

Vida de Paranhos



JUNTA DE FREGUESIA DE PARANHOS | DIRETOR: MIGUEL SEABRA | www.jfparanhos-porto.pt | [f](https://www.facebook.com/freguesia.paranhos) [ig](https://www.instagram.com/freguesia.paranhos) /freguesia.paranhos | DISTRIBUIÇÃO TRIMESTRAL GRATUITA



Passeio 10 de junho reúne cerca de 800 seniores paranhenses

PHARMA Paranhos
apoia pessoas idosas
na toma correta da medicação



Encontro PARANHOS.
Reflexões para uma intervenção local
no combate à pobreza



Caros Paranhenses,
Caros Amigos,
Estamos no Verão! Tempo em que a utilização do espaço público para diversão e lazer é o mais apreciado.

É nesta altura do ano que as políticas públicas (no nosso caso as da Junta de Freguesia de Paranhos) se ocupam mais dos tempos livres dos seus cidadãos: dos mais jovens, aos mais velhos, juntando em muitas atividades esse diálogo geracional tão importante para o desenvolvimento de uns e para o acompanhamento de outros!

Assim, as festas, os campos de férias desportivas, os passeios, os arraiais, é o "território" por excelência da nossa dedicação aos cidadãos. Da Cultura à Educação, da Ação Social ao Desporto, da Juventude ao Lazer, todos terão oportunidade de sair das rotinas dos dia-a-dia, de esquecer um pouco as dificuldades por que todas vamos passando (uns mais do que outros...) e até as notícias dolorosas de conflitos perto de nós! Hoje, o mundo está muito mais perto...

O Verão é sinónimo em Paranhos, entre outras atividades, das Festas da Senhora da Saúde que, como já é sua imagem de marca, este ano terá também um grande Programa. Festa em que o "Religioso" se encontra com o "Profano", durante quase três semanas e a Fé de uns se junta às manifestações populares de diversão, gastronomia, música e baile, fundamentais para alegrar as nossas vidas.

É também o tempo em muitos dos nossos jovens ingressam no Ensino Superior e rumam a um futuro que irão construir. Outros, mais novos, terão ultrapassado mais uma etapa – esperamos com sucesso – da sua formação para que essas escolhas do futuro, possam ser sólidas e felizes!

Aproveitemos também estes meses para o convívio familiar. Para usufruir da presença mais constante daqueles que nos são queridos: filhos, pais, avós e amigos! O Ser Humano precisa do conforto que só estes nos podem dar. Alimentar estes relacionamentos utilizando bem os tempos livres, é fundamental para o bem-estar de todos!

No que da Junta de Freguesia de Paranhos depender, a qualidade de vida, a ocupação dos tempos livres, a convivência, a solidariedade e a Alegria, será bem distribuída por todos!

Estejam atentos à nossa programação!
Contamos consigo.

Um abraço amigo do
Miguel Seabra,

Presidente da Junta de
Freguesia de Paranhos



Passeio 10 de junho reúne cerca de 800 seniores paranhenses



No dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, Paranhos realizou o já tradicional e aguardado Passeio 10 de junho. Foram cerca de 800 os paranhenses reformados ou pensionistas que bem cedo e num dia brindado pelo sol rumaram ao Alto Minho para um dia de convívio, partilha e muita alegria. Logo pela manhã, a primeira paragem em Viana do Castelo permitiu a todos, momentos de passeio e descanso usufruindo duma cidade centenária e viva de tradição, com o rio Lima e o Monte de Santa Luzia como molduras naturais.

O passeio prosseguiu rumo à Quinta do Cruzeiro em Caminha, para um almoço convívio em que a boa disposição foi rainha do início ao fim. A Quinta, apazível e com um serviço e animação de excelência, proporcionou a todos os participantes e executivo da Junta, um dia inesquecível, que se espera, se repita no próximo ano, como almejou o Presidente Luís Miguel Seabra de Freitas.

Comemorações do Cinquentenário do 25 de Abril

No ano em que se comemoram os 50 anos da “Revolução dos Cravos”, que trouxe a Portugal a Liberdade e a Democracia, a Junta de Freguesia de Paranhos promoveu um programa de celebração ambicioso e diversificado.



Assim, na tarde do dia 24 de abril, o professor César Santos Silva proferiu uma palestra intitulada “De 25 de Abril ao 25 de Novembro”, na Casa da Cultura de Paranhos, tendo dissertado em torno deste período crucial da nossa história recente, perante uma plateia numerosa e interessada. Nas noites de 24 a 27 de abril, o Auditório da Freguesia acolheu uma coprodução teatral do TIPAR – Teatro Independente de Paranhos – e do



grupo de teatro Contilheiras, intitulada “Autocracia”. Este espetáculo, nascido de testemunhos reais de vítimas do anterior regime, permitiu “relembrar como se vivia no tempo em que mandava apenas um, para que se perceba que nunca mais podemos lá voltar”. O mesmo, trouxe numeroso público à nossa maior sala de eventos, demonstrando a vitalidade das dinâmicas culturais que se alicerçaram na Freguesia.

