



Paga a quantia de...  
 de...  
 de...  
 de...

Recebido em...

PAGO

Recebido em ESPOZENDE  
 em 28 de Setembro de 1904

Domingo 25 de Setembro de 1904

N.º 633

# O POVO ESPOZENDENSE

SEMANARIO INDEPENDENTE

Redacção, administração e typographia — Rua Velga Beirão n.º 7 a 9 (antiga Rua Direita) — Espozende

«O Povo Espozendense» é o unico jornal que se publica n'este concelho.

## O leite e as suas victimas

III

Já vimos o que pode fazer o leite, quando administrado ás creanças atacadas de diarrhea, e, no entanto, é noção corrente que toda a gente, por conselho de medico ou sem previa consulta d'elle, o adapta como regimen, desde o momento em que sente um desarranjo intestinal qualquer.

De resto, os medicos foram por tal fórma educados n'essa especie de culto do leite, que o consideram como uma verdadeira panacea applicavel a todas as molestias e a todos os doentes. Qual é a affecção febril em que o doente não seja logo submettido ao regimen lacteo «alimento e ao mesmo tempo medicamento»? E se o doente nausea o leite ou se o não supporta, o medico acha sempre nos seus livros mil e uma receita para que o seu cliente aceite o liquido que aborrece. Ora o cerebro physiologista Parloff demonstrou—e ha dois annos atraz já tivemos o ensejo de conversar a esse respeito com os nossos leitores—que um alimento ingerido, não diremos com repugnancia, mas até simplesmente sem prazer, permanece horas inteiras no estomago sem ser digerido, cumprindo ainda accentuar que, quando o seja, nunca é de um modo completo. N'essas condições, comprehende-se o que vem a ser a nutrição de um doente que, durante semanas e mezes, se vê obrigado a tomar só um alimento, que não pode digerir.

Ha, além d'isso, uma outra razão, em virtude da qual, gozemos ou não de boa saúde, ficamos sendo victimas do leite, porque não sabemos tomal-o.

A creança alimentada ao seio ou ao biberon não bebe o leite, chupa-o. O leite penetra no seu estomago em porções extraordinariamente diminutas, e a verdade é que cada bebé gasta um quarto de hora ou vinte minutos para sorver todo o conteúdo do seu biberon. Acresce a isto que a sucção que caracteriza o acto de chupar, faz correr a saliva e os fermentos digestivos que n'ella se encontram, atacam logo cada golada de leite antes que esta passe ao estomago. Esse primeiro trabalho de digestão concorre fortemente para auxiliar o suc-

co gastrico, que ataca tanto mais facilmente o leite, quanto é certo que este, penetrando em pequenas porções, se coagula em pequenissimos flocos. Por todas estas razões, o leite que a creança chupa é facilmente digerido.

Nós não chupamos, porém, esse liquido: bebemo-lo, penetrando assim no nosso estomago sem ser misturado com a saliva, como se o tivessemos derramado n'um reservatorio. E é exactamente por isso que elle se coagula, não em diminutos flocos, mas sim formando uma massa compacta, da qual só a superficie será effizamente atacada e transformada em succo gastrico. Quer isto dizer que o leite, ao passar para o intestino, vae incompletamente digerido, com grande satisfação dos microbios peptonizantes, proteoliticos ou outros, que, com a caseina coagulada, não deixam de fabricar uma infinidade de venenos mais ou menos chimicos, de cujos acidos sufo-conjugados, o indol, o scatol, o amoniaco, sem falar noutros, são dignos representantes. Se o nosso figado e os nossos rins funcionam bem, esses venenos serão eliminados ou transformados, e o mal não será muito grande; mas virá a selo no dia em que aquelles orgãos se sentirem fatigados ou sobrecarregados? A partir de esse dia, ver-se-ha desenvolver-se toda uma serie de accidentes, que a intoxicação lenta do organismo pelos venenos formados no intestino provoca. E dizer-se que, em cada dez casos d'esses, apenas nove accidentes serão combatidos... pelo leite!

Depois de tudo isto, fica justificada a epigrapha que demos a este artigo: guardadas as devidas proporções, o leite faz tantas victimas como alcool. Esta opinião do dr. Meunier é ainda corroborada pela do dr. Guinou, que, n'um recente artigo, disse que o «abuso do leite» acarreta «perturbações de tal gravidade que a gente difficilmente acreditaria, se não as tivesse observado em si proprio».

Os nossos leitores comprehenderão, de certo, que não é contra o leite, mas sim contra o abuso d'esse liquido que nos insurgimos. Para precisar bem o nosso pensamento, dizemos que o leite é um excellente alimento, de primeira ordem mesmo, que pode e deve figurar na nossa mesa ao lado da perna de carneiro, do roast-beef, dos legumes ou das saladas. Mas é preciso que todos se compenem de

que o leite, sendo um alimento albuminoide e de forma alguma uma bebida hygienica e refrigerante, não se deve tomar em grandes quantidades, sob pena de se exporem a todas as consequencias da super alimentação.

E' por isso—tal será a nossa conclusão—que eu desejaria que em todos os refeitórios se affixasse um cartaz no qual estivessem escriptas estas palavras: «Não se deve abusar do leite».

Dr. R. Rome.

## MAC-KINLEY

O presidente da Republica dos Estados Unidos, foi assassinado a 9 de setembro de 1901 e nasceu em 1844, em Milles, Estado do Ohio.

Tinha pouco mais de 17 annos quando rebentou a guerra da Secessão, e comtudo permitiram-lhe que se alistasse no exercito, obtendo o gráo de maior. Por isso os seus compatriotas designavam o ás vezes familiarmente com esse titulo, que, como ninguem ignora, se prodigaliza d'uma maneira extraordinaria n'aquelle paiz.

Em 1869 abandonou as armas, e utilizando-se do seu titulo d'advogado, dedicou-se ao exercicio d'essa profissão, sendo pouco depois nomeado procurador do condado de Stark. Como a magistratura não lhe agradava, entregou-se á politica, que lhe offerecia maiores horizontes.

