

Vida de Paranhos



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

Tomada de posse dos novos Órgãos Autárquicos de Paranhos



Os Paranhenses optaram pela continuidade do projeto autárquico que vem sendo desenvolvido na Freguesia desde 2001

64ª Volta a Paranhos regressa às ruas, em dia do 110.º Aniversário do SC Salgueiros

Orçamento de 2022 com reforço na intervenção social



O Ano que agora acaba, ainda não foi aquele que esperávamos, no que respeita ao final – ou, pelo menos, a uma grande diminuição – dos casos COVID 19. Foi, pois, mais um ano difícil para todos!

Sendo, este, um grave problema de saúde pública a nível global, não podemos nem exigir, nem esperar que sejam apenas os profissionais, as instituições, os hospitais, ou outros agentes ligados à Saúde, a atuarem no sentido da resolução de tal situação. O Poder Local tem de ser, também, uma peça fundamental da complexa máquina de combate a este flagelo.

Seja através de mecanismos de resposta a situações de emergência em confinamentos, na ajuda comunitária ou no esclarecimento de dúvidas e questões colocadas, as autarquias têm de dizer diariamente “presente!”, nesta luta global, desenvolvendo, no caso das Juntas de Freguesia (e, na de Paranhos, a nossa, em particular), uma verdadeira política de proximidade, proativa e eficaz, junto dos seus concidadãos! Assim é o compromisso que reforçamos para 2022!

No entanto, as festividades, familiares ou outras, também não poderão ficar submersas no medo, no silêncio e/ou no distanciamento sentimental! Teremos, pois, de encontrar um equilíbrio entre a responsabilidade e a solidariedade. Ou, melhor, entre a responsabilidade e os afetos.

Cada um de nós saberá, sem dúvida, qual a melhor forma de o encontrar, para que ninguém, entre familiares e amigos, se sinta só.

Sendo, este, um tempo de dificuldades, terá de ser, também, um tempo de Esperança: na Ciência, na Humanidade e num Futuro de normalidade! Vamos todos lutar por isso!

Contem com a Junta de Freguesia de Paranhos para este combate! Como sempre. Assim, desejamos a todos os Paranhenses, Familiares e Amigos, um novo Ano com muita Saúde, com Alegrias e com Sucessos, a todos os níveis.

Um abraço de amizade do Miguel Seabra

Presidente da Junta de Freguesia de Paranhos



> DESTAQUE

Novos órgãos autárquicos em Paranhos

No passado dia 26 de setembro decorreu o ato eleitoral autárquico de 2021.

Com 40.373 inscritos no recenseamento eleitoral, votaram 19.390 eleitores, perfazendo 48,03% de afluência às urnas, em linha com os resultados do concelho do Porto, onde a afluência foi de 48,81%. Estas eleições voltaram a dar a vitória ao Partido Social Democrata, que conquista o sexto mandato consecutivo, na gestão da Freguesia de Paranhos. Dois sob a responsabilidade do Eng. Miguel Seabra (2001/2005 e 2005/2009), três sob a tutela do Dr. Alberto Machado (2009/2013, 2013/2017 e 2017/2021) e agora, novamente, sob a liderança do Eng. Miguel Seabra (2021/2025).

Da composição da Assembleia de Freguesia de Paranhos surge um cenário de acordo pós-eleitoral com o movimento independente Aqui Há Porto, com a integração de um elemento do movimento

no Executivo da Junta e outro na Mesa da Assembleia de Freguesia.

Este acordo permite garantir a governabilidade executiva do mandato agora em curso e continuar a dar aos Paranhenses uma gestão estável da Freguesia.

O Executivo da Junta de Freguesia, ficou com a seguinte composição:

PRESIDENTE: Miguel Seabra – Pelouro dos Recursos Humanos e Recenseamento

SECRETÁRIO: Guilherme Fontes – Pelouro do Património, Obras e Cemitério

TESOUREIRA: Teresa Vilas Boas – Pelouro da Inovação

VOGAL: Luís Torres – Pelouro da Educação, Desporto, Juventude e Lazer

VOGAL: Catarina Gonçalves Dias – Pelouro da Ação Social

VOGAL: Rui Alcântara Carreira – Pelouro da Cultura

VOGAL: Teresa Mota – Pelouro do Ambiente e Saúde Pública

A Assembleia de Freguesia de Paranhos apresenta a seguinte composição:

PRESIDENTE DA MESA: Pedro Sampaio

1º SECRETÁRIO: Francisco Meireles Coelho

2ª SECRETÁRIA: Maria João Ramalhão

Na sequência das sessões de tomada de posse para a Assembleia de Freguesia de Paranhos e para a Câmara Municipal do Porto, o presidente da Junta cessante, Alberto Machado suspendeu o seu mandato na Assembleia de Freguesia por ser incompatível com o exercício das funções de Vereador na Câmara Municipal, funções essas que passou a exercer em prol da nossa Cidade.



Plano e Orçamento para 2022 aprovado sem votos contra

No passado dia 27 de dezembro foi aprovado, sem votos contra, o Plano e Orçamento da Junta de Freguesia de Paranhos para o ano de 2022.

