

O FORJANENSE

Diretor: Luis Pedro Pereira Torres Ribeiro
Outubro 2025 • Ano XL 2ª série • n.º 422
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issuu e no **facebook**

Vítor Quintão vence novamente as Eleições em Forjães



págs. 2-3

Carlos Silva e Alberto Figueiredo vencem em Esposende



pág. 2



Rua Coto do Sino, 89 | 4740-435 Forjães - Esposende
253 876 000 | 964 236 010 | culizende@hotmail.com

Eleições Autárquicas 2025

No passado dia 12 de outubro, os portugueses dirigiram-se às urnas para eleger os seus representantes nas Eleições Autárquicas de 2025. Como é habitual neste tipo de sufrágio, os eleitores manifestaram as suas preferências de diversas formas: uns optaram por apoiar as forças partidárias, outros privilegiaram a confiança pessoal nos candidatos, atendendo ao caráter de proximidade destas eleições. Houve ainda quem utilizasse o voto como forma de expressar descontentamento, recorrendo a um voto de protesto.

Na Freguesia de Forjães, Vítor Quintão foi reeleito Presidente da Junta de Freguesia, renovando o mandato com maioria absoluta. O candidato do Partido Social Democrata (PSD) obteve 938 votos, mais 145 do que a lista concorrente, liderada por Carlos Neiva, do movimento independente *Mudança por Todos*. O resultado traduz um voto de confiança dos forjanenses para mais quatro anos de gestão autárquica.

Com a oficialização dos resultados e a

subsequente tomada de posse, a Junta de Freguesia de Forjães passou a ser composta por Vítor Quintão (Presidente), António Queirós (Secretário) e Andreia Dias (Tesoureira).

A Assembleia de Freguesia será presidida por Carlos Sá, acompanhado por Carlos Almeida (2.º Secretário), Virgínia Sampaio (1.ª Secretária), José Dias e Fernando Silva, todos eleitos pelo PSD. Pelo movimento independente *Mudança por Todos* foram eleitos Carlos Neiva, Vera Ribeiro, Andreia Silva e Domingos Carvalho.

No que respeita à Câmara Municipal de Esposende e à Assembleia Municipal, registou-se uma mudança histórica. O movimento independente *Mudança por Todos* conquistou a liderança em ambos os órgãos, pondo fim a um ciclo de 36 anos consecutivos de governação social-democrata.

Carlos Silva venceu a corrida à presidência da Câmara Municipal de Esposende, obtendo maioria em 11 das 14 freguesias do concelho, ficando as restantes três sob do-

mínio do PSD. O executivo municipal, liderado por Carlos Silva, integra os vereadores Aurélio Neiva, Paula Cepa e Fátima Escrivães, eleitos pelo movimento *Mudança por Todos*, e Guilherme Emílio, Octávio Dimas e Marina Cardoso, pelo PSD.

Para a Assembleia Municipal, o vencedor foi Alberto Figueiredo, também do movimento *Mudança por Todos*, conquistando a vitória em 12 das 14 freguesias. Entre os 21 elementos que compõem a nova Assembleia Municipal, 11 do movimento *Mudança por Todos*, 8 do PSD, 1 do Partido Socialista (PS) e 1 do Chega, destacam-se quatro forjanenses: Benjamim Pereira (PSD), Olga Dias (*Mudança por Todos*), André Carvalho (*Chega*) e Vítor Quintão, na qualidade de Presidente da Junta de Freguesia de Forjães.

Assembleia de Freguesia de Forjães



O jornal O Forjanense endereça uma palavra de apreço e gratidão a todos os candidatos que se apresentaram a sufrágio e felicitam os eleitos. Desejamos a todos um mandato profícuo, pautado pelo respeito, pela dedicação e pelo serviço à comunidade, honrando os votos de confiança que lhes foram concedidos, tanto a quem assume funções executivas como a quem exercerá o papel de oposição.

Resultados do Concelho de Esposende para a Câmara Municipal

		CDU	CHEGA		PS	PSD	Eleitores	Votantes	Abstenção	Branco	Nulos
Antas	10	8	97	399	96	698	2062	1368	33,66%	42	18
Apúlia	25	17	168	1806	79	754	4421	2920	33,95%	45	26
Belinho	10	13	84	540	54	534	1889	1266	32,98%	18	13
Curvos	0	3	29	393	18	152	743	608	18,17%	3	10
Esposende	22	69	103	1164	236	933	3824	2578	32,58%	37	14
Fão	29	96	135	975	189	697	3316	2187	34,05%	39	27
Fonte Boa e Rio Tinto	3	0	49	719	53	517	1668	1362	18,35%	11	10
Forjães	14	20	102	732	85	800	2476	1803	27,18%	28	22
Gandra	7	12	29	558	39	389	1352	1067	21,08%	21	12
Gemeses	1	4	18	416	54	270	1041	781	24,98%	7	11
Mar	4	17	40	309	20	336	1027	740	27,95%	10	4
Marinhas	42	81	196	2214	292	1486	6589	4429	32,78%	76	42
Palmeira de Faro	10	28	65	770	52	594	2151	1563	27,34%	25	19
Vila Chã	1	2	17	745	8	97	1298	883	31,97%	7	6
TOTAL	178	370	1132	11740	1275	8257	33857	23555	28,36%	369	234

Resultados do Concelho de Esposende para a Assembleia Municipal

		CDU	CHEGA		PS	PSD	Eleitores	Votantes	Abstenção	Branco	Nulos
Antas	10	19	114	368	115	681	2062	1368	33,66%	42	19
Apúlia	25	22	189	1807	89	714	4421	2920	33,95%	47	27
Belinho	4	16	103	541	60	511	1889	1266	32,98%	20	11
Curvos	1	5	27	388	22	152	743	608	18,17%	5	6
Esposende	27	108	127	1140	294	816	3824	2578	32,58%	38	27
Fão	31	148	141	966	193	637	3316	2187	34,05%	47	24
Fonte Boa e Rio Tinto	4	2	61	721	58	492	1668	1362	18,35%	15	9
Forjães	10	24	127	697	102	797	2476	1803	27,18%	28	18
Gandra	6	12	40	556	55	362	1352	1067	21,08%	23	13
Gemeses	1	2	24	411	94	234	1041	781	24,98%	8	7
Mar	2	17	41	322	27	316	1027	740	27,95%	11	4
Marinhas	37	132	223	2139	360	1392	6589	4429	32,78%	95	52
Palmeira de Faro	8	32	82	781	49	573	2151	1563	27,34%	23	15
Vila Chã	0	10	15	729	7	106	1298	883	31,97%	12	4
TOTAL	166	549	1314	11566	1525	7783	33857	23555	28,36%	414	236

ELEIÇÕES: AUTÁRQUICAS 2025



Mensagem da Equipa da Mudança em Forjães

A Equipa da Mudança por Forjães expressa o mais sincero agradecimento a todos os Forjanenses que acreditaram no nosso projeto e depositaram em nós a sua confiança.

Ficámos muito perto da vitória apenas 145 votos nos separou desse objetivo. Bastaria que 73 eleitores, que optaram pela lista do PSD, tivessem escolhido a Mudança para que Forjães tivesse hoje um novo horizonte. Este resultado mostra, que Forjães está desperta e que quase metade da população quer uma nova forma de fazer política - com seriedade, proximidade e transparência.

A maioria venceu, mas a Mudança venceu.

Uma campanha feita com verdade e dignidade

Não vencemos desta vez, mas lutámos com determinação, transparência e coerência, mesmo perante desigualdades evidentes.

Partimos em desvantagem: a nossa candidatura iniciou-se após o Carlos Neiva concluir as suas funções na Comissão de Festas de Santa Marinha. Enquanto isso, o Presiden-

te da Junta já se encontrava em campanha, procurando, com iniciativas de última hora, corrigir situações que não havia tratado no decurso do seu mandato. Nestes últimos meses, assistimos a pequenas obras e intervenções, após anos de inércia e de alegada falta de recursos, surgiram empresas de limpeza e obras apressadas, numa estratégia típica de fim de mandato — algo que, honestamente, pensávamos já ultrapassado.

Apesar disso, mantivemos sempre a nossa postura centrada nas pessoas, na verdade e na seriedade. Reafirmamos a nossa mensagem essencial: Forjães merece mais e melhor.

O nosso compromisso com Forjães

A todos os que acreditaram na Mudança, deixamos uma certeza: podem continuar a confiar em nós.

Seremos uma oposição firme, responsável e construtiva, sempre em defesa dos interesses de todos os Forjanenses. Assumimos o compromisso de continuar a trabalhar com seriedade, apresentando propostas concretas e colaborando, sempre que

possível, com a Junta de Freguesia, se for o melhor para a nossa Vila.

Esperamos, igualmente, que a Junta saiba ouvir a oposição, pois temos uma visão diferente e complementar para o futuro de Forjães.

Um novo ciclo político no Concelho

Os resultados em Eposende demonstram que a maioria das freguesias escolheu um novo caminho.

Das quinze freguesias, apenas três — Forjães, Antas e Mar — mantiveram o rumo atual. As restantes doze disseram “basta” e confiaram numa nova liderança municipal, com novas políticas e uma nova forma de governar.

Continuar a trabalhar pela nossa Vila

A Mudança por Forjães já vinha a trabalhar antes das eleições, em estreita colaboração com os atuais líderes da Mudança por Todos, Dr. Carlos Silva e Sr. Alberto Figueiredo.

A nossa visão mantém-se firme: queremos uma Vila mais limpa, mais organizada, mais dinâmica e com maior visão de futuro.

Continuaremos no terreno, próximos da população, apresentando projetos sérios, exequíveis e necessários.

Com total transparência, manteremos todos os Forjanenses informados. Nas Assembleias de Freguesia e através das redes sociais, garantiremos uma comunicação aberta e acessível. Sempre que possível, partilharemos também informações no jornal *O Forjanense* e no nosso boletim trimestral *Mudança por Forjães*, dando conta das decisões da Junta e do trabalho que desenvolvemos na oposição.

