

O FORJANENSE

Diretor: Luís Pedro Pereira Torres Ribeiro
Janeiro 2026 • Ano XLI 2ª série • n.º 425
Fundado em Dezembro 1984
Euros 0.80

Mensário informativo e regionalista

O FORJANENSE no issue e no **facebook**

Uma visita que une e inspira

D. Delfim Gomes esteve em Forjães num encontro de fé e proximidade



©Paula Matos

ACARF apoiada pela Missão Continente



pág. 12



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

Direito de resposta

Posição do PSD – Assembleia de Freguesia de 23.12.2025

Os elementos do PSD, em função da publicação do movimento Mudança por Forjães (adiante referida como “movimento”), posição expressa no jornal O Forjanense, edição de dezembro de 2025, entendem, dada a visão deturpada aí contida, algo comum, por exemplo, em perfis de redes sociais surgidos em 2021, precisar e corrigir algumas das afirmações registadas, importando conhecer a verdade dos factos e não apenas a visão faccionária apresentada.

O sucedido nas Assembleias de Freguesia (AF), para além de detalhado nos boletins informativos que a Junta de Freguesia de Forjães vem editando, encontra-se também vertido nas atas das reuniões, disponíveis para consulta pública no site da autarquia, nunca tendo havido, até ao momento, necessidade de rebate, dada a transparência de todas as ações e decisões e a correção de todos os intervenientes.

Neste momento, e face à preocupante desinformação que a posição do movimento traduz, entende o PSD esclarecer, pela mesma via, todos os Forjanenses, dado o respeito e seriedade que o órgão autárquico merece.

A sessão de dezembro da AF tinha, na sua ordem de trabalhos, a apreciação de dois documentos ligados ao funcionamento desta estrutura, no caso o Regimento Interno e também o Regulamento de votos.

O movimento apresentou uma proposta para o primeiro caso, de adiamento da discussão, pois classificou o documento como confuso e extenso. Ora, no entender do PSD, esta posição só traduz a impreparação e incapacidade do movimento, pois, como resultado da sua apreciação e aprovação, por unanimidade, em 2021, é documento completo e bem estruturado. Não obstante, como decorre da lei, o regimento de funcionamento deverá ser sempre aprovado no início de novos mandatos, o que será feito na primeira reunião ou nos primeiros 30 dias.

Ora, a 13 de novembro, foram remetidos, por WhatsApp, a todos os elementos da AF, os dois documentos citados, remetendo-se novamente os mesmos, através de email, em 1 de dezembro, quando foi remetida a convocatória e respetivo edital. Constava, efetivamente, da Ordem de Trabalhos, no seu ponto 3, a “Apreciação e aprovação do regimento de funcionamento da Assembleia de Freguesia.” Nesta linha, foi apreciado o documento remetido em 13 de novembro, regulamento vigente e cuja aprovação inicial, após discussão, aconteceu em 29 de abril de 2022. No entender do PSD, o documento, com um total de 16 páginas, suportado na legislação de enquadramento, é detalhado e define com clareza o funcionamento da estrutura, pelo que não apresentou qualquer proposta de alteração ao mesmo. Por outro lado, o próprio

movimento também não tinha propostas concretas, antes queria adiar a discussão para uma próxima reunião, isto quando, de forma inequívoca, estava prevista a sua discussão e aprovação nesta reunião, tendo sido oportunamente remetido o documento de trabalho.

A falta de preparação e de não realização de um trabalho prévio de análise dos documentos ficou também patente no ponto 2 da Ordem de Trabalhos, especificamente na apreciação dos votos, como previsto no artigo 3º do Regimento da AF.

Ora, como aparentemente o regimento não foi devidamente analisado pelo movimento, pedindo o seu adiamento para a próxima sessão, sem qualquer proposta de alteração objetiva, muito pelo contrário, o movimento foi apanhado novamente em contrapé, não apresentando, de forma objetiva, qualquer proposta relativamente a votos, isto quando o PSD apresentou vinte distinções, que vieram a ser aprovadas.

Com o argumento, mais uma vez, de que tinham dúvidas sobre o Regulamento dos votos e que este não era claro, não apresentaram qualquer contributo válido para este ponto da discussão.

Por sua vez, o Presidente da Assembleia, recorrendo ao potencial de projeção do auditório, abriu o documento relativo ao Regulamento de Votos, que havia sido também remetido nas datas indicadas, explicando a detalhada tramitação aí prevista, naquela que é uma versão aprovada, por unanimidade, em abril de 2023 e com elogios dos elementos de então, dada a clarificação dos critérios aí avançada e a detalhada tipologia dos votos prevista.

Julgamos que foi claro, para todos os presentes, que o documento não havia sido lido pela Mudança, tendo havido preocupação com a apresentação de uma espécie de manifesto eleitoral, que se encontra presente na comunicação do jornal, como se em campanha ainda se estivesse, ficando-se com a sensação de que o movimento ainda não percebeu que não venceu as eleições em Forjães! Aliás, uma leitura da sua publicação no jornal denota essa mesma ideia, porquanto referem, por diversas vezes, que o Movimento Mudança por Forjães fará tudo o que estiver ao seu alcance, em articulação com o Município, para ...

Efetivamente, o PSD lamenta que não veja, neste comunicado, a valorização da articulação com a Junta de Freguesia, legitimamente eleita e mandatada para executar um plano de intervenção.

Apraz dizer, neste propósito, que esta articulação pode não fazer sentido, pois ouvimos o líder do grupo, assumir, na AF, a propósito do projeto do Zé do Rio, que uma coisa é o que está no papel e outra coisa é

aquilo que depois se pode fazer, gera preocupação. Esta forma de entender a ação pública é meter-se, para não usar outros termos, por caminhos apertados e poucos claros e, nessa linha, deverá ser dispensada qualquer colaboração.

O projeto do Zé do Rio foi amplamente discutido e publicamente apresentado, tendo já ocorrido duas sessões de discussão sobre o mesmo. A AF já debateu o assunto em inúmeras sessões, sendo claro, para todos, que é o projeto possível, face às severas condicionantes do espaço. Foram recolhidas inúmeras propostas e contributos, tendo-se avançado com o legalmente possível. Ouvir o representante da Mudança, em jeito de Presidente de Junta, dizer que já reuniu com o Presidente da Câmara, o Arq. Mogadouro (autor do projeto) e três outros arquitetos, dizendo que o projeto não está fechado, que a cafeteria está mal colocada e que é preciso atender ao estacionamento, nada acrescenta às discussões antes havidas, muito pelo contrário, acarreta mais entropias...

Há um trabalho, legítimo e sufragado, que compete à Junta de Freguesia, preocupando-nos, ainda, a ser verdade o que foi dito, que os recursos públicos estejam a ser utilizados para estes fins, mas a seu tempo tal será esclarecido.

Estamos a perder tempo com um assunto já escrutinado, ficando-se com a ideia de que há quem defenda, que com algumas habilidades, pode-se projetar uma coisa e depois fazer outra, postura que não é a nossa e publicamente repudiamos.

A AF contou com perto de uma vintena de Forjanenses na assistência, sendo para alguns uma estreia nesse espaço e neste contexto, o que também aconteceu com três quartos dos elementos eleitos pela Mudança, daí que se possa justificar que algumas das atitudes e propostas, ou a sua falta, com o facto de, durante pelo menos quatro anos, terem estado completamente alheados das discussões acontecidas no órgão que representa todos os Forjanenses.

É preciso usar de seriedade ao falar do projeto do Zé do Rio, bem como da venda do terreno junto da EBI e que ditou reinvestimento na freguesia, no caso na aquisição da Casa do Polónia. Mais uma vez questões amplamente discutidas nas AF, encontrando-se pormenorizadas, em ata, nos últimos anos, pelo que há uma preocupante ignorância relativamente a algumas afirmações.

Acresce, ainda, uma clara contradição, pois se criticam a Junta por comprar o terreno, na zona central, apresentam na sua proposta a necessidade de adquirir um terreno na zona central, para dignificação do centro.

Mas as contradições não se ficam por aqui, pois a dada altura o líder da Mudan-

ça meteu, novamente, os pés-pelas-mãos, numa situação confrangedora, pareceu-nos até para os colegas do movimento. De facto, ao acusar a Junta de anunciar obras que depois não fez, defendendo que só deveria anunciar as mesmas quando estivessem efetivamente prontas, mostrou um preocupante desconhecimento dos procedimentos de contratação pública, ao ponto de não distinguir o anúncio de uma empreitada, da sua efetivação.

É público o anúncio da abertura de concurso para determinadas obras, como foi o caso do saneamento na Rua de Pires, cujo processo foi lançado e anunciado. A obra não avançou porque o concurso ficou deserto, como tantos outros no país! Mas foram seguidos todos os procedimentos legais, pelo que ronda a má-fé dizer que a Junta anuncia obras que depois não executa. O mesmo se passa com o cemitério, cujo projeto de alargamento não avançou por imposições legais da CCDRN (Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Norte), que obrigaram a pesquisas (sondagens) adicionais, que ainda decorrem e oneraram significativamente o orçamento inicial, como foi, regista-se mais uma vez, amplamente discutido nas Assembleias anteriores.

Estas duas obras são importantíssimas para o futuro de Forjães, devendo ser destacada a capacidade da autarquia de desenvolver os respetivos projetos e, de forma específica, num dos casos, o esforço feito para conseguir a aquisição do terreno para alargamento do cemitério.

Outra obra de extrema importância é a melhoria das acessibilidades no Centro Cultural, intervenção que ainda não está concluída, fazendo parte de um projeto mais alargado e uma visão integrada para o conjunto Escola Rodrigues de Faria, Espaço Multisuos e Casa do Polónia. O manifesto subscrito pelos Forjanenses, que legitimaram as propostas do PSD em outubro último, dão conta da instalação de climatização e sistema de som, bem como da requalificação deste “tríptico”.

A dada altura, o movimento questiona o porquê de não ter havido informação sobre a compra do terreno do Polónia e a fonte da receita, o que, estranhamente, mostra enorme desatenção, pois a informação foi passada aos cidadãos, quer através de detalhe em AF, quer de publicação no site e redes sociais da Junta. A insistência em algo que foi claro, transparente, feito de forma pública e, convém reforçar, totalmente legal, deixa-nos preocupados com o intuito desta reiterada desinformação.

A última intervenção realizada no Centro Cultural, e de forma específica no auditório, como foi detalhado nas AF anteriores, *continua na pág. seguinte*

continuação da pág. anterior

visaram a correção de anomalias recorrentes, associadas à humidade do espaço, crescendo a eliminação de barreiras arquitectónicas, há muito desejada. O espaço dispõe de excelentes condições acústicas, melhoradas com a recente intervenção, em função dos materiais de isolamento aplicados, para além de dispor, desde os inícios do ano de 2022, de condições de projeção e melhorias de som, situação que tornam este auditório palco de concertos, representações teatrais, espetáculos musicais, projeções de filmes, entre muitas outras atividades culturais.