Trata-se do maior orçamento dos últimos anos, sobretudo devido ao facto de ter ocorrido um reforço orçamental relativo às competências delegadas pelo Município nas Juntas de Freguesia da Cidade e também à delegação da gestão do Fundo Municipal de Apoio ao Associativismo que, a partir de 2022, passará a ser gerido pelas Juntas. Deixamos aqui transcritos excertos deste documento que se encontra disponível na íntegra no site da Junta de Freguesia de Paranhos, em:

<https://www.jfparanhos-porto.pt/pt/documentos-oficiais/planos-e-orcamentos>

“Prevê-se que o ano de 2022 seja um ano de retoma da atividade na sua plenitude, mesmo com os condicionalismos que advêm da crise pandémica vivida nos últimos 2 anos.

Certo é, que todos tivemos de ajustar a nossa vivência e a forma como a sociedade se comporta e interage, mas, não podemos deixar de valorizar a resposta dos portugueses a esta pandemia.

A resiliência, o espírito de sacrifício, a capacidade de superação e a solidariedade demonstradas neste período permitem-nos acreditar que iremos sair mais fortes.

Perderam-se competências de socialização, as problemáticas de carência socioeconómica e de desemprego acentuaram-se e teremos todos de unir esforços no sentido da recuperação da pandemia ao nível das questões económicas e sociais, mas também no sentido de promover uma retoma da normalidade sem descuidar as medidas necessárias à proteção de todos, não prejudicando todas as vitórias que se conseguiram frente à pandemia.

As instituições e as forças vivas da freguesia devem estabelecer mais pontes e parcerias de forma a juntos ultrapassarmos este período e seguirmos mais fortes e unidos rumo a um futuro melhor.

Pre vemos um cenário em que será possível desenvolver o Plano de Atividades na sua plenitude em 2022, ao contrário dos anos de 2020 e 2021 onde a pandemia impediu que tal ocorresse, tendo em conta as regras e orientações

definidas pelas entidades competentes.

Continuaremos, à semelhança dos anos anteriores, a promover um forte investimento na Ação Social de forma a mitigar, em conjunto com a nossa Comissão Social de Freguesia, os efeitos da pandemia junto da comunidade e das famílias, não esquecendo a necessidade da promoção de atividades que colmatem as necessidades dos mais idosos.

Desenvolveremos estratégias e realizaremos investimentos para estarmos ainda mais próximos dos cidadãos, procedendo a uma modernização dos nossos serviços no sentido de facilitar a interação e o acesso aos mesmos.

Não deixaremos de acompanhar as associações e coletividades mantendo as parcerias atuais e criando novas.

O novo Executivo da Junta de Freguesia, renovado quase na sua totalidade, manterá a política de rigor, inovação e transparência que são marca das gestões anteriores. É um Executivo renovado, mas em linha com os anteriores, alicerçado na proximidade à população, na experiência, na competência e na visão de futuro.

Procedemos a uma reorganização e reformulação de Pelouros, no sentido de definir novas áreas de atuação e dar uma melhor resposta a determinadas problemáticas. No entanto, manteremos todas as principais atividades dinamizadas nos Executivos anteriores, incrementando novas que possam ir de encontro a novos públicos ou colmatar novas carências.

Paranhos manter-se-á como uma Freguesia de referência, quer pelas boas práticas de gestão, quer pela forma dinâmica e inovadora como atua junto da sua população.”



PARANHOS: Novos Desafios, Novas Respostas, os mesmos Princípios de Atuação

A 26 de setembro último, os Paranhenses entenderam – uma vez mais e, até, reforçando a respetiva votação – confiar nesta Equipa para gerir a Junta de Freguesia. Obviamente, muito nos orgulha essa confiança que se estabeleceu em 2001, mas, acima de tudo, sentimo-nos ainda mais responsabilizados!

Não nos sentimos, de forma nenhuma, “descansados” ou acomodados nessa confiança. Os tempos e os desafios, mudam com muita rapidez. Os problemas de hoje, não são os mesmos de há 20 ou até de há 10 anos. Desta forma, a maneira de os abordar e as soluções a encontrar, terão de ser necessariamente diferentes.

Há, no entanto, imagens de marca e princípios de atuação que não mudaremos: o rigor financeiro, com o devido respeito pelos dinheiros públicos; a política de proximidade; a primazia da Ação Social, quer de emergência, quer de prevenção, no âmbito de atuação das Juntas de Freguesia; a promoção do talento dos nossos jovens e não só, em todas as manifestações culturais; a inovação e a criatividade; o relacionamento com o Associativismo, a todos os níveis. Serão estas, as grandes linhas de atuação que iremos seguir. Para isso, e porque o mundo vai mudando, tentamos

> AÇÃO SOCIAL

Orçamento de 2022 reforça intervenção social da Junta

A intervenção social da Junta de Freguesia de Paranhos tem sido uma das áreas com maior incidência ao nível do Orçamento e Plano de Atividades nos últimos anos, motivo pelo qual o atual Executivo decidiu manter esse Pelouro como prioridade para o ano de 2022.

