



Vida de Paranhos

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



O Passeio Anual da Freguesia foi até Leiria

SC Cruz já usufrui do novo Campo do Outeiro

Como é tradição, houve rusga de São João!



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!

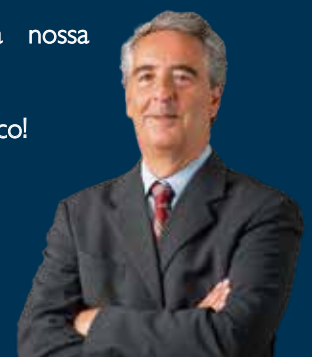
Aproveitemos também estes meses para o convívio familiar. Para usufruir da presença mais constante daqueles que nos são queridos: filhos, pais, avós e amigos! O Ser Humano precisa do conforto que só estes nos podem dar. Alimentar estes relacionamentos utilizando bem os tempos livres, é fundamental para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

Um abraço do
Miguel Seabra,

Presidente da Junta de
Freguesia de Paranhos



O Passeio Anual da Freguesia foi até Leiria

Foi no dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, que os reformados e pensionistas recenseados em Paranhos participaram naquela que é uma iniciativa de referência da Freguesia: o Passeio Anual de 10 de junho.



Cerca de 700 participantes, viveram um dia cheio de alegria, convívio e muita música. O dia começou bem cedo, com a partida de 12 autocarros, em direção a Santa Maria da Feira, cidade na qual foi efetuada a primeira paragem e onde houve oportunidade para passear na respetiva zona histórica e à beira-rio. Foram muitos, aqueles que aproveitaram a ocasião para provarem ou adquirirem as tradicionais fogaças, especialidade gastronómica local, numa das muitas esplanadas aí existentes.

O dia de passeio continuou, desta vez, rumo a Leiria, onde se situa o magnífico espaço de restauração e de eventos onde decorreu o almoço e uma tarde repleta de animação, a Quinta do Paúl.

Ao final da tarde, chegada a hora da partida, foram muitos os participantes que, desde logo, manifestaram o seu desejo de que esta atividade fosse repetida, tendo o Executivo se comprometido a realizá-la, novamente, no próximo ano. Nas palavras dirigidas a todos os paranhenses presentes, o Presidente da Junta, Eng.º Miguel Seabra, reforçou a importância destes momentos, na construção de uma comunidade mais coesa e mais feliz, onde todos são fundamentais.



Como é tradição, houve rusga de São João!

Como habitualmente acontece na cidade do Porto, as rusgas de São João voltaram a sair à rua, desta feita, no dia 1 de julho. Neste ano, a rusga de

Paranhos foi dinamizada e organizada pela Junta de Freguesia, tendo tido como tema “A História do Futebol é Paranhos”, numa alusão aos clubes



centenários da cidade que, nos anos 20 do século passado estavam sediados em Paranhos. Os ensaios da nossa rusga foram realizados na Escola Básica Eugénio de Andrade, tendo a mesma contado com cerca de 150 participantes, entre elementos do Rancho Folclórico de Paranhos, do Grupo de Cavaquinhos de Paranhos, do Sport Comércio e Salgueiros, do Sporting Club da Cruz e muitos outros paranhenses dedicados, empenhados em manter a tradição e representar a freguesia, com grande entusiasmo. Aqui fica um agradecimento especial, a todos aqueles que contribuíram para esta iniciativa, com destaque para Fernando Campos de Castro (autor da letra), Gonçalo Azevedo (autor da música), Cláudia Lopes (voz) e Joana Silva Pinto (coreografia).



> DESTAQUE

Sessão Solene 25 de Abril

Para assinalar o Dia da Liberdade, o Presidente da Junta de Freguesia de Paranhos, Miguel Seabra, acompanhado pela Catarina Dias, do Pelouro de Ação Social, deslocaram-se no dia 25 de abril, ao Espaço Sénior Arca de Água para uma sessão solene comemorativa do 49.º Aniversário do 25 de Abril de 1974.

Ao longo da manhã os paranhenses presentes foram brindados com um momento de poesia com José António Gonçalves, seguido de um musical com Ângelo Fernandes.



