

# G.I.M.M.

Guia. Ilha. Mata Mourisca

Dezembro 2000 - ANO IV - NÚMERO 12 - 200 Escutas



Adeus a um Amigo...

I Rover Açoriano - "O caminho único"

As Cestinhas da Ilha - Arte do baracejo



Associação Educativa de Juventude fundada em 27 de Maio de 1923 - Instituição de Utilidade Pública - Associação de Defesa do Ambiente - Membro Fundador da Organização Mundial do Movimento Escutista - da Conferência Internacional Católica do Escutismo - da Federação Escutista de Portugal; do Conselho Nacional de Juventude; do Conselho Geral da UNESCO - Conselho Nacional de Movimentos e Obras de Apostulado dos Leigos e do Movimento Tabaco ou Saúde - Medalha de Bons Serviços Desportivos - Medalha de Honra da Cidade de Lisboa

Editorial

O GIM regressa de novo, após quase 6 meses de interregno. Regressa contudo com a tristeza da perda. Da perda de um escuteiro, que nestas páginas é recordado, e, de que nunca o 471 se esquecerá. Nestes 6 meses muitas realizações marcaram a vida deste Agrupamento e das quais damos conta neste número. Em tempos de intolerância, racismo, xenofobia e outros males dos nossos dias, os Escuteiros mostram que pretendem, não só por palavras, mas também por acções, construir um Mundo Melhor, neste final de milénio. Fazem-no participando em actividades de encontro de povos, línguas e culturas; o Grupo Pioneiro viveu em Agosto o Ideal Escutista com eslovenos, espanhóis, italianos e portugueses na serra da Lousã; os Caminheiros juntamente com jovens das ilhas açorianas, da Madeira, das Canárias e continentais realizaram o Rover Açoriano, do qual trazem muitas recordações; uma delas é capa deste GIM - os Impérios da Ilha Terceira. E levando a cabo iniciativas como a Limpar o Mundo, Limpar Portugal, realizadas em Setembro último à qual a comunidade não respondeu 'presente'. Esperamos que em outras acções estejam todos mais atentos. Esperamos que este GIM venha contribuir de alguma forma para dar algum sentido à quadra que nos encontramos a viver - o NATAL. A todos um Santo Natal e um Novo Milénio cheio de Graças!

Manuel António (Chefe de Agrupamento)

TELEFONES ÚTEIS

Table with 2 columns: Service Name and Phone Number. Includes N.º Nacional de Socorro, Bombeiros Voluntários de Pombal, B.V.P. - Secção do Laurical, G.N.R. - Guia, Hosp. Distrital Fig. Foz, Hosp. Universidade Coimbra, Hosp. Pombal, Hosp. Distrital Leiria, Ambulância da Guia, Centro de Saúde de Pombal, Centro de Saúde da Guia, Centro de Saúde da Ilha, Centro de Saúde da Mata Mourisca, Câmara Municipal de Pombal, Junta de Freguesia da Guia, Junta de Freguesia da Ilha, J. de Freguesia da Mata Mourisca, Escola C+S da Guia, Escola Primária da Guia, Escola Primária do Seixo, Esc. Pré-Primária da Guia, Farmácia Pinho, Farmácia Pontes de Sousa.

SUMÁRIO

U M A R I O

CESTINHAS DA ILHA

O QUE DIZEM AS FREGUESIAS

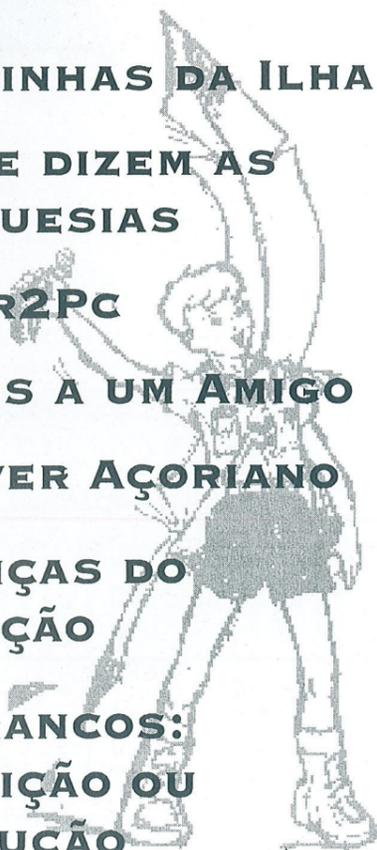
INFOR2PC

ADEUS A UM AMIGO

I ROVER AÇORIANO

DOENÇAS DO CORAÇÃO

BARRANCOS: TRADIÇÃO OU EVOLUÇÃO



Vamos celebrar 2000 anos do Nascimento de Jesus



O aniversário do menino vai ter prenda?

No meio dos acontecimentos, das iluminações, das compras e dos gastos, etc.. parece ser verdade esquecida, esta muito simples:

Se o Natal é o aniversário do menino, Ele é que tem direito a uma prenda. É Ele que faz anos, é Ele o festejado, é a Ele que devíamos oferecer uma prenda.

Que prenda queremos oferecer ao Menino?

Gastam-se por aí rios de dinheiro em prendas, compras, vaidade, coisas fúteis, inutilidades.

Tanto dinheiro, tanto desassossego, tanta azáfama... mas não compramos, não oferecemos, nada ao Menino de Belém.

Ele merece tudo, merece o nosso tempo, a nossa oração, o nosso coração, a nossa vida, a nossa generosidade, o nosso amor.

Ele tem direito a uma prenda digna de tão grande aniversário.

Que lhe vamos oferecer no Natal?

Que nos comprometemos a Dar-lhe?

Em que vai a nossa vida mudar para lhe darmos gosto e alegria e celebrar mais profundamente esta data Jubilar?

Perante esta questão, pode surgir a resposta: Ele não precisa de nada. Não é verdade!!! Como já dissemos Ele merece tudo.

Que não nos falte a imaginação e a audácia para dar mais tempo à oração, para dar o nosso serviço e dedicação, para dar a nossa radical generosidade.

Mas... o grande Mistério e o grande segredo está no seguinte: - Cristo, o menino do presépio, está presente em cada criança, em cada doente, em cada velhinho, em cada pessoa sem casa, sem pão, sem amor.

Quantas crianças com coração desfeito pela falta de amor...

Quantos pais esquecidos nos "lares" da solidão pelos próprios filhos...

Quantos avós sentindo-se tristemente mortos para os netos...

Quanta gente a não aviar os medicamentos, porque não têm dinheiro e os filhos nada lhes dão...

Temos aí um enorme campo para lhes oferecer prendas: os pobres, os doentes, os marginais, os sós, os abandonados, os "religiosamente" rotulados, os que têm fome, falta de emprego, de roupa, de carinho e de amor. (Mas já não há disto nas nossas paróquias, dizem...)

Há tanta gente a necessitar das nossas prendas, tanta gente a precisar do nosso tempo, do nosso sorriso, do nosso pão e do nosso amor.

Como parece injusto, quase criminoso gastar fortunas sem necessidade urgente, quando a outros falta o elementar...

(Mas nas nossas paróquias, não!...(?!)).

Como deve ser pouco gostoso ao coração de Deus termos um Natal sem pobres, na nossa cabeça, nas nossas cartas e despesas e no nosso coração!...

Não haverá na nossa rua, no nosso lugar, nas nossas paróquias ninguém que precise de nós?

Vamos abrir os olhos?

Vamos dar-lhes uma prenda?

Vamos amá-los mais a sério?

Vamos dar-lhes mais carinho?

Que vamos fazer por eles neste Natal 2000?

(E todos os dias podem ser Natal...)



LAVANDARIA GUIENSE

De: Ana Maria da Silva Sequeira

Avenida Nossa Senhora da Guia, nº 149  
Telef. 236 952 659

3100-863 GUIA PBL

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



## REFLEXÃO

(cont.) Afinal podemos e devemos dar uma prenda ao menino. Ele merece-a.

Talvez o possamos fazer em nossa casa, dando mais tempo à família, mais atenção, mais carinho, mesmo que não gastemos muito dinheiro em prendas de "qualidade".

Na sociedade em que vivemos, atulhada no materialismo consumista, neste Natal falar da gratuidade de Deus e do seu amor para com o Homem.

Na nossa terra, na nossa paróquia, no nosso ambiente de trabalho, a Grande prenda a dar a Jesus, é fazê-lo conhecer na sua palavra, na presença do seu Espírito na Igreja, a tantos que apesar de baptizados, vivem como se Ele não tivesse nascido, nem existido.

Ajudar a nascer Jesus nos corações fechados na Graça de Deus

Neste ano Jubilar vamos viver o Natal de 2000 a sério!

(Pe. António Nogueira)

## Muito, Muito Obrigado!

Julgo que quando se ama, não há palavras, gestos nem acções que retribuam esse Amor. Penso até que, nem cumprindo o dito popular "Amor com Amor se paga", porque quando alguém se sente amado, simultaneamente se sente obrigado, logo, nunca sente ter compensado (Por muito que ame), o Amor que lhe dedicam.

Vem este preâmbulo a propósito da grande prova de imenso Amor e Carinho demonstrados para com o Centro Paroquial de Solidariedade Social de Mata Mourisca, no passado dia 12 de Novembro, aquando da sua Inauguração Oficial, por parte de todos quantos aderiram a esta festa, quer pelo convite que lhes foi feito, quer pelo impulso dos corações e ditames das suas consciências.

