiótico é a solução adequada, pois apenas são eficazes contra infeções bacterianas, não contra infeções virais como as constipações ou a gripe sazonal. E mais do que tudo, é importante adotarem medidas simples para prevenir infeções e reduzir a necessidade de antibióticos: lavar as mãos regularmente, manter uma boa higiene, evitar contacto próximo com pessoas doentes sempre que possível, manter as vacinas em dia e ter controladas doenças crónicas como a diabetes, que propiciam infeções. A prevenção é uma ferramenta muito poderosa na luta contra a resistência antibiótica.

A resistência antimicrobiana não é um problema distante, é uma crise de saúde global que exige ação imediata e coordenada, sendo que a ação coletiva é a única maneira de enfrentar este desafio que transcende fronteiras. Ao agir agora, através da educação e conscientização pública, da inovação e cooperação multissetorial, podemos garantir que os antibióticos continuem sendo uma linha de defesa eficaz contra infeções nas gerações futuras. A sociedade civil, governos, instituições de saúde, indústria farmacêutica e outras indústrias que recorram a antibióticos, como a pecuária ou a indústria alimentar, devem continuar a fazer esforços para implementar estratégias abrangentes de combate à resistência antibiótica, nomeadamente promover práticas responsáveis no uso de antibióticos e investir na pesquisa e desenvolvimento de terapias inovadoras que permitam preservar a eficácia destes medicamentos.

Vitor Daniel Ferreira Abilheira, Médico Interno de Formação Geral da
Unidade Local de Saúde de Barcelos/Esposende

PUB

Dia Mundial da Pneumonia -12 de novembro

O Dia Mundial da Pneumonia assinala-se no dia 12 de novembro e procura consciencializar a população para o impacto da doença na comunidade e a importância da sua prevenção.

A pneumonia é a doença respiratória com o maior número de mortes no mundo. Segundo a Organização Mundial de Saúde, em 2019, 2,5 milhões de pessoas, das quais 672.000 crianças, perderam a vida devido a pneumonia. A pandemia por COVID-19, as alterações climáticas e as guerras contribuíram para um número crescente de casos, pondo em risco milhões de pessoas todos os anos.

Em Portugal, o cenário não é diferente, sendo a pneumonia uma das doenças mais letais para os portugueses (Observatório Nacional das Doenças Respiratórias, 2018), sendo responsável por 3,0% das mortes devidas a doenças do aparelho respiratório ocorridas em 2021 – 3.756 mortes - (Instituto Nacional de Estatística, 2022). Na União Europeia, Portugal é um dos países com maior taxa de mortalidade.

De forma simples e clara, a pneumonia é uma doença que consiste na inflamação aguda do tecido pulmonar, causada por uma infeção (por bactérias - como o Streptococcus pneumoniae -, vírus - como o vírus da gripe ou o SARS-CoV-2 -, fungos ou até parasitas).

Os principais sintomas de pneumonia são: tosse (com ou sem expectoração), dor torácica que agrava com a respiração e/ou com a tosse, falta de ar, febre e mal-estar geral. Como podemos ver, a pneumonia não tem sintomas específicos e um doente infetado tem sintomas semelhantes aos de outras doenças do sistema respiratório. Assim, o diagnóstico deve ser feito por um profissional de saúde e o tratamento depende do microorganismo causador da doença. Em casos graves, pode ser necessário internamento. Por estes motivos, no caso de ter algum destes sintomas, deve contactar a linha SNS24 ou procurar o seu médico.

A pneumonia afeta pessoas de qualquer idade, contudo, os casos mais graves de doença são mais frequentes em crianças e idosos. Outros fatores que acrescentam maior risco para a doença são o tabaco, o abuso de álcool, a poluição do ar, doenças crónicas como a Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC), asma, Diabetes mellitus e imunossupressão.

Muitas vezes, a doença está associada a ambientes de cuidados de saúde, sendo uma das principais causas de hospitalização em Portugal, com cerca de 110 internamentos diários no SNS (Observatório Nacional das Doenças Respiratórias, 2018), no entanto, a doença pode ser contraída no dia-a-dia por qualquer pessoa, nomeadamente, através do contacto com uma pessoa doente, pela tosse ou espirros.