O trabalho de articulação com a Comissão Social de Freguesia e todas as instituições parceiras e com responsabilidades ao nível da Ação Social em Paranhos é o garante das boas práticas e a certeza de que a conjugação de esforços nos permite alcançar resultados positivos em prol da comunidade, nomeadamente dos que se encontram e situação de maior vulnerabilidade social.

Só através da articulação direta com as IPSS's, as Associações de Solidariedade Social, as Conferências Vicentinas e os Centros Sociais é possível ultrapassar muitas das situações de carência que não estão na esfera de competências das Juntas de Freguesia, sendo que o encaminhamento célere para estas entidades é fundamental no sentido de encontrar soluções que minimizem os problemas existentes.

Esta atuação conjunta passa também pela articulação

adaptar os Pelouros a esta contemporaneidade. Com novas valências, com novas abordagens, com novas designações e com novos desafios, também estabelecidos por nós! Temos um Executivo rejuvenescido, sem, no entanto, deixar de manter a experiência e o conhecimento que a Vida nos dá! É, também, um Executivo que não integra, apenas, elementos de um partido. Os resultados eleitorais ditaram a necessidade de convergências. Foi esta a soberana vontade dos eleitores e, com todo o respeito e ânimo, seguimos esse caminho. Assim, aos elementos do Executivo do Partido Social Democrata, juntou-se um elemento do Movimento “Aqui Há Porto”. Trabalharemos todos, juntamente com os restantes partidos com assento na nossa Assembleia de Freguesia, em prol da Freguesia! No fundo, é a Democracia a funcionar e muito bem!

Assim, é com ânimo e muita vontade de trabalhar que iniciamos mais um mandato! Convergindo, sem desvirtuar a nossa visão ideológica; mudando, sem deixar de incluir as boas ideias e propostas de todos, sem exceção; discutindo os problemas, sem impor as soluções.

Contamos com todos, porque todos somos poucos para continuar a fazer de Paranhos um bom sítio para viver!

com entidades da esfera municipal e estatal como a Câmara Municipal do Porto ou o IHRU, nomeadamente nas questões de habitação.

Em 2022, manteremos o enfoque em atividades relacionadas com o combate à pobreza e à exclusão social nas suas várias vertentes, introduzindo algumas ações específicas para a inclusão de cidadãos migrantes e no apoio à população sénior da freguesia através da promoção de atividades lúdicas e ocupacionais que promovam a sua saúde e bem-estar biopsicossocial.

O Programa de Emergência Social, a Loja Social, o projeto Zero Desperdício, a Teleassistência, o “Pedalar Sem Idade”, os momentos de convívio e comemorações festivas continuarão a ser projetos âncora no trabalho social que a Junta de Freguesia desenvolve.

Será, ainda, implementado um novo programa, o “Paranhos Junta e Cuida” que irá possibilitar o desenvolvimento de uma oferta ocupacional na área da motricidade e exercício físico, estimulação cognitiva e social e da musicoterapia em equipamentos sociais da Freguesia destinados à população sénior.

> AÇÃO SOCIAL

A Freguesia apoia as comunidades imigrantes



No passado dia 17 de dezembro de 2021, o Presidente da Junta de Freguesia, Eng.º Miguel Seabra, foi recebido pelo Dr. Mário Ribeiro, diretor do departamento de assistência migratória do Centro Nacional de Apoio ao Imigrante, nas suas instalações na cidade do Porto, com o intuito de conhecer os serviços prestados nesta infraestrutura, destinado a atender e a prestar apoio à população migrante.

Na freguesia de Paranhos, foi também recentemente inaugurado o Centro Local de Apoio ao Imigrante, instalado na Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, sendo que a articulação com estas estruturas permitirá à Junta de Freguesia de Paranhos desenvolver um trabalho mais objetivo e sustentado junto destas comunidades.

Esta, será uma das prioridades incluídas no plano de ação da Junta de Freguesia, no que concerne às questões da exclusão social, na ótica da intervenção e acolhimento junto das populações migrantes residentes na freguesia. Durante os últimos meses, tem-se verificado uma afluência crescente de cidadãos estrangeiros, que recorrem às infraestruturas da Junta, solicitando diversos serviços e atividades, pelo que emerge a necessidade de atuar rapidamente, no sentido de proporcionar uma melhor integração desses cidadãos na comunidade, bem como aproximá-los dos serviços prestados por esta autarquia.

Pretendem, assim, incrementar o investimento nesta área de atuação, através do desenvolvimento de ações que envolvam estes cidadãos na dinâmica da freguesia, mediante o estabelecimento de parcerias com entidades locais que permitam responder com maior eficácia às diferentes solicitações destes cidadãos.



> EDUCAÇÃO

Projeto Entrelaçar – Visita ao Museu do Biscoito, em Valongo

Em novembro o Projeto Entrelaçar levou pais e filhos à “Oficina da Regueifa e do Biscoito de Valongo.”

A oficina ocupa o antigo quartel dos Bombeiros Voluntários de Valongo, um edifício centenário localizado no centro do concelho.

Espaço museológico dedicado ao fabrico da regueifa e do biscoito, produtos típicos do concelho de Valongo, proporcionou uma experiência interativa e audiovisual pela história do setor da panificação de Valongo.

