

EDITORIAL

Continuamos a chegar até si e a tentar mostrar nas nossas páginas o que de mais importante vai acontecendo na nossa Freguesia.

Nesta altura, os nossos mais novos já estão de férias escolares ou a dias de terminarem mais um ano letivo e, em setembro, quando voltamos, um novo ano escolar estará a começar.

Neste período de férias que vem com o calor, deixamos um apelo a todos os nossos leitores para que cumpram com rigor os cuidados com o sol, com o mar e com a proteção das nossas florestas. Façamos deste verão um verão de bons exemplos e de grandes acontecimentos.

Aos nossos apoiantes e às associações que acreditam no valor deste projeto, o nosso agradecimento por toda a colaboração e por fazerem do nosso Informativo um projeto tão cheio de vida.

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

Chamada para rede fixa nacional

Chamada para rede móvel nacional

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:



MarcolinoPneus

ContiService

Rua Dr. José Girão Pereira - Lt. 2 - SÃO BERNARDO • 3810-277 AVEIRO (junto à escola EB 23)

Tel. 234 341 506 / 937 602 029 (Chamada para rede fixa nacional / Chamada para a rede móvel)

comercial@marcolinopneus.com • www.marcolinopneus.com



*Teresa's
Dream*

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

teresalameiro@gmail.com

Tel: 966 637 614
Chamada para rede móvel nacional

traquinas kids
moda infantil

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

Tlm: 965 293 173
Chamada para rede móvel nacional

FB: Traquinaskids

**Junta de Freguesia
de São Bernardo**

Rua Cónego Maio, 133
São Bernardo - Aveiro



Contactos: 234 341 709
Chamada para rede fixa nacional

961 791 533

Chamada para rede móvel nacional

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

FREGUESIA EM REVISTA

O Informativo de São Bernardo foi dar uma volta pela Freguesia e encontrou alguns locais renovados e apontamentos muito bonitos. Ficam as imagens e a

localização para os nossos leitores terem a oportunidade de dar uma volta pela Freguesia e apreciar estes espaços criados para a comunidade.



Cantinho dos Amigos, Estrada de São Bernardo



Mural Dia da Criança, junto ao Parque da Freguesia



Fonte dos Amores, Rua Cónego Maio



Praceta Canhas do Marco



Horto Comunitário



Rotunda da «boa vontade», Vale Diogo

ATUALIDADE

VENDAS DE GARAGEM

Dê valor ao que não usa

A iniciativa visa apostar na economia circular e na defesa do ambiente, dando continuidade ao trabalho de sensibilização da necessidade de apostar nos melhores comportamentos para um mundo mais sustentável.

Seguindo as regras 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 reservando o espaço necessário para que passem cadeiras de bebés e cadeirantes. Da mesma forma, não podem ser ocupados acessos às passadeiras ou aos edifícios. Na Venda de Garagem podem ser colocados à venda os bens que não sendo já úteis para o próprio possam servir a outros. Não são permitidas vendas de alimentos, bebidas ou artigos (roupas, acessórios, sapatos, etc.) novos.

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

Nos próximos meses do ano, estão agendadas como datas previstas os dias 1 de julho, 2 de setembro, 7 de outubro, 4 de novembro e 2 de dezembro. Em agosto não está prevista a realização da Venda.

As datas podem a qualquer momento sofrer alterações das quais será dada conta através dos meios próprios. A realização da iniciativa depende sempre das condições atmosféricas.

HORÁRIO CEMITÉRIO

No período de abril a outubro

ABERTURA - 8.00 horas

ENCERRAMENTO - 19.30 horas

O encerramento do Cemitério da Freguesia é feito através de sistema automático, pelo que se pede a todos os seus visitantes a atenção para o horário e para a sinalização que alerta o encerramento.

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.



*Chamada para rede móvel nacional
**Chamada para rede fixa nacional

CENTRO DE ESTUDOS DE SÃO BERNARDO

Estrada de São Bernardo, 350
3810-174 São Bernardo

Contacte nos 916010288* ou 234482111**

email: candybarro@hotmail.com

Apoio ao estudo, explicações individuais ou em grupo
Atividades Lúdicas e Pedagógicas

Aberto das 8:30 às 19:00 mesmo em tempo de férias
(Ambiente acolhedor e familiar), com professores licenciados
Possibilidade de transporte o ano todo! Inscreva-se já!