Assim, é fundamental apostar na sua prevenção e todos nós temos um papel importante neste sentido. As principais formas de prevenir a doença são recomendações simples para o dia-a-dia, que todos podemos e devemos pôr em prática, como: lavar e/ou desinfetar as mãos frequentemente, adotar medidas de etiqueta respiratória (como, por exemplo, cobrir o nariz e a boca com lenços de papel ao tossir ou espirrar), evitar aglomerações de pessoas, não fumar (e se fumar, deixar!), ter uma alimentação nutritiva e equilibrada, praticar exercício físico e diminuir o consumo de álcool.

Outro fator de prevenção muito importante consiste na vacinação contra a gripe, a COVID-19 e a antipneumocócica, pois estas vacinas ajudam a diminuir a intensidade dos sintomas em caso de contágio, além de evitarem as formas graves de doença e a mortalidade para estes tipos específicos de pneumonia. A vacinação está recomendada particularmente a partir dos 65 anos de idade, para pessoas com doenças crónicas ou alterações do sistema imunitário, entre outros.

Neste Dia Mundial da Pneumonia, apela-se a toda a população que se informe mais sobre esta doença tão prevalente e letal não só em Portugal, mas no Mundo, que adote medidas diárias de prevenção, principalmente nos meses mais frios, e que discuta com o seu médico as opções de vacinação que se adequam a si.

Procure fazer a diferença, proteja-se e previna-se!

Catarina da Silva Cunha, Médica Interna de Formação Geral da
Unidade Local de Saúde de Barcelos/Esposende



**A equipa da Farmácia das Marinhas deseja-lhe um Feliz
Natal e um Próspero Ano Novo!**

Estamos aqui por si e para si!

Determinações: pressão arterial e parâmetros bioquímicos.

Preparação individualizada da medicação.

Farmácia das Marinhas
Maria Raquel Gomes Pedrosa

Obras na Escola Básica de Esposende

O Município de Esposende vai avançar com obras na Escola Básica de Esposende, no valor global de 65 mil euros e que contribuirão para a melhoria significativa das condições da comunidade educativa que frequenta aquele estabelecimento de ensino. As obras previstas contemplam a melhoria da fachada, ampliando as zonas pavimentadas e revestindo, com relva artificial, as zonas envolventes de maior utilização. Será removido o revestimento existente na fachada e aplicado um sistema de isolamento térmico pelo exterior. No exterior serão colocados bancos e relva sintética, o saibro será substituído por terra vegetal e os campos de jogos serão pintados.



“Com o objetivo de responder a todos os desafios e exigências e em estreita articulação com as escolas e diferentes parceiros locais, o Município de Esposende continua a investir, de forma continuada, na melhoria das condições de ensino para criar um ambiente educativo de excelência”, destaca o presidente da Câmara Municipal de Esp osende, Guilherme Emílio.

Esta empreitada de beneficiação e recuperação do Centro Escolar de Esposende enquadra-se no plano de modernização do parque escolar do concelho de Esposende que a Câmara Municipal tem vindo a executar, com o intuito de proporcionar melhores condições a toda a comunidade escolar e que compreendeu já, entre outras intervenções, a remoção das coberturas em fibrocimento, a pintura dos edifícios e a disponibilização de equipamentos informáticos.

Jornal Farol de Esposende nº 714 de 22 de novembro de 2024

CARTÓRIO NOTARIAL DE ANDREIA AMARAL
ESPOSENDE

Rua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304, Esposende
Tel.253-986350 – Tlm.961553040 (chamadas para rede fixa e móvel nacionais)
Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 26 e seguintes, do livro n.º 335-A, de “Escrituras Diversas”, deste Cartório, se encontra exarada com a data de 04 de novembro de 2024, uma escritura de JUSTIFICAÇÃO por USUCUPIÃO, na qual:

