



# BRISA DE MAR

DIRECTOR - DR. MANUEL ANTÓNIO SAMPAIO AZEVEDO  
DIRECTOR ADJUNTO - DR. ANTÓNIO MARANHÃO PEIXOTO

PROPRIEDADE - CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR  
ESTRADA REAL Nº91  
4740-512 - SÃO BARTOLOMEU DO MAR - ESPOSENDE

TEL 253 871 796  
FAX 253 871 649  
e-mail: csjmar@sapo.pt

PUBLICAÇÕES PERIÓDICAS



• BOLETIM MENSAL

OUTUBRO 2021

• N.º

442

• IV SÉRIE

AUTORIZADO A CIRCULAR EM INVÓLUCRO FECHADO DE PLÁSTICO OU PAPEL

União de Freguesias de Belinho e Mar

## PRESEPIOS NAS RUAS DE MAR

Tradição é tradição. E nada melhor do que sermos capazes de a manter viva, sobretudo, quando a mesma é sinal ou marca da nossa identidade enquanto comunidade.

Por isso, vamos manter a tradição tão bonita e criativa de construir PRESEPIOS nas ruas e becos de S. Bartolomeu do Mar, Esposende. Vamos permitir mais uma alegria diferente às nossas crianças e jovens e uma forma mais próxima da vivência do NATAL, enquanto nascimento do Menino que é Luz do Mundo!

Com criatividade, com festa e com alegria vamos enfeitar as nossas ruas nesta quadra natalícia e contribuir para um espírito mais fraterno e saudável, características sempre presentes no Natal.

É magnífico ver avós, amigos e vizinhos - de perto ou de mais longe - acompanhados pelos netos e demais crianças, a calcorrer e a observar os nossos presépios carregados de ternura!

A iniciativa é do Centro Social de Mar e vai na 14ª edição.

Redação\*

Centro Social de Mar

## ANDEBOL FEMININO ARRANCOU



O andebol feminino já rola a toda a velocidade e com entusiasmo no Centro Social da Juventude de Mar.

Cont. p. 2

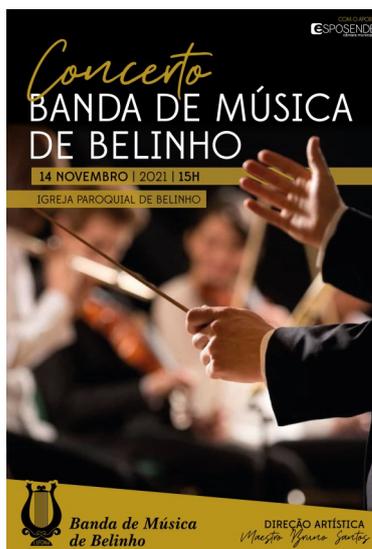
## EXECUTIVO TOMOU POSSE



No dia 16 de outubro o novo executivo da Junta da União de Freguesias de Belinho e Mar tomou posse: o presidente Manuel Abreu, ladeado por Carlos Lima e Carla Torres.

Cont. p. 7

## BELINHO: BANDA DE MÚSICA OFERECE CONCERTO



A Banda de Música de Belinho, Esposende, oferece o concerto "RETOMAR A ESPERANÇA", no dia 14 de novembro, na igreja paroquial. Entrada gratuita.

Cont. p. 6

**ESTRADA NACIONAL-13, EM BELINHO, METE DÓ PELA INSEGURANÇA QUE CAUSA AOS UTENTES: VEÍCULOS E PEÕES. SÃO MAIS DE TRINTA BURACOS OU LOMBAS!**

Cont. p. 7

## CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR

ANDEBOL FEMININO - ÉPOCA 2020-21 - BAMBIS - MINIS - INFANTIS - INICIADOS - JUVENIS - JUNIORES - SENIORES



## A BRISA DAS IDEIAS

Antony Capitão\*



**O Programa** | Passaram-se mais umas eleições autárquicas, eleições nas quais ainda continuamos a depender de freguesia alheia, sem um real poder de podermos governar “o nosso lugar” com a autonomia que as nossas leis permitem. Mas há um aspeto que não podemos esquecer: uma coisa são as leis, e a composição da nossa Assembleia de Freguesia; outra coisa é a vontade que temos para fazer uma série de iniciativas, que para serem levadas a cabo não precisam mais do que de boa vontade e organização.

Dispomos de amplos espaços, muitos dos quais usados parcialmente ou nem usados de todo. Quem nos impede de lá fazermos sessões de trabalho, cursos sobre aquilo que decidirmos ou conferências sobre os temas que mais nos interessam? Ninguém, não há ninguém que nos impeça. Podemos fazer muito daquilo que quisermos - vamos então ver aquilo que iremos fazer.

Antony Capitão | [antony.brisademar@gmail.com](mailto:antony.brisademar@gmail.com)

## DÁDIVAS DE SANGUE E REGISTO DE MEDULA ÓSSEA

A Associação Humanitária dos Dadores de Sangue do Concelho de Esposende informa que vai decorrer mais uma recolha de sangue e registo de medula óssea, nos locais e horas a seguir registados.

Apela-se a todos os habituais dadores para comparecerem à dádiva mais próxima, assim como àqueles que nunca deram sangue para experimentarem esta sensação de ser solidário. Basta estender o braço e deixar que a cadeia de solidariedade tenha continuidade. Do outro lado alguém vai agradecer este gesto tão nobre!

Os homens podem dar sangue quatro vezes ao longo do ano, enquanto as mulheres podem oferecer o seu precioso líquido três vezes ao ano.

Se é saudável e gosta de partilhar a alegria com os outros não hesite e compareça à dádiva de sangue. Vai gostar e alguém vai agradecer... anonimamente.

Vamos ajudar a salvar vidas, dando sangue!

**DEZEMBRO** - 5 – Vila Chã, Salão Paroquial; 7 - Curvos, Junta de Freguesia, das 15H00 às 19H00; 9 - Gemeses, Junta de Freguesia, das 15H00 às 19H00; **12 - BELINHO**, Junta de Freguesia.

*NOTA: As recolhas decorrem entre as 9H00 e as 12H30.*

Redação\*

## Desporto - Andebol Feminino

Continuação da p. 1



Aos poucos, tudo volta à normalidade possível. O desporto, como os demais setores de atividade nacional, não escapa a esta realidade nua e crua que afetou todos os países.

