

# LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL E INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DAS LAMEIRAS

Diretor: José Maria Carneiro da Costa

Distribuição gratuita

## Quem Diria?



**COVID-19**  
**encerrou setor infantojuvenil**



**Arte & Cultura**  
**Coesão Comunitária**

Pág. 5



**Lições rimadas**

Pág. 6



**Com coragem e força de vontade**  
**reconstrui a minha vida**

Pág. 9

### LAMEIRAS - NOTÍCIAS Págs. 10/11

- AML integra direção da UDIPSS-BRAGA no quadriénio 2020-2023;
- Pingo Doce, loja de Calendário entregou prémio “Bairro Feliz”;
- Premiados da exposição: “Sonho com uma árvore de Natal sustentável”;
- Troca de boas práticas entre Projetos internacionais de Ecobairros;
- Teia da amizade;
- Carnavais de todas as idades e a Semana Mais Louca;
- Com afeto e amor o futuro será grandioso;
- Crianças estudam e fazem experiência do Vulcão;
- O COVID -19 lançou novos desafios;
- Enquanto dormias... (última)

**LAMEIRAS**

BOLETIM CULTURAL  
E INFORMATIVO  
DA ASSOCIAÇÃO  
DE MORADORES  
DAS LAMEIRAS

**PROPRIETÁRIO  
E EDITOR**

ASSOCIAÇÃO  
DE MORADORES  
DAS LAMEIRAS  
NIPC: 501 455 752

**DIREÇÃO**

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

**DIRETOR**

José Maria  
Carneiro da Costa

**REDAÇÃO**

Carla Faria  
Ricardo Ribeiro  
Carla Gonçalves  
Carla Carvalho

**Colaboraram neste  
número**

Jorge Faria, Tony Neves,  
Artur Teixeira, Luisa Händel,  
Ricardo Ribeiro, Isaura  
Costa e Filipa Cruz

**REVISÃO**

Jorge Faria

**ADMINISTRAÇÃO**

Jorge Faria,  
António 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:**

<http://amlameiras.pt/boletim-estatuto-editorial>

[www.amlameiras.pt](http://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  
4760-026 V. N. Famalicão

Telef. 252 501 700  
Fax 252 501 709

Correio eletrónico: [geral@amlameiras.pt](mailto: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](mailto:geral@oficinasajose.pt)

# Quem diria?

**N**unca na minha vida me passou pela cabeça, que um dia iria escrever o editorial deste boletim, sobre uma pandemia, quase repentina, para deixar registado para a história, alguns dos aspetos como a humanidade e governos foram apanhados desprevenidos, sem os meios eficazes para a combater. Abateu-se de tal forma, que nem o Centro Social desta Associação, escapou e teve que encerrar portas do setor infantojuvenil, desde 16 de março, tal como todas as escolas e universidades do país, adaptando o funcionamento das outras respostas sociais, para proteger os idosos e as pessoas que com eles trabalham todos os dias.



Esta pandemia apareceu, em finais de novembro de 2019, da cidade de Wuban, na China e rapidamente se propagou a todo o planeta, mas de uma forma mais castigadora à Europa, de que fazemos parte. Ninguém tem escapado a esta onda da doença, separação, desconfiança, dor e morte. De um momento para o outro obrigaram-nos, e bem, a ficar confinados à nossa residência, limitados nos espaços, nos percursos e nas reuniões, longe daqueles que nos são queridos. Os países pararam e muitos deles, como Portugal, declararam o Estado de Emergência, com fronteiras, transportes, bares, cafés e comércio fechados, obrigando as pessoas a mudar de comportamentos.

Este primeiro trimestre de 2020, ficará marcado e registado no tempo e na história da humanidade, em plena era digital, como aquele em que um pequeno bichinho, com o nome de “corona vírus – covid 19”, apareceu de forma invisível, apenas visto com a ajuda de microscópios, no corpo de seres humanos de todas as idades, disseminando-se com facilidade, de pessoa a pessoa, através das vias respiratórias, com a finalidade (digo eu) de dar cabo da raça humana.

Quando olho para o Arco-íris que identifica, desde 2017, no principal outdoor e nos pendões externos da AML, o plano trianual desta Associação, com o título “Sonhos com Vida” e vejo agora, em muitas janelas, esse mesmo arco-

-íris a dizer que “tudo vai ficar bem”, estava longe de imaginar, que passados três anos o mesmo arco-íris estava mais atualizado do que nunca. Este símbolo, criado pela equipa técnica da AML e aprovado pela direção, faz-me lembrar um sinal de paz e bem-estar, de sonhos e novas vidas, emitido após muitas outras pragas ou pestes, terem martirizado a humanidade, que a história nos recorda. A narrativa do “Arco” está contada no livro do Génesis (Gn 10, 12-17), primeiro livro da Bíblia, como sinal de harmonia entre o céu e a terra, entre Deus e a humanidade.