Por norma, o espaço apresenta-se com casacheia e, sempre que necessário, são pontualmente criadas condições logísticas adicionais, seja em termos de luz, seja de som.

A questão do aquecimento, ou a sua falta, não têm sido problema, e também se entende que, em termos de reuniões da AF, não o será, desde logo face ao número de reuniões ordinárias realizadas na época de inverno (uma), tal como não o será o sistema de som, pois este existe no local. O número de pessoas habitualmente presentes permite que as mesmas se coloquem nos lugares dianteiros do auditório, onde a audição é perfeita, não obstante, a possibilidade, de utilização do som do espaço.

O espaço, no seu todo, poderá ser intervencionado em termos de melhorias das condições de AVAC (aquecimento, ventilação e ar condicionado), pois a solução deverá ser global e atender a questões transversais a todo o edifício (humidade, ressoamentos, pé-direito), criando melhores condições, quer para quem trabalha diariamente no espaço, quer para os equipamentos e atividades que acolhe.

Não deixa de ser curioso que, sendo a primeira vez que muitos dos elementos estiveram no espaço, neste tipo de atividades, se mostrem preocupados com a sua situação em particular, não priorizando o bem-estar de quem lá está diariamente ou de quem, todos os dias, há vários anos

e em mandatos de outras cores políticas, também realiza atendimentos no local, como seja a Junta de Freguesia. Não deixa de ser uma visão muito umbilical para quem desempenha cargos públicos...

Por exemplo, no ponto relativo à aprovação do mapa de pessoal, foi destacada a situação da regularização, em outubro último e após um demorado processo burocrático, do vínculo das duas funcionárias, agora assistentes técnicas, após 36 e 10 anos de contratos precários. Isto sim, deverá ser celebrado e destacado.

Nota, ainda, para a questão das transmissões das reuniões, apresentada de forma populista e descontextualizada, pois não releva a resposta dada relativamente a este assunto.

A questão da transmissão das reuniões já foi objeto de apreciação no anterior mandato, tendo sido oportunamente partilhados pareceres das entidades competentes na matéria, designadamente a CCDRN e a CNPD (Comissão Nacional de Proteção de Dados).

De forma abreviada, registamos, perante a situação apresentada pelo movimento, que o Presidente da Assembleia questionou o Presidente da Junta se estava prevista a implementação de algum sistema de vídeo que permitisse essa tarefa, uma vez que a Assembleia, enquanto órgão autárquico, não dispõe de recursos físicos e humanos, tendo sido dito que tal não estava previsto. Note-se, e sem demagogias, que não falamos de uma mera transmissão da reunião pelo Facebook ou de um direto no Youtube, havendo toda uma série de questões legais e logísticas subjacentes.

Ora, perante a falta de meios, quer físicos, quer humanos, para assegurar uma transmissão que respeitasse todos os requisitos legais, foi a proposta rejeitada, nos termos regulamentares e democraticamente usuais neste tipo de órgãos. Daí a classificar a rejeição da proposta, que temos apresentada de forma leviana, ao não considerar o respetivo enquadramento legislativo e os recursos necessários para a

sua implementação, como falta de transparência, deixa-nos apreensivos e parece induzir a impreparação para lidar com atos democráticos, em que há discussão e votação de propostas.

Porque tal poderá justificar o cenário saído da primeira reunião, ressaltamos que, ao longo dos últimos quatro anos, a generalidade dos elementos do movimento nunca participou nas reuniões da AF, o que aconteceu em diferentes dias, horários e locais, pelo que, sem pôr em causa todo o seu mérito e valor, os deixa limitados em termos de intervenção. Tal implica, ainda, um trabalho acrescido para explicar o caminho já percorrido e os passos já dados, para quem parece ter acabado de descobrir a roda!

O seu desconhecimento e impreparação leva-os também a questionar a situação da antiga sede da Junta, cujo processo de apoio, via Município e através de revisão de um protocolo, foi discutido em AF, onde todas as informações foram prestadas e amplamente escrutinadas.

Nesta linha, este enviesamento do assunto, a sua apresentação deturpada e/ou descontextualizada e o questionamento das respostas dadas, a não ter segundas intenções, preocupa pelo desconhecimento e impreparação dos interlocutores.

A título de reforço, pois já foi amplamente discutido e divulgado, o projeto para a antiga sede da Junta implicou um demorado processo de registo do terreno, pois o protocolo estabelecido em 2017 foi suportado em registos inexistentes. Registrado o terreno, no mandato anterior, o processo de requalificação do espaço está agora em condições de avançar, tendo o projeto sido apresentado pelo Grupo Associativo de Divulgação Tradicional de Forjães (GADTF), num dos seus aniversários, onde foram incluídas, por sugestão do executivo anterior, instalações sanitárias de apoio ao Largo Souto da Santa. O protocolo apreciado em AF também prevê as obrigações do GADTF, prevendo-se a aquisição do recheio, com receitas próprias da associação, onde se

inclui a verba arrecadada com a venda do anterior terreno/sede, pelo que volta a questionar-se o levantamento de dúvidas em torno de questões transparentes e amplamente debatidas.

Por último, uma nota para discussão do orçamento e plano de atividades, documentos que a Mudança rejeitou. A sua discussão foi longa e apurada, com a colocação de mais de 15 minuciosas questões, explicadas na própria reunião, de forma precisa e fundamentada, pela Junta de Freguesia, ficando em aberto dois ou três esclarecimentos para aproxima reunião, dada a sua especificidade, como sempre aconteceu.

Os mapas apresentados, extraídos de programa de contabilidade certificado, traduzem um orçamento total de cerca de €650,000, suportado numa visão de rigor e num planeamento ajustado à realidade e reais possibilidades de ação, prevendo-se, nos termos da lei, a possibilidade de reajustamento dos valores, pelo que, e suportando a sua rejeição na "estrutura do documento", que foi classificado de "puramente contabilístico", causa estranheza a visão defendida pelo movimento.

As muitas questões colocadas foram objeto de minuciosa explicação, por vezes de difícil resposta de memória e na hora, revelando a evolução que este tipo de documentos tem conhecido, ao longo dos anos, com diminuição de verbas de rubricas como "diversas" e "outros", dada a crescente especificação de despesas/ receitas que se tem vindo a objetivar.

Em suma, o comunicado do movimento vem atestar a sua falta de preparação, deixando transparecer que ainda não foi assumido o resultado eleitoral saído das autárquicas, mas acreditamos que, com boa-fé e numa ação concertada pelos superiores interesses de Forjães e tendo como prisma o projeto eleitoral sufragado maioritariamente pelos Forjanenses, conseguiremos, junto, continuar a afirmar Forjães.

Forjães, janeiro de 2026
PSD - Assembleia de Freguesia de Forjães

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 Forjães
 Tlm. 965 875 169
Salomé Viana



Junta de Freguesia de Forjães

Executivo da JF está preocupado com a continuidade do banco em Forjães

Foi a 25 de março de 2023 que foram inauguradas as novas instalações da Caixa de Crédito Agrícola, instituição bancária que vinha preencher um vazio deixado pela saída abrupta de outras duas instituições bancárias, no decorrer do ano de 2021, sendo que esta abertura se seguiu à reposição de um equipamento multibanco, também saído da vila nesse ano, isto depois de chegarmos a ter três máquinas em funções.

De portas abertas à quinta e sexta-feira, sacrificando estes dias o balcão da freguesia de Marinhãs, ficou sempre em aberto a necessidade de alargamento deste horário de atendimento presencial se tal se viesse a justificar, garantindo que este é mais um serviço para a população, complementado pelo Multibanco instalado em abril de 2022.

Volvidos praticamente três anos, é com preocupação que vemos a atual situação do balcão bancário, como referiu, na última Assembleia de Freguesia, o Presidente da Junta, Vítor Quintão. Neste órgão, o autarca deu conta da sua participação numa reunião, em meados de dezembro, e solicitada pelos administradores do banco, em que lhe foi transmitido que o volume de clientes não está a corresponder às expectativas criadas aquando da sua abertura. Se em termos de multibanco, percebe-se, é notória uma grande utilização do equipamento, a angariação e fidelização de novos clientes tem sido residual e não tem correspondido ao desejável, afirmaram os responsáveis do banco, a que acrescem, por imposições territoriais, limitações na captação de novos clientes noutros concelhos.

O Executivo partilha desta preocupação,



pois é notório que o crescimento do balcão ficou aquém do desejável, não tendo sido possível aumentar os dias de atendimento, pois o movimento havido não justificou a abertura adicional em mais de dois dias.

Nesta fase, é importante que os Forjanenses equacionem esta situação, pois é de todo importante que, em tempo útil,

cada um possa dar o seu contributo para a manutenção do balcão, tomando as medidas que façam sentir, aos gestores bancários, manter a agência em Forjães e que a sua abertura foi uma medida acertada, assim esperamos!

D. Delfim Gomes, Bispo Titular de Dume e Auxiliar da Arquidiocese de Braga, visita Centro Cultural de Forjães

Na tarde do passado dia 13 de janeiro, a Junta de Freguesia recebeu a visita de D. Delfim Gomes, Bispo Titular de Dume e Auxiliar da Arquidiocese de Braga. Na companhia do Reverendíssimo Padre Ledo, Pároco de Forjães, do Executivo da Junta de Freguesia e do representante da Assembleia de Freguesia, D. Delfim Gomes teve oportunidade de conhecer todo o espaço do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, ficando também a par de algumas características da Vila de Forjães.

Esta foi uma presença que muito nos honrou e que se encontra inserida na visita Pastoral ao Arciprestado de Esposende, que teve a sua abertura no início de janeiro, na Igreja Matriz de Esposende, com a presença do Arcebispo Metropolitano de Braga, D. José Cordeiro, dos seus bispos auxiliares, D. Delfim Gomes e D. Nélio Pita, contando ainda, com a presença dos Padres representantes de todas as 15 paróquias do arciprestado.

D. Delfim Gomes mostrou-se muito feliz por ter a oportunidade de conhecer a história deste belo edifício e o património que todo ele apresenta e representa para todos



os Forjanenses.

De modo a assinalar este momento, a Junta de Freguesia fez a entrega de algumas lembranças, bastante apreciadas por D. Delfim Gomes, o qual registou este momento através da assinatura do Livro de Honra da nossa Vila.