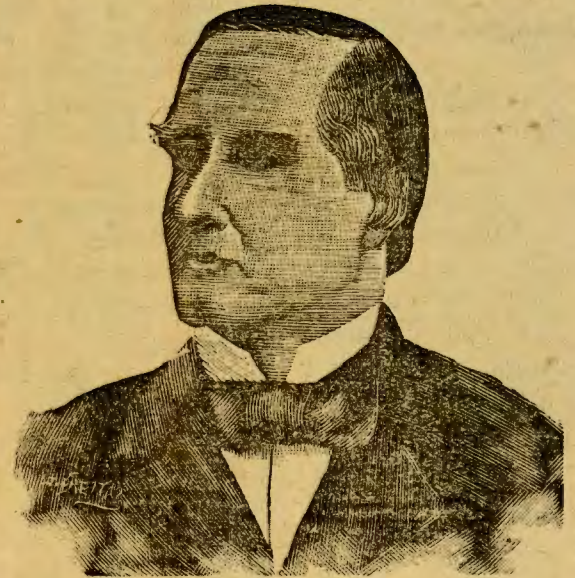
Principiou a fazer-se conhecer como epostolo da temperança, e o alcoolismo não encontrou maior inimigo do que elle.

N'um dos seus programas politicos, chegou a dizer que faria prohibir, não só os licores, mas também o vinho em todo o territorio da União.

E assim alcançou grande auctoridade entre as sociedades de temperança, que por ali são numerosas, e com tanto zelo se dedicou á propaganda theorica das suas doutrinas.

Em 1876 foi enviado pelo Ohio como um dos seus representantes ao congresso de Washington, mas nem então nem depois se tornou a lembrar d'aquelle programma, em que promettia aos vinhos e bebidas alcoolicas tão rude guerra.

Empreheu uma campanha ardente e encarniçada a favor do proteccionismo americano, o que lhe grangeou sympathias. Em 1896 os favorecidos com a protecção, levaram-o á presidencia da republica.



MAC-KINLEY

Relativamente pobre, Mac-Kinley viveu muito tempo com o producto do seu trabalho, até que casou por amor com a filha d'um rico banqueiro de Cantão.

Mac-Kinley era muito alto e cheio de carnes, o nariz grosso, as maçãs do rosto salientes, e dizem que na figura se parecia com o grande Napoleão.

As tropelias que, apoiadas no mais indiscutivel dos direitos—o direito do mais forte—tem usado a nação norte-americana, não nos ha-de impedir de confessar que tem coisas... boas, archiboas. E assim é occasião de lembrar, appauidir e admirar o excellente exemplo de independencia e de respeito á egualdade e á lei que deu o municipio de Nova-York e os seus magistrados, á custa do mesmissimo Mac-Kinley.

Nas cidades da União, como em todas as europeas, proprietario que quer construir um edificio ou restaurar exteriormente o que possui, é obrigado a pedir licença á administração publica. O presidente da republica, que além de desempenhar a 1.ª chefatura do Estado, era também senhorio, notou um dia que uma propriedade sua, sita não me lembra em que rua neoyorkina, precisava ser reedificada por completo. Mandou chamar um architecto, o qual traçou o plano, e logo vieram os pedreiros que principiam a trabalhar com o ardo proprio de homens que teem a alta honra de serem

empregados no serviço da primeira republica do mundo.

Mas Mac-Kinley prescindira d'uma pequena e previa formalidade administrativa que julgou completamente inutil, e mesmo depressiva, tratando-se de um homem que, como elle, governava setenta milhões de subditos. Não pediu a licença regulamentar, da qual, naturalmente, se julgava dispensado varão de tanta alteza e de taes merecimentos. Os chefes da administração municipal não o suppozeram assim, e, segundo parece, puzeram se furiosos, vendo que o presidente andava com tanta desventura.

—A esse senhor ha que cortar-lhe as azas, disseram, dar-lhe uma lição e ensinar-lhe que ninguem, e muito menos elle, está no direito d'atropellar os regulamentos.

Principiam por mandar suspender as obras e logo denunciaram o facto presidencial á jurisdicção competente.

Em certos paizes, e especialmente n'um que eu sei, tal medida e no caso d'alguem se atrever a intental-a, teria passado as passas do Algarve. E não só as obras continuariam, mas os que tinham tido a ousadia de as embargar, seriam suspensos do emprego e ordenado, processados e enclausurados. E quanto a encontrar juizes que se arriscassem a admitir o processo e a seguir os seus tramites... temos conversado.

Pois houve em Nova-York.

Mac-Kinley foi citado como se fosse o ultimo proprietario urbano dos seus dominios.

E como não compareceu, condemnaram-o á revelia, a pagar uma multa de dez dollars por transgressão dos regulamentos municipaes, as custas do processo e do expediente administrativo.

Mac-Kinley soffreu terrivelmente por essa lição dada ao seu orgulho que era excessivo, não teve, porém, mais remedio do que engulir em secco, e enviar, interiormente, para todos os diabos, os juizes. Calculem-se os commentarios que no publico e na imprensa se fizeram sobre a conducta d'um homem que imaginava ser um Nelson e um Napoleão. As victorias de Dewey e Sampson, os destruidores em Cavite e em Santiago d'inoffensivos navios hespanhoes, tinham subido ao bom Guilherme á cabeça, imaginando que fôra elle proprio que as alcançara, e por isso estranhou ser tratado como qualquer dos seus cidadãos. E se o interrogassem familiarmente sobre o caso, era muito facil que respondesse a quem lhe lançasse em cara o ter violado a lei, como argumento sem replica:

—Não lhes disse eu que quando o fiz era presidente da republica?

Ruy de Barros.

## CORRESPONDENCIAS

### S. Paio d'Antas 22 de setembro

Os acontecimentos mais sensacionais dos ultimos dias foram sem duvida as duas festividades, a Santa Tecla no dia 4 e Senhora dos Remedios no dia 18.

A primeira revestiu-se de aparato externo desusado; cumprindo-se o que nos tinham annunciado e que relatamos em 31 do mez findo. Realmente foi uma novidade para esta boa gente verem no rio Neiva, no local proximo da capellinha barcos profusamente illuminados e com a philharmonica da terra a tocar até altas horas da noite. A festa religiosa tambem não desluziu da dos annos anteriores.

Relativamente á da Senhora dos Remedios revestiu-se de todas as galas das maiores solemnidades d'estes sitios.