Neste pouco tempo, de tamanha pandemia entre nós, começam a ser revelados, novamen-

te, alguns estudos de homens e mulheres da ciência, que analisam constantemente o clima e que vinham chamado a atenção, para as agressões que os seres humanos provocam no ar que respiramos, na terra que calcamos e nos suporta e no mar que nos dá a água e o peixe. Ora passados uns meses, depois de identificada esta pandemia, o ar está mais limpo em cerca de 70%, a terra respira melhor e a água do mar está mais límpida, enquanto cada ser humano pode desfrutar melhor destes bens. A vida que era feita de correrias e sem tempo para cuidar uns dos outros, a começar pelos da casa, ofereceu tempo para todos, ajudou a apreciar, de uma forma mais adequada, os afetos, a alegria de estar juntos e a reinventar novas formas de comunicar, de ajudar e fazer solidariedade. A economia que está pensada apenas para dar lucro a alguns, começou a perceber que com pessoas paradas e desempregadas, não funciona!

Na altura que escrevo este editorial, ainda está por determinar quanto tempo isto durará e as consequências que trará, quer para a vida das pessoas, quer para as instituições e empresas. Uma coisa é certa: temos que estar sempre preparados, pois “nunca sabemos o dia e a hora” em que as coisas acontecem. Acredito que depois disto tudo temos a obrigação de sermos melhores.

*José Maria Carneiro da Costa*



# Surfar na crista da onda

## A QUATRO MÃOS em clave de Fá.... Em Roma

Há tempestade no mar da vida e parece que não tomamos a sério o provérbio do povo que diz 'quem vai para o mar, avia-se em terra!'. Não, não estamos preparados para enfrentar tamanha tempestade! O Papa Francisco, neste período crítico da história, tem dado o corpo às balas e protagonizado momentos únicos. Quem acharia possível ver o Papa a passear sozinho na Via Del Corso, a grande rua comercial que tem sempre milhares de pessoas? E andou por ali, a pé, porque foi até à Igreja de S. Marcelo onde está o crucifixo perante o qual a cidade pediu a Deus o milagre de escapar à peste que dizimou parte da Europa no sec. XVI. Roma foi poupada. Também foi até à Basílica de S. Maria Maior pedir a proteção da Padroeira da Cidade, Nossa Senhora.

## Um crucifixo banhado pelas lágrimas do Céu

Ora, sexta feira (27 de março), foram estas imagens que 'passaram' até à Praça de S. Pedro. O jornalista Octávio Carmo resumiu bem: 'Um crucifixo banhado pelas lágrimas do Céu. Os sinos do Vaticano misturados com as ambulâncias de Roma. O Papa percorrendo, sozinho, a Praça de São Pedro, para levar um abraço de esperança ao mundo. A oração extraordinária (em todos os sentidos) desta sexta-feira, por causa da pandemia da Covid-19, vai ficar na nossa memória, durante muitos anos. Com uma mensagem fundamental: estamos todos no mesmo barco e ninguém se salva sozinho'. Boa parte do mundo parou, pois muitas televisões e sites transmitiram em direto. Vimos o Papa a subir até à plataforma das missas campais e audiências das quartas feiras. À chuva sem guarda-chuva, cansado, a coxear, rasgando uma Praça de S. Pedro completamente vazia. Esta será uma imagem que as retinas e corações guardarão para sempre como preocupação profunda de um Papa pelos habitantes deste mundo a navegar em dias de tempestade. Parecia uma alpinista a trepar uma montanha, tal a solidão e a dificuldade do caminhar...

## Há imagens que falam alto e calam fundo

Cada um deve entrar no campo de batalha com as melhores armas que tem. A Igreja acredita na força da oração e da comunidade. Devemos viver de mãos dadas e mãos juntas. Num dia em que morreram 959 pessoas em Itália com o covid, esta oração do Papa ganhou mais força e sentido. Há imagens que falam alto e calam fundo: numa praça vazia, a televisão mostrou, ao fundo, como únicos 'presentes', os polícias e os sem-abrigo. Marcou-me ainda o longo silêncio de adoração, difícil de cobrir em televisão, mas transformado em momento forte desta celebração que foi de bênção 'urbi et orbi', ou seja, para a cidade de Roma e para o mundo inteiro. O Papa escolheu como Evangelho o texto da tempestade acalmada. Cristo vai no barco com os discípulos, levanta-se uma tormenta e Jesus dorme. Os viajantes acordam-no e ele acalma a tempestade, pondo em causa a fé destes homens, na sua maioria, pescadores do Mar da Galileia.

## Estamos no mesmo barco

Foi forte o comentário do Papa, pois evocou os nossos medos, a nossa fragilidade, sobretudo em tempos de mar encrespado. Surfamos, muitas vezes, nas cristas das ondas, sem prancha nem conhecimento do mar. Estamos na mesma barca, frágil, mas Deus não desiste de nós e da nossa fragilidade há-de fazer força. Só que não nos irá substituir, continuará a confiar nos nossos talentos, nos compromissos de uma solidariedade praticada que deve ser a imagem de marca dos humanos. Hoje não se esperam grandes discursos, mas ação imediata. É tempo de distinguir o necessário do dispensável, há que partilhar o sofrimento dos doentes, das suas famílias que desesperam, dos pobres que se sentem descartados pela nossa indiferença. Estamos no mesmo barco, embora alguns julguem que andam de iate enquanto outros navegam em cascas de nozes. A verdade é que sozinhos afundaremos. E, sobretudo, quando a barca regressar a terra, que atraque num porto novo, que tudo seja diferente a partir de amanhã, que governos e instituições olhem mais para as pessoas, pois elas são e serão sempre o melhor do mundo.

