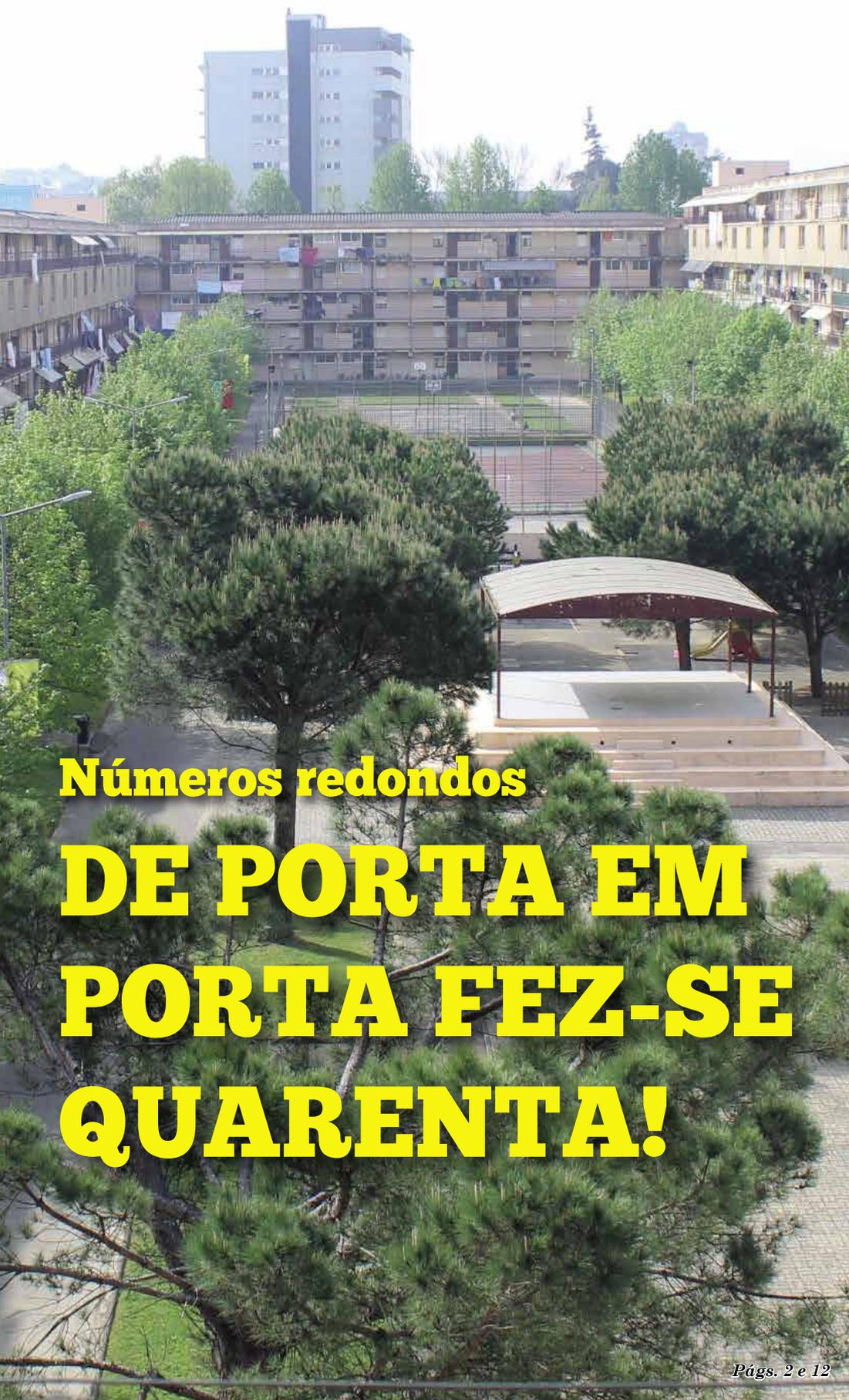


LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL E INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DAS LAMEIRAS

Diretor: José Maria Carneiro da Costa

Distribuição gratuita



Números redondos DE PORTA EM PORTA FEZ-SE QUARENTA!



Entre o “eu do outro e do nós”,
Assembleia Geral
reconhece trabalho exemplar.

Pág. 5



Carnaval:
Alegria, diversão e
muitas trapalhadas

Págs. 6 e 7



Memórias de
Maria Filomena Gouveia

A mulher das
caldeiradas de peixe

Pág. 9

LAMEIRAS - NOTÍCIAS Págs. 10/11

- Aquisição e bênção de nova viatura
- Campeonato de Boccia Sénior
- Entre os Reis e as Janeiras
- “O Mundo dos Presépios”.
- Costinha recebido no Centro Social
- Pequenos e graúdos celebraram o Dia do Pai
- Dia Internacional da Mulher
- Obesidade, doença preocupante
- Inauguração do “JARDIM DA POESIA”
- Primavera chegou
- Conselho de Moradores reuniu
- Visita à Rádio Cidade Hoje
- De porta em porta fez-se quarenta (Poema)

Última

LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL
E INFORMATIVO
DA ASSOCIAÇÃO
DE MORADORES
DAS LAMEIRAS

**PROPRIETÁRIO
E EDITOR**

AML- ASSOCIAÇÃO
DE MORADORES
DAS LAMEIRAS
NIPC: 501 455 752

DIREÇÃO

Presidente: Jorge Faria
Vice-Presidente: Carla Faria
Secretário: Manuel Luis de Oliveira
Tesoureiro: José Alberto Sá Ferreira
Vogais: Maria Élia Silva Marques Ribeiro,
Maria das Dores Carneiro Sá Dias,
Maria do Sameiro Macedo Amorim