Pena foi que a chuva que cahiu na vespéra inutilisasse as illuminações e affuscasse o brilho do fogo. Ainda assim nos intervalos que a chuva dava queimou-se muito fogo do ar e de excellente effeito. Os tres pyrothechnicos: Cruz, d'esta freguezia; Deveza, do Porto e Castro, de Vianna a apresentaram os productos mais affamados e modernos da sna industria. No dia seguinte a festa religiosa a que presidiu o rev.º Padre Ledo acolitado pelos rev.ºs Padre Torres, parochó encomendado de Forjães e Padre Candido professor do Seminario de Braga, e serviram de mestre de ceremonias os rev.ºs Abbade de Belinho e Reitor d'esta freguezia teve a imponencia que é propria de taes solemnidades. O rev.º Padre Antonio Coutinho produziu um sermão digno do assumpto; e de tarde como a chuva não permittisse a sa-

hida da lusida procissão, que devia ser abrilhantada com 15 anjinhos, o rev.º Padre Silvino de Souza, digno director da officina de S. José, em Vianna recitou um sermão magnifico prendendo a attenção do selecto auditorio que o redeava cerca de tres quartos de hora, sendo no fim muito felicitado.

O rev.º Padre Ledo offereceu um opiparo jantar aos seus amigos em caza da familia Barros, onde vive.

A' meza, em forma de ferradura tomava a presidencia o Snr. Dr. José Bernardino, tendo á direita a snr.ª D. Maria da Conceição Azevedo, Tudella, tenente de artilharia, D. Maria Candida Sotto Maior e Dr. Augusto Monteiro. A' esquerda a snr.ª D. Maria da Gloria Monteiro, M. Azevedo, D. Albertina Nogueira e Dr. Vieira Araujo. Tinha por vis-a-vis o rev.º Padre Ledo, e snr.ª D. Maria Adelaide Sotto-Maior e D. Isabel Monteiro.

O banquete foi profuso de iguarias e excellentemente servido.

Após o dessert pronunciaram-se bellos discursos: o distincto segundista João Barros em nome de dono da caza, seu irmão Manoel, agradecendo a honra que lhe davam tantas senhoras e cavalheiros aceitando o convite que elles e promotor da festa o rev.º Padre Antonio Ledo lhes haviam feito. Seguindo-se-lhe o Dr. Araujo, o Dr. José Bernardino e Dr. Monteiro que fizeram brindes eloquentes ás senhoras, ao P.º Ledo, familia Barros, etc. A' meza tomavam parte 37 convivas que se retiraram gratos pela amabilidade que lhes foi dispensada.

Uma parte dos convivas foi passar a noute ao salar da quinta de Belinho, onde em alegre convívio e as maiores attentões dos illustres donos d'elle se gosou até ás 5 horas da manhã.

Lembra-nos ter visto entre outras as seguintes Senhoras e cavalheiros.

Conselheiro Manoel d'Amorim Novaes e ex.ª esposa; Adolpho de Sampaio e ex.ª mãe; Dr. Novaes, medico em Famalicão e ex.ªs filhas D. Bertilla e D. Rachel; D. Amelia Barros Lima e ex.ªs filhas D. Valentina, D. Etelvina e D. Idalina; D. Maria e D. Isabel Monteiro; D. Bertha; D. Albertina Nogueira; D. Paulina Mello; D. Maria da Conceição e D. Laura d'Azevedo; Padres: Antonio Coutinho, Silvino de Souza, Ledo, Abbade de Belinho e outros; D.ªs Araujo, Monteiro e Couto Soares; João Barros, Ernesto Azevedo, Tullio e outros cavalheiros de distincção cujos nomes nos não occorre á lembrança.

—Hontem houve animado picnic nas margens do rio Neiva promovido pelo Snr. Dr. José Bernardino e familia onde tambem se proporcionou um passatempo de veras agradavel, fazendo-se uma *atracada* no rio Neiva onde se pescaram tainhas e solhas que alli mesmo serviram de refeição a 36 pessoas. A festa terminou no solar da quinta as 5 e meia da manhã de hoje, tendo assistido a ella quasi todos os hospedes do Snr. Dr. José Bernardino.

Agradecemos, penhorados a honra do convite.

A. A.

**BILHETES POSTAES ILLUSTRADOS**  
LINDAS COLLECCOES  
EXPOSTAS Á VENDA NA TYPOGRAPHIA E PAPELARIA ESPOZENDENSE

## NOTICIARIO

### Uma arvore de seis mil annos

As Pyramides, que até agora eram consideradas como os objectos mais velhos do mundo, ficam definitivamente batidas ao que parece n'este *record* da longevidade por uma arvore do Mexico cuja duração, segundo calculam os naturalistas, é de 6:200 annos.

Conheciam-se já arvores de 2:000 annos, como o celebre e gigantesco teixo de Hidson na Inglaterra; de 4:000 annos como o baobah da Africa central chamado baobah de Humboldt.

Mas este grande naturalista pensava que o seu baobah contemporaneo das Pyramides era o decano dos seres vivos.

O cypreste de Chepultepce, no Mexico, que parece ser o tal decano, tem 40 metros de circumferencia. Quanto á sua idade de 6:200 annos se não é exata deve ser muito proxima de verdade, pois que se podem contar os annos das arvores pelas camadas successivas de alborno que se transformam em madeira. E' a sua certidão de idade.

### Movimento marítimo

Sahiram 5.ª feira a nossa barra rebocados pelo vapor «Lynce» da praça do Porto, o hiate «Rio Ave» e o patacho «Fanguero», ultimamente lançados á agua.

A sahida effectou-se bem.

### Estradas

Chamamos a attenção de quem competir para o mau estado em que se encontram as estradas de mactam a dentro do nosso concelho, especialmente a que conduz da Povoia de Varzim a Vianna do Castello, que tem sitios onde quasi se não pode transitar a pé enxuto, haja vista á sahida d'esta villa para o lado sul, e a do lado norte em quasi toda a extensão que corre dentro d'este concelho. E' de uma necessidade urgente serem reparadas para no inverno se poder transitar por ellas sem receio de desastres a lamentar.

Ahi fica o pedido e oxalá elle seja tomado na devida consideração.

### Fonte publica

Temos recebido n'esta redacção diversas queixas sobre a falta de agua na nossa fonte publica.