FOI NOTÍCIA

CMA EM VISITA PELA FREGUESIA

A Câmara Municipal de Aveiro (CMA) esteve em São Bernardo para uma visita de trabalho, representada pelo presidente Eng.º Ribau Esteves, o vice-presidente Dr. Rogério Carlos e o chefe de Gabinete, Eng.º Guilherme Carlos. Neste importante momento de reflexão e trabalho foram reavaliados e reajustados alguns pormenores daquelas que são as mais importantes intervenções que se esperam para a Freguesia.

Em nota de imprensa podemos constatar o empenho na requalificação dos espaços verdes da Freguesia e a requalificação urbana em locais como a zona da aldeia desportiva, a requalificação do pavilhão e uma solução para o ex-centro de saúde mental.

Em análise estiveram ainda o corredor ecológico, a Alameda Padre Félix, projetos que ainda continuam em estudo e desenvolvimento.

No âmbito das intervenções garantidas pela delegação de competências está ainda a construção de um parque canino e o melhoramento de parques infantis.



ENCONTRO NO PARQUE

8 e 9 de setembro 2023

SEXTA E SÁBADO

MUITAS NOVIDADES

TASQUINHAS

CULTURA

ANIMAÇÃO

RECOLHA DE SANGUE

**dia 25 de junho, das 9 às 13 horas, na sede da Junta
de Freguesia de São Bernardo.**

Colabore com a Vida.

PADARIA / PASTELARIA
FIM DE SÉCULO

VENDA PARA PASTELARIAS

Rua Cónego Maio, 192 • São Bernardo AVEIRO

Telefone: 234 420 950

Chamada para rede fixa nacional

Não seja SECA!!! Poupe água!!!

**A água é
um bem escasso
e essencial à vida**



AMBIENTE**A NOSSA HORTA**

O projeto que tem estado a ser desenvolvido pela Junta de Freguesia está quase pronto. O terreno, cedido por um munícipe da Freguesia até ao final do mandato deste executivo, com possibilidade de renovação, vai poder ser utilizado por quem já se inscreveu havendo ainda algumas vagas para os interessados.

«Infelizmente, não conseguimos que o projeto avançasse mais depressa. Primeiro porque tivemos necessidade de, no ano passado, evitar o consumo de água e depois com o inverno não fazia sentido começar a plantar nem houve condições meteorológicas para desenvolver o projeto», informa a Junta de Freguesia. Os interessados podem inscrever-se na sede da Junta de Freguesia durante o horário normal de expediente e após a leitura do Regulamento que linhas gerais apela apenas ao bom comportamento, respeito pela sua convivência e pelo ambiente, fazer a sua inscrição.

Do programa da Junta faz parte a realização de algumas formações e a colocação de um pequeno posto de compostagem.

**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

Dias de Recolha

4ª e 5ª feira
Monos

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

Chamada para rede fixa nacional

ATUALIDADE

APOIOS ASSOCIAÇÕES 2023 AO LADO DA CULTURA, DA AÇÃO SOCIAL E DO DESPORTO

À semelhança do que tem vindo a ser prática, o executivo da Junta de Freguesia de São Bernardo, após análise dos projetos das associações sociais, culturais e desportivas da Freguesia, atribuiu os apoios que darão uma ajuda para as despesas correntes das associações.

«Sabemos a importância deste nosso importante e forte movimento associativo para as nossas famílias, jovens, seniores e para todos os que mais precisam. Relevamos com muito orgulho o bom trabalho que em cada uma das suas áreas de intervenção as nossas associações desenvolvem. São verdadeiros portos de abrigo para muitas pessoas. Por isso, e analisando os seus projetos, tentamos de forma justa atribuir um apoio que ajudará, estamos certos, no desenvolvimento de

alguns projetos e suporte das suas atividades diárias», afirma o executivo da Junta.

De ressaltar que para além deste apoio, «a Junta de Freguesia está sempre disponível para ajudar logisticamente ou da forma que melhor poder servir as associações».

Foram entregues apoios financeiros às dez associações que apresentaram o seu projeto e reúnem as necessárias condições legais, num total de 12580 euros.

Os apoios foram entregues numa cerimónia singela, realizada no dia 15 de maio, na sede da Junta de Freguesia e na presença dos representantes associativos e do executivo da Junta de Freguesia.