A Junta de Freguesia agradece, uma vez mais, a sua visita, agradecimento extensivo ao Rev. Padre Ledo por nos ter proporcionado este momento, pelo seu trabalho e presença nesta visita.

Estrada Antas - Forjães

Estão a decorrer as obras de requalificação da EM 546, que liga Antas-Forjães, conforme foi avançado no site da Junta de Freguesia e publicitado nas suas redes sociais.

Os trabalhos em curso motivam alterações na circulação automóvel, com desvio de circulação a ser feita por S. Romão de Neiva, com destaque para os autocarros que ligam Forjães a Esposende, conforme também já foi apresentado nas redes sociais, num condicionamento estimado de 6 meses.

Esta segunda fase de trabalhos decorre da primeira intervenção, cujo concurso foi lançado em setembro de 2023, com trabalhos a iniciarem-se em março de 2024.

Em nota Informativa recente, a propósito dos trabalhos em curso, o Município reitera que a empreitada contempla



o alargamento e a uniformização da faixa de rodagem, a construção de passeios e a renovação integral dos pavimentos, numa extensão de 1400m. Paralelamente, inclui um conjunto de intervenções estruturais ao nível das infraestruturas subterrâneas, nomeadamente a ampliação e reabilitação da rede de abastecimento de água, o reforço do saneamento de águas residuais e a implementação de uma rede de drenagem de águas pluviais.

Padre Justino Moreira da Silva

Uma vez mais, a Junta de Freguesia, através da sua página oficial, no dia 19 de janeiro, lembrou os 90 anos sobre o nascimento do Pe. Justino Moreira da Silva.

Nascido em S. Pedro de Rates, a 19 de janeiro de 1936, esteve 33 anos ao serviço da comunidade Forjanense, onde ainda é recordado e muito amado, terra onde faleceu, a 15 de novembro de 1999.

O Padre Justino Moreira da Silva chegou a Santa Marinha de Forjães em 23-06-1966, sucedendo ao pároco de então, Sr. Padre José da Costa Freitas. Apesar de celebrar o seu primeiro ato oficial em 30-06-1966, num funeral, a sua Entrada Solene teve lugar no domingo 03-07-1966.



Junta de Freguesia de Forjães

Trabalhos sobre artesanato e junco, dos alunos da EBI e CE expostos na sede da junta

A Junta de Freguesia acolhe os trabalhos dos alunos do Centro Escolar de Forjães, num desafio que teve como mote a decoração do pinheirinho de Natal da escola, que recebeu um toque da nossa terra e da nossa tradição.

O desafio lançado pela Escola às famílias, dava conta da existência, em Forjães, de uma forte ligação às cestas de junco, símbolo do trabalho artesanal e da identidade da nossa comunidade, sendo as mesmas convidadas a construir, em conjunto

com o aluno/criança, uma pequena “cestinha” decorativa, inspirada nas tradicionais cestas de junco.

Tendo como tamanho máximo de referência um retângulo de 8cmx5cm, podiam ser usados materiais simples, que existissem em casa, desde o papel, cartolina, fio, tecido, palitos ou outros, no sentido de promover a criatividade de cada um dos participantes, numa lógica de construção de momentos de partilha, imaginação e construção em família, onde a reprodução

fiel da cesta era o menos importante.

Cada cestinha, depois de ter estado colocada, na época natalícia, no pinheirinho da entrada do Centro Escolar, representando o contributo único de cada criança e da sua família, criando uma decoração cheia de significado e das nossas raízes, pode agora ser apreciada no átrio do piso superior do Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria, podendo os belíssimos e delicados trabalhos ser apreciados durante o horário de expediente da secretaria da Junta

de Freguesia.

Parabéns aos alunos e familiares, professores e corpo diretivo da escola pela dinamização, na certeza de que estamos, sem dúvida, perante a dedicação, empenho e gosto por aquilo que é nosso, enriquecendo o valorizando o Centro Interpretativo do Junco, a funcionar no mesmo espaço.

Efetivamente, “Juntos, construímos tradições e memórias bonitas.”

Lar de Santo António / Clínica Dr. Queiroz de Faria

Em Janeiro...

Ano Novo Vida Nova!

Janeiro começou com a expectativa de: «Em Janeiro sobe ao outeiro; se vires verdejar, põe-te a chorar, se vires nevar põe-te a cantar». Mas com o passar dos dias podemos constatar que será mais desta forma: «A água de Janeiro vale dinheiro».

O início de um novo ano gera sempre novas resoluções, novos desafios e mudanças positivas para que 2026 seja o melhor!

Para a Fundação Lar de Santo António começou da melhor forma com a visita de Dom Delfim Gomes, Bispo auxiliar da Arquidiocese de Braga.

Esta visita está inserida na Visita Pastoral ao concelho de Esposende e aconteceu no dia 16 de Janeiro; decorreu no espaço do Lar e na Unidade de Cuidados Continuados. Os nossos idosos fizeram questão de elaborar uns versos e recitar no dia da visita, assim como a entrega de um trabalho efetuado por eles e um ramo de flores que representou a alegria do momento.

Agradecemos todo o carinho e preocupação demonstrado por Dom Delfim nas conversas que manteve com os utentes. Tal como professa a religião católica, a caridade e o estar presente com os mais fragilizados deve ser prática diária na vida da comunidade.

E isso foi mais que evidente neste dia!

Estaremos sempre prontos para mais um ano!

Damos as boas vindas
Neste dia especial
A Dom Delfim Gomes
Nesta visita pastoral

Nesta data inesquecível
Com a vossa presença, estamos em harmonia
A Fundação Lar Santo António
Enche-se de honra e alegria

Somos maiores de idade
E temos muitas capacidades
Enversamos estas quadras
Para mostrar as nossas qualidades

O lema desta família
É a boa disposição
Queremos agradecer a vossa presença
E que nos leve no coração!

Fizemos este presépio
Com muita dedicação
Jesus, Maria e José
São a nossa salvação!

Mas nem tudo acaba aqui
Vamos declamar um poema
Que nos rege nesta vida
É deles que fazemos o nosso lema!



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: acarf1@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.

Visita Pastoral de D. Delfim Gomes a Forjães

A Visita Pastoral é uma das formas, confirmada pela existência dos séculos, com a qual o Bispo mantém contacto pessoal e presença mais prolongada com os membros do Povo de Deus.

É ocasião de reavivar as energias dos obreiros do Evangelho, de os encorajar, confirmar e agradecer. É também a oportunidade de chamar todos os fiéis à renovação da vida cristã e uma atividade apostólica e missionária mais intensa.

A Visita Pastoral permite ao Bispo Diocesano, avaliar a eficiência dos instrumentos destinados ao serviço da ação pastoral, conhecendo assim, os caminhos de evangelização para poder definir as prioridades e os meios da ação pastoral.

Em síntese, é um momento privilegiado para o Bispo melhor conhecer aqueles a quem o Espírito de Deus o chamou a servir.

Obrigado, Dom Delfim Gomes, pela sua presença na Visita Pastoral. Convidou-nos a promover e a consolidar cada vez mais este sentido de unidade arceprelatal e de comunhão eclesial.

A presença na Comunidade revela a importância e a beleza do testemunho de comunhão da

Igreja à volta do seu Bispo de unidade da Igreja Universal com o Santo Padre, o Papa Leão XIV.

Momento de particular significado foi o encontro de Dom Delfim, com as mais variadas pessoas, instituições e associações da Comunidade, onde a amizade se fortaleceu, a unidade se testemunhou e a comunhão de verdadeiros irmãos se consolidou.

A Visita Pastoral, convidou-nos a afirmar a prioridade dada à missão, no anúncio corajoso do Evangelho, com novo ardor, novos métodos, renovada alegria e acrescido entusiasmo. A evangelização é o primeiro e maior serviço que a igreja, isto é, cada um de nós, deve prestar ao mundo. A missão está no âmago da Igreja, por isso não é exclusivo de ninguém.

Cada dia passado nesta Visita Pastoral, foi momento especial, em que os sentimentos que nos animaram a todos, foram “semelhantes”, aos vividos pelas primeiras comunidades cristãs.

D. Delfim, pelas suas palavras cheias de amor e de sorrisos, mostrou-nos o que Jesus quer de nós: sermos caminho de Páscoa “Levar Jesus a todos e todos a Jesus”! Sim! Juntos, sermos ser-

vidores criativos, no caminho de Páscoa!

De todos os que vivem ou trabalham em Forjães, independentemente das suas convicções religiosas, acredito que é sempre muito mais o que nos une do que o que nos separa.

Obrigado, Dom Delfim, por tanta ajuda e desvelo; pelas vossas palavras amigas; porque nos convidou, ao longo desta semana a fazermos da vida lugares de beleza e a descobrirmos quanto Deus e a Igreja nos podem ajudar a tornar o mundo mais belo, mais justo e mais fraterno.

Dom Delfim, como verdadeiros discípulos missionários, aprendemos também, a levar a mesma alegria que sentimos ao encontrar-nos com Jesus Cristo, ajudando-nos a discernir, os rumos a seguir nos caminhos sinuosos do nosso tempo, para podermos tornar a Igreja mais missionária e a fazer da Paróquia, que é a Igreja a residir no meio das casas dos seus filhos e filhas, Uma Casa grande, aberta e feliz, Átrio de fraternidade, de onde se possa ver o Céu, e o Céu nos possa sempre ver a nós!

Obrigado, Dom Delfim Gomes!

D. Delfim Gomes, Bispo Auxiliar de Braga

D. Delfim Esteves Gomes nasceu a 1 de janeiro de 1962, em Bragança, Paróquia de Santa Maria, tendo sido ordenado sacerdote na mesma cidade, a 3 de setembro de 1989.

De 1990 a 1992 trabalhou no Seminário de Bragança, como prefeito e depois como vice-reitor; a 20 de setembro de 1992 foi nomeado pároco de Vila Flor e, a 21 março de 1995, responsável pelo Arciprestado de Vila Flor, cargo que desempenhou até 2012.

De 1995 a 31 de dezembro de 2000 foi chefe de equipa do Projeto de Luta contra a Pobreza; exerceu funções de Coordenador Distrital do Projeto Vida, de 24 de abril de 1996 a 18 de agosto de 2000.

De 19 de agosto de 2000 a 30 abril de 2002, D. Delfim Esteves Gomes exerceu funções de coordenador distrital do Instituto Português da Droga e Toxicode-

pendência.

Na Diocese de Bragança-Miranda, foi vigário episcopal para o Clero de 18 de novembro 2011 até 2021, reencontrando em Braga D. José Cordeiro, arcebispo primaz, com quem colaborou na diocese transmontana.

O atual administrador da Diocese de Bragança-Miranda, monsenhor Adelino Fernando Paes, nomeou este ano o padre Delfim Esteves Gomes, então vice-presidente do Instituto Diocesano do Clero, para o auxílio do governo diocesano durante o período de sede vacante.