Conclusão

Forjães precisa de mais dinamismo, mais transparência e mais compromisso com o futuro.

É esse o caminho que a Mudança por Forjães continuará a trilhar, com honra, dedicação e sentido de responsabilidade, porque acreditamos verdadeiramente no potencial da nossa terra e das nossas gentes.

Por Forjães. Pela Mudança. Pelo Futuro.

A Equipa da Mudança por Forjães

Mensagem de saudação do Presidente da Junta de Freguesia

Quero começar por saudar todos os Forjanenses, aqueles que fazem a sua vida na nossa vila, bem como todos aqueles que, pelos mais variados motivos, partiram para outras paragens em busca do melhor para eles e suas famílias. Um agradecimento especial com apreço ao jornal *O Forjanense*, pela oportunidade que me dá de chegar aos seus leitores.

Possivelmente muitos de vocês só terão acesso a esta leitura após a tomada de posse para o novo mandato, que acontecerá no dia 2 de novembro. Das eleições de 12 de outubro resultou que a maioria dos Forjanenses votou na continuidade, na lista apoiada pelo PSD e por mim encabeçada, o que ditou, assim, novo mandato para mais quatro anos. Agradeço o voto de confiança que os Forjanenses deram a esta equipa por mim liderada, estando consciente da responsabilidade que o mesmo acarreta, mas também comprometido com a continuidade do trabalho a desenvolver. Este novo executivo, no qual se mantêm Andreia Dias, e agora com a presença de António Queiroz, está pronto para trabalhar.

Os últimos quatro anos foram de muito trabalho e dedicação para concretizarmos aquilo a que nos tínhamos proposto. Chego ao fim deste mandato e sinto-me praticamente realizado. Praticamente porque não foi possível concretizar em pleno algumas obras, onde destaco o cemitério. Depois de tanto trabalho para a aquisição do terreno, gostaria de ver já em andamento as obras de alargamento deste espaço, mas, infelizmente, por exigências de uma entidade ainda não foi possível. Estou confiante que em breve poderemos ver este projeto a ganhar forma. Saliento ainda o projeto para a zona de Lazer do Zé do Rio, já apresentado aos

Forjanenses, que necessitou de pareceres de várias entidades, o que atrasou assim o seu início. Aguardamos as decisões daqueles que possuem jurisdição sobre estes espaços, para poder passar à obra final. Lamento ainda que a empreitada lançada de alargamento da rede de saneamento para a Rua de Pires com a Rua de Barrouco, não tenha produzido resultados. Não tendo nenhuma empresa demonstrado interesse, será lançado novo procedimento.

Quero ainda partilhar que o esforço destes quatro anos valeu a pena, já que conseguimos regularizar a situação precária em que se encontravam as duas administrativas, uma delas há trinta e seis anos e outra há dez anos. Ambas estavam com contrato de trabalho precário, mas, felizmente, desde 1 de outubro passado que estão com o vínculo da função pública. Esta conquista deixa-me feliz, afinal, também é isto trabalhar para as pessoas.

Aproveito a oportunidade para me dirigir às associações e instituições locais, onde incluo aqui as várias Comissões de Festas, a quem deixo uma palavra de agradecimento, pelo empenho e dedicação que demonstram no seu trabalho, renovando o desejo de continuar a contar com todos, prestando-lhes aqui a minha homenagem, reforçando o quanto reconhecemos a importância do seu trabalho para o desenvolvimento da nossa terra, no apoio prestado no âmbito social, na saúde, no ensino, na cultura, mas também no desporto. Mantenho-me disponível para, em conjunto, unirmos forças para trabalhar junto da população, principalmente dos mais vulneráveis. Continuaremos a manter proximidade junto da Fábrica da Igreja, sabendo separar as competências de cada um, mas trabalhando em conjunto,

pois só assim os resultados aparecem para o bem de todos.

Queremos continuar a divulgar Forjães também além-fronteiras, ao mesmo tempo que reconhecemos o trabalho que os “nossos” vão realizando e realizaram no passado.

Uma mensagem às empresas e empresários da nossa terra, dizendo-lhes que o seu sucesso será também a satisfação de todos nós. Continuaremos juntos a trabalhar no sentido de criar as condições necessárias para a implantação de novas empresas, proporcionando ainda às existentes a possibilidade de melhorarem as suas condições de trabalho.

Quero ainda reafirmar a todos que, independentemente da sua escolha, continuarei a ser o Presidente de Forjães e de todos os Forjanenses, onde incluo também aqueles que escolheram a nossa Vila para se fixarem. Dizer-vos que todos podem contar comigo e com a minha equipa. Não somos levados a escolher cores partidárias, assumindo aqui bem claro o compromisso com todos: pelo voto de confiança que nos deram, continuamos aqui, pelo futuro da nossa VILA e dos FORJANENSES continuaremos o nosso trajeto, podem contar com a nossa transparência, dedicação, ambição e com o nosso trabalho, com o compromisso e a vontade de levar por diante o programa que temos para a nossa terra. Não tenho dúvidas que todos contaremos com o apoio do novo executivo da Câmara Municipal, onde destaco o Presidente Dr. Carlos Silva, felicitando-o pela sua grande vitória no concelho de Eposende.

Todos temos consciência da importância da ação da Câmara Municipal no nosso trabalho, como tal, garanto que trabalharemos sempre em estreita articulação com o Município na busca do melhor para Forjães, sus-

tentados no programa que a todos demos a conhecer, para irmos ao encontro das nossas pretensões, dos nossos desejos e das necessidades e expectativas dos Forjanenses.

Quase a terminar esta mensagem, deixo um voto de felicitação a todos aqueles que exerceram o seu direito de voto no passado dia 12 de outubro, bem como a todos os que permitiram a sua realização.

Estou consciente que as minhas decisões nos próximos quatro anos poderão não agradar a todos, mas seguimos com ponderação e visão para que cada decisão seja sempre a melhor para Forjães. No desempenho da minha função, continuarei a colocar as pessoas em primeiro lugar, e, por isso, enquanto Presidente de Junta, mantenho-me comprometido com escutar as pessoas.

Aos Forjanenses, peço-vos que partilhem as vossas dúvidas, questões e ideias, marquem presença nas Assembleias de Freguesia, deste modo, ajudam-nos a melhorar, tentando, todos juntos, um crescimento melhor e maior para a nossa terra.

Continuaremos a dar eco daquilo que vamos fazendo, através do nosso Boletim Informativo #Por Forjães, mas também na nossa página, www.forjaes.pt, sendo que através deste meio digital, em qualquer lugar, estamos sempre consigo.

A terminar, quero enviar um forte abraço a todos os nossos emigrantes, que nos quatro cantos do mundo nos seguem com o carinho e nostalgia que muito nos toca.

Um forte abraço a todos os Forjanenses.

Muita saúde para todos.

Contem comigo. Contem connosco. Conto com vocês!

Vitor Quintão



Junta de Freguesia de Forquês

Requalificação do trilho do Neiva

O Presidente da Junta de Freguesia, Vitor Quintão, participou na manhã do dia 1 de outubro, juntamente com os presidentes das Juntas de Alvarães, Antas, Castelo do Neiva e São Romão de Neiva, numa reunião de trabalho, decorrente do projeto de requalificação das margens do Rio Neiva.

A reunião, que decorreu na Azenha da Almerinda, em Alvarães, teve como objetivo conhecer a amostra do trilho que vai ser construído nas margens do rio Neiva, e cuja conclusão deverá ocorrer até ao final do ano, solução que foi do agrado dos presentes, faltando validar com os proprietários dos terrenos.

Nesta fase, os trabalhos de limpeza do leito e das margens do rio continuam a decorrer, embora com um pequeno atraso, devido à impossibilidade de utilização de motosserras e outras ferramentas durante a situação de alerta devido aos incêndios.

A intervenção proposta está assegurada no espaço público, apelando-se à compreensão e boa-vontade dos proprietários do espaço privado, estando os contactos em curso.

Os trabalhos no troço relativo a Forquês, estão por esta altura a iniciar-se.

Esta é uma obra da APA – Agência Portuguesa do Ambiente, em colaboração com os Municípios de Esposende, Viana do Castelo e as freguesias envolvidas.



Outubro Rosa

A Junta de Freguesia, associou-se, mais uma vez, à iniciativa “Outubro Rosa”, mês dedicado à prevenção do cancro da mama.

A Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC), em representação da EUROPA DONNA (Coligação Europeia Contra o Cancro da Mama) e através do Movimento “Vencer e Viver”, promove a iniciativa “Outubro Rosa” com a finalidade de consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, nomeadamente através do Rastreio, e divulgar informação e formas de apoio à mulher e família.

O Rastreio de Cancro da Mama é uma atividade de medicina preventiva, de base comunitária através do qual se pretende o diagnóstico precoce, descobrindo tumores muito pequenos, muitas vezes não palpáveis e só vistos em mamografia ou ecografia ou em fase evolutiva não invasiva permitindo, assim, tratamentos menos mutilantes (cirurgia conservadora) e menos traumatizantes e uma sobrevida livre de doença e global mais longa.

Luto Nacional pela morte de Francisco Pinto Balsemão

Foi decretado pelo Conselho de Ministros, dois dias de Luto Nacional pela morte de Francisco Pinto Balsemão, acontecida em 22 de outubro de 2025.

Nesta hora, a Junta de Freguesia de Forquês assumiu a Nota de Pesar da Assembleia da República:

“Membro da Ala Liberal, fundador do PPD, Deputado constituinte e à Assembleia da República, Primeiro-Ministro e criador do grupo Imprensa, Balsemão viveu uma vida longa e frutuosa, que se confunde com a própria História da democracia portuguesa.

sa.

Ao lado dos outros integrantes da Ala Liberal, bateu-se pela liberdade de expressão, pela liberdade de imprensa e pela livre-iniciativa económica, em face de um regime autoritário, que tardava em modernizar-se. Depois, com o surgimento da democracia, foi fundador do PPD, Deputado, Ministro e Primeiro-Ministro do VII e VIII Governos Constitucionais. Já neste século, integrou o Conselho de Estado.

