

G.M.M.

Guia.IIha.MataMourisca

Janeiro 2000 - ANO III - NÚMERO 10 - 200 Escutas



Ano 2000 nas Freguesias

SOMALEI - Uma Empresa da Guia

Ti' Bento - Um Pastor para o Ano 2000



EDITORIAL

ANO 2000

Sexta-feira, 24, andou a equipa de repórteres do GIM atrás dos presidentes das Juntas de Freguesia. Não foi fácil... homens de trabalho, já se sabe... O objectivo desta "caça ao homem" era conhecer os projectos das Juntas de Freguesia para o ano 2000. Estamos mesmo no ano 2000 e as expectativas não são poucas. Chamamos, pois, a atenção para as páginas 5, 6 e 7.

Dentro da nova linha editorial da nossa revista, é de realçar a reportagem acerca de uma das mais antigas e emblemáticas empresas da Guia: a Somalei.

Mais uma figura de destaque aparece no GIM: trata-se do Sr. Bento Oliveira, o mais conhecido pastor da nossa região.

Nas páginas dedicadas às associações escolhemos para este número o rancho folclórico "As camponesas", o qual continua a ser a referência cultural da Mata Mourisca.

Por falar em cultura, temos um artigo de opinião sobre esse tema, da autoria da caminheira Luísa Moderno.

Mas o melhor é mesmo ler tudo da primeira à última página.

No ano 2000 vamos começar a pensar ecologicamente?... Já é tempo de todos nós cuidarmos desta Terra!

A partir do próximo número começa mais uma série anual de quatro publicações da revista, com novos compromissos publicitários. Acreditamos que as empresas do espaço GIM não deixarão, uma vez mais, de se associar ao nosso projecto.

Fechamos esta rubrica com votos de Feliz Ano 2000, na **construção obrigatória da Paz** para todos os homens do mundo inteiro.

A direcção do GIM

SUMÁRIO

- Clube de Caçadores e Pescadores do Oeste
- Economia: César Leal dos Santos, L^{da}.
- Santiago de Compostela
- Entrevista: O Ti' Leopoldo
- Especial Eleições
- Alcoolismo

TELEFONES ÚTEIS

Nº Nacional de Socorro	112
Bombeiros Voluntários de Pombal	236212122
B.V.P. - Secção do Lourçal	236961188
G.N.R. - Guia	236951544
Hosp. Distrital Fig. Foz	233402000
Hosp. Universidade Coimbra	239400400
Hosp. Distrital Pombal	236212130
Hosp. S ^o André - Leiria	244817000
Ambulância da Guia	236951568
Centro de Saúde de Pombal	236212136
Centro de Saúde da Guia	236951147
Centro de Saúde da Ilha	236950345
Centro de Saúde da Mata Mourisca ..	236951242
Câmara Municipal de Pombal	236212001
Junta de Freguesia da Guia	236951659
Junta de Freguesia da Ilha	236950536
J. de Freguesia da Mata Mourisca	236952015
Escola C+S da Guia	236951036
Escola Primária da Guia	236952305
Escola Primária do Seixo	236951585
Esc. Pré-Primária da Guia	236951623
Farmácia Pinho	236951109
Farmácia Pontes de Sousa	236951533
Esc. Pré-Primária da Guia	236951623

FICHA TÉCNICA • Propriedade: Agrupamento 471 - Mata Mourisca - Sede de Escuteiros - Salão Paroquial da Ilha 3100-890 ILHA-PBL; • Direcção: Manuel António; Luís Carreira; • Redacção: Luís Mendes; Pedro Neves; Hugo Conceição; • Publicidade e Marketing: Pedro Neves; Luís Mendes; • Logística e Distribuição: Rodrigo Pedrosa; • Colaboradores: I, II, III e IV Secções do Agrupamento 471; • Montagem e Pré-impresão: Labinfor471; • Tiragem: 2000 exemplares; • Periodicidade: 4 números/ano;



O ANO JUBILAR



Nesta noite de Natal começamos solenemente o ano jubilar. O nascimento de Cristo é convite à alegria, à esperança, à conversão.

Passo a passo, de celebração em celebração, queremos viver com intensidade a preparação do novo milénio.

Em toda a preparação deste grande ano, no Filho (1997), pelo Espírito (1998), celebrámos o Pai (1999), para agora entrarmos em comunhão com a

Santíssima Trindade (2000).

Com certeza que o ano jubilar comporta muitas esperanças no coração de todos: mais paz, mais justiça, mais desenvolvimento, mais ajuda aos países mais pobres, mais harmonia na família, mais solidariedade com os pobres, mais sentido de partilha e de serviço, mais amor actuante, sincero, generoso.

Queremos iniciar o novo milénio com um coração novo, com uma alma nova, com uma vida nova.

Queremos que sejam renovadas as nossas famílias, as nossas paróquias, os nossos movimentos, a nossa Igreja.

Queremos que o início do terceiro milénio do nascimento de Jesus, o Salvador, traga ao mundo uma aurora de esperança, de vida nova, de maior comunhão entre povos, raças, credos políticos ou religiosos.

É o tempo Santo para perdoar ofensas e dívidas, para estabelecer comunhão e paz, para reconstruir o mundo a partir do presépio.

É o momento do grande convite à conversão, à peregrinação interior, à mudança, à intimidade com Deus.

É a hora abençoada de nos abirmos ao amor de Deus e do próximo, realizando na prática o mandamento do Amor.

É o momento da esperança, da aurora, do nascer do Sol Divino, Jesus Cristo, o Salvador.

É a ocasião providencial para aprendermos a ser cristãos mais a sério, aceitando em nós as exigências do presépio: pobreza, humildade, despojamento, serviço, dom aos outros, inocência, ternura, respeito pela dignidade humana.

No ano 2000, afirma o Papa João Paulo II, "o objectivo primordial será a glorificação da Santíssima Trindade, da Qual tudo procede e para a Qual tudo converge no mundo e na história".

Aqui nos fica o grande desafio.

Concerteza desejamos uns aos outros um Natal bem vivido no coração, afirmando que, ontem como hoje, a mensagem de Cristo, o Emanuel, tem actualidade, e que Ele continua a ser o Senhor dos senhores!

Nasceu-vos hoje um salvador que é o Messias Senhor! (Lc 2, 11)

Um Ano Novo cheio de Saúde, Paz e Amor.

Luís Carreira
O Pároco do GIM

(Guia, Ilha e Mata Mourisca)



Um tempo de bênção

Um convite

À reconciliação e à partilha

Uma primavera

de esperança para o mundo

O SÍMBOLO DO JUBILEU DO ANO 2000

O símbolo do Jubileu representa a universalidade da mensagem cristã. No campo azul em forma circular está inserida a Cruz, que sustém a Humanidade recolhida nos cinco continentes, figurada noutras tantas pombas. É o Mistério da Encarnação do Filho de Deus, que se faz Homem, por obra do Espírito Santo no seio da Virgem Maria, simbolizada no campo azul. A luz que se desprende do centro da Cruz indica Cristo, Luz do Mundo, único Salvador da Humanidade "Ontem, Hoje e Sempre". O entrelaçado das pombas significa a unidade e a fraternidade por que anseiam os filhos de Deus. A vivacidade e a harmonia das cores pretendem recordar a alegria e a paz como dons desejados pela Celebração Jubilar.



toldi centro, Lda.

Toldos e Encerados

Tel. e Fax 236 950 128
HELENOS

T. Mov. 963 717 51
3100 ILHA PBL

CAFÉ - RESTAURANTE

.O CASEIRO.

SALÃO DE BANQUETES

Telef. 236 950 581

3100 ILHA PBL



UNIOESTE, Representações de Bebidas, Lda.

ZONA INDUSTRIAL DA FORMIGA

Telef.: 236 213 003 * Fax 236 213 004
3100 POMBAL



100% Reciclado

GOPECAUTO

REPARADORA DE AUTOMÓVEIS, LDA.

REPARAÇÕES GERAIS
VENDA DE AUTOMÓVEIS
NOVOS E USADOS

Tel.(Oficina): 236 951 419
FAX: 236 952 126

LAGOA - 3100 GUIA PBL





Festa dos 2000 anos do Nascimento de Jesus Cristo

Tempo de Bênção

Já desde o Antigo Testamento ("Memória" no Livro de Levítico, Cap. 25)

Hoje, desafio à nossa Vida e à procura da Verdade (que não é "comprar/vender"):

- Viver a Alegria do nascimento de Cristo, promotor de Felicidade solidária
- Olhar para a vida que levamos, Vigilância
- Aprofundar a nossa vida espiritual (valorizarmos o que somos e não o que temos)
- Reconhecer a presença de Deus invisível em todos os corações
- Olhar para os Outros como irmãos e para a Natureza como "irmã"

Convite à Reconciliação e à Partilha

- Dizer não ao comodismo, materialismo, indiferença, individualismo, sectarismo...
- Reparar na criatividade e frescura do Evangelho e da Pessoa de Jesus Cristo
- "Regressar" à paz de consciência e à paz com os outros
- Viver, em Comunhão, a alegria da partilha do que somos e temos

Primavera de Esperança para o Mundo

- Tempo favorável para renovar a relação Pessoal e Comunitária com Jesus Cristo
- Assumir com coerência o Compromisso Baptismal
- ...e depois:
- Acreditar promovendo um futuro melhor
- Empenhar-se na transformação da comunidade
- Viver a Festa contagiante da Esperança Cristã (...não há outro modo de eu dar sentido à Vida e ser profundamente feliz...)

JANEIRO (CALENDÁRIO DIOCESANO)

Dia	Paróquia ou Local	Evento
9	Guia, Ilha e M. M.	Peregrinação Jubilar à Sé Nova de Coimbra (15:00)
	Guia, Ilha e M. M.	Início da Semana Bíblica (até ao dia 16)
16	M. M. - salão	Encerramento dos Cursos Bíblicos
23	Ilha - capela	Festa de Nª Sª da Saúde e de S. António (14:00)
	Ilha - igreja	Reunião de crismandos
29	Ilha - igreja	Celebração do Crisma (para as três paróquias e preside o Sr. Bispo Coadjutor, D. Albino Cleto, 16:00)
	Ilha - igreja	Compromisso e investidura de novos Acólitos (16:00)
30	Guia, Ilha e M. M.	Jubileu dos consagrados
	Guia	Cortejo de oferendas

FEVEREIRO (CALENDÁRIO DIOCESANO)

Dia	Paróquia ou Local	Evento
5	Guia; Ilha; Mata Mourisca	Oração a Nossa Senhora
6	Água Formosa; Mata Mourisca	Festa de S. Brás; Festa de Santa Maria
12	Guia, Ilha e M. M.	Serviços Laicais - Curso
13	Biqueiras	Festa das Biqueiras
19/20 26/27	Louriçal	C.P.M.
	Mata Mourisca	Inauguração do Centro de Dia

MARÇO (CALENDÁRIO DIOCESANO)

Dia	Paróquia ou Local	Evento
5	Ilha/ Guia; Mata Mourisca	Festa de S. José/ Baptismos
8	Guia	Celebração das Cinzas
9	Mata Mourisca	Celebração das Cinzas
10	Ilha	Celebração das Cinzas
12	Guia; Ilha; Mata Mourisca	Lançamento da Caminhada Quaresmal
16ª19	Guia; Ilha Mata Mourisca	Cursos de Cristandade (homens)
18	Guia; Ilha; Mata Mourisca	Dia de Reflexão e Retiro Quaresmal para Catequistas
23a26	Guia; Ilha; Mata Mourisca	Cursos de Cristandade (senhoras)
25/26	Guia, Ilha e Mata Mourisca	Retiro Diocesano (jovens)



GUIA... QUE FUTURO?

Os repórteres do GIM surpreenderam o presidente da Junta de Freguesia da Guia, o Sr. António Conceição em plena actividade física - rasgando cepos - para obter lenha para se cozer o bacalhau da consoada e arranjar o "Tição" de Natal.

A este autarca os repórteres do GIM questionaram dos projectos da Junta que lidera para o Ano 2000.

"Um dos projectos que temos há já bastante tempo agendados é o projecto de embelezamento do Largo do Rossio, que queríamos resolver de vez", confessava o Presidente, "tal como o parque de merendas/lazer na Fonte das Cabecinhas".

E continuava: "a junta de momento, ambiciona um estudo para a possível construção das piscinas na freguesia". Outra das preocupações deste executivo é promover uma revisão do PDM (Plano Director Municipal, de 1995) a fim de redefinir o plano de urbanização da Freguesia da Guia.

No campo da educação e cultura, está prevista a reparação integral da Escola Primária do Seixo, a colaboração em projectos comuns nas escolas primárias da Freguesia e com outras associações culturais e desportivas.