A agua tem falhado n'aquelle fontenario, o unico que esta villa possui para seu abastecimento.

Era de grande necessidade a camara mandar proceder á devida limpeza no encanamento da agua, onde, segundo nos dizem se perde bastante agua pelo mau estado d'elles, vertendo e ainda por limo que contem.

Bom será que sejam dadas as devidas providencias para se evitar reclamações e queixas.

### Cangosta do Aréal

Voltamos a chamar a attenção de quem compete para este indecente foco de immundices, que alquem sem o menor respeito pelo aceio publico e preceitos hygienicos ali lança tudo que lhe apraz.

Era de grande conveniencia o zelador d'esta villa indagar das infracções e applicar-lhes o de-

vido correitivo fazendo assim cohibir esses abusos que são o que ha de mais prejudicial á boa hygiene de uma povoação.

### Uvas

Tem sido abundante este anno o mercado de uvas que das aldeias circumsvisinhas tem aqui concorrido, porém por preço relativamente caro attento a abundante colheita.

Queixam-se muitas pessoas, e com razão, de umas murliheres que compram para diversos particulares á entrada da villa, promettendo sempre por cada cesto quantins superiores ao seu valor, só com o ganancia em **20 reis** que recebem em cada cesto de quem lh'as encomenda. Isto representa um logro para quem tem necessidade de comprar uvas; pois dando 20 reis em cada cesto paga muitas vezes mais caro em cada cesto 120 a 200 reis por causa da rivalidade que ha entre as compradeiras que se guerreiam, sendo assim prejudicada a pessoa a quem as uvas são destinadas.

Cremos que n'este sentido já algumas providencias se deram, o que não impede que se façam cumprir por completo—prohibindo a compra por caminhos, fazendo se a sua vendagem na praça publica.

### FESTIVIDADE EM HONRA DOS SAGRADOS CORAÇÕES DE JESUS E MARIA

Nos dias 29, 30 do corrente, 1 e 2 de Outubro tem logar a festividade em honra dos Sagrados Corações de Jesus e Maria, que se veneram na Igreja Matriz d'esta villa.

Na 5.ª feira, 29 do corrente começam os exercicios pelas 4 horas da tarde, sendo a pratica d'este dia e dos seguintes, feito pelo Rev.º P.º Manoel Estevão Ferreira, dignissimo abbade de Anta, diocese do Porto, que nos dizem ser um orador apreciabilissimo.

Na sexta e sabbado exercicios e praticas pela mesma hora.

Em todos estes dias ha exposição do S. Sacramento, em docel apropriado, no altar do Coração de Maria.

No domingo pelas 8 horas da manhã primeira communhão de meninos e meninas; ás 11 horas exposição solemne do S. Sacramento, missa a grande instrumental pela apreciada capella da Banda dos Bombeiros Voluntarios de Barcellos, sermão ao Evangelho pelo atraz citado orador e ás 3 e meia da tarde solemne Te Deum e pratica.

Os exercicios são feitos por ecclesiasticos do Seminario e Sé do Porto, sendo acompanhados a *harmonium* pelo rev. padre João Espirito Santo, secretario do ex.ª rev.º Bispo do Porto.

Haverá sacerdotes para todas as pessoas que queiram confessar-se, ganhando assim as indulgencias que são concedidas a todos aquelles que se confessarem e commungarem n'estes dias.

Apesar d'esta festa ser só de Igreja a Banda dos Bombeiros Voluntarios de Barcellos tocará nas ruas e n'um coreto, que nos parece, vae ser levantado na praça Conde de Castro, até as 8 horas da noite.

**BILHETES POSTAES ILLUSTRADOS**  
A' venda n'esta typographia

### Novo folhetim da «Epoca»

Este nosso presado e apreciado collega da capital, encetou ha dias a publicação, em folhetim de um sensacional e interessantissimo romance subordinado ao titulo de *A' volta d'uma herança*, original de um distincto escriptor.

A *Epoca* que tem sempre primado na selecção dos seus folhetins no intuito evidente de proporcionar aos numerosissimos leitores horas de leitura agradável e sã, mais uma vez obedeceu ao mesmo principio, apresentando a publico esse excellent romance.

*A' volta d'uma herança* que foi expressamente escripto para a *Epoca*, é a historia fiel de uma familia odiada e perseguida pela ambição dos homens e pelo egoismo social;—historia cheia de situações empolgantes e que hade dominar por completo o espirito de todos aquelles que a lerem.

Como litteratura é um verdadeiro mimo onde se afirma uma pena brilhante e um grande intellecto; pelo menos essa impressão que nos deixou a leitura dos folhetins já publicados.

Após o illustro collega enviamos, pois, as nossas felicitações pelo bello e palpitante romance cuja publicação iniciou, e que indubitavelmente vae fazer a delicia dos seus muitos leitores a quem tambem, e por tal motivo, damos os parabens.

Chegou hontem a esta villa o nosso presado amigo snr. Valentim Ribeiro Vianna, digno 2.º sargento d'infanteria 8, que ha annos se achava na Africa.

As nossas boas-vindas.

Encontra-se aqui o nosso bom amigo snr. Delfino Miranda Sampaio, habil escrivão de direito na comarca de Caminha.

Acompanhado de sua ex.ª mana e filhas do snr. Domingos José d'Oliveira, conceituado negociante do Porto, acha-se n'esta villa o nosso particular amigo snr. Francisco da Rocha Gonçalves, intelligente socio da Casa Oliveira, d'aquella cidade.

Já se encontra entre nós o snr. Alfredo Campos digno chefe de conservação ultimamente nomeado para este concelho.

### Fallecimento

Por noticias recebidas do Rio de Janeiro, sabe-se ter fallecido ali o snr. Francisco José Salgado, filho do snr. Damião José Salgado, cortador de carnes verdes d'esta villa, a quem por este motivo enviamos sentidos pezames.

Tem estade um pouco borrascoso os ultimos dias da semana finda.