Advogado de formação, criou o grupo Imprensa e fundou o semanário Expresso,

um meio de comunicação determinante para a afirmação da imprensa livre no nosso país. Fundou ainda a SIC - Sociedade Independente de Comunicação, a primeira estação de televisão privada em Portugal.

Até ao fim dos seus dias, Francisco Pinto Balsemão impressionou o país com a sua energia, sagacidade e espírito de inovação. A democracia, o Parlamento e o país prestam-lhe tributo e agradecem a sua vida de serviço público.”

Mesas e bancos no Largo da Santa

No decorrer do mês de setembro, a Junta de Freguesia, procedeu à colocação de duas mesas e respetivos bancos, no Largo Souto da Santa, proporcionando assim mais um equipamento de apoio a este local de lazer, muitas vezes frequentado por crianças na utilização do parque infantil ali existente.

decoração
**FACHADAS
MONTRAS**

publicidade
**OUTDOOR
VIATURAS**

**DESIGN
GRÁFICO**
serviços

GRÁFICA
offset e digital
PUBLICAÇÕES

corte/gravação
**CNC FRESA
CNC LASER**

personalizações
**CARTÕES PVC
CARIMBOS**

impressão
**GRANDES
FORMATOS**

**DIVULGAÇÕES
RECLAMOS**
sinalética

Pontodecópias
**CENTRO
DE CÓPIAS**

Pontodecópias
PUBLIZENDE
O que fazemos, fazemos bem.

@ correio@publizende.com

☎ **253 968 001**
(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

Flor do Campo
Florista

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



Junta de Freguesia de Forjães

Falecimento de Álvaro Laborinho Lúcio

Morreu na madrugada do dia 23 de outubro, Álvaro Laborinho Lúcio, figura que, em 29 de junho de 2024, esteve em Forjães, no âmbito da iniciativa "Na Minha Terra Cabe o Mundo Todo".

Antigo ministro da Justiça nomeado em 1990, durante o governo de Cavaco Silva. Entre março de 2003 e março de 2006, ocupou o cargo de ministro da República para a Região Autónoma dos Açores, durante a presidência de Jorge Sampaio. Era juiz conselheiro jubilado do Supremo Tribunal de

Justiça.

Natural da Nazaré, nasceu a 1 de dezembro de 1941 e teve o teatro presente em toda a juventude, sendo um membro fundador do Teatro da zona, onde era ator amador. Mestre em Ciências Jurídico-Civíslicas pela Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra, licenciou-se em Direito na mesma Universidade.

Laborinho Lúcio era também o sócio número 1 da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), sendo que exercia funções

de ministro da Justiça aquando da criação da Associação.

Na Câmara Municipal da Nazaré, foi presidente da Assembleia Municipal, durante o mandato do executivo de Jorge Barroso (PSD).

Mais recentemente, compôs a Comissão Independente para o Estudo dos Abusos Sexuais de Crianças na Igreja Católica Portuguesa.



Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Outubro!

Outubro o mês das colheitas e armazenamento dos produtos...Um mês de transição, de mudança da hora e das dinâmicas associadas a esta particularidade.

No dia 2 de outubro fomos visitar o Festival Internacional de Jardins em Ponte de Lima, uma atividade para marcar o Dia Internacional do Idoso, que se celebra no dia 1 de Outubro.

Uma tarde com ares de verão que se mostrou benéfica para esta visita bastante agradável e pedagógica.

No dia 16 de outubro demos um salto à freguesia vizinha de Antas para participarmos nas comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental, promovidas pela GRASSA(Antas) e CSJUB (Belinho) onde o riso foi o grande eleito desta atividade. Momentos divertidos e dinâmicos que marcaram o dia!

No dia 21 de outubro fomos à JUM (Marinhas) participar numa sessão Snoezelen. Uma terapia que utiliza um ambiente acolhedor e relaxante com estímulos controlados (luz, som, aromas, texturas), para promover o relaxamento e bem estar da pessoa. Uma atividade bastante agradável que os utentes apreciaram e usufruíram.

Para finalizar o mês encerramos com um Torneio de Bingo, atividade promovida pelo Centro João Paulo II onde o jogo e competição estiveram aliados numa competição saudável. A intenção foi bem sucedida: uma atividade dinâmica e alegre.



Zé dos Leitões
Forjães - Esposende

Av. Marcelino Queirós, 130/140
Loja 14 - 4740-438 Forjães
Tel. 253 876 074 - Tlm. 965 166 956

Ponte Neiva
Neiva - Viana do Castelo

Av. de S. Romão, 10
4935 Neiva Viana do Castelo
Tel. 258 871 466 - Fax, 258 371 420

Deco-Int
Decoracões Interiores

Cortinados | Estores Interiores e Exteriores | Tapeçarias
Mobiliário | Luminário (Trabalhos Personalizados e por medida)
Av. Marcelino Queirós, 130/140 - Forjães - Esposende
Tel/fax: 253 877 814 | Tlm: 918 332 917 | decoint-adiliaabreu@sapo.pt

O Amor e o mês das Almas

O mês de novembro é conhecido como o mês das Almas. É um mês que nos faz parar... recordar... e continuar. É o tempo propício para fazermos uma viagem ao interior de nós mesmos, e reconhecermos o quanto demos, fizemos, amamos. Recordamos rostos e nomes, lembramos momentos únicos, especiais, cheios do encanto que só as verdadeiras relações produzem. Muitas das nossas lágrimas, nestes momentos de recordação do amor vivido, são de gratidão.

O que realmente nos leva a fazer memória é o reconhecimento do que os "outros" deixaram em nós. "Outros" que são recordados e referidos com todo o entusiasmo, porque ajudaram a escrever belas palavras da nossa história no Coração de Jesus. Os olhos brilham quando falamos desses colaboradores da nossa vida, o coração pulsa com mais intensidade, porque o Amor não findou... no Amor não há pontos finais. Porque do Céu, aqueles que amamos e que nos amam continuam a cuidar de nós.

Sim, porque a vida é um eterno cuidado do "outro" que vem, muitas vezes, sem avisar. Não tenhamos medo de recordar o porquê, as circunstâncias e o instante em que Deus colocou a "alma" amada na nossa vida. Porque a resposta resume-se a uma palavra: Amor. Uma palavra que pode ser lida em vários sentidos, mas que por excelência exprime o acolhimento de alguém na nossa vida. Alguém que traz algo de novo, que nos apresenta novas propostas para crescer no amor. Deus oferece-nos pessoas concretas, e a cada uma quer que amemos de um jeito próprio por-

que as almas são todas diferentes cada pessoa é única e pertencem-nos, completa-nos.

Estremecemos de gratidão quando recordamos aquela pessoa que nos fez sorrir; com quem partilhámos gargalhadas, que só a nossa história conhece; que apertou as nossas mãos com toda a força, para nos tirar dos instantes mais sombrios da nossa vida; que tocou o nosso rosto com a delicadeza de um anjo para enxugar as lágrimas que escorriam pela nossa face nos momentos de incompreensão, de humilhação, de solidão; que era a nossa companhia no local de trabalho, nas salas de aula, no café de sábado à noite, nas idas ao cinema... Quando paramos um pouco e recordamos os tempos idos, perguntamos: «Porque é que ele(a) era tão importante para mim?». O silêncio, por norma, é a "primeira palavra" da resposta de alguém que viveu inteiramente para o "outro" esquecendo-se do "eu".

Do banquete Celeste com Deus, os seus Anjos e Santos são tantos os amigos que continuam a sorrir e a estar ao nosso lado na dor de uma forma invisível, mas poderosa. Contudo, Deus envia-nos presentes constantes, ou seja, novas "almas", porque o amor é eterno; e a nossa história continua. O amor pelas almas que se entrelaçam na nossa história é tantas vezes difícil de descrever, porque não podemos olhar para a nossa vida apenas humanamente. Temos de saber ler as páginas da nossa história com os olhos da fé. A "alma" amada pode questionar-se: «Porque sou amado?», mas a "alma" amante também se interroga: «Como é

que eu fui capaz de...?». A beleza do amor pelas "almas" coloca em interrogação constante ambas as partes, porque, por vezes sem darmos conta, amam, ajudam a crescer no caminho da perfeição, tornam-se uma da outra. Quando nos apercebemos, a confiança tomou conta de nós e já depositamos a história da nossa alma, que ainda tem algumas páginas em branco, nas mãos de outra "alma".

No entanto, o Amor com que nos entregamos às "almas" que Deus coloca no nosso caminho nem sempre é bem compreendido... aqueles que nos observam nem sempre alcançam o esboço de eternidade traçado em cada gesto. Um esboço que nos permite descobrir: a grandeza da gratuidade, a beleza do esquecimento de nós mesmos, o grito de Jesus "tenho sede" de amor! É a forma como agimos ao jeito de Jesus que nos permite distinguir aquilo que fazemos por ser rotineiro do que fazemos por paixão. O amor não é rotina, não está agendado nem programado. O amor não nos torna espectadores de uma história, mas sim atores. O amor é espontâneo, surge naquele instante em que caminhamos na rua e contemplando um rosto triste sorrimos; propaga-se quando sabes que alguém, mais do que belas palavras, precisa de uma oração para que Deus apazigue o seu coração. O amor é um presente que se vive no presente, em cada instante concreto, e que tem em vista o Céu, a salvação das almas. Porém, é neste mundo que experimentamos a alegria e a esperança do presente eterno do Amor.

in "iMISSIO"

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

NOVEMBRO 2025:

- 01| TODOS OS SANTOS: Eucaristias às 10h00 e 15h30 (igreja Matriz e Oração no Cemitério)
- 02| Comemoração de Todos os Féis Defuntos – Domingo XXXI Comum: Eucaristia às 10h00 (Missa de Piedade com os Escuteiros)
- 06| Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 9h00; Adoração às 16h30.
- 08| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 09| Domingo XXXII Comum: Eucaristia às 10h00 (Missa de Piedade com os Escuteiros) - (Procissão e Oração no Cemitério).
- 12| Reunião do Conselho Económico, às 21h15.
- 15| Eucaristia, às 17h30 (Aniv. de falecimento do Padre Justino): Eucaristia, às 17h30.
- 16| Domingo XXXIII Comum (Aniv. de falecimento do Padre Justino): Eucaristia às 10h00 (Procissão e Oração no Cemitério).
- 22| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 23| Domingo XXXIV Comum- CRISTO REI DO UNIVERSO: Eucaristias às 10h00, com a Catequese: Festa do Acolhimento (1º Ano), Compromisso das Catequistas, Festa do Envio (11º Ano) e Bênção das Mochilas.
- 29| Início da Novena da Imaculada Conceição: Oração/Meditação do Terço do Rosário, às 17h00 e Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 30| DOMIGO I DO ADVENTO: Eucaristia, às 10h00.