Em relação ao urbanismo e meio ambiente, no próximo ano a Junta prevê a remodelação de alguns Largos, construção de passeios, alargamento do Cemitério, construção de rede de esgotos pluviais, instalação de mais contentores e manutenção do serviço de limpeza de valetas.

Nas redes viárias, a população da Freguesia da Guia pode contar com a Junta não só na conservação e manutenção de ruas e caminhos, mas também com novos empedramentos e alcatroamentos. A Junta prevê que

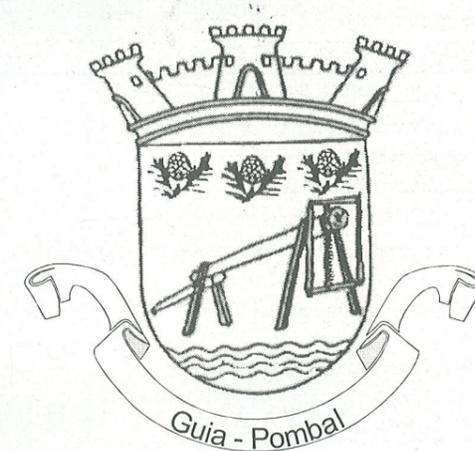
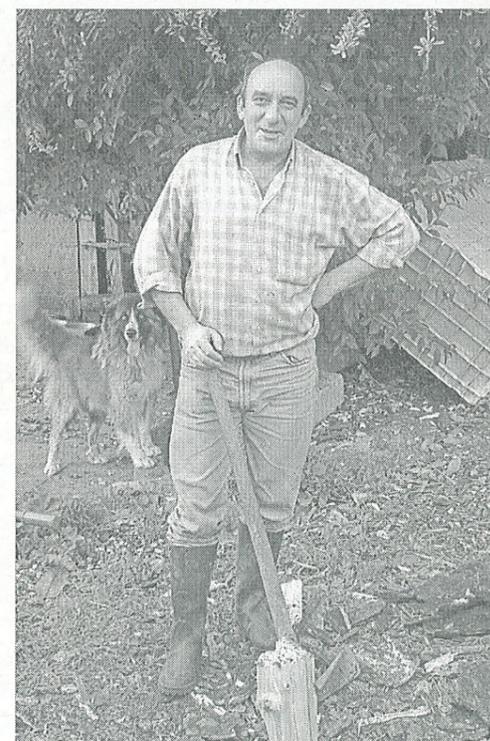


durante o ano 2000 sejam empedrados cerca de 6800 metros e alcatroados, aproximadamente, 8000 metros.

O Presidente ambiciona ainda um estudo par a possível construção de piscinas na Freguesia da Guia.

Em jeito de despedida, o Sr. Presidente da Junta de Freguesia da Guia, deixou a seguinte mensagem: "A Junta de Freguesia da Guia, deseja a todos os visitantes e habitantes da

Freguesia, um Bom Ano 2000 e que as aspirações das pessoas sejam alcançados conforme o desejo de cada um."



Entrevista: Redacção
Fotografias: Labinfor471
Texto: Beta e M.A.



CAFÉ SNACK-BAR
'O PEDRO'
ALMOÇOS - JANTARES - MARISCOS - PETISCOS
ABERTO 24 HORAS TODOS OS DIAS

TELEF. 236 951 397 GUIA-OESTE -- 3100 POMBAL



CÉSAR SIMÕES DA SILVA
ESTUCADOR
EXECUÇÃO DE MASSAS PROJECTADAS
TECTOS FALSOS E OUTROS
DECORAÇÕES • MOLDURAS • VENDAS AO PÚBLICO
- ORÇAMENTOS GRÁTIS -

Tel. 236 952 197 • SEIXO • 3100 GUIA PBL



SONDAGENS DO OESTE, LDA.
Furos Artesianos - Fundações
Captação de Águas Subterrâneas
Vedagem Gratuita
Montagem de Bombas Submersíveis
Limpezas de Furos
Perfurações Horizontais
Máquinas para todo o Terreno e Gruas

Tel. 236 951 331 FAX 236 951 245 ESTALEIRO 236 951 045 GUIA - POMBAL

CASA DE ESCAPES ESTACÃO DE SERVIÇO

LUBRIFICAÇÕES, REPARAÇÃO E COMÉRCIO AUTO, LDA
de:
António Marques Gomes
Serviço Rápido
Venda e Montagem com Stock Permanente

Resid. 236 950 134 LAGÔA DA GUIA - 3100 GUIA PBL
Oficina 236 951 897



ILHA NO ANO 2000

CONVERSA COM O SR. PRESIDENTE DA J.F. ILHA

Em vésperas de Natal, já à tardinha fomos encontrar o Presidente da Junta de Freguesia da Ilha – Sr. António do Carmo – no Talho Leopoldo a recolher ainda os ingredientes para confeccionar a Consoada e celebrar em família o aniversário da sua esposa.

Fomos retirá-lo um pouco das suas preocupações natalícias para sabermos os projectos da sua Junta para a sua Freguesia no ano 2000.

Os principais projectos estão relacionados com as redes viárias, empedramento e alcatroamento de ruas de acesso a habitações, abertura de novas ruas, água pública, electrificação e apoio a associações locais.

Ao nível das redes viárias é vontade desta Junta proceder ao empedramento do resto das ruas da freguesia e alcatroamento das zonas com habitações.

Na conversa do Sr. Presidente ficaram evidenciadas as ruas:

- D. Francisco à Escola da Água Formosa;
- Rua dos Helenos ao lugar dos Taipins;
- Da Capela da Água Formosa ao lugar do Sobral;
- Rua da Cova da Taipa;
- Rua da Cocha;
- Uma rua na Féteira e outra na Escoura;
- Uma rua que liga a Ilha de Cima ao Cemitério;
- Empedramentos no Sobral;
- Alcatroamentos na Matinha;

Havendo vontade por parte de alguns proprietários serão abertas três novas ruas que entretanto ficaram para trás devido a dificuldades de negociação.

Porque não só com ruas fica satisfeito o povo ficamos a saber que cerca de 90% da população da freguesia da Ilha se encontra abastecida de água pública e que o lugar de Rosados irá também beneficiar deste serviço dependendo apenas da decisão da Câmara Municipal de Pombal em relação ao local de abastecimento.

A Junta de Freguesia da Ilha irá também desenvolver alguns melhoramentos (jardinagem e lancis) nos dois cemitérios que têm a seu cargo – Ilha e Água Formosa – tendo já previsto um orçamento de cerca de 1.500 contos. Em curso



está já a electrificação de ruas e renovação de electrificações já existentes, tendo começado pela rua D. Francisco até ao Marco. Este processo será feito por fases, dando a volta a todas as ruas da freguesia.

Quanto ao apoio às associações existentes, para este ano já não há mais nada...

Está também previsto o início das obras de saneamento básico nos centros de maior população da freguesia.

Para terminar, revelamos ainda que o Sr. Presidente gostava de construir uma piscina junto ao polidesportivo. Esta ideia não tem ainda o apoio da Câmara Municipal de Pombal que quer primeiro dotar o município de infra-estruturas deste género e só depois as freguesias. Por isso, enquanto Pombal não tiver piscina para servir o concelho, os ilhenses não podem contar com este apoio.

Entrevista: Redacção
Texto: Beta e M.A.
Fotografia: Labinfor471



MAIS UM ANO... O QUE VIRÁ?

O senhor José Lopes andava na sua propriedade no Pinhal da Charneca. Aqui está o mais importante da conversa que lhe permitiu aliviar as costas por 15 minutos.

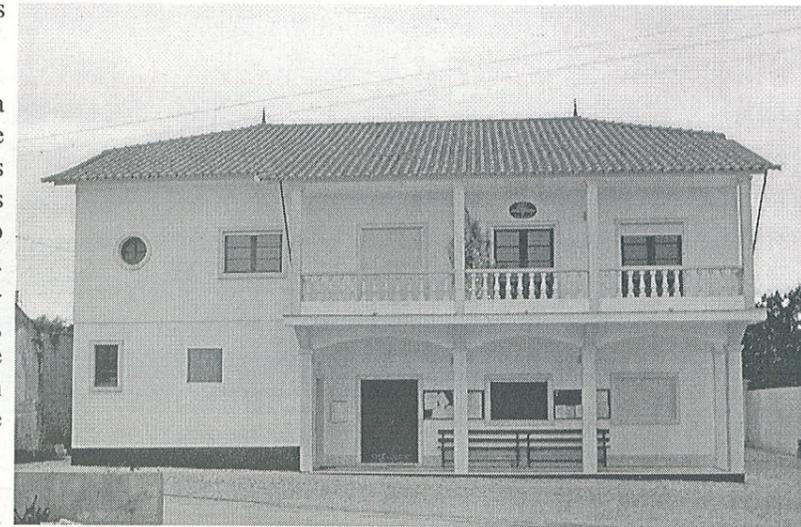
Dentro dos projectos do presidente para a sua freguesia – Mata Mourisca – destaca-se o abastecimento público de água. Nos Estevães, nos Boeiros e na Bouça, onde as infra-estruturas estão já montadas, a ligação à rede pública de água está para muito breve. Os lugares que ainda não dispõem das infra-estruturas essenciais, a saber, Águas Belas, Ratos, Porto Lameiro, Vale da Sobreira e Vale Couteiro, poderão contar à mesma com o empenho do presidente para que este serviço seja uma realidade no ano 2000.

Nas infra-estruturas de apoio ao desporto, é desejo do senhor presidente edificar um polidesportivo que permita à juventude, e não só, a prática de basquetebol, andebol, ténis, entre outros. Isto será junto ao campo de futebol do clube local.

Durante este ano, com o apoio da Câmara Municipal ou sem ele, pretende a Junta de Freguesia preparar um parque de merendas para o uso de todos os Matamourisquenses. O lugar de Vale da Sobreira – zona do lagar e espaço envolvente – é o escolhido para o aparecimento deste parque.

Uma das obras pelas quais as Juntas de Freguesia são frequentemente avaliadas é o alcatroamento. No ano que agora começa pretende

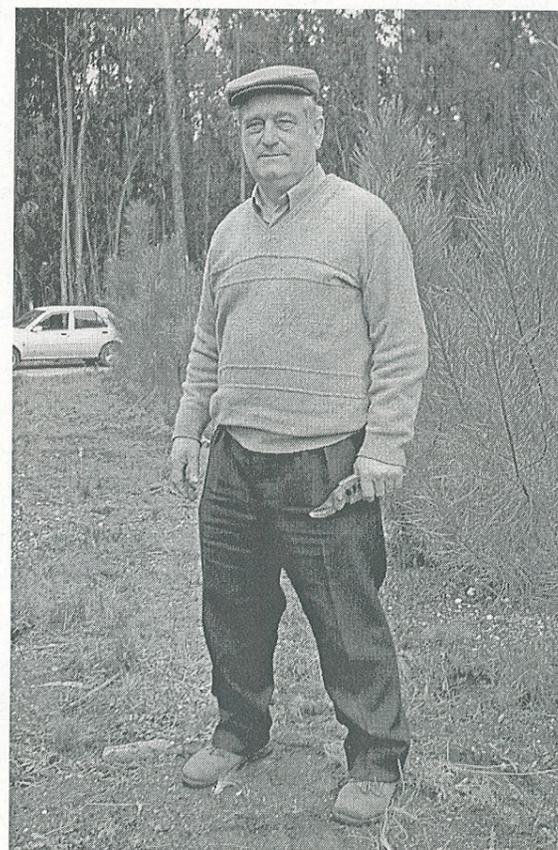
o presidente levar a cabo o alcatroamento de Vale da Sobreira e Vale Couteiro.



A Junta assegurará também os serviços habituais no que respeita à manutenção de estradas, outros acessos e espaços públicos.

Este artigo ficaria incompleto se nos esquecêssemos de referir que o senhor presidente ambiciona dotar a Escola Primária duma cantina, pelo que irá desenvolver todos os esforços no sentido de adquirir um terreno anexo à Escola.

Entrevista: Redacção
Fotografias: Labinfor471
Texto: Beta, M.A. e Luís Carreira



Papelaria
Guiense

Artigos Escolares, Jornais, Revistas, Brinquedos, Fotocópias, Valores Selados

Av. Comendador Raúl Tomé Féteira - Telef. 236 951 295 - GUIA - 3100 POMBAL



100% Reciclado



Antes

Queda de Cabelo
Calvície
Contas
Centro Anti-Calvície
Clínica Capilar
A SOLUÇÃO



Depois

Rua do Vitorino

3100 ILHA PBL

Telef. 236 950 485

Bate Chapas e Pintura Auto



LIGEIROS E PESADOS
de: José Santos Marques



MaxMeyer

Tel. Resid.: 236 951 370
Telef.: 962 700 019

Lagoeiros

Tel/Fax: 236 951 038

GUIA PBL



100% Reciclado

RECAUCHUTAGEM GUIENSE, LDA.