Telef. 234 130 239

Chamada para rede fixa nacional

Especialidades

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

Rua Cónego Maio 103 - D • 3810-089 Aveiro



Loja de animais

Rações | Snacks | Acessórios | Suplementação | Animais
"Rações para todos"

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

Tiago Moreira 914 734 477 Chamada para rede móvel nacional

inupet2020

@inupet_aveiro

TALHO PEDRO ALBERTO



R. Cónego Maio 180, 3810 - Aveiro

Tlf: 234 342 287

Chamada para rede fixa nacional

APOIOS 2023



Ana Rocha, Associação de Pais EB23 São Bernardo



Joana Paixão, Associação Pais EB1 São Bernardo



Lúcia Felício, Aplausos sem Reticências



João Carvalho, Centro Desportivo São Bernardo



APOIOS 2023



André Ferriera, Ass Musical Cultural São Bernardo



Helena Simaria, Grupo Cultural SB a Cantar



Pedro Branco, Agrupamento Escuteiros 1088



António Maio, Soc Musical Sta Cecília



Raquel Neves, APACID



Cacilda Marado, Fundação Padre Félix

ATUALIDADE

SAÚDE

O sol é essencial à vida, mas é preciso saber usufruir do que é bom e proteger-nos do que nos pode ser prejudicial.

Além de aquecer o planeta e ser responsável pela fotossíntese das plantas, garantindo o funcionamento das cadeias alimentares, o sol tem efeitos muito benéficos para a saúde, nomeadamente ao nível dos músculos e articulações, desempenhando uma função antirreumática. O sol pode ainda ter efeitos antidepressivos, pois influencia a produção de hormonas que contribuem para o bem-estar geral dos seres humanos. A pele pode também obter ganhos substanciais com uma exposição moderada à luz solar, já que a radiação ultravioleta estimula a síntese da Vitamina D3, que intervém no metabolismo do cálcio (com uma ação antirraquítica), podendo ter até um efeito preventivo no aparecimento de certas neoplasias. Além disso, a radiação solar pode também ser benéfica para quem sofre algumas doenças da pele, como a psoríase, a dermite seborreica ou a acne ligeira.

Mas é muito importante não esquecer que o sol em excesso tem efeitos adversos:

CURTO PRAZO

Pode originar queimaduras solares (escaldões), que podem atingir níveis de gravidade elevados. São especialmente perigosas as queimaduras solares nas crianças, causando insolação e desidratação que as podem deixar em risco de vida.

MÉDIO PRAZO

A radiação solar provoca o envelhecimento prematuro da pele, com perda da elasticidade e aparecimento de rugas, sinais e manchas inestéticas.

LONGO PRAZO

A exposição solar aumenta o risco de aparecimento

do cancro da pele. A exposição solar crónica está associada ao aparecimento de carcinomas baso-celulares e espino-celulares e a exposição aguda e intermitente (tipicamente a dos escaldões) aumenta o risco de aparecimento do melanoma, a forma mais maligna de cancro da pele. O vestuário é o melhor protetor solar, devendo o seu uso ser complementando com a observância de boas práticas na escolha dos locais e tempos de exposição ao sol.

RECOMENDAÇÕES

- ✓ Opte por uma exposição ao sol de forma gradual e progressiva.
- ✓ Evite a exposição solar entre as 12h30 e as 14h30 e se tem pele sensível, alargue o período de sombra evitando expor-se entre as 11h30 e as 17h30.
- ✓ Use t-shirt, chapéu e óculos de sol nas horas de maior calor e procure o abrigo de uma sombra.
- ✓ Não deixe que as crianças permaneçam expostas ao sol, mantenha-as vestidas e protegendo a cabeça com chapéu.
- ✓ Aplique um protetor com Fator de Proteção Solar (FPS) superior a 30 nas áreas expostas e repita a aplicação após cada banho ou de 2 em 2 horas. Intensifique o grau de proteção no creme das crianças.
- ✓ Não aplique perfumes ou desodorizantes nas áreas expostas ao sol.
- ✓ Se estiver a tomar medicamentos, peça o conselho do seu médico sobre os riscos da exposição solar.
- ✓ Os pés sofrem frequentemente queimaduras solares que no futuro poderão ser nefastas. Assim, quando for à praia ou expuser os seus pés ao sol, não se esqueça de os proteger colocando protetor solar.