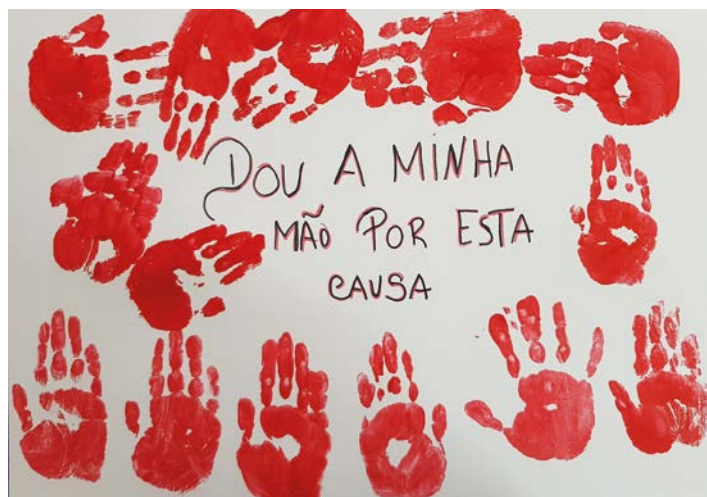
*Tony Neves Cssp e Artur Teixeira CMF*  
Foto: DR

# Crianças e Sêniores da AML cantaram os reis

A festa dos reis foi celebrada na AML, no dia seis de janeiro, incluiu crianças e sêniores. As crianças encheram a Casa das Artes e percorreram também o comércio tradicional e os idosos iluminaram o pavilhão municipal das Lameiras. De salientar que três dos nossos sêniores figuraram como reis magos no cantar dos reis das crianças. Esta é uma tradição muito valorizada pelos mais novos e pelos mais velhos porque, estes em especial os mais velhos, revivem bons momentos da sua infância. Estas são atividades muito acarinhadas pela comunidade, sendo sempre bom iniciar o ano com esta alegria contagiante. Este é o modo também de fomentar o convívio e atividade física entre crianças e idosos, sendo também de extrema importância manter as tradições “vivas”.



# Dia da mão vermelha, contra a guerra



No dia 12 de fevereiro, foi assinalado no Centro Social o dia da Mão Vermelha, para dar a conhecer às nossas crianças o significado deste dia: este dia surgiu em 2002 por iniciativa da ONU, precisamente a 12 de fevereiro, com a instituição do Protocolo Facultativo à Convenção sobre os Direitos da Criança, assinado por mais de 100 países. Tem por objetivo apelar a todos os líderes políticos e militares para deixarem de recrutar crianças para a guerra. O recrutamento de crianças e adolescentes para a guerra é uma realidade em vários países do mundo, surgindo a data como uma chamada de atenção internacional para esta situação. Apesar da existência de convenções internacionais contra o uso de crianças na guerra, estima-se que o número de crianças soldados espalhadas pelo mundo anda entre 300 e 500 mil (entre elas um terço são raparigas).

# Ao encontro da Solidariedade na Refood

Os alunos da sala dos 5 anos do pré-escolar da AML, realizaram mais uma iniciativa do calendário dos desejos. No dia 20 de janeiro foram à Refood de Famalicão, ver como funciona esta organização de solidariedade, que ajuda muitas famílias em situação de vulnerabilidade, a partir das recolhas de alimentos confeccionados em excesso, na rede de restaurantes e afins do nosso concelho, aderentes a esta iniciativa. Num clima de boa disposição e acima de tudo de assimilação de valores fundamentais para o seu crescimento e desenvolvimento, todos os nossos meninos e meninas ajudaram a preparar as “entregas” daquele dia. Um obrigado especial às e aos colaboradores e voluntários/as da Refood por esta oportunidade que deram à sala dos 5 anos e pela ajuda que dão a inúmeras famílias do nosso concelho.



*Carla Gonçalves, Luísa Händel e Ricardo Ribeiro*

# Arte & Cultura

## Coesão Comunitária

**O projeto MARC@S, coordenado pela AML, entrou na sua primeira fase de implementação, percorrendo todas as Comissões Sociais Inter-freguesias, ajudando os diferentes parceiros a identificar uma marca identitária nas suas comunidades.**

Este é um projeto de âmbito cultural e artístico que pretende trazer a mensagem das diferentes Comissões Sociais Inter-freguesias (CSIF) para a rua, dando a conhecer um pouco mais do magnífico trabalho que realizam de forma voluntária, e que de certa forma parece invisível. Esta intervenção vai dar a conhecer valores, causas ou projetos que são trabalhados na área geográfica de cada CSIF. O projeto “MARC@S” visa essencialmente identificar uma marca identitária nas comunidades que se inserem nas Comissões Sociais e que se potencie através dessa marca a coesão comunitária, tornando também visível o trabalho de cada uma longo destes 20 anos.