Assim, após duas épocas atípicas, motivadas pela pandemia Covid 19, com diversos e múltiplos constrangimentos de toda a ordem para a prática desportiva, o Centro Social da Juventude de Mar, de S. Bartolomeu do Mar, concelho de Esposende, regressa em força à prática do Andebol, modalidade tão acarinhada e que tão longe tem levado o nome da nossa freguesia, do concelho e da região pelos mais diversos recantos. Neste momento e após uma reestruturação profunda, da qual daremos expressão em próxima edição, encontram-se já a competir nos escalões de Seniores, Juvenis e Iniciados.

Assim, a equipa Sénior está a competir no Campeonato Nacional da 2ª Divisão Seniores Femininos e na Taça de Portugal.

Nesta mesma competição da Taça de Portugal, a Juve Mar venceu, com todo o mérito e justiça, a equipa do CD Xico Andebol, tendo-se apurado para os 1/16 Final, jogo que será realizado no dia 04 de dezembro próximo.

### Campeonato Nacional 2ª Divisão

RESULTADOS: : **Juv Mar, 20** x Caminha, 9; Didáxis, 26 x **Juv Mar, 20**; **Juv Mar, 16** x Vermoim, 22

### Taça de Portugal Seniores Femininos

RESULTADO: **Juv Mar, 26** x CD Xico Andebol, 23

### Campeonato Nacional Juvenis Femininos – Zona 1

A equipa de Juvenis está a competir no Campeonato Nacional Juvenis Femininos, Zona 1. Esta competição está organizada por zonas, apurando-se os primeiros classificados para a 2ª fase, distribuída por 3 zonas geográficas, no sistema se todos contra todos a 2 voltas.

Para a fase final apura-se o primeiro classificado de cada zona geográfica da 2ª Fase. Esta disputa-se em regime de concentração no sistema todos contra todos a 1 volta.

RESULTADOS: FAC, 02 x **Juv Mar, 44**; Fermentões, 21 x **Juv Mar, 39**; **Juv Mar, 34** x C D Xico Andebol, 16; Maia Stars, 21 x **Juv Mar, 32**

### Campeonato Nacional Iniciados Femininos – Zona 1

A equipa de Iniciadas está a competir no Campeonato Nacional Iniciados Femininos, Zona 1. Esta competição é semelhante à competição de juvenis.

RESULTADO: **Juv Mar, 34** x C D Xico Andebol, 18

Andreia Barros\*

## SITE DO CENTRO SOCIAL DE MAR

O Centro Social da Juventude de Mar criou um site para alargar, ainda mais, a forma de divulgação da instituição e das suas múltiplas e variadas atividades.

Os interessados podem consultar em [www.csjmar.pt](http://www.csjmar.pt)

### FICHA TÉCNICA:

**Nome:** “Brisa de Mar” - Proprietário e Editor: Centro Social da Juventude de Mar - N.º registo da pessoa coletiva: 501 087 524 - Conselho de Administração: Fernando Cepa, Manuel Azevedo e A. Maranhão Peixoto - domicílio, impressão e redação: Centro Social da Juventude de Mar - S. Bartolomeu do Mar - Urbanização da Bouça Grande - Estrada Real, N.º 91, 4740-512 MAR. **Telefone:** 253 871 796; **Fax:** 253 871 649 - **Email:** [csjmar@sapo.pt](mailto:csjmar@sapo.pt) **Diretor:** [diretorbrisdemar@gmail.com](mailto:diretorbrisdemar@gmail.com) - **Tiragem Mensal:** 500 exemplares - **Corpo Redatorial:** Chefe de Redação: Manuel Azevedo (CNID, 452); Fernando Cepa, A. Maranhão Peixoto; Paula Cristina Cepa - **Colaboradores:** Estêvão Abreu; Rev.º Pároco de Mar, Fernando Cepa (Desporto), S.ªrgia Pereira, Sofia Castilho, Sofia Sá, Carla Rodrigues, Sofia Enes, Rita Coutinho, Anabela Maranhão, Dr. Orlando M. Capitão, Manuela Capitão, Agrupamento N.º 82 - Escuteiros de S. Bartolomeu do Mar, Agrupamento de Escolas das Marinhas, Arq.ª António Veiga, M. Abreu, Patrícia Grave. **Correspondente em Belinho:** Manuel Fernando Meira Torres. N.º registo: 13553/86

# Noticiário Religioso

## Imaculada Conceição

### da Virgem Santa Maria

Foto: M. Azevedo



Imaculada Conceição, de

No próximo dia 29 de novembro, começa, na vida da Igreja, a novena preparatória da solenidade da Imaculada Conceição da Virgem Santa Maria, que se celebra no dia oito de dezembro, dia santo de guarda, em que os cristãos têm o dever de participar na Missa inteira e abster-se dos trabalhos servis.

São nove dias dedicados a refletir e meditar no privilégio que Deus deu a Maria de nascer sem a mácula do pecado original, com que todos nascemos depois do pecado original cometido pelos primeiros progenitores da raça humana, do qual não temos culpa alguma e que se apaga em nós pela celebração do sacramento do Batismo.

Na igreja paroquial de S. Bartolomeu do Mar, a vivência da novena será marcada pela recitação do terço, meia hora antes da Missa (18H00), em honra da Imaculada Conceição de Nossa Senhora. Na Eucaristia, no momento da homilia, será feita uma reflexão sobre a Senhora da Conceição e a oração universal será dirigida à especial intercessão de Nossa Senhora.

Que cada paroquiano de S. Bartolomeu do Mar possa dispor das suas vidas de tal modo que possa aproveitar a vivência da novena em honra da Imaculada Conceição da Virgem Santa Maria.

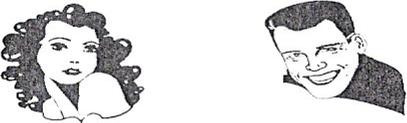
## Mês de novembro: "Mês dos fiéis defuntos"

O mês de novembro é designado, na vivência do povo cristão, como o "Mês das Almas" ou mês dos fiéis defuntos. Neste mês, somos convidados a levantar o nosso pensamento até às realidades de além-túmulo, nomeadamente, até aos novíssimos do homem: morte, juízo, inferno, Paraíso.