MARIA MANUELA TOMÉ SOLINO CARREIRA (NIF 187 841 438) e marido ANTERO EIRAS CARREIRA (NIF 189 485 183), casados sob o regime da comunhão geral de bens, ambos naturais da freguesia de Apúlia, concelho de Esposende, residentes na Rua do Açude, n.º 53, em Apúlia, na atual União das Freguesias de Apúlia e Fão, do concelho de Esposende, DECLARARAM:

Que, são donos e legítimos possuidores, dos bens imóveis que a seguir se vão identificar, ambos sitos em Apúlia, na União das Freguesias de Apúlia e Fão, do concelho de Esposende, os quais se encontram livres de quaisquer ónus ou encargos, a saber:

N.º 1 – Prédio rústico, composto por terreno de horta, com a área de mil e trezentos metros quadrados, sito no Sítio da Damoita, a confrontar do norte com Manuel Alves Carreira, do sul com Manuel Gomes Tomé Júnior, do nascente com Elisa Dias e do poente com caminho, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 1818, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 1061 rústico da extinta freguesia de Apúlia, o qual, por sua vez, se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT € 584,54 e ao qual atribuem o valor de seiscentos euros. N.º 2 – Prédio rústico, composto por terreno de horta com videira em ramada, com a área de cinco mil e oitocentos metros quadrados, sito no Sítio do Caseiro, a confrontar do norte e nascente com caminho, do sul com estrada e do poente com Manuel Ferreira Soares, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 2814, daquela união de freguesias, o qual corresponde ao artigo 2163 rústico da extinta freguesia de Apúlia, o qual, por sua vez, se encontrava omissa à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT € 2.404,42 e ao qual atribuem o valor de dois mil e quinhentos euros.

Que não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória os identificados prédios, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição dos mesmos, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las. Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprios deles justificantes, traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento dos citados prédios, nomeadamente, cultivando-os, colhendo os seus frutos, fazendo a sua limpeza e manutenção, administrando-os, e pagando em seus nomes os respetivos encargos. E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seus próprios nomes e durante mais de vinte anos, facultou-lhes já a aquisição por USUCUPIÃO, do direito de propriedade dos referidos prédios e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de a declarante mulher os ter adquirido ainda no estado de solteira, maior, em data que não sabe precisar, mas sabe ter sido no ano de mil novecentos e oitenta e cinco, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita por seus pais, João de Sá Solino e mulher Maria Moreira Lopes Tomé, casados sob o regime da comunhão geral de bens e residentes na Avenida da Praia, n.º 82, no Lugar de Areia, na extinta freguesia Apúlia, no concelho de Esposende.

Assim, afirmam e declaram que são eles, com exclusão de outrem, os donos e legítimos possuidores dos prédios rústicos acima identificados e que prestam estas declarações para fins de primeira inscrição no registo predial.

Declarações confirmadas por três testemunhas.

Está conforme o original, na parte transcrita e certificada.

Esposende, 04 de novembro de 2024.

A Notária, Andreia Amaral

PUB



Associação Humanitária de
BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE ESPOSENDE
fundada em 6 de janeiro de 1891

CONVOCATÓRIA ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA (ELEITORAL)

No uso das competências conferidas pela alínea b) do artigo 44º dos Estatutos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Esposende, designadamente para os efeitos da alínea a) do n.º 2 do artigo 47.º, convoco os Associados no pleno gozo dos seus direitos para uma Assembleia Geral Ordinária, a ter lugar no dia 07 de dezembro de 2024 (sábado), a fim de se cumprir a seguinte ORDEM DE TRABALHOS:

PONTO UNICO — Eleição dos Órgãos Sociais para o triénio 2025/2027.

A Assembleia Geral Eleitoral decorrerá no dia indicado (07 de dezembro de 2024), entre as 15.00 e 18.30 horas, respetivamente horas de abertura e encerramento da mesa de voto, no Salão Nobre da Associação, sita na Rua dos Bombeiros, em Esposende.