**Não ha doencas que sejam tão desprezadas** como as da garganta e dos pulmões; e não ha tambem doencas em que a negligencia seja mais perigosa e fatal. Sob o ponto de vista da segurança, economica e conforto, recomendamos com insistencia a uso do

"Peitoral de Cereja do Dr. Ayer, aquelles que soffram d'uma pequena constipação, ou tosse ligeira." Uma ou duas doses tomadas a tempo modificam uma constipação ou tosse e impedem o perigoso desenvolvimento que muitas vezes adquirem estes incommodos familiares. O "Peitoral de Cereja do Dr. Ayer," não deve ser confundido com qualquer "xarope para tosses, balsamo pulmonar," ou "elixir," ou outro qualquer preparado semelhante vendido para a cura da tosse. A differença entre as duas qualidades de remedios é obvia: ao passo que os outros medicamentos unicamente alliviam, o "Peitoral de Cereja do dr. Ayer," ataca a doença pela raiz e extermina-a.

Venda nas boas pharmpcias e drogarias.

**Encyclopediã Portugueza Illustrada**

Recebemos o fasciculo 315 d'este acreditado dictionario universal, publicado sob a direcção do snr dr. Maximiano Lemos, lente da Esc la Medico-Cirurgica do Porto.

Comprehende 398 artigos e 12 figuras e abrange os vocabolos "Luchou," a "Luiz".

Continua a assignar-se este excellento dictionario em todas as livrarias e no escriptorio da empreza Lemos & C., successor, Largo de S. Domingos, 63-1.º, Porto. Em Lisboa, são correspondentes os snrs. Belem & C., Rua do Marechal Saldanha, 26.

**Uma historia que é a vossa historia**

A historia do snr. Joaquim Pinto da Cunha, residente na cidade do Porto, Rua de S. Victor, 439, é a propria historia de todos vós. Achava-se esse cavalheiro acommettido de fraqueza geral, tinha dores nas costas, tornara-se-lhe impossivel o trabalho, não podia repousar de noite, as forças estavam deprimidas, os nervos era como que se estivessem quebrados, não comia, era emfim, apenas o phantasma de si proprio.

A sua historia, bem vós, foi, é, ou será a vossa propria historia. Chega um dia, em que cada um de nós, por mais forte e por mais robusto que seja, sente pesar sobre o seti arcabouço os longos annos de trabalho, de lucta, de preocupações e conflitos de toda a especie e maneira. A machina schae-se gasta e dá n'este momento signaes inquietadores de desarranjo. E' preciso reparar-a, tratar d'ella com cuidado. O motor da machina, o sangue, tem necessidade de ser renovado. Quando vos sentirdes n'esse estado, lembrae-vos das Pilulas Pink, o melhor regenerador do sangue, tonico dos nervos, o sustentaculo de todos os homens e de todas as mulheres, enfraquecidos e extenuados. Foram as Pilulas Pink que o Sr. Pinto da Cunha tomou, e eis o que elle nos diz a respeito d'ellas.

"E com a maxima satisfação que venho dirigir a V. estas linhas, destinadas a dar-lhes conta da viva alegria que sinto ao ver-me curado por completo de um enfraquecimento geral, que só as Pilulas Pink puderam combater.

"Depois de haver feito uso, sempre sem resultado, de varios e numerosos tratamentos, tomei as Pilulas Pink, que me deram em poucos dias effeitos de tal modo satisfatorios, que não cessarei de as recomendar a todas as pessoas, cujo sangue estiver emp brecido."

As Pilulas Pink são boas e efficazes não para os homens como para as mulheres; do seu uso tiram equal proveito e beneficio rapazes e raparigas, moços e velhos. Em todos os casos, o segredo do seu poder é o mesmo. Fazem e dão sangue. Actuando d'este modo, ellas atacam directamente a raiz de muitissimas doenças, por isso que, — toda a gente o sabe, — a maior parte das doenças provém do sangue, o que é natural, visto ser o sangue a base das funções do organismo. Regenerando e fortificando o sangue, as Pilulas Pink curam a anemia, a clorose, a neurasthenia, a fraqueza geral o rhenmatismo, a fraqueza nervosa, as dores e doenças do estomago, as enxaquecas, as nevralgias, a sciatica e as irregularidades das senhoras.

A um medico foi confiado o encargo de responder gratuitamente a todas as informações relativas as Pilulas Pink, que são pedidas aos snrs. James Cassels e Cia, na cidade do Porto.

As Pilulas Pink foram oficialmente approvadas pela Junta Consultiva de Saude. Estão á venda em todas as pharmpcias pelo preço de réis 14000 a caixa e 56000 6 caixas. Deposito geral para Portugal, James Cassels & C., successores, Rua Mousinho da Silveira, 85.

**As calxas vendidas em**

**Portugal devem apresentar exteriormente uma etiqueta indicando conterem um prospecto em lingua portugueza. As calxas que não tiverem esta etiqueta deverão ser recusadas.**

**ANNUNCIOS**



**JOAQUIM GOMES VINHA**

**Passando na proxima segunda feira, 26 do corrente, o primeiro anniversario do passamento do saudoso Joaquim Gomes Vinha, sua familia roga ás pessoas de suas relações e amizade a fineza de assistirem a uma missa que ha de ter lugar no citado dia na Igreja parochial d'esta freguezia ás 8 horas da manhã. Desde já agradece ás pessoas que se dignarem assistir a tão religioso acto. Fão 20 de Setembro de 1904.**

Maria da Gloria Vinha e familia

**PREVENÇÃO**

Paulo José da Cunha Guimarães, ex-policia civil em Braga com o n.º 66, do dito corpo de policia, que se encontra actualmente nos Estados-Unidos do Brazil, em parte incerta, como tivesse o seu filho José na sua companhia e tendo de receber a herança de sua avó Rosa do Sacramento, moradora que foi n'esta villa d'Espozende, por fallecimento de sua mãe Maria de Souza, que morreu nos Estados-Unidos do Brazil, intima-se a fazer-se representar por si ou pessoa que o represente a habilitar-se á referida herança, cujo praso para essa será marcado com 90 dias a contar da primeira publicação d'esta n'este jornal, bem como á herança do seu pae Paulo José da Cunha Guimarães que também está por liquidar.

Os mesmos herdeiros podem dirigir quaesquer reclamação de esclarecimentos a esta redacção que lhes serão dadas durante este praso, e quando não compareçam ou se não façam representar correrão os direitos das mesmas heranças á revelia,

Espozende, 1 de Julho de 1904.

Manoel Alves Rigor.