Este mês começa com a invocação da felicidade eterna, nesse estado de alma que chamamos o Céu: é a solenidade de todos os santos. Numa única festa, lembramos todos aqueles e aquelas que, tendo vivido na terra como nós, hoje estão já junto de Deus, vendo-O face a face, porque são semelhantes a Deus. Os santos intercedem continuamente por cada um de nós.

No segundo dia do mês de novembro, fazemos a comemoração de todos os fiéis defuntos. Recordamos todos os que partiram já do nosso convívio. Como não sabemos se estão já junto de Deus, somos chamados a ganhar sufrágios (orações, boas obras, esmolas) que devemos aplicar pelo eterno descanso dos nossos irmãos fiéis defuntos do Purgatório.

Sabendo que as nossas orações nunca serão desperdiçadas: se aqueles nossos irmãos e irmãs por quem rezamos estão já junto de Deus, a nossa oração é de intercessão junto deles para que eles, junto de Deus, intercedam por cada um de nós. Se os nossos irmãos fiéis defuntos ainda estão no estado de Purgatório, a purificar-se das suas faltas terrenas ou, pelo menos, das penas devidas pelas faltas cometidas, então as nossas orações têm valor de refrigério,



**Cabeleireira e Depilação  
CONCEIÇÃO MARANHÃO  
(UNISEXO)**

DE TERÇA-FEIRA A SÁBADO  
9h30 às 12h00 - 14h00 às 19h00

Tel. 253871068 - Tlm. 966847390  
Estrada Nacional 13  
S. BARTOLOMEU DO MAR

(Serviço ao Domicílio | Lares de Idosos)

Pe. Manuel  
Viana\*



para mover a misericórdia divina e apelar a Deus misericordioso e Pai de bondade, para que, na Sua infinita misericórdia, lhes perdoe todas as suas faltas cometidas e, quanto antes, os receba na serena paz do Paraíso.

É isto que se estende a todo o mês de novembro: refletir sobre as realidades de além-túmulo e rezar por todos os que já partiram. Na igreja paroquial de S. Bartolomeu do Mar, a vivência do mês dos fiéis defuntos está a ser marcada com a recitação do terço meia hora antes da Missa (ou seja, às 18H00), aplicado sempre pelo eterno descanso dos fiéis defuntos. No momento da homilia, é feita uma meditação sobre as realidades da vida eterna e a oração universal é, também, especialmente dedicada a pedir pelo eterno descanso dos nossos irmãos fiéis defuntos.

## Festa da Eucaristia



Crianças do 3º ano e respetivas catequistas.



Crianças do 4º ano e respetivas catequistas.

No passado dia quatro de julho, na igreja paroquial de S. Bartolomeu do Mar, dez crianças que, no passado ano de catequese, frequentaram com assiduidade e aproveitamento, o terceiro ano, celebraram a Festa da Eucaristia, também conhecida pela festa da Primeira Comunhão. A elas juntaram-se nove crianças que frequentaram o quarto ano.

Foi uma festa simples, como simples são as crianças, mas, mesmo assim, um pouco mais demorada do que o costume das Eucaristias de domingo (cerca de uma hora e quinze minutos).

Isso se deveu aos diversos gestos e diversos ritos que as crianças expressaram durante a celebração. Começou por, na entrada para a igreja, irem fazer uma vénia à pia de Batismo, em reconhecimento de que, no Batismo,

está toda a origem e fonte de vida cristã. No Batismo, tornámo-nos filhos de Deus, membros da Igreja e recebemos a fé, que é sempre um dom de Deus e que a cada um de nós cabe a tarefa de fortalecer a fé ao longo das nossas vidas. Sem fé, ainda que incipiente, estas crianças não poderiam celebrar a Festa da Eucaristia.

As crianças assumiram a proclamação das leituras e outros textos ao longo da Missa. Na homilia, o pároco exortou as crianças a participarem sempre na Eucaristia nos domingos ou nos sábados e a colaborarem na celebração das Eucaristias, como acólitos, leitores ou cantores. Lembrou aos pais que, para que tal seja possível, deverão arranjar formas de levar os seus filhos à igreja, seja pelo acompanhamento dos próprios pais, dos avós, dos irmãos mais velhos ou de vizinhos.

Estão de parabéns as crianças pelo modo como se prepararam para esta celebração e pelo modo consciente e muito empenhado como realizaram as diversas tarefas que lhes foram confiadas. Estão de parabéns e merecem um muito obrigado as suas catequistas pelo trabalho realizado ao longo do ano da catequese e na preparação e realização da festa.

Continua p. 5

## S. Bartolomeu do Mar: Terra de Presépios

Fotos: M. Azevedo

Este ano, e devido à pandemia que o país atravessa e vive, o Centro Social da Juventude de Mar não teve possibilidade de realizar a tradicional cerimónia de entrega dos certificados às pessoas que participaram na iniciativa "Presépios nas ruas de Mar".

No entanto, e como forma de publicamente agradecer tão carinhosa participação, o Centro Social não deixou de, presencialmente, agradecer a cada participante. Por isso, o presidente Estêvão Abreu deslocou-se a casa de cada participante para entregar o respetivo certificado. A volta ainda não foi toda concluída. O tempo não permitiu. Por isso, ainda falta entregar alguns, o que acontecerá quando as condições do tempo e do confinamento o permitirem.

Assim, vamos aproveitar este espaço do "Brisa de Mar" para publicar, aos poucos, a respetiva entrega de cada certificado.

Uma vez mais, o nosso obrigado pela participação.



*O presidente do Centro Social de Mar, Estêvão Abreu, entregou o certificado à centenária Casa Cepa, que constrói, desde sempre, o seu presépio na Cangosta Nova.*



*O presidente Estêvão Abreu entregou o certificado à Lurdes Arezes, cuja excelente colaboração surge, desde a primeira hora, com entusiasmo, na Rua dos Paulinhos.*



*O presidente Estêvão Abreu entregou o certificado ao José Cerqueira e Maltez, cuja iniciativa sempre original, surge, desde a primeira hora, na Rua dos Poços.*

Redação\*

Nota: Os artigos assinados são da inteira responsabilidade dos seus autores.

Os artigos em que a assinatura contém \* estão escritos segundo o novo acordo ortográfico.