Isabel Lopes
Cabeleireiros
UNISSEXO

☎ 916 543 554

Chamada para rede móvel nacional



natur ria, lda

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

Chamada para rede fixa nacional Chamada para rede móvel nacional

Aveiro - Lg Cons. Queirós, 31 A/B (Largo Banda Amizade - Alboi)

Tel: 234 182 473 - Telem: 926 906 912

Chamada para rede fixa nacional Chamada para rede móvel nacional

Oliv. Bairro - Rua Conde Ferreira, 8 • 3770-211 Oliv. Bairro

Tel: 231 405 991 Chamada para rede fixa nacional

ATUALIDADE

PRAZOS DO IRS EM 2023

A entrega do IRS em 2023, referente aos rendimentos de 2022, é realizada de 1 de abril a 30 de junho. Isto independentemente da categoria de rendimentos. Este é um dos prazos do IRS que não pode mesmo falhar.

Até 31 de julho, a AT tem de enviar a nota de liquidação do IRS. Mas para isso é necessário que o IRS seja entregue dentro do prazo legal. É nesse documento que a AT mostra como calculou o imposto. Este é também o prazo limite para receber o reembolso, se for o caso.

Ao fecho desta edição, a Junta de Freguesia já tinha ajudado 50 municípios na entrega das declarações diretas de IRS. receber o reembolso, se for o caso.

**SEJA BRILHO
E
APAGUE A LUZ**

Sabia que a **iluminação** é responsável por cerca de **10 a 15%** do **consumo de eletricidade** total da habitação? **Aproveite ao máximo a luz solar** e utilize a iluminação artificial de modo responsável.

CRAVEIRO & GONCALVES, Lda

SEDE
Rua Cega | Apartado 5 | S. Bernardo
3811-601 Aveiro
Tel. 234 340 700 | Fax 234 340 709
Chamada para rede fixa nacional

SUCURSAL
Av. António Santos Leite, 301
4470-142 Maia
Tel. 229 432 800 | Fax 229 432 809
Chamada para rede fixa nacional

Acesso ao cliente
808 234 700
Chamada para rede fixa nacional

Email: geral@craveirogoncalves.pt
www.kirby.com/pt-pt/distributoricraveiro-goncalves-lda

KIRBY®

QUEIMAS E QUEIMADAS O QUE DIZ A LEI?

Quando o índice de perigo de incêndio rural no concelho seja inferior ao nível «muito elevado», as queimas de amontoados dependem de:

- Autorização da câmara municipal no período de 1 de junho a 31 de outubro, devendo esta definir o acompanhamento necessário para a sua concretização, tendo em conta a suscetibilidade ao fogo da área no dado momento;
- Mera comunicação prévia à câmara municipal, nos restantes períodos do ano.

Quando o nível de perigo de incêndio seja «muito elevado» ou «máximo», a queima de amontoados está sujeita a autorização da câmara municipal, que pode definir o acompanhamento necessário para a realização da queima. Para tal, contacte a câmara municipal, junta de freguesia, aceda à aplicação Queimas e Queimadas em fogos.icnf.pt/queimasqueimadas ou ligue para o 808 200 520.

No caso de ser abordado pela GNR terá que apresentar o comprovativo de autorização ou de comunicação prévia.

REGRAS DE SEGURANÇA

- ✓ Não queime com tempo quente e seco ou com vento.
- ✓ Escolha dias nublados e húmidos.
- ✓ Leve consigo o telemóvel para dar o alerta em caso de incêndio.
- ✓ Faça a queima acompanhado.

COMO FAZER UMA QUEIMA

- ✓ Faça amontoados de pequena dimensão. Se tiver muitos sobrantes faça vários montes e queime aos poucos.
- ✓ Afaste o amontoado de sobrantes a queimar de pastos, silvados, matos ou árvores.
- ✓ Retire com uma enxada toda a vegetação à volta do amontoado, numa faixa de pelo menos meio metro de largura e molhe-a bem com água.
- ✓ Tenha sempre junto a si um recipiente com água ou mangueira ligada.
- ✓ Mantenha-se vigilante. Se saltar uma fagulha, apague-a de imediato.
- ✓ Mantenha-se atento à velocidade e direção do vento pois a queima pode descontrolar-se. Não inale o fumo. Proteja-se com um pano húmido sobre a boca e nariz. O fumo pode ser-lhe fatal.