DIRETOR

José Maria
Carneiro da Costa

REDAÇÃO

Carla Faria
Liliana Araújo
Carla Gonçalves
Carla Carvalho

**Colaboraram neste
número**

Jorge Faria, Luísa Händel,
Liliana Araújo, Gabriela Azevedo,
José Agostinho Pereira e Filipa
Cruz

REVISÃO

Jorge Faria

ADMINISTRAÇÃO

Jorge Faria,
José Ferreira
e Manuel Oliveira

Tiragem: 1.000 exp.
Registado na ERC
com o n.º 113272
Depósito Legal
N.º 145669/99

Estatuto editorial em:

<https://amlameiras.pt/>
[boletim-cultural](mailto:boletim-cultural@amlameiras.pt)
www.amlameiras.pt

**Edição com o apoio do
Acordo de Colaboração
entre o Município de
Famalicão e a AML para
o Edifício das Lameiras****Sede da Administração,
Redação e Editor:**

Rua da Associação de Moradores das Lameiras,
Edifício das Lameiras
4760-026 V. N. Famalicão

Telef. 252 501 700
Fax 252 501 709

Correio eletrónico: geral@amlameiras.pt

Execução Gráfica: Oficina S. José

Rua de S. Brás, n.º 1
4710-073 Gualtar - BRAGA
Telf. 253 693 554 · Tlm 961 309 220
geral@oficinasajose.pt

Números redondos

Quando falamos de números redondos, é sinal de celebração de algo importante na vida de instituições e de pessoas, neste caso, os números redondos de que falo, são os quarenta anos da comunidade das Lameiras.

No decurso deste ano de 2023 o Edifício das Lameiras, com as suas 290 casas, 30 lojas comerciais, serviços de educação, ação social e outras valências comuns, assinala o seu quadragésimo aniversário. Em 1983 ao ter acesso a alguns dos pareceres técnicos, estava previsto que o prédio teria uma durabilidade de 25 anos. Depois com uma intervenção externa em 1989/90, a sua validade passou para os 30

anos. O que é certo é que estamos a celebrar os 40 e o Edifício continua de pé e seguro, segundo dizem.

Quem se quiser dar ao trabalho de realizar um estudo comparativo com os bairros sociais construídos muito depois de 1983 e o dinheiro gasto em cada um deles, quer em manutenções quer em reparações, provocadas por intempéries e vandalismo, todos verificarão com agradável surpresa, que o complexo habitacional das Lameiras, em termos comparativos com o número de residências, lojas e serviços, é o mais económico de todos, quer na construção, quer na manutenção. Nesta constatação, não me vou alongar mais, mas voltarei ao assunto no decurso deste ano.

Julgo que será um ano marcado por diversas celebrações que, no devido tempo a direção da Associação de Moradores das Lameiras, se encarregará de anunciar. Este aglomerado habitacional, bem sucedido para muitos, mal sucedido para alguns, foi sempre motivo de forte controvérsia, apesar de no início dos anos oitenta se situar na periferia nascente da cidade de Famalicão. Hoje, ao fim de quarenta anos a periferia esfumou-se e este prédio passou a ser um ícone habitacional no centro da cidade. Ali vivem proprietários e arrendatários, num misto de

pobreza acentuada e também de gente remediada. A minha família fez parte dos primeiros grupos a ocupar a habitação que nos foi atribuída, em concurso público promovido pela Câmara Municipal da altura, que tinha duas modalidades: propriedade resolúvel e renda técnica. Os candidatos podiam apresentar candidaturas para as duas modalidades, que depois eram encaminhadas para equipas técnicas que se encarregavam de validar qual a situação definitiva das famílias candidatas em causa. A minha família teve direito a um T3 em regime de propriedade resolúvel. Vivemos naquele espaço

durante 25 anos, tantos quantos os previstos no contrato e da primeira previsão de durabilidade do prédio.

Sempre defendemos que este género de habitação deveria privilegiar os mais pobres e quando as suas situações de vida se tornassem melhores, deveriam colocar a sua casa ao dispor de outras famílias mais pobres, em busca de casas mais baratas do que aquelas que existem no chamado mercado

habitacional. No entanto considero que não é justo, que algumas habitações de um bairro social, como as Lameiras, das chamadas propriedades resolúveis, se tenham transformado num negócio lucrativo, à custa dos benefícios concedidos a quem já não necessita deles e que, apesar disso, se recusam a contribuir para o desenvolvimento do bem comum. Não são esses números "redondos" que quero abordar aqui. Os números redondos que dão título a este editorial, devem significar festa, alegria e celebração. O redondo faz lembrar o início de uma linha, que faz um círculo e volta ao mesmo lugar; faz lembrar um conjunto de mãos dadas em redor de um outro círculo que irmana objetivos comuns; faz lembrar outros anéis, que projetam fraternidade e alegria de cuidar uns dos outros.

