

EDITORIAL

Chegámos a setembro. O início dos dias mais curtos, do tempo mais fresco, do início das aulas. Este é um tempo adocicado pelas cores e pelo ameno dos dias, mas também de mudanças e recomeços. Os mais pequeninos ou regressam às suas atividades ou voam para a vida escolar. Os mais crescidos deixam a escola e iniciam os seus percursos académicos. A todos, pequeninos e crescidinhos, às suas famílias e a toda a comunidade educativa votos de muito sucesso e amor. Crescer feliz passa por se crescer incluído, protegido e certo que de a escola é uma extensão de casa, um espaço de saber e de afeto. Voltaremos perto do Natal, para juntos celebrarmos a quadra mais bonita do ano.

A Equipa do Informativo

Ficha técnica

O BOLETIM INFORMATIVO DE SÃO BERNARDO

É uma publicação Trimestral, projeto da Aplausos sem Reticências - Associação

Contactos: Rua Cónego Maio, 133 • 3810-089 São Bernardo

Tel: 234 341 709 **Fax:** 234 342 367 **TLM:** 969 380 257

E-mail: saobernardoinformativo@gmail.com

FB: Informativo de São Bernardo

Tiragem: 2250 Exemplares

Impressão: Tipografia Minerva Central, Lda.

Redação: Daniela Sousa Pinto (dsousapinto@gmail.com)

Paginação: Daniela Sousa Pinto, Tipografia Minerva Central, Lda.

Colaboradores: Lúcia Felício; Joana Paixão; João Pericão; Nuno Leite; Maria Manuel Teixeira; João Carvalho; Otilia Pedrosa, Nuno Campos.

Apoio:



XTEMAS[®]
E L É C T R I C O S



ELECTRICIDADE



ILUMINAÇÃO



SEGURANÇA



COMUNICAÇÕES

www.xtemaselectricos.pt

LOJA

Rua Cónego Maio, 162
São Bernardo - 3810-089 Aveiro
T. 234 028 691
loja@xtemaselectricos.pt

ARMAZÉM

Rua Aires, 47 - São Bernardo
3810-205 Aveiro - T. 234 084 419
M. 912 566 497 | 917 577 474
geral@xtemaselectricos.pt

*Teresa's
Dream*



Rua Cónego Maio, 133
3810-089 São Bernardo - Aveiro

teresalameiro@gmail.com
Tel: 966 637 614

traquinas kids
moda infantil

Loja 1 - Rua Cónego Maio, 103
São Bernardo - Aveiro

Tlm: 965 293 173

FB: Traquinaskids

**Junta de Freguesia
de São Bernardo**

Rua Cónego Maio, 133
São Bernardo - Aveiro



**Contactos: 234 341 709
961 791 533**

**jf.sbernardo@hotmail.com
www.freguesiadesaobernardo.pt**

Horário Funcionamento:
**de segunda a sexta- feira das
9 às 12.30 h e das 14 às 17.30 h**

ATUALIDADE

POUPAR ÁGUA É PALAVRA DE ORDEM

«Numa altura em que os país se divide entre seca severa e seca extrema, temos que nos consciencializar que são necessárias restrições para o uso de água. Temos que ser conscientes e focar-nos nesta que tem que ser uma grande preocupação para todos», alerta o presidente da Junta de Freguesia de São Bernardo, Henrique da Rocha Vieira, que pede aos munícipes «restrições, uso equilibrado da água e muita compreensão», porque muitos dos espaços verdes vão secar com a falta de rega «pela necessidade de pouparmos água. Não há outra forma de ajudar neste momento. Poupar água tem que ser mesmo o princípio a seguir».

Também por isto, os projetos como o horto comunitário e a horta comunitária, «vão demorar mais algum tempo a ficar, preparados para serem utilizados».

ALGUMAS DICAS PARA POUPAR ÁGUA

Feche a torneira enquanto está a escovar os dentes.

Encha o lava-loiça com água ao lavar os pratos.

Não cozinhe em panelas demasiado grandes.

Diminua os seus duches em 1 ou 2 minutos.

Desligue a água quando lava o cabelo ou as mãos.

Troque o banho de imersão pelo duche.

Recolha a água corrente

Evite fugas de água.

Ensine os seus filhos a fechar sempre as torneiras.

Faça sempre cargas completas na máquina de lavar roupa.

Reutilize a água da chuva.

Evite regar o jardim em horas de muito sol.

Utilize o regador em vez da mangueira.

Contacte as autoridades sempre que vir uma fuga no exterior. .