- ✓ Nunca abandone a queima até estar terminada.

O QUE FAZER SE A QUEIMA SE DESCONTROLAR

- ✓ Ligue o 112 e dê orientações precisas do local da queima.
- ✓ Dirija-se para um local seguro.
- ✓ Peça ajuda e avise os seus vizinhos e familiares.



Estrada de S. Bernardo, 192
São Bernardo • 3810-172 Aveiro
Telef.: 234 342 680 Chamada para rede fixa nacional
lusitanapadariapastelaria@gmail.com



MOVIMENTO ASSOCIATIVO

SOCIEDADE MUSICAL SANTA CECÍLIA

A Sociedade Musical Santa Cecília, comemora este ano, o centésimo, vigésimo aniversário. A abertura das comemorações aconteceu no passado dia 22 de abril com um Baile de Gala, na nossa sede e o encerramento será com novo Baile de Gala no próximo ano. Destacamos os três concertos da nona edição do AveirOrquestras, em 30 de setembro, 14 e 28 de outubro, com a participação da nossa orquestras e de orquestras do Porto, Braga e Almada e o Espetáculo no Teatro Aveirense no dia 26 de novembro. Um concurso de pequenos cantores, já realizado a 30 de abril, um espetáculo infantil de música, canto e teatro, a 18 de junho e um encontro de coros infantis a 16 de julho, marcam a programação para os mais pequenos. Haverá ainda vários outros eventos ligados às escolas de música, dança e teatro que todos os anos são realizados, nomeadamente a festa de encerramento da Escola de Música a 25 de junho e da Escola de Dança a 22 de julho.

INSCRIÇÕES ESCOLA DE MÚSICA, DANÇA E TEATRO

A partir do início de julho, estão abertas as inscrições para o próximo ano letivo (2023 – 2024) nas nossas escolas de música, dança e teatro, cujas informações podem ser solicitadas através dos seguintes contactos.

Escola de Música - 234 343 484

smsc@terranova.pt

Escola de Dança – 914 757 620

daniela_leite@hotmail.com

Escola de Teatro – 964 761 226

teatrosmsc@gmail.com

CULTURA PERTO DE SI

SÁBADO • 24 JUNHO 2023 • 21H30

AUDITÓRIO SM STA. CECÍLIA

GCR TAIPA • ART RIA ORQUESTRA

MÚSICA LIGEIRA • JAZZ

Sociedade Musical Santa Cecília
Teatro & Música

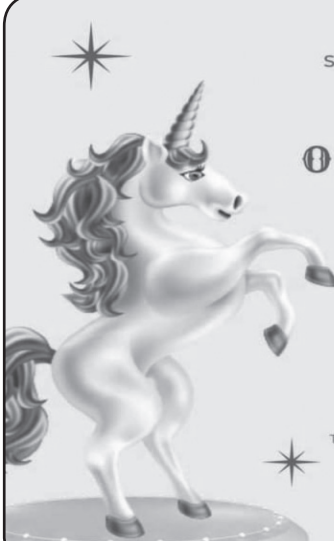
**O CAVALO DAS
CRINAS DE
OURO**

18.06.2023 | 16h

auditório Santa Cecília

com a participação dos alunos de
Teatro, Formação Musical, Atelier Musical,
Coro Infantil e Ensemble de Cordas

entrada gratuita



Projeto Emília



População-alvo: pessoas idosas
Território de abrangência: município de Aveiro
Objetivo geral: combater a solidão e o isolamento

Metodologias:

- Visitas domiciliárias
- Interação Social
- Atividades motoras/cognitivas/emocionais
- Encontros e convívios
- Satisfação das necessidades básicas
- Encaminhamento para serviços

Contactos:
daveiro.psicologia@cruzvermelha.org.pt
234 420 005 / 961 950 985 (chamada para rede fixa nacional / móvel)

traquinas kids
moda infantil

OUTLET

Rua Conego maio 152C
São Bernardo - Aveiro

Tlm: 965 293 173
Chamada para rede móvel nacional

FB: Traquinaskids

BRANCO & CA., S.A.



www.comag.pt

Comércio de Máquinas Agrícolas
Jardim e Construção

 SUBARU  CASTELGARDEN  **IRINO
e
WAKO**

MOVIMENTO ASSOCIATIVO

AGRUPAMENTO DE ESCUTEIROS N.º 1088

27 ANOS DE MUITA VIDA E ALEGRIAS

No dia 5 de maio, os escuteiros do Agrupamento N.º 1088 de S. Bernardo celebraram 27 anos da sua fundação.