No dia 25 de abril, dia de feriado nacional, realizou-se uma sessão solene dedicada à efeméride, levada a efeito no Espaço Sénior Arca de Água. Aqui, feita a evocação da Revolução de 1974, houve tempo para ouvir algumas “canções

de intervenção”, popularizadas nesse período, e recordar alguns episódios da consolidação da Democracia em Portugal.

No dia 25 de maio, foi inaugurada na Casa da Cultura, a exposição “Adriano Sempre!”, a qual esteve patente ao público até ao dia 7 de junho. Nesta ocasião, foi efetuada uma evocação da vida e obra de Adriano Correia de Oliveira, pelo ator António Soares, foram apresentadas canções suas, por Manuel Soares, e declamados poemas de sua autoria, por Alzira Santos e Salviano Ferreira. Estiveram excelentes, todos os intervenientes neste evento.

Em Paranhos, aconteceu Abril, verdadeiramente! Obrigado, a todos aqueles que participaram nestas comemorações!



Encontro PARANHOS. Reflexões para uma intervenção local no combate à pobreza

Da estreita colaboração entre a Rede Europeia Anti Pobreza e a Junta de Freguesia de Paranhos, foi realizado um estudo que teve por base uma metodologia de análise estatística rigorosa, aliada à auscultação de stakeholders, nomeadamente de elementos das diferentes organizações que operam na freguesia, como instituições de cariz social, agrupamentos de escolas, unidades de saúde, associações de imigrantes entre outras, mas também, de agentes da comunidade, com o objetivo de conhecer as vulnerabilidades e os fatores positivos e diferenciadores da freguesia. O resultado do estudo culminou com a realização do Encontro “Paranhos. Reflexões para uma Intervenção Local no Combate à Pobreza”, que teve lugar no dia 7 de junho e cujo propósito foi apresentar à comunidade os resultados do diagnóstico efetuado,

mas também refletir sobre pistas para uma intervenção territorializada e integrada de combate à pobreza. Para o efeito, o Encontro contou com a presença e análise de peritos em diferentes



dimensões da pobreza, em três eixos fulcrais: o envelhecimento, pela Prof.^a Doutora Alexandra Lopes, da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, as migrações pela Prof.^a Doutora Joana Bessa Topa, da Universidade da Maia e a educação/formação, pelo Prof. Doutor João Caramelo, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.

Para além dos especialistas, o Encontro presenciado por mais de 100 participantes, contou ainda com as honrosas presenças do Presidente da Rede Europeia Anti Pobreza, Pe. Agostinho Jardim e do Presidente da Junta de Freguesia, Eng.º Luís Miguel Seabra de Freitas.

Informamos os nossos leitores que muito em breve o estudo será disponibilizado no site da Freguesia de Paranhos.

> **AÇÃO SOCIAL**

Passeio Mensal ao Oceanário de Lisboa

Em abril, cerca de trezentos seniores paranhenses visitaram o Oceanário de Lisboa, numa iniciativa promovida pela Freguesia de Paranhos. Antes da visita guiada pelas profundezas dos mares, houve paragem obrigatória nos Jerónimos, para degustar os inigualáveis pastéis de Belém.

O Oceanário de Lisboa é um local de excelência que permite explorar e observar de perto o mundo marinho e conhecer melhor as diferentes espécies de peixes, mamíferos, aves, anfíbios, invertebrados, algas e plantas que habitam os mares e oceanos.

A questão ambiental, nomeadamente, sobre a poluição dos mares, também tem presença, levando a todos a refletir nos nossos hábitos e na problemática que afeta a nossa existência.

Este passeio está integrado no programa de promoção do envelhecimento ativo, através de momentos de convívio, lazer e aprendizagem.



Fomos à Galiza, “ali tão perto”!



Seguir-se-ia uma curta viagem até Ogrove, onde os nossos fregueses iriam desfrutar de uma belíssima refeição, composta essencialmente por marisco diverso, servida a bordo de uma confortável embarcação panorâmica. Aqui, pudemos observar ao pormenor o trabalho realizado nas plataformas flutuantes de criação de mexilhões. O regresso seria efetuado pela estrada costeira espanhola, com uma pausa para lanche, em Baiona, até Vila Nova de Cerveira. Da afamada “vila das artes”, até ao Porto, viemos pela A28. Estes, foram, seguramente, dias bem passados e inesquecíveis, para todos.