Movimentos religiosos

Celebrações Batismais:

- 05/outubro/2025 – Matilde Rosa da Cruz Almeida, filha de Rui Manuel Meira da Cruz Almeida e de Diana Catarina da Cruz Martins. Neta paterna de Manuel Gomes de Almeida e de Maria Otilia Neiva Meira da Cruz Almeida. Neta materna de Francisco Assis Martins Pereira e de Rosa Maria da Cruz Sampaio. Foram Padrinhos: Duarte Neiva Ferreira e Mariana Meira da Cruz Almeida.
- 05/outubro/2025 – Rodrigo Miguel da Rocha Silva, filho de Vítor Filipe da Cruz Silva e de Francisca Arantes a Rocha. Neto paterno de Vítor Manuel Couto Pereira da Silva e de Cristina de Jesus Dias da Cruz Silva. Neto materno de Mário Rui de Sousa Rocha e de Maria Emília Simão Arantes. Foram Padrinhos: Bruno Daniel Gonçalves da Costa e de Andreia Cristina da Cruz Silva.
- 17/outubro/2025 – Vitória Peixoto de Sá, filha de Daniel Alberto de Sá Costanzo e de Ana João Moreira Peixoto. Neta paterna de António de Sá Domingues e de Patrícia Costanzo Mastrolembro. Neta materna de Clemente Oliveira Peixoto e de Ludovina da Silva Moreira. Foram Padrinhos: Hélder Francisco da Silva e Vanessa Maria de Sá Costanzo.

Celebração Matrimonial:

- 17/outubro/2025 – Daniel Alberto de Sá Costanzo, com 38 anos de idade, filho de António de Sá Domingues e de Patrícia Costanzo Mastrolembro e Ana João Moreira Peixoto, com 36 anos de idade, filha de Clemente Oliveira Peixoto e de Ludovina da Silva Moreira, com residência habitual na Rua da Santa, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Óbitos:

- 25/setembro/2025 – José Manuel Macedo Vilar, com 48 anos de idade, residente na Rua da Ribeira, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
- 18/outubro/2025 – Joaquim António Gonçalves de Almeida, com 73 anos de idade, residente na Rua da Feitelha, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.



PNEUS - ESTAÇÃO DE SERVIÇO LIGEIRAS E PESADAS - ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES

PAÇO VELHO - V. F. S. Pedro - APARTADO 583 - 4754-909 BARCELOS
TELEF. 253 809 880 - FAX 253 809 889

O FORJANENSE, 5 de novembro de 2025, nº 422

Cartório Notarial de Andreia Amaral de EsposendeRua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel.253-986350 Fax.253-986351-Tlm.961553040 - Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 2 e seguintes, do livro nº. 367-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de 22 de outubro de 2025, uma escritura de **JUSTIFICAÇÃO por USUCAPIÃO**, na qual: **JOSÉ QUEIRÓS DA CRUZ** (NIF 150 877 994) e mulher **MARIA DA CONCEIÇÃO MEIRA CEPÁ** (NIF 150 878 001), casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ele natural da freguesia de Fragoso, do concelho de Barcelos, ela natural da freguesia de Mar, do concelho de Esposende, **DECLARARAM**: Que, a Maria da Conceição Meira Cepa, é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, de um prédio **urbano**, composto por edifício com dois pavimentos e sótão, destinado a habitação, com a superfície coberta de setenta e quatro vírgula trinta metros quadrados e descoberta de quarenta e três vírgula setenta metros quadrados, sito na Travessa da Cruz, Lugar de Cima, em Mar, na União das Freguesias de Belinho e Mar, do concelho de Esposende, a confrontar do norte e poente com Joaquina Rodrigues e do sul e nascente com caminho de servidão, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **P2154**, daquela união de freguesias, o qual proveio do artigo 872 urbano da mesma união de freguesias, o qual, por sua vez, correspondia ao artigo 442 urbano da extinta freguesia de Mar, desconhecendo, porém, o artigo da antiga matriz rústica no qual o mesmo foi implantado, ao qual atribui o valor de dez mil euros.

Que este prédio foi, por ela edificado entre os anos de mil novecentos e oitenta e três e mil novecentos e oitenta e quatro, num prédio rústico da antiga matriz, do qual desconhece o artigo em virtude do lapso de tempo decorrido, o qual foi por ela adquirido, ainda no estado de solteira, menor, por doação meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita pelos seus pais, Manuel Martins Alves Cepa e mulher Maria Alves Meira, casados sob o regime da comunhão geral e residentes que foram no

Lugar de Cima, da citada extinta freguesia de Mar, doação esta ocorrida em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no ano de mil novecentos e cinquenta. -----
Que, não possui título formal que lhe permita registar na competente Conservatória o acima identificado prédio, mas que, no entanto, sempre esteve na detenção e fruição do mesmo, inicialmente enquanto rústico e após a edificação enquanto urbano, 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 seu nome e interesse próprios, e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento do citado prédio, nomeadamente, utilizando-o após a sua edificação, realizando benfeitorias, fazendo a sua limpeza, manutenção e conservação, inclusive administrando-o, utilizando-o para todos os fins que o mesmo proporciona, e pagando em seu nome os respetivos encargos. Que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seu próprio nome, durante mais de vinte anos e dadas as enunciadas características de tal posse, a Maria da Conceição Meira Cepa, adquiriu o identificado prédio por **USUCAPIÃO**, não dispondo, todavia, dado o modo de aquisição, de documento ou título formal que lhe faculte a prova do seu direito, base do registo que pretende fazer a seu favor.

Assim, afirma e declara que é ela, com exclusão de outrem, a dona e legítima possuidora, do prédio urbano acima identificado, e que, para suprir a falta de título, presta estas declarações para efeitos de primeira inscrição no Registo Predial. -----
Declarações confirmadas por três testemunhas. Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
Esposende, 22 de outubro de 2025.

A Notária,
Andreia da Silva Amaral

O FORJANENSE, 5 de novembro de 2025, nº 422

Cartório Notarial de Andreia Amaral de EsposendeRua D. Pedro Cunha, nº.19, Ed. Nova Cidade, 4740-304 Esposende
Tel.253-986350 Fax.253-986351-Tlm.961553040 - Email: geral@aa-notaria.com

CERTIFICO que, a fls. 45 e seguintes, do livro nº. 367-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de vinte e oito de outubro de dois mil e vinte e cinco, uma escritura de **justificação** na qual: **CAROLINA AUGUSTA GONÇALVES DE BARROS** (NIF 167 539 167) viúva, natural da freguesia de Belinho, do concelho de Esposende, onde reside na Rua Padre Pereira Lima, n.º 2, **DECLAROU**:

Que, é dona e legítima possuidora, com exclusão de outrem, de um prédio **rústico**, composto por terreno de cultura de regadio, com a área de cento e dez metros quadrados, sito no Lugar de A do Areia, na agora desagregada freguesia de Belinho, do concelho de Esposende, a confrontar do norte com Manuel Fernandes Sá, do sul com Manuel Gonçalves Almeida, do nascente com Orlando Gonçalves Coutinho e outro e do poente com caminho, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **2620**, da atual freguesia de Belinho, o qual corresponde ao artigo 3848 rústico da extinta União das Freguesias de Belinho e Mar, sendo que este último, por sua vez, correspondia ao artigo 2807 rústico da extinta freguesia de Belinho, anteriormente omissão à antiga matriz rústica, com o valor patrimonial IMT de € 11,15 e ao qual atribui o valor de quinhentos euros.

Que não possui título formal que lhe permita registar na competente Conservatória o citado prédio, mas que, no entanto, sempre esteve na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, por si e antecessores, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercidas sem qualquer

oposição ou ocultação, ou seja, de modo a poderem ser conhecidas por quem tivesse interesse em contrariá-las. Que tal posse assim mantida e exercida o foi em nome e interesse próprio e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento do citado prédio, nomeadamente cultivando-o, limpando-o, colhendo os seus frutos, inclusive administrando-o e pagando os respetivos encargos.

E que essa posse por ter sido sempre pacífica, pública, contínua, de boa-fé e em seu próprio nome e durante mais de vinte anos, facultou-lhe já a aquisição por **USUCAPIÃO**, daquele direito de propriedade sobre o referido prédio e direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de o ter adquirido, já no estado de viúva, em data que não sabe precisar mas sabe ter sido por volta do ano de mil novecentos e oitenta e cinco, por compra meramente verbal, nunca reduzida a escritura pública, feita aos Alberto Gonçalves Mota e mulher Maria do Sameiro Vieira Mota, casados sob o regime da comunhão geral de bens, residentes que foram no Lugar de Sanfins, na dita freguesia de Belinho.

Assim, afirma e declara que, é ela a dona e legítima possuidora do prédio rústico acima identificado, e que presta estas declarações para fins de primeira inscrição no registo predial. ----
Declarações confirmadas por três testemunhas. -----

Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----
Esposende, 28 de outubro de 2025.

