

O RIBATUA

ASSOCIAÇÃO
Santo Mamede

JORNAL TRIMESTRAL | Nº 02 | JUNHO 2017



Editorial



Quase findas as obras da construção da barragem de Foz Tua e já iniciadas as do já publicitado Parque Natural Vale do Tua, é imperativo meditarmos sobre o que foi ou poderia ter sido feito em prol da nossa freguesia, S. Mamede Ribatua.

O que foi feito:

- Foram expropriadas áreas de terra de cultivo e floresta, agora alagadas, e é generalizada a opinião dos ex-proprietários que foi compensatório, devido à impossibilidade de cultivo, em alguns casos, e noutros a dificuldade de acessos.

- Durante os anos da construção da barragem o movimento de pessoas, afetas, gerou a possibilidade e aumento de negócio e algum emprego temporário.

- Pela negativa, o piso da estrada nacional Alijó - Tua, devido ao elevado tráfego de veículos pesados, mais carga, necessita de obras de reposição. Será que vão ser feitas?

- Foram colocadas placas informativas, uma à entrada de S. Mamede Ribatua (no sentido Alijó S. Mamede) e outra na conhecida como rotunda do grémio em Alijó (tal como está na foto), esta a indicar o Parque Natural Vale do Tua para o centro da Vila de Alijó – afinal em que ficamos? Permitam-me a ironia: qual está correta, a que está à entrada de S. Mamede Ribatua ou a que está na rotunda em Alijó? Será que o Rio Tua mudou de local? Ninguém pede explicações? Quem anda com falta de orientação? Foi-nos dada a explicação, por um responsável da Agência de Desenvolvimento Regional do Vale do Tua, que a placa colocada na dita rotunda, a apontar para o centro da Vila de Alijó, tinha como objetivo encaminhar os turistas para a sede do município, local indicado para se munirem de toda a informação. Não só a dita placa é desapropriada para o efeito pretendido/explicado, como é factual a inexistência de qualquer organismo informativo na Câmara Municipal. Por outro lado todos nós sabemos que, no Parque, há muito para concluir.

O que poderia ser feito:

Pelo menos um bom acesso público para albufeira com uma linha elétrica e não seria demais, por exemplo, na zona envolvente (próximo da ilha) fazer uma área de lazer, tipo parque de campismo com piscinas. Uma coisa sabemos a nossa freguesia foi a que ganhou mais terra alagada e a que perdeu mais benefícios com a barragem, comparando com os municípios limítrofes.

Será que ainda há tempo de alterar este paradigma?

Deixo aqui expresso o desafio aos atuais e futuros autarcas.



Por António Rocha
Presidente da Direção da Associação Santo Mamede

“TUA AVENTURA” – eis a nova Secção da Associação Santo Mamede, criada por um grupo de voluntários amigos da “terra” e das atividades ao ar livre, que tem por objetivo organizar ou apoiar manifestações de carácter cultural, desportivo e recreativo, para entretenimento da comunidade, tal como previsto na alínea d), n.º 2 do artigo 3º. dos seus estatutos.

Através desta Secção, que tem na sua base e no seu espírito a solidariedade, a Associação Santo Mamede poderá complementar a sua atividade principal [Serviço de Apoio Domiliário] e aproveitar os recursos existentes na nossa freguesia, em especial os recursos naturais, potenciando-os de forma a proporcionar momentos de lazer a toda a comunidade.

Aos poucos e com ajuda de todos os seus “amigos”, a Associação tem vindo a mudar o seu paradigma, em vez de instituição para a terceira idade, atualmente já podemos considerá-la uma instituição que “vive” para a comunidade, onde as várias gerações podem e devem conviver e caminhar lado a lado, sem preconceitos, mas sempre com a preocupação de integrar e ajudar aqueles que mais necessitam, independentemente da idade, do estado social, da cor partidária ou da religião que praticam.

A realização de eventos, como as caminhadas, os passeios BTT ou a prática de desportos náuticos, como a canoa-gem, entre outros que possam vir a ser organizados, beneficia não só a comunidade residente e os seus familiares que se encontram ausentes, e que têm um motivo acrescido para os visitar, mas também a freguesia e a região onde estamos inseridos, quer em termos sociais, quer em termos económicos, pois cada vez mais são os “turistas” que a visitam e que procuram descobrir novos destinos.

Existe muito trabalho para fazer... como por exemplo, a seleção e registo de alguns trilhos, para os podermos publicitar e chamar gente de fora (no Registo Nacional de Percursos Pedestres não se encontra o concelho de Alijó), assim como o melhoramento dos acessos ao Rio Tua e a divulgação das boas práticas para as atividades náuticas, em especial a segurança, onde a prevenção é essencial, de forma a evitar males maiores.

Neste âmbito, a Junta de Freguesia, que poderá contar connosco, tem um papel essencial, pois para além dos meios para o “trabalho de campo” é necessário um interlocutor com voz ativa junto de alguns organismos e institutos públicos.

Esta Secção estará sempre aberta a novas propostas e iniciativas que visem o interesse da comunidade Ribatuense



e em particular o interesse da Associação, quer sejam elas de âmbito solidário, recreativo ou desportivo, mas também cultural ou mesmo relacionadas com as atividades e o bem-estar da população, tais como a agricultura, a economia local ou a saúde, através de ações de esclarecimentos, por exemplo.

Temos plena consciência que o maior desafio a enfrentar é o envolvimento e a participação de cada vez mais pessoas nos eventos que se forem organizando, pelo que é imperioso, para o bem da comunidade, existir um sentimento de entreatajuda e um espírito de união e solidariedade.

Nesta terra de “artistas”, a desertificação e o envelhecimento da população, em especial daqueles que sempre dedicaram parte da sua vida na organização de eventos, obrigam a que novos “atores” entrem em cena, sob a pena de perdermos a nossa identidade.

O voluntariado e a iniciativa é o caminho... se todos contribuirmos com um pouco do nosso tempo livre para ajudar o próximo e a comunidade estamos também a ajudar-nos a nós mesmos, pois vamos sentir-nos melhor com a nossa consciência e com a nossa forma de viver. Não precisamos de residir na freguesia, por vezes basta participar nas atividades que se vão realizando e dar o nosso contributo. Em certos países, ditos desenvolvidos, o voluntariado já não representa um dever cívico mas uma “expressão de cidadania”, sendo usual perguntar o tipo de voluntariado que cada um pratica.

Ser voluntário faz-nos despir dos nossos preconceitos e olhar o próximo como ser igual, sem comiseração, com tolerância e amizade ...mas afinal o que seríamos nós e este mundo onde vivemos sem voluntariado?