D. Delfim Esteves Gomes obteve o Mestrado integrado em Teologia, em 2013, com a Tese ‘Pobreza e Relações Humanas. Contributos para superar a pobreza, a partir da mudança de relações’, a 4 de novembro de 2016, foi nomeado diretor do Secretariado Diocesano da Educação Mo-

ral e Religiosa Católica (EMRC).

É Bispo auxiliar da Arquidiocese de Braga a 7 de outubro de 2022. Foi-lhe conferido o título de Bispo Titular de Dume, uma antiga Diocese localizada perto de Braga.

Braga, como diocese, data do século III, e é uma das três arquidioceses metropolitanas de Portugal (Braga, Évora e Lisboa); possui um rito litúrgico próprio (bracarense) e o arcebispo de Braga usa o título de ‘Primaz das Espanhas’.

O atual território diocesano tem 2857 quilómetros quadrados, cujos limites não coincidem com os limites civis do Distrito de Braga.

A Arquidiocese de Braga é constituída por 551 paróquias que servem aproximadamente 850 mil habitantes, assumindo ainda a Paróquia de Santa Cecília de Ocua, em Moçambique.

Datas e iniciativas do Conselho Pastoral Paroquial

FEVEREIRO 2026:

- 01| Domingo IV Comum: Eucaristia às 10h00 (Missa de Piedade com os Escuteiros).
- 02| APRESENTAÇÃO DO SENHOR – (Senhora das Candeias): Eucaristia às 17h30 (Bênção das velas).
- 05| Visita aos doentes e idosos da Comunidade a partir das 9h00; Adoração, às 16h30.
- 07| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 08| Domingo V Comum: Eucaristia às 10h00.
- 11| Virgem Santa Maria de Lurdes (Quarta-feira) - Dia Mundial do Doente: Eucaristia, às 17h30.
- 11| Reunião do Conselho Económico às 20h30.
- 12| Reunião de Catequistas, às 21h15.
- 14| Eucaristia Vespertina às 17h30 | Visita aos doentes pela Catequese a partir das 14h30.
- 15| Domingo VI Comum: Eucaristia às 10h00 (Eucaristia com a Catequese e Unção dos Enfermos).
- 16 a 20| “Interrupção da Catequese” (Férias do Carnaval)
- 18| QUARTA-FEIRA DE CINZAS: Eucaristia (Imposição das Cinzas), às 17h30.
- 21| Eucaristia Vespertina às 17h30.
- 22| DOMINGO I DA QUARESMA: Eucaristia às 10h00 (Missa de Piedade com os Escuteiros).
- 28| Eucaristia Vespertina às 17h30.

Movimentos religiosos

Óbitos:

- 26/dezembro/2025 – Manuel de Jesus Fernandes, com 94 anos de idade, residente na Avenida Rodrigues Faria, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.
- 27/dezembro/2025 – José Joaquim Angélico Amorim, com 92 anos de idade, residente Rua Fonte de Valtim, freguesia de Forjães, concelho de Esposende.

Novo juiz da Cruz 2026

O César Neiva Martins de Sá - novo Juiz da Cruz - assumiu este serviço em prol da Comunidade Forjanense, no pretérito dia 4 de janeiro (Epifania do Senhor), na Eucaristia das 10h00. Desde já, agradecemos ter aceite este compromisso cristão! Honra-nos esta pronta disponibilidade para servir! Agradecemos a disponibilidade, para esta tarefa/serviço prestado à Comunidade! Obrigado, a si e a toda a família. Desejamos um bom desempenho da missão confiada!

Ao Hélder Ricardo e Ana, sua esposa, filhos Pedro e João e colaboradores, deixamos um profundo reconhecimento de gratidão à missão que lhes foi confiada, e levada a bom termo, ao longo do ano 2025. Obrigado, pelo dinamismo imprimido a esta honrosa missão de ser anunciador de Cristo Ressuscitado pelos cantos e recantos da Vila de Forjães. Bem-Haja!

Nova Direção da Congregação Mariana

Ficou assim constituída a Nova Direção das Congregadas: Olívia da Natividade César Sampaio, Maria Cristina de Sá Arantes Moreira e Maria Deolinda Elias Ribeiro. Bom desempenho!

Palavras cruzadas (soluções)

Horizontais

1º atado; amora = 2º baco; g; odim = 3º ala; lua; ema = 4º da; zoada; ar = 5º e; ri; n; li; o = 6º zingarear = 7º x; oc; b; t.s.; s = 8º em; opaco; so = 9º rim; are; sol = 10º enol; a; lada = 11º zaira; calar =

Verticais

1º abade; xerez = 2º atala; z; mina = 3º aca; rio; moi = 4º do; zinco l.r. = 5º o; lo; g; ao; a = 6º Guanabara = 7º a; a.d.; r; c.e.; c = 8º mo; alete; la = 9º ode; ias; sal = 10º rima; r; soda = 11º amaro; solar =

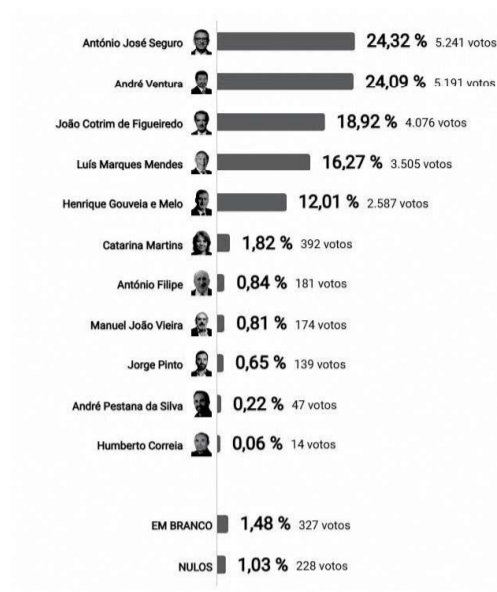
Eleições presidenciais 2026

As eleições presidenciais, de 18 de janeiro de 2026, marcaram o panorama político nacional, conduzindo a uma segunda volta entre António José Seguro e André Ventura. Apresentamos aqui a análise detalhada dos resultados, desde o cenário global até à realidade local. Os gráficos seguintes ilustram o comportamento do eleitorado no país e estrangeiro, no concelho de Esposende e na vila de Forjães.

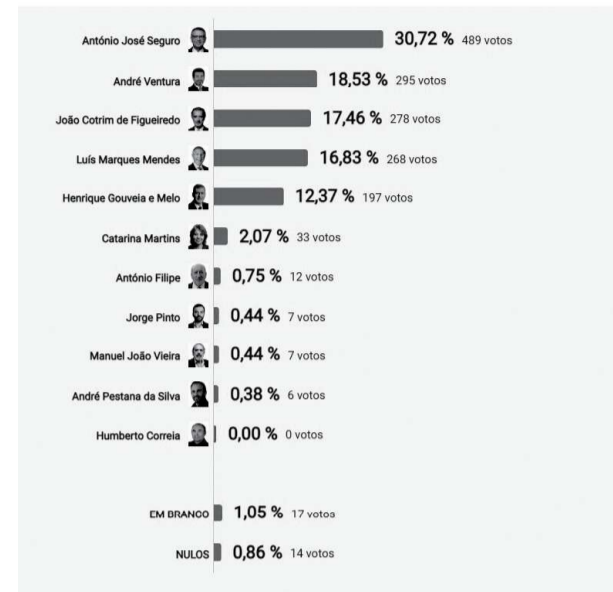
Resultados globais



Resultados no concelho de Esposende



Resultados na vila de Forjães



Análise Eleitoral: Um Novo Ciclo Político em Portugal

A primeira volta das eleições presidenciais, realizada a 18 de janeiro de 2026, marcou um momento histórico na democracia portuguesa ao ditar a necessidade de um segundo sufrágio, algo que não ocorria há exatamente quatro décadas, desde a disputa entre Freitas do Amaral e Mário Soares em 1986. Num sufrágio marcado por uma pluralidade de candidaturas, nenhum dos protagonistas conseguiu obter a maioria absoluta dos votos validamente expressos (50% mais um), obrigando ao recurso à segunda volta para definir o sucessor de Marcelo Rebelo de Sousa no Palácio de Belém.

O Cenário Global

A nível nacional, António José Seguro foi o candidato mais votado, alcançando 31,12% dos votos (1.755.764 votos). No segundo lugar, garantindo a presença no duelo decisivo, ficou André Ventura, que obteve 23,52% (1.326.942

votos). O pódio completou-se com João Cotrim de Figueiredo (16,01%), seguido por Henrique Gouveia e Melo (12,32%) e Luís Marques Mendes (11,30%). Comparativamente a 2021, observa-se uma fragmentação do voto no espetro da direita e uma reconfiguração do centro-esquerda, resultando num dos resultados mais divididos da história constitucional portuguesa.

Esposende e Forjães: A Realidade Local

No concelho de Esposende, os resultados seguiram a tendência de participação ativa do eleitorado local, com dinâmicas que refletem a sociologia política da região. Historicamente associado a votações expressivas em candidaturas de centro-direita, o concelho apresentou em 2026 um quadro de dispersão semelhante ao nacional, embora com particularidades nas margens obtidas pelos candidatos.

Na vila de Forjães, o apuramento final confirmou a vitalidade cívica da comunidade. Os dados locais, agora

disponíveis para consulta nos gráficos desta página, permitem aferir como as propostas dos dois candidatos finalistas ressoaram junto dos forjanenses, servindo de barómetro para as estratégias que ambas as candidaturas adotarão no terreno durante o curto período de campanha que resta.

A Segunda Volta

O calendário eleitoral avança agora para a fase decisiva. A segunda volta está marcada para o dia 8 de fevereiro de 2026, conforme estipulado pela Constituição, ocorrendo exatamente 21 dias após o primeiro sufrágio. De acordo com as normas da Comissão Nacional de Eleições (CNE), a campanha eleitoral para este segundo momento decorre entre 28 de janeiro e 6 de fevereiro. No próximo dia 8, os eleitores de todo o país serão novamente chamados às urnas para escolher, entre António José Seguro e André Ventura, quem assumirá a Chefia do Estado para o mandato 2026-2031.

Flor em Movimento

ENTREGAS AO DOMÍLIO

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

Escola de Condução Rio Neiva, Lda

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

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

EUROMASTER IDEAL PNEUS

PAÇOS - 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

Creche

A estação mudou e o inverno chegou oferecendo-nos diversas possibilidades de aprendizagem, que contribuíram para o desenvolvimento integral das nossas crianças.