## Uma Só Saúde

Patrícia Grave,  
Médica Veterinária\*



### Nutrição



Este mês continuamos na temática da **Nutrição**. Este assunto permanece cheio de dúvidas e mitos por desvendar. Procuramos a melhor dieta, ou seja, a fórmula ideal, que previna problemas de saúde, como a doença renal e a obesidade, e lhes dê a máxima longevidade.

A dieta perfeita teria que ser económica, prática, completa e sustentável. Todos a procuramos! Como ela ainda não foi encontrada mantemos algumas **regras de ouro**, que nos orientam sobre esta matéria:

**1 - Evitar o excesso de snacks**, mesmo que sejam próprios para cães/gatos. A oferta é excessiva na maioria dos casos e, por isso, perdemos a noção da dose diária de alimento que acabam por ingerir; como diziam os Estoicos: **Nada em excesso!**

**2 - Controlar a quantidade calórica diariamente fornecida.** Estipular um número fixo de refeições diárias, marcando num copo de medida a dose fornecida em cada uma delas. Em muitos dos casos, a disciplina dos donos conduz a um melhor controlo da condição corporal dos nossos animais.

**3 - Nunca dar apenas uma refeição diária.** Esta conduz a um grande esvaziamento gástrico e a muita ansiedade na hora da refeição. Em particular, nos animais jovens (aproximadamente até os 12 meses de idade), o alimento deve ser dividido em pelo menos 2 a 3 tomas diárias.

**4 - Cuidado com a oferta dos nossos snacks e petiscos.** Geralmente estes são ricos em açúcares, sal e gorduras, tornando-os mais caprichosos e exigentes com a sua própria ração. Para além de que podem conter ingredientes interditos, como falámos na edição do mês passado, como é o caso da cebola, do alho entre outros.

**5 - Escolher a alimentação adequada à fase de vida do seu animal.** Um dos critérios a ter em conta é a **percentagem de proteína** que a ração pode conter. Na fase jovem a sua concentração pode ser superior, relativamente à fase tanto adulta como sénior. Em casos de *stress* ou problemas comportamentais este e outros nutrientes devem ser avaliados, por forma a garantir que estão nas doses certas e não em excesso! Com o seu médico-veterinário poderá avaliar qual a composição mais adequada.

Por vezes, os casos de cristais na urina, que podem levar a infeções urinárias nos gatos, estão associados a alguns tipos de composição nutricional. Mais um motivo para abordar este tema em consulta, na hora das dúvidas.

Até ao próximo mês, com receitas caseiras específicas para eles!

PUB



TRAVESSA DA RUA CANGOSTA NOVA, Nº 1 - 4740-512 MAR

TELEM.: 968 994 261

## Noticiário Religioso

Cont. da p.3

Do terceiro ano, celebraram a Festa da Eucaristia as crianças *Beatriz Carqueijó Sá, Carolina Rocha Cardoso, Emília Beatriz Oliveira Correia, Iara Vieira Cachada, Margarida Maria Silva do Vale, Maria Inês Enes Carvalho, Miguel Rodrigues Lima dos Santos, Nayara Amorim da Silva, Pedro Miguel Pires Brás e Santiago Pedra Barbosa*. Foram suas catequistas *Ilídia Manuela Cardoso Lima e Tânia Capitão Figueiredo*.

Do quarto ano, celebraram a Festa da Eucaristia as crianças *Bruna Lima Saleiro, João Costa Cardoso, Luana Parente Vieira, Luna Santiago Alves, Margarida da Calçada Ferreira, Marta Silva Barbosa, Rodrigo Manuel dos Santos Carreira, Samuel dos Santos Gonçalves e Virgínie Parente Vieira*. Foram suas catequistas *Carolina de Abreu Martins Sapateiro e Sandra Maria Cepa Viana Enes*.

## Óbito



No passado dia 11 de outubro, faleceu, na sua residência, na Avenida de S. Bartolomeu, em Mar, **Maria dos Anjos Rodrigues Lima**, de 92 anos de idade, filha de Davide dos Santos Rodrigues Lima e de Beatriz Pereira da Costa Lima. Era viúva de Manuel Rodrigues Afonso dos Santos e mãe de Maria de Lurdes Lima dos Santos Saleiro Maranhão, António Rodrigues Lima dos Santos e de Maria Carolina, Maria da Conceição, Rosa, Manuel, Maria do Carmo, Maria Olívia, Maria Beatriz e José Carlos Lima dos Santos. Foi a sepultar no cemitério de Mar. Que o Senhor Ihe conceda o eterno descanso.

À família enlutada apresentamos os nossos mais sentidos pêsames. *Pároco\**

## NOVEMBRO: TEATRO NO AUDITÓRIO MUNICIPAL

Durante os meses de outubro e novembro, aos sábados, à noite, decorre o 11º Encontro de Teatros, no auditório municipal de Esposende. A organização do evento é da responsabilidade do GATERC, e conta com o apoio e colaboração da Câmara Municipal e da Esposende 2000, para além de várias empresas locais.

Assim, no dia 30 de outubro, foi apresentada a peça "Anjo", por Mara Correia, de Vila Real; no dia 6 de novembro, a peça "Semente - O homem que plantava árvores", por Nuria Quadrado, de Idanha-a-Nova; no dia 13, a peça "100 C@aras", com encenação de Jorge Alonso, de Caminha; e no dia 20, a peça "A vida é curta demais para passar lençóis a ferro", por Sofia Bernardo, de S. Martinho do Porto.