### Estado de maturação e de desenvolvimento

As diferentes formas de arte conjugadas com a experiência de intervenção social podem criar “MARC@S” de vida que se destaquem na nossa comunidade. “MARC@S” que valorizem o que de bom é feito e, ao mesmo tempo, “MARC@S” que nos reavivem a memória para o que de menos bom existe ou que devemos melhorar enquanto comunidade. A AML desde sempre pretendeu deixar uma MARCA diferenciada na vida das pessoas. Neste sentido e no seguimento de um trabalho quase paralelo nos últimos 19 anos, entre a AML e a Rede Social, vemos como premente salientar e assinalar, determinadas “MARC@S” da vida das comunidades e também de valores que, quer a AML, quer a Rede Social, trabalharam e trabalham desde o primeiro momento como a não discriminação, não-violência, a sustentabilidade ambiental, a intergeracionalidade, entre outros valores/causas.

### Um projeto em rede, de pessoas para as pessoas

Este projeto prevê um conjunto de parcerias que se traduzem numa mais-valia quer para as diferentes instituições cooperantes, como para a economia e comunidades locais, designadamente, com a participação das seguintes instituições, que assumiram uma componente executiva específica. São parceiros da AML neste projeto, a Casa ao Lado, a Escola de Artes - ACE, a ARG A Tintas, Casa das Artes, Pelouro da Cultura, Rede Social, o Gabinete Territorial Integrado, todos os parceiros das CSIF e a comunidade.

### Atividades a desenvolver e modo de implementação:

O projeto está previsto para contemplar 4 fases: 1ª Fase, apresentação do projeto e auscultação das comunidades/csif na identificação das suas MARC@S; 2ª Fase, formativa (workshops de artes plásticas e teatro com o público-alvo);



3ª Fase, intervenção, criação das obras de arte que identificam as MARC@S de cada comunidade (pintura, murais, esculturas e curtas-metragens); 4ª Fase, encerramento do projeto com apresentação pública das diferentes criações; Nesta primeira fase, de auscultação, temos sido “surpreendidos” pelas brilhantes ideias que estão a surgir para que de forma artística se passe uma mensagem sobre o trabalho das CSIF nos territórios. Este projeto pretende ser uma ferramenta/instrumento de comunicação artística onde será sempre feito um trabalho de pessoas para as pessoas, que pretende fomentar o envolvimento entre a CSIF e a comunidade através da arte. Ao mesmo tempo, pretende demonstrar que estar envolvido na comunidade onde se vive dá um sentido de pertença e de vida diferente a todos. Ao longo deste ano poderão acompanhar nas nossas páginas da internet e facebook a concretização deste projeto que surge no âmbito do Programar em Rede 2019, uma iniciativa da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão.

*Ricardo Ribeiro*



**O médico José Manuel Gonçalves Oliveira, diretor dos serviços de pediatria e neonatologia do Centro Hospitalar do Médio Ave (CHMA) de Vila Nova de Famalicão e Santo Tirso, esteve na Associação de Moradores das Lameiras no passado dia 20 de fevereiro, para apresentar o seu livro intitulado “Lições Rimadas”**

Conhecido na cidade de Vila Nova de Famalicão como o doutor Oliveira, este médico tem um carinho especial para com as crianças a quem tem dedicado a sua vida. Não se tem limitado às paredes dos hospitais onde trabalha, mas gosta de ir ao encontro das realidades infantojuvenis. Desta vez tivemos a alegria de o receber no Centro Social das Lameiras, uma instituição que ele próprio classificou como de “primeira linha e de excelência”. O doutor Oliveira teve a amabilidade de vir contar histórias às crianças do setor infantojuvenil. E não uma história qualquer, foram histórias e contos do seu próprio livro: “Lições Rimadas”, que encantaram as crianças.

#### “Uma instituição de 1ª linha e excelência”

Na hora de se despedir o doutor Oliveira enalteceu o bom trabalho desenvolvido pela AML em prol das crianças que diariamente acolhe e ajuda a crescer e a educar e que ele mesmo considera de “primeira linha e de excelência”. Jorge Faria, presidente da AML, na altura da despedida referiu que “ouvir estas palavras de quem trabalha todos os dias com crianças, e sabe perfeitamente quais as condições essenciais para o seu bom desenvolvimento e bem-estar, reforça a certeza de que a AML está a trilhar o caminho certo e que temos os melhores colaboradores.” O presidente da AML deixou um obrigado especial ao doutor Oliveira por ter cedido um pouco do seu tempo para estar com as crianças da AML e conhecer a instituição.

*Ricardo Ribeiro*

## Dia Internacional da Mulher



MARÇO

«A mulher não é só casa  
mulher-loiça, mulher-cama  
ela é também mulher-asa,  
mulher-força, mulher-chama.

E é preciso dizer  
dessa antiga condição  
a mulher soube trazer  
a cabeça e o coração.

Trouxe a fábrica ao seu lar  
e ordenado à cozinha  
e impôs a trabalhar  
a razão que sempre tinha.

Trabalho não só de parto  
mas também de construção  
para um filho crescer farto  
para um filho crescer são.