Que Belo! Que maravilhoso foi ter presentes tão ilustres Personalidades e quanto alento nos deu ouvir tão bonitas e promissoras palavras da parte de Entidades Responsáveis e empenhadas na Acção de Solidariedade Social... Assim como foram tão aplaudidas tais palavras, assim ficaram gravadas, não só em disco e no papel, mas também em nossas almas. Acreditamos na sinceridade com que foram proferidas e esperamos que sejam concretizadas em actos, logo que possível.

Foi tal a adesão a nível de toda a Freguesia e não só, que cerca de uma semana antes, já tivemos de recusar inscrições para o jantar de aniversário, por não termos espaço disponível para acolher tanta gente, Louvado Seja Deus!

Já quando da abertura do Centro e início das suas actividades, foi o que se viu... E ainda há quem não concorde nem apoie tal iniciativa do nosso Rev.º Pároco... Bendita a hora em que o Rev.º Bispo D. João se dignou nomeá-lo para nossa Paróquia. Para ele, D. João, para o Sr. Pe Nogueira e para todos quantos têm estado e continuam a estar connosco neste empreendimento e noutros congéneres, e até para os que não estão connosco, um MUITO, mas mesmo MUITO OBRIGADO. Aos que não estão connosco, também Muito Obrigado, porque até discordando, estão a salientar o nosso trabalho.

Não esqueçamos que estas Obras são invencíveis porque inspiradas pelo Divino Espírito Santo e continuam sendo Assistidas por Ele, nas pessoas que nelas se empenham. A todos pois, sem excepção, o nosso MUITO, MUITÍSSIMO OBRIGADO, BEM HAJAM!

P'la Direcção do Centro Paroquial de Solidariedade Social de Mata Mourisca  
Mário da Silva Graça



## MEMORIAL

G.I.M.

*Amigo,  
vais fazer uma longa viagem mas no nosso  
coração ficará para sempre presente a tua alegria.  
A força do teu sorriso e do teu olhar ajudar-nos-á a  
dar passos firmes,  
na nossa caminhada.  
Obrigado pela tua amizade.  
Jamais esqueceremos a pessoa espectacular que és.  
Que Deus te receba de braços abertos na sua tenda;  
nesse teu eterno acampamento onde nos havemos  
de encontrar um dia...*



Partiu para o grande Acampamento.

Era, (é) um dos nossos escuteiros.

Parte no fulgor alegre da vida...

Tudo aconteceu estranho, surpreendente.

Vivemos com emoção, expectativa a sua dor e dos seus pais e familiares; sente-se nos jovens, na comunidade uma maior união. Sentir solidário a fragilidade humana deixa-nos em silêncio, sem resposta.

A sua alegria de viver, o seu testemunho escutista continua a ser interpelação, grito...

Os desígnios do Eterno são insondáveis...

É preciso ler os sinais...

Na linha da fé, tudo isto é convite de vida, à esperança, ao amor familiar e fraterno.

Tudo o que acontece tem luz, à luz da Ressurreição de Cristo.

"Vós morrestes, e a vossa vida está escondida com Cristo, em Deus. Quando Cristo, que é a vossa vida, se manifesta, também vós vos manifestareis com Ele na glória." (col 3,34).

(Pe. António Nogueira)



**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

**S** **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**      ESTAÇÃO DE SERVIÇO  
LUBRIFICAÇÕES, REPARAÇÃO E COMÉRCIO AUTO, LDA  
de:  
António Marques Gomes  
Serviço Rápido  
Venda e Montagem com Stock Permanente  
Resid. 236 950 134  
Oficina 236 951 897      LAGÔA DA GUIA - 3100-864 GUIA PBL





## O Que Diz a Junta...



### LARGO do ROSSIO

É uma obra que já deveria de estar concretizada este ano. A última informação que tenho é que o Largo do Rossio irá ser uma obra a começar ainda este ano, embora não fique pronto, pois durará no mínimo 3 meses. É um projecto que já está entregue a um empreiteiro, que anda a acabar uns serviços em Pombal para a inauguração da Piscina Municipal, e segundo o que me parece, em seguida iniciará as obras. É uma obra paga pela Câmara, em que a Junta comparticipa apenas com uma pequena parcela.

A entrada principal do largo será virada para a farmácia. Era desejo da J.F. que a obra fosse inaugurada, até ao final deste ano, como havia sido prometido pelo Pres. da Câmara, mas como não foi possível, espero que no início de 2001 tal se concretize. A Junta pressiona, mas quem coordena o empreiteiro, é a Câmara.

### PROJECTOS

Queremos avançar com o SAAL, para isso teremos de fazer um edifício ao lado do Centro de Saúde, que irá custar à Junta de Freguesia perto de 8.mil contos. Só ainda não investimos na obra, porque primeiro queremos ter a certeza que o SAAL, não saia da Guia.

Outro projecto é o do Largo Eng. Guilherme Santos (junto à G.N.R.), queremos fazer um parque de estacionamento com capacidade para cerca de 30 automóveis e um pequeno jardim, com boa iluminação. Obra que se realizará em simultâneo com os melhoramentos do Rossio.

Ao nível da distribuição da água, pretende-se finalizar o abastecimento a mais algumas habitações na Marinha do Seixo.

A grande prioridade é chegar ao fim do mandato e deixar todas as casas sem apanhar pó. Este ano a Câmara está a falhar nos alcatroamentos, como sabem

estes não dependem das juntas de freguesia, são investimentos da Câmara. Normalmente esta atribui-nos 5 Km por ano mas este ano ainda não se verificou. Urgente neste caso é o Seixo e o Casal da Clara. Só não fizemos mais porque estivemos a alcatroar uma parte do Grou e Lagoa e quisemos acabar esses trabalhos. É intenção da Junta que até às próximas eleições sejam alcatroadas a maior parte das ruas em falta. Com 10 Km de alcatroamentos, todas as habitações da freguesia ficarão servidas.

Em relação à EN 237 (Guia - Pombal), é uma "guerra" que eu travo com a ex-JAE todavia neste momento o projecto está a avançar. Além disso, a ex-JAE tem sido pressionada em relação aos semáforos no centro da Guia, que já eram para lá estar, mas por motivos alheios à junta, essa necessidade não se concretizou.

Aliás, eu, o Pres. da Mata-Mourisca, o Pres.Câmara e um responsável da ex-JAE já percorremos a estrada desde o Pinheirinho até à Estação, embora a ex-JAE tenha projectado apenas um tapete novo, nós queríamos, que a obra fosse mais longe. No mínimo precisamos de uma estrada como a da Guia - Seixo. A EN 237 é uma estrada nacional, porque se fosse camarária por certo que já estaria arranjada. Penso que em 2001 já teremos uma nova estrada, assim como os semáforos. É pena que a ex-JAE, pelo que foi dado a entender, esteja à espera de algum desastre marcante, para resolver o problema.

### MENSAGEM

Antes de mais, quero agradecer aos escuteiros, o bom trabalho que têm prestado às 3 freguesias, e espero que a curto prazo lhes seja concedida a casa da Mata do Grou. Para a restante população, fica a garantia que tudo o que estiver ao alcance da Junta será feito para satisfazer as suas necessidades. Para terminar quero em nome da Junta desejar a todos os Guienses, um Bom Natal e um Próspero Ano Novo.

Equipa NuriÁlvares Pereira



## O Que Diz a Junta...



### TASQUINHAS

As tasquinhas este ano correram bem. Ainda não temos resultados concretos, pois, como é sabido, a Junta mudou de Tesoureiro, atrasando assim as contas. Mas as tasquinhas tiveram bom sucesso e gostei da maneira como trabalharam, apesar da maior parte dos lucros, reverterem para as associações da zona, como o G.D. da Ilha., o Rancho Folclórico e o Centro de Dia, sendo uma parcela dos lucros destinada a despesas com as actividades recreativas e de manutenção das próprias tasquinhas. O único dinheiro que vai para os cofres da Junta, é o que é angariado nalgum expositor que a Junta tenha.

### PROJECTOS

A Junta de Freguesia há uns anos comprou um terreno para um Mercado, já que este havia sido sugerido pelo Presidente da Câmara Municipal. Mas a Junta chegou a consenso que devido à proximidade do Mercado da Guia, o investimento não seria rentável, nem se justificava, optando então, por uma piscina, projecto que fica mais em conta. No entanto este projecto está em *stand by*, porque como a Piscina Municipal ainda não está terminada, a Câmara só começará a implantar piscinas nas freguesias após a conclusão desta.

Outro dos projectos, para o qual tenho pressa, é o saneamento básico, aliás, era aquilo que eu gostava de

ver na minha freguesia, assim como, asfaltar todos os caminhos da freguesia da Ilha. Realçando a área dos Amieiros, e mais um lugar ou outro, todos esses caminhos desta vez vão ser alcatroados, assim é minha intenção e da minha Junta. Já fizemos perto de 7 Kms de alcatrão da outra vez. Já estão também em vista os Rosados para uma segunda fase.

A parte da água está mais ou menos completa, faltando as casas dispersas, mas num futuro próximo a essas também quero chegar...

### PRICRIDADES



Uma Pré-Primária na zona da Água Formosa. visto que a da Ilha está completamente cheia, esta nova iria resolver este e outros problemas. Mas para começar a realizar tal obra, falta acertar pequenos pormenores acerca dos terrenos, isto porque os que desejamos, estão inseridos numa área

protegida no âmbito do PDM. Todavia estamos a tentar dar a volta à questão, e logo que possível avançar com a tão necessária e merecida Pré-primária, para a Água Formosa.