*Redação\**

## NOTÍCIAS DA ASSOCIAÇÃO

### ANIVERSÁRIOS

#### OUTUBRO

01 – Nuno Filipe Laranjeira e Sá, 41  
 02 – Manuel Cepa Pires Cerqueira, 78  
 03 – Cidália Maria Silva Afonso, 49  
 - Carla Isabel Meira Capitão, 37  
 - André Novo Rei, 28  
 06 – Dr. Manuel António Sampaio Azevedo, 65  
 09 – Francine Pires Sampaio, 52  
 12 – Adão Abreu Martins Cepa, 57  
 - Cristiano Rei da Costa, 15  
 13 – Jorge Manuel Carqueijó Saleiro Lima, 41  
 17 – Maria Cândida Abreu Sampaio, 72  
 18 – Profª Maria Emília Morgado M. Martins, 65  
 - Maria Isabel dos Santos Leitão, 47  
 19 – Manuel Martins, 85  
 20 – Piedade Laranjeira Capitão Vila-Chã, 61  
 - José Sampaio Cepa Meira, 61  
 - José Manuel, 76

- Maria Regina Afonso, 76  
 22 – Mariana Almeida Caramalho, 17  
 23 – Maria Alzira Cardoso Cepa, 65  
 24 – João Paulo Arezes Cepa, 38  
 26 – Maria Amélia Laranjeira Alves, 79  
 - Profª Dora Susana Fonseca Abreu Cepa, 49  
 28 – Manuel Fernando Capitão Couto, 56  
 - Profª Maria Edite Mourão Ferreira S. Azevedo, 68  
 29 – António Sampaio Capitão, 50  
 - Alexandra Leitão, 47  
 30 – Elisio José Afonso Faria, 46  
 - Jacinto Paulo dos Santos Leitão, 49  
 - José Manuel Capitão Carqueijó, 36  
 - Mara Peixoto Silva, 19

A todos os aniversariantes "Brisa de Mar" deseja muitas felicidades e longos anos de vida.

*Redação\**

## Colaboração

A colaboração de cada assinante, por mais pequena que seja, é sempre muito importante e bem vinda para a vida e sobrevivência do "Brisa de Mar".

Queremos que o Jornal chegue às mãos de cada leitor. Mas, em parte, tudo depende, e muito, da colaboração e apoio que cada um manifesta através da sua magnífica generosidade ao contribuir com a sua oferta de assinante, pois "grão a grão enche a galinha o papo", como diz o nosso povo.

Registamos os últimos assinantes que colaboraram connosco, a quem deixamos os nossos agradecimentos.

**José Capitão, 20 €; Susana Regado Coelho, 20 €; José Moreira Martins, 20 €; Delfim Cepa Rei, 30 €.**

*Redação\**

Pub

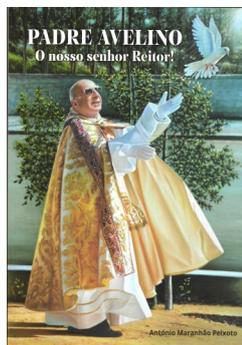
## Mercadinho Da Flor

- FLORES
- PLANTAS
- ARRANJOS
- LEMBRANÇAS
- ARRANJOS DE CEMITÉRIOS
- ARTIGOS DE DECORAÇÃO
- ACESSÓRIOS DE JARDINAGEM
- ARTIGOS PARA O LAR



Edifício São Miguel  
 Marinhas – Esposende  
 Telm.: 924 030 332  
 mercadinhodafior@sapo.pt

## PADRE AVELINO: O NOSSO SENHOR REITOR!



2021.

A obra dedicada ao carismático pe. Avelino Peres Filipe, de Curvos, apresenta uma "saudação" pelo Arcebispo Primaz de Braga, D. Jorge Ortiga, o prefácio constituído por um poema de Mário Martins/Frei Hermo da Câmara, seguindo-se todo o percurso desde

O mareense António Maranhão Peixoto apresentou no dia 29 de agosto o livro "Padre Avelino – O Nosso Senhor Reitor!", por ocasião das comemorações dos 50 anos de pároco das Marinhas.

A edição é da Fábrica da Igreja Paroquial de São Miguel de Marinhas, com capa de uma pintura do Mestre Fernando Rosário

o início da instrução primária até ao sacerdócio. Segue-se toda a ação multifacetada do sacerdote ao longo da sua vida, nas Marinhas, para terminar num rol de testemunhos de muitos dos seus paroquianos, em especial dos que lideram as instituições locais, muitas delas com a marca daquele sacerdote.

Na "Saudação" D. Jorge Ortiga realça "o entusiasmo que sempre colocou no seu ministério", referindo-se ao serviço do P.e Avelino, o qual se evidencia "na alegria de estar presente", característica tão peculiar da vida do pároco das Marinhas.

O responsável máximo da diocese termina com um voto de confiança em todos pois "ainda há muito caminho a percorrer".

No fundo, esta edição é uma homenagem forte e justa ao padre que fez das Marinhas a sua vida, envolvendo-se em todas as áreas do ser humano: religioso, social, desportivo, cultural...

*Manuel Azevedo\**

**DAR SANGUE É... DAR VIDA. DÊ SANGUE. SEJA SOLIDÁRIO!**

## POR BELINHO...

Correspondente:  
Manuel Fernando\*



### BANDA DE MÚSICA ORGANIZA CONCERTO

A Banda de Música de Belinho leva a efeito, no próximo dia 14 de novembro, pelas 15H00, na Igreja Paroquial de Belinho, um Concerto Musical, com o tema: "RETOMAR A ESPERANÇA".

A Direção da Banda de Música convida toda a população em geral a assistir a este concerto, informando que o mesmo irá ser transmitido através do facebook, da página da Paróquia de Belinho.

### COMISSÃO DE FESTAS E O S. MARTINHO

A Comissão de Festas de S. Pedro vai levar a efeito no próximo dia 14 de novembro, o S. Martinho, no Bar da Comissão, instalado no Parque de Estacionamento de Belinho.

Durante a manhã, o Bar estará em funcionamento, sendo ao meio dia servidos almoços.

Durante a tarde, haverá vários petiscos e castanhas à descrição, oferecidas pela Comissão de Festas.

A Comissão convida toda a população a participar, retomando-se assim uma tradição que esteve interrompida durante dois anos, devido à pandemia que afetou o país.

### SANTUÁRIO DA GUIA: PROFECIA

#### OU SIMPLES COINCIDÊNCIA

Nas minhas pesquisas efetuadas na Biblioteca Municipal de Esposende, em 1999, encontrei esta notícia publicada no Jornal o Povo Esposendense, número 1150, de 07/06/1930, que passo a citar:

" (...) Fomos estes dias, estrada fora, de longada até Belinho. E uma vez lá, demo-nos a fazer uma ascensão, a marinhar até à crista do monte, na ânsia de embebecer os nossos olhos e enlevar o nosso espírito na contemplação dos vastos horizontes e nos quadros panorâmicos que dali se descortinam, lá muito ao de cima de ao pé da microscópica ermida branca, alva de jaspe, que é o farol e guia dos navegantes que sulcam as águas revoltas e inquietas do mar e que tantas vezes impetram e suplicam o poder da Virgem Santíssima.