As experiências permitiram explorar as mudanças climáticas: chuva, vento, neve e frio, bem como estimular os sentidos por meio de experiências sensoriais: contacto com diferentes texturas, temperaturas, cores, entre outras.

Estas atividades contribuíram para o desenvolvimento cognitivo, motor e emocional, além de despertar a curiosidade e a exploração do ambiente envolvente.

E foi assim que entre olhares atentos, risos espontâneos e aquela curiosidade genuína que só a infância tem, se foram vivenciando os dias na nossa creche.



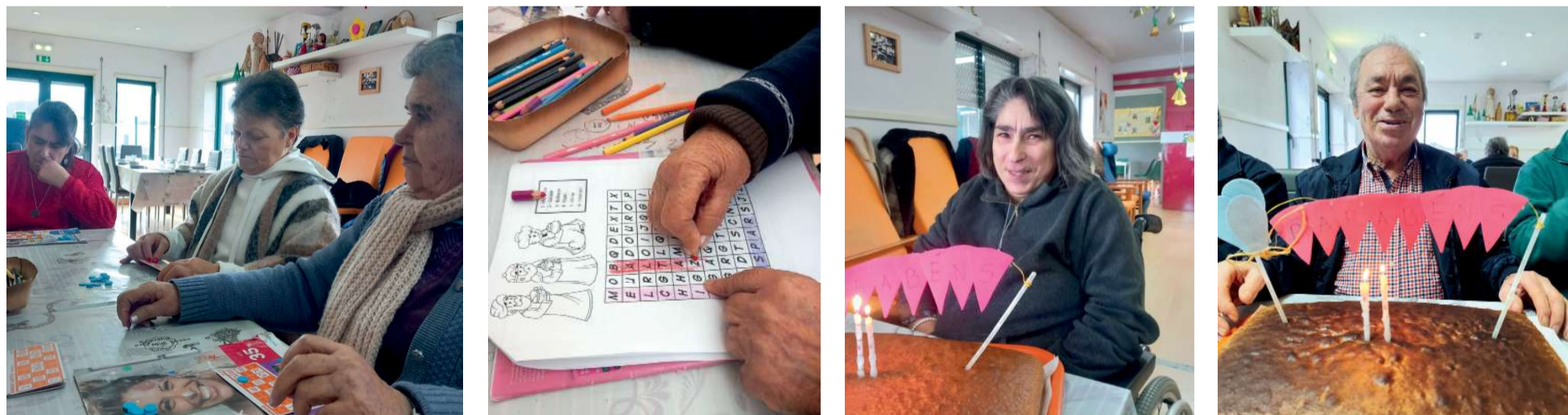
Centro de Dia (CD) / Centro de Convívio (CC)

Durante o mês de janeiro, o Centro de Dia e de Convívio promoveram algumas atividades com o objetivo de estimular o bem estar físico, emocional e cognitivo dos seus utentes. Entre as atividades realizadas destacam-se a pintura de mandalas, fichas de estimulação cognitiva, que permitiram desenvolver a criatividade, a concentração, motricidade fina, treino da memória, da atenção e do raciocínio.

Assinalou-se também o Dia de Reis com um lanche convívio onde não faltou o tradicional bolo rei, num ambiente de partilha e boa disposição entre todos os participantes.

Outro momento especial deste mês, foi a visita às nossas instalações do Bispo Auxiliar de Braga, D. Delfim Gomes, que muito alegrou os nossos utentes, proporcionando um encontro marcado pela proximidade, pela partilha e valorização de cada um.

Os aniversariantes do mês foram a Rosa Costa e o José Passos a quem desejamos muitas felicidades.



Dia de S. Valentim

14 de fevereiro

O dia em que os afetos se sentam à mesa

O Dia de S. Valentim é, antes de mais, uma celebração dos afetos. Um dia que nos convida a abrandar o ritmo, a sair do automático e a olhar com mais atenção para quem faz parte da nossa história. Não apenas o amor romântico, mas também o amor que se constrói em família, a amizade que resiste ao tempo, a cumplicidade que se cria nos encontros simples e verdadeiros.

Celebrar o 14 de fevereiro é reconhecer que os laços que nos unem ganham força quando são vividos e partilhados. E poucas experiências traduzem isso tão bem como

sentar-se à mesa. À mesa contam-se histórias, criam-se memórias e reforçam-se relações. À mesa, o tempo parece abrandar e os gestos ganham significado. Comer juntos é um ato de afeto, de cuidado e de presença.

É neste espírito que esta página se dedica ao Dia de S. Valentim, não como uma data feita apenas de símbolos e convenções, mas como uma oportunidade para celebrar o que nos aproxima enquanto pessoas e enquanto comunidade. Um momento para valorizar os pequenos detalhes, os encontros sinceros e o prazer de partilhar.

Para assinalar esta data, convidamos o chef forjanense Marco Coutada a apresentar um menu especial, pensado para ser vivido com tempo e emoção. Mais do que uma sequência de pratos, trata-se de uma experiência sensorial onde os sabores, as texturas e os aromas se cruzam com a intenção de criar momentos únicos. Cada criação reflete o respeito pela gastronomia, pelo produto e pelo gesto de cozinhar para o outro.

Este menu nasce da ideia de que a boa cozinha, tal como os afetos, exige dedica-

ção, sensibilidade e verdade. É um convite a desfrutar, a brindar e a celebrar, seja a dois, em família ou entre amigos, transformando uma refeição num momento memorável.

Que esta página inspire encontros à volta da mesa, conversas demoradas e partilhas genuínas. Porque o amor, em todas as suas formas, vive desses instantes simples que ficam na memória. E porque celebrar os afetos é, afinal, uma das mais belas formas de celebrar a vida.



Chef

Marco Coutada

Bochecha de porco puré batata e legumes teriyaki (4pessoas)

Bochecha: 800 g de bochecha de vitela ou porco; 1 cebola média picada; 2 dentes de alho picados; 1 cenoura média picada; 1 talo de aipo picado; 200 ml de vinho tinto; 400 g de tomate pelado (1 lata); 2 folhas de louro; Sal e pimenta a gosto; Azeite para refogar.

Numa panela funda refogue cebola, alho, cenoura e aipo picados, junte as bochechas e o vinho tinto, acrescente tomate pelado, louro, tape e deixe estufar em lume brando por cerca de 2h30-3h até ficar extremamente macia.

Puré batata: 600 g de batatas; 50 g de manteiga; 50 ml de leite quente (ajustar conforme a textura); Sal, pimenta e noz-moscada a gosto.

Coza batatas descascadas em água e sal, escorra e esmague ainda quentes com manteiga e um pouco de leite quente até obter um puré liso e cremoso, ajustando sal, pimenta e noz-moscada.

Legumes teriyaki: 1 cenoura média em juliana; 1 alho-francês em juliana; 1/2 couve coração em juliana; 2 colheres de sopa de molho teriyaki; 1 fio de azeite; Sal a gosto

Salteie os legumes rapidamente numa frigideira larga com um fio de azeite em lume alto para ficarem crocantes e no final envolva com molho teriyaki

Empratamento

Sirva o puré como base, no centro do puré os legumes e as bochechas por cima com o molho reduzido.

Quindim e ananás (4pessoas)

Quindim: 6 gemas de ovo; 2 ovos inteiros; 150 g de açúcar; 50 g de coco ralado (fino); 50 g de manteiga derretida; Manteiga e açúcar para untar as forminhas

Bata levemente 6 gemas, 2 ovos inteiros, 150 g de açúcar, 50 g de coco ralado, 50 g de manteiga derretida, até ficar homogêneo, distribua a mistura nas forminhas tipo pastel nata, coloque-as numa assadeira com água quente até a metade (banho-maria) e leve ao forno pré-aquecido a 180°C por 30-40 minutos até firmarem e dourarem levemente, depois deixe esfriar, passe uma faca nas bordas e desenforme com cuidado.

Crocante: 4 folhas massa fillo; 1gema; Açúcar

Disponha uma folha de fillo aberta e pincele com a gema de ovo e polvilhe com açúcar. Cole a outra folha na montagem anterior, repita o processo novamente e cole outra folha novamente por cima da anterior. Leve ao forno a 180°C ate dourar. Parta em pedaços e coloque no quindim como na fotografia.

Ananás ao natural: limpe e pique o ananás em quadrados pequenos.

Empratar como na fotografia.

Pêssego assado com mel, queijo de ervas, presunto (4pessoas)

Pêssego: 4 pêssegos; Mel Qb; Azeite Qb

Lave e corte 4 pêssegos maduros ao meio, retirando o caroço, e depois cada metade em 2-3 gomos; coloque-os numa assadeira com o lado cortado para cima, regue com 2-3 colheres de sopa de mel, um pouco de azeite e asse no forno pré-aquecido a 180°C por 20-25 minutos, até que fiquem macios.

Queijo: 150gr philadelphia

Passa o queijo philadelphia para um saco de pasteleiro para fazer as 'pintas' no prato.

Presunto: 100gr presunto

Com as fatias de presunto faça pequenas bolas sem esmagar, na hora de montar o prato.

Empratar como na fotografia.



Boletim - Nascente Escolar

Escola Básica de Forjães

janeiro 2026

Viajando com as Línguas



O 5.º FA começou na biblioteca, onde apresentou o conto “Corre, corre cabacinha” e ouviu “Os Conselheiros do Califa”, dinamizado pelo 6.º FA, que no final nos ofereceu um marcador de livros com um rebuçado colado no verso. Seguidamente, fomos para a sala dos espelhos, onde aprendemos língua gestual. Depois do intervalo, tivemos “Karaoke” e “Jogos Tradicionais”, onde vencemos o “Puxa a Corda”, apesar de estarmos em menor número. Às 11h45, tivemos o “Spelling Bee” e, no final, o almoço foi *roastbeef* com puré. À tarde, tivemos o concurso “Na Ponta da Língua”, em que o quinto ano acertou todas as respostas e chegou à final.

Ao longo da manhã, tínhamos um passaporte que íamos carimbando em todas as atividades.

Pedro Sá, 5.º FA



Os alunos do 6.º FA, acompanhados pelo professor Luís Gaivoto, começaram por se reunir na biblioteca da escola para assistir à “Hora do Conto”, ouvindo os alunos do 5.º FA a lerem a história “Corre, Corre, Cabacinha”, uma história recontada e adaptada por Alice Vieira. De seguida, os alunos do 6.º FA leram “Os Conselheiros do Califa”, de António Sérgio, aos alunos do 5.º FA. Às 9h00, dirigiram-se ao polivalente, para pintar e escrever num mural situações relacionadas com o “Dia das Línguas”. Ainda antes do intervalo, os alunos foram presenteados com algumas miniaturas e guloseimas. Seguiu-se a atividade “Viajando às Cegas”, onde os alunos tiveram a oportunidade de conhecer um pouco melhor alguns países. O “Spelling Bee” levou os alunos a soletrarem palavras em inglês. Após um curto intervalo para descanso, os alunos foram até ao pavilhão desportivo, onde tiveram oportunidade de experimentar alguns jogos tradicionais de diferentes países: petanca, piolho e corrida de saco.