José Maria Carneiro da Costa



Símbolos da JMJ23 passaram por Antas



No passado dia 4 de fevereiro a Paróquia de São Tiago de Antas, à qual pertencemos, pelas 10 horas da manhã, acolheu no quartel dos BVF – Bombeiros Voluntários de Famalicão, situados em Antas, às 10 horas, os símbolos das JMJ – Jornadas Mundiais da Juventude, vindos da paróquia vizinha de Avidos. Foram recebidos pelos jovens de Antas, representados pelo GALA – Grupo de Animação Litúrgica de Antas, o agrupamento de Escuteiros 291 de Calendário e os responsáveis arciprestais da Pastoral Juvenil. No local estavam também os párocos das paróquias da zona pastoral da cidade de Famalicão.

Posteriormente, os jovens carregaram a Cruz e o ícone de Maria, com os escuteiros de Calendário na frente, em procissão, acompanhados por bastante público, até à Igreja nova de Antas. Depois, naquele templo, foram proclamadas várias leituras bíblicas, intercaladas por pequenos comentários e apresentação de vários testemunhos de pessoas que já participaram nestas jornadas em diversos países. Foram momentos únicos e emocionais que marcaram vidas para sempre. Nos intervalos os jovens do GALA de Antas, entoaram cânticos, que ajudaram a preencher os silêncios, a saborear a festa, a orar e a criar o ambiente de adoração. A Igreja de Antas encheu e os jovens permaneceram firmes naquela manhã de sábado.

Bispo Auxiliar de Braga, D. Delfim Gomes, esteve presente

Da parte da tarde os jovens contaram com a presença do Bispo Auxiliar de Braga, D. Delfim Gomes, que se apresentou vestido com uma camisola branca igual à dos jovens, com os símbolos das jornadas ali gravados. Depois dirigiu uma mensagem de acolhimento, proximidade, convocação e incentivo a todos os jovens de Antas e das paróquias vizinhas. Seguiu-se uma tarde recreativa com vários grupos e dinâmicas preparadas por e para os jovens. Às 17,30h terminaram as atividades na Igreja de Antas, os jovens com a Cruz aos ombros e o bombar dos tambores dos escuteiros, com o ícone de Maria, desceram a “Colina Sagrada de Antas” até à Praça – Mercado Municipal. Naquele espaço continuou D. Delfim Gomes com a sua camisola branca. Seguiu-se festa Sunset com Maria. Pelas 21 horas os símbolos, desta vez foram transportados pelos sacerdotes do Arciprestado, por entidade públicas e muitos jovens, que seguiram em peregrinação até à Igreja Matriz Nova no centro da cidade. Antes houveram paragens, nos BVF – Bombeiros Voluntários Famalicenses (a segunda corporação a acolher os símbolos na parte norte da cidade) seguindo-se uma segunda paragem no hospital de Famalicão. Naquela noite, permaneceram na Igreja até ao dia seguinte. Por fim, no domingo, dia 5,

no final da Eucaristia das 11h15, foi concluída a sua passagem pelo arciprestado de Vila Nova de Famalicão, sendo entregues ao Arciprestado de Barcelos.

O significado dos símbolos

A Cruz Peregrina – com 3,8 metros de altura, a Cruz Peregrina, foi construída a propósito do Ano Santo, em 1983 e foi confiada por João Paulo II aos jovens no Domingo de Ramos do ano seguinte, para que fosse levada por todo o mundo. Desde aí, a Cruz peregrina, feita em madeira, iniciou uma peregrinação que já a levou aos cinco continentes e a quase 90 países. Tem sido encarada como um verdadeiro sinal de fé. Já experimentou vários tipos de transportes: pé, de barco e até por meios pouco comuns como trenós, gruas ou tratores. Passou pela selva, visitou igrejas, centros de detenção juvenis, prisões, escolas, universidades, hospitais, monumentos e centros comerciais. No percurso enfrentou muitos obstáculos: desde greves aéreas a dificuldades de transporte, como a impossibilidade de viajar por não caber em nenhum dos aviões disponíveis. Tem-se afirmado como um sinal de esperança em locais particularmente sensíveis.

O ícone de Nossa Senhora Salus Populi Romani –

desde 2003 que a Cruz Peregrina conta com a companhia do ícone de Nossa Senhora *Salus Populi Romani*, que retrata a Virgem Maria com o Menino nos braços. Este ícone foi introduzido ainda pelo Papa João Paulo II como símbolo da presença de Maria junto dos jovens. Com 1,20 metros de altura e 80 centímetros de largura, o ícone de Nossa Senhora *Salus Populi Romani* está associado a uma das mais populares devoções marianas em Itália. É antiga a tradição de o levar em procissão pelas ruas de Roma, para afastar perigos e desgraças ou pôr fim a pestes. O ícone original encontra-se na Basílica de Santa Maria Maior, em Roma, e é visitado pelo Papa Francisco que ali reza e deixa um ramo de flores, antes e depois de cada viagem apostólica.

J. Costa

Dia dos Afetos

No nosso CATL vivemos o verdadeiro sentido de amizade e partilha. Quisemos dar o que de melhor tínhamos a quem mais gostamos e pusemos a mão na massa. Fizemos pizzas para partilhar mos com os nossos amigos. Colocámos farinha, água, sal... e claro o ingrediente mais especial... O Amor. No final tivemos direito a um delicioso bolinho de chocolate que saboreamos com o maior prazer. Foi um momento especial que nos encheu os corações.