A Notária,
Andreia da Silva Amaral**O FORJANENSE**

PROPRIEDADE, EDIÇÃO e SEDE DE REDAÇÃO: ACARF
Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães

R. Pe Joaquim Gomes dos Santos, nº 58
4740-439 FORJÃES - Ctr. n.º 501524614
Telef. 253 87 23 85

Estatuto Editorial: www.acarf.pt

e-mail: acarfl@sapo.pt

Facebook: Jornal O Forjanense



Diretor: Luís Pedro Pereira Torres Ribeiro
Secretariado e paginação: Eduarda Sampaio.
Fotografia e imagem: Luís Pedro Ribeiro
Revisão: Tânia Silva

Colaboradores regulares: ACARF, Fundação Lar de Santo António, Junta de Freguesia de Forjães, Manuel António Torres Jacques, Fátima Alves, Olímpia Pinheiro, Isabel Coutada, Marco Coutada, EBI Forjães, Marina Aguiar, Pe. José Ferreira Ledo, Elsa Teixeira, Forjães em Cena, GADTF e Educadoras da ACARF.

ASSINATURA ANUAL (11 números)

TIRAGEM - 850 Ex.

País: 9 Euros; **Europa:** 19 Euros; **Resto do Mundo:** 22 Euros

IBAN: PT50 0010 0000 3659 4400 0039 6

Nº ERC: 110650

IMPRESSÃO: EMPRESA DIÁRIO DO MINHO, Lda

Rua de São Brás, 1 - Gualtar
4710-073 Braga

Os artigos de opinião são da exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal O FORJANENSE. O jornal não assume o compromisso de publicar as cartas ou textos recebidos, reservando-se o direito de divulgar apenas excertos.

Creche

Dia Mundial da Alimentação

O dia mundial da alimentação convida-nos a refletir sobre o quanto comer bem é importante para as nossas crianças crescerem fortes, saudáveis e com muita energia.

Assim, procuramos sempre que os momentos de refeição sejam verdadeiras oportunidades de aprendizagem.

Neste dia, em particular, relembramos sempre os hábitos alimentares saudáveis e fomentamos a curiosidade de diferentes alimentos.

Na creche, as crianças exploraram cores, cheiros, formatos, texturas e sabores de diferentes frutos e montaram as suas espetadas consoante os seus gostos.



CONVOCATÓRIA

Assembleia Geral Ordinária

Manuel Lima Faria, presidente da Assembleia Geral da ACARF, Associação Social Cultural Artística e Recreativa de Forjães, convoca, ao abrigo do n.º II alínea C, do artigo 29º dos Estatutos da Associação, uma Assembleia Geral Ordinária, para o dia **28 de novembro**, pelas **20:30 horas**, na sede social da ACARF, sita na **Rua Padre Joaquim Gomes dos Santos n.º 58 – 4740-438 Forjães**, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto um: Informação da Direção;
Ponto dois: apreciação e votação do orçamento e programa de ação para 2026;
Ponto três: Outros assuntos de interesse para a Associação.

De acordo com a alínea n.º 1 do artigo 26º, a Assembleia Geral reunirá à hora marcada na Convocatória se estiver presente mais de metade dos associados com direito a voto, ou uma hora depois com qualquer número de presentes.

Forjães, 24 de outubro de 2025

A Presidente da Mesa da Assembleia Geral
 Manuel Lima Faria

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

O mês de outubro foi repleto de dinamismo e aprendizagem no Centro de Dia. Os nossos utentes participaram em diversas iniciativas que promoveram o bem estar, a saúde e a socialização.

Destacamos a participação na atividade do Dia da Saúde Mental e no Torneio de Bingo, ambas integradas no Programa Ativo + que continua a promover momentos de diversão e convívio saudável.

Outubro marcou também o regresso do Programa de Cidadania e Literacia, promovido pelo Centro Qualifica Litoral Cávado, através do qual os nossos utentes têm a oportunidade de aprofundar e explorar novas tecnologias, nomeadamente, o uso do computador- uma experiência enriquecedora e desafiante. As atividades físicas voltaram em força: Ginástica, Boccia, Natação, Hidroterapia continuam a fazer parte da rotina semanal, com a novidade da introdução das sessões de ginásio, reforçando o compromisso com a promoção da saúde e do bem estar físico.

Encerrámos o mês com alegria, celebrando os aniversários do Sr. Armando Dias e da Sra. Celina Teixeira, rodeados de sorrisos, abraços e boa disposição.



Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjões

outubro 2025



Música no Palco da Festa

Os alunos do segundo e terceiro ciclos ofereceram quatro apresentações em palco, cheias de ritmo, melodia, empenho e muito entusiasmo: dez turmas, dez músicas, incontáveis aplausos! Vozes vibrantes, flautas afinadas, ritmos corporais bem sincronizados, música de qualidade, alunos incríveis!

“Esta cantiga quer viajar”: assim iniciaram os pequenos cantores do quinto ano. E viajou, com a ajuda dos colegas das turmas do sexto ao nono ano, que a seguir atuaram! Percorreram África, América Latina, EUA, Inglaterra, e... chegaram a Portugal. A solo e em grupo, foram homenageados Rui Veloso, Da Vinça, Mariza, Miguel Araújo, *Queen* e *Imagine Dragons*. Mas foi com o nosso bem português e vivo Malhão que esta viagem musical encerrou a sua apresentação!

Obrigado pela coragem dos que aceitaram o desafio de atuar, a solo ou em pequeno grupo!

Parabéns a todos!

Prof. Armando Félix

Testemunhos

Tânia Fernandes, uma visitante que também tem o seu filho numa das turmas, comentou:

“É uma festa interessante e acolhedora, onde se interage com pessoas que raramente se vêem. As atuações dão vida a tudo isto, pois são engraçadas e divertidas e mostram a persistência e o carinho com que os alunos apresentam as suas músicas e coreografias”.

Cristina Martins, Mãe de Duarte Martins e representante dos pais do 8.º FB, contou que já participa na festa há muitos anos:

“Esta é, com carinho, a minha nona edição. A primeira vez foi quando a minha filha, Leonor Martins, estava no 4.º ano. Agora continuo a participar com muito gosto na turma do 8.º FB, onde está o meu filho”.

Também os ex-alunos Margarida Vieira e João Vieira comentaram algumas diferenças entre as festas antigas e as atuais:

“Antigamente, as bebidas não eram vendidas pela Associação de Pais. Agora, há mais variedade de comidas e muita adesão”.

Recolha de Carolina Vieira, Duarte Marques, Duarte Martins, Sofia Ribeiro

Festa das Colheitas:

Juntos, fazemos Tradição, Inclusão e Espírito de Comunidade

A Escola Básica de Forjões voltou a encher-se de cor, alegria e tradição com a tão esperada Festa das Colheitas, realizada no dia 17 de outubro de 2025. Este evento, que já é uma marca da nossa comunidade escolar, celebrou mais uma vez o trabalho em equipa, a partilha e o verdadeiro espírito de união entre alunos, famílias, professores e funcionários.

Durante vários dias, toda a comunidade se envolveu na preparação da festa, contribuindo com dedicação e entusiasmo. O recinto transformou-se num espaço vibrante, repleto de bancas com produtos regionais, bolos e doces tradicionais, confeccionados com muito carinho por alunos, famílias e associações locais. As refeições servidas no local juntaram familiares e amigos à volta da mesa, num ambiente de convívio, boa disposição e partilha de saberes e sabores. Entre os muitos momentos especiais da festa, destacaram-se as atuações dos alunos da EB de Forjões, grande parte delas sob a direção do professor de Música, Armando Félix. Com o seu entusiasmo contagiante, sensibilidade e criatividade, o professor orientou apresentações que envolveram TODOS os alunos, promovendo a participação de cada um e mostrando que a música é uma poderosa forma de unir e incluir. As atuações, cheias de ritmo, emoção e alegria, revelaram o talento e o trabalho desenvolvidos ao longo das últimas semanas, refletindo o verdadeiro espírito da comunidade escolar.

No mesmo sentido, a MARCHA DAS COLHEITAS foi outro momento de grande emoção e inclusão. Protagonizada pelos alunos das Valências Especializadas do Espectro do Autismo e da turma do 6.º FA, a marcha encheu o recinto de cor, movimento e entusiasmo. Com trajes vibrantes e sorrisos contagiantes, desfilaram lado a lado com professores e auxiliares, encantando o público com a sua energia e dedicação. Este desfile simbolizou, de forma exemplar, para a importância de envolver todos os alunos nas atividades da escola, demonstrando que quando há partilha, colaboração e espírito de equipa, todos brilham de forma única.

A edição deste ano ficará na memória de todos como um exemplo inspirador de partilha, união e amor pela comunidade escolar, mostrando que os frutos mais doces nascem sempre quando se colhe o que é semeado com dedicação e afeto.

Andreia e Patrícia, EE de alunas da VEEA 2



Trabalhos dos alunos-Reportagens: Festa das Colheitas

De regresso à noite que os alunos adoram!

No dia 17 de outubro, a Escola Básica de Forjães abriu as suas portas para receber a tão aguardada Festa das Colheitas. Este evento, organizado pela escola, envolve toda a comunidade educativa, desde professores, pais e encarregados de educação à assistentes operacionais, alunos e associação de pais.



As cores e os sabores do outono encheram a escola, num ambiente onde se sentiu a proximidade entre as pessoas, onde os sorrisos aqueceram o dia. Celebrou-se, assim, o tempo das colheitas e o espírito de comunidade, num cenário de diversão e felicidade. As barraquinhas, repletas de sabores caseiros, frutos da época, jogos e rifas, tornaram-se um verdadeiro ponto de encontro para alunos, famílias e amigos da escola. Entre petiscos, lembranças e muita animação, cada banca refletia o empenho e a criatividade das turmas.

O objetivo desta festa, para além do convívio, era também proporcionar momentos de recordação e emoção a todos que nos visitaram, como antigos alunos, conforme expressou a ex-aluna Lara Carvalho: “A Festa das Colheitas é um regresso às minhas raízes. Voltar agora, no 10.º ano, enche-me de saudade, orgulho e gratidão. É celebrar tudo o que plantei: amizades, aprendizagens e memórias que cresceram comigo.”.

Também a ex-aluna, Leonor Martins, partilhou sentimentos semelhantes: “A festa tem muito carinho no meu coração. O que mais gosto é de ver os alunos no palco, a dançar, a cantar e a interagir. Já participei ajudando na barraquinha, cantei e dancei no palco e foi uma experiência maravilhosa.”.