No passado mês de maio, os passeios-convívio dirigidos aos recenseados em Paranhos tiveram por destino Ogrove, na vizinha Galiza, em Espanha. A elevada procura registada, relativamente a esta iniciativa, obrigou à realização de cinco viagens, envolvendo um total de 250 paranhenses. O programa de cada um destes dias “especiais”, incluiu uma viagem de comboio, entre as estações ferroviárias de Porto Campanhã e de Vigo. Aí, o autocarro da Freguesia já se encontrava à espera de cada grupo de participantes, para os levar a conhecer a pequena Ilha da Toxa, situada nas Rias Baixas (Ria de Arousa).

Sardinhada de São João 2024



No mês dos Santos populares e com o São João à porta, a Junta de Freguesia realizou o já popular Passeio da Sardinhada para todos os paranhenses que quiseram antecipadamente iniciar os festejos do Santo mais acarinhado pelos portuenses. Saídos de diferentes pontos da freguesia, os autocarros iniciaram viagem até Guimarães para uma visita ao

seu encantador centro histórico. Chegada a hora do almoço, a viagem prosseguiu pela região do Tâmega e Sousa com destino ao concelho de Lousada, sendo a Quinta da Ponte o espaço para um almoço onde a sardinha foi rainha e para uma tarde de muita diversão ao ritmo da música popular tão apetecível nesta época.



> EDUCAÇÃO, DESPORTO, JUVENTUDE E LAZER

Projeto Entrelaçar - Visita ao Museu, Torre e Igreja dos Clérigos

No dia 20 de abril o Projeto Entrelaçar levou pais e filhos a visitar um dos principais pontos de interesse e de visita obrigatória da cidade do Porto, a Torre dos Clérigos.

De uma forma livre e descontraída iniciamos a visita pelo Museu, espaço anteriormente privado e destinado ao quotidiano da Irmandade dos Clérigos, que acolhe um acervo de bens culturais e artísticos do século XII ao século XX.

A pedido da Irmandade dos Clérigos, no ano de 1753, o arquiteto italiano Nicolau Nasoni apresentou o projeto para uma torre sineira. Com 75 metros de altura e 225 degraus, a Torre



dos Clérigos proporcionou a todos uma espetacular vista de 360° sobre a cidade do Porto. Valeu a pena a subida (e descida!).

Não ficaria completa a visita sem uma passagem pela Igreja dos Clérigos, que no seu esplendor barroco de talha dourada, retábulos de inspiração rococó, órgãos de tubos, altares de mármore, cadeiral monumental, resultam num exagero cénico e luminoso surpreendente a miúdos e graúdos. Ficou assim concluída a visita a todo o conjunto arquitetónico dos Clérigos.

Projeto Entrelaçar - Visita ao Museu do Carro Elétrico



No dia 18 de maio o Projeto Entrelaçar levou pais e filhos a visitar o Museu do Carro Elétrico (instalado na antiga central termoelétrica de

Massarelos) e para concluir a visita todos fizeram uma viagem, apesar da chuva, num carro elétrico “O Palhinhas” (os seus assentos eram revestidos a palha entrançada), desde o Museu até ao Passeio Alegre.

Durante a visita ao Museu a guia apresentou vários exemplares de carros não elétricos (ex. Carroção puxado a bois, o Americano movido por dois cavalos) até ao primeiro carro elétrico a estrear os carris do Porto, o nº 22. Tiveram também a possibilidade de ver exemplares curiosos como o Carro elétrico nº 100, sem portas nem janelas que

tinha como finalidade levar os portuenses à praia, a Zorra que transportava carvão ou mesmo a Vagonete para transportar as canastras de peixe das peixeiras.

Mais recente era o Trolley carro de 1959, que ainda estava presente na memória de alguns pais presentes.

Foi uma oportunidade de pais e filhos aprenderem, experimentarem e conhecerem de perto, a história, o desenvolvimento e o impacto sócio-económico dos transportes públicos sobre carris na cidade do Porto.

Projeto Entrelaçar - Visita à Estação Litoral da Aguda

A ELA - Estação Litoral da Aguda, aberta ao público desde julho de 1999, foi o destino escolhido para mais uma atividade do Projeto Entrelaçar, no dia 15 de junho.

Através de uma visita orientada que começou Museu das Pescas, pais e filhos puderam ver uma série de equipamentos e utensílios da pesca artesanal de várias épocas e até países.