**Comarca d'Espozende ARREMATACÃO**

1.ª praça  
2.ª publicação

No dia 2 d'outubro proximo, pelas 12 horas do dia, e á porta do Tribunal Judicial d'esta comarca, hade ter lugar a praça para ser arrematado pelo maior lance que offerecido for acima da respectiva avaliação, o predio seguinte: Tres moradas de casas, sendo duas torres e uma terrea, coberto e um pedaço de terreno e mais pertenças, com communicacão entre si, no lugar d'Areia, freguezia d'Apulia, avaliada em 380\$000 reis.

Este predio vae á praça para pagamento do passivo approved nos autos d'inventario orphanologico por obito de Custodia Maria Villas Boas, que foi d'Apulia.

São por este citados todos os credores incertos ou residentes fora da comarca.

Espozende, 9 de setembro de 1904.

O Escrivão substituto  
João Evaristo Moraes Rocha  
Verifiquei a exactidão  
Carvalho Braga.

**LIVROS**

Nesta redacção compram-se os seguintes livros:

- Romanceiro, de Almeida Garret. 3 vol.
- Romanceiro geral, colligido da tradição por Theophilo Braga. Coimbra, 1867—vol. 3.
- Floresta de Varios romances, por Theophilo Braga. Porto 1868. 1 vol.
- Era Nova. Reviste do movimento contemporaneo dirigida por Theophilo Braga e Teixeira Bastos, 1880—1881, Lisboa, 1881. n.º 1 a 12, com front. e capa de vol. (colleção completa).
- Os Ciganos em Portugal, com um estudo sobre o calão. Memoria destinada á sessão do congresso internacional dos orientalistas, por F. Adolpho Coelho. Lisboa, 1892.—1 vol. com est. em mad.
- Historia da Poesia popular portugueza, por Theophilo Braga, 1 vol.
- Contos Tradicionaes do Povo Portuguez, por Theophilo Braga, 2 vol. brochados.
- Anthologia Portugueza, por Theophilo Braga, 1 vol.
- Meteorologia popular, subsidio para o estudo da previsão do tempo por A. C. Machado, com um prefacio de D. João da Camara, 1 vol. illustrado.
- Costums da China, Costumes e creanças, por J. Heliodoro Callado Crespo. 1 vol.
- Contos populares do Brazil, romances e xcaras, reinados e cheganças, versos geraes, quadrinhas, orações e perlandas, com musicas, colligidos pelo dr. Silvio Romero. 2 vol. enc.
- Contos populares do Archipelago Açoriano, publicados e anotados por Theophilo Braga, Porto, 1869. 1 vol. 8.º E.
- Lendas, tradições e contos hespanhóes, colligidos e trasladados por Brito Aranha e revistas por A. da Silva Tul-

lio. 2 vol. E.

Cançoneiro popular, gallego y em particular de la provincia de Cornubá. por José Pires Bolesleros, Madrid; 1886, 3 vol. 8.º

Revista Universal, (anno de 1844 e 1845). Lisboa. (Director) Castilho.

Revista Contemporanea de Portugal e Brazil, 1861.

Collecção proverbios, adasgios, refões, anexins, sentenças morae e idiotismos da lingua portugueza, por P. Perestrello da Camara. Rio de Janeiro, 1848.

Proverbios historicos e lococões populares, por Theobaldo (pseudonymo) Rio de Janeiro 1879.

Philosophia popular em proverbios, (n.º 45 da Bibliotheca do Povo e das Escollae), Lisboa 1882.

Origens de Annexins, proloquios, lococões populares, sigios, etc pelo Dr. Castro Lopes.—1.º e 2.º serie, Rio de Janeiro, 1886.

Encyclopediã Republicana. Revista de sciencias e litteratura, director Xavier da Paiva, Empreza Litteraria de Maximiano d'Azevedo, 1882, Lisboa.

Lendas dos vegetaes, por Eduardo Sequeira, Porto 1890, 1 vol. 4.º br.

(D'esta edição apenas se tiraram 70 exp. numerados).

Baladas do Occidente, de J. Leite de Vasconcellos, 1 vol. brochado.

Theophilo Braga e os antigos romanceros de trovadores. Provas para se juntarem ao processo, por F. A. de Vernhagem, broch.

Tradições e phantasias, col-

lecção de romances fundado em lendas e superstições populares, por José Maria de Andrad e Ferreira, 1 vol. br.

Festas e Tradições populares do Brazil, por Mallo Moraes Filho, director archivista da Municipalidade do Rio de Janeiro—com um prefacio de Silvio Romero, e desenhos de Flumem Junius—Rio de Janeiro,—Fauchon e C. Livreiros editores, Rna do Ouvidor, n.º 125.

Um arratal nos suburbios de Lisboa, (scenas de costumes populares) 1 vol.

Os contos Apologos e fabulas da India, 1 vol. br.

A Rosa na vida dos povos, por Cecilia Schmidt Branco, com um premio por Francisco Adolpho Coelho.—in Bibliotheca de las tradições populares espanólas, tomo. VII de 1886.

Contos tradicionaes do Algarve, de F. Xavier d'Althayde Oliveira. 1 vol. Távira 1900.

As festas d'outr'ora, de Lino d'Assumpção (separata) d'O Dia. Noticia. Lisboa, 1894.

Quem tiver qualquer dos volumes aqui mencionados e os queira vender pode dirigir-se á redacção do Povo Espozendense, em carta ou bilhete postal, dizendo o estado das mesmas obras e o seu custo, para assim se entrar em contracto com seu dono.

Redacção Rua Veiga Beirão, n.º—8—Espozende.

**OURIVESARIA CARVALHO**

DE

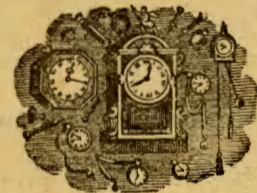
**MANOEL FERNANDES DE CAVRALHO**  
RUA DIREITA n.º 28  
ESPOZENDE

N'esta nova ourivesaria encontra-se sempre objectos de ouro e prata, tudo variado, fabricado e contrastado no Porto. Todos os objectos que forem comprados n'esta ourivesaria serão garantidos como ouro de lei, assim como se concerta qualquer objecto pertencente a arte. Compra ouro velho pelo mais alto preço vendendo o novo por preços modicos.

Muita seriedade nas transações.