Tendo em atenção os Artigos 76, 77 e 80 dos Estatutos em vigor, transcrevem-se as partes essenciais:

I - ELEGIBILIDADE:

São elegíveis os Associados Efetivos que satisfaçam, cumulativamente, os seguintes requisitos:

- Estejam em pleno gozo dos seus direitos sociais, de acordo com o estabelecido no artigo. 11º dos Estatutos, à data da apresentação das candidaturas;
- Sejam maiores de idade;
- Não façam parte dos órgãos sociais de outras associações congéneres;
- Não tenham sido destituídos dos Órgãos Sociais da Associação por irregularidades cometidas no exercício das suas funções;
- Não sejam trabalhadores remunerados da Associação;
- Não tenham qualquer impedimento ou motivos de inelegibilidade nos termos da lei.

II - FORMALIZAÇÃO DAS CANDIDATURAS:

1 - As candidaturas as eleições são feitas segundo o sistema de lista completa para a Mesa da Assembleia Geral, Direção, Conselho Fiscal e Conselho Consultivo (facultativo), compostas por Associados Efetivos no pleno gozo dos seus direitos sociais, nas quais se especificarão e identificação completa dos candidatos e respetivo número de associado, bem como a indicação do órgão e cargo para que são propostos, incluindo os suplentes.

2 - As listas concorrentes aos órgãos sociais, a submeter a sufrágio, deverão ser apresentadas por mandatário ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral, na sede da Associação, até 15 de novembro em curso.

3 - As listas de candidatura aos órgãos sociais deverão incluir um número de candidatos efetivos igual ao número de membros do respetivo órgão acrescido dos suplentes, não podendo qualquer associado subscrever nem integrar mais do que uma lista, nem integrar mais do que um órgão da Associação.

4 - As listas são nominais devendo completar candidatos para todos os órgãos, sendo estes votados conjuntamente.

5 - As listas a submeter à eleição deverão ser acompanhadas da declaração dos candidatos onde expressamente manifestem a sua aceitação e subscritas por um número mínimo de vinte e cinco Associados Efetivos no pleno gozo dos seus direitos.

NOTA 1: Cada lista deverá designar, de entre os seus componentes, o respetivo mandatário, informando o Presidente da Mesa da Assembleia Geral dessa designação.

NOTA 2: Os cadernos eleitorais estarão disponíveis, para consulta dos interessados, nos serviços administrativos da Associação, dentro das horas normais de expediente a partir da presente data.

NOTA 3: A receção das listas de candidatura far-se-á nos serviços administrativos da Associação até às 18 horas do dia 15 de novembro de 2024.

III - FORMA DE VOTAÇÃO:

1 - A eleição dos Órgãos Sociais é feita através de votação secreta, tendo cada Associado direito a um voto.

2 - É permitido o voto por procuração, com assinatura reconhecida por entidade competente, presencialmente ou por semelhança, mas cada Associado não poderá representar mais do que um outro Associado.

3 - Não é permitido o voto por correspondência.

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
(Agostinho Pinto Teixeira)

Esposende, 05 de novembro de 2024

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**

FUTEBOL

Campeonato Nacional da II Divisão de Sub 19 ou Juniores A – Série A

Tem prosseguido o campeonato nacional da II Divisão, Juniores A ou Sub 19, prova em que participa o F.C. de Marinhãs. Entretanto, os jovens marinhenses não estão a ter o mesmo comportamento, em termos de resultados, como na época anterior. Com efeito, depois de, nas duas primeiras jornadas, o F.C. de Marinhãs ocupar então o 1.º lugar, agora que já se disputaram nove jornadas, os marinhenses seguem em 8.º lugar, entre dez equipas, somando apenas 10 pontos, correspondentes a três vitórias, um empate e cinco derrotas.

Embora ainda faltem nove jornadas para se concluir a primeira fase desta prova, estando a 18.ª e última jornada programada para o dia 8 de fevereiro de 2025, com 27 pontos em disputa, e com o Vizela em 1.º lugar, com 23 pontos, e o Moreirense em 2.º lugar, com 21 pontos, os jovens marinhenses só poderão totalizar 37 pontos, se vencerem todos os jogos até ao termo desta fase do campeonato, mas terão de contar com os resultados das restantes equipas, sendo, por isso, muito difícil de alcançarem o sucesso da época 2023/2024.