Já cansados, dirigiram-se para o refeitório, para saborear *roastbeef* com puré, um prato típico de Inglaterra. Durante a tarde, realizou-se uma competição entre turmas, em que cada turma era representada por um elemento eleito anteriormente. O grande vencedor foi o 8.º ano.

Em suma, foi um dia muito produtivo, no qual os alunos tiveram oportunidade de se divertir e, ao mesmo tempo, aprender.

André, Antónia, João, Luna, Maria, Matilde, Núria, Rodrigo Júnior, 6.º FA

Aprender com as línguas para o Futuro!



No dia 15 de janeiro, os professores do departamento de línguas dinamizaram várias atividades divertidas e interessantes para os alunos da Escola Básica de Forjães. Apesar de a chuva ter sido demasiado forte, as atividades continuaram a todo o vapor e os alunos embarcaram numa viagem com as línguas, passando por várias estações, onde pararam e contactaram com a língua portuguesa, a língua francesa, a língua inglesa e a língua gestual portuguesa.

Perante a diversidade de estações (“Hora do Conto”, “Teatro de Sombras”, “Visitas Virtuais”, “Escape Room”, “Viajando às Cegas”, “Spelling Bee”, “Kahoot”, “Mesa Redonda - As Línguas no mercado de trabalho”, etc.), que integraram esta viagem matinal, todos os passageiros puderam apreciar pelo menos uma atividade. É exemplo o Hugo Sousa, do 7.º FA, que referiu preferir a corrida do saco dos “Jogos Tradicionais”. E muitos o seguiram, ao designar esta estação como a favorita. No entanto, também a atividade “Visitas Virtuais” foi muito apreciada, como acrescenta Matilde Sousa, do 9.º FA: “É uma atividade divertida e interessante”. Já a estação “Karaoke” foi muito aclamada pela Ariana Arantes, do 7.º FC, e os “Jogos de Tabuleiro” foi a preferida da Júlia Vilas Boas, do 5.º FB. Houve ainda quem tivesse dificuldade em optar por uma estação, como o Pedro Sá do 5.º FA que às perguntas: “Está a gostar das atividades? Qual a tua preferida?” declarou: “Não estou a gostar, estou a adorar!” e “Não tenho a certeza... Acho que foram todas.”

No final da manhã, os passageiros já exibiam os carimbos nos passaportes e puderam descansar, usufruindo de um almoço intercultural.

Durante a tarde, juntaram-se todos, numa carruagem só, para assistir e aplaudir os colegas que os representavam no concurso “Na Ponta da Língua”.

No final do dia, os políglotas consideraram um dia bastante rico e divertido, pleno de atividades engraçadas, como exclamou a aluna Inês Magalhães do 8.º FB. O sucesso das atividades dinamizadas deveu-se não só aos organizadores do dia “Viajando com as línguas”, mas também aos viajantes que percorreram as estações, à colaboração dos restantes docentes que os guiavam, à disponibilidade dos professores de Educação Física, da professora Natália Serra, da psicóloga Eliana Oliveira, da bibliotecária Vânia Abreu, do ex-aluno Tiago Carvalho, à atenção das assistentes operacionais e à dedicação da equipa da direção.

Turma 7.º FA



Parlamento dos Jovens

No dia 9 de janeiro, na biblioteca da Escola Básica de Forjães, o *Parlamento dos Jovens* realizou a eleição para os 31 deputados à sessão escolar.

O Nuno Alves, do 5.º FB, e a Alice Rolim, do 5.º FA, abriram a mesa de voto, logo às 8h15, e permaneceram na Assembleia de Voto até às 10h05. Depois entraram outro grupo, formado pelo André Pinto, do 6.º FA, e a Ana Francisca Viana, do 6.º FB. Os elementos da mesa de voto passaram a manhã a registar, nos cadernos eleitorais, o nome dos alunos que iam votando, com a ajuda das professoras bibliotecárias. Estavam presentes observadores das diversas listas, que vigiavam para confirmar que não havia fraude. A Presidente da Comissão Eleitoral, professora Paula Ferreira, vinha durante os intervalos ver se estava tudo a correr bem. Os alunos podiam votar nas listas A, B, D, W, ou M. Por volta das 12h15 a mesa de voto foi encerrada, e logo depois abriu-se a urna de voto, e procedeu-se à contagem dos votos. A abstenção foi de 7%, a lista A obteve 5,6% dos votos, correspondente a 2 deputados. A lista B obteve 19,34%, tendo 7 deputados; a lista D obteve 11,32% dos votos e elegeu 4 deputados; a lista W obteve 23,58% dos votos, tendo eleito 8 deputados. Finalmente a lista M, com 40,09% dos votos, elegeu 10 deputados. Esta lista, liderada pela Inês Magalhães, ficou muito contente com o sucedido. Todos os participantes regressaram às turmas, mas ninguém podia revelar que lista ganhara enquanto os resultados não fossem publicados.

O objetivo deste dia foi incentivar os alunos a votarem exercendo um direito próprio e único, que ninguém pode mudar ou criticar.



Ana Francisca Viana, 6.º FB

Corta-Mato Distrital



No dia 20 de dezembro, terça-feira, a zona ribeirinha de Vizela encheu-se de cor e energia para receber o Corta-Mato Distrital, uma das provas mais emblemáticas do desporto escolar. Entre as centenas de participantes, a comitiva de alunos de Forjães destacou-se não só pelo esforço físico, mas pelo exemplar espírito de equipa. Num cenário marcado pela beleza natural das margens do Rio Vizela, os jovens atletas enfrentaram percursos exigentes, adaptados a cada escalão etário. A participação da EBF surge após o apuramento nas fases de escola, demonstrando a vitalidade do desporto na comunidade educativa local.

Este evento reforça a importância da prática desportiva na formação dos jovens de Forjães, promovendo hábitos de vida saudáveis e valores como a resiliência e a disciplina.

Prof. Rui Lopes

Reduzir, Reutilizar, Reciclar

No dia 26 de janeiro de 2026, no âmbito do Programa Eco-Escolas, as turmas do 2.º ciclo reuniram-se no auditório da Escola Básica de Forjães para assistirem a uma palestra sobre reciclagem, dinamizada pela Academia Ponto Verde. Os dois representantes desta Academia começaram por apresentar um *PowerPoint* com a informação que queriam partilhar. Depois mostraram variados tipos de resíduos explicando aos alunos os respetivos ecopontos onde deveriam ser colocados. Aqui surgiu a primeira informação curiosa: **NÃO HÁ LIXO! HÁ RESÍDUOS**, o que significa que tudo pode ter uma segunda vida.

Os representantes da Academia Ponto Verde mostraram depois outras “curiosidades”:

- Se uma tampa tiver mais de 5 cm esta deve ser colocada no ecoponto amarelo ainda que o resto (um frasco de vidro, por exemplo) seja colocado noutra contentor; Se a tampa medir menos de 5 cm não precisa de ser retirada.

- Não se deve colocar papel sujo no ecoponto azul, pois tal compromete todo o conteúdo do contentor;

- Em caso de dúvida, devemos colocar os produtos no ecoponto amarelo, pois estes são sujeitos a triagem;

- O papel vegetal coloca-se no contentor do indiferenciado;

- Ainda não é possível reciclar a película de alumínio;

A Academia Ponto Verde mostrou e explicou alguns vídeos sobre o ciclo do lixo. No final houve um questionário sobre a atividade a que assistimos e, claro, o 6.º ano acertou todas as perguntas, impressionando os senhores da Academia Ponto Verde.

Ainda falou sobre o tempo de decomposição dos resíduos num aterro sanitário e sobre a sua transformação em energia, deixando os alunos interessados, com vontade de reciclar e, sem dúvida, mais informados.

No final despediram-se, oferecendo cadernos e canetas como agradecimento.

João Abreu, 6.º FA



Passatempo



Encontra as palavras preferidas da nossa comunidade:

1. Amor
2. Family
3. Friendship
4. Flor
5. Verão
6. Saudade
7. Bonjour
8. Amour

Boletim Nascente Escolar
janeiro- 2026



Diretor: Professor João Paulo Ramos
Redação: Escola Básica de Forjães
Coordenação e montagem: Profs. Goreti Figueiredo e Rosa Felgueiras
Colaboração: Departamento de Línguas, Profs. Ana Paula Ferreira, Hélder Guimarães, Maria José Ribeiro, Rosa Felgueiras e todos os que assinaram os textos.
Revisão: Prof. José Pinho, Maria José Ribeiro e Vânia Abreu
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

ACARF apoiada pela Missão Continente 2025

A Missão Continente voltou, em 2025, a afirmar o seu forte compromisso social com as comunidades locais, através da campanha nacional de angariação de fundos que tem como objetivo combater a insegurança alimentar e garantir que “todos têm um lugar à mesa”.

No Concelho de Esposende, esta iniciativa solidária teve um impacto particularmente significativo, apoiando duas instituições locais que desenvolvem diariamente um trabalho essencial junto das famílias mais vulneráveis: a ACARF – Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães e a Delegação das Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa.

A campanha decorreu entre 1 de novembro e 25 de dezembro de 2025, en-

volvendo todas as lojas Continente, Continente Modelo e Continente Bom Dia, bem como o Continente Online e a App Cartão Continente. Durante este período, os clientes foram convidados a participar através da compra de vales solidários de 1€ e 5€, cujo valor reverteu integralmente para apoiar instituições sociais.

Este gesto simples, mas profundamente solidário, permitiu canalizar apoios diretos para mais de 650 instituições em todo o país, reforçando respostas locais que garantem refeições e bens alimentares a quem mais precisa. Em Esposende, os donativos angariados representam mais do que números: traduzem-se em famílias apoiadas e dignidade preservada, permitindo à ACARF reforçar a sua missão de apoio social junto

da comunidade.

Importa sublinhar que esta campanha reflete uma visão de proximidade e responsabilidade social, ao permitir que cada cliente escolha diretamente as instituições que deseja apoiar, fortalecendo o elo entre a comunidade e as organizações que atuam diariamente no terreno.

A ACARF expressa, por isso, um profundo agradecimento à Missão Continente, aos seus colaboradores e, sobretudo, a todos os clientes que participaram nesta campanha. A solidariedade demonstrada é



um exemplo claro de que, quando a comunidade se une, é possível fazer a diferença e assegurar que ninguém fica para trás.