Lanche Intergeracional

O dia é mais conhecido como Dia dos Namorados, ou dia de S. Valentim. Por cá preferimos chama-lo de dia da Amizade e dos afetos, porque vale a pena valorizar a amizade que nos une, que também é uma forma de afeto... Este ano na AML quisemos dar importância aos laços entre gerações, organizamos um lanche entre o Pré-Escolar e os nossos idosos de Centro de Dia e ERPI. Contamos com a colaboração dos nossos en-



carregados de educação que gentilmente ofereceram o lanche entre todos. Foi um dia bem passado, entre memórias e partilhas, histórias e sorrisos, vimos em cada um, aquele brilhinho nos olhos de felicidade. No final os meninos e meninas presentearam os nossos idosos com umas belas canções sobre a amizade e o Amor, cantadas por todos. A nossa missão foi cumprida!!!



VAMOS DAR MAIS COR À AML

Sabes que num simples gesto e sem qualquer custo, ou trabalho, podes dar mais cor à Associação de Moradores das Lameiras? Para isso basta no preenchimento do teu IRS colocar uma X, e o nosso **NIF 501455752** (como na imagem).

Como posso atribuir 0,5% do meu IRS

Para atribuir 0,5% do seu IRS à nossa instituição, basta que entre o dia 1 de abril e 30 de junho, ao preencher a tua declaração, identifiques no quadro 11 do modelo 3 (rostro) do IRS o número de identificação fiscal (NIF) da Associação de Moradores das Lameiras (501455752) tal como indica a imagem ao lado. Esta consagração não tem qualquer custo para ti e permite "desviar" 0,5% do imposto que entraria nos cofres do Estado, o que significa que não vai ter qualquer implicação nos seus reembolsos ou pagamentos, se for o caso. Porque é que devo colaborar? Porque o valor recebido terá como principais finalidades melhorar as infraestruturas da instituição, adquirir novos materiais e promover novas atividades para os nossos utentes.

VAMOS DAR MAIS COR À AML

501455752

Eu, o Outro e o Mundo

A consagração de 0,5% do IRS para a AML não tem qualquer custo para si, permite reverter 0,5% do imposto para a nossa instituição

Entre o “eu, do outro e do nós” Assembleia Geral reconhece trabalho exemplar

A Assembleia-geral da AML – Associação de Moradores das Lameiras, aprovou por unanimidade, no passado dia 27 de março, o relatório geral de atividades e as contas do exercício de 2022. Pela primeira vez as contas da instituição ultrapassam os dois milhões, mais propriamente dois milhões quarenta e seis mil, novecentos e vinte e dois euros de despesas. Estas foram cobertas por uma receita de dois milhões, duzentos e cinquenta e nove mil euros, com um resultado líquido positivo de duzentos e doze mil euros, que serão investidos na construção dos 13 apartamentos T0.



Por proposta do conselho fiscal da AML, foi aprovado pelos presentes, um voto de reconhecimento e agradecimento a todos os colaboradores pelo trabalho desenvolvido, pelas diferentes equipas de trabalho 2022.

Programa de ação concretizado

Jorge Faria, presidente da direção da AML, apresentou o relatório e referiu “que neste segundo ano do projeto socioeducativo, a AML valorizou o Outro, ou seja, em Sintonia com o Outro, dando primazia à relação interpessoal e trabalhou os seguintes pontos: valorização do ser humano, dos direitos humanos, das crianças das culturas e tradições. Sem dúvida, este foi um ano de grande necessidade de nos reconectar com o Outro”. Todas as atividades espelhadas no Plano de Ação da AML, atividades relacionadas com o reconhecimento do eu, do outro e do nós, ao longo do ano as atividades e os projetos pedagógicos foram elaborados tendo a necessidade expressa de socialização pós confinamento das crianças, tendo em conta a promoção de momentos enriquecedores e explorativos. Relativamente ao setor de idosos, após um período difícil a nível físico, psicológico e emocional para todos intervenientes, foram retomadas algumas atividades de estimulação e de lazer seguindo sempre as orientações da DGS. No setor social ao longo do ano 2022, foram realizados pelo GAAS, o acompanhamento ao nível do Rendimento Social de Inserção a 176 agregados familiares, e ao nível da Ação Social a 274 agregados familiares.

Energias alternativas e transportes

Jorge Faria, destacou que ao longo do ano de 2022, valorizou-se a canalização de investimento em práticas de proteção do ambiente, verificou-se requalificação da Estrutura Residencial para a Pessoas Idosas, sofrendo este setor reformas no seu interior, a implementação de um sistema autonomizado de controlo de acesso ao interior do Centro Social e a aquisição de uma viatura para apoiar todas as Respostas Sociais da AML. Relativamente à construção de 13 Residências Autónomas para Idosos, de Tipologia T0, no R/Chão do Edifício das Lameiras, todo projeto de arquitetura e respetivas especialidades já se encontram concluídas e este ano a AML, irá avançar com a construção das mesmas.

Retorno à normalidade

O presidente da AML, Jorge Faria, salientou que em 2022 foram realizadas diversas intervenções de melhoria no Edifício das Lameiras, de forma a garantir as condições de habitabilidade aos moradores. Foram finalizadas as obras referente à nova rede de saneamento e construção de uma rampa de acesso para pessoas com mobilidade reduzida ao interior no logradouro do complexo habitacional. A finalizar Jorge faria referiu que “o ano de 2022 foi um ano de grande exigência, devido à necessidade de retomar à normalidade, verificando-se constantes desafios no decurso do ano. Por este motivo, a AML não minimizou esforços e encarou todas as dificuldades, tendo sempre um papel preponderante na execução de todas as ações”.