ÚLTIMOS RESULTADOS

6.ª Jornada: Marinhãs, 0 Moreirense, 1; 7.ª Jornada: Mirandela, 1 Marinhãs, 4;
8.ª Jornada: Marinhãs, 1 Prado, 1; 9.ª Jornada: Vizela, 5 Marinhãs, 0; 3.ª Jornada: Marinhãs, 1 Varzim, 2 (jogo em atraso da 3.ª jornada, realizado no passado dia 16 do corrente mês)

PRÓXIMOS JOGOS

10.ª Jornada (23/11) – Vilaverdense – Marinhãs; 11.ª Jornada (30/11): Marinhãs – AFS; 12.ª Jornada (07/12): Varzim – Marinhãs; 13.ª Jornada (14/12): Marinhãs – Merelinense; 14.ª Jornada (21/12): Marinhãs – Limianos.

Cinco clubes de Esposende distinguidos pelo seu papel formador

A Associação de Futebol de Braga distinguiu 93 clubes, com certificados e placas, alusivos ao processo de certificação da época 2023/24, abrangendo cinco clubes do concelho de Esposende. A cerimónia decorreu em Guimarães e foi presidida pelo presidente da Federação Portuguesa de Futebol, Fernando Gomes, contando com a presença do vereador do Desporto do Município de Esposende, Mário Rui Losa.

Naquela que foi a cerimónia de reconhecimento do esforço e dedicação de todos os que seguiram o processo de certificação, conscientes da sua importância para a valorização e evolução do futebol português, o Município de Esposende voltou a evidenciar-se, assumindo um papel formativo relevante no contexto regional e nacional.

Esposende conta com cinco clubes certificados, sendo que um tem “quarto estrelas” (FC Marinhãs); três com “três estrelas” (AD Esposende, CF Fão e SC Forjães); e um com “duas estrelas” (GD Apúlia), bem como dois clubes reconhecidos como Centros Básicos de Formação de Futebol (SC Forjães) e de Futsal (FC Marinhãs), reconhecidos pela FPF.

Registe-se o apoio que o Município de Esposende atribui aos clubes e associações desportivas.

ATLETISMO

Tradicional corrida de Ano Novo marca início do calendário desportivo de Esposende

Encontram-se abertas as inscrições para a VII Corrida de Ano Novo de Esposende, que se realiza a 11 de janeiro do próximo ano. Marcando o início do calendário desportivo de Esposende, para o ano de 2025, o programa da Corrida de Ano Novo conta com uma Kids Run, uma caminhada de oito quilómetros e uma corrida de dez quilómetros de extensão.

A Kids Run é uma prova direcionada para os mais jovens, tendo em consideração os escalões etários. Os Benjamins (nascidos entre 2014 e 2016) terão um percurso de 800 metros; os Infantis (2012 – 2013), os Iniciados (2010 – 2011) e os juvenis (2008 – 2009) vão percorrer 1609 metros.

As provas terão a partida e a meta instaladas no Largo Rodrigues Sampaio, iniciando-se o programa às 15h45, com o controlo zero para a Kids Run e só encerra às 20h30, após o controlo de tempos e a cerimónia de entrega de prémios.

Com esta prova, a Câmara Municipal de Esposende mantém, em 2025, “a aposta em eventos direcionados para o fomento da prática desportiva, aliando este objetivo à promoção do território concelhio e à dinamização da economia local” como afirma Rui Losa, Vereador do Desporto.

Esta prova integra o Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo de Esposende (PEDDE) e antecede outros eventos de relevo, como o IX Trail de Esposende e o 21.º Encontro Luso-galaico de BTT.

Para mais informações e proceder às inscrições basta aceder ao portal: www.desporto.esposende.pt.



HIPISMO - ATRELAGEM

Bernardo Vilarinho Losa, da Intersped Team, conquista 6 Medalhas na Temporada de 2024

Bernardo Vilarinho Losa, jovem talento da Intersped Team, brilhou na temporada de 2024, arrecadando um total de seis medalhas e consolidando-se como um dos maiores destaques da disciplina de atrelagem em Portugal.