O ponto alto da atividade foi a visita ao Aquário (ou melhor 15 aquários) com cerca de 1000 exemplares de mais de 60 espécies de fauna e flora marinhas locais (praia da Aguda). Ver uma dourada, robalo, moreia, faneca, camarão, lavagante, sapateira, polvo, tainhas, pregados e linguados, vivos, foi sem dúvida uma experiência memorável.

Paranhos Sorridente 2023/2024

A Junta de Freguesia de Paranhos tem uma forte aposta na vertente social, com a implementação de vários projetos destinados ao apoio às famílias, principalmente as mais carenciadas. Um dos projetos promovidos anualmente é o Paranhos Sorridente.

Ao longo do ano letivo 2023/2024 todas as crianças do 1º ano das Escolas Básicas da Freguesia, num total de 1640 alunos tiveram, em sala de aula, sessões sobre saúde oral, dinamizadas por alunos

do Curso de Medicina Dentária da UP, onde foi transmitida a importância de uma boca saudável, de uma correta e contínua escovagem dos dentes, de uma alimentação saudável e claro da visita regular ao dentista.

A partir do mês de fevereiro até maio, 246 alunos do 1º ano visitaram a Clínica Pedagógica da Faculdade de Medicina Dentária da UP e realizaram um rastreio dentário. Desse rastreio resultou a avaliação da necessidade de tratamento

dos dentes, que se traduziu em 60 alunos com necessidade urgente de tratamento dentário e 103 com necessidade e continuidade de tratamentos curativos e/ou preventivos. Através de um protocolo entre as duas instituições (Junta de Freguesia de Paranhos e Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto), as crianças poderão realizar tratamentos dentários a preços sociais, na Clínica da FMDUP.

> CULTURA

“Dalila D’Alte, sempre a começar!”

Dalila D’Alte, licenciada em Artes Plásticas, pós-graduada em História da Arte e doutorada em Ciências da Arte, pela Faculdade de Belas-Artes da Universidade de Lisboa, “é uma pintora nata” (Baptista, R., 2024). Não nos cabe aqui, falar do seu trabalho, do ponto de vista académico, dado não termos espaço nem conhecimentos adequados para tal. Esta destacada artista plástica, de reconhecido mérito, apresentou a sua exposição de pintura “Escape Onírico”, entre os dias 6 e 26 de abril, na Casa da Cultura a convite da Freguesia. Em determinados trabalhos de desenho e pintura,

de cariz surrealista, Dalila D’Alte associa ícones da História da Arte, fundidos e transfigurados de forma inesperada. Noutros, utiliza fragmentos fotográficos, onde a colagem e o desenho a tinta-da-china se completam de forma livre, ou, ainda, recorre à ocultação parcial da imagem, através da pintura que explora o acaso. Na visão da artista, “tudo acontece de um modo imprevisível”. Foram numerosos, os apreciadores das artes plásticas que visitaram a Casa da Cultura, para conhecerem melhor o trabalho diversificado desenvolvido por Dalila D’Alte.



“A vida sem ARTE é um dia feito de neblina”

Considerado como Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO, em novembro de 2011, o FADO tornou-se um símbolo de identidade, sendo considerado uma forma de expressão da “Alma Portuguesa”. Neste contexto, conhecemos Maria da Glória, que, habitualmente, participa nas sessões de “Fado à Porta” que são levadas a efeito, desde há mais de sete anos, um pouco por toda a freguesia. A artista, além de cantar, “pinta poesia e música”. Com a exposição de pintura “Os sons da Saudade”, Maria da Glória transportou para o papel a saudade em forma de música – Fado –, na sua expressão mais intensa, pautada de enorme sensibilidade. Citando Rose Marie Caetano, artista plástica e crítica de arte, as “suas imagens permeiam emoções que vão da resignação à provocação, da calma à angústia da vida.” Com um percurso invejável, como artista plástica, ingressou na área da pintura, de forma autodidata, em 2001, como forma de expressar sentimentos e afirma que “a vida sem Arte é um

dia feito de neblina”. Se não conheceu esta faceta da Maria da Glória, poderá conhecer a outra, que

lhe vem, de igual modo, da “Alma”, porventura, numa próxima sessão do “Fado à Porta”.



Quando as aprendizagens alimentam a Casa da Cultura...



Como tem sido habitual, designadamente, nos últimos anos, as escolas continuaram a recorrer à Sala de Exposições da Casa da Cultura, para mostrar o resultado de cada ano de trabalho. Como resultado, temos tido o gosto de apresentar a “casa cheia” de obras magníficas, acolhendo encarregados de educação e familiares orgulhosos, bem como, naturalmente, professores e alunos exaustos, mas visivelmente felizes. Neste trimestre, destacamos as exposições produzidas pelos alunos finalistas do Curso de Artes Visuais da Escola Secundária Filipa de Vilhena, bem como, pelos alunos dos cursos de pintura da professora Joana Padilha, desta feita inspirados pelo tema “S. João fora da caixa”.