SC Cruz já usufrui do novo Campo do Outeiro



No dia 29 de junho, foi inaugurado o novo complexo desportivo do Campo Municipal do Outeiro, integrando um campo de relva sintética, com medidas oficiais, uma bancada coberta, com 510 lugares, e uma estrutura de apoio, com três pisos, acolhendo diversos serviços, de caráter social, técnico e administrativo. Estas instalações, agora cedidas ao SC Cruz, permitirão ampliar o trabalho que o mesmo desenvolve, em prol da Freguesia, nas vertentes desportiva, social e cultural.

“Hoje é o dia da concretização de um sonho!” – destacou Hélder Pereira, presidente do “Cruz”, nesta ocasião especial. Absolutamente verdade. A Junta de Freguesia de Paranhos deseja os maiores sucessos, a este clube emblemático da Freguesia, fundado em 1919.

A Freguesia animou-se com os Santos Populares

À semelhança dos anos anteriores, foram muitos os bailaricos de São João que se realizaram, ao longo do mês de junho, em vários locais da Freguesia. Assim, os bairros do Outeiro, São Tomé e Carriçal, Regado, Bom Pastor, Santa Luzia e Agra do Amial, acolheram, cada um deles, uma noite recheada de animação, contado com a atuação de um grupo musical.

Para além destes bailaricos, foram organizados vários arraiais, com o apoio da Junta de Freguesia. Assim, destacamos o arraial de São João do Campo Lindo, no dia 23 de junho, envolvendo os estabelecimentos locais, bem como os arraiais da Casa do Salgueiros, nos dias 23, 24 e 25 de junho, do Bom Pastor, nos dias 23 e 24, e, ainda, o arraial de São Pedro da Areosa, no dia 1 de julho. Em Paranhos, não faltou animação!



> AÇÃO SOCIAL

A Sardinhada de S. João “antecipou” a grande festa da cidade

No dia 21 de junho, realizou-se a já tradicional sardinhada de S. João, promovida pela Freguesia de Paranhos, tendo a mesma contado, este ano, com cerca de 220 participantes. Este é um dos passeios-convívio temáticos mais aguardados pelos paranhenses, contando, sempre, com um momento de animação musical e bailarico, ao qual

aderem muitos dos seus participantes. O passeio deste ano incluiu uma visita a Aveiro e à Costa Nova, efetuada durante a manhã, tendo o almoço sido servido no Restaurante João Capela, na Quinta do Picado, em Aveiro. Momentos assim, serão, sempre, para repetir...



> AÇÃO SOCIAL

Paranhos foi de comboio ao Tua



Durante o mês de maio, foram realizadas quatro viagens de ida e volta em comboio, até ao Tua, concretizando um dos passeios temáticos mensais mais aguardados, organizados pela Freguesia. Esta iniciativa contou com mais de 200 participantes, recenseados em Paranhos, os quais beneficiaram de um programa diversificado, incluindo um almoço no afamado restaurante Calça Curta – um espaço de referência da gastronomia duriense, localizado em Foz-Tua, junto à estação de caminho

de ferro – e uma visita ao Centro Interpretativo do Vale do Tua. Este equipamento, inaugurado em 2017, tem como objetivo demonstrar a ligação entre o território, que envolve todo o vale e foz do Tua, com as suas gentes, a fauna e flora, o caminho-de-ferro e a barragem. Nas viagens efetuadas, os participantes ficaram a conhecer múltiplos aspetos de interesse, acerca da região visitada.

> EDUCAÇÃO, DESPORTO, JUVENTUDE E LAZER

Projeto Entrelaçar - Visita Museu Papel Moeda

No dia 22 de abril o Projeto Entrelaçar proporcionou a pais e filhos uma visita guiada ao Museu Papel Moeda, localizado na Fundação Dr. António Cupertino de Miranda.

O Museu do Papel Moeda iniciou a sua construção física em 1994 e foi inaugurado em 20 de janeiro de 1996.