A posse vai-se acabar  
no tempo da liberdade  
o que importa é saber estar  
juntos em pé de igualdade.

Desde que as coisas se tornem  
naquilo que a gente quer  
é igual dizer meu homem  
ou dizer minha mulher.»

*Mulher, de Ary dos Santos*

# 8 milhões de euros para reabilitação do centro urbano



**A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão vai avançar para uma nova fase da renovação do centro urbano. A proposta para a abertura do concurso público internacional com o valor base de oito milhões de euros, foi aprovada no dia 13 de janeiro, em reunião do executivo municipal. A esta intervenção junta-se o Mercado Municipal já em execução, no valor de 3,9 milhões de euros.**

Designada “Espaços Públicos da Área Central da Cidade – Mobilidade e Reabilitação”, a empreitada, com um prazo de execução de um ano, irá abranger o quarteirão urbano localizado entre as praças D. Maria II e Mouzinho de Albuquerque e ruas adjacentes, dotando-as de mais e melhores zonas sociais e simultaneamente mais espaços para peões e para os modos de transporte suaves.

## Centro urbano mais atrativo

Mobilidade e reabilitação são, de resto, as palavras de ordem desta intervenção que pretende acima de tudo criar “um centro urbano mais atrativo, sustentável e acessível” como destacou o presidente da Câmara Municipal, Paulo Cunha. Para o autarca o centro urbano “é uma área vital para Vila Nova de Famalicão e para os famalicenses que merecem uma obra desta dimensão”. “Trata-se de um projeto de excelência que permitirá construir naquela zona uma área muito qualificada para o futuro do nosso concelho”, adianta ainda Paulo Cunha. Refira-se que a intervenção inserida no âmbito do Plano Estratégico de Desenvolvimento Urbano foi tema de uma ampla participação pública, tendo o projeto final contado com o contributo dos famalicenses. “É um projeto arrojado, que consideramos que vai de encontro àquilo que é a vontade genuína dos famalicenses desde os comerciantes aos cidadãos, às pessoas que vivem na zona da cidade e a todos que a frequentam”.

## Circulação partilhada com prioridades para o peão

Em linhas gerais, a proposta vai no sentido de ampliação para norte e para sul, da Praça D. Maria II, com a supressão ao trânsito automóvel dos dois topos, e da requalificação

de todas as artérias envolventes que terão um perfil único de circulação partilhada, com prioridade para o peão. Os efeitos esperados são a melhoria da qualidade de vida das populações residentes, uma maior atratividade da cidade, reforço da rede pedonal e ciclável complementada com o uso de transportes públicos, melhoria ambiental e qualificação dos espaços de utilização pública. As pessoas ganham espaço, os carros perdem terreno, mas permanecem e o estacionamento, em igual número ao existente, passa a estar organizado e concentrado nos dois parques situados no centro, na Praça D. Maria II, com 107 lugares de estacionamento tarifado, como atualmente, e Mouzinho de Albuquerque, com 184 lugares de estacionamento gratuito, mais quatro do que os existentes.

## Parques de estacionamento gratuitos

Para além disso, os famalicenses irão dispor de um conjunto privilegiado de parques de estacionamento gratuitos situados na proximidade do centro como os que estão às entradas do Parque da Devesa. A partir da conclusão do conjunto de intervenções será então possível aos famalicenses e visitantes da cidade deixarem as suas viaturas a escassos metros do centro e vivenciarem o espaço público de forma pedonal e social. “É todo um novo paradigma urbano que se pretende implantar no núcleo central de Vila Nova de Famalicão que permitirá a fruição do espaço público de acordo com os novos estilos de vida sociais e que vai preparar a cidade para o futuro que a comunidade quiser”, assinala ainda Paulo Cunha.

**Isaura Costa**  
(Gap)

# Estação Rodoviária, junto às Lameiras, vai ser renovada



A Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão vai avançar com obras de reabilitação profunda no atual Centro Coordenador de Transportes, uma das principais portas de entrada da cidade e do concelho. O anúncio foi feito no dia 13 de janeiro, durante a reunião do executivo municipal, com a aprovação da abertura de concurso público para a realização da empreitada que vai implicar um investimento de perto de três milhões de euros.

A infraestrutura que conta já 27 anos – foi inaugurada em 1992 – passará a chamar-se Estação Rodoviária de Passageiros e irá beneficiar de um conjunto de melhoramentos, tendo em vista a criação de um espaço mais moderno, multifuncional e mais confortável e cómodo para os passageiros. Um dos objetivos é incentivar a utilização dos transportes públicos, reforçando-se a articulação com a Estação Ferroviária de passageiros.

## Conforto e comodidade para os passageiros

Segundo Paulo Cunha, presidente da Câmara Municipal, “o que está em causa é uma intervenção estrutural. Todo o edifício vai ser melhorado”. Para o autarca “é fundamental criarmos condições de conforto e comodidade para estimularmos a mobilidade e o uso de transportes públicos, para que os cidadãos possam mais facilmente aderir aos mesmos”, assinalou referindo que “queremos cada vez mais pessoas a utilizar os transportes públicos e esta intervenção é decisiva para que isso aconteça.”