Começamos pela exposição “Do Grão ao Pão”, que

se encontrava dividida em quatro temas: a agricultura (explica o processo produtivo dos diferentes cereais usados no fabrico do pão e de biscoitos. O milho, centeio e trigo são os principais); a moagem (a sua importância na qualidade do pão e dos biscoitos); a antiga padaria (nos séculos XVIII e XIX, tratava-se de uma casa familiar, onde existia um forno que permitia cozer pão e vender para fora. Toda a família contribuía para a produção, distribuição e venda. Havia até o costume de casar os filhos entre famílias de padeiros de forma a dar continuidade ao negócio) e por fim a rota do pão (depois de fabricado, o pão tinha de ser vendido. Essa era a tarefa das mulheres, que o levavam em canastras até ao Porto numa caminhada de cerca de 13 quilómetros).

Depois desta imersão histórica, com recurso a fotografias antigas, hologramas e imagens 3D, pais e filhos “meteram a mão na massa” e confeccionaram biscoitos de milho, segundo uma receita tradicional de Valongo.



Projeto Entrelaçar – Visita ao Museu Fábrica do Chocolate, em Viana do Castelo

Em dezembro, por ser um mês de consumo de muito chocolate, o Entrelaçar levou as famílias a conhecerem a sua origem e fabrico através de uma visita guiada ao Museu Fábrica do Chocolate, em Viana do Castelo.

Foi uma viagem desde a origem da planta do cacau (o cacaueteiro) descoberta há 3000 anos pelos Astecas, até à sua chegada à Europa, trazida por navegadores espanhóis, como uma verdadeira preciosidade.

Ao longo de cinco salas, todos descobriram os benefícios para a saúde do consumo moderado de chocolate, as fábricas e marcas de chocolate portuguesas e estrangeiras e ficaram a saber as etapas de transformação do cacau em chocolate (preto, de leite e sem cacau, o branco).

Para completar a visita todos assistiram a um

workshop de produção de barritas de ... chocolate!



Alfabetização e Promoção da Literacia “Percurso de Cidadania” com fôlego renovado em Paranhos



Retomaram no dia 4 de outubro as sessões presenciais das oficinas de alfabetização e promoção da literacia desenvolvidas no âmbito do projeto “Percurso de Cidadania – Alfabetização Solidária e Literacias”, dinamizado em Paranhos pela APEFA – Associação Portuguesa de Educação e Formação de Adultos / Aprendizagens, com o apoio da Junta de Freguesia.

Depois da interrupção suscitada pelas restrições sanitárias associadas ao combate à pandemia da COVID-19, foi com entusiasmo e expectativas elevadas que a Casa da Cultura de Paranhos voltou a receber pessoas adultas, interessadas em melhorar as suas competências de leitura e escrita.

Em sessões realizadas duas vezes por semana, às segundas e sextas-feiras, os participantes contam com o apoio das professoras voluntárias da APEFA, que com eles projetam os caminhos do desenvolvimento daquelas competências, que são também os caminhos da afirmação da cidadania.

Contando, nesta fase, com o apoio do Programa Bairros Saudáveis, o “Percurso de Cidadania” prepara-se, entretanto, para alargar a sua atividade a um segundo grupo de pessoas adultas, que deverá funcionar, a partir de janeiro, também duas vezes por semana, num outro espaço da freguesia: o Espaço Sénior da Gruta de Arca de Água.

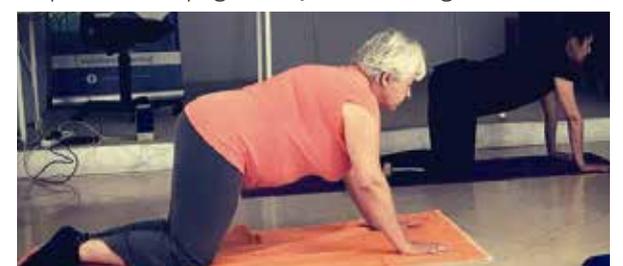
> CULTURA

A atividade formativa continua a animar diariamente a Casa da Cultura

Tendo sido retomada no dia 1 de outubro, a Atividade Formativa decorre, diariamente, na Casa da Cultura, cumprindo as normas de segurança e proteção ao abrigo das orientações da DGS. O leque de oferta é diversificado, cativando largas dezenas de paranhenses, assim como “fregueses vizinhos”, contando atualmente com cerca de 230 inscrições. Proporcionamos aulas de Línguas (Espanhol, Francês, Inglês e Italiano), bem como atividades de caráter mais prático, como Música (guitarra clássica, bandolim e piano), Pilates, Yoga,

Bordados e Pintura. Para os apreciadores de História e das “estórias da nossa cidade”, há aulas de História do Porto e Estórias da História. Para aqueles que procuram acompanhar as novas tecnologias, existem as aulas de Informática. Quem tiver interesse em alguma destas áreas, poderá contactar a Casa da Cultura e experimentar uma aula, gratuitamente. Em todos os cursos mantém-se a opção de frequência em regime não presencial, pelo que os formandos deverão dispor de ligação à internet, bem como de um computado

com câmara, um tablet ou um smartphone. O horário da CCP e outras informações encontram-se disponíveis na página da Junta de Freguesia.