A exposição de papel moeda apresenta a história do dinheiro de papel enquanto testemunhos da evolução económica, social e cultural de Portugal. Constituída por diversas coleções, destaque para o primeiro papel moeda, que surgiu na China, no séc. VII, na dinastia Tang, passando pelo primeiro papel moeda do Brasil. O Banco do Brasil foi criado por D. João VI, em 1808, sendo o primeiro Banco Português, pois nesta época o Brasil era uma colónia portuguesa. Foi o quarto banco emissor a aparecer no mundo, precedido pelo Banco de Estocolmo (1656), Banco de Inglaterra

(1694) e pelo Banco da França (1700).

Em Portugal Continental o primeiro Banco que existiu foi o Banco de Lisboa, com funções comerciais e emissoras, nasceu em dezembro de 1821.

Para além das salas sobre o papel moeda, pais e filhos visitaram ainda uma notável coleção de miniaturas de automóveis, culminando a visita na análise e interpretação da evolução da nossa atual moeda o Euro.



Projeto Entrelaçar - Visita ao Terminal de Cruzeiros do Porto de Leixões

Na manhã de 27 de maio, pais e filhos tiveram uma visita guiada ao terminal de cruzeiros de Matosinhos ou estação de passageiros do Porto de Leixões.

Projetado pelo arquiteto português Luís Pedro Silva, o edifício em forma de rolo de papel, revestido a azulejo (fabricados em Aveiro) e vidro,

teve na origem da sua construção como principal objetivo ligar o desenvolvimento comercial à aposta no turismo marítimo.

Estratificado em oito pisos, (na cave, dois metros abaixo do nível do mar, encontra-se um aquário com animais e algas do Ciimar - Centro Interdisciplinar

de Investigação Marinha e Ambiental) foi a partir do piso 0, ao nível do solo, que começamos a nossa visita.

Sempre em espiral, sob uma grande claraboia, visitamos o piso 1, destinado a funções logísticas de embarque e desembarque de passageiros, o piso 2 que é um espaço da ciência reservado ao CIIMAR, com salas e gabinetes de trabalho ligados à investigação, e o piso 3 com uma área de exposição de 600m², preparado para a realização de eventos e com uma vista privilegiada para o mar, Leça da Palmeira, Matosinhos e Porto.

O culminar da visita foi à cobertura do edifício, em forma de anfiteatro, com uma extraordinária vista sobre o Porto, Matosinhos e o seu extenso areal.



Projeto Entrelaçar Visita Estádio e Museu do FCP

No dia 1 de julho, para o encerramento de mais um ano letivo do Projeto Entrelaçar, lavamos pais e filhos a visitar o Estádio do Dragão e o Museu do Futebol Clube do Porto.

Começamos a visita pelo estádio do Dragão, que foi construído para substituir o Estádio das Antas, que abriu as portas ainda antes em 1952. Foi inaugurado a 16 de novembro de 2003, num jogo particular com o Barcelona (foi a estreia de Lionel Messi no Barça). Passando pelo Camarote presidencial, pelo novo relvado, sala de imprensa, balneários do clube visitante, foram percorridos extensos corredores repletos de fotografias históricas de jogadores, treinadores, jogos e trofeus que fazem a história de um clube com 129 anos de existência.

Após a visita ao Estádio seguimos para o Museu do Futebol Clube do Porto.



À entrada do Museu a majestosa Valquíria Dragão, instalação da autoria da artista plástica Joana Vasconcelos, concebida com dezenas de taças/troféus, cachecóis e bandeiras.

Seguiram-se centenas de taças e troféus (apenas uma parte da totalidade do espólio do clube), uma exposição interativa, bem como o holograma do mítico presidente do clube portuense, Jorge Nuno Pinto da Costa. Uma réplica do autocarro utilizado nos festejos de uma conquista, uma réplica do antigo balneário do estádio, uma baliza de futebol em dimensão real, para além centenas de artigos, das mais diversas modalidades do clube, fizeram as delícias de pequenos e graúdos.

“A Casa está em Festa!” animou o Campo Lindo



No dia 1 de julho, realizou-se o evento de rua que – como já é tradição – assinala o final de mais um ano de atividade formativa, levada a efeito na Casa da Cultura de Paranhos.