## Novo espaço lúdico, social e cultural

“Quando a obra ficar concluída teremos um espaço mais condigno, mais apazível, mais multifuncional. Não só

ao nível da mobilidade, mas também como espaço lúdico, social e cultural”, acrescentou, salientando que “para além da função de terminal e ponto de correspondência de transportes públicos rodoviários de passageiros, a estação exerce outras funcionalidades, como comércio e serviços aos passageiros, constituindo uma importante centralidade urbana”.

Depois de escolhida a empresa de construção e de todos os procedimentos legais, a empreitada terá um prazo de execução de um ano. Entre as várias intervenções destaque para a colocação de uma nova cobertura no cais e frente sul da estrutura; remodelação das áreas de comércio e serviços, com a reformulação de montras e libertação da área de acesso ao cais de embarque; colocação de apoios para o estacionamento de bicicletas e de novo mobiliário, e conceção de sinalética, de acordo com a nova imagem concebida para a central e reorganização das bilheteiras, concentrando a venda de todas as viagens no mesmo balcão.

*Isaura Costa  
(GAP)*



# “Com muita coragem e força de vontade consegui reconstruir a minha vida”.

## Memórias de Maria Virgínia Ferreira Silva (78 anos)

Maria Virgínia Ferreira da Silva nasceu no dia 19 de novembro de 1941, na freguesia do Louro, em Vila Nova de Famalicão. Casou aos 22 anos com Manuel de Jesus Rodrigues Louro e teve três filhos: Clara, Cristina e outro filho que faleceu com cerca de um mês.

### Entre Portugal e Moçambique

Maria Virgínia relata que apesar de ter nascido em Portugal, foi para Moçambique, mais concretamente para a cidade da Beira, com a mãe e os irmãos por volta dos treze anos; foram ter com o pai que já se encontrava lá a trabalhar nos caminhos-de-ferro. Viveu em Moçambique cerca de 15 anos, casou lá e os filhos nasceram na antiga Rhodésia, hoje Zimbabué. Ainda em Moçambique exerceu as profissões de telefonista na força aérea e secretária nos para-quedistas, realça ainda, com grande satisfação, que foi miss Beira-Moçambique, com 20 anos. Segundo a mesma, partiu da Rhodésia para o Canadá, e posteriormente veio novamente para Portugal com as filhas, mais concretamente para a cidade de Faro. Em Faro exerceu a profissão de assistente no bloco operatório do Hospital do Algarve. Relativamente à relação com o marido, refere que “não tive um casamento feliz, fui vítima de violência doméstica durante alguns anos”. Esta relação terminou quando a dona Virgínia presenciou a relação extraconjugal do marido com a sua melhor amiga. Tendo em conta que foi um divórcio litigioso, o marido e a amiga fugiram para a Austrália, deixando-a sem qualquer tipo de recursos e com as filhas a seu cargo. Nessa altura, esteve internada seis meses em psiquiatria e as filhas foram pra uma instituição. Posteriormente teve alta e “com muita coragem e força de vontade consegui reconstruir a minha vida”.

### Gosta de gatos, animais pelos quais tem um carinho muito especial

Passados alguns anos (1985) veio para Vila Nova de Famalicão e foi morar para o Edifício das Lameiras. Trabalhou como dama de companhia da tia do antigo primeiro-ministro “Sá Carneiro”, a senhora chamava-se D. Beatriz Sá Carneiro e na Santa Casa da Misericórdia



de Famalicão. Entretanto o estado de saúde de seu pai agravou-se, teve que se despedir e vir para casa tomar conta dos pais visto que estavam os dois doentes; o pai com patologia cardíaca e a mãe com a diabetes. Passados cerca de sete anos a olhar pelos pais, estes faleceram e a dona Virgínia ficou sozinha, tendo em conta que as filhas já tinham constituído as suas próprias famílias. Nessa altura, ocupava o tempo a passear pela cidade, a ajudar os vizinhos e as amigas, e dedicava-se aos gatos, animais pelos quais, ainda hoje, tem um carinho muito especial. Em 2010 integrou a resposta social de Apoio Domiciliário para alimentação, de referir, que nem sempre realizava as refeições como deveria. De seguida, em 2017 com o incentivo das filhas integrou a resposta social de Centro de Dia, demonstrando algumas dificuldades relativamente ao facto de permanecer no interior da instituição o máximo de tempo possível. Em junho de 2018, a D. Virgínia teve uma queda nas escadas do edifício das Lameiras e fraturou o fémur, estando durante algumas semanas acamada. Teve aproximadamente um ano e meio de internamento, entre os hospitais de Braga, de Famalicão e uma unidade de cuidados continuados. Integrou a resposta social de ERPI da AML em janeiro de 2019. Neste período as filhas sentiram necessidade de dar à mãe um acompanhamento mais próximo e personalizado, sendo que uma se encontrava em Singapura com o marido a trabalhar, regressando de imediato para Portugal, onde permanece até hoje. A evolução da dona Virgínia ao nível da saúde demonstrou-se bastante favorável, tendo adquirido a sua autonomia e faz questão de auxiliar os outros utentes sempre que necessário.