Cidos de Tertúlias, uma “aposta ganha” em 2023-2024

No decorrer deste ano “letivo”, foram levados a efeito dois ciclos de tertúlias, por dois palestrantes distintos, mas com um gosto comum - a História. Joaquim Matos Godinho, licenciado há mais de 50 anos pela FEUP, motivado por experiências

personais, desenvolveu um crescente interesse pela História de Portugal e do seu povo. Um “curioso”, portanto, que se dedicou a estudar aquilo a que chama de “a nossa História”, privilegiando detalhes que são menos valorizados nos currículos escolares e, talvez por isso, façam parte de um “Portugal Culto e Oculto”, que nos veio desvendar. Este ciclo de tertúlias desenvolveu-se de novembro a maio, tendo sido explorados os temas: Microestado, Pio Latrocínio, Migração Portuguesa no séc. XIX e Contribuição da Cultura Árabe. Aguardamos, expectantes, por conhecer outras histórias que este palestrante terá “ocultas” e nos queira revelar...

César Santos Silva, com formação superior em História, é professor dos cursos de História do Porto e Estórias da História, na Academia de Saberes da Casa da Cultura. Do seu vasto currículo destacamos, também, o trabalho como investigador de temas relacionados com a História do Porto, a organização de visitas guiadas ao Porto, as comunicações apresentadas em diversas conferências, as palestras dedicadas a temas de História e a publicação de várias obras, nomeadamente: Toponímia Feminina Portuense (2011), Passeios pelo Porto I e II (2012 e 2013), Na Rota dos Judeus no Porto (2014), Na Rota de

Camilo no Porto (2017), O Porto em 1920 (2020) e Cafés do Porto (2023). De setembro a junho, desenvolveu o ciclo de tertúlias “Portuenses Ilustres”, apresentando os seguintes temas: O Capitão Barros Basto, “O Apóstolo dos Marranos”, Camilo Castelo Branco, “O Gigante de Seide”, Almeida Garrett, “O Romântico Pragmático” e “Mulheres que amaram demais no Porto”. Foram muitos, aqueles que não desperdiçaram estas oportunidades, para ficarem a saber algo mais sobre tais temas.



DIA DOS MONUMENTOS E SÍTIOS - “A Igreja Matriz, um Património a Descobrir”

O Património Cultural, I.P., em colaboração com o ICOMOS Portugal, lançou o apelo à participação de todos os parceiros, para a comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e Sítios, através da realização de um conjunto de



Mais um sucesso da “Books Help!”

“Já perdemos a conta” ao número de Feiras do Livro realizadas, sendo que, o seu objetivo principal mantém-se o mesmo: popularizar o livro, tornando-o um instrumento de acesso à informação e ao conhecimento, bem como, simultaneamente, apelar ao sentido de solidariedade. Efetivamente, nos dias 18 e 19 de maio, podemos contar com a mesma generosidade de sempre, por parte dos visitantes desta iniciativa! Em rigor, a Books Help começa muito antes da sua abertura aos visitantes, com a doação de livros, em bom estado, à Biblioteca da Casa da Cultura, o que



atividades, que “sensibilizem os públicos para a importância da preservação, salvaguarda e valorização do Património Cultural”. Desta feita, pretendeu-se proporcionar a reflexão e o debate público acerca da importância das práticas de conservação e restauro preconizadas na Carta de Veneza, aprovada em 1964 e adotada pelo ICOMOS em 1965, e sobre como estas se mantêm relevantes perante os atuais desafios à escala global, como as alterações climáticas, as catástrofes naturais e os conflitos. Com este objetivo, de norte a sul do país e arquipélagos, as comemorações do “Dia Internacional dos Monumentos e Sítios” decorreram do dia 17 ao dia 21 de abril, através da realização de debates, workshops, visitas orientadas, peças de teatro, exposições, entre muitas outras atividades gratuitas,

permite canalizar excedentes do seu espólio para fins solidários. Revelam-se essenciais, no âmbito deste projeto, o intenso trabalho de logística, por parte do staff da Junta, bem como a colaboração incansável de parceiros e voluntários, na preparação da Feira, assim como na dinamização de momentos de animação cultural. Não menos importante, será, naturalmente, a visita de todos aqueles que fazem questão de adquirir e ler livros em “segunda mão”, obtidos a valores simbólicos. Ficamos genuinamente felizes, por contribuirmos positivamente para a promoção do livro e da leitura.