A outorga de coutos constituiu prática medieval (séc. IX a XIII) e revela o forte poder das classes senhoriais. Por norma a autoridade no couto encarnava-se na pessoa do senhor, neste caso eclesiástico. Mesmo aos funcionários régios era vedada a entrada em terras coutadas. Habitualmente o rei reservava apenas para si a prerrogativa de aplicação da justiça suprema.



Pelourinho de S. Mamede de Ribatua
Cliché de A. Botelho

Neste contexto histórico, em 1115, D. Teresa, a mãe de D. Afonso Henriques, outorgou a S. Mamede carta de couto, em benefício da Sé de Braga, documento escrito que comprova a existência da povoação, já no início do séc. XII. Nasce o concelho, a 17 de março de 1262, no reinado de D. Afonso III, o rei que, em Portugal, ouviu pela primeira vez

em Cortes (Leiria) os homens-bons dos concelhos, o arcebispo de Braga, D. Martinho Geraldês, concedeu foral perpétuo aos moradores de Ribatua, "... *vobis populatōribus Santi Mametis et omnibus sucessoribus vestris facimus cartam de foro perpetuo...*". Fora a igreja com suas heranças e pertenças e fora ainda a pescaria que se chama Cachão das Lajes Más que retemos para nós assim como aos seus sucessores.

Assim, a Sé de Braga cria o concelho, sem abdicar da posse da totalidade do couto o que evidencia a riqueza do Rio Tua.

O concelho, por isso vila e couto – caso raríssimo – seria extinto, em 1837, e integrado no de Alijó,

Concretamente, foral ou carta de foral era um documento escrito outorgado pelo rei ou então pelo senhor, nobre ou eclesiástico, a determinada povoação e que regulamentava os direitos e deveres dos seus moradores entre si e o outorgante. Pelo foral criava-se o concelho, onde os seus habitantes desfrutavam de alguma autonomia que se resumia normalmente à escolha de magistrado e cobrador de impostos.

Embora as Inquirições de 1220 revelassem já um razoável povoamento, em S. Mamede (dezasseis casais), este foral visa favorecê-lo. Esse inquérito feito às populações destinava-se a inventariar os bens da Coroa protegendo-os da cobiça de alguns senhores que, em parte, tinham usurpado. Sabe-se que, aqui, o rei não possuía qualquer reguengo nem direito de padroado devido ao facto de a Igreja pertencer à Sé de Braga, sendo seu abade o padre João Moniz.

Na área dos domínios de Panóias, anteriormente formados por muitos povoados castrejos e celtas, em situação precária por causa das lutas entre Árabes e Cristãos, a Igreja desempenhou papel importante no repovoamento, tentando restaurar antigas paróquias e criando capelinhas e até freguesias.

Não admira pois que a Sé de Braga fosse donatária de diversos coutos, como o de S. Mamede, Gouvães e Provesende aos quais, nos séculos XII e XIII, os arcebispos concederam carta de povoação, no intuito de os desenvolverem.

A Semana Santa é considerada a última semana da Quaresma, período de quarenta dias de jejum, orações e penitências, em que o Domingo de Páscoa representa o ponto alto da Paixão de Cristo.

Esta semana é constituída pelo chamado Tríduo Pascal, incluindo a Quinta-Feira Santa, que comemora a Última Ceia e a cerimónia do lava-pés e também a Sexta-feira Santa que relembra a crucificação e morte de Jesus.

A Páscoa é seguida por um período de cinquenta dias chamado de Época da Páscoa que se estende até ao domingo de Pentecostes.



Domingo de Ramos



O domingo de Ramos celebra-se no domingo anterior ao domingo de Páscoa, e por isso uma semana antes da ressurreição de Jesus Cristo, e celebra a entrada triunfal de Jesus Cristo em Jerusalém. Segundo os quatro Evangelhos (*Marcos 11:1*, *Mateus 21:1-11*, *Lucas 19:28-44* e *João 12:12-19*), onde este grande acontecimento da vida de Jesus é mencionado, Jesus entra em Jerusalém montado em cima de um jumento sendo recebido pelo povo em festa, lançando os seus mantos à sua frente, assim como pequenos ramos de árvores, sobretudo palmeiras.



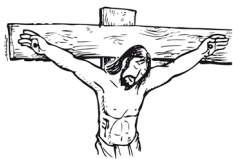
Quinta-Feira Santa

A Quinta-Feira Santa é a quinta-feira que antecede a celebração da morte e ressurreição de Jesus. É o quinto dia da Semana Santa e, é neste dia, que se celebra o lava-pés e a última ceia de Jesus com os seus apóstolos, segundo o relato dos Evangelhos.

A última ceia é o nome dado à última refeição que Jesus dividiu com os seus apóstolos em Jerusalém, antes da sua crucificação. Esta é a base escritural para a instituição da Eucaristia, também conhecida como “Comunhão”. Este ato foi relatado pelos quatro Evangelhos canónicos, onde afirmam que Jesus prevê a traição de um dos seus discípulos e que, antes do amanhecer do dia seguinte, o apóstolo Pedro iria negar conhecê-Lo.

Três dos Evangelhos relatam a instituição da Eucaristia, no qual Jesus reparte pão entre os discípulos dizendo: *“Este é o meu corpo”*. No fim da ceia, Jesus tomou do mesmo modo o cálice, dizendo: *“Este cálice é a nova aliança do meu sangue, que é derramado por vós”* (Lucas 22:19-20).

Em João 13:4-12, há um relato de Jesus lavando os pés dos seus discípulos antes da refeição. Nele, o apóstolo Pedro faz objeções e não quer permitir que Jesus lave os seus pés, mas Jesus responde-lhe: *“Se eu não te lavar, não tens parte de mim”*. Só então Pedro terá concordado. No mesmo Evangelho, é relatado que após a saída de Judas Iscariotes do recinto onde se realizava a ceia, Jesus conta aos apóstolos restantes que ele irá permanecer com eles por um curto período de tempo e transmite-lhes: *“Um novo mandamento vos dou, que vos ameis uns aos outros, assim como eu vos amei. Nisto conhecerão todos que sois meus discípulos, se tiverdes amor uns pelos outros”* (João 13:34-35). É também neste Evangelho que é relatado um grande sermão de Jesus aos seus discípulos, conhecido como “Discurso de Adeus”. Este discurso é geralmente considerado como a fonte da doutrina cristã.



Sexta-Feira Santa

Segundo os Evangelhos, foi neste dia que ocorreu a crucificação de Jesus Cristo e a Sua morte no Calvário e, é celebrado sempre na sexta-feira que antecede o domingo de Páscoa.

Segundo as narrativas, os guardas do templo, guiados pelo apóstolo Judas Iscariotes, prenderam Jesus que, depois de preso e interrogado, e sem nada preannunciar, foi levado para Caifás, que tinha o Sinédrio reunido (João 18:1-24). Muitas testemunhas acusaram Jesus, mas Este manteve-se sempre em silêncio.