Para terminar, refere que gosta muito de morar na instituição e que apesar de gostar de morar na sua habitação, tem noção que não tem condições de estar lá sozinha e que as filhas têm as suas vidas.

*Filipa Cruz*

## AML integra direção da UDIPSS-BRAGA no quadriénio 2020-2023



No passado dia 16 de janeiro, teve lugar em Braga o ato de tomada de posse dos órgãos sociais da UDIPSS-BRAGA para o quadriénio 2020-2023. A AML, continuará a fazer parte da direção na pessoa da sua vice-presidente, Carla Sofia Sant'ana Afonso Ribeiro Faria, que continuará como 1ª secretária da direção. De salientar que do concelho de Famalicão, estarão mais três instituições representadas nos órgãos dirigentes da UDIPSS: Provedor da Santa Casa de Misericórdia de Famalicão, Rui Maia; presidente da Associação Gerações, Mário Martins e presidente da Engenho, Manuel Augusto Araújo. A nova direção, que continua a ser liderada pelo cónego Roberto Mariz, terá como grande desafio para os próximos anos a valorização e reconhecimento do impacto do trabalho realizado pelo setor social (IPSS) no país, especificamente no distrito de Braga.

## Pingo Doce, loja de Calendário entregou prémio “Bairro Feliz”



A Associação de Moradores das Lameiras, recebeu no passado dia 7 de janeiro, o material relativo ao prémio “Bairro Feliz”, uma iniciativa a nível nacional da cadeia de hipermercados Pingo Doce. A causa da AML, que foi a mais votada, teve como objetivo a aquisição de nebulizadores, cadeira de rodas, calcanheiras, colchão anti escaras e cadeira higiénica para os Idosos do Lar e Centro de Dia. Pela importância que representa a saúde física e mental na vida de todos, este apoio ajudará os idosos a cultivar o seu bem-estar pessoal e motivá-los a dar vida aos sonhos por realizar, que ainda trazem consigo e que é missão da AML os ajudar a concretizar.

## Premiados da exposição: “Sonho com uma árvore de Natal sustentável”

No passado dia 10 de janeiro, no Centro Social das Lameiras, ficaram a conhecer-se as árvores premiadas da exposição “Sonho com uma árvore de Natal sustentável 2019”. Jorge Faria, presidente da AML, deu os “parabéns a todos os participantes, pois conseguiram demonstrar toda a sua criatividade ligada com o espírito de natal. O que se viveu



nesta quadra natalícia foi muito especial, passaram uma mensagem de amizade, entreajuda e alegria a todos nós”, referiu. No momento da revelar os premiados, Jorge Faria deixou “um obrigado especial aos amigos que a AML tem na Casa ao Lado, que abraçaram o difícil desafio de serem os jurados desta 1ª edição do concurso”. Vários dos participantes e seguidores da página de facebook da AML deixaram o pedido para que haja uma 2ª edição. Jorge Faria deixou essa possibilidade em aberto tendo em conta o sucesso desta primeira edição. A classificação final foi a seguinte: 1º – Sala dos 5 anos “A árvore mágica”; 2º – CATL “Natal mágico, um planeta, uma vida”; 3º – Gabinete médico “Sonhos com saúde”. O prémio internet/votação público – foi para a Sala dos 4 anos “Famílias de sonho”. Menções Honrosas - “Um sonho, uma voz!” e “Natal na casa de cartão”

## Troca de boas práticas entre Projetos internacionais de Ecobairros



No âmbito do Projeto Ecobairro, iniciado em 2010 e que ainda continua presente no Edifício das Lameiras, recebemos no passado dia 3 de fevereiro uma visita internacional. Lara Freitas, co-fundadora do Programa Permanente Ecobairro do Brasil, voluntária em prol da sustentabilidade e regeneração urbana, que está no terreno desde 2004 visitou o Complexo Habitacional das Lameiras. Lara Freitas veio de S. Paulo (Brasil) para conhecer a metodologia do nosso projeto Ecobairro e levou também na “bagagem” toda a experiência de trabalho adquirida por esta associação de moradores. Para além das boas práticas partilhadas, também deixou uma série de ideias e conhecimentos de ações já realizadas no Brasil. Ficaram abertas as “portas” para novas iniciativas.

## Teia da amizade



No dia da amizade, (14 de fevereiro), em algumas salas do Pré-escolar, realizou-se uma atividade que “juntou” os meninos para falarem sobre a amizade. Com um novo

de lã, cada menino quando o tinha na mão, falava sobre o que era a amizade, passando depois para um amigo até se construir uma Teia – a Teia da Amizade. Esta mostramos o que realmente é importante na amizade, os amigos.