Desta feita, o programa deste dia contou com uma atuação do Grupo Instrumental e Vocal de Paranhos (GIVP), magia de rua, absolutamente surpreendente, protagonizada por José de Lemos, um excelente espetáculo de dança, proporcionado pelo Grupo de Dança do Agrupamento de Escolas Abel Salazar (São Mamede de Infesta) e, ainda, um pequeno concerto dos Che Chabón Trio, apresentando uma combinação inesperada de instrumentos – bandolim, bateria e piano –, interpretados pelos músicos David Rodrigues, Rui Rodrigues e Vítor Sousa.

No decorrer desta tarde festiva, procedeu-se à entrega dos certificados de frequência da atividade formativa, aos formandos dos diferentes cursos que se realizaram na Casa da Cultura, em 2022-23. A Junta de Freguesia agradece a todos os seus formadores o empenho e o profissionalismo demonstrados, ao longo deste ano de trabalho.

Todos aqueles que se deslocaram ao Campo Lindo, beneficiaram, ainda, da presença de uma banca de artesanato, de Sofia e Isolina, bem como de uma outra, da Confraria dos Doces de Paranhos, onde esta especialidade gastronómica local pôde ser degustada e adquirida pelos seus (cada vez mais) apreciadores.

Aguardemos, com expectativa, a edição de 2024 de “A Casa está em Festa!” ...

Tertúlia sobre neurociências

Incluído no Ciclo de Tertúlias do CISA, no dia 26 de abril, decorreu no Auditório da Casa da Cultura a Palestra “Uma nova abordagem ao Autismo e Esquizofrenia”. Nesta, foi dado a conhecer o projeto de doutoramento Predictive Brains, de Prune Mazer, que está a decorrer no laboratório de Neuropsicofisiologia da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto. O objetivo deste projeto é desenvolver técnicas de diagnóstico e avaliação para o Autismo e Esquizofrenia em adultos através na análise de dados eletroencefalográficos - registo da atividade cerebral. Este projeto tem ainda por base os mais recentes avanços na área das neurociências, nomeadamente,



na forma como o nosso cérebro perceciona estímulos.

Financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia, o projeto encontra-se a recrutar pessoas da comunidade, entre os 18 e os 60 anos, com ou sem o diagnóstico de autismo ou esquizofrenia, e também familiares, para participarem numa recolha de dados no laboratório de Neuropsicofisiologia, instalado na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto. A recolha de dados tem uma duração aproximada de 1h15, envolvendo a realização de um eletroencefalograma e a resposta a alguns questionários. Os participantes receberão um vale de compras.

Tivemos “grãos de café” na Casa da Cultura



No dia 3 de junho, decorreu a apresentação do livro de poesia “Grãos de Café”, de Maria Beatriz Ferreira. Este novo livro, surge na continuidade de uma obra já bastante extensa, perto de completar 50 anos.

Nas palavras de Ana Carvalho, que fez a apresentação do livro, “numa escrita sempre muito peculiar, perpassa a ideia de que a escrita é também uma terapia, uma libertação

de sentimentos e uma entrega, uma reflexão, um prazer, uma necessidade de dar asas à liberdade interior.”

Maria Beatriz, aluna do curso de desenho e pintura da CCP, além de escrever sobre a vida, o sonho, o quotidiano, ou a natureza, entre tantos outros temas, também pinta, tendo dado a conhecer aos presentes algumas das suas telas, destacando-se o seu autorretrato na capa do livro.

Na FEUP também se pinta

No dia 22 de abril, foi inaugurada a exposição coletiva dos alunos da Oficina de Pintura da FEUP, contando com uma magnífica atuação do Grupo Vocal desta instituição. Trata-se de uma atividade do Comissariado Cultural da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, orientada pelo artista plástico Paulo Jesus. De acesso gratuito a toda a comunidade da UP, aquela oficina pretende promover a expressão artística através da pintura, dando espaço e tempo a todos os que desejem explorar formas, cores e materiais diversos, com criatividade, não sendo necessária qualquer preparação ou conhecimento prévios para a poder frequentar.