### MENSAGEM

Eu peço que a minha Junta me apoie ao máximo, para que com a ajuda de todos, estas obras sejam uma realidade o mais depressa possível.

Equipa NuriÁlvares Pereira

## Bate Chapas e Pintura Auto



De: José Santos Marques

Tel./Fax. 236 951 038 - Tel.Res. 236 951 370  
Lagoeiros

Tlm. 966 910 730  
3100 - 200 Carrigo



100% Reciclado

## Recauchutagem Guiense, Lda

PNELIS NOVOS - RECAUCHUTAGEM - REPARAÇÃO  
EQUILÍBRIO DE RODAS DE LIGEIOS - PESADOS  
ALINHAMENTO DE LIGEIOS - PESADOS - GALERAS

Sede:  
Guia - 3101-801 Pombal  
Tel.236 951 150  
236 951 833  
Fax. 236 951 145

Filial:  
Monte Redondo  
Tel. 244 685 001  
(Junto às bombas DPC)



**Papelaria Guiense**

Artigos Escolares, Jornais, Revistas, Brinquedos, Fotocópias, Valores Selados  
Av. Comendador Raúl Tomé Fêiteira - Telef. 236 951 295 - GUIA - 3100 POMBAL



100% Reciclado

Queda de Cabelo  
Calvície  
**Contas**  
Centro Anti-Calvície  
Clínica Capilar

Antes Depois

**A SOLUÇÃO**

Rua do Vitorino 3100 ILHA PBL Telef. 236 950 485



## O Que Diz a Junta...

### POLIDESPORTIVOS

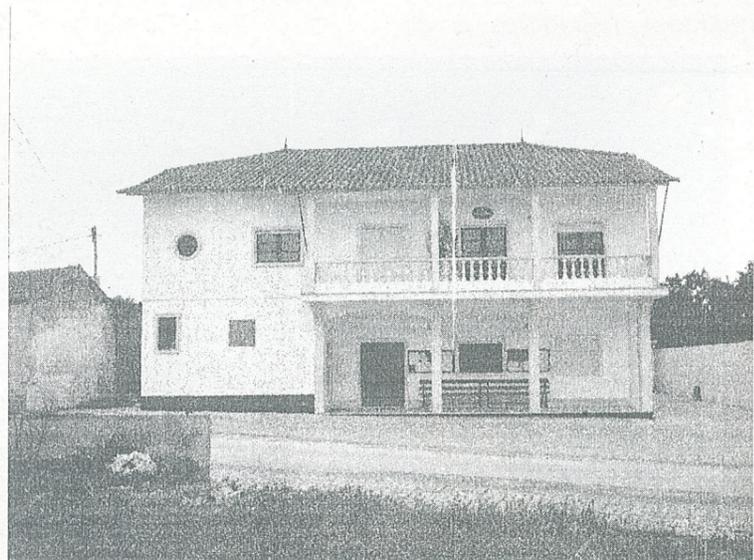


O Polidesportivo está pronto, só falta um muro para suporte de terras. Irá ser inaugurado quando os arranjos exteriores estiverem preparados. Não havendo, no entanto, uma data apontada a 100%. Esta inauguração deve coincidir com a do Brasão, que já está pronto há três meses. A inauguração do Brasão tem sido adiaada para ser tudo inaugurado no mesmo dia, para que, seja realmente um grande dia para esta freguesia.

### PARQUE de MERENDAS

#### VALE DA SOBREIRA

Um dos projectos da Junta de Freguesia que está na fase de acabamentos. No entanto, estes acabamentos estão dependentes da aquisição de um terreno, que ainda não foi adquirido devido a alguns problemas, aos quais a Junta é alheia. E é nesse terreno que pretendemos fazer uma praia fluvial. Mas, como a água do rio é imprópria para esse efeito, pretendemos utilizar o furo do Sr. Joaquim Simões, que é o ideal. Em 2001, se depender da Junta, e tendo em conta que o terreno será nosso, estará tudo pronto, isto porque a C.M.Pombal também está empenhada neste projecto. No que depender de nós, prometemos com o maior esforço e empenho, realizar esta obra o mais depressa possível.



### PROJECTOS

Os projectos da Junta consistem em ajudar as colectividades, visto que se trata de uma freguesia rural, em que os valores culturais devem ser preservados e mantidos como tradição.

A conclusão do projecto das águas será uma realidade deste ano; um outro projecto é o saneamento básico, porque se a água é necessária, os esgotos também o são.

Não esquecendo as estradas por alcatroar, como a das Biqueiras, Vale Olheiro e outras, às quais a Câmara já deu luz verde para que a breve prazo se proceda então a essas obras, estando a Junta só a aguardar a disponibilidade camarária. O meu desejo como presidente da Junta é alcatroar todas as ruas.

### PRIORIDADES

A minha Junta concentra-se essencialmente em três aspectos: Praia Fluvial, que pertence ao Parque de Merendas; Esgotos na freguesia - uma necessidade; Ajudar o mais possível as associações - nelas está a alma desta terra.

### MENSAGEM

Desejo um Natal muito Feliz e um Próspero Ano Novo para todas as famílias, e contem comigo para tudo o que for preciso, que eu também conto convosco.

*Equipa Nun'Álvares Pereira*



## Doenças do Coração

Por: Dr. Simeão Duarte



Dizia um sábio "Que adoecer ou morrer do coração antes dos 80 anos é culpa do homem e não de Deus ou da Natureza".

Queria ele com isto dizer que o homem hoje adocece ou morre por sua própria culpa. Hoje no mundo civilizado e industrializado adocece-se ou morre-se por doenças cardiovasculares; enfartes do coração ou por tromboses. Com a civilização criaram-se estilos de vida pouco saudáveis.

Se não vejamos:

A hipertensão arterial é das principais causas e em 95% não se conhece a causa porque aparece pressão arterial elevada; mas a vida agitada que se leva e o consumo excessivo de sal, contribui para que se agrave a pressão elevada dos vasos sanguíneos e, um pressão continuamente elevada sem tratamento, estraga o coração. O coração primeiro responde, aumenta de tamanho e depois abafa, já não responde ao esforço, cansa-se facilmente, as pernas incham e de noite falta o ar. É a insuficiência cardíaca.

A nível do coração ainda acontece que as artérias do mesmo estão sujeitas a pressões elevadas podendo não oxigenar bem o coração e assim temos a dor da angina de peito; também acontece que as artérias do coração podem romper com a pressão elevada, é o enfarte do coração.

A diabetes, o excesso de açúcar no sangue, também contribui para as doenças cardiovasculares, do coração e das artérias do cérebro, dos olhos, dos rins e das pernas. É o açúcar que provoca nestes vasos lesões de estreitamento de calibre e portanto uma menor irrigação e assim as tromboses são mais frequentes. Os olhos passam a ver muito pior e poderá levar à cegueira, os rins filtram mal a urina e entra-se em insuficiência renal. A nível das pernas, quantas pessoas já não tiveram que amputar as suas pernas devido à isquémica, falta de circulação de sangue.

Aos doentes com pressão arterial elevada e com diabetes aconselha-se um controle frequente, a toma de medicamentos quando indicados e menor ingestão de sal e de açúcar.

As gorduras, colesterol, também são um dos factores que contribuem para a arteriosclerose, os vasos sanguíneos ficam mais entupidos e o sangue não circula tão bem. Não há necessidade na maioria dos casos de medicamentos basta a dieta, comer mais azeite e óleos vegetais, margarinas, peixe e carnes brancas. Deve reduzir o consumo de manteiga, queijos gordos, ovos e gorduras das carnes.

Pela sua saúde não fume os seus cigarros nem o fumo dos outros, é que além de ser a principal causa de cancro do pulmão, prejudica o coração, contribui para o enfarte e para agravar a angina de peito, o sangue fica mais viscoso.

O ser gordo pode ser sinal que se come bem. "Olha está gordo é porque tem saúde!" Puro erro. Para ter saúde não é preciso estar gordo e não é sinal de ser comer bem. O melhor é controlar o peso, o nosso peso deverá ser a nossa altura em centímetros depois de tirar um metro. Por exemplo um indivíduo que tenha de altura 1 metro e 72 centímetros deverá pesar 72 Kg. O excesso de peso OBESIDADE é uma das causas das artroses dos joelhos; mas também de doença cardíaca. Temos que aumentar o consumo de frutas e de verduras, legumes, saladas, pão de segunda e cereais.

Hoje as máquinas fazem tudo e ficamos todo o dia atrás da secretária ou em cima do tractor e à noite sentados no sofá a ver televisão. Não fazemos qualquer exercício físico que gaste as calorías que consumimos a mais. Fazer uma marcha de 30 minutos por dia é salutar, faz bem e alivia o stress.

Portanto: Controle a sua pressão arterial; Controle o seu açúcar; Controle o seu peso; Controle o seu colesterol; Faça com frequência marcha a pé; Pela sua saúde não fume.

Diz o meu Povo: "Vale mais prevenir que remediar".



CASA DOS LEITÕES DA GUIA  
RESTAURANTE CHURRASQUEIRA

Especialidades: LEITÃO ASSADO À BARRADA,  
LEITÃO DE CHURRASCO, GRELHADOS A CARVÃO  
Serviço à Lista, Salão de Banquetes e Reuniões, etc.