Telefs. 236 951 145
236 951 150

Fax: 236 951 145

3100 GUIA PBL





AS CAMPONESAS DA MATA MOURISCA

São elementos muito jovens os que dão corpo ao rancho "Camponesas da Mata Mourisca", sendo um deles escuteiro do Agrupamento 471 da Mata Mourisca. Todos juntos, contando também com os músicos, são aproximadamente quarenta elementos. Segundo os elementos das "Camponesas", é um grupo bastante agradável, existindo uma grande amizade entre todos.

As razões que levaram estes elementos a pertencer ao Rancho foram as mais variadas, das quais gostaríamos de destacar, o convívio, o gosto e a vontade de dançar. Para quem procurou este grupo como forma de contributo cultural e social para o desenvolvimento da freguesia da Mata Mourisca, não saiu decerto desiludido, pois, para onde quer que vão o divertimento e alegria prevalecem. Enfim, entraram, gostaram e ficaram. Apesar de, inicialmente, os movimentos serem um pouco complicados, quando se tem muita vontade aprende-se rápido e começa-se já a ter as preferências das danças e músicas. Depois de falarmos com alguns deles constatámos que as preferidas são o "Vira dos

Arrendidos", o "Vira do Pé" e a "Catorze". Todas as músicas foram recolhidas na Mata Mourisca e arredores e por

essa razão ainda lhes dá mais prazer ao dançar. São as nossas raízes, aquelas que não pretendemos esquecer!

Será que este rancho já conhece Portugal todo? Excepto o Algarve, já percorreram vários pontos do nosso país mas nunca tiveram oportunidade de ir ao estrangeiro, embora não esteja arredado das suas intenções fazê-lo. É um sonho ambicioso, mas possível, passando a representar não só a nossa região mas também sendo um porta estandarte da nossa pátria.



Uma das pessoas que mais se destacou do grupo, pela sua disponibilidade e juventude de espírito foi a D.^a Inês. Ela

Todos se devem perguntar há quanto tempo e como é que se formou este grupo. Este rancho teve o seu início por volta de 1986. Surgiu de um grupo de amigos, que se começou a juntar e a incentivar a população local, através de pequenos cursos. A população da Mourisca revelou grande interesse pelo folclore e iniciou então, uma recolha sobre os trajes e músicas antigas relacionadas com a localidade. Estes trajes estão, essencialmente, relacionados com o campo. Um dos seus principais objectivos passa pela procura de objectos mais típicos, que ainda hoje levam para as actuações. Destes podemos destacar a enxada, o barril, o tabuleiro, a cântara e a açoga.



conseguiu incutir a todos o gosto pelo folclore. Esta senhora aumentou o grupo e fez dele uma grande família, família esta que jamais a esquecerá. Aquela que deixou de ser modista de chapéus para os grandes teatros, veio para esta aldeia, onde foi muito prestável e deixou uma bonita obra que prevaleceu, mesmo depois de ter falecido, passados que foram oito anos.

Hoje, o Rancho "As Camponesas da Mata Mourisca", animado e unido, é ensaiado por uma jovem, de seu nome Magda Mendes, que desde muito pequena, logo que este rancho surgiu, começou a dar os seus primeiros passos de dança. É ela a ensaiadora e a "noiva" deste grupo que, por opção, não é federado.

A presidência está agora a cargo do Sr. Joaquim Quitério, ao qual agradecemos a sua atenção e amabilidade dispensada, assim como à D.^a Graciete e à sua filha, Célia Fernandes, que nos ajudaram a saber mais sobre este rancho, que tem em si um pouco de todos os habitantes da Mata Mourisca.

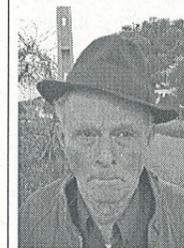
Esta é uma das poucas associações culturais existentes no conjunto das paróquias da Guia, Ilha e Mata-Mourisca, sendo mesmo a única na Mata Mourisca, portanto, não queremos que esta desapareça. É de realçar a importância destes grupos, que permitem uma convivência aberta com pessoas de várias idades, a fim de preservar as nossas tradições porque, no final de contas, são estas mesmas tradições que constituem a identidade de cada um de nós. Esperamos continuar a ouvir falar deste grupo pois, é sinal que "As Camponesas da Mata Mourisca" são um grupo cheio de força para encarar o novo e moderno milénio, vestindo e cantando o passado.

Foi com muito gosto que a Equipa Gaivota entrevistou os elementos do rancho, pois para além de ter sido uma noite muito divertida e interessante, passámos a conhecer um pouco mais da nossa região, das nossas paróquias.

Aqui vai uma última palavra para as "Camponesas": - Força e continuem sempre a dançar!

Entrevista, Texto e Fotografia: Eq. Gaivota e Redacção

OPINIÃO



Nome:
António Ferreira.

Idade:
80 anos.

Opinião:

Conheço bem o Rancho, não vou lá para fora como eles, mas aqui costume vê-los sempre. Gosto muito dele. Acho que deviam continuar, com isto a morrer tudo...

É uma coisa muito saudável e faz muito bem. Devia haver mais associações do mesmo tipo na terra.

OPINIÃO



Nome:
M^a Emília Ramos
Silva Oliveira.

Idade:
61 anos.

Opinião:

Acho que o Rancho é uma coisa boa para a terra, que tem boas qualidades e que toda a gente deve gostar de ter cá qualquer coisa com que se divirtam.

Para o futuro ainda deviam evoluir mais, cada vez mais e chamar os jovens à atenção para que eles colaborem, assim como os que lá estão, que alguns já estão antigos. Acho que se a mocidade fosse mais nova, ainda mais bonito era o Rancho.

OPINIÃO



Nome:
Fernando António
Gaspar Serra.

Idade:
30 anos.

Opinião:

Não estou bem dentro do assunto, mas acho que o Rancho é importante para a terra porque a terra fica conhecida noutros lados, é sempre um nome que fica marcado e é uma coisa que não existe em qualquer lado.

Acho que é um divertimento para os jovens.

Devia haver pelo menos mais um rancho na Mourisca, um para os jovens outro para os mais velhos.



Farmácia Pontes de Sousa

MEDICAMENTOS HUMANOS E VETERINÁRIOS
HORTOPEDIA

Telef. 236 951 533
Telef. 236 950 678

3100 MATA MOURISCA
3100 ILHA



Capas M. J. F.

de: Manuel de Jesus Ferreira
(O PADRITO)

Fabricante de capas para estofos de automóveis
Alcatifas, Corticites, Tacos e Parquets

Tel./Fax: 236 951 556

3100 Guia PBL

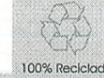


Viela Bar

AO LADO DO CAFÉ "O ADRO"

Tel. 236 951 126

3100 GUIA PBL



RODAPEÇAS

Pneus e Peças, Lda.

COMÉRCIO DE PEÇAS AUTO, NOVAS E USADAS P/TODAS AS MARCAS
MATERIAL VALEO * LUBRIFICANTES VEEDOL
SERVIÇO PERMANENTE * PRONTO SOCORRO

Sede: 236.959360 (Geral)
236.959362 (Peças Usadas)
236.959365/66 (Peças Novas)

Fax 236.959369
Tlm. 9632607960 / 96.3041148
CABEÇO - 3100-194 CARRIÇO
Fax 236.207037
Zona Ind. Formiga - 3100 POMBAL



**SOMALEI – SOCIEDADE DE MADEIRAS E CARPINTARIA DE LEIRIA.**

Fundada em 1947 e iniciando a sua actividade em 1 de Janeiro de 1948, apresenta-se como uma das mais antigas empresas existentes na nossa região.

Tendo já existido inúmeras empresas do mesmo ramo na Guia, agora apenas esta existe, não se sabendo ao certo qual o seu futuro.

O principal problema que se apresenta a esta empresa é o da continuidade ou o da inexistência de seguidores, tal como nos diz o próprio Sr. António Crespo: “(...) não se deslumbra assim com muita segurança a continuidade da empresa. É preciso os filhos quererem, e se os filhos não querem, não vale a pena a gente perder tempo, ...e no meu caso tem andado em balanço. Eu já estou a ficar cansado e tenho pena que possa terminar porque é um negócio que, como actividade profissional, já vem desde os tempos do meu bisavô, que era mestre florestal e que faleceu em 1863 a combater um incêndio nas matas da Marinha Grande.”

Amor à madeira

A origem desta empresa, como se pode verificar, tem as suas raízes no passado longínquo da família do Sr. António, com a ligação do seu bisavô às florestas, passando para o seu avô que deteve uma empresa madeireira, e que passou de pai para filho até chegar finalmente a ele.

O avô do Sr. António Crespo, após ter emigrado para Espanha e posteriormente para Cuba, recebe um convite do seu cunhado para se fixar definitivamente em Portugal, “(...) oferecendo-lhe trabalho na sua serração, onde mais tarde veio a ter sociedade e, com o passar dos anos (dado o cunhado do meu avô ser mais velho), veio a ter a totalidade da serração, já com a ajuda do meu pai.”

O avô do Sr. António Crespo apenas teve serradores braçais, e foi o seu pai que construiu uma empresa de transformação de madeiras, “na altura em que se ganhava dinheiro com a madeira, devido ao facto de ser necessário a atribuição de alvarás para as serrações, onde a indústria estava condicionada, e estes valiam muito dinheiro.”

Depois da liberalização do sector, foram surgindo inúmeras serrações, o que fez com que muitas abrissem para, anos mais tarde, voltarem a encerrar.

Origem da SOMALEI

A origem desta empresa, além de se encontrar numa zona rica em madeiras, foi também, essencialmente, para dar seguimento aos negócios do seu avô que se instalou cá como negociante de madeiras. Mais tarde, o seu pai, com a parceria de um colega (Alfaiate & Pedrosa de Monte-Redondo), decidiu alargar os negócios, criando assim a SOMALEI, substituindo uma outra que tinha em Vila Nova de Anços. Este facto verificou-se aquando da vinda da electricidade para a nossa localidade, cerca de 1948.

A empresa é o seguimento de uma outra que cessou a sua actividade em determinada altura, mas que beneficiou de todo um passado que a antecessora tinha. Mais tarde foi aberta uma filial em Monte Redondo.

Na Guia, a única serração que existia antes do aparecimento da SOMALEI, era a serração do Sr. Bonifácio, que se situava antes da antiga fábrica da cola, junto à passagem de nível, e a Companhia dos

BILHETE DE IDENTIDADE DA EMPRESA

SOMALEI, Sociedade de Madeiras e Carpintaria de Leiria, Lda.

Fundadores:

Orlindo Crespo Pedrosa
Mário Brilhante Pedrosa
António T. Crespo Pedrosa
José Maria Pedrosa

Data de Fundação:

01 de Janeiro de 1972

Administração:

António Teodósio Crespo Pedrosa

Nº Trabalhadores:

60 (Guia) e 40 (M.te Redondo)

Capital Social:

12.100.000\$00

Volume Negócios de 1998:

400.000.000\$00

Fósforos, que seria depois a CIAF, da qual o Sr. Serra foi empregado de escritório, ficando mais tarde dono desta, da do Lourçal e da de Soure.

Actividade principal da empresa

À nossa pergunta de qual era a actividade principal da empresa, a resposta do Sr. António foi: “esta empresa baseia-se principalmente na transformação de madeira, sobretudo o pinho, sendo os produtos finais, toscos e aparelhados, e havendo também alguma exportação dos mesmos.

No início da empresa, dedicávamo-nos também à carpintaria, mas, mais tarde, essa foi uma área que deixámos de explorar, continuando apenas com os toscos e aparelhados. No nosso concreto fornecemos o nosso material aos construtores civis e de obras públicas, a nível nacional, e claro também para revenda.”

Quanto ao volume de negócios estes têm-se mantido constantes, apesar de existirem algumas dificuldades no aspecto da modernização da empresa, e falta de matéria prima.

Trabalhadores

“Ainda vamos tendo pessoal para trabalhar nos sistemas em que estamos em actividade, mas não podemos esperar isso por muitos anos, porque as condições não são as melhores, temos que nos modernizar. Isto é uma actividade, que se não for acompanhada no aspecto tecnológico, não evoluímos, o que no meu caso pessoal não sei se o deverei fazer, por ainda não ter a certeza se terei seguidores”.