Na manhã seguinte, Jesus foi conduzido até Pilatos, seguido por uma multidão, que O condenou por subversão ao Império Romano, por se opor aos impostos e por se autodenominar “rei”. Pilatos interrogou-O, e afirmou para a multidão que não havia fundamentos para condená-Lo à pena de morte, tendo decidido chicoteá-Lo e soltá-Lo, mas os sacerdotes incitaram a multidão a pedir que Barrabás fosse solto no lugar de Jesus. Quando Pilatos perguntou então o que deveria fazer com Jesus, a resposta por parte da multidão foi “*Crucifica-O!*” (Marcos 15:6-14). Entretanto, Pilatos manda chicotear e humilhar Jesus, enquanto os sacerdotes o informavam de uma nova acusação e exigiam-lhe que Jesus fosse condenado à morte por “alegar ser o Filho de Deus” (João 19:1-9).

Dirigindo-se novamente para a multidão, Pilatos declarou que Jesus era inocente e lavou as mãos, para mostrar que não teria nenhuma responsabilidade na condenação de Jesus, mas mesmo assim entregou-O para que fosse crucificado, e assim não surgisse nenhuma rebelião (Mateus 27:24-26). Jesus carregou a cruz até ao local da sua execução, ajudado por Simão Cireneu, onde foi crucificado entre dois ladrões (João 19:17-22). Jesus agonizou na cruz durante aproximadamente seis horas. Durante as últimas três, desde o meio-dia às três da tarde, uma escuridão cobriu “toda a Terra” (Mateus 27:45, Marcos 15:13 e Lucas 23:44).

Quando Jesus morreu houve terremotos, tumultos e a cortina no Templo rascou-se completamente. José de Arimateia e Nicodemos, membros do Sinédrio e seguidores de Jesus em segredo, foram ter com Pilatos e pediram-lhe o corpo de Jesus para que fosse sepultado (Lucas 23:50-52, João 19:39-40).

José de Arimateia lavou o corpo de Jesus, envolveu-o numa mortalha de linho e colocou-O num túmulo novo, que tinha sido escavado num rochedo e que ficava num jardim perto do local da crucificação. Nicodemos trouxe mirra e óleos para Lhe ungirem o corpo, como era costume dos judeus. Para selar o túmulo, uma grande rocha foi rolada em frente à entrada, e todos voltaram para casa para iniciar o repouso obrigatório do sabá, que começou ao pôr-do-sol (Mateus 27:59-60, João 19:39-40 e Lucas 23:54-56).

Domingo de Páscoa

O Domingo de Páscoa representa a Ressurreição de Jesus, que retornou à vida três dias depois, no domingo seguinte à sexta-feira, na qual foi crucificado. Este episódio encontra-se descrito nos diferentes Evangelhos, em que Jesus profetiza a sua morte e posterior ressurreição, e afirma ser um plano de Deus Pai para salvação e redenção pelos pecados do Homem na Terra.

Neste dia, segundo o Evangelho de João, Jesus apareceu entre eles, mesmo estando eles com as portas trancadas, e conferiu-lhes o poder sobre o pecado e o perdão. Uma semana depois apareceu a Tomé, que até então não teria acreditado. Jesus apareceu também a diversas pessoas durante um período de quarenta dias, dando assim muitas provas da sua ressurreição (Ato dos Apóstolos).



Concerto de Ramos - Orquestra Juvenil da Banda

No passado Domingo de Ramos, dia 9 de abril, pelas 16h, realizou-se no Teatro de S. Mamede de Ribatua um concerto pela Orquestra Juvenil da Escola de Música da Banda Filarmónica de S. Mamede de Ribatua, sob a regência de André Gomes Marinho, professor e orientador deste projeto.

Esta Orquestra é composta pelos alunos da Escola de Música, alguns deles já integram também a Banda Filarmónica, e também pelos seus professores, num total de cerca de 30 elementos.



Foi um concerto diversificado e que agradou o público presente que aplaudiu estes jovens músicos, que representam o futuro da banda. O concerto iniciou-se com a peça “A little concert suite” de Alfred Reed, dividida por quatro andamentos. Pôde ouvir-se também “Virgínia” de Jacob de Haan, “Majestia” do compositor James Swearingen, “Queen’s Park Melody” também de Jacob de Haan e, para finalizar, “Martinika” de R.F. Groba.

O salão de Teatro de S. Mamede de Ribatua esteve praticamente cheio e o público aplaudiu de pé e efusivamente estes jovens músicos, que apesar da sua tenra idade já demonstrar grandes capacidades musicais.

Foi deste modo uma tarde bem passada, e o jornal “O Ribatua” espera que surjam mais iniciativas deste género, não só para que os ribatuenses possam passar uma tarde diferente, mas também para que este espaço seja mais dinamizado.

Celebrações da Semana Santa



Como é tradição, celebrou-se mais um ano, na aldeia feliz, aquela que é a mais antiga e a mais importante tradição cristã: a Páscoa. A data da Páscoa determina todas as demais datas das festas móveis cristãs.

Como é habitual, estas celebrações iniciaram-se com o domingo de Ramos, no dia 9 de abril, onde, na Capela do Senhor do Calvário, a população se reúne para a bênção dos ramos, que servem depois para os afilhados oferecerem aos seus padrinhos e assim receberem por parte destes os respetivos folares. Depois desta cerimónia, a população segue em cortejo, acompanhado pelo som da banda filarmónica da aldeia, até à Igreja Matriz, onde se realiza a missa de “domingo de Ramos e da Paixão do Senhor”.

Na sexta-feira Santa, dia 14 de abril, realizou-se a procissão do Enterro de Jesus Cristo, onde seguem as imagens de Nossa Senhora das Dores, com o seu manto escuro, e Jesus Cristo deitado, que segue debaixo do pálio. Este ano, esta procissão realizou-se à noite excepcionalmente.

Para terminar e encerrar as celebrações da Páscoa, realizou-se no domingo de Páscoa o tradicional Compasso Pascal, que dividido por dois grupos, andaram de casa em casa, anunciando a ressurreição de Jesus e dando a beijar aos donos das casas e restante família a Cruz de Cristo.



VII Aniversário do Grupo de Cantares de Ribatua

Comemorou-se, no passado dia 22 de abril, o 7º aniversário do Grupo de Cantares de S. Mamede de Ribatua, que contou com um concerto comemorativo no salão do Teatro de S. Mamede de Ribatua e onde atuaram, não só o grupo aniversariante, mas também o Grupo de Cantares de Fornelas (Santa Marta de Penaguião).

Foi um concerto que presenteou os presentes com uma cuidada seleção de temas, provenientes do cancioneiro regional e tradicional português.