Consulte-nos para a sua Festa de Casamento

Tel. 236 952 486 - Fax 236 951 004 LAGÔA DA GUIA - 3100 GUIA - POMBAL



100% Reciclado

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



DE  
Jorge Pedrosa Ramos & Filhos, Lda.

Produção, Abate, Transformação e Comercialização de Leitões  
Entregamos ao Domicílio

Sede:  
Fax 236 951 119  
Telefones 236 951 263 / 236 951 119  
Apartado 7 - GUIA OESTE - 3100-866 GUIA PBL

Filial no Algarve:  
Telefone 289 572 241  
FERREIRAS - ALBUFEIRA



100% Reciclado



Parlamento Bar

Telef. 236 951 646

Trav. D. Felicidade - 3100-863 Guia PBL





## Cestinhos da Ilha

A cultura de um povo também é artesanato. É pois dever de todos nós, reconhecer a sua importância, para o enriquecimento do património cultural duma região e o interesse na sua preservação, como herança e testemunho duma identidade. Dado o desafio, lançado nesta rubrica do Historial Associativo, sentimos motivação para fazer uma pesquisa sobre uma forma de artesanato da nossa região.

A "Arte de Baracejar", porquê?

Primeiro, porque é um artesanato originário da nossa zona, que muito admiramos; segundo, porque estamos preocupados com o seu futuro.

Como meio de comunicação local, pretendemos sensibilizar os nossos leitores e a comunidade em geral, para a preservação e divulgação desta arte manual.

Segundo nos foi dado a conhecer, pelo Sr. Marques, "partidor" de profissão e homem conhecedor dos hábitos, tradições e costumes desta zona, já os pastores, em tempos bem remotos, utilizavam o baracejo, fibra vegetal que nascia espontaneamente pelos valados, servindo mesmo de "estremas" entre as propriedades para fazerem tranças, usadas nas suas brincadeiras, (fundas) com que atiravam pedras, enquanto o gado pastava.

Também nos foi dado a conhecer, pela D. Alzira, artesã mais velha da Cooperativa "Cestinhos da Ilha", que nos seus tempos de criança, enquanto guardava as ovelhas, tecia tranças com o baracejo que apanhava pelo campo, com que fazia sapatos e as difas fundas. No seu tempo de moça, era costume juntarem-se todas as raparigas do lugar, nas encruzilhadas dos caminhos, à noite, à luz de uma fogueira, para tecerem tranças de baracejo, com as quais faziam peças de utilidade agrícola (alcofas, cofos, barbilhos) assim como os tradicionais capachos. Os rapazes, às vezes disfarçados, juntavam-se ao grupo, para arranjar namorico ou

simplesmente para participar no convívio, ajudando na escolha do baracejo.

Aí se cantava, galhofava, namorava e se iniciavam as mais novas, nesta arte. A obra feita servia para realizar dinheiro, com o qual compravam os enxovais.

As peças eram vendidas, nas feiras, pelas próprias ou entregues ao Sr. Malícias, que servia de intermediário.

Mais tarde, o Sr. Leopoldo, dono de um estabelecimento da aldeia, onde se vendia de tudo, trocava as peças por qualquer artigo da sua loja.

Durante muitos anos, foi este homem, já entrevistado no G.I.M. nº 9, o principal divulgador desta arte. Correu o país, de norte a sul, à boleia, carregado de sacos de serapilheira, cheios de peças que vendia nas mais diversas zonas.

Outra curiosidade interessante, e da qual todas as pessoas de mais idade ainda tem memória, era ver estas mulheres, pelos caminhos fora, com um molho de baracejo debaixo do braço, tecendo as tranças, que mais tarde iriam utilizar na confecção das peças. Todos os percursos que faziam, uma ida à fonte, a uma terra buscar erva, enquanto vendiam nas feiras, eram totalmente aproveitados para tecer o baracejo.

Nesse tempo, esta ocupação serviu para uma certa independência económica das mulheres, que além da agricultura tinham mais esta fonte de rendimento.

Como grande exemplo de que a arte ainda não "morreu" é o facto de existir uma cooperativa que ainda promove esta arte, a Cooperativa Cestinhos da Ilha.



Esta cooperativa nasceu de um projecto realizado em conjunto pela CEARTE e a pelas Cáritas Diocesanas de Coimbra, que ao tomarem conhecimento deste facto, propuseram o funcionamento de um curso de formação, convidando a D. Alzira, que dominava a técnica com muita perfeição, para orientadora do mesmo.

O número de inscrições de participantes foi elevado, mas como não foi subsidiado, poucas o concluíram.

Após o término do curso, o Centro de Emprego, propôs a criação de uma cooperativa, dando um subsídio, com o qual um grupo de artesãs, todas da mesma família, comprou terreno e construiu instalações. Assim nasceu a cooperativa "Cestinhos da Ilha".

A partir desta altura, o Centro de Emprego contratou um vendedor que comercializava o produto, desta e outras cooperativas de artesanato da zona Centro.

Não foi muito feliz esta opção, dada a pouca honestidade do vendedor. Por isso, actualmente a venda e divulgação dos artigos está também a cargo das artesãs, em feiras de artesanato, pelo país fora, e também nas próprias instalações.

Durante a conversa que tivemos com estas artesãs, ficámos a saber que são constantemente convidadas a participar em feiras, mas dado o fraco rendimento das mesmas e a falta de apoios, é-lhes impossível comparecer a todas. Também nos confidenciaram que têm sido bastante solicitadas para irem a escolas mostrarem a sua arte o que nos apraz bastante.

Pudemos observar que as artesãs são todas de mais de meia idade e que sentem extrema dificuldade em cativar gente jovem, já que é um trabalho que não é

compensador economicamente. Elas próprias fazem-no como ocupação de tempos livres, dedicando maior número de horas a esta actividade, quando têm grandes encomendas. A altura do ano em que os seus trabalhos são muito procurados é no verão, pelos emigrantes, que gostam de ter consigo algo que lhes lembre a terra natal.

Enquanto que noutros tempos, as peças eram basicamente para o uso na agricultura, e para a cobertura dos soalhos, hoje nota-se uma maior preocupação em criar design próprio, fazendo peças de utilidade doméstica e de decoração, originais e com bastante requinte.

Foi um prazer e um privilégio para nós, tratar o tema "Arte de baracejar", como artesanato característico da região

onde vivemos.

Desde o primeiro dia que pudemos contar com as pessoas simples e humildes da aldeia, que se disponibilizaram para connosco colaborar, transmitindo as suas experiências e memórias.

Constatámos que hoje se começa a notar um maior interesse, por parte das autarquias e escolas, para a problemática da preservação do património cultural, conhecimento de técnicas e utensílios tradicionais, de forma a incentivar nos jovens, valores e atitudes sobre a sua própria identidade.

Foi por isso, que após uma pesquisa sucinta, sobre esta arte de tecer o baracejo, considerámos pertinente integrar no G.I.M., esta componente prática, objectivando desta forma tão bela expressão cultural.

Equipa Gandhi



**Kopytell**

de: PAULA CRISTINA CRUZ SILVA  
Telecomunicações Celulares



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

Telef. 236 952 957



100% Reciclado

**AVIA**

**AUTODRIMEN**

COMÉRCIO ACESSÓRIOS VEÍCULOS, LDA

AGORA TAMBÉM COM **GPL**

Telef. 236 951 868 - Café / 236 951 882

Lagoa da Guia

E. N. 109

3100 GUIA PBL

*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



100% Reciclado

**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



## Infor2PC

Em números anteriores as entrevistas referentes à economia local, tinham sido feitas a empresas e empresários que existiam nas nossas localidades há já vários anos. Desta vez optámos por escolher uns novos empresários, que iniciaram o seu negócio a apenas dois anos, mais propriamente em Agosto de 1998. Estes empresários são o Pedro, de 29 anos, e o Arlindo, com apenas 22 anos. Aqui, portanto, se segue a entrevista que a eles fizemos, com o intuito de ficar a saber um pouco mais sobre a sua empresa, e até mesmo sobre o mercado em questão.

### Como é que surgiu a ideia de abrir uma loja de informática na Guia?

A Infor-2pc surgiu devido ao facto de nós, Sócios Fundadores, termos trabalhado durante um ano como distribuidores de um armazém de informática. Esta empresa estava na altura sediada em Pombal e funcionava como um escritório que organizava e geria as entradas e saídas de armazém. Passado quase um ano, achamos que seria um projecto mais aliciante, abrir uma loja de informática ao público em geral.

O local escolhido foi a Guia, pois achámos que a cidade de Pombal estaria muito "concorrida" e que um meio mais pequeno poderia trazer as suas vantagens.

### Foi fácil essa transição do campo da revenda para a venda pública?

Teve as suas dificuldades. Tínhamos um bom conhecimento no campo da revenda, mas trabalhar com o cliente final é muito mais trabalhoso, as soluções têm que ser mais adequadas, personalizadas. Foi uma aposta que está a ser vencida a pouco e pouco.

### Sabemos que já têm outras lojas, é verdade?

Sim, quando iniciámos a actividade na Guia, à cerca de um ano e meio, éramos apenas dois - Pedro Cardoso e Arlindo Gonçalves. Por surgirem oportunidades de negócio na zona das Meirinhas, achámos por bem investir num espaço neste local, o que exigiu o aumento do número de colaboradores. Hoje temos duas

lojas, somos 2 Sócios e 3 colaboradores - Miguel Marques (comercial e representante da loja das Meirinhas), David Santos (comercial e técnico de hardware) e Bruno Carreira (técnico de multimédia e software).