Virgem da Guia, - guiai-nos

Nas águas do mar. Levai-nos

Com dia a seguro porto...

E por terra as mesmas súplicas, os mesmos rogos que Ela, sempre complacente e magnânima e misericordiosa atende...

Por isso se vêem caravanas deromeiros, em cumprimento de votos, voltejar ao redor da sua ermida, desfiando o seu rosário de orações, vozeando baixo as suas preces em místico e doce recolhimento, reconhecidos e gratos às mercês e graças da Senhora da Guia.

Um dia, a Vossa ermida, tão pequenina para a grande devoção que inspirais ao nosso povo, hão-de transformá-la os devotos da terra onde operais os vossos milagres, substituindo-a por um templosinho mais significativo da gratidão de muito, se não de todos, a quem concedeis as Vossas graças e mercês.

De miudinha, ela há-de transformar-se em maior, onde caiba toda grandeza da fé que vive e perdura na alma do povo, desse bom povo de Belinho e dos peregrinos a quem beneficiais nos lances mais doloroso e desesperados deste mau e enganoso caminho da Vida. E com ele com todos os bons cristão *alguém* que respeita a vontade dos seus antepassados e que descende de grada e bemquista gente cooperará nessa obra no levantamento de um templosinho mais condigno da veneração e da devoção que Vos são tributadas.

Não faltam atractivos no monte da senhora da Guia. E por que ali os encontramos variados, nos detivemos uma hora segura encarrapitado e à roda de enormes penedos, toscos e disforme, demovidos pela curiosidade de conhecer de visu o que a tradição rezava e a lenda rumorejava pelos nossos ouvidos. Lá vimos e apreciamos a célebre e lendária Gruta do Monge, rocha mal conformada, broqueada pela natureza.

Dentro dela não cabe de pé uma pessoa de mediana estatura. Na grande concavidade outras pequenas concavidades e na abertura ou entrada os sinais bem visíveis e indicativos de ter existido nela uma porta, por cima, duas cruzes grandes, gravadas em baixo relevo. Um perfeito covil para refúgio lobos. E no entanto ali habitara e vivera durante, longos anos, o popular Monge, que não era qualquer anão mas um homem de estatura regular e de forte arcoaboço.

Conhecemo-lo. Em pequenino e moço o víamos algumas vezes a caminho ou de regresso das suas costumadas e assíduas peregrinações por Seca e Meca e vales de Santarém.

Chamavam-lhe o "Jóia", em Lisboa, onde fora vendedor de bilhetes de lotaria.

Porque razões deixou a Capital e se veio acoiatar, como um lobo, naquela gruta? Não sei. O que ouvia dizer é que amealhava avultado pecúlio e que vivia bem.

Um dia, Cupido jogou-lhe uma seta, e tão certeira, que lhe inoculou a vacina do Amor no peito. Passados uns tempos ligou os seus destinos a uma forte e sadia aldeã de Fonte Boa.

E nunca mais voltou ao ninho seu dilecto.

Um outro penedo nos causou surpresa e prendeu a atenção. Num dos lados vê-se junto como que o vulto de um homem, e com tal semelhança, que parece estar sentendo e com a cabeça apoiada a uma das mãos, em atitude meditativa e scismabunda. Os meus companheiros de excursão e os caros e estimados amigos que nos serviram de ciceroes, Agostinho Moreira e João Cirilo, tiveram a mesma estranha visão que eu tive, mesmo fitando-se o penedo de qualquer ponto do lado sul do monte.

Lá iremos no próximo domingo, colher mais impressões e orientamo-nos mais e melhor."

Quando encontrei a notícia, dei conhecimento da mesma ao saudoso Padre Leal, tendo o mesmo ficado muito emocionado. Com a recolha efetuada publicou uma pequena edição intitulada "O Monge da Senhora da Guia - Lendas e Narrativas", Belinho 2000.

Dado que no passado dia 09 de Setembro decorreram os noventa anos de nascimento do Padre Leal (09/09/1931), Grande Obreiro do Santuário da Senhora da Guia, e tendo perfeita certeza que esse *alguém*, mencionado na notícia foi o Padre Leal, em preito de homenagem menciono as principais datas que marcaram aquele espaço.

O Padre Leal assumiu funções de Abade de Belinho em 13/07/1969, falecendo, como abade de Belinho, em 31/05/2005.

Continua p. 7

Pub



SEDE:  
Subestação de Mendouro  
Anhões  
4590-020 Anhões

ESCRITÓRIO:  
Rua 25 de Abril, nº2  
Trav. Traseira  
4740-571 ESPOSENDE  
Tel. 253 967 856 Fax 253 967 858  
E-mail geral@eemv.pt

Pub



**Adelaide Carmo**  
Advogada

Morada  
Galeria Rodrigues Sampaio, loja A18  
4740-205 - ESPOSENDE

Tim  
926 966 089

E-mail  
adelaide.carmo-54296p@adv.oo.pt  
adelaide.carmo@hotmail.com

Pub



ÂNCORA - Tel - 258 959 140 - AREOSA - Tel - 258 808 090

Pub

**Abílio Cepa Cerqueira**  
CONSTRUTOR CIVIL  
OFICINA DE CARPINTARIA

Telef. 253 871 374  
MAR • 4740 ESPOSENDE

## ASSEMBLEIA DE FREGUESIA DA UNIÃO



Mesa da Assembleia de Freguesia da União



Restantes membros da Assembleia de Freguesia da União

No dia 16 de outubro, no salão nobre da sede da Junta, em Belinho, decorreu a instalação dos membros eleitos para a Assembleia de Freguesia da União de Freguesias de Belinho e Mar. A assembleia aprovou a proposta para o executivo da Junta de Freguesia.

Sandra Claro, ex presidente da Assembleia de Freguesia da União procedeu à instalação dos eleitos da assembleia de freguesia, que decorreu no passado dia 26 de setembro.

Posteriormente, o cabeça de lista, da lista mais votada, Manuel Abreu, apresentou uma proposta com os nomes para o executivo da Junta, a saber, Carlos Lima, de Mar e Carla Torres, de Belinho. Esta proposta

foi aprovada com sete votos a favor e duas abstenções.