No final do concerto, e já na sede do Grupo de Cantares de Ribatua, realizou-se a festa de aniversário, onde não faltou música e boa disposição entre os presentes. Cantou-se os parabéns e partiu-se o bolo de aniversário.

O Grupo de Cantares de Ribatua é uma associação ainda jovem, mas que já realizou diversos concertos, não só em S. Mamede de Ribatua, mas também em diversas aldeias do concelho de Alijó.

Do jornal “o Ribatua”, desejamos muitos parabéns ao Grupo de Cantares de Ribatua por mais um aniversário e desejamos votos de um futuro cheio de sucesso.



X Feira da Laranja de S. Mamede de Ribatua



Realizou-se, entre os dias 28 e 30 de abril, a 10ª edição da Feira da Laranja e dos Produtos Regionais em São Mamede de Ribatua. O cartaz foi diversificado e foi um fim-de-semana cheio de atividades destinadas para todas as idades.

Nesta edição, a procura de stands excedeu as expectativas, pelo que não foi possível disponibilizar espaço a todos os que queriam desta maneira expor os seus produtos neste certame.

A feira iniciou-se na sexta-feira com a abertura feita pelos Presidentes de Junta de S. Mamede e do Município de Alijó, Engº. José Ribeiro e Engº. Carlos Jorge Magalhães, respetivamente. Marcaram presença também vários membros da Vereação e Deputados Municipais. Depois dos discursos de abertura, onde se enalteceu a importância deste certame



me não só para o desenvolvimento da economia local, mas também para a confraternização e animação da população, foi feita uma visita a todos os stands onde foi possível provar as deliciosas laranjas da terra, a rainha desta feira, tão apreciada por ser tão doce e sumarenta. À noite a festa continuou e, apesar do frio, o recinto esteve animado com o organista “Marcelo Pinto”.

No sábado, foi dia de madrugar para quem participou no Passeio Pedestre “Rota da Laranja”. Este passeio, aberto para toda a população, contou ainda com uma versão para participantes de geocaching, que ao longo de todo o percurso tiveram que descobrir vários “caixinhas” escondidas. Durante o percurso, foi possível contemplar as magníficas paisagens da nossa aldeia, sobretudo sobre o Vale do Rio Tua. A tarde foi preenchida pelas associações desta aldeia e também do concelho, iniciando-se com a atuação dos utentes da Associação Santo Mamede, que cantaram e animaram os presentes, sempre cheios de boa disposição. De seguida atuaram os Ranchos Folclóricos do Pinhão e de Carlão e, para fechar a tarde, o Grupo de Cantares de Ribatua. À noite, a animação esteve a cargo do grupo tradicional “Estrelas da Primavera”.

No último dia de feira, a manhã acordou com chuva e granizo, mas mesmo assim a festa continuou, pelo que os amantes do Todo o Terreno puderam por à prova os seus veículos durante todo o percurso da Rota da Laranja TT, ultrapassando os obstáculos previamente delineados pela organização desta prova.

Durante a tarde, a Banda Filarmónica de S. Mamede de Ribatua organizou o seu primeiro encontro de Bandas, convidando para o efeito a Banda Marcial de Ancede (Baião) e a Banda S. Cristóvão de Rio Tinto. Este encontro surgiu com o intuito de homenagear o ex-músico José Joaquim Vaz, por ter pertencido a esta banda durante 59 anos, tendo apenas desistido, em setembro do ano passado, por motivos de saúde, que o impossibilitou de continuar. Depois dos concertos das três bandas filarmónicas, foi estreada e interpretada em uníssono por todos os músicos de ambas as bandas a marcha de rua “José Joaquim Vaz”, encomendada para este dia e que tem como objetivo perpetuar o nome daquele músico no meio filarmónico, pelo seu esforço e dedicação durante os 59 anos enquanto músico da banda. A regência desta marcha estava a cargo do Maestro Valdemar Sequeira, que compôs a marcha, tendo o mesmo oferecido a partitura original ao homenageado.

Durante todos os dias da feira, estiveram também disponíveis no recinto várias atividades, desde insufláveis para os mais novos, tiro ao alvo, e algumas provas de desportos radicais, entre outras.

O encerramento da feira foi feito com mais animação, com o “Duo Art Som”, que puseram todos os presentes no recinto a dançar.





Vem aí o Verão - Que cuidados devemos ter?

O Verão é a estação do ano mais quente do ano, registando-se assim neste período as temperaturas mais elevadas e os dias mais longos.

Geralmente, o Verão é também a estação reservada para as férias! Calor, praia, piscina, gelados, t-shirt e calções, são exemplos de várias coisas em que as pessoas mais pensam nesta estação.

- Que cuidados deveremos ter?

⇒ Com o sol:

Usar sempre protetor solar. Devem evitar-se as horas em que a radiação solar é mais perigosa, ou seja, entre as 11:30h e as 16:30h;

⇒ Com a alimentação:

Os alimentos devem ser “leves”, permitindo assim uma melhor digestão. Quando o calor é em demasia, a digestão torna-se mais lenta e pode provocar indisposições;

⇒ Com os banhos na praia, rio ou piscina:

A ir à água, se esta estiver demasiado fria não se deve entrar de repente, pois o choque térmico pode ser fatal (pode provocar desmaios, paragem cardíaca, etc);

⇒ À noite:

Aplique sempre um creme hidratante que ajude a pele a restabelecer o seu equilíbrio e o descanso após um dia de exposição ao sol.

- A importância da ingestão de líquidos:



A ingestão diária de líquidos deve rondar os 1,5L... Deve beber-se sobretudo água e evitar bebidas com gás e alcoólicas.

Com o avanço da idade, esta indicação passa a assumir uma importância significativa, considerando uma maior vulnerabilidade e probabilidade para o desenvolvimento de manifestações orgânicas de desidratação celular.

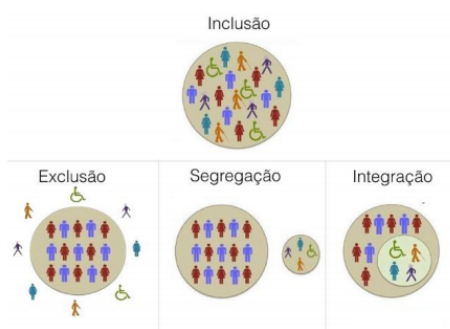
A hidratação adequada do organismo torna-se cada dia mais necessária por representar várias funções importantes:

- Facilita e melhora o funcionamento intestinal;
- Ajuda na expectoração de resíduos;
- É um importante regulador na manutenção ideal da temperatura corporal;
- Além de promover a revitalização das células, mucosas e pele, mantém a sua saúde e beleza!