Nos próximos meses poderemos abrir mais um espaço em local a definir.



**Melodia**  
Instrumentos Musicais \* Escola de Música  
De: Francisco A. C. Pinto

Largo Eng.º Guilherme Santos nº 1  
Telef: 236 952 939  
Telm: 969 003 747

3100 GUIA PBL

**Paraíso do Sonho Lar, Lda.**  
**LAR DE IDOSOS**

Telef. 236 952 907  
Rua do Campo de Futebol

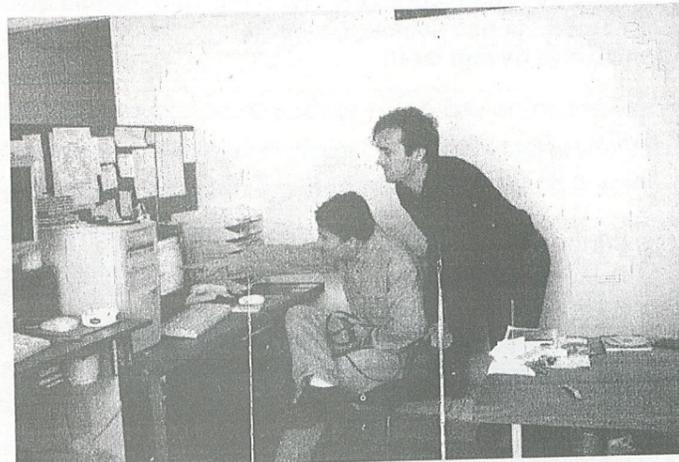
3100-863 GUIA PBL

### Qual é o mercado da Infor2Pc? Doméstico ou empresarial?

No começo, entrar no mercado não é nada fácil. Como poucos, começámos com uma loja do zero, sem clientes, sem contactos para potenciais clientes, sem nada. Temos também que ver que praticamente todas as empresas da zona já possuíam empresas de informática que as forneciam. Os

nossos primeiros clientes foram pessoas particulares, mas o nosso ideal também passava pelas empresas, pelo que tivemos que fazer várias parcerias com outras lojas para conseguir oferecer as soluções ideais aos nossos clientes. Hoje trabalhamos com uma vasta gama de produtos e soluções, que vão desde o Software Eticadata (pequenas e médias empresas), passando pelas representações exclusivas para a zona centro da Prófitus, (software para lojas, POS, Prontos a vestir e ramo), Ictinium (software para Hotelaria em geral, nomeadamente cafés e restaurantes) e mais

recentemente software Escripóvoa (Paróquias, PMEs e POS). Felizmente temos já um vasto leque de empresas que trabalham connosco, desde Coimbra a Leiria, passando pela Figueira da Foz. Como não basta só vender, e apesar da sempre pronta assistência que tentamos dar, temos procurado estar a par da actualidade informática, pelo que procuramos consultar e estar em quase todas as convenções e exposições, como aconteceu no mês passado na Feira Internacional



de Madrid.

### Como justifica o facto da maioria dos vossos clientes não pertencerem à área empresarial da Guia?

Tivemos que procurar e contactar as empresas que estavam a iniciar a sua actividade e que ainda não estavam servidas a nível informático, pelo que tivemos que procurar mercados 'externos'. Temos agora que provar às empresas locais que merecemos a confiança

deles. Esperamos que assim venha a acontecer.

### Têm algum projecto paralelo às lojas?

Sim, temos a componente da Multimédia, onde somos detentores do portal WWW.MULTICONTACTOS.COM, que já foi um dos mais populares do País, com menções em revistas da especialidade, mas que neste momento tem estado um pouco de lado, todavia pensamos reactivar este projecto em breve. Estamos também a criar um software nosso, cujo lançamento está previsto para Agosto do próximo ano.



### E o que esperam do Futuro?

Esperamos apenas continuar e concluir os projectos que temos, desenvolvendo cada vez mais uma melhor relação com os clientes e amigos. Que Deus nos ajude, pois queremos e iremos longe!!!

Pedro Neves e Luís Mendes

**MOLA CENTRO**  
MOLAS PARA TODOS OS VEÍCULOS RODOVIÁRIOS

Telefone: Oficina e Residência 236 951 122  
PEDROGUEIRA (Estrada de Pombal)  
Apartado 30 - 3101-801 GUIA - POMBAL  
Tlm. 936 040 836

Clube **CLUBE DE OURO - JOALHARIA**  
Ouro - Prata - Relógios - Jóias  
- DE -  
Fernando Manuel Costa Gonçalves

Telef. 236 950 613

3100 Ilha PBL



# Há Fraldas e Fraldas...

por Rodrigo Pedrosa

**Neste artigo vamos falar de fraldas...Estranho à primeira vista para uma página de dedicada ao ambiente, mas no fim de lerem o artigo por completo já não acham o mesmo. Ah! E não pensem que só as mulheres devem ler!!!**

A primeira coisa que se diz quando se fala no uso de fraldas de pano é: "Eu lavar fraldas do meu filho?! Todas sujas?! Nunca!"

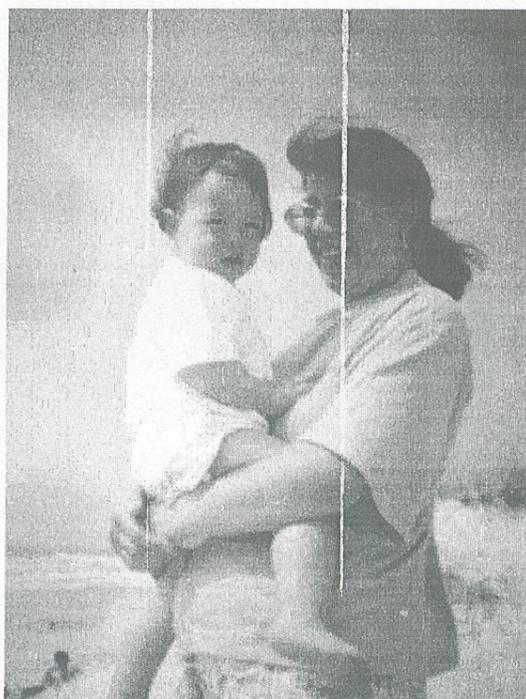
O mercado evoluiu, não tenhamos dúvidas. Quem não se lembra de há uns anos atrás ainda se usarem as fraldas de pano...e serviam!

Coitado do bebé de hoje em dia, que só se "senta" na sanita com dois anos e meio, aproximadamente, e já foi responsável pela destruição de quatro árvores e meia, já consumiu litros e litros de crude (petróleo bruto) e já sentiu através do seu rabinho vários produtos tóxicos, e não esquecer também que já foi "culpado" de ser o terceiro maior contribuinte para o volume de lixo nos aterros!

Se cãlhar dizem as mães e com razão: "As fraldas de pano não permitem tanta secura após as necessidades quanto as descartáveis". Mas o uso de fraldas de pano faz com que o bebé opte pelas idas à casa de banho mais cedo que o habitual.

Na sociedade de hoje fala-se muito na teoria dos 3 R's, que se devem educar os mais novos a reduzir e a reaproveitar, mas por incrível que pareça o bebé quando nasce é logo "bombardeado" com uma sociedade onde impera o desperdício, onde se nada se reaproveita, tudo vai para o lixo.

Para os defensores das fraldas descartáveis, as fraldas de pano consomem muita água, detergentes e energia para a sua lavagem, mas no entanto, reconhecem que as fraldas de pano têm um impacto sobre o ambiente e sobre a saúde muito inferior ao das descartáveis.



Para o bebé sentir o "rabo fofinho" com as fraldas descartáveis, são necessárias milhões e milhões de árvores para retirar esse enchimento fofo; para além disso, para que as fraldas sejam brancas é necessário usar cloro no qual produzem dioxinas e furanos; para que as fraldas descartáveis sejam "super absorventes" é necessário ter cristais que permitem essa mesma "super absorção"; para se obter o plástico de uma fralda é necessário uma chávena de crude. Os cristais absorventes já provocaram em alguns casos problemas de pele, queimaduras, febre e outras reacções..

reacções..

Todo este "cocktail" demora... 200 a 500 anos a decompor-se.

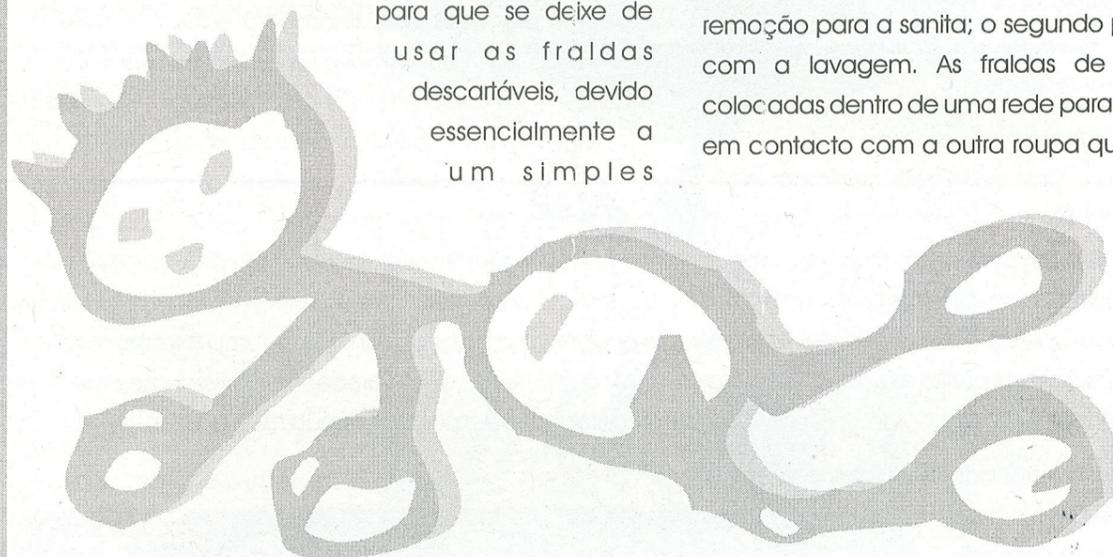
Para quem coloca algumas fraldas na bermã da estrada...