A sua primeira medalha do ano foi conquistada no Campeonato Europeu de Jovens Atletas de Atrelagem, realizado em julho na Suécia. Competindo pela Seleção Nacional (que se apresentou pela primeira vez nesta disciplina) Bernardo sagrou-se vice-campeão europeu. Este feito marca a estreia de Portugal no pódio internacional na categoria de juventude.

Logo após o Europeu, Bernardo e a groom Patrícia Figueiredo enfrentaram mais desafios no Campeonato Regional Norte de Combinados de Maratona, composto por sete provas. A final decorreu em outubro, numa competição indoor no Centro Hípico do Porto e Matosinhos. Demonstrando consistência e habilidade, a equipa venceu cinco provas na Classe de Pónei e três na Classe de Cavalo Singular. Como resultado, Bernardo e Patrícia conquistaram o campeonato pela oitava vez consecutiva na Classe de Pónei e, pela primeira vez, na Classe de Cavalo Singular.

No entanto, a pausa entre o campeonato regional e o nacional foi curta. Devido a uma lesão de Patrícia, Bernardo teve que ajustar a sua equipa, convidando Nuno Silva para ocupar o lugar de groom. Assim, entre os dias 1 e 3 de novembro, competiram no Campeonato Nacional de Completo de Atrelagem, realizado na Capital do Cavalo. Com vitórias em todas as provas na Classe de Pónei e Cavalo Singular, Bernardo alcançou o título de pentacampeão nacional na Classe de Pónei e bicampeão na Classe de Cavalo Singular. A disputa na Classe de Cavalo foi especialmente renhida, mas a Intersped Team garantiu duas medalhas de ouro.

Poucos dias depois, Bernardo voltou a entrar em pista para a final do Campeonato Nacional de Combinados de Maratona 1*, realizada nos dias 8 e 9 de novembro, na Feira Nacional do Cavalo, em Golegã. Competindo em duas classes, Bernardo venceu na Classe de Pónei Singular, tornando-se pentacampeão nacional, além de conquistar o melhor tempo de pista numa das mãos. Na Classe de Cavalo Singular, terminou em segundo lugar, a apenas três pontos do líder. A competição reuniu 28 participantes de todo o país.

Desde 2016, a Intersped Team, liderada por Bernardo Vilarinho Losa, já acumulou impressionantes 25 medalhas de ouro em Campeonatos Regionais e Nacionais, um marco que reforça o talento e a dedicação desta jovem promessa da atrelagem portuguesa.



FEP reconhece Bernardo Vilarinho Losa

No final do Campeonato Nacional de Combinado de Maratona de Atrelagem, na Feira Nacional do Cavalo da Golegã, Bernardo Vilarinho Losa foi reconhecido pelo contributo do desenvolvimento no desporto Equestre, pelo Dr. Bruno Rente, presidente da Federação Equestre Portuguesa. A condecoração tem a ver com a notável representação da primeira equipa portuguesa de jovens atletas que participaram no campeonato europeu de Atrelagem na Suécia, no passado mês de julho.



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

A barra do Cávado “é uma guerra entre o mar e a terra”, disse, em Esposende, o Presidente da Comissão de Ambiente e Energia, Salvador Malheiro



No dia 21 do passado mês de outubro, a Comissão de Ambiente e Energia da Assembleia da República, fez uma visita de trabalho a Esposende, tendo sido recebida pelo senhor Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Guilherme Emílio, sendo que esse encontro de trabalho foi essencialmente destinado a abordar o assunto da barra de Esposende. Na receção à comitiva, liderada por Salvador Malheiro, o autarca de Esposende enalteceu a disponibilidade dos deputados para se inteirarem dos problemas dos territórios e das comunidades. Assinalando as assimetrias que os diferenciam, Guilherme Emílio referiu que como “único concelho do distrito de Braga com exposição marítima, Esposende debate-se com problemas ambientais”, entre os quais a erosão costeira e o problema da navegabilidade da barra.