Inclusão, vocábulo muito usado (e abusado!) em diferentes contextos de discurso. Mas o que é realmente uma sociedade inclusiva? Quais os grupos que beneficiam de uma sociedade realmente inclusiva? Quantas pessoas são excluídas, nos dias de hoje, em Portugal?

Inclusão, Exclusão, Segregação e Integração

Inclusão, vocábulo muito usado nos últimos tempos em vários domínios como na arquitetura, engenharia, informática, educação, psicologia, e principalmente na política. Facilmente explicável, através distinção de três outros conceitos: a Exclusão, a Segregação e a Integração.



Claramente, quando nos referimos a uma situação de exclusão, referimo-nos a dificuldades e problemas sociais que levam ao isolamento de determinado grupo de pessoas. **A pessoa excluída deixa de ter os seus valores e direitos reconhecidos.**

O conceito de segregação indica um reconhecimento das pessoas ou grupos sociais com problemas, no entanto, estas são separadas das demais, não interagindo, sendo mesmo postas de parte.

No âmbito da integração, as pessoas com dificuldades e problemas sociais são reconhecidas e criam-se condições para que estas possam participar nas mesmas atividades que as demais. No entanto, continuam a ser caracterizadas como grupos isolados.

A inclusão determina uma sociedade não discriminatória, aberta à convivência entre pessoas de todos os tipos e condições. Uma sociedade inclusiva deve potenciar para a efetivação dos direitos, necessidades e potencialidades das pessoas. O objetivo passa por garantir o acesso a pessoas com deficiência com autonomia a espaços, produtos ou serviços. Em suma, uma sociedade inclusiva não distancia as pessoas, agrega todos os cidadãos independentemente das suas capacidades, habilidades e condições.

Mas quem são estas pessoas? Quais os grupos-alvo mais frágeis que devem ser considerados para a sustentação de uma sociedade realmente inclusiva?

Desmistificando os conceitos de deficiência, incapacidade e necessidade especiais

Muitas vezes nos deparamos com os termos deficiência (em inglês: disability), incapacidade (em inglês: handicap) e necessidade especial (em inglês: special needs). Visto que estes conceitos são muitas vezes confundidos, baralhados e até utilizados erradamente, é necessário distingui-los já que existe diferenças entre eles.

O vocábulo **deficiência** é utilizado na área da reabilitação e da educação que **significa uma condição da pessoa resultante de um impedimento, uma limitação, perda ou anormalidade, no corpo humano (estrutura ou função)**, que é definida pela Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF como a variação significativa ao padrão estatístico estabelecido e apenas é utilizado neste sentido.

Convém ainda sublinhar que cada tipo de deficiência possui as suas características/especificidades e dentro de cada tipo, os indivíduos diferem e revelam necessidades e capacidades variadas. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), **uma pessoa com deficiência sofre de incapacidade** (problema na função ou estrutura do corpo), **atividade limitada** (dificuldade encontrada na execução de uma tarefa ou ação por um indivíduo) e **uma participação restringida** (problema experienciado por um indivíduo, no envolvimento numa situação do dia-a-dia).

Por outro lado, o termo “pessoa com deficiência” encontra-se definido na resolução da Declaração de Direitos das Pessoas Deficientes aprovada pela Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas, da seguinte forma, segundo a tradução de Romeu Sassaki: *“Pessoas com deficiência são aquelas que têm impedimentos de natureza física, intelectual ou sensorial, os quais, em interação com diversas barreiras, podem obstruir a sua participação plena e efetiva na sociedade com as demais”*.

Nesta linha, quando um indivíduo apresenta uma qualquer limitação física, mental ou sensorial, de essência permanente ou transitória, e que confina a sua capacidade de desempenhar atividade(s) básica(s) da vida diária, sofre de uma deficiência. Além disto, o ambiente social e económico pode agravar esta limitação.

Por sua vez, na CIF, **incapacidade** “denota um estado negativo do funcionamento da pessoa, **resultante do ambiente humano e físico inadequado ou inacessível, e não é um tipo de condição**”. O conceito de incapacidade acarreta um significado de conotação negativa, relativo ao funcionamento da pessoa. Segundo Sassaki, incapacidade é: “O resultado do ambiente humano e físico inadequado ou inacessível, e não um tipo de condição”.

Já, a definição de OMS, **pessoa com necessidades especiais não se restringe apenas a quem possui um tipo de deficiência** (auditiva, motora, visual, intelectual, distúrbio da fala), **mas também engloba quem, em algum momento ou situação, revele impedimento ou incapacidade de aceder a um conteúdo ou serviço**.

Depois desta distinção, importante para ser utilizados em contextos corretos de discurso é ainda essencial considerar outra variável para a potenciar sociedades inclusivas: o número de pessoas que têm necessidades especiais ou deficiência e/ou por algum motivo encontram incapacidades no acesso.

Estatísticas sobre deficiência: caracterização do caso Português

Foi apresentado um relatório da OMS e o Banco de Mundial em que se estima em **um milhar de milhões de pessoas com deficiência ou incapacidade**. Em Portugal, para a OMS, o número de pessoas com deficiência ultrapassa o milhão.

Sublinhe-se que para uma caracterização mais concreta da situação das pessoas com deficiência, em Portugal, utilizam-se os dados fornecidos pelo Instituto Nacional de Estatística (INE), tendo em conta os dois últimos atos censitários, o de 2001 e de 2011.

Especificamente, de acordo com os dados estatísticos do INE (Censos de 2001), Portugal tinha um total de população residente de 10 356 117 indivíduos. Este valor aumenta, segundo os resultados preliminares dos Censos 2011, (até à data de 21 de Março de 2011), registando

agora uma população residente de 10 555 853 indivíduos. Na última década, acentuou-se uma evolução positiva na dinâmica de crescimento (1.9%), na população residente. No caso concreto das **pessoas com deficiência, os censos de 2001 apontam para um total de 636 059**, um número um pouco abaixo do indicado pela OMS.

Desta maneira, consegue-se ter uma perceção do número de pessoas com deficiência, no nosso país, e como são categorizadas na perspetiva do INE. Todavia, mais nenhum dado é facultado para a caracterização deste grupo em Portugal. Seria pertinente caracterizar esta população específica, na perspetiva de enquadramento laboral com o objetivo de sabermos quantas pessoas com deficiência efetivamente trabalham, qual o tipo de trabalho que efetuam, sabendo quais os lugares que ocupam na economia portuguesa. Porém, esses dados não são facultados, apenas conseguimos encontrar uma breve caracterização sobre a população ativa com deficiência que data de 2001.