Seguiu-se a chamada e tomada de posse dos novos eleitos que substituíram os eleitos para a Junta. Seguidamente, procedeu-se à eleição da mesa da assembleia, que ficou assim constituída: Adelaide Carmo, Presidente; Renato Torres, 1º Secretário; Filipe Moreira, 2º Secretário. Esta proposta foi aprovada com oito votos a favor e uma abstenção.

Após a eleição, Adelaide Carmo fez votos de um bom desempenho das funções por parte dos eleitos, e desejou quatro anos de debate frutuoso, em que cada um deve expor as suas ideias, e juntos encontrar as "melhores soluções para resolver os problemas emergentes", mostrando toda a "disponibilidade para o melhor das duas freguesias".

Manuel Abreu, que vai para o seu último mandato como presidente da Junta, agradeceu a colaboração "dos que terminaram o mandato, em especial ao Manuel Cadete" e ao Filipe Moreira, que mercê da lei da paridade em vigor teve de deixar o executivo. Aos novos eleitos deu as boas vindas e desejou que "se sintam bem nos cargos". Salientou que a Junta vai focar-se "nas pessoas e no programa eleitoral sufragado pela população".

Texto e Fotos: Manuel Azevedo\*

## BELINHO: ESTRADA NACIONAL 13 É RATOEIRA

A segurança dos peões e de quem circula na estrada deve ser uma constante para quem gere as vias e, sobretudo, para quem recebe os impostos dos veículos que nas mesmas circulam.

Já várias vezes trouxemos este assunto às páginas deste jornal no intuito de quem de direito garantir a segurança mínima a quem circula na Estrada Nacional 13, em Belinho, pois as condições que a mesma apresenta, na faixa norte-sul (Viana-Esposende) constituem uma autêntica ratoeira para todos.

A reportagem do "Brisa de Mar" contabilizou mais de três dezenas de situações que constituem um verdadeiro perigo para quem circula. Ultimamente, até colocaram uma cruz vermelha em algumas destas ratoeiras, para se tornarem mais atrativas... Aliás, o interesse das nossas entidades é de tal modo assertivo que nem sequer estão colocadas sinalizações a alertar os automobilistas e peões para estes perigos. Mas não isentam quem usa esta via do pagamento dos respetivos impostos.

Redação\*

## POR BELINHO...



Profundamente Mariano, ficou apaixonado pela Senhora da Guia, não descansando enquanto não deu início à sua missão.

Em 04/04/1972 iniciaram-se as obras na Capela, tendo sido concluídas em 1974, sendo benzida em 19 de maio desse ano, sendo celebrada nessa data a primeira missa.

Em 16/05/1976, foi benzido o Cruzeiro.

Em 1977, foi benzido o monumento em

granito em honra de Nossa Senhora mandado erigir pelos emigrantes de Belinho.

Em 06/11/1977, foi realizado o primeiro casamento na nova Capela.

Em 20/01/1979, a capela passou a dispor de luz elétrica e em setembro de 1980 foram construídos os primeiros degraus daquilo a que viria a ser o escadório que, atualmente, dá acesso, subindo a encosta do Monte da Guia, à capela do mesmo nome.

Em 26/07/1984, foram colocados projetores externos na capela, tornando a capela bem visível à noite.

Em 12/09/1988, começaram as obras de construção do Escadório, sendo colocado o primeiro degrau em 30/01/1990.

Toda a pedra utilizada na construção do escadório foi retirada do Monte da Guia.

Em julho de 1999, foi apresentado o Brasão de Belinho, contendo como referência o Facho da Guia, num trabalho elaborado pelo Dr. Albino Penteado Neiva.

Em novembro de 1999, foi lançado o concurso para a construção da Estrada da Senhora da Guia.

Em setembro de 2001, iniciaram-se as obras da Estrada da Senhora da Guia.

Em 09/06/2002, realizou-se a primeira peregrinação arceprestal, sendo presidida pelo Arcebispo Primaz de Braga, D. Jorge Ortiga.

A partir dessa data, a Peregrinação Arceprestal passou a realizar-se no Terceiro Domingo de Maio, sendo a organização da responsabilidade do Arciprestado de Esposende, com a colaboração rotativa dos párocos e respetivas paróquias.

Após o interregno verificado nos anos de 2020 e 2021, devido à pandemia, a peregrinação do ano de 2022 será assegurada pelas paróquias de Belinho e Forjães, lideradas pelo pároco José Manuel Ledo.

Em 28/08/2005, foi inaugurado o monumento de homenagem ao Padre Leal.

Em 17/05/2009, foi inaugurado o arranjo urbanístico da zona envolvente ao Santuário.

Em maio de 2011, foram efetuadas obras de requalificação das casa de banho e "casa de apoio"

Nos anos de 2015 e 2016, foram realizadas importantes obras de melhoramento na zona envolvente, destacando-se a intervenção nos Parques de Merendas com colocação de novas mesas, pavimentação dos espaços, colocação de uma cobertura, ajardinamentos e colocação de novas árvores.

Brevemente irão ser efetuadas obras de manutenção no escadório.

Nos últimos tempos o Conselho Económico e Pastoral e a Junta de Freguesia, têm desenvolvido um meritório trabalho na manutenção dos espaços, sendo vários os elogios dos visitantes que usufruem de tão encantador lugar.

Saibamos ser "bairristas" e orgulhosos da obra que **ALGUÉM** nos deixou.

Manuel Fernando\*

## AGRADECIMENTO

### MARIA DOS ANJOS RODRIGUES LIMA



A Família vem, por este único meio, agradecer a todas as pessoas que assistiram à funeral da saudosa extinta **MARIA DOS ANJOS RODRIGUES LIMA**, assim como àquelas pessoas que lhe manifestaram o seu pesar neste momento de dor e que participaram na Missa do 7º Dia

S. Bartolomeu do Mar, 2021.10.30

A Família

PUB



ISABEL PINHO  
CABELEIREIRA

Rua Vasco da Gama, Loja 14  
Esposende 4740 - 291

Tlm. 96 45 80 829  
email: ip.cabeleireira@gmail.com  
TLC - 253 - 048703



Contacto  
968 181 424

Rua da Urbanização, nº 30 • Lugar de cima - Mar  
4740-512 Esposende

## CANTINHO DO JARDIM

Rita Coutinho\*  
Educadora



### BIODIVERSIDADE: ANIMAIS



O Plano Anual de Atividades (PAA) constitui um dos principais instrumentos de trabalho e de práticas pedagógicas a desenvolver ao longo de um ano letivo.