Departamento de Comunicação da AML

CARNAVAL: alegria, diver

O Carnaval é uma das festas mais celebradas em Portugal. Esta festividade celebra a chegada da primavera e dos dias mais longos e ensolarados.

Em todo o país, as ruas enchem-se de alegria, música e festividades. É uma ocasião que une famílias, amigos e comunidades e que é esperada com emoção durante todo o ano.



Na AML vivemos o Carnaval de forma intensa, e este ano foi ainda mais especial, viver o espírito após uma pandemia, e já libertos de certa forma de tudo o que nos veio aprisionar as vidas, tem outro sabor.

Nas várias respostas sociais vivemos dias inesquecíveis, pulamos, brincamos, sorrimos, festejamos.... demos asas aos mais variados sonhos, tornamo-nos naquele super-herói que idealizávamos ser, imitando o animal que tanto adoramos, ou simplesmente colocamos um adereço, que nesta época a coragem nos deixou usar. Vestimos os nossos melhores sorrisos e demos asas a esta loucura tão saudável.

Uma semana mesmo louca

Tivemos a nossa já habitual, mas sempre divertida, Semana louca, onde os nossos meninos brilharam com penteados loucos, T-shirts muito amorosas, óculos loucos, e gravatas

loucas, feitos com a ajuda dos nossos maravilhosos encarregados de Educação. Todos, sem exceção viveram dias de verdadeira risota.



são e muitas palhaçadas.



De volta às ruas da nossa cidade

Para fechar esta fantástica semana, cheia de alegria e sorrisos, tivemos o nosso desfile de Carnaval, pelas ruas, organizado pela Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão. A tarde era de sol e a temperatura de primavera, o que proporcionou uma tarde incrível cheia de cor. Os nossos meninos abrilhantaram as ruas da nossa cidade, dando assim alegria aos que por cá assistiam.

Carnaval Sénior

Na segunda-feira de Carnaval, tivemos o desfile sénior, organizado pelo nosso Município, onde os nossos idosos desfilaram e participaram com alegria e afincos. Mostraram que na AML não há idade para a diversão e

que continuam todos os dias a embelezar o nosso jardim, dando cor e sabedoria a todos que por cá passam.

Gabriela Azevedo



Maternidade do Centro Hospitalar do Médio Ave mantém-se em Famalicão

Os presidentes das Câmaras Municipais de Famalicão, Santo Tirso e da Trofa sentaram-se no passado dia 2 de fevereiro, à mesa com a administração e responsáveis pela maternidade, ginecologia e obstetrícia do Centro Hospitalar do Médio Ave (CHMA) para trocar impressões sobre o funcionamento da maternidade de Famalicão, garantida que está a sua permanência.



No encontro, que decorreu numa unidade de restauração famalicense, o responsável pelo Centro Hospitalar, António Barbosa, agradeceu o empenho dos autarcas na luta pela permanência da Maternidade em Famalicão, que considerou “muito importante” para o desfecho que se veio a verificar. Agradecimento que foi retribuído pelos autarcas aos responsáveis pelo hospital “pelo seu empenho e trabalho em prol de um serviço público de qualidade exemplar”.

Um serviço público e estruturante para o futuro

Entretanto, os autarcas reafirmaram a sua disponibilidade e compromisso em acompanharem a maternidade de Famalicão no seu crescimento qualitativo. “Estamos a falar de um equipamento essencial para a região, que desenvolve um trabalho de reconhecida qualidade, um serviço público estruturante para o presente e futuro dos nossos municípios”, referiu o autarca famalicense, Mário Passos. Recorde-se que o encerramento da maternidade do Centro Hospitalar do Médio Ave foi uma das possibilidades adiantadas

pelo estudo da Comissão de Acompanhamento de Resposta às Urgências de Ginecologia/Obstetrícia, possibilidade entretanto descartada pelo Diretor Executivo do Serviço Nacional de Saúde. O CHMA está inserido numa região de grande força e vitalidade económica e social, servindo cerca de 250 mil habitantes. A administração tem sede em Santo Tirso, gerindo o Hospital Conde de São Bento, em Santo Tirso, e o Hospital S. João de Deus, em Famalicão. Em 2022, o Centro Hospitalar do Médio Ave registou um total de 1175 nascimentos, um acréscimo de 17% em comparação a 2021. Os três Presidentes da Câmara, que desenvolveram uma ação concertada na defesa da manutenção da maternidade, que permitiu ganhar força política e sensibilizar o poder central para o erro que seria o encerramento da maternidade de Famalicão, reforçam o seu contentamento com a decisão e reafirmam o seu compromisso “em contribuir para manter e elevar a qualidade dos serviços prestados no Centro Hospitalar do Médio Ave”.

José Agostinho Pereira (ACI)