**Futuro empresarial da Guia**

“Porque a pressão é muita, surge um grave problema, os empresários estão muito restritos... Eu felizmente tenho conseguido

bater com a porta a alguns problemas e tenho vencido graças à colaboração de certas pessoas que trabalham comigo e que me ajudam, portanto o mérito não é só meu. Mas é sempre difícil, e há familiares vossos que me têm acompanhado e que confirmam o que estou a dizer. E é preciso realmente deixar aqui escrito que os empresários também precisam de incentivos. Penso que a nossa terra

“(...) apenas peço uma coisa, é que deixem também os empresários trabalhar!”

existe na Guia, colocado ao serviço da localidade, permitia à Guia dar um grande salto”.

Actualmente, a SOMALEI é a única serração ainda em completa actividade.

O Sr. António dá uma explicação para esta situação: “É preciso que as

personas se convençam que para uma empresa existir têm que ser responsáveis a todos os níveis, e não só; muitas entidades perseguem os empresários e apenas peço uma coisa, é que deixem também os empresários trabalhar! O Estado deveria dar facilidades aos empresários (dentro da legalidade), tal como dá aos trabalhadores. Mas infelizmente vivemos numa sociedade em que as pessoas são perseguidas, e digo isto porque tenho autoridade para o dizer, porque tenho já passado por essas situações, mais concretamente, com departamentos ligados ao Estado. Com o que já se passou comigo, muitos empresários já teriam desistido, e até por muito menos.”

Ficou aqui expresso o testemunho do Sr. António Crespo, um dos maiores dinamizadores da indústria da Guia, no qual relatou o historial da sua empresa, a SOMALEI, e dando também a sua opinião realista e directa relativamente ao desenvolvimento industrial da região e da Guia em particular.

A ele, desde já agradecemos a sua colaboração e todo o tempo despendido para a realização deste nosso trabalho.

BILHETE DE IDENTIDADE DO ENTREVISTADO**Nome:**

António Teodósio Crespo Pedrosa

Data Nascimento

17/08/1938

Estado Civil:

Casado

Cargo:

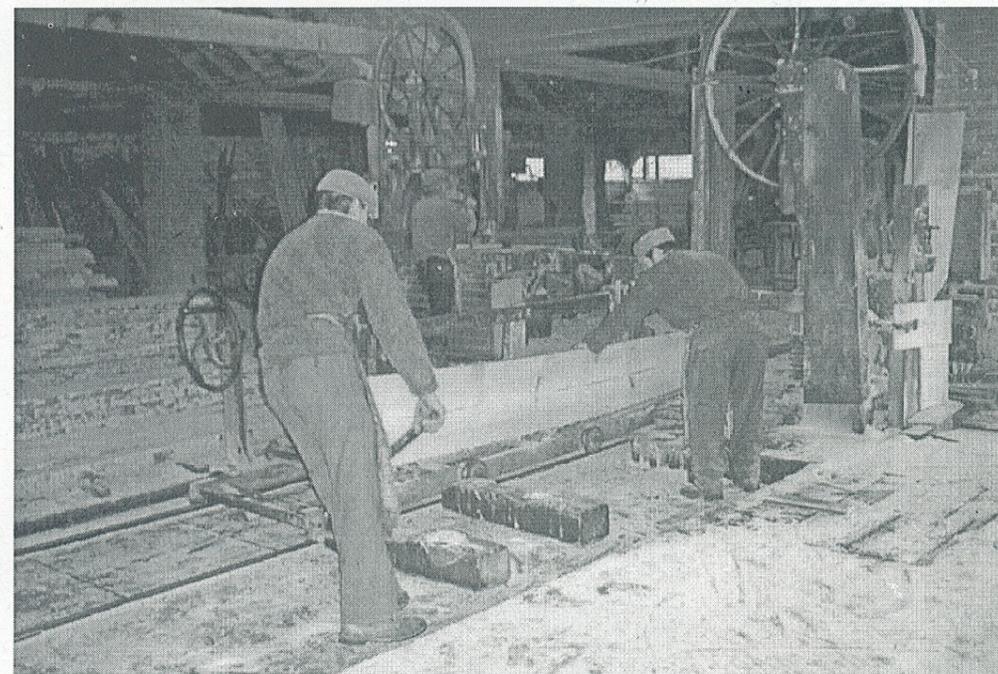
Sócio Gerente



podia ter mais umas coisinhas se tivesse mais apoio ao desenvolvimento, mas nós é que temos de viver com o que temos e estamos sujeitos a isso tudo. A nossa Guia está a ficar muito parada e é mau para toda a gente e para a terra. É preciso que alguém se mexa e inverta a situação, que tome iniciativa, porque a Guia, mesmo assim cresce pela sua situação geográfica. A Guia não deve nada aos empresários, estes são nulos, só têm ideias de papel

“(...) só têm ideias de papel químico, ao abrir-se uma taberna, abre-se logo outra”

químico, ao abrir-se uma taberna, abre-se logo outra, não têm imaginação para nada. A Guia, e eu conheço também um bocadinho do nosso país, é uma terra de gente que se compararmos até podemos dizer que isto é quase uma cidade embora seja aldeia. Se houvesse mais união entre as pessoas e menos quezílias, a Guia poderia ser muito mais! Isto está a caminhar para um dormitório de Leiria, Figueira ou de Pombal. Não se cria uma empresa com 40 ou 50 trabalhadores. Admiro por exemplo a empresa Adelino Tavares Pereira e Filhos L.da, pela sua gestão e pelo seu desenvolvimento. Metade do dinheiro parado que



Carlos Cantante, Lda.
COMÉRCIO DE CEREAIS E LEGUMES

Tel. 236 951 509
Fax 236 951 237

Apartado 12
GUIA - 3100 GUIA PBL

Transportes CERGUA, L.
TRANSPORTES NACIONAIS E INTERNACIONAIS
CEREAIS, PALHAS E LEGUMES

Victor Jorge Cardoso, Lda.

ARMAZENISTA DE BATATAS, FRUTAS
HORTALIÇAS E LEGUMES

Prefira o Comércio Tradicional

Telef. 236 952 993
Tlm. 914 502 811

ESTAÇÃO - 3100 GUIA PBL



Kopytell

de: PAULA CRISTINA CRUZ SILVA
Telecomunicações Celulares



Rua da Pedrogueira, nº 30 A
3100-863 GUIA PBL

Telef. 236 952 957



AVIA

AUTODRIMEN

COMÉRCIO ACESSÓRIOS VEÍCULOS, LDA

Telef. 236 951 868 - Café / 236 951 882
Lagoa da Guia E. N. 109

3100 GUIA PBL



O TI' BENTO

É mais conhecido por Ti' Bento, mas o seu nome é Bento de Oliveira. Tem 74 anos e é mais conhecido pela sua resposta típica quando lhe pedem uma cabra: «Só quando te casares!».

Equipa Falcão: Há quanto tempo exerce esta profissão?

Senhor Bento: Já há 60 e tal...

Equipa Falcão: Quantas cabras tem?

Senhor Bento: Neste momento tenho 23 cabras e um chibo.

Equipa Falcão: Com quantas cabras começou?

Senhor Bento: Comecei com 17 cabras, fui indo e indo, que já cheguei a ter 60.

Equipa Falcão: Como é que começou com esta profissão?

Senhor Bento: Comecei por guardar as ovelhas para o meu pai, tinha eu 7 anos. Como não gostava de ovelhas, aos 14-15 anos passei a guardar cabras, já por minha conta.

Equipa Falcão: Então o seu pai guardava ovelhas?

Senhor Bento: Sim, sim.

Equipa Falcão: Nunca teve vontade de desistir desta profissão?

Senhor Bento: Nunca, mas agora tenho que deixar; os joelhos já adormecem. A saúde não está boa.

Equipa Falcão: Você põe nome às cabras?

Senhor Bento: Ponho.

Equipa Falcão: E todas têm nome?

Senhor Bento: Todas.

Equipa Falcão: Podia-nos dizer alguns desses nomes?

Senhor Bento: Tenho uma que é a Nogueira, outra a Capadita e a Camélia. Todas têm nomes que já uso há muitos anos.

Equipa Falcão: Então e o chibo?

Senhor Bento: O chibo é o Chibo.

Equipa Falcão: O chibo marra?

Senhor Bento: Este não, mas uma vez tive um que marrava. Ia eu com a foice às costas e o chibo marrou-me. Virei-me e dei-lhe com a vara nas costas. A vara até se partiu ao meio.

Equipa Falcão: Qual é a idade máxima que uma cabra pode atingir?

Senhor Bento: Uma cabra dura 10-15 anos. Mas aos 7 vendo-as.



Equipa Falcão: A que horas é que sai com elas?

Senhor Bento: Tiro-as ao meio-dia, mas com o meu horário, porque eu não mudo as horas. Eu combinei com vocês às 2 horas que para mim são 3h.

Equipa Falcão: Por que sítios é que costuma andar?

Senhor Bento: Ando por muitos lados.

Equipa Falcão: Você traz sempre comida consigo?

Senhor Bento: Pois, sempre. E a garrafito com vinho também.

Equipa Falcão: Você costuma andar sempre com uma vara. Qual a sua utilidade?

Senhor Bento: Costumo utilizá-la para matar cobras e para saltar as valas.

Equipa Falcão: Já foi, alguma vez, atacado por cobras?

Senhor Bento: Já. Uma vez estava uma debaixo dum tremoceiro, mas eu não sabia. Fui buscá-lo para dar às cabras e senti uma picada no dedo, quando fui a ver estava agarrada ao dedo. Sacudi, sacudi e ela caiu. Depois ainda a consegui apanhar e matei-a.

Equipa Falcão: Nunca lhe fugiu nenhuma cabra?

Senhor Bento: Já as tenho perdido, mas se ninguém as agarrar elas vão ter a casa. O pior é a estrada.

Equipa Falcão: Nunca nenhuma teve um acidente?

Senhor Bento: Elas não têm medo das estradas, mas até hoje, nenhuma se atravessou à frente dos carros.

Equipa Falcão: Vimos que tem cabras sem cornos. Há algum nome que as distinga das outras?

Senhor Bento: As cabras sem cornos chamam-se Mochas.

Equipa Falcão: Qual dos dois tipos de cabras prefere?

Senhor Bento: Prefiro as cabras com cornos. Para vacinar agarram-se melhor.

Equipa Falcão: Nunca teve nenhuma cabra de cor branca?

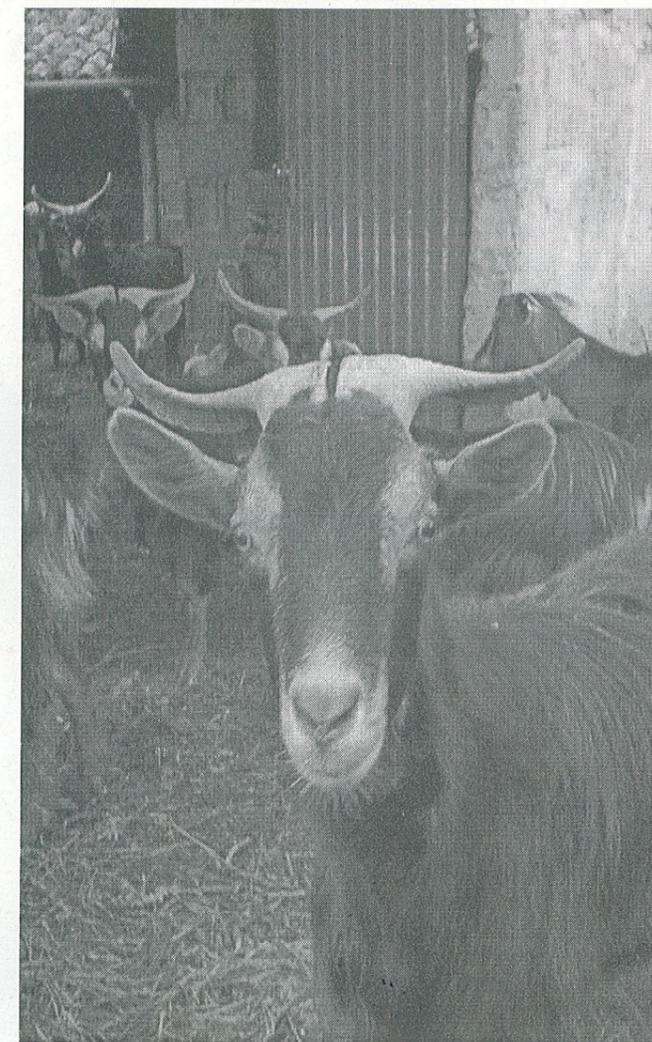
Senhor Bento: Não, não gosto dessa cor.