ACARF integra Visita Pastoral de D. Delfim Gomes à comunidade de Forjães

No âmbito da Visita Pastoral ao Arciprestado de Esposende, a comunidade de Forjães recebeu a visita de D. Delfim Esteves Gomes, Bispo Auxiliar da Arquidiocese de Braga, num conjunto de encontros que abrangeram paróquia, instituições e associações locais, reforçando laços de proximidade, comunhão e serviço.

A Associação Social, Cultural, Artística e Recreativa de Forjães (ACARF) integrou este percurso pastoral, acolhendo D. Delfim Gomes nas suas instalações. A visita teve início com a apresentação da instituição pelo presidente da Direção, José Manuel Silva, seguindo-se uma visita à Creche, ao Centro de Dia (CD) e Centro de Convívio (CC). Neste espaço, D. Delfim esteve em contacto direto com os utentes, num momento marcado pela escuta, partilha e atenção às pessoas, culminando com um lanche convívio com os utentes do CD e CC.



Durante a visita, foi também apresentado o jornal *O Forjanense*, publicação local que acolhe esta notícia e que constitui um importante meio de comunicação e memória da vida comunitária forjanense.

A Visita Pastoral constitui um momento privilegiado de encontro do Bispo com o

Povo, permitindo conhecer de perto a realidade social e pastoral das comunidades, valorizar o trabalho desenvolvido pelas instituições da vila de Forjães e incentivar à continuidade de uma ação assente na proximidade, na solidariedade e na dignidade da pessoa humana.



A ACARF manifesta o seu agradecimento a D. Delfim Gomes pela sua presença, atenção e palavras de estímulo, sublinhando a importância destes momentos de encontro que fortalecem a ligação entre a Igreja e as instituições que, diariamente, servem a comunidade.





Zé dos Leitões
Forjães - Esposende

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





Ponte Neiva
Neiva - Viana do Castelo

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



Deco-Int
Decorações Interiores

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



Forjães Sport Club regressa às vitórias em casa

Depois de dois desaires consecutivos, um fora e outro em casa, o Forjães Sport Club (FSC) voltou aos triunfos no Estádio Horácio Queirós, reforçando o objetivo da subida de divisão.

A primeira derrota aconteceu a 11 de janeiro, no terreno da AD Ninense, líder da Série A da Divisão de Honra da Associação de Futebol de Braga (AFB). Apesar de uma boa entrada em jogo e de largos períodos de domínio, a formação orientada por Dinis Rodrigues não conseguiu concretizar as oportunidades criadas. Como tantas vezes acontece no futebol, a eficácia fez a diferença e a equipa da casa acabou por marcar perto do minuto 90, ampliando já nos descontos para 2-0, resultado final. Com este desfecho, o FSC manteve o segundo lugar da tabela, posição que dá acesso à subida, mas viu aumentar a distância para o líder.

Outro dos objetivos da época, a Taça da AFB, ficou pelo caminho no passado dia 17 de janeiro. No Estádio Horácio Queirós, o FSC foi derrotado por 3-0 pelo Os Sandinenses GDRC, equipa que milita na bigOne Pró-Nacional da AFB. A formação visitante superiorizou-se ao longo do encontro, ditando a eliminação do FSC nos 1/16 de final da competição.

Ultrapassados estes contratempos, a equipa de Vila de Forjães respondeu de forma positiva no campeonato. Na mais recente jornada da Série A da Divisão de Honra da AFB, o FSC recebeu e venceu o ARC Águias de Alvelos por 3-0, resultado que permite manter firme o objetivo da subida de divisão.

Na próxima jornada, marcada para o dia 1 de fevereiro, o Forjães Sport Club recebe o Emilianos FC, naquele que será o primeiro jogo da segunda volta do campeonato.

CLASSIFICAÇÃO

	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1	GD Joane	74	34	21	11	2	48	18	+30
2	Maria da Fonte	68	34	20	8	6	74	38	+36
3	AD Oliveirense	67	34	20	7	7	58	33	+25
4	GD Prado	58	34	17	7	10	58	36	+22
5	Santa Maria FC	57	34	16	9	9	73	48	+25
6	SC Cabreiros	55	34	15	10	9	55	36	+19
7	Forjães	53	34	15	8	11	63	56	+7
8	Ponte	52	34	14	10	10	49	38	+11
9	CD Celeirós	49	34	15	4	15	50	44	+6
10	Vieira	47	34	13	8	13	51	42	+9
11	Merelinense	45	34	12	9	13	45	48	-3
12	S.Paio D'Arcos FC	44	34	13	5	16	41	42	-1
13	GD Selho	41	34	11	8	15	45	52	-7
14	AD Ninense	40	34	12	4	18	47	68	-21
15	Desp. Ronfe	39	34	10	9	15	49	59	-10
16	Berço SC	30	34	7	9	18	44	70	-26
17	Bairro FC	27	34	8	3	23	35	52	-17
18	FC Amares	4	34	1	1	32	20	125	-105

Compromisso com a excelência desportiva

O Forjães Sport Club recebeu, dia 12 de janeiro, a Visita Técnica Presencial da Equipa de Certificação da Federação Portuguesa de Futebol (FPF). Esta iniciativa decorreu no âmbito do Processo de Certificação de Entidades de Futebol Masculino promovido pela FPF.

A visita foi conduzida pelo Professor Rui Vasquinho, membro da equipa certificadora. A sua intervenção não se limitou à necessária reunião com os responsáveis técnicos pela formação do clube, adicionalmente ministrou uma palestra de vital importância sobre integridade desportiva. Os temas abordados incluíram a prevenção do match-fixing (manipulação de resultados), os direitos humanos no desporto e a ética desportiva, pilares essenciais para a sustentabilidade da modalidade.

Este evento representa um momento marcante que evidencia, de forma inequívoca, o trabalho meritório que tem vindo a ser desenvolvido no seio do clube. Esta visita reafirma a nossa inabalável ambição de atingir a excelência organizacional e desportiva, consolidando o compromisso estratégico da direção com o crescimento sustentado e a valorização global do futebol, desde a formação de base até aos escalões superiores.



Veteranos voltam à competição

O Campeonato Concelhio de Futebol de Veteranos de Esposende, arrancou no dia 24 de janeiro, no Estádio Horácio Queirós, em Forjães. A competição de Futebol 7, organizada pelo Município ao longo de seis meses, reúne 12 equipas e mais de 200 atletas com idade superior a 35 anos. O Forjães Sport Club, como habitualmente está representado com uma equipa.

Com o objetivo de promover estilos de vida saudáveis e o convívio, os jogos decorrerão aos sábados à tarde em vários estádios do concelho, com entrada livre. O calendário completo pode ser consultado no Portal do Desporto de Esposende.

Campeonato Concelhio de Futebol Infantil

O Campeonato Concelhio de Futebol Infantil de Esposende iniciou a sua edição de 2026 no dia 25 de janeiro, em Apúlia, reunindo cerca de 700 atletas e 42 equipas de dez clubes locais. O Forjães Sport Club compete em todos os escalões da competição, proporcionando assim aos seus atletas momentos de competição, lazer e socialização com os jogadores dos outros clubes do nosso concelho. O evento, que se estende até ao final de maio com jogos quinzenais e entrada livre, é totalmente financiado pelo Município de Esposende, que assegura a logística e materiais para garantir a igualdade no acesso ao desporto. Homologada pela Federação Portuguesa de Futebol, a competição integra o Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo municipal e visa impulsionar a formação jovem e o aumento de praticantes federados na região.

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

O FORJANENSE, 2 de fevereiro de 2026, nº 425

PUBLICIDADE

Cartório Notarial de Andreia Amaral de Esposende

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

CERTIFICO que, a fls. 8 e seguintes, do livro n.º 376-A, de "Escrituras Diversas", deste Cartório, se encontra exarada com a data de vinte e sete de janeiro de dois mil e vinte e seis, uma escritura de **justificação** na qual: **MARIA LAPEIRO DE SÁ ARAÚJO** (NIF 157 733 246) e marido **DAVID DIAS ARAÚJO** (NIF 125 244 673) casados sob o regime da comunhão de adquiridos, ela natural da freguesia de Antas, do concelho de Esposende, ele natural da freguesia de Caségas, do concelho da Covilhã, e na primeira residentes na Rua Mato do Campo, n.º 10, **DECLARARAM**: -----

Que são donos e legítimos possuidores, com exclusão de outrem de **metade indivisa** do prédio **rústico**, composto por cultura de regadio, com a área de quinhentos e setenta vírgula trinta e nove metros quadrados, sito no Sítio de Perqueira, na freguesia de Antas, do concelho de Esposende, descrito na Conservatória do Registo Predial de Esposende sob o número

TRÊS MIL TREZENTOS E SETENTA E CINCO / ANTAS, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **2750**, com o valor patrimonial IMT correspondente àquele direito de € 21,90, e o ora atribuído de cem euros. -----

Que, não possuem título formal que lhes permita registar na competente Conservatória aquele direito correspondente à restante metade indivisa que detêm sobre o citado prédio, mas que, no entanto, sempre estiveram na detenção e fruição do mesmo, durante mais de vinte anos, detenção e fruição essas adquiridas e mantidas sem qualquer violência e exercida 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 e traduziu-se nos factos materiais conducentes ao integral aproveitamento daqueles direitos sobre o dito prédio, nomeadamente cultivando o prédio, limpando-o, colhendo os seus frutos, inclu-

sive administrando-o 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 **USUCAPIÃO**, do direito de propriedade daquele direito sobre o dito prédio, direito este que, pela sua própria natureza, não pode ser comprovado por qualquer título formal, em virtude de aquele direito de metade indivisa sobre o supra mencionado prédio ter sido por eles adquirido, por escritura de compra e venda nunca reduzida a escritura pública, feita por Helena Rodrigues da Cunha e marido Manuel Pedreira Rodrigues, casados segundo o ordenamento jurídico português sob o regime da comunhão geral de bens, e residentes que foram habitualmente em 24, Rue de Bagnaux, Saint-Pierre-lés-Nemours (Seine-et-Marne), França, em data que não sabem precisar, mas sabem ter sido no de mil novecentos e oitenta e seis, e em mo-

mento anterior à partilha de herança que deu causa à inscrição de aquisição que incide sobre o dito prédio e que se mostra efetuada a seu favor. -----

E, para suprir a falta de título formal que lhes faculte a prova dos seus direitos, base do registo que pretendem fazer a seu favor, prestam estas declarações para efeitos de primeira inscrição daquele direito no Registo Predial. -----

Assim, afirmam e declaram que, são eles, com exclusão de outrem, os donos e legítimos possuidores daquele direito ora justificado sobre o prédio rústico acima identificado. -----

Declarações confirmadas por três testemunhas.-----

Está conforme o original, na parte transcrita e certificada. -----

Esposende, 27 de janeiro de 2026.