Uma “Sintonia” perfeita



A Exposição de Pintura de Helena Lemos e de Marília Ferreira, inaugurada no dia 6 de maio, resultou da harmoniosa relação de amizade entre ambas. Embora muito diferentes, quer no ponto de vista artístico, quer humano, as duas amigas / artistas plásticas sentiram e quiseram transmitir “Sintonia” – designação atribuída à exposição – através da sensibilidade e da reciprocidade das obras expostas. Nesta mostra, e nas palavras das pintoras, “foi visível o amor pela arte, que representa com certeza, o ser humano e a natureza numa perfeita união”.

A “Filipa” veio de novo à Casa da Cultura

Como já é habitual, os alunos finalistas do curso de Artes Visuais da Escola Secundária Filipa de Vilhena realizaram uma exposição na Casa da Cultura, assinalando o encerramento de mais um ciclo de trabalho. A professora Maria Jorge, dinamizadora desta iniciativa, presenteou-nos com um leque diversificado de trabalhos soberbos, que encheram de orgulho toda a comunidade educativa. Parabéns aos jovens talentosos!



“Como o vento” foi tema de exposição

A encerrar o trimestre, a professora Joana Padilha reuniu os alunos dos diferentes locais onde leciona aulas de desenho e pintura numa exposição coletiva, com 199 trabalhos, ocupando dois pisos da Casa da Cultura. Embora estivessem representados artistas dos 7 aos 81 anos, foi possível sentir uma harmonia e um fio condutor nesta mostra coletiva, trazido pelo tema “Como o Vento”, cuja representação pode ser realista ou não, demonstrando a forma como cada um sente o vento ou a forma como o vento os faz sentir.



Há Poesia na Freguesia!



O novo projeto de Poesia na Freguesia, dinamizado por Ana Carvalho, teve a sua estreia no dia 29 de abril, na Casa da Cultura. Esta conversa poética contou com a presença de Dolores Pinto, “os olhares fazem-me escrever”, Paulo Silva, “a fotografia deu à luz a escrita”, e Vítor Teodósio, “a poesia despoleta a canção”. Parafraseando Ana Carvalho, este encontro de vozes luminosas (e não anónimas), decorreu numa perfeita sintonia da palavra, unindo duas esferas magistrais, a fotografia e a música, entrelaçadas em poemas a três vozes. A todos os amantes de poesia fica, desde já, o convite para participarem nos próximos encontros de conversas poéticas, na Casa da Cultura de Paranhos ou noutros locais, a divulgar oportunamente.

A Feira Rural à Moda Antiga trouxe muitos visitantes a Arca d'Água

No fim de semana de 27 e 28 de maio, realizou-se mais uma edição da Feira Rural à Moda Antiga, no jardim de Arca d'Água, trazendo à nossa freguesia numerosos visitantes, apreciadores do folclore e dos costumes e tradições de antigamente. Tratou-se da XXI edição deste certame, desde há muito tempo enraizado em muitas agendas, quer dos grupos participantes, quer dos inúmeros visitantes que nos procuram. Organizada pelo Rancho Folclórico de Paranhos, com o apoio da Junta de Freguesia de Paranhos, a Feira Rural contou com diversos restaurantes ao ar livre, bancas de petiscos, de venda de produtos hortícolas, frutas, vinhos, fumeiro, queijos, mel, artesanato e muito mais! Na noite de sábado e na tarde de domingo foram realizados dois espetáculos de folclore, beneficiando de uma “trégua” generosa, proporcionada pela chuva, que

também “fez questão” de marcar presença no local, neste fim de semana especial. Para o ano que vem, há mais!...



O projeto “Um Mês, Uma Visita” continua a andar por aqui e acolá



Com o projeto “Um Mês... Uma Visita”, a freguesia de Paranhos continua a proporcionar aos paranhenses o conhecimento de diferentes espaços / elementos patrimoniais do concelho e da Área Metropolitana do Porto, promovendo, desta forma, o interesse pelo Património, nas suas múltiplas vertentes. Desta feita, repetiu-se a visita ao Paço Episcopal, dando oportunidade de conhecerem este espaço àqueles que anteriormente tinham ficado em lista de espera. A visita à Casa do Livros, situada no Campo Alegre, no Palacete Burmester, contou com o excelente acolhimento, particularmente enriquecedor, do Dr. Pedro Sampaio, Presidente da Assembleia de Freguesia de Paranhos, que exerce funções nesta Casa. Estando o verão a instalar-se e sendo bastante agradável beneficiar dos ares da praia, realizou-se uma visita guiada à Estação Litoral da Aguda, em junho, tendo sido possível desfrutar, nesta ocasião, de um pequeno passeio à beira-mar.