O Presidente da Câmara Municipal realçou que o Município se tem “substituído à tutela e dado passos de gigante”, citando o caso de Pedrinhas/Cedovém, em Apúlia, cujo projeto encomendado pela autarquia foi agora dado a conhecer também à Comissão de Ambiente e Energia. O edil frisou, ainda, que a questão da barra “é um problema com mais de 200 anos, que se tem mostrado irresolúvel”. Chamou a atenção para o nível de risco a que está exposta a comunidade piscatória na entrada e saída da barra e alertou para os efeitos negativos sobre a atividade económica, por via da inviabilização de um conjunto de ativos turísticos, como a atividade náutica. Não menos preocupante é a questão da proteção civil, notou ainda, vincando que a fragilidade da restinga constitui um “risco efetivo”. Aludindo ao insucesso das soluções implementadas no passado, nomeadamente a intervenção com geocilindros na restinga, Guilherme Emílio referiu que, mais uma vez, o Município tomou a liderança do processo na busca de uma solução, apresentando um estudo técnico que dá “grande parte da resposta a um problema secular”.

Coube a Renato Henriques, professor e investigador da Universidade do Minho, a apresentação deste estudo, desenvolvido em parceria com Taveira Pinto da Universidade do Porto.

O professor contextualizou e sustentou o trabalho desenvolvido, que conduziu à apresentação de uma solução que, a ser executada, possibilitará “poupar dinheiro no futuro”, desde logo porque reduzirá a necessidade de dragagem sedimentar no estuário. “Nunca houve um estudo em Portugal com tantos dados”, afirmou Renato Henriques, afirmando que “esta solução tem tudo para criar resiliência e para resultar”.

Em nome dos três grupos parlamentares, o Presidente da Comissão de Ambiente e Energia, Salvador Malheiro, expressou palavras de reconhecimento ao Município pela permanente busca de soluções para a barra. “O Município de Esposende não está à espera do governo central”, assumindo a expensas próprias os custos com um estudo científico, referiu, frisando que estas matérias não competem às autarquias, mas ao governo. Ciente da premência da intervenção na barra Salvador Malheiro defendeu “este tipo de investimento tem de acontecer”, sustentando que “é uma guerra entre o mar e a terra”. Porque em causa está a defesa do território, todo o investimento na orla costeira revela-se como retorno, defendeu o parlamentar. “Não tenho a menor dúvida de que este é um investimento mais do que justificado”, afirmou, mostrando-se convicto de que o assunto será bem acolhido no seio da tutela e merecerá a melhor atenção da Comissão de Ambiente e Energia.

A encerrar a jornada de trabalho em Esposende, os deputados tiveram a oportunidade de se deslocar à barra, onde puderam constatar, in loco, a realidade do problema que Esposende enfrenta.

Há uma concordância generalizada com a opinião do Presidente da Comissão de Ambiente e Energia, Salvador Malheiro, quando afirma que a questão da barra do Cávado “é uma guerra entre o mar e a terra”, uma “guerra” que tem séculos e foi já objeto de dezena e dezenas de reuniões, em que, como agora, tiveram a dinamizá-las pessoas “especializadas na matéria”.

Que conclusão pode tirar o leitor e todos quantos tiveram conhecimento de mais uma vinda a Esposende, agora da Comissão de Ambiente e Energia da Assembleia da República, para, de entre outros assuntos, tomar conhecimento, in loco, do problema da barra de Esposende? O tempo encarregar-se-á de dar a resposta, quiçá, igual a todas as outras, ou seja, “a montanha pariu um rato”, dirão todos. Por nós, oxalá não!