Parafraseando, o presidente da Associação Portuguesa de Deficientes (APD) Humberto Santos, **a abordagem do tema da deficiência ficou muito aquém das expectativas nos últimos censos**. Na análise dos itens dos questionários de recenseamento nacional, verifica-se que as perguntas lamentavelmente ignoravam este tema. O esforço na elaboração de um ato censitário, tanto laboral como económico, é considerável. Logo deveria maximizar-se o conhecimento obtido, abrangendo todos os temas de interesse nacional para a adoção de medidas e políticas que ponham fim à discriminação e ao isolamento destes cidadãos.

Assim sendo, em 2011, perdeu-se a oportunidade de utilizar este instrumento censitário para apurar com clareza a verdadeira realidade do nosso país, em relação às pessoas com deficiência. Mais uma vez, ficamos aquém dos diferentes países da Europa, já com grande sensibilidade no tratamento destes dados, como a Inglaterra, que divulga mesmo estudos do valor económico deste grupo na sociedade.

O presidente da APD afirma ainda que visto que os anteriores censos (2001) eram pouco intensos nesta questão, pensou-se que os últimos pudessem suprir as falhas de informações, mas pela maneira como foram definidos não conseguem colmatar esta lacuna.

Naturalmente, estudos estatísticos revelam-se cada vez mais importantes para o retrato real de um país. A caracterização de um grupo de pessoas não deve recair só em aspetos sociais e éticos, mas também económicos. Ora, **incluir questões sobre pessoas com necessidades especiais em atos censitários**, acrescentar estatísticas em planos de negócios das empresas tendo em vista este público-alvo, **constituem informações essenciais para a evolução de uma sociedade justa e economicamente inclusiva**.

Esta necessidade de informação está a ser apoiada pelo Governo, já que foi divulgado através da Secretária de

Estado para a inclusão das pessoas com deficiência, Ana Sofia Antunes, que o Governo se prepara para avançar com uma iniciativa para ultrapassar esta questão mal resolvida dos censos 2011. Uma “espécie de censos” da população portuguesa com deficiência e/ou incapacidades com o objetivo de obter uma caracterização deste público sem invadir a vida das pessoas, com a recolha de informação junto das autarquias, centros de saúde e instituições que trabalham com pessoas com deficiência, será coordenada pela Secretaria de estado.

O processo está no início, mas aguardamos os ansiosamente pelos resultados.

Por Tânia Rocha
Prof. Universitária e Investigadora



Crónica breve de perpétua gratidão...

Ao saudoso Arquiteto António Júlio Teixeira Lopes

Era uma vez um menino que vivia numa quinta rodeada de floresta. Assombrado por histórias de fantasmas de lobos comilões e almas penadas.

Em dia roxo de lírios e glicínias, o simplório anunciou aos bichos iletrados, na madeira da porta, o seu tenro aniversário.

Em tempo de pão azedo mais duro que farto, bem merecia o evento a publicidade. É que era a vez de o arrozinho-doce, perfumado a canela, honrar a modesta mesa de pinho.

Por feliz capricho do destino, acidentalmente o dono da propriedade pousou os olhos na mensagem. E não é que presenteou o menino com guloseima que este nunca suspeitara existir!

Ainda hoje o menino, já menos menino, das feras não guarda rancor.

Franzino, de tão seco de carnes fraca iguaria para os ferozes! Mas nunca fiando que o abocanharam.

E as almas penadas, fartas das penas do mundo, queriam lá saber de meninos e florestas!

Tão perseguidos os pobres lobos famintos pelos “cordeirinhos” que lhes negam o pão!...

Tão injustiçados os pobres defuntos pelos mercadores das crendices, na avidez da mais-valia que lhes negam o descanso!...

O menino, cada vez menos menino, traz ainda hoje nos olhos a luz da bondade do benfeitor.

E, por imperativo de consciência, não lhe nega naturalmente a gratidão. É por isso que, à sobremesa, prefere mousse de chocolate.

Por António Júlio Pinto da Rocha
Professor

Raquel Peixoto (ou Peixota) foi uma mulher de S. Mamede de Ribatua, que nas primeiras décadas do século passado se tornou conhecida a nível nacional pelas suas capacidades de atriz de teatro (amadora). Julgo que será uma ilustre desconhecida na terra que a viu nascer e viver. Importa, assim, redescobrir um pouco esta pessoa fora do vulgar. Pouco se sabe sobre as suas origens, família e modo de vida. Tenho conhecimento de que vivia numa pequena propriedade vizinha da Quinta do Carregal, e que tinha um filho chamado Eduardo Andrade, que foi cônsul de Portugal em Buenos Aires e que todos os meses lhe enviava dinheiro para a ajudar a viver melhor. Infelizmente, o filho faleceu cedo e Raquel teve de se manter com o que tinha; sendo uma mulher de gostos modestos e poupada, tinha amalhado uma razoável maquia e começou a comerciar roupas de senhora e criança, atividade que passou a ser o seu principal sustento. Atuou no teatro em S. Mamede, com tal sucesso que se tornou conhecida para além dos limites da sua terra natal. Quando ía a Gaia, o que ocorria



com frequência, ía sempre instalar-se na casa do Mestre escultor António Teixeira Lopes, atualmente Casa-Museu Teixeira Lopes, que muito a estimava e cujo talento deveras admirava. Para o meu avô José Marcel e primos era uma festa quando viam chegar Raquel. Com o seu feitio alegre e brincalhão, muito divertia a criançada. Teixeira

Lopes tinha em casa uma sala de teatro (ainda em atividade), onde além das representações de dramas e comédias, eram realizados concertos, palestras, etc. Na maioria das vezes, os atores e figurantes eram membros da família e amigos.



O escultor, que sempre procurou apoiar as pessoas de S. Mamede que revelavam talento para qualquer tipo de arte, não deixou de o fazer também com Raquel: Sendo amigo de Augusto Rosa, talvez o maior ator português de teatro à época, de quem fez um notável busto, deu-lhe conhecimento da existência da extraordinária declamadora e intérprete amadora e arranhou forma de que ele contracenasse com Raquel, o que veio a suceder no palco da referida sala de teatro. Augusto Rosa ficou tão espantado com as capacidades de Raquel que a convidou a participar numa peça de teatro que ele ia dirigir em Lisboa. Isto passou-se entre 1910 e 1917 (Augusto Rosa faleceu em 1918).

Infelizmente, Raquel Peixoto não aceitou o convite, renunciando assim a uma provável carreira de sucesso. Como curiosidade, acrescento que em 27 de Outubro de 1916, Teixeira Lopes, que fez 50 anos nesse dia, organizou na sua casa da Quinta da Obra (atual Quinta Vila Rachel) a representação duma farsa «Um menino por obra e graça», da sua autoria, em que contracenou com Raquel Peixoto, que foi muito apreciada pela assistência. Não me tendo sido possível obter informação adicional, interrogo-me sobre se existe algum parente vivo de Raquel Peixoto, caso em que seria deveras interessante um seu depoimento.