Em defesa da Cultura! Ou a Cultura é que nos defende?

O Filósofo Schopenhauer (Arthur Schopenhauer, 1788-1860), que acreditava, de forma muito pessimista, que o mundo era cruel e habitado pelo sofrimento, defendia que a Arte era a única coisa que podia atenuar o referido sofrimento (humano) e, que dentro da Arte, a música era a sua expressão mais elevada.

Na história do mundo, tempos há que, na verdade, a crueldade e o sofrimento imperam. É o caso dos tempos de guerra, como agora vivemos na geografia mais a leste do espaço europeu. Como combater estes flagelos, para além do próprio desenrolar bélico dos conflitos, das manobras diplomáticas, das organizações humanitárias, das pressões internacionais pela Paz?

Uma das formas mais visíveis é o recurso às manifestações culturais! O (literal) refúgio na literatura, na poesia, nas artes plásticas, na música, na dança (por vezes tão esquecida...), na escrita (aqui como um refúgio mais individual...), entre outras, de acordo com as diversas épocas em que esses conflitos têm lugar, é o que encontramos mais depressa para nos distrairmos e abrirmos janelas de esperança.

A História está cheia de relatos de sobrevivência, de resiliência e de coragem até, em que a Cultura funcionou como alavanca desses estados de alma que venceram os sortilégios dramáticos dos horrores dos conflitos. Foi assim nas trincheiras da I Guerra Mundial,

também. Por exemplo, no natal de 1914, soldados alemães e ingleses que combatiam nas trincheiras no norte da França e da Bélgica, começaram a entoar cânticos de Natal em pleno teatro de guerra. Aos poucos, esses combatentes inimigos, dispostos a morrer e a matar estavam a abraçar-se, a beberem juntos e até a jogar futebol. O espírito de Natal e, sobretudo, a música uniu-os!

Também na II Guerra Mundial quem não conhece relatos de resistência nos tenebrosos campos de concentração, em que a escrita, a música, a poesia foram as “portas” de liberdade para muitos, quer tenham sobrevivido ou não? Ou como a Inglaterra manteve os seus teatros a funcionar durante o período mais crítico do confronto?

É lapidar a resposta de Churchill a um elemento do seu Governo, no auge da II Guerra Mundial, sobre a necessidade de reduzir verbas da Cultura para reforçar financeiramente a indústria de guerra britânica, que este (elemento do seu governo) defendia como imprescindível: “Evidentemente que não! Então para que serviria travarmos esta guerra?”, respondeu com a maior convicção o então Primeiro-Ministro Britânico.

Servem estes exemplos e outros que poderíamos dar da atualidade, para relembrar que todos devemos e podemos travar uma das batalhas que realmente valem

a pena na nossa vida individual ou coletiva: a batalha pela Cultura! Não se faz eficazmente com manifestações ou exigências partidárias para que esta passe a ter no orçamento de Estado 1, 2 ou 3%. Ridículo! A defesa e luta pela importância da Cultura na vida de um Povo, de um país, faz-se indo a espetáculos, exposições, concertos, teatros, cinemas. A desculpa dos “elevados preços” já nem é desculpa porque quase todas as Autarquias – Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia – oferecem MUITOS espetáculos, momentos, eventos, saraus, conferências, exposições, às populações! E quanto aos livros, se as nossas opções de gestão doméstica nos impedirem de comprar, há sempre as bibliotecas que disponibilizam! Frequentemo-las!

E se mesmo assim não quiser sair de casa, procuremos em casa um ou mais livros dos Pais ou dos Avós que aguardam nas estantes que alguém lhes pegue!