O programa desta edição da Books Help foi excelente, pelo agradecemos à Escola de Música de Santa Cecília, que foi verdadeiramente incansável, proporcionando belíssimos momentos musicais, por alunos de piano e flauta e pelo Coro Infantil e Juvenil, assim como, um momento de poesia, dinamizado pelo Grupo de Teatro de Adultos. O GIVP, lamentavelmente, teve a sua atuação “boicotada” por condições climáticas entendidas adversas. A “Hora do Conto”, resultou numa tarde bem passada, que uma estagiária do Curso de Educação Social da ESE prestou aos mais novos. O Grupo de Cavaquinhos de Paranhos,

promovidas por entidades, como museus, monumentos, autarquias, associações, entre outras.

A Freguesia de Paranhos, juntamente com o Senhor Padre Martins, promoveu a atividade “A Igreja Matriz, um Património a Descobrir”, consistindo a mesma numa visita guiada à Igreja Matriz de Paranhos, atual igreja paroquial, no dia 18 de abril. Sob orientação do pároco António Martins, ficámos a conhecer a história da fundação desta igreja e as suas sucessivas fases de ampliação, bem como alguns elementos patrimoniais e museológicos, singulares e valiosos, aqui preservados. Agradecemos ao Senhor Padre a sua disponibilidade e todo o cuidado e atenção dedicados à preservação de um património que faz parte da História da nossa Freguesia.

como sempre, proporcionou um excelente momento musical, de agradável “regresso às tradições”. Encerrámos o programa da Feira com o Duo Morabeza, que não deixou ninguém indiferente, tendo sido muitos aqueles que se deixaram contagiar pelos ritmos africanos, dançando, de forma absolutamente descontraída, frente à grande tenda instalada junto à igreja paroquial da Areosa. Por tudo isto – e, atendendo ao facto de terem sido trocados mais de mil livros –, podemos dizer que esta iniciativa foi, novamente um sucesso!



CAMÕES – 500 Anos depois

Comemora-se este ano os 500 anos do nascimento de Luís Vaz de Camões. Curiosamente (ou não...) é na data da sua morte, 10 de junho, que se celebra o Dia de Portugal, da “Portugalidade”, em que se homenageia a Língua, a Cultura e a Diáspora portuguesas. Da Língua Portuguesa, diz-nos Eduardo Lourenço: «Não se pode dizer de língua alguma que ela é uma invenção do povo que a fala. O contrário seria mais exato. É ela que nos inventa. A língua portuguesa é menos a língua que os portugueses falam, que a voz que fala os portugueses.»¹

Na realidade, Camões, através de “Os Lusíadas” foi e continua a ser a voz que fala os portugueses e o Português. É, talvez, com Camões que terá nascido a Língua Portuguesa, em grande parte por ter sido a primeira obra de prestígio mundial de Portugal, num idioma que não o Latim ou o

Castelhano. Quanto à Cultura Portuguesa de então, “Os Lusíadas” (portanto, Camões...) celebram Viriato, relatam a diferenciação e separação de Portugal do Reino de Castela, da expulsão “do Mouro forte e guarnecido” (tal como está no texto poético em apreço) e incidem a luz da celebridade histórica (para além de Viriato) em Nun’Álvares Pereira e D. Afonso Henriques, para além do Herói individual, tão épico como a própria epopeia lusitana dos Descobrimentos, que foi Vasco da Gama e a sua (nossa...) viagem para a Índia. No que diz respeito à Diáspora Portuguesa, ela é em grande parte, hoje, metaforizada neste Poema Maior da nossa língua. Mas não só. Será também – a Diáspora, a ousadia, a coragem de continuarmos a rumar para novos mundos – o símbolo da universalidade e intemporalidade desta obra suprema que Portugal deu ao mundo. Continua-se a cumprir Portugal.

Não faltam em Portugal evocações oficiais, das mais diversas origens, que comemoram o 5º centenário do nascimento de Luís Camões. No entanto, não podemos, depois destas passadas, votar ao esquecimento o Poeta e o Poema. Celebrar Camões, é ler, sempre, Camões. E ler quem sobre ele muito e muito bem escreveu. Correndo o enorme risco de ser injusto para muitos, ocorrem-me três essenciais: Jorge de Sena, Eduardo Lourenço e Vasco Graça Moura. E isto será sempre homenagear sempre Portugal e a Cultura Portuguesa. Para além dos citados, “que por obras valerosas, se foram da lei da morte libertando”.