Use apenas a água que necessita.

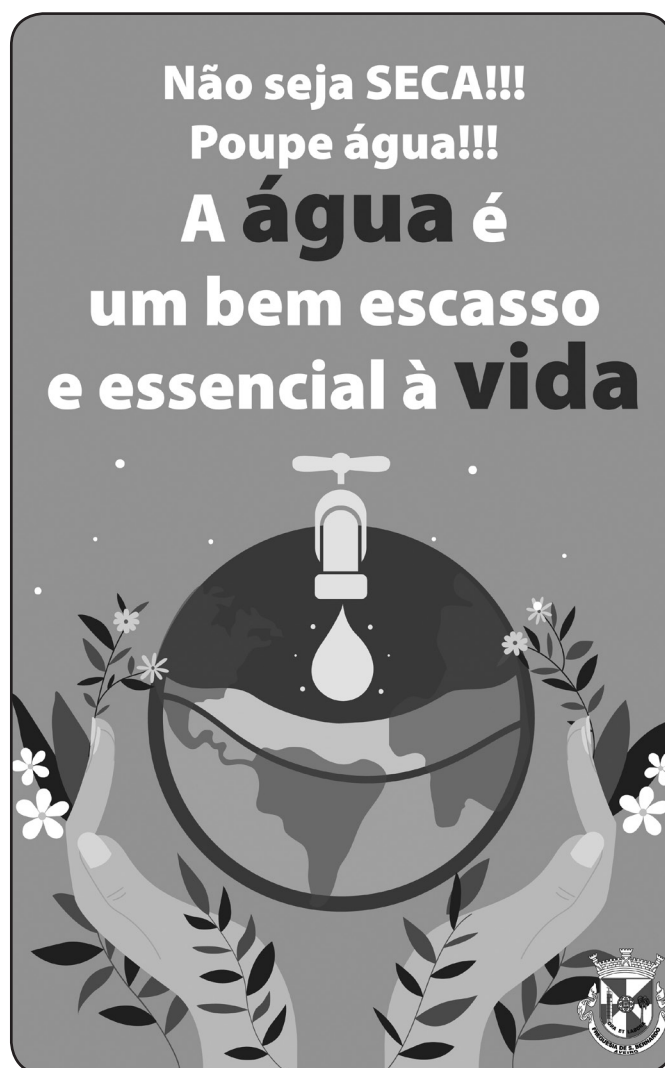


PEDITÓRIO NACIONAL

Este ano, o Peditório a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro decorrerá de 28 de outubro a 1 de novembro. A Junta de Freguesia apela ao apoio de todos para esta causa que é o garante do apoio a muitas famílias. As doenças oncológicas continuam a registar uma alta incidência no nosso País (mais de 60.000 novos diagnósticos a cada ano) constituindo-se como uma das principais causas de morbilidade, incapacidade e mortalidade, com profundo impacto nos doentes, nas famílias e na sociedade.

A Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC), fundada em 1941, tem tido uma atividade constante, assinalável e próxima, no apoio ao doente oncológico e à sua família, na prevenção primária e na prevenção secundária da doença oncológica, e no apoio à formação e à investigação em cancro.

Não recebendo subsídios ou subvenções estatais para o desenvolvimento das suas atividades, são os fundos provenientes do peditório anual o garante da sustentabilidade financeira das suas atividades, nomeadamente as de apoio ao doente e cuidadores.





ATUALIDADE

VENDAS DE GARAGEM

A próxima acontece já no dia 1 de outubro. Seguindo as regras que vêm sendo praticadas, «os interessados em participar nas Vendas de Garagem devem ocupar um espaço em frente à sede da Junta de Freguesia, respeitando alguma distância e colocar à venda os seus bens que não sendo já úteis para o próprio poderá servir a outros. Não são permitidas vendas de alimentos, bebidas ou artigos (roupas, acessórios, sapatos, etc.) novos. O mote desta iniciativa é a reutilização e a diminuição do desperdício», recorda o executivo da Junta de Freguesia.

Não há lugar a inscrição ou ao pagamento de taxas, «mas aos participantes pede-se que o local seja deixado limpo e no bom estado que foi encontrado».

Nos próximos meses estão agendadas como datas previstas os dias 5 novembro e 3 de dezembro.

As datas podem a qualquer momento sofrer alterações das quais será dada conta através dos meios próprios.



AVISOS

A Junta de Freguesia de São Bernardo pede a todos os munícipes e utilizadores dos espaços públicos o favor de respeitarem as regras de cidadania.