> CULTURA

Sucedem-se as (boas) exposições na Casa da Cultura

De 4 a 18 de setembro esteve patente na sala de exposições da Casa da Cultura, a exposição de pintura “Portugal pelos meus olhos”, de Suzi Vieira. De nacionalidade filipina, a autora vive em Paranhos há cinco anos, tendo frequentado o curso de Português para Emigrantes, lecionado na CCP pelo professor Renato Azevedo. Nesta mostra, Suzi pode partilhar a beleza de Portugal através das suas pinturas e desenhos, inspirados em viagens que fez pelo país.

Ainda em setembro, esteve patente no auditório da CCP uma exposição coletiva, resultante do trabalho das alunas do nosso Curso de Desenho e Pintura. Este curso decorre, desde 2018, sob orientação da professora Ana Maria Costa.

Aqui fica o convite, dirigido a todos os paranhenses, amantes das artes visuais, para experimentarem gratuitamente uma aula. Para o efeito, deverão entrar em contacto com a Casa da Cultura.

A música é um elemento essencial na vida de milhões de pessoas no mundo. No Dia Europeu da Música, celebrado a 1 de outubro, a Academia de Música de Costa Cabral inaugurou uma exposição, com trabalhos dos alunos do ensino básico, realizados no âmbito da disciplina de Educação Visual, lecionada pela professora Mafalda Jorge. Nos dias 2 e 9 de outubro, a AMCC proporcionou, ainda, dois excelentes momentos musicais – aliando o desenho, a pintura, a fotografia e a música – particularmente apreciados por alunos e encarregados de educação.



O Fado à Porta voltou às coletividades da freguesia

Aquela que é uma das mais emblemáticas iniciativas da freguesia de Paranhos, o Fado à Porta, teve duas sessões bastante participadas no último trimestre do ano.

No dia 7 de novembro, realizou-se uma excelente sessão de fado na Casa do Salgueiros, marcando o reinício deste projeto, após uma pausa de aproximadamente quatro meses. O ambiente acolhedor criado na sala que acolheu fadistas, músicos e público, foi determinante para o sucesso do evento, devendo o mesmo ser repetido neste local, a pedido de muitos dos presentes.

No dia 4 de dezembro, houve, de novo, fado (e

bom...), desta feita na sede do Núcleo Desportivo do Bairro do Bom Pastor. A plateia revelou-se bem-disposta e participativa, tendo acompanhado muitos dos temas interpretados pelos fadistas que animaram a tarde, a fazer esquecer o frio que se fazia sentir no exterior da sala onde se realizou o evento.

A ambas as coletividades visitadas, um agradecimento sentido da Junta de Freguesia, pela disponibilidade e simpatia demonstradas, no agendamento e organização de cada uma das sessões realizadas.



A Escola Utopia Arte & Ideias, por sua vez, foi fundada em 1998, com o intuito de proporcionar formação a todos aqueles que encontram na arte uma forma de expressão. Atualmente, é dirigida pelo professor Pedro Silva, o qual, acompanhado de uma equipa de artistas-formadores, orienta cerca de 80 alunos. Na exposição coletiva “Artistas Utópicos”, inaugurada no dia 16 de outubro, estiveram representados os alunos que trabalham em atelier livre, tendo sido exibidas 41 peças, nos mais diversos estilos e técnicas, dispostas entre o auditório e a sala de exposições.

De 6 a 19 de novembro, Lucinda Lobo trouxe à sala de exposições “Mil folhas de Liberdade”. Com doze telas de dimensões generosas, pintadas em acrílico, a autora procurou mostrar o que a “faz feliz e completa”. Lucinda Lobo, cujos trabalhos apresentavam elementos da natureza que apelam ao exercício de exploração de sensações, foi “livre para fazer, desfazer, reconstruir, recomeçar e reviravoltar vezes sem conta”.

A Delegação Regional do Norte da Ordem dos Economistas, trouxe-nos a VIII exposição coletiva de pintura “Economistas Amadores de Pintura”, patente na CCP entre os dias 26 de novembro e 3 de dezembro. Nesta ocasião, os paranhenses puderam apreciar uma mostra diversificada de trabalhos de elevada qualidade, de técnicas e temáticas distintas, produzidos por um naipe talentoso de economistas.

A Poesia foi ao Cemitério...



No dia 11 de dezembro, teve lugar mais uma sessão do projeto “A Poesia anda no ar”, desta feita, realizada num local “improvável”: a capela do Cemitério de Paranhos. Numa iniciativa conjunta, promovida pelos Pelouros da Cultura e do Cemitério, os poetas da Troupe de Palavras Vivas e o músico Miguel Trix, levaram palavras e músicas cuidadosamente selecionadas, que convidavam à reflexão individual, a este espaço de Paz e de Tranquilidade. Este, foi um evento pioneiro na freguesia, bem-sucedido, que poderá ter marcado o início da utilização efetiva deste espaço cemiterial, para concretização de algumas iniciativas de caráter cultural.