Deixo este modesto apontamento sobre esta invulgar figura de S. Mamede.

FONTES:

- Rocha, Pinto – «Monografia de S. Mamede de Ribatua» (1993)
- Rosa, Augusto – «Memórias e estudos» (1917)
- Correspondência entre José Marcel Teixeira Lopes e João de Araújo Correia
- Lopes, Teixeira - «Um menino por obra e graça» (1916)

Desta vez a minha crónica vai ser sobre a laranja de S. Mamede Ribatua que é conhecida como **“Laranja do Rei”** sendo considerada a melhor de Portugal. Antes de falar sobre a história, que parece uma lenda, sobre este nome da nossa laranja queria enaltecer a importância da Feira da Laranja com todas as atividades que lhe estão associadas como meio de chamar atenção para a nossa região, seus produtos e vivência das pessoas daqui. Com o novo leito do rio Tua teremos novas oportunidades de o incluir em atividades náuticas destas iniciativas no futuro.

Na Caminhada da Laranja organizada pela nossa Junta de Freguesia em 2016, quando o rio Tua ainda estava no seu modo “selvagem” de leito estreito e corrente forte com alguns rápidos, além de fotografar para memória futura registei



experiências recentes assim como histórias do vale deste rio com laranjais nas suas escarpas. Ao longo da caminhada apercebemo-nos de quanto é difícil a produção em terreno tão inclinado das deliciosas laranjas de casca fina, muito doces e sumarentas. Um companheiro desta aventura mostrou-me onde descansava quando subia desde criança com um saco às costas com laranjas. Eu também me lembro das minhas idas ao Canadão a pé ou no dorso de uma mula sem albarda para reduzir o peso, pois a inclinação e ausência de caminho apropriado levava o animal a escorregar na encosta. Só muito suor e abnegação tem conseguido o “milagre” destes pomares. Para melho-

rar a rentabilidade de modo a poder ser sustentável ter-se-ão de melhorar os acessos que ajudariam também a fomentar atividades ligadas ao turismo.

O caminhante além do deleite da paisagem descobre curiosidades como a rede de tubos pretos que cobre parte da encosta como uma teia para rega dos laranjais a partir da pequena albufeira do ribeiro da nossa aldeia perto da ponte romana. Este sistema complementa as nascentes e furos de água que de longa data tem permitido obter este fruto delicado das fragas e encostas inóspitas. Chamaram-me a atenção de uma nascente em particular a “racha”, também conhecida pelo nome “Gertrudes”, que servia de indicador para abundância ou seca de água em cada ano pelo seu comportamento na Primavera. Quando passei, escorria água desta nascente o que prenunciaria abundância de água nas outras nascentes naquele ano. Para se evitar o impacto da seca, seria importante que as autoridades e forças vivas da região se organizassem de modo a se obter o regadio dos laranjais a partir do rio Tua.

Agora a história que me contava a minha avó materna, da família Ferreira da Veiga, assim como a minha mãe e tios sobre a expressão “laranja do rei” que estaria ligada ao casamento do Rei D. Carlos I. Segundo essa história, no casamento do nosso rei D. Carlos I a laranja de S. Mamede Ribatua foi a escolhida para ser servida em tal evento. Na minha família contava-se que no laranjal do Canadão uma árvore teria sido marcada com o cunho da casa real a indicar a colheita nesse lugar das laranjas para esse casamento. Havia até na família um certo orgulho por a laranja da nossa aldeia ter sido a selecionada, obtendo aquela designação. Entretanto, alguns dos laranjais do Canadão foram comprados pela EDP por serem de utilidade pública para a construção da barragem da foz do rio Tua. Deste modo, torna-se difícil encontrar a árvore marcada pela casa real a indicar ser a “Laranja do Rei”. A não ser que existam provas registadas desta história pasamos a ter mais uma lenda da nossa aldeia.



Desde pequeno que tenho ouvido de familiares, de amigos ou mesmo de desconhecidos histórias da nossa aldeia ou de pessoas que cá viveram no tempo do volfrâmio, do transporte do vinho fino em carros de bois até aos pontos de carregamento dos barcos no Douro e da filoxera nas vinhas. Também ouvi relatos do tempo da guerra civil entre liberais e absolutistas, das invasões francesas. A nossa aldeia contém ainda vestígios romanos como moedas e vão-se transmitindo lendas de Moiras encantadas.

Aceitei o desafio de escrever crónicas sobre a Europa e a nossa aldeia. Espero que estimule conterrâneos a partilharem também neste jornal as suas crónicas, histórias da aldeia e vivências pelo mundo assim como ideias e sugestões para o futuro.



1 - Síntese Recapitulativa

Síntese recapitulativa Insere-se este meu segundo artigo no âmbito da colaboração que me foi solicitada sobre matérias jurídicas. Propus-me – esclareci no primeiro – “organizar nas suas páginas uma espécie de formação jurídica básica, um vislumbre profícuo das matérias do direito” com a preocupação não sobretudo de “transmitir conhecimentos avulsos, mas antes, sim” de “facultar ferramentas ou critérios que permitam integrar conhecimentos que de antemão todos nós já temos”.

Defendi também que “a formação jurídica do povo português deveria ser preocupação fundamental da ação

governativa”, pois relacionam-se os homens em sociedade “sobretudo através da prática de atos jurídicos, de diversas naturezas e formatos”, sendo o direito “a gramática da vida social”.

“Do mesmo modo que, para falarmos, organizamos as palavras em frases segundo princípios e regras gramaticais, também para nos relacionarmos com os outros, com as instituições e com o Estado temos de seguir regras e princípios jurídicos. E é assim em todas as vertentes da nossa vida. O direito criminal, por exemplo, protege os bens jurídicos essenciais da comunidade: a vida, a liberdade, a integridade pessoal (física e psíquica), a honra, a dignidade, o património (etc.). Mas se assim é, haverá melhor maneira de proteger e edificar a sociedade de acordo com os próprios valores ético-jurídicos que reputa essenciais do que ensinando às crianças e aos jovens, direito penal?... Não me parece.”

Exemplos vários foram dados, em todos os campos da nossa vida (família, trabalho, consumo, propriedade, organização social), em demonstração de que é segundo regras jurídicas que os homens se relacionam socialmente. Cumpre então, agora, avançar...

2 - A regra jurídica, regra social entre outras

Vários tipos de regras regem o mundo em todas as suas vertentes e em muitos casos o homem não faz mais (nem pode fazer mais) do que descobri-las. É assim com as leis da natureza, da física, por exemplo: o mais que podemos é tentar descortiná-las, apreendê-las. O saber científico vai tentando pois descobrir nos fenómenos da natureza, regras de funcionamento, isolando-as, percebendo-as, conjugando-as. Neste caso, o limite do homem, o seu máximo possível, é, por um lado, a compreensão da regra assente na prova, na demonstração, e, por outro, a utilização, o uso, o aproveitamento dessa regra.