Equipa Falcão: Com que idade é que começa a ordenhar as cabras?

Senhor Bento: Com 1 ano já começam a dar leite, nesta altura já as posso ordenhar.

Equipa Falcão: Com que frequência é que as ordenha?

Senhor Bento: Ordenho-as todos os dias de manhã e à noite.



Equipa Falcão: Ainda vende queijos?

Senhor Bento: Vendo, mas não sou eu que os faço.

Equipa Falcão: Quando e onde vende os queijos?

Senhor Bento: Vendo à Quarta, Terça e Sábado. O Sábado é todo para a Guia. Já tenho clientes certos.

Equipa Falcão: Qual o preço de cada queijo?

Senhor Bento: Os queijos são a 60\$00.

Equipa Falcão: Gostaríamos de lhe fazer uma última pergunta! Quando é que nos dá uma cabra?

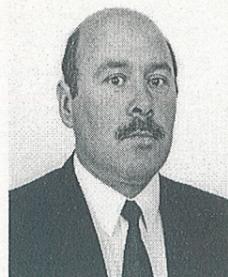
Senhor Bento: Só quando vocês se casarem!

Equipa Falcão (III Secção)





ALCOOLISMO - 2.ª PARTE



Não sendo possível a prevenção primária do alcoolismo, isto é; que se previna o excessivo consumo de álcool ou que evite a dependência do álcool, ou porque não houve a identificação dos problemas subjacentes e mesmo que se tenham identificado as causas não houve uma resposta cabal para esta situação.

Não é fácil fazer o diagnóstico precoce de alcoolismo, primeiro porque o doente não é claro e nem sequer admite falar sobre o seu assunto, segundo são os próprios familiares que escondem e até negam esta situação.

Para a detecção do alcoolismo temos várias formas de abordagem. Entre as várias formas temos aquela que

compreende três sinais exteriores, a face, a língua, os olhos e os tremores. Todos já reparamos como é que se apresenta a cara e o nariz de um bêbado, a cor dos seus olhos sem brilho, pálidos e amarelados e como ele agarra e segura os objectos, sempre a tremer com as mãos.

Quantas vezes já não sentimos necessidade de cortar com a bebida? Quantas vezes já nos sentimos incomodados pelas críticas sobre os nossos hábitos de bebida? Quantas vezes já nos sentimos culpados pelos nossos hábitos de bebida? Quantas vezes já não tomamos logo de manhã o nosso mata bicho.

Mas a finalidade é a identificação precoce dos doentes em risco de alcoolismo, e a identificação dos problemas individuais, familiares, sociais e laborais.

Mas é sobretudo a conversa com o doente e o exame, apoiada por análises que nos dá os indícios do indivíduo alcoólico.

Os exames laboratoriais não são específicos para o alcoolismo; mas são sensíveis para uma impregnação alcoólica crónica.

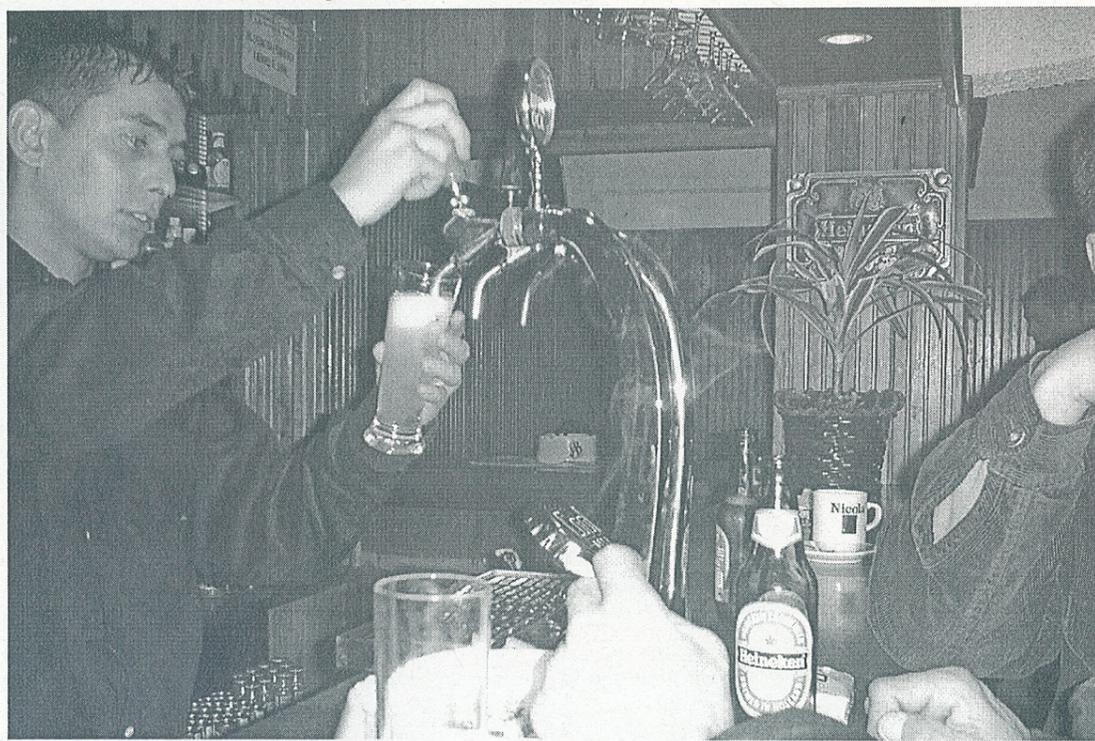
O hemograma pode apresentar uma macrocitose, volume globular médio elevado.

As análises do fígado, as Transaminases, TGO, TGP e a g-GT, apresentam-se elevadas nos indivíduos com hábitos alcoólicos, isto acontece quando o fígado fica lesado.

A lesão hepática mais frequente é a esteatose, devido ao aumento dos ácidos gordos no fígado.

As alterações hepáticas reveladas através da ecografia abdominal apresenta um fígado com esteatose e hepatomegalia.

Se não se cessa de beber o fígado cada vez fica mais lesado e evolui para a cirrose, podendo aparecer a ascite, a barriga de água.



O tratamento do alcoolismo passa pela solução dos problemas de base.

O fígado cirrótico não tem qualquer tratamento; mas deverá suspender-se a bebida para evitar o agravamento. O outros tratamentos que se fazem são para melhorar a condição física e psíquica dos doentes.

De facto, não se sabe qual a verdadeira dimensão da prevalência do alcoolismo a nível nacional; mas a percentagem é elevada sobretudo no concelho de Pombal.



E COCARTOON

Por: Rodrigo Pedrosa.

Para inicializar este novo ano, nada melhor do que um pequeno cartoon para ver o que você não deve fazer neste ano que se inicializa.

Eu gostaria de ver, no culminar de 2 anos de existência do GIM e ao fim de nove "artigos ecológicos", certas mudanças, às quais podemos chamar "ético-ambientais" por parte das pessoas e para isso nada melhor do que esta pequena ilustração...

A sociedade tem que se consciencializar que o problema do ambiente está a tomar grandes proporções e verifica-se que as pessoas não estão a notar.

Torna-se necessário, cada vez mais, incluir a palavra **Ambiente** e **Desenvolvimento Sustentável** no nosso dicionário.

Um bom ano ecológico a todos.



ECOLOGIA, AMBIENTE OU ECOPONTO?

Todos os dias somos bombardeados através da TV, jornais, revistas e rádio, com os termos Ecologia, Ambiente, Ecopontos e parece-me estranho que ainda haja falta de compreensão destes significados, temas ou problemas, por parte da população.

Parto dum princípio que vivendo eu, no seio duma população relativamente letrada e de saberes múltiplos, haja ainda pouca sensibilidade sobre estes assuntos.

Ecologia "estudo das relações dos seres vivos com o meio natural e a sua adaptação ao ambiente circundante", Ambiente "relativo ao meio físico, social ou moral em que se vive. O meio físico e outras condições que rodeiam os corpos ou seres. - Espaço, lugar". Tudo isto, por causa dum buraco que se encontra localizado na bifurcação das ruas do Sapateiro ou 31 de Janeiro e rua Dr. Mário Beja, no lugar da Guia. Buraco esse que só um cego não o vê. Gradualmente vai enchendo com detritos, resíduos, lixo. Talvez o lugar da recolha de lixo tenha mudado, talvez um dos Ecopontos da Guia se tenham deslocado para esse local.



A nossa aldeia sempre foi vista como um lugar agradável tanto para passeio como para viver.

Os turistas que em tempos sentiam prazer em passar e ficavam encantados com a forma como os nossos espaços os recebiam, hoje o que pensariam?

Alguma coisa mudou nestes tempos!

Meus senhores, desculpem mas sinto-me indignada, porque a nossa comunidade não é sensível para com

o espaço que coabita. Só é importante o conforto do lar? O conforto na empresa? Mas nós somos também um pouco do que construímos no exterior dos nossos lares e das nossas empresas, inclusivamente nos cuidados que temos (ou deveríamos ter) para com a natureza seja ela transformada pelo Homem ou não.

Vamos cuidar com um pouco de brio o que é de todos nós! A nossa rua, a nossa aldeia, a nossa cidade, em suma o Ambiente em que vivemos!!!

Cidália Rodrigues



Clínica Dentária da Guia



Clínica Dentária do Paião

Rua dos Colaboradores Loja 9 3100-863 GUIA PBL Tel. 236 952 912

Telemóvel 919 059 489

R. Prof. José Nunes Gonçalves n.º24 - 1.º Esq. 3080-495 PAIÃO Tel. 233 941 896



100% Reciclado

Pizzaria Miguelitos

Especialidades Italianas

Telef. 236 951 293 Av. N. Sr.ª. Da Guia - em frente à G.N.R. 3100 GUIA PBL



MÓVEIS GRAÇA MOBILIÁRIO CLÁSSICO E MODERNO

Loja Av. Nossa Senhora da Guia, n.º129 Armazém c/ exposição - Rua da G.N.R., N.º13

Telef.: 236 951 146

3100.863 - GUIA PBL



100% Reciclado

FOTOGUIA

De: Eduardo Domingues

Revelações em 30 Minutos Recuperação de Fotos Antigas Por Orçamento

Av. Raúl Tomé Fêiteira Guia-Oeste 3100.863 GUIA PBL

Tel./Fax: 236 951 350





ACTIVIDADE DE NATAL NO LOURIÇAL

No mês de Dezembro poucos são os locais que não se encontram enfeitados com os tradicionais e tão simbólicos presépios ou com a famosíssima árvore de natal. A nossa sede não é excepção e, este ano, tal como no ano passado, foi decorada com um fantástico presépio feito pelos nossos Lobitos.

Se o Natal é a época da paz e amor, é a altura mais que ideal para a realização de muitas e variadas actividades.

Aproveitando este espírito natalício reinante, a Iª Secção realizou um extraordinário acantonamento na acolhedora vila do Lourical.

Sob o título "Renas Transviadas", a nossa actividade teve início no Sábado dia 18 de Dezembro pelas 10 horas. A manhã foi aproveitada para fazer alguns ajustes necessários e também para que a Vanessa nos mostrasse e dissesse para o que servia tudo aquilo que continha a farmácia por ela trazida.

A tarde, por seu lado, foi aproveitada para fazer um reconhecimento da zona através de um jogo de vila, que deu muito que falar e fazer. Com uma tarde tão agitada seria de esperar que os Lobitos um pouco "apagados" no Fogo

de Conselho, mas não foi isso que aconteceu. O frio da noite foi cortado pelo calor e energia destes Lobitos, na sua quase maioria Aspirantes.

Desejosos de apresentar as suas peças e aprender muitas canções novas, tudo correu às mil maravilhas, e até os pais, alguns antigos escuteiros que sentiram o "bichinho" morder-lhes, se juntaram a nós.

Mas o dia chegava ao fim e era hora de deitar, os "olhitos" já pesavam e o corpo também.

A manhã seguinte apresentava-se chuvosa, mas nem a chuva afastou ou arrefeceu a alegria dominante, pois "o Lobito é alegre".



Após a Eucaristia Dominical realizou-se um autêntico manjar dos deuses, e todos se refestelaram com o almoço.

Da tarde salienta-se a hora de partida, antecedida de uma avaliação desta pequena actividade. A opinião geral é de positivismo, mas ficou no ar o desejo de acampar verdadeiramente (com tendas e tudo!).