LIMPEZA DE PASSEIOS

Os passeios são dos peões e dos seus animais de companhia, mas não são locais para deixar os dejetos dos animais. Se passeia o seu cãozinho não se esqueça do saquinho!!! Também os parques e espaços verdes são para usufruir de forma agradável e saudável e com a limpeza que se exige. Entendemos que os animais de companhia devem partilhar estes espaços, mas os seus donos precisam ser responsáveis. Se todos cumprirmos com as nossas obrigações, viveremos melhor e com mais equilíbrio. Da mesma forma, não atire o lixo para o chão. A terra é de todos. Respeitemo-nos e respeitemos a nossa casa comum.

LIXOS, VERDES E MONSTROS

Os lixos indiferenciados, os plásticos, papel e cartão e vidros assim como os verdes e os chamados monstros têm locais próprios para serem colocados e recolhidos. Porque a limpeza desta nossa Freguesia é um dever de todos, apelamos a todos que respeitem os locais e as datas e procedimentos de recolha.

CEMITÉRIO DA FREGUESIA

Local de respeito pelos que partiram e por aqueles que ali velam os seus entes queridos, é importante que se respeite o silêncio necessário que não circulem bicicletas e veículos a motor mesmo que de baixa cilindrada. Solicitamos, ainda, que os utilizadores de baldes, regadores e vassouras públicos os deixem nos locais próprios e em condições de utilização para os outros.

BOAS PRÁTICAS PARA UMA FREGUESIA LIMPA...

Recolha de Monos Domésticos e Resíduos Verdes

Recolha porta-a-porta, de objetos domésticos de grandes dimensões
Monos e de Resíduos Verdes

4ª e 5ª feira

Monos

Dias de Recolha

2ª e 3ª feira

de maio a outubro

3ª feira

de novembro a abril

Verdes

Contacte a VEOLIA PORTUGAL, SA pelo telefone **234 127 942**
ou por email **aveiro@veolia.com** até à véspera do dia de recolha



ATUALIDADE

PASSEIO SÉNIOR

MAIS UM DIA MEMORÁVEL



Foi um dia memorável que serviu também para um novo regresso à tão esperada normalidade. No dia 20 de julho, os seniores e São Bernardo participaram em mais uma edição do passeio sénior. Desta vez, o destino foram as cidades de Tarouca e Lamego com passagem por pontos turísticos como o Mosteiro de São João de Tarouca, Torre e Ponte de Ucanha, Museu do Espumante (Tarouca) e ao Santuário de Nossa Senhora dos Remédios (Lamego). O dia foi de convívio e de muita animação, «e de



enorme satisfação por podermos estar juntos e voltar a fazer uma das atividades mais importantes para a nossa comunidade sénior. Estivemos juntos, passeamos, conhecemos locais muito interessantes. Fomos extremamente bem acolhidos pela Câmara Municipal de Tarouca e ficaram na memória de todos momentos muito bonitos», refere o presidente da Junta de Freguesia de São Bernardo, Henrique da Rocha Vieira.



MarcolinoPneus

ContiService

R. Dr. José Girão Pereira - Lt. 2 - S. BERNARDO
3810-277 AVEIRO (junto à escola EB 23)
Tel. 234 341 506 / 937 602 030 | Fax 234 343 490
comercial@marcolinopneus.com | www.marcolinopneus.com



Telef. 234 130 239

Especialidades

- Pastelaria fina
- Variedade de pães
- Pratos do dia
- Frango churrasco

Rua Cónego Maio 103 - D • 3810-089 Aveiro

FOI NOTÍCIA

ENTREGA APOIOS ÀS ASSOCIAÇÕES

Conforme tem sido prática da Junta de Freguesia de São Bernardo, foram atribuídos os apoios anuais às associações da Freguesia. «Após análise dos projetos e verificadas que se encontram reunidas as condições para atribuição, deliberou-se apoiar cada uma das associações com uma verba que fizesse face a alguns destes projetos, numa lógica de justiça», explica o executivo da Junta.

Assim, foram atribuídas as seguintes verbas:

ASSOCIAÇÃO DE PAIS EB1 – 350.00 €

ASSOCIAÇÃO DE PAIS EB 2/3 – 500.00 €

CENTRO DESPORTIVO SÃO BERNARDO – 2500.00 €

SOCIEDADE MUSICAL SANTA CECÍLIA – 2.500.00 €

ASS. MUS. E CULTURAL S. BERNARDO – 2500.00 €

CENTRO PAROQUIAL DE S. BERNARDO – 1000.00 €

FUNDAÇÃO PADRE FÉLIX – 1250.00 €

GRUPO CULTURAL S. BERNARDO A CANTAR – 500.00 €

APLAUSOS SEM RETICÊNCIAS – 500.00 €

AGRUPAMENTOD E ESCUTEIROS 1088 SB – 750.00 €

APACID – 250.00 €

O momento foi vivido numa singela cerimónia, realizada a 27 de junho de que ficam os registos.