> CULTURA

O Palácio da Bolsa recebeu os paranhenses em visita guiada

O projeto “Um mês, Uma visita” foi reiniciado em outubro, no dia 22, com uma visita guiada ao Palácio da Bolsa, monumento nacional, classificado como Património Mundial da UNESCO. Situado em pleno centro histórico do Porto, de estilo neoclássico, é da autoria do arquiteto Joaquim da Costa Lima. O palácio, estruturado em planta retangular, desenvolve-se em torno de um pátio central, com telhado de quatro águas, de diferentes níveis e com claraboia. A fachada principal, com dois pisos (virada a oeste), emana uma certa austeridade, proveniente do classicismo das suas linhas arquitetónicas. O interior do

edifício, pauta-se por uma grandiosidade que logo se pressente no Pátio das Nações. Destacam-se algumas das salas nobres do segundo piso, tais como a Sala das Assembleias Gerais, com o teto estruturado em madeira e delineado a ouro; a Sala da Direção, que possui o teto delicadamente coberto de estuque dourado; o Gabinete da Presidência, cujas paredes se encontram pintadas com representações alusivas à Agricultura, à Indústria, ao Comércio e à Construção Naval. O Salão Árabe é o que detém o maior destaque de todas as salas do palácio e o que capta maior interesse. Em planta oval, apresenta-se ornado de

representações em arabescos vermelhos e dourados, que contrastam com tom de azul que reveste o teto e as arcadas. É neste salão que têm lugar as homenagens a chefes-de-estado que visitam a cidade.



Matosinhos inaugurou mais um museu... e fomos conhecê-lo



Em novembro, nos dias 12 e 19, realizou-se visita guiada ao Museu da Memória de Matosinhos,

instalado no Palacete Visconde de Trevões, edifício histórico, construído em 1909, propriedade e residência de Emídio Ló Ferreira, até 1942.

O edifício foi adquirido pela Câmara Municipal em 1955, tendo acolhido a Escola Técnica, Industrial e Comercial (até 1963), o Liceu D. Manuel II e a Escola Preparatória António Nobre (até 1987), a biblioteca municipal (até 2005) e, ainda, a sede da Polícia Municipal (até 2013). O novo espaço museológico, inaugurado em agosto deste ano, pretende ser o ponto de encontro entre o passado e o presente de Matosinhos.

A visita guiada apresenta as memórias e valências do próprio edifício e do seu primeiro proprietário, bem como as memórias do território de Matosinhos, dos seus lugares, das suas gentes e das suas principais atividades. Numa conceção museográfica marcadamente interativa, com recurso às novas tecnologias, o visitante pode explorar livremente diversos conteúdos, assim como realizar uma viagem virtual, através de óculos especiais a 360°. Esta foi, efetivamente, uma experiência diferente para aqueles que têm acompanhado o projeto nas diversas visitas.

O projeto “Um mês, Uma Visita” foi aos “Grilos”...

!O ano enverrou com a visita guiada à Igreja de S. Lourenço dos Grilos, nos dias 10 e 17 de dezembro. A igreja de São Lourenço, popularmente conhecida como igreja dos Grilos, iniciou a sua construção no ano de 1577, pelos Jesuítas, em estilo maneirista.

Com a expulsão dos Jesuítas de Portugal em 1759, por ordem do Marquês de Pombal, a igreja foi doada à Universidade de Coimbra, até ao momento da sua compra pelos Frades Descalços de Santo Agostinho, que ali ficaram de 1780 a 1832. Estes frades vieram de Espanha em 1663, instalando-se inicialmente em Lisboa, no sítio do Grilo, onde ganharam o nome de “frades-grilos”, atribuindo-se assim o nome a esta igreja. Atualmente, este templo pertence ao Seminário Maior, que o ocupa desde 1834.

Na porta de madeira à esquerda da igreja, entramos no Museu de Arte Sacra e Arqueologia do Seminário Maior de Nossa Senhora da Conceição do Porto, o qual apresenta um acervo notável, aberto à comunidade. O outrora chamado

“corredor das lousas” transformou-se numa apreciável galeria de escultura religiosa dos séculos XIII-XIX. É justamente no domínio da escultura que o Museu mais se salienta, com destaque para a Sala Irene Vilar. A pintura, a iluminura, a ourivesaria, a paramentaria, as alfaias religiosas e a arqueologia estão igualmente representadas, com muitos e magníficos exemplares.



Timor foi evocado pela Poesia

No dia 12 de novembro de 1991, ocorreu o massacre do cemitério de Santa Cruz, em Díli, Timor-Leste, no qual morreram cerca de 250 manifestantes pró-independência, desarmados, atingidos por balas indonésias. Trinta anos depois, Paranhos não ficou indiferente a esta data e “a Poesia andou no ar... por Timor”. A CCP foi palco de uma sessão especial de poesia, iniciada com a leitura do poema “Um minuto de silêncio”, de Francisco Borja da Costa, pelo responsável do Pelouro, Rui Carreira. Seguiu-se a leitura de poesia de vários autores timorenses, com destaque para Xanana Gusmão e Ruy Cinatti, pela Troupe de Palavras Vivas. Evocou-se também o repórter britânico Max Stahl, que registou em fotografia e vídeo esse dia trágico e o deu a conhecer ao mundo, abrindo portas ao processo de independência de Timor-Leste. O evento de poesia contou com a presença de alguns alunos da Academia de Música de Costa Cabral, que interpretaram de forma exemplar belíssimas peças musicais clássicas.