Para as pessoas mais civilizadas, as que colocam as fraldas no lixo, é aconselhado que se retire o cocó da fralda. Como se sabe ninguém faz isso...



Isso tem uma explicação lógica. Toda a gente sabe que todas as fraldas vão para o aterro, no entanto a Organização Mundial de Saúde (O.M.S.) proíbe o enterro de matéria fecal humana. Por uma razão simples: nas fezes existem alguns vírus e bactérias que podem contaminar as águas subterrâneas, que como se sabe poderão chegar às nossas torneiras. Está calculado que cerca de 100 vírus ( e muitos deles perigosos ) podem sobreviver até duas semanas em fraldas sujas.

Todos estes argumentos podem não ser suficientes para que se deixe de usar as fraldas descartáveis, devido essencialmente a um simples



motivo: a facilidade do seu uso/preocupação com lavagens.

Para os defensores das fraldas de pano, o tempo que se ocupa com a lavagem não é muito, pois comprar fraldas descartáveis também ocupa tempo.

Já não se usam as fraldas de pano que se usavam no passado. Já existem muitos modelos adaptáveis ao bebé, com uma espécie de adesivo ( dispensando os alfinetes e as picadelas... ), com ou sem plásticos a revestir ( com todas as desvantagens ambientais que esta opção tem ). Como se pode ver, as fraldas de pano são idênticas às descartáveis só que podem ir à

máquina. No entanto as fraldas de pano apresentam dois problemas que para muitas pessoas pode ser factor de recusa para o uso destas:

O primeiro problema está relacionado com a retirada do cocó da fralda antes da lavagem (com as descartáveis recomenda-se que se faça o mesmo). Contudo, existem umas películas de celulose (biodegradáveis) que fazem com que o chichi passe para o pano e o cocó fique retido na dita película, de modo a que seja de fácil remoção para a sanita; o segundo problema tem a ver com a lavagem. As fraldas de pano podem ser colocadas dentro de uma rede para impedir que entrem em contacto com a outra roupa quando forem para a

máquina. Convém que as fraldas de pano estejam de molho, um pouco antes de ir para a máquina.

O ideal era que as fraldas fosse m

totalmente recicláveis ou biodegradáveis, no entanto, já há estudos feitos na Alemanha e nos EUA existem já produtos parcialmente biodegradáveis que podem ser comprados na Internet ([www.norseanatural.com](http://www.norseanatural.com)).

Em Portugal só existem as fraldas descartáveis ou as fraldas de pano antiquadas, mas no entanto, através da Internet ( para quem tem...) pode-se comprar as películas de celulose que saem ao mesmo preço com a vantagem de só se ter de investir uma ou duas vezes durante esta fase das crianças. Eis os endereços: [www.auscom.demon.co.uk/cuddlebabes](http://www.auscom.demon.co.uk/cuddlebabes) ou [www.webhome.idirect.com/~born2luv](http://www.webhome.idirect.com/~born2luv).



**Clínica Dentária da Guia**



Rua dos Colaboradores Loja 9

3100-863 GUIA PBL Tel. 236 952 912



**CONTIGUIA**

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



**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



**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





# Acampamento de Verão

Chegado o verão é altura de realizar mais uma actividade de ar livre. Desta vez o sítio escolhido foi o Poço da Corga na freguesia de Bôlo em Castanheira de Pêra.

Rodeados de muita água e muito verde, lá passámos quatro dias fantásticos sempre ligados ao tema "viver com a nossa cabeça; com as nossas mãos; com o nosso corpo; com os outros e com Deus". Esta foi a mística aproveitada para realizar a maioria das actividades.

Logo no início do acampamento foi distribuído a cada um dos elementos participantes uma anilha que continha a identificação do seu bando, sendo esta feita através da pintura de uma mão, um corpo e uma cabeça (bandos preto, castanho e cinzento, respectivamente). Todo o grupo faria o possível para (con)viver com os outros e à chefia cabia a parte de "viver" com Deus.

Depois de tudo pronto, tendas montadas e cozinha preparada, o que mais nos apetecia era um banho nas águas límpidas e frias do rio que estava ali a dois passos. E foi isso mesmo que fizemos. Todos de molho démos nas vistas quanto mais não seja pelos nossos jogos aquáticos.

A manhã do dia seguinte foi dedicada à preparação do jogo de Paint-Ball Manual. De bolas coloridas em punho lá partiram ao encontro do inimigo por entre pinheiros, eucaliptos, acácias, tojos e silvas. Alguns arranhões mais tarde tínhamos finalmente um

vencedor, um destemido guerreiro que sozinho lutou contra três inimigos e conseguiu vencer.

A tarde revelou-nos uma grande surpresa: o Jaime tinha andado por aquelas bandas com o seu jardim zoológico.

Os animais eram variados, desde gatos, a cães, a "mutas" e até um Bode. Se à partida todos pareciam inofensivos o mesmo não aconteceu com o Bode que, pelo que ficámos a saber, à noite se transformava em Demo Bode, uma criatura feia e assustadora. Numa das noites até conseguimos ouvir o seu rugido. Não é que ele andou mesmo perto do acampamento!? Mas decididos a enfrentar o nosso medo, resolvemos procurá-lo e acabar de uma vez com esta terrível ameaça. A ele não o encontrámos mas achámos sim, uma fórmula mágica que o iria fazer desaparecer, e foi isso mesmo que aconteceu, o Demo Bode nunca mais apareceu.



# O Ano Escutista

Em Setembro, chegou ao fim mais um ano escutista. A II Secção, durante o ano passado realizou várias actividades, que passaram desde a venda de café, chá e bolos na Praça Fechada da Guia, até se encontrarem completamente perdidos no meio de uns montes.

Durante este ano, as actividades mais marcantes, entre muitas outras de que nos recordamos, foram a actividade de Natal de 1999 realizada no Reguengo do Fétal e a actividade de Verão realizada em Folgoroso de Maio (Mortágua).

A actividade no Reguengo do Fétal, apesar do frio, foi muito marcante, pois, o local de acantonamento era muito bom, as pessoas receberam-nos muito bem e foram muito amistosias.

Divertimo-nos bastante e o melhor daquela zona é a paisagem, pelo que desde já aproveitamos para convidar todos os interessados a visitarem, que é tão bonita. Tenham é cuidado, pois como a paisagem é tão aliciante, podem-se distrair enquanto a exploram, podendo-se perder, como foi o caso de alguns dos nossos exploradores.

Quando ao acampamento de verão, para espanto de muitos dos nossos pais, realizou-se bem longe das nossas freguesias, eram cerca de 110 Km que nos separavam.

Este acampamento de verão não foi bem um habitual

acampamento de verão, pois choveu durante três dias sem cessar, ou seja, metade do tempo destinado. Mas como a chuva não nos desanimou, visto que qualquer tolo é capaz de acampar com bom tempo, divertimo-nos bastante, realizámos promessas em campo, e claro, sempre com muita água à mistura, seja por baixo ou por cima!!!...



Como já tínhamos falado, durante este ano escutista, muitos foram os Domingos que nos encontravam na Praça Fechada da Guia, a vender café, chá e bolos, de maneira a angariar fundos.

Aproveitamos para agradecer a todos os nossos "clientes", pois com o dinheiro angariado, conseguimos comprar material necessário para as nossas actividades

No geral, o ano escutista correu muito bem, pois houve um grande esforço por parte da Equipa de Animação, e por parte dos Exploradores.

Com momentos felizes e alguns infelizes, o ano escutista 1999/2000 terminou, iniciando logo o ano 2000/2001, com muitas caras novas e com a

saída de outras.

Texto: Marta Domingues  
(Ex-Guia de Grupo)

Fotografias: G.I.M.



**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  
Telem. 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



**PADARIA**  
Quinta do Regato

Mata Mourisca

3100 POMBAL



100% Reciclado

CAFÉ - RESTAURANTE

**.O CASEIRO.**

SALÃO DE BANQUETES

Telef. 236 950 581

3100 ILHA PBL





# Caldeirada

### Ingredientes para uma boa caldeirada:

- peixes de várias qualidades;
- Nacionais:
  - chicharro, linguado, xaputa, besugo,
- Internacionais:
  - Sardinha eslovena, truta italiana;
  - Batata espanhola

### Modo de preparação:

- preparam-se previamente os peixes retirando-lhes as espinhas

- junta-se, pouco a pouco, tudo no mesmo tacho (campo) até obter uma mistura bem homogénea;
- tempera-se com uma pitada de boa disposição;
- leva-se a lume brando (calor humano) até ferver de alegria;
- vai-se mexendo para não pegar no fundo do tacho (campo);
- dispõem-se os pratos sobre uma mesa e coloca-se um pouco do preparado em cada um deles.



caldeirada  
à mesa é que os povos se encontram

Na verdade, estes foram mesmo os ingredientes necessários para uma bela actividade. O tema era, então, "Caldeirada". Isto porque se tratou de um acampamento de jovens escuteiros da III Secção de várias nações.

línguas, viam-se vários rostos, diversos hábitos, enfim... Uma caldeirada perfeita.