FOI NOTÍCIA



FOI NOTÍCIA

ENCONTRO NO PARQUE ALEGRIA E ANIMAÇÃO

Após a interrupção forçada pelas medidas de prevenção da pandemia, chegou, finalmente, o fim-de-semana do Encontro no Parque. Na sua nona edição, a iniciativa aconteceu nos dias 9 e 10 de setembro, sexta e sábado

Numa organização da Junta de Freguesia de São Bernardo que contou com o apoio da CMA, o Encontro no Parque «é uma festa de e para a comunidade. Trata-se de um espaço de vivências entre as nossas gentes, os nossos agentes associativos, as nossas famílias e amigos, o nosso comércio num espaço de convívio e animação que se quer de partilha, entretenimento e de oportunidades», explicou a Junta de Freguesia de São Bernardo. Por isso, «do programa fizeram parte atuações das nossas associações culturais, mostras do

nosso comércio através de desfiles de moda, tasquinhas e contámos, ainda, com a atuação das Bandas Polk e SonJovem». A Junta de Freguesia salienta ainda «que este momento é para a comunidade e para todos os que quiseram partilhar este momento trazendo a São Bernardo pessoas de todo o lado e dando a oportunidade às nossas associações que foram o garante de comes e bebes e cujo valor arrecadado reverte a favor das próprias «para que possamos, desta forma, ajudar as nossas associações que fazem um trabalho de excelência na nossa freguesia e que são o garante da cultura, do desporto e da formação em áreas como a música e atividade desportiva e também o apoio social e educativo».

Ficam as imagens que contam muitas histórias dos momentos...



FOI NOTÍCIA



CULTURA

TRANSFORMAÇÃO



Esteve patente durante todo o mês de julho, na sede da Junta de Freguesia de São Bernardo, a exposição TRANSFORMAÇÃO da artista Sónia Guiomar.

Do conjunto de telas expostas fizeram parte vários trabalhos que mostram aquilo que nasce na alma da artista e que coloca nas suas telas com as quais gosta de comunicar com o mundo exterior.

Sónia Guiomar nasceu a 30 de novembro de 1978 em Aveiro. As belas artes sempre estiveram presentes na sua vida e no seu imaginário colocando-as em prática ainda em criança. Em 2008, criou o primeiro quadro abstrato e, desde então, utilizando técnica mista e uma combinação de estilos, surge em 2021 o projeto "TRANSFORMAÇÃO" «criado com paixão e vontade de mudança exterior e interior do EU. Projeto que se tem vindo a desenvolver e contornando alguns obstáculos abracei fortemente a minha vontade e segui em frente deixando nas mãos do universo o que tiver que ser. Afinal, o que for nosso às nossas mãos vem ter».



Estrada de S. Bernardo, 192
São Bernardo • 3810-172 Aveiro
Telef.: 234 342 680
lusitanapadariapasteleria@gmail.com

AMCSB tem nova direção e aceita novas inscrições na academia de música

Informamos à comunidade que, a Associação Musical e Cultural São Bernardo - AMCSB está sob nova direção executiva desde o passado dia 10 de Junho de 2022, dia em que se realizou assembleia geral na sede da mesma, tendo os seus sócios procedido à votação das listas apresentadas a sufrágio. É assim agora presidente da direção executiva Carlos André Almeida Ferreira, vice-presidente João Tiago Nunes Fernandes, tesoureiro José Sousa Fernandes e secretária Isabel Iglésias. É com estes nomes, entre outros, que se espera embarcar neste biénio 2022-2024 com novos projetos para a instituição, continuando a desbravar o caminho traçado desde 1976, que muito tem contribuído para a nossa comunidade, tornando-a mais forte, solidária, inclusiva e acima de tudo, cultural.

Aproveitamos a oportunidade para também informar que, sendo a AMCSB uma instituição cuja missão é criar e organizar manifestações de âmbito musical, em carácter de ensino e atuação - com especial atenção para os mais jovens - nesse sentido está em plenas condições de receber novas inscrições de alunos para a sua academia, podendo para o efeito, todos os interessados, comparecer pessoalmente na sede da mesma, sita na Rua Cónego Maio (largo da igreja) ou contactar telefonicamente, através do número 916295555 (presidente).