Adaptado de NI do SCI-CME

PUB



2025

PAZ LUZ

AMIZADE



ESPOSENDE É NATAL

Programa:

28/11 | 5ª feira | 21h00
CERIMÓNIA DE LIGAÇÃO DA ILUMINAÇÃO DE NATAL
LARGO RODRIGUES SAMPAIO

Dezembro

CONTA-ME UMA HISTÓRIA
«O MELHOR PRESENTE DO MUNDO», DE MARK SPERRING E LUCY FLEMING - HORA DO CONTO
BIBLIOTECA MUNICIPAL MANUEL DE BOAVENTURA | PÓLO DE LEITURA DE FORJÃES (EXCLUSIVO ÀS QUARTAS-FEIRAS)

08/12 | domingo | 16h00
HISTÓRIAS EM FAMÍLIA
«A MENINA QUE TINHA MEDO DE CÃES», CARINA NOVO
BIBLIOTECA MUNICIPAL MANUEL DE BOAVENTURA

08/12 | domingo | 16h30
CONCERTO DE NATAL
CORO SÉNIOR DE ESPOSENDE
IGREJA PAROQUIAL DE BELINHO

NATAL NOS MUSEUS! - OFICINA
10, 13, 17 e 20 | 10h30 e 14h30
MUSEU DO SARÇAÇO
11, 12, 18 e 19 | 10h30 e 14h30
MUSEU MUNICIPAL DE ESPOSENDE

12/12 | 5ª feira | 17h30
NATAL DOS LEITORES
BIBLIOTECA MUNICIPAL MANUEL DE BOAVENTURA

14/12 | sábado | 11h00 (até 31/12)
ABERTURA DO PARQUE, ALDEIA NATAL E MERCADO DE NATAL
LARGO RODRIGUES SAMPAIO/ZONA RIBEIRINHA DE ESPOSENDE

14/12 | sábado | 15h30 às 17h30
ANIMAÇÃO DE RUA NATAL
DUENDES DE NATAL
RUAS DE ESPOSENDE

15/12 | Domingo | 10h30h e 12h00
CONTO MUSICAL “BERÇOS”
AUDITÓRIO MUNICIPAL DE ESPOSENDE
Coro da Ensino Básico da Escola de Música de Esposende

15/12 | domingo | 16h00
PARADA: UM SONHO DE NATAL
RUA CONDE DE CASTRO / LARGO DR. FONSECA LIMA / RUA P. DE DEZEMBRO / LARGO RODRIGUES SAMPAIO/ESPOSENDE

18/12 | 4ª feira | 10H00 às 12H00 e 14H00 às 16H00
OFICINA “POSTAL DE NATAL MOVIMENTADO”
CASA DA JUVENTUDE

18, 19, 20, 26 e 27
NATAL NO CISL! - OFICINA
CENTRO INTERPRETATIVO DE S. LOURENÇO

19/12 | 5ª feira | 10H00 às 12H00 e 14H00 às 16H00
OFICINA “A MINHA BOLA DE NATAL”
CASA DA JUVENTUDE

20/12 | 6ª feira | 10H00 às 12H00 e 14H00 às 16H00
OFICINA “GRINALDA DE NATAL”
CASA DA JUVENTUDE

20/12 | 6ª feira | 21h30
CONCERTO “O NATA LUX”
Coro Ars Vocalis
IGREJA PAROQUIAL DE MAR

21/12 | sábado | 15h30 às 17h30
ANIMAÇÃO DE RUA NATAL
NO REINO DO GELO
RUAS DE ESPOSENDE

22/12 | domingo | 15h30 às 17h30
ANIMAÇÃO DE RUA NATAL
CIRCO EM ESPOSENDE / O NATAL ESTÁ A CHEGAR
RUAS DE ESPOSENDE

23/12 | 2ª feira | 21h30
CONCERTO “SONGS OF HOPE”
IGREJA MATRIZ DE APÚLIA
Coro de Pequenos Cantores de Esposende

31/12 | 3ª feira | 23h00 às 03h00
PASSAGEM DE ANO
ZONA RIBEIRINHA

2025
05/01 | domingo | 16h00
ENCONTRO “CANTARES AO MENINO”
IGREJA MATRIZ DE ESPOSENDE

11/01 | sábado | 16h00 - 18h00
VII CORRIDA DE ANO NOVO
LARGO RODRIGUES SAMPAIO

12/01 | domingo | 17h00
CONCERTO DE ANO NOVO
AUDITÓRIO DO CENTRO PAROQUIAL DE PALMEIRA DE FARO
Coro Ars Vocalis