¹ Eduardo Lourenço, in “Chama Plural - Sonho e simulacro da unidade da língua” (artigo escrito para o ‘Atlas da Língua Portuguesa na História e no Mundo’)

Pedro Sampaio
Presidente da Assembleia
de Freguesia de Paranhos



“Um Mês, Uma Visita!” continuou a promover a Cultura

Mesmo para aqueles que habitualmente circulam na Via Norte, o Museu de Jazigos Minerais Portugueses passa relativamente despercebido. Situado no Edifício do LNEG, em S. Mamede de Infesta, este museu reúne mais de uma centena de coleções representativas dos recursos minerais de todo o território nacional. A Dra. Maria Luísa Matos, da Unidade de Ciência e Tecnologia Mineral, fez-nos uma apresentação geral do trabalho realizado pelo LNEG e orientou uma visita guiada pelos deferentes espaços e vitrinas onde se encontram expostos os exemplares representativos dos recursos minerais e de rochas ornamentais, objeto de exploração mineira, bem como alguns interessantíssimos achados arqueológicos.

A propósito da comemoração do Dia Internacional do Bombeiro, a 4 de maio, visitamos as instalações dos Bombeiros Voluntários de Valadares, cuja atividade exige total prontidão, 365 dias por ano. Fomos amavelmente recebidos pelo Presidente da Direção, António Silva, sendo que, o trabalho quotidiano dos bombeiros foi-nos

apresentado pelo Bombeiro Voluntário Cipriano. A expectativa era ver um Quartel e um pequeno espaço museológico, mas, desde logo percebemos que a Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares ocupa uma grande espaço físico e instalações, abrangendo várias valências. Esta Associação, que partilha de uma ampla visão humanista, tem como principal missão, a proteção de pessoas e bens, nomeadamente, a prestação de cuidados de saúde diferenciados à comunidade e, naturalmente, não menos importante, a extinção de incêndios. Para o efeito, é detentora de um corpo de bombeiros remunerado e, também, de voluntários.

Nesta visita, começamos por conhecer o Quartel, edifício principal, onde se centram as atividades operacionais e administrativas da corporação, as zonas de descanso e o salão nobre. Pudemos observar, ainda, a zona de treinos, a Escola de Infantes e Cadetes dos Bombeiros de Valadares, as garagens, o Museu e uma grande obra de referência, atualmente em desenvolvimento. Encontra-se em fase de construção uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, orçamentada em 7 milhões de euros, que será equipada com todas as condições necessárias, para garantir o bem-estar e conforto aos utentes. Integrará, também, uma Policlínica, que ficará ao dispor da comunidade.

Relativamente ao Museu, o mesmo não se limita a expor peças singulares e valiosas da história dos BVV, mas, também, guarda memórias de pessoas que fizeram parte da história de vida da população

de Valadares e áreas vizinhas.

O Museu está aberto ao público e é absolutamente merecedor de visita.

Em junho, fomos visitar o Solar dos Condes de Resende (outrora, Quinta da Costa ou Casa de Canelas), a “Casa Queirosiana”, onde o afamado escritor oitocentista, Eça de Queirós, se enamorou de Emília Castro Pamplona. Esta propriedade foi adquirida pela Câmara Municipal de Gaia, em 1984, aqui funcionando o seu núcleo de investigação, estudo e divulgação de História Local e Regional do município. A visita guiada foi orientada de forma soberba por João Fernandes, formado em História de Arte. Este espaço encontra-se atualmente em fase de remodelação e ampliação das suas instalações, no intuito de poder ser convenientemente exposta a coleção Marciano Azuaga, aqui preservada. A estátua de Eça, os jardins da casa e a sua magnífica escadaria frontal, foram cenário excelente para diversos registos fotográficos do grupo.



> AMBIENTE E SAÚDE PÚBLICA

Rastreios gratuitos à visão aos alunos do ensino secundário de Paranhos

No final de maio e início de junho, a Shamir, em parceria com a Junta de Freguesia de Paranhos, realizou uma série de rastreios visuais nas escolas secundárias Filipa de Vilhena e António Nobre. A iniciativa teve como principal objetivo avaliar a saúde visual dos alunos do 10º ano, mas também foram realizados exames aos professores e funcionários das escolas, num total de 159 rastreios.

O sucesso destes rastreios e a necessidade de levar iniciativas como esta às escolas reforça o compromisso da Shamir e da Junta de Freguesia de Paranhos em promover a saúde e o bem-estar da sua comunidade.



PHARMA Paranhos - Programa de apoio à gestão individual da medicação



A Junta de Freguesia de Paranhos sensibilizada com a dificuldade que as pessoas idosas apresentam em seguir a toma correta da medicação, lançou um programa pioneiro no concelho do Porto para apoio à Gestão Individual da Medicação, com o intuito de promover a sua saúde e bem-estar, atendendo que este programa visa assegurar que a toma da medicação é feita de forma correta e segura.