Todo o acampamento estava envolvido numa só mística. Respirava-se no ar a vontade que cacia um tinha de viver aqueles dias.

Quanto à organização do campo, podemos dizer que foi muito adequada ao tema. Estávamos divididos por sub-campos, e a cada um correspondia um nome de peixe.

O 471 ficou com o nome de chicharro.

O campo era chefiado por um conhecido nome para as nossas comunidades - Pe. António Calixto. E muitos foram os caminheiros que se voluntariaram

para os serviços, entre os quais constava um do nosso 471: Rodrigo Pedrosa (mais famoso por Diguíto).



A actividade teve o seu início dois dias antes do 6 de Agosto, dia em que o acampamento realmente começava, já que acolhemos em nossas casas escuteiros estrangeiros, nomeadamente eslovenos e italianos. Foi para todos os pioneiros do 471 uma experiência muito agradável, tentámos recebê-los da melhor forma possível.

Mas foi no dia 6 que se iniciou a actividade internacional em Serpins. O ambiente era de festa, ouviam-se várias



Foram estes que se esforçaram para nos proporcionar umas boas actividades. Nas actividades participávamos por equipas designadas por pratos típicos que iam desde a sardinha assada, ao queijo da serra, espigas doces, migas serranas, entre outros, todos eles pertencentes à gastronomia portuguesa. Esses pratos típicos era uma mistura de vários agrupamentos nacionais e internacionais. Foi uma boa forma de se criarem laços de amizade.



Os dias seguiram-se entre vários jogos divertidos e muita animação. Muito era o cansaço que ao final do dia pesava e que nos fazia dormir profundamente, apesar de mal nos deixarem fechar os olhos. Afinal, a alvorada era sempre cedíssimo (algumas às 5 da manhã) e o silêncio sempre bem tardio; o convívio convidava sempre a ficar!

Entre as actividades propostas constava uma ida a Coimbra, que proporcionou a todos os escuteiros uma visita aos melhores locais da cidade: a Universidade, a Sé Velha, as Repúblicas, o penedo da Saudade, a Igreja de Santa Cruz e Santa Clara... foi uma boa oportunidade até para os pioneiros portugueses de conhecerem melhor esta bela cidade do nosso lindo país.

Para além desta, destacou-se a noite em que se partilharam as diversas tradições através do paladar. Deste modo, todos puderam dar a provar um pouco da sua cultura. O 471 ficou responsável por uma

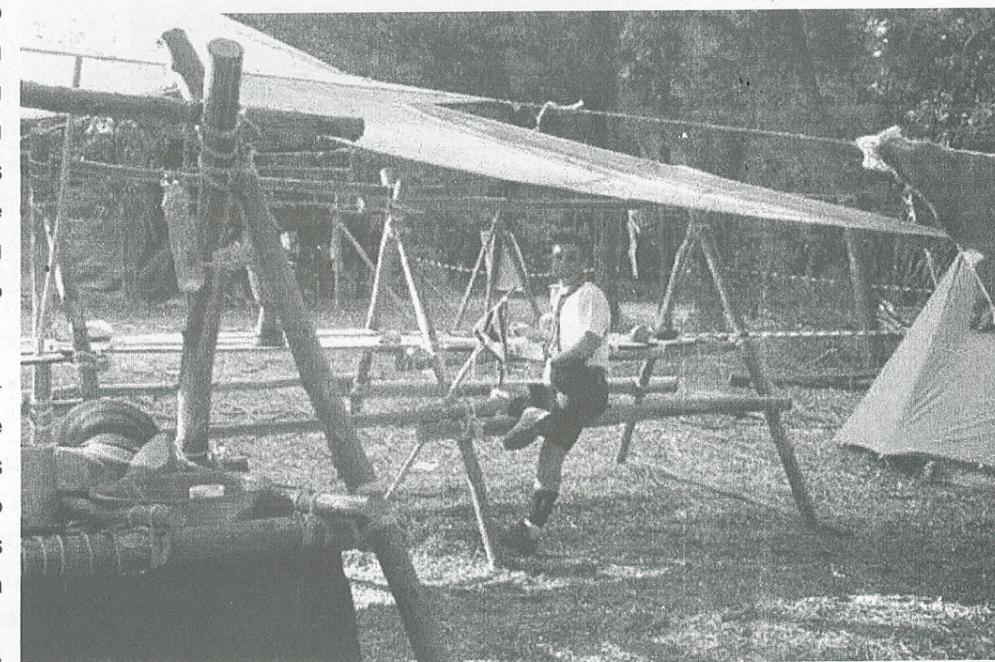
magnífica feijoada. Todos os pioneiros são testemunhas dos belos gostos eslovenos e italianos, de destacar os excelentes licores oriundos da Eslovénia e o pão italiano.

De Espanha recordamos vivamente o papa...o papa cartões.

O local de reunião de todos era por excelência a "arena", palco de várias confraternizações e trabalhos árduos (não se riam pioneses!! Beber água só no final do trabalho feito!).

A caminhar para o final, já se fazia sentir a dificuldade que seria o momento da despedida. Levámos muita coisa para esta actividade, mas foram mais as coisas que trouxemos. Jamais esqueceremos o hino da Caldeirada e a "Silvia", a canção eslovena mais badalada daqueles também inesquecíveis 10 dias.

Daquela Caldeirada que provámos ficou ainda o gosto e todos os que a saborearam anseiam por se sentarem novamente à mesa com outros escuteiros, por que afinal... "É À MESA QUE OS POVOS SE ENCONTRAM"



**EVOSIL - Pneus, Lda.**  
**GOODYEAR e FALKEN**  
 ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES LIGEIRAS E PESADAS  
 236 952 660 - Escrit.  
 236 952 699 - Resid.  
 3100 GUIA PBL

**CAFÉ, SNACK-BAR**  
**RESTAURANTE**  
 de:  
**JORGE MANUEL CARDOSO FIGUEIREDO**  
 Tel. 236 951 292  
 GUIA - POMBAL  
**5ª.s-Feiras Cozido à Portuguesa**

GUIPEÇAS DO OESTE, LDA.

COMÉRCIO DE PEÇAS E ACESSÓRIOS PARA AUTOMÓVEIS  
ÓLEO «CASTROL» • BATERIAS «TUDOR»

Tels. 236 959 260/2  
Fax 236 959 269

Apartado 49  
3101-801 GUIA PBL



SISTEMAS DE SEGURANÇA, LDA.  
SISTEMAS ANTI-ROUBO  
DETECÇÃO INCÊNDIO  
CIRCUITOS CÂMARA DE VÍDEO

Telemóvel - 919 708 194  
Sede: Rua Prof. Carlos A. Mota Pinto, 72 - Apt. 273 - 3101-904 POMBAL  
Telef. 236 244 152 - Fax 236 244 318



100% Reciclado

**EVOSIL - Pneus, Lda.**  
**GOODYEAR e FALKEN**  
 ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES LIGEIRAS E PESADAS  
 236 952 660 - Escrit.  
 236 952 699 - Resid.  
 3100 GUIA PBL

**CAFÉ, SNACK-BAR**  
**RESTAURANTE**  
 de:  
**JORGE MANUEL CARDOSO FIGUEIREDO**  
 Tel. 236 951 292  
 GUIA - POMBAL  
**5ª.s-Feiras Cozido à Portuguesa**



100% Reciclado



## I Rover Açoriano

No mês de Agosto realizou-se o I Rover Açoriano. É bom saber isto mas, afinal do que se trata?! Pois bem, Rover significa um encontro de Caminheiros realizado num determinado local, que neste caso foram os Açores, mais propriamente na ilha Terceira no Concelho de Vila Praia da Vitória, no qual o nosso grupo de Caminheiros se integrou e participou.

Esta participação começou a ser preparada cerca de um ano e meio antes, através da realização de várias actividades com vista à angariação de fundos para nos possibilitar a participação no Rover.

Com este fim trabalharam todos os Caminheiros do nosso agrupamento, mesmo os que sabiam que não poderiam participar. A eles o nosso sincero obrigado. A GastroFAGO de 1999 e 2000, bem como o Jantar Dançante foram exemplo desse esforço.

Passemos agora à nossa "epopeia" além mar...



O dia 17 tinha chegado! Aquele dia que tantos tínhamos esperado tinha chegado finalmente. Mochilas às costas, mochilas nas mãos e mochilas em tudo o que era sítio e estávamos prontos para apanhar o nosso primeiro meio de transporte para a nossa "odisseia".

Às 23.00 horas o Expresso esperava por nós na Gare Rodoviária de Leiria. Era o início da nossa viagem...

Chegados à nossa Capital, tivemos que esperar algumas horas até o nosso vôo partir. Durante estas sete horas e meia alguns aproveitaram para por o sono em dia, outros nem por isso. A animação e a expectativa eram grandes.

Finalmente estávamos dentro do avião, a primeira vez para muitos. Duas horas mais tarde, segundo a hora continental, uma hora mais tarde segundo a hora açoriana, estávamos na ilha de S. Miguel. O nosso "anfitrião açoriano" esperava-nos. Era o nosso chefe Vitor Pereira e a sua esposa.