Por exemplo, já leram até ao fim os “Lusiadas”? Façam da leitura e da Cultura um projeto para o Verão! Porque afinal, é a Cultura que nos defende nos piores momentos.

Pedro Sampaio

Presidente da Assembleia de Freguesia de Paranhos



> AMBIENTE E SAÚDE PÚBLICA

Rastreios da Terapia da Fala

No sentido de contribuirmos para a identificação de alterações no domínio da comunicação, linguagem (oral ou escrita), articulação, fluência, voz, audição e motricidade orofacial, foi estabelecido um protocolo entre a Junta de Freguesia de Paranhos e a Fundação de Ensino e Cultura Fernando Pessoa para através do Projeto Ambulatório de Saúde Oral e Pública (PASOP) serem realizados rastreios no âmbito da Terapia da Fala.

Nos meses de abril e maio, decorreram nas Escolas Básica da Caramila, Covelo e XXX os rastreios da Terapia da Fala, a crianças do pré-escolar e do 1º Ciclo, que foram sinalizados pelos respetivos docentes.

A Junta de Freguesia de Paranhos, também tem um

protocolo estabelecido com a Clínica Pedagógica de Terapia da Fala da Universidade Fernando Pessoa, que permite aos alunos que frequentam os estabelecimentos de ensino da Freguesia de Paranhos, poderem recorrer à instituição não só para a realização de rastreios, mas também, se necessário, a sessões de terapia da fala.

O pedido de consulta é realizado na própria clínica, sendo necessária a apresentação da caderneta/cartão do aluno, para confirmação da frequência de estabelecimento de ensino da Freguesia. Para mais informações: Clínica Pedagógica de Terapia da Fala da UFP (Rua Delfim Maia, 334 - 4200-253 Porto | 225 071 384 ou 225 096 371 | cptf@fundacaofernandopessoa.pt).



Feira da Saúde em Paranhos

No passado dia 20 de maio, a Junta de Freguesia de Paranhos, em conjunto com algumas entidades locais da freguesia, promoveu a Feira da Saúde | Paranhos 2023, no Jardim de Arca de Água.

Ao longo do dia foi possível fazer rastreios à tensão arterial, glicemia, dermatologia, cardiovascular, podologia, visão, capilar, hepatite B, sífilis, sida, entre outros. Também a pensar nos nossos amigos de quatro patas, houve aconselhamentos sobre alimentação animal, adaptação dos animais ao lar, controlo e manutenção de colónias urbanas de felinos.

Esta iniciativa teve como parceiros: Farmácia Jardim de Arca d'Água; Pacheco Óticas; Associação Miacis - Proteção e Integração Animal; Liga Portuguesa



Contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte; CAD Porto - Centro de Aconselhamento e Detecção Precoce do VIH-SIDA; Câmara Municipal do Porto; Médicos do Mundo; Instituto Português do Sangue; Clínicas Dr. Pedro Choy e Associação de Utentes ACES Porto Oriental.

Também foram dinamizadas algumas atividades no Espaço Sénior Arca de Água, na qual contamos com a colaboração da Prof.ª Sónia Monteiro, Prof.ª Gisela Pinto, Prof.ª Marta Silva e Dra. Catarina Calafate, para além da atuação da Academia de Música de Costa Cabral.

A Junta de Freguesia de Paranhos agradece a todos os parceiros e entidades que colaboraram na concretização desta iniciativa.

Rastreios de Acuidade Visual com a Shamir Optical

Os rastreios visuais têm uma eleva importância em idade escolar e conscientes sobre a sua necessidade, a Junta de Freguesia de Paranhos e a Shamir Optical realizaram no Agrupamento Eugénio de Andrade, Agrupamento Pero Vaz de Caminha e EB23 Areosa, ações de Rastreio de Acuidade Visual, a todos os alunos do 2º Ciclo (5º e 6º anos), com o objetivo de ajudar a prevenir problemas visuais.

No âmbito da sua política de solidariedade e responsabilidade social, a Shamir Optical

disponibilizou uma unidade móvel para fazer a despistagem de dificuldades visuais, de forma totalmente gratuita. O método de rastreio utilizado assentou numa tecnologia que permitiu identificar se os alunos viam bem ou apresentavam alguma dificuldade visual. Os resultados posteriormente enviados aos alunos indicavam um de dois possíveis resultados, “Negativo” – sem alterações e “Positivo” – com alterações a necessitarem de observação em consulta posterior.