Ano após ano, este dia recorda que quando a escola, as famílias e os alunos se juntam, colhe-se o melhor de todos: a amizade, a alegria e o espírito de comunidade.

Desta forma, cumpriu-se com o lema do agrupamento: “**Juntos, Fazemos Escola!**”

Daniela Fernandes, Gonçalo Branco, Inês Magalhães e Tomás Cruz — 8.º FB

Festa das Colheitas:

a festa que promove o bem-estar mental



Numa pequena comunidade como Forjães, em Esposende, as pessoas procuram entusiasticamente divertir-se e conviver e, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o convívio é importante para a saúde mental das pessoas.

Assim, esta organização (OMS) define saúde mental como “um estado de bem-estar que permite às pessoas realizar as suas habilidades, lidar com o stress, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a sua comunidade”.

Ora, é no contributo à comunidade que se pode ser mais saudável, e o cortejo simboliza para muitos alegria, convívio, tal como para a Professora Lurdes Loureiro, “A Festa das Colheitas simboliza alegria, união, e festa em comunidade, significa tornar a escola um local mais agradável, partilhado por todos.”.

Neste sentido, é importante que as pessoas se reúnam numa comunidade escolar, como aconteceu nesta festa, onde as pessoas puderam juntar-se, ver e fazer espetáculos e puderem divertir-se com dança e música.

A música pode simbolizar muito para as pessoas, como diz o Professor Armando Félix “Trabalhar na Festa das Colheitas é dar um pouco e receber muita música dos alunos”.

A Festa das Colheitas é uma festa que promove o convívio e a união, como refere a Professora Paula Duarte, “É uma festa fenomenal, divertida, com boa comida e os melhores professores do Mundo.”.

Realmente, a Festa das Colheitas é feita para todos se divertirem em conjunto, para estar em comunidade e em família e para promover o quão grande é a imersão desta Festa e o tanto que é saudável.

Margarida Dias, Denis Carones e Rodrigo Silva — 8.º FB



Alegria, convívio e tradição

A Festa das Colheitas é um evento onde as pessoas se juntam e convivem ao som das belíssimas atuações da Comunidade Escolar, enquanto se deliciam com uma grande variedade de comidas tradicionais e participam em atividades propostas pelas turmas.



O ambiente era animado e cheio de alegria. As bancas espalhadas pelo recinto estavam cuidadosamente decoradas com motivos outonais — folhas secas, espigas de milho e cestas de vime cheias de produtos locais. Havia cheiros que despertavam memórias: o aroma doce das broas, o calor do caldo verde acabado de servir e os típicos enchidos assados, que rapidamente se tornaram os favoritos dos visitantes.

As atuações também não deixaram ninguém indiferente. Alunos de vários anos subiram ao palco com entusiasmo, apresentando danças tradicionais, músicas populares e até coreografias modernas, com um toque criativo e muito bem-humorado. A plateia vibrava, aplaudia e, por vezes, cantava em coro. Foi visível o empenho e o carinho colocados em cada apresentação.

Tânia Fernandes, uma visitante que também tem o seu filho numa das turmas, comentou: “É uma festa interessante e acolhedora, onde se interage com pessoas que raramente se vêem. As atuações dão vida a tudo isto, pois são engraçadas e divertidas e mostram a persistência e o carinho com que os alunos apresentam as suas músicas e coreografias.”.

Cristina Martins, Mãe de Duarte Martins e representante dos pais do 8.º FB, contou que já participa na festa há muitos anos: “Esta é, com carinho, a minha nona edição. A primeira vez foi quando a minha filha, Leonor Martins, estava no 4.º ano. Agora continuo a participar com muito gosto na turma do 8.º FB, onde está o meu filho.”.

Também os ex-alunos Margarida Vieira e João Vieira comentaram algumas diferenças entre as festas antigas e as atuais: “Antigamente, as bebidas não eram vendidas pela Associação de Pais. Agora, há mais variedade de comidas e muita adesão.”.

No fim, concluímos e concordamos que a **Festa das Colheitas** é um evento muito especial, onde se celebra o trabalho, a amizade, a alegria de estarmos juntos e, acima de tudo, o incrível convívio que proporciona à comunidade escolar.

Carolina Vieira, Duarte Marques, Duarte Martins e Sofia Ribeiro — 8º FB

Desfolhada na EB de Forjões



Estamos a entrar na estação do Outono e na época das colheitas...

Assim, como é tradição, no dia 1 de outubro realizamos a desfolhada na Escola Básica de Forjões.

A melhor forma de recordar o tempo dos nossos avós é reviver as suas atividades do campo, que atualmente já pouco se fazem por estes lados.

O avô do nosso colega Afonso Simão, que ainda se dedica à agricultura, trouxe um trator de milho para os alunos tirarem as espigas, aprendendo assim a importância do trabalho árduo, que se fazia antigamente. Como a força de trabalho era numerosa, rapidamente enchemos uma carruagem de espigas e até arrumamos a palha. Houve até alunos sortudos, pois descobriram as raras espigas vermelhas e ficaram a saber que, antigamente, quem as encontrasse podia dar um beijo ao rapaz ou rapariga da sua preferência. Outros tempos...

A desfolhada foi animada pelos tocadores de concertina que vieram alegrar a festa. Os alunos e professores juntaram-se a dançar e a cantar, como também era tradição nos trabalhos agrícolas.

Esta atividade foi muito significativa para toda a comunidade escolar, porque aprendemos o valor do trabalho do campo e, ao mesmo tempo, valorizamos a nossa cultura local.

Texto coletivo - 4.º FJ



Dia da Alimentação no 1.º Ciclo

No dia 16 de outubro, os alunos do 1.º ciclo comemoraram o "Dia da Alimentação" com uma atividade especial.

Para promover hábitos alimentares saudáveis, foi confeccionada uma deliciosa **salada de frutas** pelas auxiliares da nossa escola com a ajuda dos alunos.



A atividade teve como objetivo sensibilizar as crianças para a importância de uma alimentação equilibrada e rica em frutas, além de proporcionar um momento de aprendizagem prática e divertida. Cada aluno trouxe uma fruta diferente, que foi cuidadosamente lavada, cortada e misturada.

Durante a confeção, os alunos aprenderam sobre os benefícios de cada fruta, como vitaminas, fibras e hidratação. O resultado foi uma salada de frutas colorida, nutritiva e cheia de sabor, que todos comeram no final da atividade.

Nas salas foi ainda explorada a roda dos alimentos, sensibilizando os alunos para as vantagens de ter uma alimentação saudável e equilibrada.

Entre sorrisos e elogios, ficou a certeza de que comer de forma saudável também pode ser delicioso!

Centro Escolar de Forjões



Vindimas e Desfolhada Aprender com Alegria e Tradição

No nosso jardim de infância, o mês das vindimas foi vivido com grande entusiasmo e curiosidade! As crianças tiveram a oportunidade de conhecer e participar em antigas tradições que fazem parte da nossa cultura, cheias de história, alegria e partilha.

Tudo começou com a colheita das uvas. Pequenos cestos nas mãos, chapéus na cabeça e muitos sorrisos, os nossos pequenos vindimadores foram até à vinha para apanhar os cachos de uvas maduras. Com cuidado e atenção, aprenderam que é preciso paciência e carinho para cuidar das videiras e colher os frutos no momento certo. Depois chegou um dos momentos mais divertidos: o pisar das uvas! Descalças, com as calças arregaçadas e muita animação, as crianças pisaram as uvas dentro dos lagares improvisados, recriando uma tradição antiga e alegre. O riso enchia o ar enquanto descobriam a sensação de esmagar as uvas e ver o sumo a transformar-se lentamente em mosto, o início do futuro vinho.

Mas as tradições não ficaram por aqui! Tivemos também a desfolhada, onde todos ajudaram a tirar o milho da palha, descobrindo o famosíssimo "milho-rei" e relembrando histórias e cantigas de outros tempos. Foi uma atividade cheia de ritmo, cor e alegria, que uniu crianças, educadoras e auxiliares num verdadeiro espírito de partilha e comunidade.

Estas experiências permitiram às crianças viver os saberes e costumes dos nossos antepassados, aprendendo de forma divertida e significativa. Através da observação, do toque, do cheiro e do sabor, compreenderam como o trabalho no campo exige dedicação e como a natureza nos oferece tudo de que precisamos — basta cuidá-la com amor.

No final, celebrámos com cantos, danças e muita alegria, mostrando que aprender também é reviver tradições e sentir orgulho nas nossas raízes.

No nosso jardim de infância, acreditamos que crescer é também aprender com as mãos, com o coração e com a memória de quem veio antes de nós.

Dia da Alimentação Sabores, Cores e Diversão Saudável!



No âmbito da comemoração do **Dia Mundial da Alimentação**, o nosso pré-escolar viveu uma manhã muito especial dedicada aos bons hábitos alimentares e à importância de uma alimentação equilibrada.

As nossas crianças foram verdadeiros *pequenos chefs* e colocaram as mãos à obra (e à fruta!) para preparar deliciosas espetadas coloridas. Morangos, uvas, bananas, melão e muitas outras frutas encheram as mesas de cores e aromas irresistíveis. Entre risos e curiosidade, os mais pequenos degustaram as suas próprias criações, aprendendo que comer fruta pode ser divertido, saboroso e muito saudável.

Esta atividade teve como objetivo promover o gosto pelos alimentos naturais e estimular hábitos saudáveis, de forma lúdica e participativa.

No final, todos concordaram: comer bem é uma festa para o corpo e para o coração!

As Educadoras de Infância

Agradecimento



No primeiro dia de aulas, professores e funcionários tiveram uma alegre surpresa: sobre a mesa do lanche estava uma cesta cheia de deliciosas iguarias. “De quem é?”, “Quem trouxe?”, “É para nós?” Não faltavam as perguntas, colocadas por cada um que ia chegando, e cujo rosto se iluminava com a resposta...