O objectivo principal era a transmissão da Oração do Lobito, da Lei e das Máximas. Para que sirvam de recordação a alguns e para que outros as possam aprender e pôr em prática, aqui ficam a Oração, a Lei e as Máximas:

Oração do Lobito

Divino Menino Jesus, nós Vos oferecemos inteiramente o nosso coração. Enchei-o das Vossas virtudes e ensinai-nos a imitar-Vos. Nós queremos seguir o Vosso exemplo, para assim com a ajuda de Maria nossa doce Mãe, crescer em graça e idade. Amén.

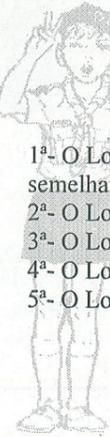


Lei

O Lobito escuta Aquela.
O Lobito não se escuta a si próprio.

Máximas

- 1ª- O Lobito pensa primeiro no seu semelhante
- 2ª- O Lobito sabe ver e ouvir
- 3ª- O Lobito é asseado
- 4ª- O Lobito é verdadeiro
- 5ª- O Lobito é alegre



A equipa de animação



CÁ ESTAMOS NÓS OUTRA VEZ!!!

O grupo da II Secção do Agrupamento 471 Mata Mourisca realizou mais uma actividade nos dias 18, 19 e 20 de Dezembro. O acantonamento ocorreu na localidade do Reguengo do Fétal. A razão aparente para a escolha do local, deve-se ao facto de o Pe. Virgílio (pároco da localidade) ser tio de dois escuteiros da nossa secção. Queremos agradecer por podermos usufruir dos seus serviços e ajuda à população em geral que tão bem nos acolheu.

Nesta região é habitual a visita de escuteiros, sendo muito apreciada pelos escuteiros da nossa região vizinha, Leiria. Coincidência ou não, no momento estava a acampar nessa região, um agrupamento da região de Leiria, o Agrupamento 124 da Batalha. O pouco tempo que estivemos em contacto com eles foi muito animador, o que mostra que o escutismo funciona como uma grande família em que todos nós nos identificamos e conhecemos pela vida escutista que levamos.

Voltando à região e às suas qualidades, podemos rematar com um simples elogio a beleza das suas paisagens e amistosidade da população. Podemos também referir que em excursão, através dos seus montes se descobrem grutas naturais já com muitas histórias, caminhos tenebrosos, lendas e costumes muito tradicionais dos quais destacamos, a Pia da Ovelha (gruta natural onde gotejaria água sobre uma pedra em forma de pia, onde as ovelhas e pastores se banhavam e bebiam água); a lenda de Nossa Senhora que pousou sobre um feto e assim surgiu a Nossa Senhora do Fétal; o costume existente de guardar as carapaças das caracoletas (caracóis grandes), para que ao fim de um ano se consigam juntar um grande número de carapaças, e para que na altura das festas se encham de azeite e de um pequeno pavio, e com elas se desenhem nas encostas dos montes, figuras míticas e símbolos, com as estas a arder. Estas são algumas das tradições de uma terra que fica entalada entre

montes, onde a população não ultrapassa as 1000/1200 pessoas, de faixa etária já muito elevada e em que o desenvolvimento passa pelo fabrico de vestuário, pedreiras e construtoras.

O nosso grupo conseguiu executar um estudo completo de todas as actividades desta região, de modo a que possam ficar a conhecer melhor e mais um pouco de Portugal, que tem tanto para visitar. Talvez tenha sido isso que uma patrulha tentou fazer visto querer ser diferente das outras e conhecer caminhos não apropriados à caminhada, pelo menos para a equipa de animação que saiu um pouco fustigada, à procura dessa mesma patrulha, que se encontrava "calmamente" à espera que alguém resolvesse o seu erro de orientação, mas enfim, lá vai mais uma história para contar ao pais e uns arranhões...



Voltando ao grupo, este não participou na totalidade, devido a ser tempo de férias e alguns irem em viagem ou mesmo por se terem portado mal na escola, mas mesmo assim eram 34 Exploradores. O grupo contou com a presença de 4 patenetas, ou seja, aqueles para quem este era o seu primeiro

acampamento. Destes tivemos as mais diversas avaliações sobre o acantonamento, sendo o panorama bastante positivo, pois, e era já uma opinião global, que foi pena ter chovido, mas quem manda é S. Pedro. A sua integração no sistema de patrulhas tinha-se vindo a realizar e os resultados são indiscutíveis, tudo acaba bem quando há condições para tal acontecer. Fora disso, foi de louvar os Fogos de Conselho aos quais alguns pais assistiram e esses podem julgar por si próprios. O facto de acantonarmos num salão paroquial já em desuso e de termos deixado, bastante melhor o sítio do que quando o encontrámos, leva-nos a pensar que poderemos voltar ao mesmo sítio um dia mais tarde e continuarmos a ser bem acolhidos. Estava programada mais uma visita a um local estratégico e histórico, mas o facto de o salão necessitar de cuidados de limpeza, não só da parte do desuso mas também por parte do descuido da maioria dos escuteiros, fez alterar os planos e o grupo cooperou na limpeza não só do salão, mas de toda a área circundante.

É pena que não tenha sido possível avistar o tão desejado local histórico, devido às actividades de limpeza, mas mais oportunidades virão e aí poderão visitar tudo quanto queriam.

Sem muito mais a acrescentar, e visto que cada imagem vale mais do que mil palavras, e que cada recordação é inigualável, despedimo-nos com os votos, renovados, de um Bom Ano 2000, com ou sem o Bug, pois esse não conseguirá pôr abaixo o Agrupamento 471 da Mata Mourisca.

Até Breve. A Equipa de Animação

MOLA OESTE

de: MANUEL DOMINGUES PEDROSA



Reparação de Molas, Travões
Alinhamento de Semi-Reboques
com o sistema de elevar o 3º eixo

Tel. 236 950 375
Telef. 966 040 785

SEIXO - 3100 GUIA PBL



100% Reciclado

SOREPAUTO

Reparadora de Automóveis, Lda.

AGENTE



RENAULT

Est. Nac. 109 - 3100 GUIA PBL Tel. 236 951 101 - Fax 236 951 016

Pastelaria e
pão quente
todo o dia



Fabrico
de pão
tradicional

Edifício Guia
Telef. 236 951 376
3100-863 GUIA PBL

Rua da Pedrogueira
Telef. 236 951 244
3100-863 GUIA PBL



100% Reciclado



Parlamento Bar

Telef. 236 951 646

Trav. D. Felicidade - 3100-863 Guia PBL





ESCUTEIRO OU ESCOTEIRO?

A entrada do Escutismo em Portugal deu-se logo após a implantação da República, vindo por portas orientais – Macau - em Fevereiro de 1911, pelas mãos do Comandante Álvaro de Melo Machado, que era então governador daquela Colónia Portuguesa. Este, entusiasmado com a obra de B.P. decidiu criar o 1º Grupo de Escuteiros Portugueses no liceu local, fundando mais tarde no Porto, no dia 1 de Dezembro de 1912, o 2º Grupo de Escuteiros, instalando assim definitivamente em Portugal o Movimento Escutista.

A Associação de Escoteiros de Portugal (AEP) é a primeira organização escotista a surgir em Portugal, sendo membro fundador da Organização Mundial do Movimento Escotista. É criada em 1912 e tem como finalidade contribuir para o desenvolvimento dos jovens na realização dos seus potenciais físico, intelectual, social e espiritual, como indivíduos, como cidadãos responsáveis e como membros activos das suas comunidades. Possui ainda a particularidade de ser inter-confessional e de aceitar e defender o princípio da liberdade religiosa, permitindo no seu seio qualquer credo ou religião.

O CNE é o Escutismo Católico Português, movimento de voluntariado e auto-educação de raparigas e rapazes que querem viver integralmente o escutismo como estilo de vida proposto por Baden-Powell, seu fundador, em fraternidade e de forma criativa, à luz de Jesus Cristo e do Evangelho. Na comunidade, o CNE assume a missão de formar, contínua e progressivamente, o Homem-Novo, aquele que, inconformado e humildemente, procura a perfeição como resposta aos desafios da Igreja, da Sociedade e da Família, rumo à Felicidade.

O CNE privilegia o contacto com a Natureza e promove o respeito do escuteiro por si próprio e pelos outros. A vida em

pequenos grupos e o compromisso pessoal são elementos fundamentais do método escutista que se desenvolve na acção, na responsabilidade de cada um e no serviço aos outros, começando em casa. O nosso AGR. 471 é um dos associados a este Corpo.

Para além destas duas organizações, o escutismo pode assumir ainda uma outra forma – o Guidismo. Este método escutista, que se encontra apenas disponível para o sexo feminino, nasceu em 1910 por ideia de B.P. que contou com a colaboração de sua irmã Agnes e sua esposa Olave St. Clair Soames que viria a ser nomeada Chefe Mundial das Guias. A Associação Católica Escutista Feminina, aparece em Portugal em 1933, por intermédio de raparigas inglesas que estabeleciam contacto com raparigas portuguesas. Organiza-se logo a Companhia n.º 1, D.Filipa de Lencastre e a Companhia Princesa Santa Joana de Guias e Avezinhas, tendo o Guidismo sofrido dois períodos distintos. O primeiro período caracteriza-se pelo aparecimento do movimento como ideal, surgindo em 28 de Maio de 1934 a aprovação oficial dos estatutos das Guias de Portugal. Anos mais tarde, pela existência de Guerra, o movimento é suspenso, ressurgindo em 1956 como AGP – Associação de Guias de Portugal, dando origem ao segundo período da história do Guidismo em Portugal.

Com isto, podem-se estabelecer analogias entre as diferentes organizações e alguns termos segundo o quadro representado.

C.N.E., A.E.P., A.G.P. são apenas caminhos diferentes para uma meta comum – o Escutismo, por isso, em resposta à questão inicial pode-se dizer que na verdade, ambos os termos estão correctos uma vez que existem, realmente, *escuteiros* e *escoteiros*, tratando-se no entanto, de termos diferentes para

designarem o mesmo conceito (organizações diferentes – termos diferentes). Trata-se por isso, de uma mera diferença de organizações, uma vez que existe o Corpo Nacional de Escutas (CNE), a Associação de Escoteiros de Portugal (AEP) e a Associação de Guias de Portugal (AGP) como opções ao caminho escutista. Cabe-nos a nós escolher ser escuteiros ou escoteiros.

Diana Neves

	C.N.E.	A.E.P.	A.G.P.
Estrutura:	Agrupamento	Grupo	Companhia
Divisões:	Lobitos, Exploradores, Pioneiros, Caminheiros	Alcateia, Tribo de Júniores, Tribo de Séniores, Clã	Avezinhas, Guias, Caravelas, Ramo Moinho
Órgão máximo	Conselho Nacional	Conferência Nacional	Conselho Nacional
Terminologia	Guia de Patrulha	Guia	Chefe de patrulha
	Sub-guia	Sub-guia	Ajudante
	Conselho de guias	Conselho de guias	Conselho de Honra
	Reunião de patrulha	Reunião	Conselho de patrulha
Publicação oficial:	Flor de Lis	Sempre Pronto	O Trevo
Divisa:	Sempre Alerta	Sempre Pronto	Sempre Alerta



A IV NA LAGOA DA ERVEDEIRA

Nos passados dias 4 e 5 do presente mês de Dezembro, a IV Secção do Agrupamento 471, realizou uma actividade junto à Lagoa da Ervedeira. A actividade teve início por volta das 19:00, sendo iniciada por Aspirantes e Noviços (em americano *PROJECTS*), pertencentes à Equipa D. Nuno Alvares Pereira, realizando estes a montagem de Campo e preparação do fogo de conselho. Depois de jantar, que como não podia deixar de ser, baseou-se essencialmente nos famosos e *místicos, Grelhados à IV*, finalmente a IV do Brioso estava presente, na sua maioria.

Depois da actualização de determinados assuntos relativos à Equipa D. Nuno Alvares Pereira, e de alguma conversa sobre a nossa IV, foi nos dada uma instrução pelo nosso Chefe Manuel António, sobre orientação por bússola e por estrelas e constelações. Seguindo-se à Teoria, a Prática, em que todos observaram as principais estrelas e as suas localizações no espaço, também tendo oportunidade (para muitos a primeira) de desenvolver um trabalho de orientação utilizando a bússola. Também nos foi dada alguma informação sobre orientação pelo relógio, no entanto como era noite escura, só a podemos pôr em prática no dia seguinte, já que, o Sol é essencial para tal.

No dia 5, alguns dos nossos caminheiros por compromisso com o GIM, e consequentemente com as suas secções, tiveram de se deslocar da actividade, bem pela manhã, ficando os restantes (Aspirantes e Noviços), com o Chefe Manuel António, deslocando-se à Ervedeira, para assistir à Eucaristia Dominical.