A Notária,

(Andreia da Silva Amaral)

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

Palavras Cruzadas

Manuel Torres Jacques

Horizontais

1º tímido; fruto silvestre = 2º Deus do vinho; Deus dos nórdicos = 3º fileiras; satélite que gira em torno da terra; ave pernalta = 4º oferece; zumbido; brisa = 5º escarneze; estudei = 6º vadiar = 7º dialeto românico falado ao sul da Loire e os Pirenéus; Tânia Silva = 8º preposição; turvo; desacompanhado = 9º víscera dupla; medida de superfície; astro rei = 10º vinho considerado como medicinal; corrente navegável = 11º inseto díptero, espécie de mosca; guardar silêncio =

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

Verticais

1º pároco; vinho muito estimado na Andaluzia = 2º chapa de ferro, para unir, topo a topo, dois troços de carris; veio mineral, no seio da terra = 3º mau cheiro; curso de água natural; tritura = 4º luto; corpo simples metálico, usado nas indústrias; Lúcia Ribeiro = 5º o lado do vento; instrumento agrícola = 6º nome do estado que se dava ao Rio de Janeiro = 7º aliança democrática; comunidade europeia = 8º pedra do moinho; ave de rapina da Índia; nota musical = 9º composição poética, dividida em estrofes simétricas; caminhavas; rei dos temperos = 10º pequena abertura; óxido de sódio = 11º santo de grande devoção; relativo ao sol =

soluções pág. 6

Talhos Sr^a da Graça, Lda

**carne verde
fumada
salgadas
carne de cavalo
porco preto
todo o tipo de caça (por encomenda)**

I Rua Pires, 201 / 4740-446 Forjães / Tel. 253 871 353; tlm. 919 038 529

II Av. Santa Marinha, C. C. Duas Rosas / 4740-438 Forjães / Tel. 253 872 726; tlm. 917 658 007

As janeiras

Alguns apontamentos sobre as janeiras e os Reis, e como chegam até aos dias de hoje



Carlos Couto

As Janeiras são um pouco mais do que o "para piri-pan" do Zeca Afonso, e do que músicas adaptadas com letras desenquadradas, mas os mais distraídos podem não reparar.

O nosso país e a nossa região têm tradições de janeiras bem mais antigas e representativas na comunidade. Sendo esta manifestação cultural uma convergência de tradições e vivências.

Muito mais se poderia acrescentar sobre esta temática, mas, de forma resumida podem referir-se duas dimensões desta

tradição tão portuguesa:

1 - A dimensão espiritual e comunitária, além da celebração do nascimento do menino Jesus, está presente o culto dos mortos, sendo o culto das almas do purgatório ou almas santas uma manifestação presente que do cristianismo para celebrar os mortos durante o ciclo de inverno de depois do mês de novembro (onde se celebram os fiés defuntos). As populações tinham necessidade de não deixar esquecer os que já partiram. Este costume foi certamente impulsionado pela contra-reforma, originando várias formas populares artísticas com cânticos populares alusivos a este tema, e a tradição começa a ter relevância na sociedade no século XVI.

Em muitos lugares foi salvaguardada pelas irmandades, surgindo em toda a região minhota muitas melodias parecidas até mesmo com a vizinha galiza.

2 - A dimensão humana e de pedincha e da boa disposição evocando os reis magos e também a alegria própria dos antigos ritos

do solestício de inverno, saudando os moradores no início do novo ano e agradecendo a oferta. Era uma época pobre em que os mais necessitados aproveitavam para pedir bens alimentares em troca de uma cantiga sem que "parecesse tão mal", cantavam-se cantigas e quadras a evocar a boa-vontade, a agradecer ou até mesmo a repudiar caso não abrissem a porta ou negassem a ajuda. Esta versão, Leite de Vasconcelos considera que descende das festas romanas dedicadas às comemorações do início do ano agrícola, um rito pagão que a igreja assimilou.

Em suma, a ligação à natureza e ao sagrado convergem nesta tradição tão enraizada no minho.

Para o efeito existem vários cantos e responsórios musicais passados de geração em geração cuja letra exprime o que acima foi explicado.

Boa noite meus senhores
As Janeiras vimos cantar
Se os senhores nos dão licença
Nós as vamos começar.

A pombinha vai voando
Por cima do olival
Viva o patrão desta casa
Sua família em geral.

(Recolhidas no vale do neiva)

Esta casa é caiada
E forrada a pano cru
O dono que nela mora
Tem um buraco no cu

Esta casa cheira a unto
Esta casa cheira a breu
Aqui mora algum defunto
Ou mora aqui algum judeu.

(Recolhidas no vale do neiva)

Embora com variações na letra de terra para terra, há uma melodia cristalizada na comunidade, na região do vale do neiva e que passou de geração em geração.

CRÓNICA

Saúde

A Síndrome Geniturinária da Menopausa (SGM)



Marina Aguiar*

A Síndrome Geniturinária da Menopausa (SGM), é um conjunto de alterações nos tecidos geniturinários da mulher, resultado da diminuição dos níveis de estrogênio durante o climatério e a menopausa

. Os sintomas podem variar de leves a graves, afetando a função geniturinária, a sexualidade, os relacionamentos e a qualidade de vida da mulher.

O que causa a SGM?

A SGM é causada pela redução na pro-

dução de estrogênio nos ovários, que ocorre naturalmente com o envelhecimento e a menopausa. Essa diminuição hormonal leva a alterações na vagina, uretra e bexiga, como:

• **Ressecamento vaginal:**

A mucosa vaginal torna-se mais fina e menos lubrificada, causando desconforto e dor durante a relação sexual.

• **Irritação e inflamação:**

A região genital pode ficar mais sensível e propensa a infecções devido à alteração do pH vaginal e da flora natural.

• **Dor e desconforto:**

A dispareunia (dor durante a relação sexual) é um sintoma comum, assim como a sensação de queimação e coceira na região.

• **Alterações urinárias:**

É possível ocorrer incontinência urinária, urgência e frequência miccional aumentada, e infecções urinárias recorrentes.

• **Alterações na libido:**

A diminuição do desejo sexual também pode ser um sintoma da SGM.

Diagnóstico e tratamento

O diagnóstico da SGM é baseado nos sintomas apresentados pela paciente e na exclusão de outras causas. Não é necessário medir os níveis hormonais para confirmar o diagnóstico.

O tratamento visa aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida da mulher. As opções incluem:

• **Lubrificantes e hidratantes vaginais:**

São indicados para o alívio do ressecamento e da dor.

• **Estrogênio vaginal:**

Pode ser utilizado em forma de cremes, anéis ou comprimidos para restaurar a espessura e a lubrificação da mucosa vaginal.

• **Terapia de reposição hormonal (TRH):**

Em alguns casos, a TRH pode ser indicada para tratar os sintomas gerais da menopausa, incluindo a SGM, mas a decisão

deve ser individualizada, levando em conta os riscos e benefícios.

• **Outras opções:**

DHEA intravaginal, ospemifeno (um modulador seletivo do receptor de estrogênio) e terapias a laser também podem ser consideradas.

Importância do tratamento

A SGM pode ter um impacto significativo na qualidade de vida da mulher, afetando sua sexualidade, relacionamentos e autoestima. Buscar ajuda médica e seguir o tratamento adequado pode melhorar significativamente os sintomas e a qualidade de vida da mulher na menopausa.

É fundamental que as mulheres conversem abertamente com seus médicos sobre os sintomas da SGM e discutam as opções de tratamento mais adequadas para o seu caso.

**Médica Dentista*

CULTURA: ACOMPANHANDO O GADTF

O nosso mês de janeiro

Esta edição foi enriquecida com a colaboração do GADTF. Agradecemos a participação e esperamos poder continuar a contar com este contributo no futuro, tal como acontece com outras associações locais que fazem parte ativa da nossa comunidade.

Teve lugar, no dia 4 de janeiro, na Igreja Matriz de Esposende, mais uma edição dos Cantares ao Menino, que voltou a reunir muito público num ambiente de grande proximidade e celebração da tradição. A igreja esteve repleta para assistir a um espetáculo que contou com a participação do Rancho Folclórico de Zebreiros e com a presença especial do Coro dos Pequenos Cantores de Esposende. Este encontro permitiu um cruzamento de tradições entre o GADT Forjães e o CPCE, resultando num momento único de cor, emoção e magia, cuja forte aceitação abre perspectivas para novas colaborações e espetáculos no futuro próximo.

Paralelamente, manteve-se viva a tradição do cantar das Janeiras de porta em porta, em Forjães. Apesar de um ano marcado por condições meteorológicas nem sempre favoráveis, foi possível concluir todo o percurso até ao dia 31 de janeiro. Em todas as visitas, o grupo foi calorosamente recebido, sentindo-se um apoio crescente da comunidade, que abriu as suas portas, reuniu famílias e crianças para ouvir e incentivou a continuidade desta tradição. O grupo deixa um agradecimento a todos os elementos que, com esforço, dedicação e espírito de união, tornaram possível mais uma edição desta iniciativa.

Relativamente ao cantar das Janeiras de porta em porta, para além da freguesia de Forjães, esta tradição tem vindo a ser cada vez mais levada a casas de amigos e familiares fora da freguesia, que fazem questão de convidar o grupo e de abrir as suas portas, contribuindo assim para a sua preservação e divulgação.

Durante o mês de janeiro, o grupo esteve igualmente presente em outras atividades de cariz cultural e tradicional. Destaca-se o cantar junto ao presépio no "Souto dos Sonhos", realizado no dia 6, momento que marcou o encerramento desta iniciativa. O grupo participou ainda no Encontro de Cantares do Ciclo Natalício, realizado no Mosteiro da Igreja de Santa Cruz, em Coimbra, a convite do Grupo Etnográfico da Região de Coimbra. No passado domingo, dia 25, o grupo realizou igualmente duas atuações, marcando presença na Romaria de Santo Amaro, em Belinho, e na celebração do 70.º aniversário do Grupo Folclórico de Palmeira de Faro, contribuindo com a sua música para momentos de convívio e celebração junto da comunidade.



KAPUZ®

**LAVANDARIA
SELF-SERVICE**

SECAR

LAVAR

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

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

**FORJÃES
SPORT
CLUB**

NOITE DA CABIDELA
FORJÃES SC
21.02 | 20H

**ESCOLA BÁSICA DE
FORJÃES**

6-12 anos - 12,5€
>12 anos - 25€

Reservas | 914 915 947 | 916 886 551