Este estabelecimento está sempre aberto, excepto desde o dia 2 a 10 de cada mez, e 2.ª e 5.ª feiras em que vae fazer as feiras na 2.ª a Ponte de Lina e 5.ª a Barcellos, onde pode ser procurado.

**RELOJOARIA**



**FÃOZENSE**

Manoel Gomes da Costa Freitas, proprietario da Relojoaria Fãozense, declara, por este meio, para que chegue ao conhecimento de todas as pessoas em geral que no seu estabelecimento concertam-se relógios desde o de algebeira ao de torre—machinas de costura—apparelhos electricos—bicycletas, seja qual for a sua reparação—bem como todo e qualquer apparelho concernente á mechanica.

Garante os principios profissionaes.

Pede a todas pessoas, (motivo porque faz esta declaração), que quando precisem de se utilizarem dos seus serviços o façam directamente e não por segunda pessoa, (exceptuando a regra), a fim dos mesmos objetos não soffrerem descaminho.

Esta relojoaria acha-se estabelecida na Avenida Manoel Paes, junto a igreja da Misericordia—FÃO.

TYPOGRAPHIA E PAPELARIA ESPOZENDENSE

DE

**JOSÉ DA SILVA VIEIRA**

RUA VEIGA BEIRÃO, 7 A 9, (ANTIGA RUA DIREITA)

**ESPOZENDE**

O maior deposito de impressos da Provincia do Minho

A nossa officina montada com todos os mecanismos é typos o que ha de mais moderno nã arte de imprimir é a que actualmente fornece de impressos a maioria das repartições publicas do norte do paiz por preços inferiores a todas as suas congengeres, rivalizando na perfeição e qualidades dos papeis que emprega.

**A MODA ILLUSTRADA**

**SO RÉIS** Directora: **100 RÉIS**  
No acto da entrega **ALICE DE ATHAYDE** No acto da entrega  
**JORNAL DAS FAMILIAS** Publicação semanal

Por contracto feito em Paris, sairá todas as «segundas-feiras» a **Moda Illustrada** contendo em magnificas gravuras a preto e coloridas, todas as novidades em chapéus, toilettes, plantasias e donfeções, tanto para senhoras como para creanças. «Moldes cortados», tamanho natural. Bordados de todos os feitios, acompanha das das respectivas descrições. Conterá uma «revista da moda», onde todas as semanas indicará aos seus leitores, os factos mais importantes que se derem durante aquelle espaço de tempo e que se relacionem com o seu titulo. «Correspondencia»: Secção destinada a responder a todas as pessoas que se dirijam á **Moda Illustrada** sobre assumptos de interesse apropriado. «Receitas» necessarias a todas as familias, etc., etc. «A secção litteraria constará de romances, contos, historias, poesias. A **Moda Illustrada** fica tendo o melhor e o mais barato jornal de modas que se publica em Paris na lingua portugueza, e pela clareza utilidade e variedade dos seus artigos torna-se

**INDISPENSÁVEL EM TODAS AS CASAS DE FAMILIA**

A **Moda Illustrada** publicará por anno 52 numeros de 16 paginas, com 56 columnas, em grande formato, 2:480 gravuras em preto e coloridas, 52 moldes cortados, tamanho natural.

**1.ª edição** Condições da assignatura **2.ª edição**

**ANNO.** — 52 numeros com 1:800 gravuras em preto e coloridas, 52 moldes cortados, tamanho natural, 52 num. com 1040 gravuras de bordados, 5:000.

**SEMESTRE.** — 26 numeros com 990 gravuras em preto e colorida, 26 moldes cortados, tamanho natural, 26 num. com 520 gravuras de bordados, 2:500.

**TRIMESTRE.** — 13 numeros com 450 gravuras em preto e coloridas, 13 moldes cortados, tamanho natural, 13 num. com 260 gravuras de bordados 1:300.

**LISBOA, PORTO E COIMBRA**

Um numero contendo 30 gravuras em preto e coloridas, um molde cortado, tamanho natural, e um numero com 14 gravuras de bordados.

No acto da entrega **100 rs**

Cada numero da **MODA ILLUSTRADA** é acompanhada d'um numero do «**Petit Ecco de la Broderie**», jornal especial de bordados em todos os generos, roupas do corpo, de meza, enxovae para creança, tapessarias, chrochet, ponto de agulha, obras de phansasia, rendas, passamanteriz, etc., etc. encontra-se na **MODA ILLUSTRADA**, a tradueção em portuguez d'aquelle jornal.

Assigna-se em todas as livrarias do reino, Ilhas e Brazil e no do editor

Antiga casa Bertrand—BAJOSE STO—Rua Garrett, Lisboa

**PORTUGAL**

Diccionario historico, biographico, bibliographico heraldico, chorographico, numismatico e artistico ABRANGENDO

A minuciosa descripção historica e chorographica de todas as cidades villas e outras povoações do continente do reino ilhas e ultramar, monumentos e edificios mais notaveis, tanto antigos como modernos; biographias dos portuguezes illustres antigos e contemporaneos, celebres por qualquer titulo, notaveis pelas suas acções ou pelos seus escriptos, pelas suas invenções ou descobertas; bibliographia antiga e moderna; indicação de todos os factos notaveis da historia portugueza, etc., etc.

**OBRA ILLUSTRADA**

Com centenares de photogravuras e dirigida segundo os trabalhos dos mais notaveis escriptores

Continua aberta a assignatura. Cada fasciculo, contendo 16 paginas e magnificamente illustrado, 60 reis, e cada tomo abrangendi cinco fasciculos 300 reis.

Todos os pedidos á Casa Editora João Romano Torres, Rua de D. Pedro V, 82 a 88—Lisboa.

N'esta villa é correspondente sr. José da Silva Vieira que se encarrega de mandar vir qualquer obra editada por esta caas.

PRIVILEGIO EXCLUSIVO



CONTRA A DEBILIDADE



DOENÇAS DE PEITO

**FARINHA PEITORAL FERRUGINOSA DE FRANCO**

UNICA LEGALMENTE AUCTORISADA E PRIVILEGIADA EM PORTUGAL

Preparada por **PEDRO AUGUSTO FRANCO**, Comendador da Ordem de Christo, Pharmaceutico fornecedor da Real Casa de Sua Magestade Fidelissima El-Rei e Senhor D. Luiz I, Membro Honorario da Sociedade Pharmaceutica Italiana, e de outras sociedades scientificas e industriais, premiado, etc.