Assembleia de Freguesia: Território da Democracia.

Uma Assembleia de Freguesia e no nosso caso a de Paranhos, é um espaço de debate, de diferentes visões, de escrutínio e de decisões políticas que marcam, muitas vezes, os ritmos de atuação e de governação.

É o local onde a Democracia é destilada. É o mesmo que dizer que aqui se apura a essência da política: o debate, a argumentação, a crítica e as votações dos documentos orientadores. Talvez descendente da Ágora Grega, é daqui que saem os Executivos do Poder Autárquico da Freguesia, é aqui que eles são votados, é aqui que lhes é manifestada a confiança que o Povo depositou de diversas maneiras, nos partidos concorrentes.

É, pois, uma enorme responsabilidade pertencer a uma Assembleia de Freguesia. Mas mais do que isso, é uma honra. Desde logo, porque é o nível de poder mais próximo das pessoas, aquele em que se conhece na primeira pessoa, os

problemas, os dramas, as dificuldades. É por aqui, que muitas vezes se começam a dar os pequenos passos para as grandes soluções!

É neste território de debate e confronto das diferenças, por vezes duro, que cada um de nós, membro da respetiva Assembleia, tem o dever de contribuir para a dignidade e vitalidade da Democracia. Ao seu Presidente, cabe-lhe, com toda a humildade servir esse propósito. Ser o primeiro a contribuir e a servir.

É, assim, nesta qualidade que aqui deixo a todos os paranhenses, esta nota e esta reflexão. E também um apelo: contribuam com a vossa presença para esta(s) Assembleia(s) seja(m) ainda mais digna(s) e mais participada(s). A Democracia constrói-se com todos!

Um Presidente de uma Assembleia de Freguesia (tal como nas outras de poderes mais alargados territorialmente), tem de ser

equidistante, moderado, sensato, mas não poderá ser um mero “Mestre de Cerimónias”.

Fica assim a minha homenagem todos os que me antecederam, sem exceção! Se conseguirei ter as três primeiras características que acima enumerei como eles tiveram, só o futuro o dirá. No entanto, afirmo duas certezas: irei dar o melhor de mim para o conseguir e para ser o tal “Mestre de Cerimónias” apenas, não contem comigo.

Obrigado a todos pela confiança depositada!

Votos de um Bom Natal e de um Ano Novo com muita Saúde e Alegrias!

Um abraço,

Pedro Sampaio

Presidente da Assembleia de Freguesia de Paranhos



> AMBIENTE E SAÚDE PÚBLICA

Projecto Eco-Escolas com o apoio da Junta de Freguesia de Paranhos

Desde há vários anos que a Junta de Freguesia apoia as escolas da freguesia que participam no Programa Eco-Escolas, designadamente, o Colégio D. Duarte, o Colégio D. Dinis e a Escola

Secundária Filipa de Vilhena.

O Colégio D. Duarte é uma escola que pertence ao programa Eco-Escolas há 7 anos, tendo recebido este ano a sua 6.ª Bandeira Verde.



Foi classificada há dois anos pela DGEST e pelo programa Eco-Escolas, como uma Eco-Escola de Qualidade.

Ao longo destes 7 anos tem recebido vários prémios, tendo este ano sido premiada em com o 1.º Prémio no concurso "O porto de combustível do Futuro", da PRIO, que visava sensibilizar população para a reutilização de óleos usados a nível doméstico para a produção de combustíveis. Desde o início do programa que este estabelecimento de ensino conta com o apoio direto da Junta de Freguesia de Paranhos, seu principal parceiro nesta iniciativa. Também o Centro de Educação Ambiental da Quinta do Covelo, sob a alçada da Câmara do Porto, se afirma como um parceiro importante neste contexto. Ao longo destes anos, o Colégio D. Duarte envolveu-se nos projetos "100000 Árvores" e "A natureza é a nossa Sala de Aula". A Escola Secundária Filipa de Vilhena integra o Programa Eco-Escolas desde há três anos, tendo conseguido envolver de forma contagiante a sua comunidade educativa, na realização de inúmeras atividades em prol do Ambiente. Estão todos de parabéns!

EB do Bom Pastor já tem um Charco no Bosque

O Agrupamento de Escolas Carolina Michaëlis, com o apoio financeiro da Junta de Freguesia de Paranhos, concretizou o sonho dos alunos da Escola Básica do Bom Pastor, ao criarem um "bosque pelo clima".

Em novembro, em ambiente de festa, os alunos do 10.º ano da Escola Carolina Michaëlis juntaram-se na empreitada de fazer nascer o "charco no bosque" na EB do Bom Pastor, tornando o espaço disponibilizado ainda mais interessante. Junto ao charco, foram plantados dois salgueiros, restando aguardar que dentro de água cresçam várias plantas: colheres, alismas, lírios e juncos.