Nesse dia, numa sexta-feira, iniciaram a celebração do aniversário, com uma vigília de oração, para refletirem sobre a promessa de alguns lobitos e escuteiros. Para alcançar a felicidade como BP (Baden Powell) nos ensina "o melhor meio para alcançá-la é contribuir para a felicidade dos outros", colocado em prática no sistema de patrulha do método escutista.

No dia seguinte, trabalharam arduamente e todos quiseram ajudar. As tarefas foram divididas por cinco grupos de trabalho: cozinha, livro de ouro, azulejo e fita do tempo, necessárias para a participação no Centenário do CNE.

Já no final do dia fizeram a promessa 18 escuteiros: 6 lobitos, 7 exploradores e 5 caminheiros. De seguida, os pais foram convidados para um banquete,

preparado pelos cozinheiros de cada unidade.

Durante o jantar houve grande animação pois, os animadores dinamizaram um grande Quizz, havendo um prémio para os vencedores. Essa foi uma oportunidade dos presentes conhecerem a história dos 27 anos de escutismo em São Bernardo.

Depois cantaram os parabéns ao Agrupamento e todos os escuteiros receberam a prenda - um saco de pano para transportarem a marmita nas atividades. Na continuidade do espírito de festa, o Agrupamento, participará na Festa do Centenário do CNE em Braga. Alguns dos seus elementos, irão representar o Agrupamento e a região de Aveiro no Fórum 100, uma oportunidade de discussão, debate de ideias e estratégias sobre diversos temas aplicados ao CNE – Corpo Nacional de Escutas.

*Texto elaborado por Pedro Palma – explorador e
Maria Teresa – lobita*





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
Chamada para rede fixa nacional

G-CORNER
GEOMETRICORNER, LDA. **Shop**

** Duplicação de Chaves.
* Automatismos.
* Comandos de Garagem.
* Comandos Auto.
* Cofres.
* Ferragens e Ferramentas.
* Abertura de Portas.
* Serviço Técnico ao Domicílio.*

José Molina
Tlf: +351 920.254.069
Chamada para rede móvel nacional

Chamada para rede fixa nacional
Tlf: +351 234.306.140
www.gcornershop.com

MOVIMENTO ASSOCIATIVO

FUNDAÇÃO PADRE FÉLIX

A Fundação Padre Félix é uma IPSS que, no seu historial, já regista trinta e três anos de actividade directa com as pessoas que, de algum modo, necessitam de ajuda para solucionar problemas vários: carência de bens alimentares, falta de emprego, dificuldade no pagamento de rendas, água e luz, necessidade de vestuário, electrodomésticos e mobiliário, e de orientação psicológica, entre outros; em suma, uma já longa missão na sua actividade de "Ajudar a Vencer"- o lema da Fundação Padre Félix.

No ano em curso, para além da actividade regular prestada pela Equipa Técnica, na entrega de alimentos, e de atendimento individual pela Directora Técnica, com o intuito de angariação de alimentos para a Fundação Padre Félix e de se contribuir para um outro olhar sobre a nossa cultura, desenvolvemos as seguintes actividades:

- Assistência à peça de Teatro, " Um Fantasma Chamado Isabel ", representada pelo grupo de actores da Santa Casa de Misericórdia de Vagos, no dia 15 de Abril, a custo zero. Na verdade, uma oportunidade de deleite, de convívio e de partilha de bens com a Fundação Padre Félix.

- Encontro de Poesia, desta vez com o poeta José Régio, tendo sido ditos pelos presentes alguns dos poemas do autor, no salão da Junta de Freguesia de S. Bernardo. Importa realçar

que foi um momento de grande significado, não só pela admiração que o autor nos merece, mas também pelos belos momentos musicais que nos proporcionaram os músicos que connosco colaboraram.