O PHARMA Paranhos, assim se designa, resulta da convergência de vontades da Junta, das Farmácias Locais e das Quatro Unidades de Saúde Familiar da Freguesia de Paranhos. Para o efeito, no dia 23 de Maio foram celebrados protocolos com a Associação Nacional das Farmácias – ANF, e com as Farmácias que não são associadas da ANF.

A partir do mês de Junho, os utentes podem dirigir-se a qualquer farmácia da freguesia com a

sua receita onde, de acordo com a posologia receitada pelo médico, esta é preparada num kit semanal para as diferentes tomas, garantindo a toma em dosagem e hora corretas.

O PHARMA Paranhos vem permitir que os cidadãos com mais de 70 anos, residentes na freguesia, sem retaguarda ou apoio familiar e que façam prova de insuficiência de rendimentos, passem a usufruir deste serviço totalmente participado pela Junta de Freguesia.

Assim que o Gabinete de Serviço Social da Freguesia ateste a insuficiência de rendimentos, é atribuído um cartão ao utente para que este possa beneficiar do serviço.

Para mais informações sobre este inovador programa, poderá solicitar esclarecimentos no Gabinete de Serviço social da Freguesia de Paranhos, junto do seu médico de família ou em qualquer farmácia da Freguesia.

PHARMA PARANHOS

PROGRAMA DE APOIO
À GESTÃO INDIVIDUAL DA MEDICAÇÃO





FESTAS EM HONRA DE

NOSSA SENHORA DA SAÚDE

FREGUESIA DE PARANHOS ♦ 2024

26 JULHO A 15 AGOSTO

JARDIM DE ARCA D'ÁGUA
LARGO DO CAMPO LINDO



BANDA LUSA



ROMANA



JORGE GUERREIRO

26 JULHO [SEXTA]

22H00 BANDA LUSA

27 JULHO [SÁBADO]

22H00 BRASIL A 1000

28 JULHO [DOMINGO]

15H00 FESTIVAL DE FOLCLORE DE PARANHOS

29 JULHO [SEGUNDA]

21H30 "FILHAS DA MÃE"

ESPECTÁCULO DE COMÉDIA, DANÇA E MÚSICA (COM JORGE GABRIEL)

30 JULHO [TERÇA]

21H30 JU ALVES

31 JULHO [QUARTA]

21H30 ALEXANDRA CARDOSO

1 AGOSTO [QUINTA]

21H30 EXPRESSO 86

2 AGOSTO [SEXTA]

22H00 ROMANA

3 AGOSTO [SÁBADO]

22H00 DNA

4 AGOSTO [DOMINGO]

16H00 ORFEÃO DE PARANHOS

21H30 GRANDE NOITE DE FADOS DE PARANHOS

5 AGOSTO [SEGUNDA]

21H30 GRUPO DE CAVAQUINHOS DE PARANHOS

6 AGOSTO [TERÇA]

21H30 DUO OS INSEPARÁVEIS

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

7 AGOSTO [QUARTA]

21H30 KLÁUDIA LOPES

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

8 AGOSTO [QUINTA]

21H30 JORGE GUERREIRO

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

9 AGOSTO [SEXTA]

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

22H00 FUSIFORME

10 AGOSTO [SÁBADO]

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

22H00 TOQUE SOCIAL

11 AGOSTO [DOMINGO]

11H00 MISSA CAMPAL JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

21H30 GRUPO ARTE E JUVENTUDE

ASSOCIAÇÃO OCUPAÇÃO SADIA DO LAZER - AOSL

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

12 AGOSTO [SEGUNDA]

21H30 LOS CUBANITOS

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

13 AGOSTO [TERÇA]

21H30 ALBATROZ

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

14 AGOSTO [QUARTA]

21H30 NOVENA CAPELA DO CAMPO LINDO

22H00 MIGUEL SETE ESTACAS E JOÃO SEABRA

23H45 FOGO DE ARTIFÍCIO JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

15 AGOSTO [QUINTA]

11H00 MISSA CAMPAL LARGO DO CAMPO LINDO

15H00 GRUPO DE BOMBOS

"OS AMIGOS DE CAÍDE DE REI"

16H00 MAJESTOSA PROCISSÃO

21H30 CONCERTO DE BANDAS DE MÚSICA

LARGO DO CAMPO LINDO

BANDA MUSICAL DE GONDOMAR

BANDA DE MÚSICA DE RIBA D'AVE

23H45 FOGO DE ARTIFÍCIO LARGO DO CAMPO LINDO

ORGANIZAÇÃO: JUNTA DE FREGUESIA DE PARANHOS | WWW.JFPARANHOS-PORTO.PT AGRADECIMENTOS: CONFRARIA DA SENHORA DA SAÚDE DO CAMPO LINDO

SIGA-NOS EM:

f freguesia.paranhos