Findando esta e retomando o caminho de volta a campo, foi-se fazendo uma retrospectiva do passado e um planeamento do futuro, alicerçando assim o espírito da IV, nos elementos presentes.

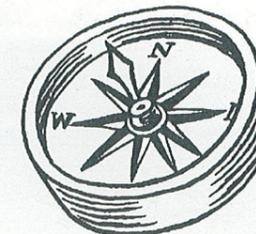
Depois do almoço, a restante IV, que pela vespertina se tinha ausentado, por compromissos já acima descritos. Tivemos nova palestra dada pelo nosso Chefe Manuel António, desta vez sobre o "A Caminho do Triunfo". Depois da Teoria, teve que vir a Prática, num sentido metafórico, realizando-se então canoagem na Lagoa, simbolizando assim de uma forma geral, a mensagem que nos é dada pelo livro "A Caminho do Triunfo", deixado por B.P. para os caminheiros, correspondendo a imagem da canoagem, à capa que B.P. colocou no respectivo livro.

A tarde preencheu-se assim rapidamente, sendo então a actividade dada por encerrada, seguido-se a desmontagem de campo.

A Equipa D. Nuno Alvares Pereira

Dicas de Orientação

Bússola : a mecânica e funcionamento deste instrumento, assenta na agulha magnética que aponta para um Norte, conhecido por Norte magnético, que se aproxima muitíssimo do Norte Geográfico. Este sim, essencial para orientação. Facilmente se obtém o azimute de qualquer direcção:
Leste → 90° / Sul → 180° / Oeste → 270° / Norte → 0, 360°.

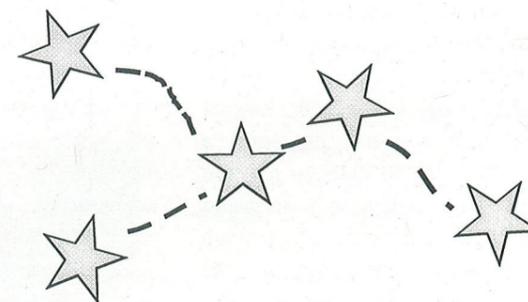


Sol: Esta estrela pode indicar-nos também o Sul verdadeiro, podemos desta forma determinar os restantes pontos cardeais.
6 h → Sol a Leste / 9 h → Sol a Sueste / 12 h → Sol a Sul
18 h → Sol a Oeste.



Estrelas: Existem constelações que nos podem orientar durante uma caminhada nocturna.

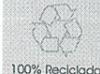
Uma dessas constelações, é a Ursa Maior, que nos permite determinar a posição da Estrela Polar – localização na constelação de nome Ursa Menor – que indica sempre o Norte.



GUIPEÇAS DO OESTE, LDA.

COMÉRCIO DE PEÇAS E ACESSÓRIOS PARA AUTOMÓVEIS

ÓLEO «CASTROL» • BATERIAS «TUDOR»



C.N.E. - AGRUPAMENTO 471 - MATA MOURISCA



G.I.M.

Este Espaço
pode ser SEU!!



FUNERÁRIAS MADIFOZ

Sede e Fábrica em Paião
Serviço Permanente 233 940 173
Ag. Fig. Foz - 233 428 986



CAFÉ, SNACK-BAR
RESTAURANTE

de:



JORGES MANUEL CARDOSO FIGUEIREDO





CULTURA PRECISA-SE

O século XXI aproxima-se a passos largos. A evolução acompanha-o e nós apressamo-nos em acompanhá-lo também. A correria, a agitação que enfrentamos não nos deixa tempo para nós, para a nossa instrução. Numa altura em que os acontecimentos ocorrem cada vez mais velozmente e com cada vez maior frequência, somos bloqueados com toneladas de

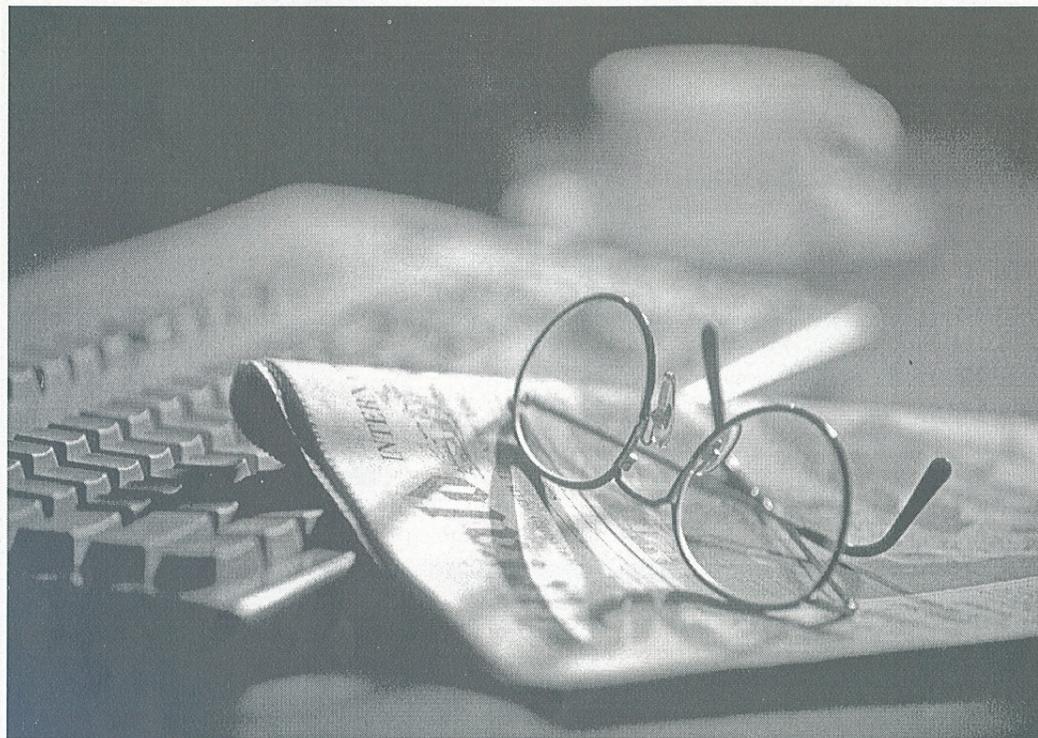
É cada vez mais urgente criar hábitos culturais. Não podemos continuar à margem dos países da União Europeia. Não quero com isto dizer que somos nós os culpados. As oportunidades que temos para desenvolver a necessidade de consumir cultura são muito escassas. O acesso à cultura é difícil, sobretudo em aldeias como as nossas. Contudo, esta razão

confortável poltrona. Este meio de comunicação fornece-nos um variado leque de programas, fontes de enriquecimento cultural. Há, no entanto, programas cuja qualidade é muito reduzida. Programas como o "Big Show Sic" apenas nos oferecem distração e o seu nível cultural é muito reduzido. Contudo, o número de audiências é bastante elevado. Com efeito, este tipo

de programas continua a existir e com cada vez maior quantidade. São as pessoas que o exigem. Os canais de televisão limitam-se a oferecê-los a fim de aumentar os lucros. Não vou dizer: não vejam o "Big Show Sic". Pelo contrário. O "Big Show Sic" deve ser visto, mas também devem ser vistos programas como o "Acontece", "Onda Curta", "Artes e Letras", "Universidade Aberta", debates, entrevistas e muitos documentários. Só comparando estes dois tipos de programas (o "Big Show Sic", por

um lado e o "Acontece", por outro) podemos ver onde se encontra a qualidade. Só assim nos tornamos mais exigentes de qualidade e só assim conseguimos aumentar as audiências dos programas culturais e, conseqüentemente, o seu número.

Falemos agora de teatro e de cinema. Quantas vezes assistimos a espectáculos destas duas artes? "Isso é coisa para os mais novos" - dirão os menos jovens. Não. O teatro e o cinema são para todas as idades. O problema reside no facto de nos termos de



informação que nos deixa confusos e que, por isso, nos leva a desistir. Assim, a cultura vai sendo esquecida, porque não temos tempo para nos lembrarmos dela.

Teremos nós verdadeiros hábitos culturais? Será que nos limitamos a desfolhar o jornal do café ou a ver o programa de televisão enquanto jantamos? Será que sentimos a cultura como uma necessidade tal como a de nos alimentarmos ou a de nos vestirmos?

não nos deve servir de desculpa para não nos instruímos. Temos de ser nós a exigir cultura. Temos direito a ela tal como os outros.

Falemos de televisão. Quantas vezes vemos televisão por dia e que tipo de programas vemos? As notícias, as novelas, os "Reality Shows"...? A televisão é um interessante e fácil veículo de fornecimento de informação e de cultura. O pequeno ecrã conduz-nos a milhares de quilómetros de distância sem nos deslocar da nossa



deslocar para poder assistir a sessões de cinema ou a peças de teatro. Aproveito para deixar algumas sugestões às Juntas de Freguesia da Ilha, da Guia e da Mata-Mourisca: criar um espaço (por exemplo os salões paroquiais) onde se possam projectar alguns filmes para que toda a população possa assistir; convidar grupos de teatro para fazer

representações nas nossas terras. E, já agora, porque não criar um grupo de teatro? De certo que há muita gente com jeito para teatro e que gosta de fazer umas representações para os amigos. Talentos precisam-se. Juntai-vos.

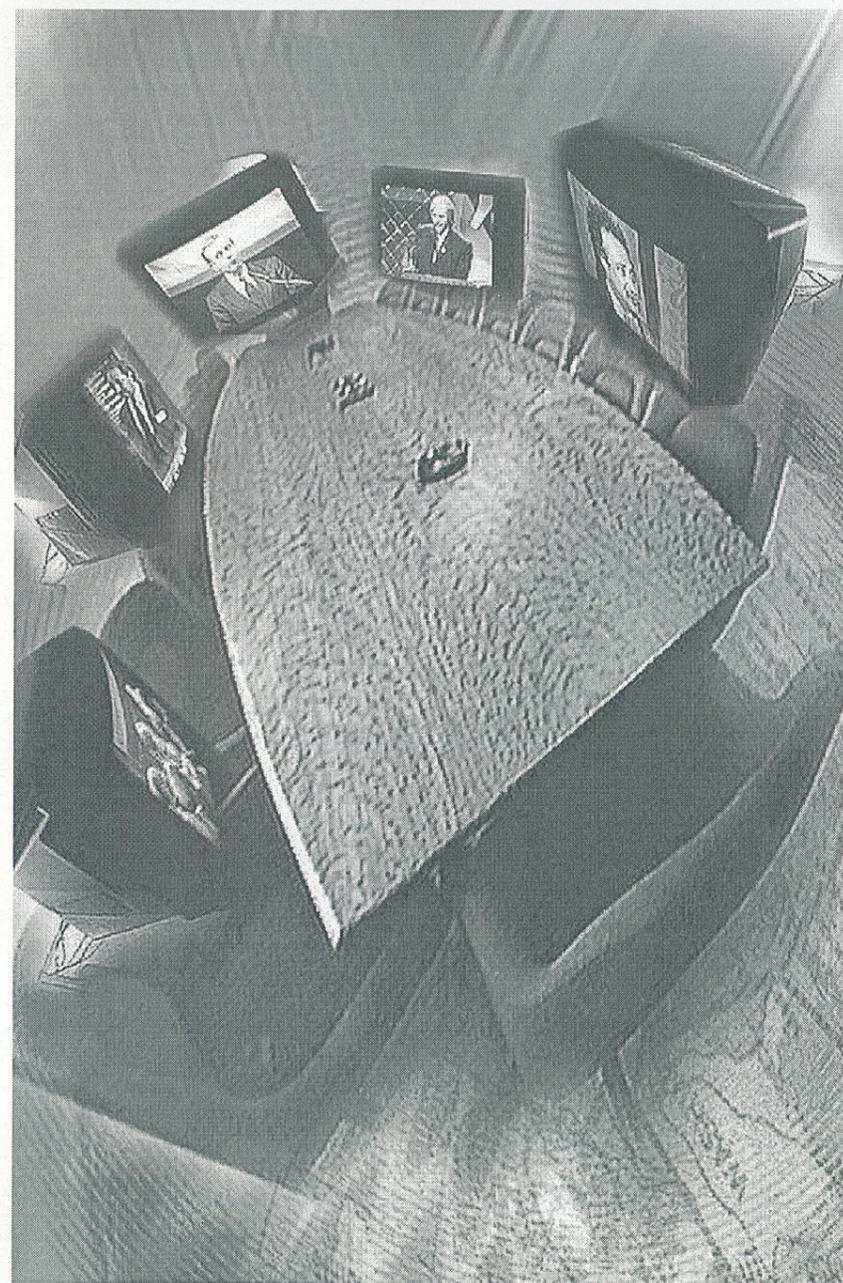
E a música? Que música ouvimos? A que concertos vamos? Toda a gente

gosta de música. A música não é só para os mais jovens. Há uma enorme variedade de estilos musicais para os mais variados gostos. Não nos devemos limitar a ouvir a música do rádio do carro enquanto viajamos. Investir em música é também investir em cultura. Dentro da grande oferta que existe, há, de certo, muita música que nos agrada ouvir nos mais variados momentos. Para quem prefere ouvir a chamada "Música Pimba", aconselho a variar e a ouvir, por exemplo, algumas sinfonias de música clássica ou erudita. É necessário variar e partir para novas sonoridades.