Segurança na Avenida Humberto Delgado

A construção de uma grande passadeira elevada na Av. Marechal Humberto Delgado, no entroncamento da avenida com a Rua Capitão Manuel Carvalho, com semáforos reguladores de velocidade e pedido de passagem de peão, a introdução de uma rotunda por um período experimental no entroncamento da avenida com a Alameda Dr. Francisco Sá Carneiro (acesso ao Centro Coordenador de Transportes), a implantação de barreiras dissuasoras do atravessamento da via à saída do túnel da Rotunda Bernardino Machado (em frente ao Complexo Habitacional das Lameiras), e a criação de uma nova travessia pedonal mais à frente, são algumas das medidas que a Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão vai implementar a breve prazo para diminuir a sinistralidade daquela que é uma das principais artérias de Famalicão. As novidades foram hoje deixadas pelo Presidente da Câmara Municipal, Mário Passos, em reunião do executivo camarário. O edil informou ainda que, a par destas medidas mais imediatas, a Câmara Municipal vai avançar com um estudo aprofundado para a requalificação desta artéria estruturante, que envolve o sistema de iluminação pública e os passeios

pedonais. “Queremos que esta avenida seja um espaço urbano de segurança e de eficiência ao nível da mobilidade de peões e de viaturas”, refere. Com duas vias em cada sentido, a Avenida Marechal Humberto Delgado tem uma extensão de cerca de 950 metros, iniciando-se a norte à saída do túnel da Rotunda Bernardino Machado e terminando a sul na Rotunda da Paz. É um troço integrante da Estrada Nacional 14, que, após a construção da Variante Nascente, passou a ser de domínio municipal.

José Agostinho Pereira (ACI)



A mulher das caldeiradas de peixe

Memórias de Maria Filomena Gouveia (71 anos)

Maria Filomena Gouveia, nasceu na freguesia de Cotas, concelho de Alijó e distrito de Vila Real no dia 26 de outubro de 1951. Ao longo da sua vida viveu em várias localidades diferentes, entre elas, Foz do Arelho, Lisboa, Setúbal e esteve ainda emigrada em França cerca de seis anos. Em 2018 veio para Famalicão e em 2020 passou a integrar a ERPI do Centro Social das Lameiras.

Quando tinha cerca de seis anos de idade mudou e andou na escola, em Foz do Arelho. Aos sete anos a família mudou-se para Lisboa visto que seu pai pretendia um nível de vida melhor. O pai tinha como profissão Feitor numa quinta e Ferreiro, tendo uma oficina própria, a sua mãe era doméstica. Estudou até à 4ª classe e fez o exame de admissão. Apesar de gostar de andar na escola e de ter bom aproveitamento escolar, devido a uma tragédia que aconteceu na sua família não foi possível continuar os estudos. A tragédia referida prende-se com o facto de uma irmã ter falecido atropelada por um comboio. As economias que os seus pais tinham foram para pagar as despesas do funeral. Passados cerca de dois anos começou a aprender a arte da costura e apesar de não ser costureira, refere “serviu-me para me desenrascar muito bem sempre que era preciso”. Posteriormente trabalhou numa fábrica, tendo iniciado na secção em que se seleccionava a melhor cortiça para posteriormente ser trabalhada; de seguida, a D. Maria (administrativa) apercebeu-se das suas capacidades e incumbiu-a de realizar as folhas dos salários dos funcionários, ficando responsável por todo o processo de pagamento. Faz questão de realçar que “sempre fui muito boa a matemática e nunca houve nenhum problema durante o tempo que assumiu essa função.”

Aos 18 anos foi mãe pela primeira vez

Aos dezasseis anos de idade, foi trabalhar para o restaurante/pensão daquele que viria a ser o seu futuro marido. Refere com um sorriso no rosto que trabalhar naquele local foi muito importante porque além de ter conhecido o marido e de cedo se apaixonarem, foi também onde aprendeu a cozinhar, sendo a sua sogra a ensinar-lhe muito da arte da cozinha. Desde aquele momento, apaixonou-se pela profissão (cozinheira) e sempre trabalhou na área. Pouco tempo depois, foi morar com o “marido” referindo que nunca se chegou a casar, mas foram muito felizes. Aos 18 anos foi mãe pela primeira vez, tendo posteriormente mais três gravidezes. A primeira filha chamava-se Cristina e nasceu com um problema grave de saúde, falecendo aos 32 anos, três anos após o falecimento do marido.



De seguida foi mãe de Virgílio Manuel, Silvino, Filipe e Paula Susana. O seu filho Filipe também faleceu. Após a morte da filha Cristina, optou por ir para França visto que tinha lá família, sendo que inicialmente iria ficar duas semanas e acabou por ficar seis anos. Quando estava a pensar vir para Portugal o sobrinho, com quem estava a morar, insistiu para que ficasse alegando que lhe arranjava emprego.

“Desenrasquei-me muito bem com a língua porque sou curiosa”

Em poucos dias, conseguiu emprego como cozinheira num restaurante com capacidade para 160 pessoas. Apesar de estar num país onde não dominava a língua, não houve nenhum entrave e teve bastante sucesso, não só ao nível da preparação de refeições, mas também na confeção de bolos e sobremesas. Relata com orgulho: “...desenrasquei-me muito bem com a língua porque sou curiosa e aprendi com eles...”. Tendo em conta que só trabalhava no restaurante até à hora do almoço, durante a tarde tomava conta de crianças. Refere ainda que se arrepende de ter voltado para Portugal, porque se tivesse ficado, provavelmente, teria melhor qualidade de vida. Em 2003 veio para Portugal e foi morar para casa da filha em Corroios, Setúbal. O motivo foi o facto de os seus netos, principalmente, a sua neta pedirem para ela voltar e chorarem bastante com saudades. Após dois meses de estar em Portugal, começou a trabalhar numa Casa de Fado “Tricanita” como cozinheira e permaneceu dois anos. Refere com orgulho que “vinham clientes de toda a parte do país para comer as suas comidas, principalmente, à caldeirada de peixe...; chegou até a ganhar um prémio no Concurso de Gastronomia dos Restaurantes...”. Posteriormente trabalhou noutros restaurantes, mas teve o AVC e mudou por completo a sua vida. Após alguns meses foi convidada para marcar presença num restaurante simplesmente para orientar uma cozinheira, e apesar de não estar com saúde para tal, não desistiu e foi com orgulho que o fez, mostrando ser “uma mulher de armas”.