Esta farinha, que é um excellente e agradável alimento reparador, de facil digestão, utilissimo para pessoas de estomago debil ou enfermo, de idade avançada, convalescentes, amas de leite e para crianças, é ao mesmo tempo um valioso medicamento que pela sua acção tonica reconstituente é do mais reconhecido proveito nas pessoas anemicas, de constituição fraca, e em geral nas que carecem de forças no organismo. A sua efficacia, evidenciada pelo uso quasi geral que d'ella se faz n'aquelle paiz ha muitos annos, levou o autor a tornal-a conhecida no estrangeiro.

Ha tambem a mesma farinha peitoral preparada **SEM FERRO**, para os casos em que elle não seja aconselhado.

PRIVILEGIO EXCLUSIVO



CONTRA A TOSSE



DOENÇAS DO PEITO

**XAROPE PEITORAL JAMES**

Unico approved, legalmente auctorizado pelo conselho de saúde publica de Portugal e Inspectoria Geral de Hygiene da Corte do Rio de Janeiro.

A efficacia d'este xarope, evidentemente provada em muitas observações nos hospitaes e na clinica particular dos mais distinctos medicos d'este paiz, levou o Conselho de Saude Publica do Reino a approval-o (distincção que lhe não mereceram outras preparações), e a consideral-o um verdadeiro especifico contra as bronchites, tanto agudas como chronicas, defluxo, toses rebeldes, tosse convulsa e asthmatica, dor do peito, escarro de sangue, e contra todas as irritações nervosas.

Cada frasco está acompanhado de um impresso com o parecer que o Conselho de Saude deu ao governo, e com as observações dos principaes medicos de Lisboa, reconhecidas pelos consules do Brazil.

Na parte collada do envolvero esta minha assignatura som tinta azul.

*P. A. Franco*

Deposito geral — Pharmacia Franco, Filhos  
EM BELEM — LISBOA.

**ULTIMA MODA**

Este jornal faz competencia com todas as outras publicações n'este genero, por isso se recomenda a todas as pessoas interessadas n'estas publicações—  
Anno.....2:000  
Seis mezes.....1:500

Tres mezes..... 600 »  
Numero avulso..... 50  
Todos os numeros tem modelos cortados.

Assigna-se no centro de assignaturas  
Rua da Princeza—65—2.º

**CASA MIDÕES**

LISBOA

A. E. Brehm

**MARAVIHAS DA NATUREZA**

O HOMEMS E OS ANIMAES

Descripção popular das raças humanas e do reino animal, caracteres, costumes, instinctos, habitos e regimen, caças, combates, captiveiro, domesticidade, aclimação, etc., etc.

Edição portuguez larguissimamente illustrada ampliada na parte relativa a Portugal pelo dr. Balthazar Osorio.

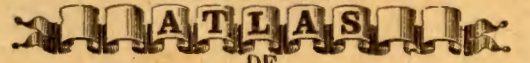
Cada fasciculo de 2 folhas de 8 paginas cada, a duas columnas in 4.º, grande formato, contendo cada fasciculo entre 5 e 10 magnificas gravuras—60 reis—

Assignatura permanente para esta obra bem como para todas as edições da «**Empreza da Historia de Portugal**» 95, Rua Augusta 95,—LISBOA.

Empreza Editora do Atlas de Geographia Universal  
SÉDE PROVISORIA—RUA NOVA DA PIEDADE, 63—LISBOA

**ATLAS DE GEOGRAPHIA UNIVERSAL**

2.ª PARTE



DE

**PORTUGAL E COLONIAS DESCRIPTIVO E ILLUSTRADO**

Contendo 15 fasciculos distribuidos pela ordem seguinte:

- 1—Portugal (1.ª folha). 2—Portugal (2.ª folha). 3—Portugal (3.ª folha). 4—Portugal (4.ª folha) 5.—Açores (1.ª folha). 6—Açores (2.ª folha). 7—Açores (3.ª folha). 8—Madaira. 9—Goiné. 10—Cabo Verde (1.ª folha). 11—Cabo Verde 2.ª folha; S. Thomé e Principe. 1.ª—Angola. 13 Moçambique. 14 Goa. 15 Damão e Diu; Marau e Timor,

Cada fasciculo do **ATLAS DE PORTUGAL E COLONIAS** contém um mappa colorido nitidamente desenhado e um folha de 4 paginas de texto e duas columnas, profusamente illustrado com vistas das principaes cidades e monumentos, paizagens, costumes, plantas, etc. A distribuição d'esta obra será feita em fasciculos mensaes pelo preço de 150 reis no continente e illas adjacentes, 170 reis no ul. ramar e 1:000 reis (fracos) no Brazil.

**PARA AS CREANÇAS**

Collecção de contos infantis publicados sob a direcção de

**D. ANNA DE CASTRO OSORIO**

Publicação mensal aos folhetos de 32 paginas com gravuras, a 60 reis.

Assignatura annual, ou 12 folhetos 650 reis. Estão publicadas 7 séries d'esta interessante publicação, unica no genero que se publica em Portugal, e os n.º 37 e 38 da 8.ª serie.

Preço de cada série, ou seis folhetos, brochada com uma capa a côres, 400 reis.

A correspondencia relativa á redacção deve ser dirigida para Setubal, á auctora.

Os pedidos e pagamento de assignaturas, séries ou folhetos a-avulso, devem ser dirigidos á administração. **Livraria Editora Guimarães, Libanio & C.ª**

**108—Rua de S. Roque, 110—LISBOA**

A venda, «Contos Infantis» illustrados com chromos, d'esde 40 400 reis. Completo sortimento de livros de estudo, romances etc ovos n'esados, a preços muito reduzidos

**O MEUS AMORES (CONTOS)**

—por—  
**TRINDADE COELHO**

3.ª edição augmentada em mais do dobro 1 vól. de luxo de 423 pag. e com um esplendido retrato do auctor em agua forte

Preço 500 reis—Pelo correio 570 reis

A venda na Casa Editora

**LIVRARIA AILLAUD**

RUA DO OURO, 242, 1.ª—LISBOA.

E em todas as livrarias.