Serviços i.emotions academy

ATELIÉS	Estimulação Sensorial	MOVIMENTO E BEM-ESTAR	Yoga Adultos	CONSULTAS	Acupuntura
	FamíliaArte		Yoga Crianças		Coaching
PROGRAMAS	Férias	EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO	Pilates para Todos	ACUPUNTURA	Hipnoterapia
	Faz de Conta		Pilates para Grávidas		Fisioterapia
	MeditAtivaAdultos		Pilates Crianças		Nutrição
	MeditAtiva Crianças e Jovens		Mindfulness		Psicologia
	Pais de Folga		Explicações		Osteopatia
	Pais com Sentido(s)		Workshops		Orientação vocacional e profissional
	Pequenos em Aventura	Webinars			Psicomotricidade
		FESTAS DE ANIVERSÁRIO	Animação		Terapia do Casal
			Decoração		Terapia Familiar
			Convites		

Estrada de São Bernardo, 318 AC, Aveiro
91 1772250 | 96 5136998 | 91 7620030
i.emotionsacademy@gmail.com

MOVIMENTO ASSOCIATIVO

**CENTRO DESPORTIVO DE SÃO BERNARDO
DIA 26 DE AGOSTO, HOMENAGEM A PEDRO SEABRA**

Pedro Seabra, que iniciou a prática de andebol no São Bernardo, recentemente colocou um ponto final na carreira para se dedicar exclusivamente à sua atividade profissional de médico.

Pavilhão bem composto pelos muitos os adeptos que se deslocaram a São Bernardo para assistir àquela que viria a ser uma autêntica festa do andebol e uma homenagem mais do que justa, por tudo aquilo que Pedro Seabra sempre representou como desportista, mas também pelo excelente ser humano que é.

A Federação fez-se representar pelo selecionador nacional, Paulo Pereira, Pedro Lagarto e Paulo Faria, respetivamente treinadores do antigo internacional português no São Bernardo e no Sporting, o presidente da Associação de Andebol de Aveiro, Gonçalo Carvalho, representantes do ABC, Benfica, Águas Santas e Núcleo Sportinguista de São Bernardo e ainda muitos colegas com quem partilhou o balneário, associaram-se a uma homenagem que chegou a conhecer momentos de grande emoção. Os aplausos foram muitos. Os adeptos, de pé, foram incansáveis nas manifestações de afeto e reconhecimento.

Apresentação da equipa senior aos sócios e simpatizantes

Após a homenagem a Pedro Seabra, realizou-se o jogo de apresentação do São Bernardo aos seus sócios e simpatizantes.

Pedro Seabra jogou 3 minutos pela equipa de Braga e os primeiros sete da segunda parte pelo São Bernardo, marcando um golo de um livre de sete metros.

O resultado final foi o menos importante (28-33), mas tendo deixado bons indícios para iniciar mais uma época desportiva.

Em Setembro, os seniores iniciam a 1ª Fase do Campeonato Nacional da 2ª Divisão com a receção da equipa de S. Pedro do Sul.

1ª Jornada - 24.09.2022 – 18h00 (CDS Bernardo – Academia S. Pedro Sul)



 **natur.ria, Ida**

PRODUTOS NATURAIS | CENTRO DIETÉTICO

natur.ria@hotmail.com

São Bernardo - Rua Cónego Maio, 113 B • 3810 São Bernardo
Tel: 234 371 069 - Telem: 963 987 837

Aveiro - Lg Cons. Queirós, 31 A/B (Largo Banda Amizade - Alboi)
Tel: 234 182 473 - Telem: 926 906 912

Oliv. Bairro - Rua Conde Ferreira, 8 • 3770-211 Oliv. Bairro
Tel: 231 405 991



RUI LIBERATO



S. BERNARDO
CENTRO DESPORTIVO



TREINOS DE CAPTAÇÃO

2022/2023

**COLOQUE O SEU FILHO A PRATICAR UM DESPORTO COMPLETO E EM EQUIPA.
TRAGA-O AO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DE SÃO BERNARDO.
AQUI FORMAMOS E ENINAMOS ANDEBOL!**

MANTAS - (Ano - 2014 a 2016) 4ªs Feiras das 17:30h às 18:30h
BAMBIS - (Ano - 2012 a 2013) 3ªs Feiras das 18:00h às 19:00h, 5ªs Feiras das 18:30h às 19:30h
MINIS - (Ano - 2010 a 2011) 3ªs Feiras das 18:00h às 19:00h 5ªs Feiras das 18:30h às 19:30h
INFANTIS - (Ano - 2008 a 2009) 2ªs Feiras, 4ªs Feiras e 6ªs Feiras das 18:30h às 19:30h

Secretaria do Clube: 234343628 - email: cdsbernardo@netvisao.pt



**Isabel Lopes
Cabeleireiros
UNISSEXO**

☎ 916 543 554



MOVIMENTO ASSOCIATIVO

AGRUPAMENTO DE ESCUTEIROS 1088

FINALMENTE FOMOS ACAMPAR!