Filipa Cruz

Aquisição e bênção de nova viatura



O Centro Social da AML adquiriu uma nova viatura descaracterizada e amiga do ambiente, para servir a instituição. Tem sido tradição, desde sempre, proceder à bênção dos meios de transporte desta casa. Assim, no passado dia 6 de janeiro, no final da Eucaristia quinzenal com os nossos idosos, pedimos ao padre José Domingos Oliveira, pároco de Antas, para proceder à sua bênção, algo que aceitou com alegria. Estiveram presentes nesta cerimónia o presidente da direção, alguns dirigentes e utentes.

Campeonato de Boccia Sénior



A diversão, a alegria e a prática de exercício físico estão nos momentos mais simples da vida!!!

Os nossos idosos participaram na primeira jornada do Campeonato de Boccia Sénior de Famalicão 2022/2023, que se realizou no Complexo Desportivo de Vale de São Cosme. Foi um dia cheio de animação e muito exercício, o que prova que a idade nem sempre é um entrave.

Entre os Reis e as Janeiras



Já é tradição na nossa instituição, os nossos seniores cantarem as janeiras e 2023 não foi exceção! Com vozes afinadas espalharam a sua alegria ao nosso presidente, Jorge Faria, desejando votos de um Feliz Ano Novo. Os nossos príncipes e princesas do pré-escolar também deixaram a habitual mensagem de prosperidade, de paz e serenidade, na Casa das Artes de Vila Nova de Famalicão, cantando solenemente os “Reis”, um evento organizado pela nossa Câmara Municipal.

“O Mundo dos Presépios”

No passado dia 16 do mês de janeiro, Jorge Faria, presidente da AML, entregou nas instalações do Centro Social das Lameiras, os prémios do concurso de Natal, intitulado **“O Mundo dos Presépios”**. A iniciativa contou com a presença de todos os participantes inscritos. Estiveram a concurso 18 Presépios. A votação do concurso decorreu em dois moldes, a votação do júri e a votação *online* na página do Facebook da

Associação. O primeiro prémio foi atribuído à equipa Primas Clara e Carlota, que participaram com o tema “Que os nossos



corações sejam guiados pela luz”, o segundo prémio foi atribuído à equipa do CATL, com o tema “Presépio das palavras”, o terceiro prémio foi atribuído à equipa Família Leite, com o tema “Mágico e Encantado”. O vencedor da votação *online* foi David Rola Casais, com o tema “O pequeno presépio de Natal”. Todos os restantes participantes receberam um certificado de participação. A Associação de Moradores das Lameiras, agradece uma vez mais aos participantes e patrocinadores deste concurso: Porminho; Mimarte; Carfoto e Marupiu Pâtisserie.

Costinha recebido no Centro Social

Sérgio Adriano Costa, mais conhecido por Costinha, veio à nossa Instituição, onde foi recebido pelo presidente da direção, Jorge Faria. Costinha foi morador do Edifício das Lameiras, onde praticamente passou a sua juventude e deu os primeiros passos para a vida artística, atuando em várias atividades, mais precisamente para as crianças e idosos da nossa Associação. Mostrava já, aqui a sua veia solidária, tendo mais tarde sido dirigente da nossa Instituição. Nunca esqueceu as suas raízes. É uma prova de superação, trabalhador, resiliente, um exemplo para a comunidade. É com grande orgulho que fazemos parte da sua vida! Sucessos é o que nós te desejamos. Contamos sempre contigo! Um grande abraço, Costinha!



Pequenos e graúdos celebraram o Dia do Pai



O Dia do Pai em Portugal é comemorado no dia **19 de março**, dia de São José, pai adotivo de Jesus e casado com Maria de Nazaré, mãe do filho de Deus. Fizemos alguma pesquisas e descobrimos que a celebração da data varia de país para país. Em 1972 o então presidente americano Richard Nixon oficializou o Dia do Pai nesta data. Consta que a origem da data é atribuída à filha

de um militar que resolveu criar o Dia do Pai motivada pela admiração que sentia pelo seu pai. No entanto, a homenagem de um filho ao seu pai na Babilónia também pode ter dado origem ao Dia do Pai. Isso aconteceu em 2000 a.C. quando um jovem rapaz de nome Elmesu escreveu uma mensagem numa placa de argila, em que desejava saúde, felicidade e muitos anos de vida ao seu pai. Na nossa instituição não quisemos deixar passar o dia em branco, por isso pequenos e graúdos homenagearam todos os pais AML.

Dia Internacional da Mulher

Este dia, assinalado no dia 8 de março, pretende celebrar os direitos que as mulheres conquistaram até ao dia de hoje, relembrando o caminho para a igualdade. Defender causas como o direito ao voto, a igualdade salarial, a maior representação em cargos de liderança, a proteção em situações de violência física e/ou psicológica ou o acesso à educação continuam atuais porque, em vários pontos do globo, esses direitos continuam por cumprir. A direção da AML não deixou este dia passar em branco, oferecendo um miminho a todas as funcionárias e dirigentes femininas. Um pequeno gesto de agradecimento pela excelente entrega que fazem todos os dias à nossa instituição.