A construção de um edifício está condenada a respeitar as leis da física – da gravidade, da resistência dos materiais, etc. Se as transgredir, a construção será mal sucedida, o edifício não chegará a erguer-se ou, chegando, cairá no preciso momento em que o ditarem as leis violadas.

Mas para além das regras científicas – estas inarredáveis – muitos outros sistemas de regras comandam a vida dos homens: as económicas, as morais, as religiosas, as de mera cortesia. Pois bem, a questão é então a seguinte:

Que traço distintivo apresentam as regras jurídicas face a todos os demais sistemas de regras que regem o mundo?

Esse traço distintivo há-de estar presente em todas as regras jurídicas independentemente de qual seja o ramo de direito em que se integrem. Há-de portanto ser também traço comum que a todas igualmente distingue.

Que qualidade, enfim, define a norma jurídica, permitindo considerá-la como tal?

3 - A exigibilidade

As regras jurídicas são normas sociais que absorvem em si mesmas preceitos de outras ordens de regulação, não sendo a juridicidade, em si mesma, avessa, repulsiva de nenhum tipo de conteúdos.

Uma norma religiosa pode simultaneamente ser jurídica – e assim sucede frequentemente nas sociedades submetidas a Estados religiosos. Inúmeras regras morais perpassam as leis, designadamente as penais, da família, do trabalho, do consumo.

Não é pois a natureza (religiosa, moral, política) da substância prescritiva ou proibitiva de uma norma que permite a sua qualificação como jurídica. É o quê, então? A sua exigibilidade.

O cumprimento da norma (que impõe ou proíbe uma conduta) é exigível, é-me exigível, é exigível ao outro? Se é, estamos perante uma regra jurídica, independentemente de qual seja o teor semântico que lhe corresponda. Isso distingue a regra jurídica da regra moral e de todas as outras regras dependentes da voluntariedade dos comportamentos.

A regra moral também prescreve e proíbe condutas – mas (enquanto regra moral) não as impõe genericamente, a menos que seja jurídica também. “Não matarás!” – diz o mandamento cristão e outros preceitos similares existem nas demais religiões monoteístas. Enquanto mandamento religioso, que impõe uma abstenção de conduta (“não matarás!”) tida como superiormente ordenada (por deus) e eticamente adequada (à convivência entre os homens), o acatamento dessa regra não poderia ser imposto. Mas pode, essa abstenção de conduta (“não matarás”) pode ser e é imposta – e quando transgredida é sancionável penal e civilmente por atuações das forças públicas. Por isso, porque pode ser imposto o seu cumprimento ou sancionada a sua violação, essa regra de raiz moral e religiosa é também jurídica. Por isso, porque o seu acatamento é exigível.

Já a norma religiosa (que também existe) “não abortarás em caso nenhum” – cujo conteúdo é da mesma natureza ôntica – não pode ser imposto a nenhuma grávida nos primeiras 12 semanas de gestação.

Nessas semanas, a interrupção voluntária da gravidez será, para certas pessoas, moralmente condenável, para outras ainda será pecado – mas ninguém pode exigir a nenhuma grávida se abstenha de abortar sendo essa a sua vontade pois até às 12 semanas está liberta do dever (jurídico) de levar a gravidez que a tomou até ao fim.

A exigibilidade característica da regra jurídica, impondo ou proibindo comportamentos sob ameaça exequível de sanção pública, explica o facto de ser também... campo em aberto, privilegiado, de luta constante entre opções de regulação contraditórias.

Na verdade, lutam os homens por revestir de exigibilidade os valores e pretensões presentes nas suas escolhas ou preferências políticas, filosóficas, morais e religiosas. E essas opções vencem quando se tornam regra jurídica.

As regras jurídicas são, enfim, regras sociais e de ordenação social que se distinguem das regras ou leis naturais e científicas porque estas são inescapáveis, independentes da vontade humana, e das regras sociais não jurídicas porquanto só o acatamento das regras jurídicas pode ser genericamente exigido (e imposto ou imposta sanção reintegradora em caso de transgressão).

As regras jurídicas não são inarredáveis – como o são as leis naturais – e estão perpassadas e revestidas de exigibilidade, qualidade comum presente em todas que a todas distingue das demais regras sociais que disputam a regulação dos comportamentos humanos.

Em suma: a minha moral é para mim; a minha filosofia de vida é para mim; as minhas opções religiosas ou a falta delas por preferência ateia, são para mim; as minhas preferências políticas são para mim – e o que é para mim não posso nem devo exigir nem tentar impor aos outros. Serão matéria de conversa, de discussão, de debate – mas não de exigência, de demanda, de legítima coerção. O que posso exigir dos outros – o que o Estado pode exigir a todos – é que não pratiquem atos proibidos e pratiquem atos obrigatórios prescritos, por lei.

Desta matéria, das imposições e proibições de acatamento genericamente exigível, é pois que se faz o Direito.



ADIVINHAS

Eu na água nasci, na água me criei e se me metem na água, lentamente morrerei!!

O que é que entra primeiro e só depois abre a porta?

O que é que é , que anda deitado e dorme de pé?

“Humor é piada,
Humor é veia.
Sem ele não somos nada,
É como uma aranha sem teia!”

ANEDOTAS



Na prisão, um preso pergunta a outro:

- Porque é que estás aqui?
- Concorrência comercial! - Responde o preso.
- Como assim?
- O governo e eu fabricamos notas iguais!

Pergunta a professora:

- Quantos anos tem o teu pai?

Responde o aluno:

- Tem 6 anos!
 - Como é que é possível? - Pergunta a professora.
- Explica o menino:
- Ele tornou-se pai só quando eu nasci!

Uma formiga a passar a linha do comboio entala um pé. Depois de um esforço e a ver o comboio aproximar-se, desiste e diz:

- Que se lixe!! Se descarrilar, descarrilou!

O mecânico para o cliente:

- Não consegui afinar os travões, por isso aumentei o som da buzina!



PRÓXIMOS EVENTOS

Data	Evento	Local
10 de junho	Marchas Populares de Santo António Baile - Daniel Moutinho	Jardim das Laranjeiras
24 de junho	Marchas Populares de S. João	Jardim das Laranjeiras
8 de julho	II Caminhada Associação Santo Mamede Sardinhada	Associação Sto Mamede
17 de agosto	Festa em Honra de Santo Mamede	S. Mamede de Ribatua
1 a 5 de setembro	Romaria em Honra de Santa Eufémia e N. Sra das Graças	S. Mamede de Ribatua