Para assinalar o encerramento do ano escutista 2021/2022, o nosso agrupamento entre os dias 29 e 31 de julho realizou um acampamento no Campo de Atividade e Formação Escutista - Lagoa das Hortas – em Febres, sob o lema “Todos diferentes, mas todos a pensar no Bem Comum – o Encanto”, em que cada família possuía poderes mágicos que serviriam para defender o Encanto (bem comum) que estava em perigo de desaparecer. Foi com enorme alegria e satisfação que voltamos a retirar as tendas, os tachos e as panelas da sede! Para muitos, foi o primeiro acampamento e para muitos outros foi tempo de matar a saudade da vida em campo que a pandemia nos impôs. Só agora foi possível voltar a acampar sem máscaras, sentir o cheiro do feno, da terra, do rio e até uma pedra ou outra que ficou debaixo da tenda e nos incomodou durante a noite. O acampamento para os escuteiros é o melhor meio para praticar escutismo. Pois através da Natureza sentimo-nos mais próximos do criador e de todos os nossos irmãos escuteiros. Durante estes dias, conhecemos a Vila de Febres e realizámos várias atividades, desafios e jogos. Com o calor que se fez sentir, bem soube a nossa atividade de construção de catapultas. Cheios de entusiasmo os nossos escuteiros empenharam-se em construí-las e encheram as “granadas” (balões de água) que foram usadas num jogo de equipas. Foi um momento refrescante e empolgante. Mas não se ficou por aqui,



pois no último dia, durante o nosso almoço com as famílias, alguns pais e irmãos quiseram experimentar o jogo das catapultas! Foi uma tal animação que tivemos de “apitar” para irmos todos à Eucaristia, que o nosso Assistente P. Luís celebrou em campo. Foram 3 dias felizes que nos permitiram reatar o espírito escutista após tanto tempo ausente de vida em campo e encerrar o ano escutista.

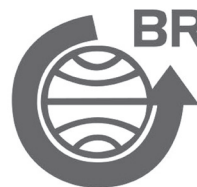
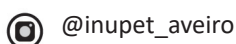


Loja de animais

Rações | Snacks | Acessórios | Suplementação | Animais
“Rações para todos”

Tiago Moreira 914 734 477

Estrada de S. Bernardo nº 238 • 3810-173 Aveiro



BRANCO & CA., S.A.

www.comag.pt

**Comércio de Máquinas Agrícolas
 Jardim e Construção**



**IRINO
 e
 WAKO**



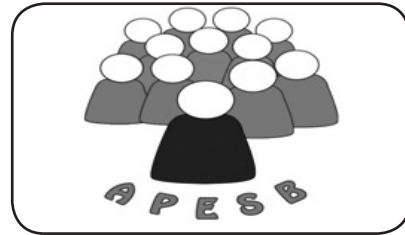
MOVIMENTO ASSOCIATIVO

LOJA SOLIDÁRIA

ESTRADA DE SÃO BERNARDO, 236 A

Abriu em São Bernardo a Loja Solidária. Trata-se de um projeto de ajuda a pessoas carenciadas. Em São Bernardo está a funcionar desde sábado, dia 3 de setembro, e funciona de às quartas-feiras, das 16 às 19 horas e aos sábados das 9 às 12.30 horas.

Entre os artigos disponíveis podemos encontrar roupa, calçado, brinquedos e livros, assim como mobiliários, loucas, etc. Da mesma forma que doam, também recebem dádiva em géneros, em bom estado, como garante das ofertas para quem mais precisa.



Caros pais e encarregados de educação da EB2 de São Bernardo:

Após dois anos de mudanças com inúmeras complexidades e com esforço hercúleo por parte de toda a Comunidade Educativa, é nosso desejo que o ano letivo de 2022/ 2023 decorra com a máxima normalidade, regressando à tão ansiada normalidade! Apelando a todos os vós, para que se associem a APESB. É importante sermos mais, para que a nossa representatividade seja notada!