O PAA do Centro Social da Juventude de Mar para o ano letivo de 2021-2022 tem como tema a *Biodiversidade*. Sendo este um tema abrangente, ao longo do primeiro período serão realizadas atividades

relacionadas com os animais da quinta, da selva e animais domésticos.

No mês de outubro, com o objetivo de conhecer os animais da quinta, bem



al para a sua conservação.

como explorar os sons produzidos pelos mesmos, em todas as salas da nossa instituição foi contada uma história relacionada com esta temática. Além disso foi também realizada uma atividade de expressão plástica que consistiu em criar, com partes do corpo, um dos animais da quinta.

Cuidar da Natureza está nas nossas mãos; por isso, ensinar às crianças o que ela é e como protegê-la é essencial

#### Escola Básica de Mar

### O Ciclo do pão - Do grão ao pão



Antes de chegar à nossa mesa, o pão passa por diferentes fases.

Em primeiro lugar, semeia-se o milho. Entretanto, este começa a crescer.

Quando fica maduro, ele é ceifado (cortado) e colhido.

A seguir, carrega-se o milho para o carro de bois ou das vacas e descarrega-se na eira. Seguidamente, faz-se a desfolhada do milho. Depois, malha-se o milho para separar os grãos do carunho. Entretanto, os grãos de milho espalham-se na eira para secar.



Quando está bem seco, junta-se e coloca-se em sacos e leva-se ao moinho para se moer e transformar em farinha.

Depois de transformado em farinha, esta é transportada para as padarias, onde o padeiro faz o pão.

Esta é a história do grão até se transformar em pão!

Texto – 2.º ano, turma MB  
Ilustrações – 1.º ano Turma MA

### Homenagem à Tia Micas do Lima



Em nome de toda a família, queremos agradecer a todos por partilharem connosco este momento de dor, por vermos partir a nossa querida avó Lima.

É um momento de muita tristeza, sem dúvida, mas ao

mesmo tempo, estamos felizes, pois a avó esteve connosco 92 anos.

Você e o avô deixaram-nos um grande legado: 10 filhos, 22 netos e 15 bisnetos, para já.

Sabemos que a vida que levou nunca foi fácil, muito pelo contrário, foi árdua e de muito sacrifício, mas mesmo assim, nunca deixou que nada faltasse aos seus filhos. Por isso, muito obrigado.

Se hoje estamos como estamos, foi fruto das raízes criadas pela tia Micas do Lima e do tio "Manel do Varisto", como eram carinhosamente conhecidos.

Não há saudade e distância que apaguem estes ensinamentos, estes momentos, estas recordações... Apesar deste vazio e tristeza, estamos crentes e confiantes que Deus a acolherá, de braços abertos, junto dos nossos familiares que já partiram.

É um privilégio enorme fazermos parte desta família que, acima de tudo, se tem mantido fiel aos valores e princípios transmitidos por vocês, avó e avô.

Por isso, muito obrigado.

Resta-nos dizer: um até já, avó!

A Família\*

### CONTAS DA ROMARIA DE S. BARTOLOMEU

RECEITAS: Festa do Menino: 230€; Bar: 4.860€; Tamboreiros: 1.910€; Lenha: 890€; Peditório na freguesia: 3.970€; lugares no Adro: 940€; Leilão Frangos: 880€; Rifas sorteio: 7.490€; Esmolas prato da Igreja: 5.770€. TOTAL: 26.940€.

DESPEAS: Iluminação Natal: 600€; GNR - Licença fogo: 113,85€; Tamboreiros: 450€; Iluminação arraial: 2.800€; Hastes altifalantes da torre: 100€; Coroa flores, sacristão: 50€; Computador sorteio: 299,90€; Palco: 250€; Cartazes, desdobráveis, crachás e coletes: 550€; Fogo artifício: 7.500€; Aquisição andor padroeiro: 900€; Aluguer andor artificial Srª das Dores: 230€; Escuteiros Mar: 500€; Bar: 3.191€; Ajudante da Igreja: 100€; Licenças direitos de autor: 79€; Talho: 537€; EDP: 69€; Álcool gel: 98€; Andor flores naturais: 1.400€; Pregador e serviços do pároco: grátis; Palco e geradores (Festa do Idoso): 400€; Augusto Canário e Amigos (Festa Idoso): 750€; José Manuel Abreu (Festa do Idoso): 350€; Licenças ruído e direitos de autor: 79€; Tipografia, cartazes e bonés (Festa do Idoso): 300€; Rede vedação: 120€; Jantar da Comissão de Festas (12 pessoas): 250€. TOTAL: 22.086,75€. SALDO: 4.853,25€.

SALDO DE 2020: 11.966€. SALDO TOTAL ENTREGUE AO CONSELHO ECONÓMICO: 16.819,25€. Mais 2.000 entregues em dinheiro à Comissão de 2022.

A Comissão da Romaria de S. Bartolomeu de 2021 agradece a prestimosa colaboração de todos os paroquianos de Mar e de todos os agentes económicos que participaram para o êxito das festividades.

Por outro lado, a Comissão finda deseja as maiores felicidades e sucessos à nova Comissão de 2022.

A Comissão de 2021

**Segundo Gestor**  
contabilidade & seguros

Av. Igreja, n.º 9 | 2.º Andar- Escritório L | 4740-571 Marinhãs  
253 96 40 50 | segundogestor@gmail.com

#### CONTABILIDADE

TRANSPARÊNCIA, RIGOR E EFICIÊNCIA

- Contabilidade Organizada
- Contabilidade Simplificada
- IRS/Validação de Faturas

#### SINTA-SE SEGURO

AO SEU LADO NO FUTURO

- Seguro Automóvel
- Seguro Multirisco Habitação
- Seguro de Vida / PPR



Allianz

LUSITANIA

FIDELIDADE

INFORMAÇÃO  
FISCAL RELEVANTE

Faça uma simulação aos seus seguros (Automóvel, Multirisco, etc.).  
**Sabia que se agrupar os seus seguros todos, consegue uma poupança de 20%.**