- Caminhada Solidária - realizada a 4 de Junho, teve como finalidade proporcionar uma vida mais activa e saudável e, naturalmente, a angariação de alimentos para os nossos utentes.

- Distribuição de folares e pequenas lembranças às nossas famílias, pela Páscoa.

- Oferta de uns miminhos às nossas crianças, no Dia da Criança.

Finalmente, resta-nos agradecer a todos os que facilitam e potenciam este nosso trabalho, bem como manifestar a vontade de que a Fundação continue a ser um lugar de encontro, de esperança e de mudança.

FUNERÁRIA DE AVEIRO
EVA & SILVA

Tel. 234 342 969/234 941 730 Chamada para rede fixa nacional

Tlm 919 756 655/ 919 220 920 Chamada para rede móvel nacional

Site: www.funerariadeaveiro.pt

e.mail: funeraria.evasilva@hotmail.com

Rua Cónego Maio, 123 - Loja B1

3810-089 SÃO BERNARDO



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

Chamada para rede fixa nacional

Facebook: www.facebook.com/farmaciaepeixinho

MOVIMENTO ASSOCIATIVO

APLAUSOS SEM RETICÊNCIAS

HISTÓRIA DE VIDA REAL - À CONVERSA COM JOÃO BATISTA

Cada vida é uma história, um longo livro de vivências. Podemos ler, interpretar, mas impossível sentir como o Ator Principal.

Há uns anos que o Sr. João mostrava vontade em contar a sua história de vida real e apresentar o livro “João Sem Nome” que escreveu.

E porque não homenagear uma pessoa enquanto vive e dá a sua voz? Foi neste contexto que no dia 27 de abril, estive à conversa com o Sr. João Batista que contou com emoção e alegria a sua vida difícil desde criança, intercalando com canções e fados, a um vasto público que o aplaudiu de pé.

Após ler o seu livro, fiz uns versos, espelhando a sua vida através deste belo fado tocado e cantado por Fausto Andrezo e acompanhado por todos os elementos do

Grupo Centro Animação Comunitária no refrão:

LIÇÃO DE VIDA (REAL)

Com apenas 6 aninhos, comecei a trabalhar
Sem amor e sem carinho, as cabras fui guardar
Mudava de Terra em Terra, com tanta facilidade
Passava fome de cão, com esta tenra idade.

Era tão jovem tão jovem e já tinha tanta idade
Não tinha ninguém no Mundo, p’ra me contar a verdade.

FUI TRABALHANDO E FUI CRESCENDO, DENTRO DE MIM, FUI DESCOBRINDO E FUI SABENDO

Por dormir ao relento, apanhei um resfriado
Sem recursos e alento, tive que ser internado
No dia em que tive alta, mais um dilema me assolou
Que vou fazer da minha vida, com a idade em que estou.

Fui pro Alentejo com a Mãe, que já se sentia doente
A minha perna também, não me era indiferente
Levaram a Mãe p’ra se tratar, eu voltei pró Hospital
Sem ninguém p’ra me cuidar, vivia numa amargura total.

FUI TRABALHANDO E FUI CRESCENDO, DENTRO DE MIM, FUI DESCOBRINDO E FUI SABENDO

A Mãe deixou-me um endereço, dum tio que em Cascais vivia
Consegui bilhete a bom preço e lá fui com alegria
Ainda não sabia ler, pelo caminho ia perguntando
Notícias da minha gente, com quem ia conversando.

A Mãe tinha falecido, mais uma esperança perdida
O Tio também tinha partido, nova desilusão assumida.

FUI TRABALHANDO E FUI CRESCENDO, DENTRO DE MIM, FUI DESCOBRINDO E FUI SABENDO

Aos 15 aprendi a ler, vim morar para Aveiro
Trabalhei na Empresa Boia, como Serralheiro
Conheci minha Saudosa Esposa, com quem constituí Família
Desta união nasceu a Eva, que nos deu muita alegria.

FUI TRABALHANDO E FUI CRESCENDO, DENTRO DE MIM, FUI DESCOBRINDO E FUI SABENDO

FUI TRABALHANDO E FUI CRESCENDO, DENTRO DE MIM, FUI DESCOBRINDO E FUI SABENDO

Letra: Lúcia Felício
A. Musical: Fausto Andrezo



TLM 932 519 399 Chamada para rede móvel nacional