Reiteramos a todos os votos de um Excelente ano letivo.



farmácia.
peixinho
Aberta

das 8 horas às 20 horas
de segunda a sábado
12 horas ao seu serviço

Rua Cónego Maio 76/78
3810-089 São Bernardo - Aveiro
Telefone: 234 343 224

Facebook: www.facebook.com/farmaciaepeixinho

Unidade de Saúde Familiar

ARTE NOVA

Morada da sede
USF Arte Nova

Rua do Braçal, nº 2 - 3810-854 - Oliveirinha

Horário de Funcionamento

De 2^a a 6^a feira: 08:00 às 20:00

Encerrado: Sábados, domingos e feriados.

Morada do(s) polo(s)

USF Arte Nova - Polo São Bernardo

Rua Cónego Maio, 91

3810-089 São Bernardo

Horário de Funcionamento

De 2^a a 6^a feira: 08:00 às 13:00

Encerrado: Sábados, domingos e feriados

Telefone Geral
234941137



usf.artenova@arscentro.min-saude.pt

CRAVEIRO & GONCALVES lda

SEDE

Rua Cega | Apartado 5 | S. Bernardo
3811-601 Aveiro

Tel. 234 340 700 | Fax 234 340 709

SUCURSAL

Az. António Santos Leite, 301
4470-142 Maia

Tel. 229 432 800 | Fax 229 432 809



Apoio ao cliente
808 234 700

Email: geral@craveirogoncalves.pt

www.kirby.com/pt-pt/distributor/craveiro-goncalves-lda

KIRBY®

FUNERÁRIA DE AVEIRO
EVA & SILVA

Tel. 234 342 969/234 941 730

Tlm 919 756 655/ 919220 920

Site: www.funerariadeaveiro.pt

e.mail: funeraria.evasilva@hotmail.com

Rua Cónego Maio, 123 - Loja B1

3810-089 SÃO BERNARDO

MOVIMENTO ASSOCIATIVO

APLAUSOS SEM RETICÊNCIAS

O Centro de Animação Comunitária de São Bernardo está a retomar as suas atividades.

Esperam-se dias de muita animação, música, teatro, cultura e convívio para todos os que com mais de 65 anos estejam disponíveis para fazer parte deste grupo que é reconhecidamente fantástico.

As atividades devem recomençar a 20 de setembro, pelas 14 horas, para definição de dias e horários.

As atividades decorrem na sede da Junta de Freguesia de São Bernardo. Não fique em casa!



SOCIEDADE MUSICAL SANTA CECÍLIA

BAR PARA SÓCIOS

Depois de dois anos e dois meses encerrado devido à pandemia, o Bar reabriu aos sócios. As terças e quintas feiras das 21h00 às 24h00 os associados podem frequentar o nosso Bar, com bebidas a preços reduzidos, mas sobretudo como uma oportunidade de convívio entre associados.

ESTÃO ABERTAS AS INSCRIÇÕES E RENOVAÇÕES DE MATRÍCULA, 2022 - 2023, DAS ESCOLAS DE MÚSICA, DANÇA E TEATRO.

Até final de julho, as inscrições e renovações de matrículas das escolas de Música, Dança e Teatro, tem desconto. Para além do desconto, quanto mais cedo for feita a inscrição ou renovação de matrícula na Escola de Música, maior é a facilidade na escolha do horário das aulas práticas de instrumento. O horário da Secretaria é de segunda a sábado das 15h30 às 19h30.

Escola de Musica

www.facebook.com/SMSantaCecilia

smc@terranova.pt

Escola de Dança

www.facebook.com/danedsl

daniela_leite@hotmail.com

Escola de Teatro

www.facebook.com/ESCOLADETEATROSMSC

teatrosmc@gmail.com

AVEIRORQUESTRAS`22

A Sociedade Musical Santa Cecília, vai realizar a 1 e 8 de Outubro, a 9ª edição do Aveiorquestras, que é um encontro musical de orquestras não profissionais em que um concerto é de música erudita e o outro de diferentes estilos musicais, desde o jazz ao tradicional. A orquestra da S.M. Sta. Cecília, faz a primeira parte dos concertos e as orquestras convidadas a segunda. Este ano e ao contrario de anteriores edições não teremos uma orquestra espanhola, muito embora tenham sido várias convidadas, mas teremos uma muito prestigiada mesmo a nível internacional a Orquestra de Harmónicas de Ponte de Sor. Neste momento ainda não podemos confirmar qual a outra orquestra convidada.