Obesidade, doença preocupante



O Dia Mundial da Obesidade assinala-se a 4 de março e foi criado pela Federação Mundial da Obesidade. O propósito deste dia é consciencializar a sociedade sobre esta doença, enquanto se promove a mobilização para a elaboração de políticas que a combatam. A nossa enfermeira Ana Gomes quis assinalar esta data com uma palestra dada aos meninos e meninas do nosso CATL, sensibilizando os sobre esta patologia, bem como formas de prevenção da mesma. No final os meninos agradeceram à enfermeira com uma dança cheia de ritmo.

Inauguração do “JARDIM DA POESIA”



No dia 21 de março, foi inaugurado “O Jardim da Poesia” na AML, como forma de comemoração do Dia Mundial da Poesia. O evento realizou-se no Jardim do Centro Social das Lameiras, contou com a presença do presidente da direção, Jorge Faria e membros dos corpos gerentes da AML, colaboradores(as) e utentes do setor infantojuvenil e seniores. O evento, contou ainda, com a presença do Vereador da Cultura, Pedro Oliveira, que na ocasião salientou importância da poesia na cultura local, bem como, a relevância destes eventos em instituições como a AML. Por fim, agradeceu na pessoa do presidente da direção Jorge Faria a todos os presentes pela participação e reforçou o compromisso do Município em apoiar a arte e a cultura no concelho de Famalicão. Jorge Faria disse que

primeiramente vamos homenagear os poetas dos PALOP, começando por Moçambique com os seguintes escritores: Sónia Sultuane, Delmar Gonçalves, Sebastião Alba, Mia Couto, José Craveirinha, Eduardo White e Jorge Viegas. Esta inauguração foi um sucesso e contou com um recital de poesias, por elementos ligados à AML, Carla Carvalho, Educadora Social do setor dos idosos e dois jovens do CATL, Carolina Guimarães e Tiago Pereira. O recital despoletou na plateia um enorme entusiasmo, com cada poema declamado, tendo proporcionado um momento de inspiração e confraternização entre gerações.

Primavera chegou



O início da primavera em 2023 verificou-se em Portugal a 20 de março, segunda-feira. Anualmente, a primavera acontece entre os dias 20 e 21 de março. Esta estação, que sucede o inverno e antecede o verão, termina entre os dias 20 e 21 de junho. Na primavera temos dias mais ensolarados e secos, além do que a temperatura começa a aumentar. A característica mais marcante dessa altura do ano é mesmo o colorido trazido pelas flores. Os nossos idosos vestiram-se a rigor e foram distribuir alegria por quem encontravam no parque da Devesa, um gesto que despertou vários sorrisos e gratidão por quem ali passava.

Conselho de Moradores reuniu



O Conselho de Moradores do Edifício das Lameiras realizou a sua primeira reunião de 2023 a 07 de março. Nesta reunião foi aprovado o relatório de atividades desenvolvidas pelo Gabinete Social que dá apoio a este edifício e seus moradores, referentes a o ano de 2022. Foram comunicadas as atividades que se irão realizar num futuro mais próximo de forma a serem partilhadas com todos os moradores.

Visita à Rádio Cidade Hoje



No âmbito de um projeto de sala, e depois de uma mãe nos presentear com um rádio, a sala dos 4 anos visitou a rádio Cidade Hoje. Vimos a magia acontecer, de onde sai o som que tanto nos alegra e quem o coloca lá. É incrível como tudo acontece. Foi um dia em cheio. Obrigado por todo o carinho com que nos receberam.

DE PORTA EM PORTA FEZ-SE QUARENTA

A porta foi identificada como local de encontro
Ponto de chegada e partida do grupo solidário
Dois a dois de patamar em patamar em pronto
Olhar feito memória que também era itinerário

Cada patamar de 30 casas naquela noite de breu
Truz, truz, truz para quem não tinha campainha
Primeiro trupas tu e esperamos depois trupo eu
Cada um à porta do lado bateu de mão levezinha

Voz de meiguice e ternura do nada ali se fez ouvir
Os que tinham davam e os que não tinham pediam
Mas que bela experiência entre os pobres a dever
Chegara o tempo de distribuir aos que não tinham

Iniciou-se entrega pelos mais pobres sem haveres
Sem fogão e camas, apenas colchão, mantas e chão
Vergonha e mais vergonha na casa nova sem teres
Faltava tudo naquela casa: comida, roupa e sabão

Não faltavam crianças que eram muitas a brincar
Pelas escolas da cidade tiveram de se espalhar
Com a fome a acompanhar e as outras a ajudar
Deram-se livros e gostos para a casa a decorar

Era só mais uma ajuda até chegar a nova mobília
À noite o ponto de encontro continuava a dividir
Por aqueles e aquelas que de dia faltava a alegria
Eles e elas sem nada pedir também não criam iludir

Há quarenta era um tempo que fazia os momentos
A sabedoria dizia e repetia que amanhã era outro dia
E assim acontecia, eles cresciam e ofereciam talentos
Era um receber e oferecer participação com galhardia

Porta em porta se fazia comunidade com saber e arte
As famílias descobriram que não era apenas receber
Elas também tinham para dar com alegria a sua parte
O emprego expandia-se e também ajudava a oferecer

O grupo cresceu, a comunidade aprendeu e percebeu
Que as mãos dadas são portas abertas já sem medo
Surgem convites a entrar para conversar com cada eu
Que és tu e sou eu, que realizamos o sonho logo cedo.

José Maria Carneiro da Costa