No dia 2 de julho, a Junta de Freguesia de Paranhos promoveu uma Cãominhada Solidária pelas ruas de Paranhos. O percurso, entre o Parque Central da Asprela e o Jardim de Arca de Água, foi percorrido pelos patudos e seus donos, num ambiente de convívio e em contato com a natureza.

Os participantes contribuíram com bens alimentares para animais, que foram entregues a Associação Miacis - Protecção e Integração Animal.



FESTAS EM HONRA DE

NOSSA SENHORA DA SAÚDE

FREGUESIA DE PARANHOS ♦ 2023

28 JULHO A 15 AGOSTO | JARDIM DE ARCA D'ÁGUA
LARGO DO CAMPO LINDO



4 AGO

BANDA LUSA



10 AGO

TOY



11 AGO

FERNANDO ROCHA

27 JULHO [QUINTA]

22H30 **INAUGURAÇÃO DAS ILUMINAÇÕES**
COM CHE CHABON TRIO - JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

28 JULHO [SEXTA]

22H00 **ALBATROZ**

JULHO

29 JULHO [SÁBADO]

22H00 **GRUPO ARTE E JUVENTUDE**
ASSOCIAÇÃO OCUPAÇÃO SÁDIA DO LAZER - AOSL

30 JULHO [DOMINGO]

15H00 **FESTIVAL DE FOLCLORE DE PARANHOS**

31 JULHO [SEGUNDA]

20H00 **NOITE DO EURO**
CARROSSÉIS A 1€, DAS 20H00 ÀS 24H00



1 AGOSTO [TERÇA]

21H30 **VALTER LOPES**

AGOSTO

2 AGOSTO [QUARTA]

21H30 **QUADRANTE NORTE**

3 AGOSTO [QUINTA]

21H30 **PONTO FIXO**

4 AGOSTO [SEXTA]

22H00 **BANDA LUSA**

5 AGOSTO [SÁBADO]

22H00 **ZECADEGAS**

6 AGOSTO [DOMINGO]

21H30 **XXV GRANDE NOITE DE FADOS DE
PARANHOS**

7 AGOSTO [SEGUNDA]

20H00 **NOITE DO EURO**
CARROSSÉIS A 1€, DAS 20H00 ÀS 24H00



8 AGOSTO [TERÇA]

21H30 **LOS CUBANITOS**

9 AGOSTO [QUARTA]

21H30 **KLÁUDIA LOPES**

10 AGOSTO [QUINTA]

21H30 **TOY**

11 AGOSTO [SEXTA]

21H30 **JOÃOZINHO**
23H00 **FERNANDO ROCHA**

12 AGOSTO [SÁBADO]

16H45 **GRUPO DE CAVAQUINHOS DE PARANHOS**
21H30 **TRÍDUO** CAPELA DO CAMPO LINDO
22H00 **SAMBINHA DO ZÉ**

13 AGOSTO [DOMINGO]

11H00 **MISSA CAMPAL** JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

21H30 **TRÍDUO** CAPELA DO CAMPO LINDO

21H30 **JORGE PACHECO**

14 AGOSTO [SEGUNDA]

21H30 **OS TURISTAS**

21H30 **TRÍDUO** CAPELA DO CAMPO LINDO

23H45 **FOGO DE ARTIFÍCIO** JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

15 AGOSTO [TERÇA]

10H30 **MISSA CAMPAL** LARGO DO CAMPO LINDO

15H00 **GRUPO DE BOMBOS "OS AMIGOS DE
CAÍDE DE REI"**

16H00 **MAJESTOSA PROCISSÃO**

20H00 **NOITE DO EURO**
CARROSSÉIS A 1€, DAS 20H00 ÀS 24H00



21H30 **BANDAS DE MÚSICA** LARGO DO CAMPO LINDO

BANDA MARCIAL DE GUEIFÕES

BANDA UNIÃO MUSICAL PARAMENSE

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

Porto.