MUDANÇA DE HORA ATRASE O RELÓGIO 1 HORA

O término do horário de verão acontece sempre no último domingo do mês de outubro. Este ano, será no dia 30 de outubro de 2022, quando às 02h00 os relógios devem ser atrasados em uma hora, ou seja, devem voltar para a 01h00, no caso de Portugal Continental.



SAPATARIA story

TLM 932 519 399



INFORMAÇÕES ÚTEIS

CALENDÁRIO ESCOLAR
2022-2023

Já se encontra definido o calendário Escolar. Deixamos o definido através da organização Semestral, para o ano letivo 2022/2023, como acontece nas escolas dos agrupamentos em Aveiro.

1º semestre:

Início: 16 setembro 2022

Termo: 27 janeiro 2023

Interrupções (1º sem.): 1ª (av. intermédia) – 23 a 25 novembro 2022 | 2ª (Natal) – 23 dezembro 2022 a 2 janeiro 2023 | 3ª (av. sumativa) – 30 janeiro 2023 a 3 fevereiro 2023

2º semestre:

Início: 6 fevereiro 2023

Termo: 7 junho (9º, 11º e 12º); 14 junho (2º CEB, 7º, 8º e 10º); 30 junho (Pré-escolar e 1ºCEB)

Interrupções (2º sem.): 4ª (Carnaval) – 20 a 21 fevereiro 2023 | 5ª (Páscoa) – 6 a 14 abril 2023

APACID

No dia 07.09.22, ocorreu a primeira eleição da Associação de Apoio a Cuidadores de Pessoa Dependente (APACID). Esta eleição teve como objetivo eleger os representantes dos órgãos sociais da APACID. Foram eleitos para o quadriénio 2022-2026, os seguintes sócios: A Assembleia geral terá como presidente o sócio Helder Jesus Brandão Luzio Alves, secretária- Maria Inês do Amaral Osório Magalhães, Vogal- Helena Jorge Cardoso Teixeira. Para a Direção Geral, foram eleitos os sócios: Lisneti Maria de Castro- Presidente, Raquel Carvalho da Fonseca Neves- Vice-Presidente, Diana Carolina de Jesus Santos Luzio Alves- Secretária, Mónica Margarida de Oliveira Matias- Tesoureira, Catarina de Oliveira Barradas- Vogal. No Concelho Fiscal foram eleitos: Madalena Rocha Nunes- presidente, Maria Élia de Jesus Santos Luzio- Vogal e Cláudio Negreiros Guimarães- Vogal.

Com esta nova diretoria e juntamente com os nossos parceiros, pretendemos dar continuidade ao nosso projeto de apoio/intervenção a todos os cuidadores familiares do distrito de Aveiro.

Receita ... fica a sugestão...

BROWNIES COM COBERTURA

Ingredientes 40 brownies

MASSA

200g de chocolate

200 g de manteiga

4 ovos 400 g de açúcar

200g de avelãs

400 g de farinha com fermento

COBERTURA

200 g de chocolate

DECORAÇÃO

Avelãs

PASSO A PASSO

- 1 – Aqueça o forno a 200°C. Derreta o chocolate com a manteiga. Deixe arrefecer ligeiramente.
 - 2 – Bata os ovos com o açúcar até ficar um creme fofo e esbranquiçado. Adicione o chocolate com a manteiga.
 - 3 – Pique as avelãs à mão ou na picadora. Adicione as avelãs picadas ao preparado anterior.
 - 4 – Envolve cuidadosamente a farinha com o creme anterior.
 - 5 – Barre com manteiga uma forma 30 x 40 cm. Deite o preparado e leve ao forno a cozer durante 25 minutos.
 - 6 – Verifique a cozedura, porque o centro não deve ficar totalmente seco. Retire, desenforme e deixe arrefecer.
 - 7 – Para a cobertura, derreta o chocolate e espalhe sobre o bolo. Triture as avelãs e espalhe por cima do bolo.
 - 8 – Quando a cobertura estiver completamente seca, corte o bolo em 40 quadrados.
- (O açúcar não é uma prioridade, apenas os torna mais irresistíveis.)

escola de condução



sinalvertical

NOVA GERÊNCIA

Rua Cónego Maio, n.º 164 • São Bernardo - 3810-089 Aveiro
Tel: 234 341 765 • Email: sinalvertical@gmail.com



minerva
tipografia minerva central®



57 anos
A IMPRIMIR A SUA VIDA

damos cor às
suas impressões...