Dezassete maravilhosos dias estavam à nossa frente.

De roteiro na mão partimos à descoberta da ilha de S. Miguel. Para as nossas viagens alugámos dois veículos motorizados, a "fumarola", este nome é devido à enorme nuvem de fumo que saía pelo escape da carrinha, e o "chuvinhas", nome devido à chuva que entrava pelo tejadilho do carro (é o que acontece com orçamentos reduzidos).

As seis noites passadas nesta ilha foram bastantes para a conhecer minimamente. Locais como a Lagoa das Furnas, Ponta da Madrugada, Ribeira Grande, Lagoa das Sete Cidades, o Ilhéu de Vila Franca do Campo foram o percurso escolhido para percorrer a ilha de lés-a-lés.

Ao longo destes dias conhecemos escuteiros de outros agrupamentos, que muitas das vezes nos cederam locais para pernoitar. O nosso Chefe e a sua esposa foram elementos muito importantes para nos orientarem e explicarem as diferenças culturais existentes entre o continente e os Açores. Também nos mostraram os afamados lugares existentes ao longo da ilha. A eles, que já se encontram novamente entre nós, o nosso agradecimento.



Foi então que partimos em direcção à ilha Terceira. Embarcámos num daqueles aviões minúsculos, com duas hélices e dois motores. O seu interior era muito semelhante a um autocarro. Devem conhecê-lo da televisão...

Todos ficaram assustados aquando da preparação da aterragem na Terceira, pois aqueles aviões acertam em todos os buracos, digo poços de ar.

Um pouco pálidos mas com vida, fomos recebidos pelo chefe Veiga, o responsável pelos transportes do Rover Açoriano. E foi num transporte cedido pela Base Militar das Lajes que chegámos ao local do acampamento. Aí iríamos permanecer por uma semana, convivendo com escuteiros de todo o país e também das ilhas Canárias que, em conjunto com o Arquipélago dos Açores e da Madeira, formam a Macarronésia.

Durante esse tempo tivemos várias actividades, desde Para-Pente a Mergulho. Estas foram as actividades mais "radicais" mas também tivemos actividades de Serviço, tal como a limpeza da orla marítima ou o apoio a um Centro Psiquiátrico.

Esta semana passou-se rapidamente. Fizemos novos amigos, assistimos a espectáculos locais, participámos numa tourada, enfim... uma semana em cheio.

Faial aqui vamos nós...

E foi mesmo, fomos para o Faial novamente num "pássaro" com duas hélices. Desta vez a viagem não foi tão atribulada e chegámos ao nosso destino, a cidade da Horta. Aí fomos acolhidos pelo Mestre

Jaime. Um velho lobo do mar, que também já tinha sido escuteiro. Com um jipe de 9 lugares foi-nos instalar num velho forte que ele próprio cuidava. Nessa noite tivemos um manjar de filetes de peixe porco pescados pelo próprio e pelos seus pupilos.

No dia seguinte embarcámos em direcção à ilha do Pico. Após meia hora de barco, ali estávamos nós a ser recebidos mais uma vez por uma escuteira que nos alojou na sede dos escuteiros locais. Aí passámos a noite para na manhã seguinte escalar o Pico. Um autocarro da Câmara estava à nossa espera para nos levar até ao sítio onde se iria iniciar a escalada.

Três horas mais tarde éramos os Homens mais altos do país (até o Bracejal). Descemos. A descida foi mais difícil que a subida, devido à quantidade de pedras soltas que se encontravam nos trilhos e pela inclinação do terreno.

Regressámos ao Faial e acabámos a nossa viagem no Café Sport - Peter, a saborear um Gin tónico e a olhar o Pico.



### Viela Bar

AO LADO DO CAFÉ "O ADRO"

Tel. 236 951 126

3100 GUIA PBL



100% Reciclado

Vitor José Grácio Alves



ARTES GRÁFICAS # PUBLICIDADE

Telemóvel: 962 645 134

Av. José Maria Duarte Jr., nº 23

3100-863 GUIA PBL



## JPinhal

José S. D. Cardoso

SEGUROS

Telef. 236 951 114

Rua dos Colaboradores, nº14

Fax. 236 952 472

3100-863 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



# Barrancos Tradição ou Evolução

**Tradição - « s. fem. Conjunto de costumes, crenças, práticas, doutrinas, leis, etc. transmitidos de geração em geração e que permitem a continuidade de uma cultura ou de um sistema social. || Transmissão oral da revelação comunicada por Deus aos homens até à morte do último dos apóstolos e da qual a Igreja é depositária. A palavra de Deus começou por ser proclamada e só depois passou à escrita, constituindo a Bíblia ....» (In mini. Enciclopédia, Temas e Debates).**

Ao percorrermos o nosso país de Norte a Sul encontramos um sem número de tradições que dão a Portugal uma diversidade única. São as tradições que constituem o tesouro cultural de um país e, nesse sentido, Portugal é muito rico. A música, os rituais, os trajes, as preces, as ladainhas, os provérbios, o artesanato... fazem parte do património cultural do nosso país.

Mas, até que ponto estas tradições se manterão nas gerações que se vão seguir? Num Portugal cada vez mais inserido na cultura europeia, haverá lugar para dar continuidade a estas tradições? Será o actual fenómeno da globalização responsável pela possível perda dos nossos hábitos culturais?

É difícil conseguir uma resposta acertada a estas e a outras questões que estamos habituados a ouvir. Não se pode prever o futuro, mas é possível pensar-se na qualidade do presente, respeitando o passado. Por influência da União Europeia, estas questões têm sido alvo de reflexão na nossa política, o que nos deixa uma previsão mais optimista em relação ao futuro das

nossas tradições. Falar-se na cultura e na identidade dos países "está na moda" e ainda bem. São cada vez mais frequentes os programas culturais da União Europeia. Os programas caleidoscópico, Ariane ou Rafael são exemplo disso. Aquela Europa que antes se virava quase



exclusivamente para o desenvolvimento económico dos países e que, por isso, se chamava Comunidade Económica Europeia (C.E.E.), inclina-se agora para questões sociológicas, ambientais e culturais o que não, impede, no entanto, que se esqueçam as questões económicas, sobretudo numa altura em que o euro se encontra numa luta constante contra o forte poder do dólar.



Pegando novamente no tema das tradições, pretendo recair precisamente na polémica questão dos touros de morte em Barrancos. Muito se tem ouvido falar acerca desta questão, sobretudo na altura em que foram realizadas as festas desta aldeia alentejana. A tradição de matar os touros na arena perante uma enorme plateia atenta de portugueses e espanhóis já vem de há muitos anos e é precisamente por isso que o povo de Barrancos não pretende respeitar a lei e a defesa dos direitos dos animais, preferindo pagar elevadas coimas a abdicar dos seus mais profundos instintos animais.

O instinto de matar, quer seja através da caça, da pesca ou através das touradas está nas origens do ser humano. Aliado a uma necessidade de sobrevivência, o instinto de matar constitui um prazer e um gozo. Em Barrancos ou em qualquer local onde se ponha em



prática os touros de morte, eleva-se o que mais de animalesco há dentro do ser humano e isso vê-se pelos olhares devoradores e atentos de homens, mulheres e crianças.

Perguntei a algumas pessoas, de diferentes idades, o que pensavam acerca desta questão. Contra ou a favor da morte dos touros na arena de Barrancos, as respostas eram mais ou menos coincidentes, talvez pelos inúmeros comentários que temos ouvido através da comunicação social. Os defensores do não, punham-se ao lado dos direitos dos animais, enquanto que aqueles que apoiavam Barrancos se mostravam a favor da tradição.

Como disse antes, é bom que as tradições não se percam, pois elas fazem parte do património cultural de um país. Contudo, muitas vezes, as tradições são obrigadas a acompanhar a evolução, o que poderá levar muito tempo. É necessário saber até que ponto a tradição pode ou não atrasar o desenvolvimento de um país. Mexer na mentalidade de um povo que sempre conviveu com determinada tradição é muito difícil, sobretudo quando tal tradição se encontra bastante enraizada nas suas origens. Em Barrancos, encontramos uma aldeia que sempre viveu de e para a sua tradição,

um local onde os meios de comunicação e as escolas ainda são escassos. Não se deve criticar um povo por defender afincadamente as suas origens. Torna-se, sim, necessário educá-lo e chamá-lo à razão. Há uma lei para cumprir e direitos dos

animais para respeitar. Inculcar isto num povo de um momento para o outro é impossível, pois a união deste tem muita força. Tudo deve partir de uma mudança de mentalidades através de frequentes meios de informação, da escolarização e da educação.

Em suma, se, por um lado se devem manter as tradições de modo a preservar o tesouro cultural de um país, por outro é necessário saber acompanhar a evolução, não deixando que estas a perturbem. O ideal é um equilíbrio entre o respeito pela tradição e o respeito pela evolução, não deixando que uma constitua um entrave para a outra.

Ana Luísa Moderno

 **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



100% Reciclado

**toldi**centro, Lda.

Toldos e Encerados

Tel. e Fax 236 950 128  
HELENOS  
E-mail: toldiCentro@hotmail.com

T. Mov. 963 071 751  
3100 ILHA PBL



Rua dos Colaboradores  
Edifício Guia

3100-863 GUIA PBL



# DURÃO & DUREX

(Cartoon de humor crítico)



## Boas Festas