Tratava-se de um gesto de boas-vindas, enviado pela Associação de Pais.

Mais do que a alegria de confortar o estômago, a beleza do gesto fez-se sentir na mensagem, como a dizer que nesta escola reina um ambiente de harmonia, existe o reconhecimento que todos gostam de sentir pelo seu esforço. Estamparam-se os sorrisos, foi a alegria da surpresa junto com o prazer e o conforto de um chá quentinho e aromático, acompanhado de deliciosas bolachas e doces de qualidade, numa mesa decorada com alfazema.

Como alguém dizia “Nunca há segunda oportunidade para causar uma primeira impressão” ... e esta primeira impressão foi deliciosa.

Obrigado, Associação de Pais.

Birdwatching na Foz do Neiva

No dia 25 de outubro, a manhã foi dedicada à descoberta das aves do rio Neiva!

A atividade desdobrou-se numa sessão dinamizada pelo Tiago Freitas, jovem residente no território, apaixonado pela biodiversidade e pela sua conservação, que partilhou a sua experiência como observador de aves e nos deu a conhecer algumas das suas descobertas ornitológicas.

Após essa breve introdução, realizou-se uma saída de campo para identificar as espécies e observar de perto a biodiversidade da foz do rio Neiva.



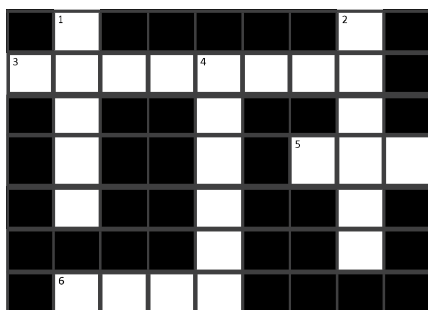
Crucigrama

Vertical

1. O planeta conhecido como o “Planeta Vermelho”.
2. Animal que é o símbolo da sabedoria.
4. País onde fica a Torre Eiffel.

Horizontal

3. O maior oceano do mundo.
5. O satélite natural da Terra.
6. O líquido indispensável para a vida na Terra.



Mês da alimentação

Sabia que ...

! De acordo com a Organização Mundial de Saúde, uma em cada três crianças tem peso excessivo!

! Em cada 100 adolescentes, 78 não consome a quantidade mínima diária recomendada de fruta e hortaliças!

! Quase metade dos adolescentes consome refrigerantes todos os dias!

! Uma alimentação completa, equilibrada e variada protege-nos de doenças como Alzheimer, Depressão, Cancro do intestino, AVC (Acidente Vascular Cerebral) e Enfarte do miocárdio (ataque cardíaco)!



Durante o mês de outubro, com o intuito de assinalar o Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro), decorreu na Escola Básica de Forjães um conjunto de iniciativas de promoção de uma alimentação saudável e de redução do desperdício alimentar, das

quais se destacam:

- Construção de uma Roda dos Alimentos com verdadeiros alimentos;
- PASSE RUA – jogos lúdicos, dinamizados pelo Centro de Saúde de Esposende, e destinados ao 6.º ano de escolaridade;
- Distribuição de uma peça de fruta a todos os alunos do 2.º e 3.º ciclos, no dia 16 de outubro, no intervalo da manhã;
- Concurso “Alimentação equilibrada/combate ao desperdício alimentar”, na cantina da EBF, entre os dias 16 e 24 de outubro, que desafiou os alunos a fazerem refeições completas e a não produzirem desperdício alimentar;
- Exposição de dietas alimentares saudáveis (ementas saudáveis), elaboradas pelos alunos do 9.º ano;
- Exposição de marcadores alusivos à alimentação saudável, elaborados no âmbito da disciplina de TIC (Tecnologias de Informação e Comunicação).

Está ainda prevista a realização de sessões de sensibilização para a redução do desperdício alimentar, pela *Esposende Ambiente*, destinadas às turmas do 6.º e 8.º anos de escolaridade.

Porque a alimentação tem um papel importante no futuro de cada um de nós!



Boletim Nascente Escolar
outubro - 2025



Diretor: Professor João Paulo Ramos
Redação: Escola Básica de Forjães
Coordenação e montagem: Goreti Figueiredo, Rosa Felgueiras e Maria José Ribeiro
Colaboração: Profs. Ana Paula Ferreira, Natália Serra e todos os que assinaram os textos.
Revisão: Prof. José Pinho.
Periodicidade: Mensal
Tiragem: O Boletim Nascente Escolar é parte integrante do Jornal O Forjanense desde janeiro de 2006, com uma tiragem de 1650 exemplares por mês.



Propriedade:
A. E. António Rodrigues Sampaio
Sede:
EB de Forjães, Rua da Pedreira, 207
4740 - 446 Forjães
Telefone: 253 879 200
Correio eletrónico: bib_ebf@marinhas.org



Forjães Sport Club mantém a liderança e reforça ambições

O Forjães Sport Club (FSC) continua na liderança da Série A da Divisão de Honra da Associação de Futebol de Braga (AFB), após uma série intensa de cinco jogos consecutivos disputados no Estádio Horácio Queirós, quatro a contar para o campeonato e um para a Taça da AFB.

À sétima jornada, a equipa orientada por Dinis Rodrigues mantém intactas todas as suas aspirações, demonstrando consistência e ambição. Apesar de ter atravessado um breve momento menos positivo, com um empate e uma derrota, o conjunto forjanense reagiu da melhor forma, regressando às vitórias e consolidando a sua posição de destaque na tabela classificativa.

No próximo dia 8 de novembro, o FSC desloca-se ao terreno do Rendufe, num desafio que se antevê exigente. O objetivo é claro: somar mais três pontos e reforçar a liderança na Série A.

Entretanto, no passado domingo, 2 de novembro, o Estádio Horácio Queirós foi palco da segunda eliminatória da Taça da Associação de Futebol de Braga, onde o Forjães Sport Club recebeu e venceu o AC Gonça por 2-0. Com esta vitória convincente, a equipa assegura a passagem à próxima fase da competição, reforçando a confiança e o bom momento que atravessa.

O FSC segue, assim, firme nas duas frentes, campeonato e taça, alimentando a esperança dos adeptos e a ambição de uma época de sucesso.

		P	J	V	E	D
1	Forjães	16	7	5	1	1
2	FC Roriz	13	7	4	1	2
3	AD Ninense	12	6	3	3	0
4	SC Cabreiros	11	6	3	2	1
5	Porto D'Ave	10	6	3	1	2
6	Este FC	10	7	3	1	3
7	Águias de Alvelos	8	6	2	2	2
8	Viatodos	8	6	2	2	2
9	Rendufe	8	7	2	2	3
10	ACR Guilhofrei	7	6	1	4	1
11	AFC Martim	6	6	1	3	2
12	GFC Pousa	6	7	1	3	3
13	S.Paio D'Arcos FC	6	6	2	0	4
14	Emilianos FC	5	7	1	2	4
15	Ucha	4	6	1	1	4
16	Terras de Bouro	0	0	0	0	0



Jantar Convívio reforça o espírito da família forjanense



No passado dia 18 de outubro, a grande família forjanense voltou a reunir-se para mais um momento de confraternização, desta vez no parque de merendas da Senhora do Crasto, em S. Romão do Neiva.

O já habitual jantar-convívio do Forjães Sport Club (FSC) contou, mais uma vez, com casa cheia. Sócios, simpatizantes e amigos do clube marcaram presença em grande número, enchendo de animação e boa disposição o acolhedor espaço que, por momentos, se revelou pequeno para tantos participantes.

Como tem sido tradição nos últimos anos, a direção do FSC promoveu este encontro com o objetivo de fortalecer os laços entre todos os que fazem parte da "família forjanense". O grelhado

misto e o já famoso arroz de feijão voltaram a conquistar todos os paladares, num verdadeiro banquete de sabores. A refeição foi coroada com uma mesa de sobremesas variada e irresistível, preparada com dedicação pelos participantes.

A animação esteve garantida ao som de um grupo de concertinas, do Grupo de Danças e Cantares de Forjães que com as suas músicas e cantorias transformaram a noite numa verdadeira festa popular, repleta de alegria, convívio e partilha.

A direção do Forjães Sport Club expressa o seu agradecimento sincero a todos os que marcaram presença e contribuíram para que este momento fosse um sucesso, reforçando o orgulho e o espírito de união que caracterizam o clube.



Manutenção de frotas
Condições especiais para empresas
Consulte-nos

Mecânica, chaparia, pintura,
electricidade, pneus,
manutenção e ar condicionado

Rua dos Barreiros, 164, 4740-439 Forjães

Tel. 253 877 600 / 253 877 601 fax 253 877 602 - Tlm. 965 017 006

CAFÉ NOVO

de Luis Cruz



- Café Snack Bar
- Distribuidor PANRICO
- Agente Totoloto-Totobola - Joker- Euromilhões

Rua 30 de Junho - 4740 Forjães
253 87 21 46

Prato da ACARF para o 5º FESTIVAL DE S. MARTINHO

Entrecosto no forno com migas de feijão



Ingredientes

1.2kg de entrecosto; 300g de broa de milho;
300g de couve de caldo verde; 500g de feijão vermelho cozido; 50g de bacon, partido miudinho; 1 cebola; 1 colher de chá de colorau; 8 dentes de alho; 2 folhas de louro; 1dl de vinho branco; Sal e pimenta a gosto; Azeite q.b.

Preparação

Com antecedência temperar o entrecosto com sal, pimenta, colorau, louro, 4 dentes de alho e o vinho branco.

Preparar uma assadeira com a cebola às rodelas, colocar o entrecosto, com os temperos, levar ao forno a assar durante 1 hora a 180º, virar de vez em quando, regar com o próprio molho.

Num tacho com azeite colocar 2 dentes de alho picado, juntar o bacon e saltear. De seguida, colocar a couve previamente escaldada e depois a broa esfarelada. Por fim, juntar o feijão e temperar com sal e pimenta a gosto.

Colocar um tacho a lume com azeite e 2 dentes de alho picados. De seguida fritar o arroz e acrescentar a água necessária, deixando o arroz cozer até secar.