## Carnavais de todas as idades e a Semana Mais Louca



Num maravilhoso dia de sol, aquele dia 21 de fevereiro em que as nossas crianças “correram” o Carnaval de Vila Nova de Famalicão, levando uma contagiante alegria e boa disposição às várias ruas da cidade. A festa começou logo pela manhã no Centro Social e saiu à rua da parte da tarde. Foi mais um dia em que todas as crianças foram aquilo que sonham ser, desde os super heróis, às mais variadas profissões. Depois, no dia 24 foi a vez dos nossos séniores. A festa começou dentro da AML, mas as nossas “abelhas obreiras” não resistiram a um lindo dia de sol e saíram à rua. Na companhia do seu apicultor encheram o pavilhão municipal de alegria, boa disposição e muito mel com os trajes realizados pelos próprios. Esta alegria e magia do Carnaval, deu azo à semana mais louca de sempre! Para isso, as crianças, adultos e idosos trouxeram os adereços pedidos conforme os dias a celebrar. Desde o dia do penteado mais louco, dia da gravata, dia dos óculos, dia da t-shirt mais louca e nos últimos dias foram dias da fantasia livre de carnaval onde todos brincaram ao carnaval. Assim devem ser todos os dias das nossas vidas, preenchidos com entusiasmo, alegria, animação, amizade e risos.

## Com afeto e amor o futuro será grandioso



O setor da terceira idade convidou as crianças do nosso centro para em conjunto assinalarem o dia dos afetos. Num ambiente de festa partilharam presentes, sorrisos, abraços, beijinhos e, acima de tudo, desenvolveu-se a afetividade entre as diferentes gerações, algo que já faz parte do ADN do dia-a-dia desta casa. No mesmo dia, o setor infantojuvenil realizou a Feira dos Afetos onde todos os utentes, familiares e colaboradores, puderam levar um “miminho” para quem mais gostam. No

CATL este dia começou logo pela manhã com as crianças e jovens a cumprimentarem-se com um abraço, um aperto de mão ou simplesmente, com um lindo sorriso. Da parte da tarde os mais crescidos interagiram com os idosos, onde não faltaram cantigas, danças e troca de mensagens, percebendo assim que com ternura e carinho o mundo é harmonioso. Com afeto e amor o futuro é grandioso. O dia terminou com um jantar onde só reinou a alegria e boa disposição.

## Crianças estudam e fazem experiência do Vulcão

A realização, no passado dia 5 de março, de experiências de ciência e geologia na sala dos 5 anos do pré-escolar, despertaram a curiosidade das crianças que provocou muito entusiasmo e interesse sobre o Vulcão. Começaram por conhecer os vulcões, onde existiam, como eles “acordavam” e o porquê de isso acontecer. Para culminar esta pesquisa fez-se a experiência do Vulcão. Elas construíram o seu Vulcão, utilizaram argila na sua construção, depois juntaram vários “ingredientes” que promoveram uma grande descoberta e diversão para todos os meninos e meninas. “O nosso vulcão explodiu mesmo com lava!” (Vicente).



## O COVID -19 lançou novos desafios



Ainda as medidas de proibição de visitas aos nossos idosos e suspensão das atividades do setor infantojuvenil não tinham sido tomadas, já esta associação estava a investir na formação do seu pessoal, para prevenir contágios. A pandemia do Covid 19 obrigou a AML a ativar o seu plano de contingência, para fazer face a este vírus que tem assolado o mundo e Portugal. O nosso gabinete médico em colaboração com a VivaMais, empresa de segurança e higiene no trabalho, Segurança Social, Direção Geral de Saúde e com a equipa de Saúde Pública, elencou várias medidas preventivas já implementadas. Formação permanente sobre os procedimentos dentro da instituição, como a higienização correta das mãos, orientações escritas para as visitas, sala de isolamento, sensibilização das equipas de trabalho, sensibilização aos pais e familiares, entre outras diligências continuam a ser coordenadas pelo nosso gabinete médico. Estamos perante de algo muito perigoso, em caso de dúvida pedimos a todos os utentes e familiares que nos contactem através do número 252501700.

# ENQUANTO DORMIAS...

Enquanto dormias saltei da cama  
De mansinho fui ver o amanhecer  
E observar o silêncio que chama  
Tal como amor que sabe absorver

Gostei de respirar o ar da alvorada  
Penetrei no denso silêncio do bosque  
Quase sem ninguém dar por nada  
Como alguém que espera enfoque

Dentro da ramagem com sabor a mel  
Com os olhos postos no azul do céu  
Muitas cores de árvores de rímel  
Senti um silêncio que não era meu

Capaz de apreciar uma rola a cantar  
Um casal de melros e seu assobiar  
E as rãs num concerto de pãsmar  
A que se juntaram pardais a rodopiar

Com boieiras, gaios e poupas a ouvir  
Fizeram o silêncio e travaram asas  
Um novo som começou a surgir  
Provocado por águas esplendorosas

Vinham de longe lá no caneiro do rio  
Mostra de encanto e rara beleza  
Com o verde e vermelho do azevinho  
Fazendo espelho de água numa preza

Novos sons amalgamados de leveza  
Feitos de água servida sobre a mesa  
Que o sono faz despertar a certeza  
De celebrar a Páscoa com firmeza

Mesmo que a ambulância na estrada  
Siga apressada com o sinal azul ligado  
Numa avenida deserta quase de nada  
Apenas o doente de forma amparada

Enquanto dormias Ele estava alerta  
Para que nada te aconteça aos teus  
Sinal e presença visível que desperta  
Silenciosamente a voz vinda de Deus.

*José Maria Carneiro da Costa*