Já falámos de televisão, de teatro, de cinema e de música. Falemos agora de hábitos de leitura. Estes hábitos não residem apenas na leitura das letras gordas do jornal do café, das legendas dos filmes ou dos manuais escolares em vésperas de testes. Os portugueses lêem muito pouco. Os jovens dos países mais ricos da Europa lêem, em média, trinta livros por ano. Em Portugal são poucos os jovens e os adultos que lêem livros. Ler, não só contribui para a nossa formação pessoal, como também nos dá uma maior facilidade de nos expressarmos, quer na oralidade, quer na escrita. Por isso, o meu conselho é ler, ler, ler, ler. Começemos pelo jornal, um por dia, ou, se preferirem, um por semana. Depois, a curiosidade pelo saber e a vontade de ler, levar-nos-á à leitura de livros. Desta forma, iremos transformar-nos em devoradores de letras e, por isso, nada nos escapará.

Em suma, a evolução cultural passa por cada um de nós. Temos de ser nós a tornar a cultura numa necessidade. Para isso, vejamos bons programas de televisão, vamos ao cinema e ao teatro, ouçamos boa música, leiamos bons livros.

Ana Luísa Moderno



Pinhal
José S. D. Cardoso

SEGUROS

Telef. 236 951 114
Rua dos Colaboradores

Fax. 236 952 472
3100 GUIA PBL



100% Reciclado

PALETCOUTO

INDÚSTRIA DE PALETES, SERRAÇÃO E NEGOCIANTES DE MADEIRAS, LDA.

FABRICANTES DE PALETES
ARMADAS PARA O MERCADO
INTERNO E EXPORTAÇÃO



ILHA - 3100 POMBAL

Telef. 236 950 439



Ernesto Pedro André, Lda.

Tel. 236 951 172
Fax 236 951 704

Est. Nac. 109 - Apartado 31
3100 CARRIÇO - POMBAL



100% Reciclado

Vitor José Grácio Alves



ARTES GRÁFICAS # PUBLICIDADE

Telemóvel: 962 645 134
Av. José Maria Duarte Jr., nº 23

3100-863 GUIA PBL





PROJECTOS PARA O FUTURO...

O Grupo Desportivo Guiense tem vindo, ao longo dos anos, a assumir um papel fundamental em prol do desenvolvimento de uma juventude cada vez mais virada para o desporto. E é em nome dessa juventude que, após 25 anos de existência (na A.F.L., porque o G.D.G. existe à muitos mais), se depara com um novo milénio, com novas ambições e ideias que visam o dinamismo e a melhoria de condições da colectividade.

O Grupo Desportivo Guiense conta actualmente com um número superior a 100 atletas, o que leva a acreditar que vale a pena sofrer por aquilo que mais desejamos, ou seja, os jovens (tal como os escuteiros), tal como afirma o presidente desta colectividade, Jorge Rolo, no seu discurso no decorrer de um almoço comemorativo das Bodas de Prata do clube, realizado no passado mês de Dezembro.

Esse almoço foi centro de ideias, propostas e certezas da colectividade, que assegurarão, com certeza, o dinamismo futuro da mesma. Para Jorge Rolo, um dos pontos fulcrais "é o alargamento do campo principal e drenagem do mesmo, tal como a criação de outro campo de jogos, essencialmente para os mais jovens". Um outro ponto passa pela "colocação de um posto de transformação de energia eléctrica, para que seja possível ter todos os campos com iluminação ao mesmo tempo".

Também presentes, a J.F. da Guia e a C.M. de Pombal, num pedido de intervenção confirmaram a realização destes projectos, para os quais a Câmara Municipal já disponibilizou cerca de 11 mil contos.

Bancadas e balneários é outro objectivo já antigo mas que, "devido à localização dos possíveis terrenos para a construção dos mesmos, o P.D.M. tem impossibilitado o avanço do projecto. Contudo, este problema que se traduz numa lacuna enorme no que respeita à ordenação, espera-se ver ultrapassado no próximo ano, para que nos treinos os jovens

jogadores "possam equipar e desequipar com espaço e com todas as condições indispensáveis".



Todos os projectos passam pela preocupação de "investir" em coisas que sirvam também à população "pelo que se irão investir de momento 400 contos na aquisição de equipamento médicos que servirão aos atletas e aos sócios do clube". Isto num projecto que embarca um orçamento na ordem dos 20 mil contos.

O discurso do Presidente da Junta, António Conceição, para além de constar com palavras de enaltecimento quanto ao trabalho realizado pelo clube, contou, também, com a oferta do novo equipamento suplente à colectividade, este o qual, apresentar-se-á de amarelo e verde, de modo a respeitar as cores da Freguesia da Guia, expressas na bandeira. Entre as ofertas, contou-se também, com uma "Salva de Prata", cedida pelo secretário da Assembleia Geral da Associação de Futebol de Leiria, desejando ao Grupo Desportivo Guiense "as maiores felicidades, uma vez que é um clube que tem mostrado um trabalho muito valioso nas camadas jovens".

O Presidente do Município, Narciso Mota, no decorrer de um discurso motivador, começou por destacar "toda a direcção do Guiense pelo excelente trabalho que tem desenvolvido desportivo dos seus atletas em prol de uma comunidade social e amiga que é a Guia", reconhecendo que não é fácil estar à frente de uma colectividade que depende em muitos aspectos do apoio da Câmara e da Junta para a contribuição para o progresso da região.

Para além disto, Narciso Mota, menciona ainda "a

possibilidade da construção de uma piscina no futuro e o arrelvamento do campo de jogos da Guia".

Com tudo isto e esperando em futuro próspero para o Guiense, resta saber se tantos projectos e ofertas não são só promessas de Natal!!"

Texto: Diana Neves
Reportagem: Redacção
Fotografia: Labinfor471



LESÕES NO DESPORTO

INTERVENÇÃO NA FASE AGUDA

No seguimento do artigo por nós realizado no G.I.M. de Setembro, debruçamo-nos agora sobre as várias fases de uma lesão e que atitude tomar perante as mesmas.

A fase aguda de uma lesão inicia-se logo após a ocorrência da mesma, pode chamar-se também fase inflamatória, visto que ocorre a danificação dos tecidos moles. Tem uma duração de cerca de 48 a 72 horas dependendo da gravidade e localização dos sintomas, assim como dos procedimentos realizados após a sua ocorrência. É nesta fase que surge a dor acompanhada de calor, rubor e edema (quadrilátero de Celcius).

A fase sub-aguda, que é a fase de reparação tecidual, tem início logo após a fase aguda, ou seja, cerca de 48 a 72 horas depois da lesão.

Por vezes confrontamo-nos com uma terceira fase que pode ser ou não consequente das duas supracitadas que é a fase crónica. Este processo pode ocorrer a partir de uma inflamação aguda, mas também pode ocorrer sem fase aguda. No entanto, normalmente resulta de um prolongamento da fase sub-aguda que culmina numa inflamação crónica com inibição do processo de reparação tecidual.

QUE ATITUDE TOMAR?

DEVE FAZER:

Reposo: parar toda a actividade que provoque aumento da dor outra sintomatologia;

Gelo: aplicar na região lesada, durante 10 a 20 minutos, de em 2 horas;

Compressão: comprimir a região lesada de modo a controlar o derrame;

Elevação: elevar a zona lesada de modo a facilitar a circulação sanguínea de retorno;

Avaliação / diagnóstico: procure imediatamente um profissional de saúde qualificado no despiste, tratamento e aconselhamento destas situações.

O QUE NÃO DEVE FAZER:

Calor: porque promove a vasodilatação aumentando o derrame.

Álcool: não deve beber bebidas alcoólicas porque o álcool é um potente vasodilatador;

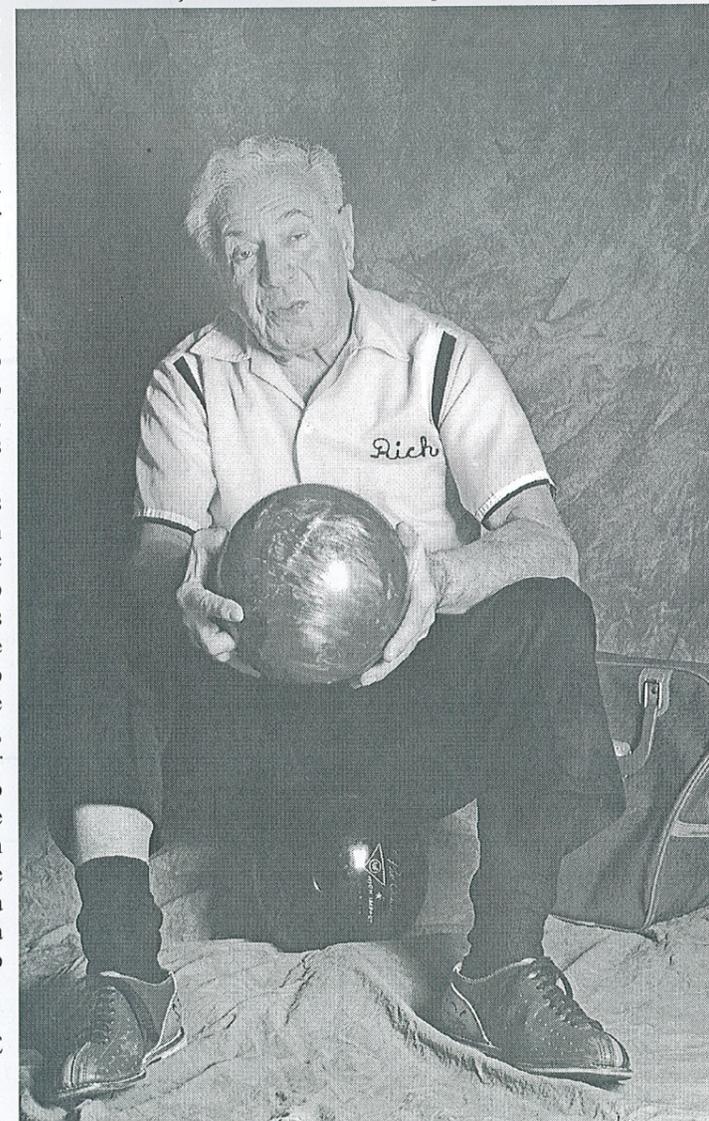
Massagem: aumenta o edema o derrame sendo agressivo para os tecidos em cicatrização;

Actividade: solicitar demasiado cedo as estruturas lesadas pode piorar a situação.

REGRESSO À ACTIVIDADE FÍSICA APÓS UMA LESÃO:

Para retomar a actividade desportiva, de uma forma segura, não basta estar "completamente recuperado" da sua lesão.

É essencial readquirir força, flexibilidade, mobilidade, equilíbrio, coordenação e segurança para a prática saudável do exercício físico.



Texto: Sandra Amado e Cláudio Pedrosa
Fotografia: Labinfor471



FAIR PLAY
Artigos Desportivos

Guia e Lourical

Estrada Nac. 109 - Guia Oeste
3100 - 863 Guia PBL Telf. / Fax: 236 952 299



César Leal dos Santos, Lda.

Anéis para poços, Manilhas Prumos em cimento placas para vedações etc.

Escrit. - 236 950 337

3100 ILHA PBL



GABINETE DE CONTABILIDADE E FISCALIDADE DA GUIA, LDA.

- CONTABILIDADE
- FISCALIDADE
- ESTUDOS ECONÓMICO-FINANCEIROS
- INFORMÁTICA

TEL. 236 959 510 / FAX. 236 959 517
Av. José Maria Duarte Júnior nº27/Apartado 4

3101-801 GUIA PBL



EVOSIL - Pneus, Lda.

GOODYEAR e FALKEN
ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES

236 952 660 - Escrit.
236 952 699 - Resid.

3100 GUIA PBL





ATÉ AO PRÓXIMO.....

G.I.M.

DURÃO & DUREX

(Cartoon de humor crítico)



Bem-vindo ao Ano 2000