Estatuto editorial

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

- Enquanto órgão de informação fundado pela ACARF, “O Forjanense” procurará ser o espelho das atividades por esta desenvolvidas, nas suas diversas valências;
- “O Forjanense” terá como objetivo e preocupação uma informação o mais rigorosa possível, apartidária, objetiva e pluralista, de modo a refletir a diversidade e riqueza do pensamento e da atuação dos diversos parceiros sociais;
- O Jornal “O Forjanense” compromete-se a cumprir os princípios éticos e deontológicos inerentes à atividade jornalística, a respeitar a dignidade, os

direitos e a boa-fé dos leitores;

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

Forjães, 28 de março de 2025

O Diretor de “O Forjanense”
Luís Pedro Pereira Torres Ribeiro

AGRADECIMENTO



José Joaquim Rolo de Lima Neiva

Nasceu: 24/12/1945
Faleceu: 12/09/2025

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

Talhos Sr^a da Graça, Lda

**carnes verdes
fumadas
salgadas
carne de cavalo
porco preto
todo o tipo de caça (por
encomenda)**

- I Rua Pires, 201 / 4740-446 Forjães / Tel. 253 871 353; tlm. 919 038 529
II Av. Santa Marinha, C. C. Duas Rosas / 4740-438 Forjães / Tel. 253 872 726; tlm. 917 658 007

Flor em
Movimento

ENTREGAS AO DOMICÍLIO

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

969 584 228

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



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

**Escola de Condução
Rio Neiva, Lda**

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

NÓS POR CÁ: LOCAIS



Festival Nacional de Folclore de Forjães

O Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães (GADTF) organizou, no passado dia 6 de setembro, a 12.ª edição do seu Festival Nacional de Folclore, que teve lugar no Souto de São Roque. O evento contou com a presença de distintos grupos vindos de várias regiões do país, nomeadamente:

- GADTF – Forjães
- Grupo de Danças e Cantares de Vale de Domingos – Águeda
- Rancho Folclórico da Casa do Povo da Glória do Ribatejo – Salvaterra de Magos
- Rancho Regional de Fânzeres – Gondomar
- Rancho Folclórico Poveiro – Póvoa de Varzim
- Grupo Folclórico de São Martinho do Campo – Santo Tirso

Com três décadas de dedicação à comunidade, o GADTF tem desempenhado um papel notável na divulgação da cultura popular e das tradições locais, levando o nome de Forjães a inúmeros palcos, dentro e fora do país. Ao longo dos anos, o grupo tem mantido uma linha de trabalho reconhecida pela sua qualidade, autenticidade e empenho, sendo um verdadeiro embaixador da nossa identidade cultural.

O Festival Nacional de Folclore de Forjães distingue-se pela excelência da sua organização, pela qualidade artística dos espetáculos e pela hospitalidade com que acolhe os grupos convidados. Desde a receção calorosa ao jantar de convívio, passando pelo cuidado na apresentação do palco e de todos os pormenores logísticos, tudo contribui para tornar este evento único na região.

Parabéns ao GADTF pela exemplar organização da 12.ª edição do seu festival!

Os forjanenses e todos os amantes da cultura popular agradecem estes momentos de genuína partilha, tradição e arte.



CRÓNICA

Saúde

Pseudomixoma Peritoneal



Marina Aguiar*

O pseudomixoma peritoneal é uma condição rara que se caracteriza pelo acúmulo de muco (mucina) na cavidade abdominal, frequentemente originado de tumores no apêndice ou ovários. Embora a doença seja geralmente de crescimento lento, pode causar sintomas como aumento do volume abdominal, dor e, em casos avançados, obstrução intestinal. O tratamento envolve cirurgia citorrredutora e, em alguns casos, quimioterapia intraperitoneal.

O que é o pseudomixoma peritoneal?

O pseudomixoma peritoneal (PMP) é uma doença incomum, caracterizada pelo acúmulo progressivo de material mucinoso

(muco) na cavidade abdominal. Esse muco é produzido por células tumorais, geralmente originadas de tumores no apêndice ou, menos frequentemente, nos ovários. O PMP pode causar um aumento progressivo do volume abdominal, levando a dor e desconforto.

Sintomas:

Os sintomas do PMP podem variar, mas os mais comuns incluem:

• **Aumento do volume abdominal:**

Devido ao acúmulo de mucina, o abdômen pode aumentar de tamanho, levando o paciente a acreditar que está ganhando peso.

• **Dor abdominal:**

A dor pode ser leve a moderada e, em alguns casos, pode se intensificar com o crescimento do tumor.

• **Distensão abdominal:**

A sensação de inchaço e pressão no abdômen é um sintoma comum.

• **Sintomas relacionados à obstrução intestinal:**

Em casos avançados, o PMP pode causar obstrução intestinal, levando a náuseas, vômitos e dificuldades para evacuar.

Diagnóstico:

O diagnóstico do PMP pode ser desafiador, pois os sintomas são inespecíficos e podem ser confundidos com outras condições abdominais. O diagnóstico geralmente envolve:

• **Exames de imagem:**

Tomografia computadorizada (TC) e ressonância magnética (RM) podem ajudar a identificar a presença de muco e tumores na cavidade abdominal.

• **Biópsia:**

A análise de amostras de tecido abdominal pode confirmar o diagnóstico de PMP e determinar o tipo de tumor.

• **Marcadores tumorais:**

Exames de sangue podem ser úteis para identificar a presença de marcadores tumorais associados ao PMP.

Tratamento:

O tratamento do PMP geralmente envolve uma abordagem multidisciplinar, com cirurgia citorrredutora e, em alguns casos, quimioterapia intraperitoneal.

• **Cirurgia citorrredutora:**

É um procedimento cirúrgico complexo que

visa remover o máximo possível de tecido tumoral e muco da cavidade abdominal.

• **Quimioterapia intraperitoneal:**

Pode ser utilizada para complementar a cirurgia, com a aplicação de medicamentos quimioterápicos diretamente na cavidade abdominal.

• **Quimioterapia intraperitoneal com aerossol:**

Recentemente, uma nova técnica chamada Quimioterapia Aerossolizada e Pressurizada Intraperitoneal (PIPAC) tem sido utilizada para aplicar o quimioterápico em forma de spray diretamente no tumor.

Prognóstico:

O prognóstico do PMP varia dependendo do estágio da doença, da agressividade do tumor e da resposta ao tratamento. Em geral, o PMP é considerado uma doença de crescimento lento, mas pode recidivar após o tratamento. O tratamento em centros especializados e com equipes experientes em PMP pode melhorar as taxas de sucesso e a qualidade de vida dos pacientes.

**Médica Dentista*

FESTIVAL DE S. MARTINHO - 8 e 9 novembro

Está de volta o Festival de S. Martinho, que vai já na sua 5ª edição, e onde as delícias preparadas com carne de porco e as castanhas dão o mote para momentos de convívio e muita animação. Organização da Junta de Freguesia de Forjães, com a participação das Associações Locais, no caso a ACARF, as Comissões de Festas de Santa Marinha e da Srª das Graças, o Grupo Forjães em Cena, o Forjães SC e o Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães.

Aqui o cartaz e um avanço do que poderá encontrar no Espaço Multiusos do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, no próximo fim de semana.



8 e 9 NOV

5º FESTIVAL São Martinho

DELÍCIAS DE PORCO E CASTANHAS

Sábado, dia 8
A partir das 17.00h
-Merendas
-jantar

MAGUSTO
Castanhas:
Oferta da Junta de Freguesia

Animação Musical:
Luís Novais

Domingo, dia 9
Almoço
Merendas

Animação Musical:
Amigos da Música

Também Serviço Take Away

CENTRO CULTURAL ESCOLAS RODRIGUES DE FARIA
ESPAÇO MULTIUSOS * FORJÃES





MENU

ENTREGOSTO COM MIGAS
PANADOS
CACHORROS
CREPES
BOLOS

Reservas - 963806357



SÃO MARTINHO 2025

MENU

- Rojões
- Bifanas
- Figado c/cebola
- Sopa de Nabos
- Sobremesas variadas

Desenho de Pedro, Aluno do 1º Ano do Grupo 102



MENU

FEIJOADA
TAPAS
CALDO VERDE
CHOURIÇA ASSADA
BROA CASEIRA
CLARINHAS

RESERVAS: 963256150



8 e 9 NOV

5º FESTIVAL DE S. MARTINHO
Junto-se a nós!

MENU

SÁBADO
Rancho
Sopa de Peixe

DOMINGO
Pá de porco assada no forno a lenha

TENOS SERVIÇO TAKE AWAY

FORJÃES SPORT CLUB
Reservas 963806357



MENU

- Risssóis de Leitão e Alheira
- Pizza de Bacon e Porco Desfiado
- Batata Frita
- Bola de Enchidos
- Sandes Quente de Porco
- Francosinha Poveira
- Barriga Aromatizada no Forno c/ Batata e Arroz de Frutos Secos
- Bochecha de Porco Preto c/ Batata e Legumes Salteados
- Doces e Sobremesas Regionais

AJUDE O AMBIENTE, TRAGA EMBALAGEM E SACO PARA O SEU TAKE AWAY!

Reservas para o almoço:
938 793 712
925 223 228



KAPUZ

LAVANDARIA SELF-SERVICE

SECAR

LAVAR

ABERTO TODOS OS DIAS
08H00 - 22H00

EM FRENTE AO CAFÉ MARÍLIO
AV. ÍNFIA - FORJÃES



FEIRA QUINZENAL DE S. ROQUE FORJÃES

JUNTA DE FREGUESIA DE FORJÃES

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

Aos sábados de manhã

Novembro 2025: dias 1, 15 e 29
Dezembro 2025: dias 13 e 27

Aprecie a enorme variedade de produtos, a qualidade e frescura das ofertas, a simpatia e atenção dos feirantes.

Uma feira centenária, num espaço aprazível e de fácil acesso, seguro para compradores e vendedores. Instalações sanitárias disponíveis e um amplo Largo para retemperar energias! Faça compras em segurança.