> DESPORTO

64ª Volta a Paranhos regressa às ruas, em dia do 110.º Aniversário do SC Salgueiros



Como já é tradição, no dia 8 de dezembro, decorreu a 64.ª Volta a Paranhos, a mais antiga corrida de estrada do país, que percorre dez quilómetros da freguesia. No dia em que o Sport Comércio e Salgueiros festeja o seu 110.º aniversário, decorreu a Gala de Aniversário do Clube que contou com a presença do Presidente da Junta Miguel Seabra.

Mais uma vez, a Junta de Freguesia de Paranhos apoiou esta iniciativa, bem como toda a população que saiu às ruas, para incentivar e aplaudir todos os participantes.

Este ano, a prova voltou às ruas da freguesia de Paranhos com cerca de 1500 participantes, de todas as idades, uns para percorrerem os 10 km, na modalidade de corrida, e outros, em caminhada de 4 km, sem fins competitivos.

A Volta a Paranhos é já uma prova emblemática da "cidade invicta", fazendo parte do calendário de "provas obrigatórias" a realizar pelos amantes de corrida. Faça sol, frio ou chuva, amadores ou profissionais, os atletas marcam presença nesta corrida ano após ano!

> INFORMAÇÕES

+ Saúde Oral!

O programa "+Saúde Oral", promovido pela Junta de Freguesia de Paranhos, em parceria com a Clínica Pedagógica de Medicina Dentária - Universidade Fernando Pessoa, destina-se a todos os cidadãos (adultos e crianças) residentes nesta freguesia, que apresentem uma situação económica desfavorável ao acesso aos cuidados na área da Saúde Oral.

Este programa possibilita o acesso totalmente gratuito a cuidados primários de Saúde Oral, nomeadamente, extrações, restaurações, desvitalizações e destarizações.

Para beneficiar deste protocolo, deverá dirigir-se ao Gabinete de Serviço Social, no edifício-sede da Junta de Freguesia, para se proceder à avaliação da sua situação económica, fazendo-se acompanhar dos documentos referentes a todos os elementos do seu agregado familiar, nomeadamente, os documentos identificativos, comprovativos dos respetivos rendimentos e comprovativos das despesas mensais.

Para mais informações, contactar: 22 502 00 46 ou servico.social@jfparanhos.pt



Zero Desperdício



Este projeto funciona desde 2015, visando o aproveitamento de excedentes alimentares em boas condições, num trabalho articulado com IPSS's, Universidades, Hospitais e Empresas. Os géneros alimentares recolhidos são posteriormente distribuídos por cidadãos referenciados, com carências económicas. Atualmente, já foram apoiados múltiplos agregados familiares da freguesia de Paranhos.

Os interessados em fazer doações ou em obter mais informações, deverão contactar a Junta de Freguesia de Paranhos, através do e-mail: servico.social@jfparanhos.pt

Ajude no combate ao desperdício alimentar!

Campanha Solidária de Produtos de Higiene

Porque a higiene é essencial para a saúde de todos. Ajude-nos a ajudar!

A Loja Social de Paranhos está a necessitar de produtos de higiene pessoal de adulto e criança, como papel higiénico, gel de banho, escovas e pasta de dentes, champô, sabonete, fraldas, toalhas, creme hidratante, entre outros, bem como produtos de higiene doméstica, como detergentes de limpeza de chão e wc, baldes e esfregonas, detergente para lavagem de roupa e loiça, esponjas e panos de limpeza, sabão, limpa vidros, entre outros. Esta recolha servirá para reunir bens para doar às famílias carenciadas da freguesia de Paranhos, sinalizadas pelo Gabinete de Serviço Social da Junta de Freguesia de Paranhos. Se pode contribuir, entregue-os na Loja Social de Paranhos (Conjunto Habitacional Monte S. João, Loja 120 - 4200-495 Porto).

Faca o bem.

Ser solidário está nas nossas mãos.

Informações: 925 671 883

ou lojasocial@jfparanhos.pt



Porque a higiene é essencial para a saúde de todos.

Ajude-nos a ajudar!



PRODUTOS DE HIGIENE PESSOAL E DOMÉSTICA

CONTACTOS



Contacto de Proximidade na Freguesia de Paranhos

926 360 957

Este é o número direto para os idosos e comerciantes de Paranhos contactarem os agentes do Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade, da Esquadra do Bom Pastor.

Subscreva a nossa NEWSLETTER em www.jfparanhos-porto.pt

Para mais informações contacte a Junta de Freguesia através do 225 020 046 ou geral@jfparanhos.pt

Siga-nos em:

[f /JFParanhos](https://www.facebook.com/JFParanhos)

[i /freguesia.paranhos](https://www.instagram.com/freguesia.paranhos)

Loja Social PARANHOS

Tem um bebé/criança pequena? Está a precisar da baby cock ou carrinho? E cadeira auto? Mas não tem como comprar?

Se reside na freguesia e encontra-se em situação de vulnerabilidade social e económica, então contacte o Gabinete de Serviço Social da Freguesia de Paranhos. A Loja Social de Paranhos tem material de criança disponível para cedência temporária gratuita.

Ajudar quem mais precisa!

MAIS INFO: 225 020 046 | servico.social@jfparanhos.pt