

Aldeia Ruiiva renovada



Pág. 5

Proença comemora Dia da Mulher



Pág. 12

Take 23

Via Sacra pela Diocese

Pág. 5

Proença-a-Nova

Cortiçada Art Fest está de volta

Pág. 9

Incêndios 2020

Apoios disponíveis

Pág. 10

Desporto

Veículos elétricos em Proença

Pág. 15

CAMPANHA DE
**ANGARIAÇÃO
de DONATIVOS**
0507 - BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS
PROENÇA-A-NOVA



> OBJETIVO DA CAMPANHA <
**REPOSIÇÃO DE 3 VIATURAS
ARDIDAS EM INCÊNDIO NO
VALOR TOTAL DE 507 000€**

MAIS INFO www.bvproencaanova.pt

DONATIVOS - IBAN:
PT50 0079 0000 607085771012 6



Domingo IV da Quaresma
Ano B * 14 - 03 - 2021

A liturgia do 4º Domingo da Quaresma garante-nos que Deus nos oferece, de forma totalmente gratuita e incondicional, a vida eterna.

Do Segundo Livro das Crônicas – (2 Cr 36, 14-16.19-23)

Naqueles dias, todos os príncipes dos sacerdotes e o povo multiplicaram as suas infidelidades, imitando os costumes abomináveis das nações pagãs, e profanaram o templo que o Senhor tinha consagrado para Si em Jerusalém. O Senhor, Deus de seus pais, desde o princípio e sem cessar, enviou-lhes mensageiros, pois queria poupar o povo e a sua própria morada. Mas eles escarneciam dos mensageiros de Deus, desprezavam as suas palavras e riavam-se dos profetas, a tal ponto que deixou de haver remédio, perante a indignação do Senhor contra o seu povo. Os caldeus incendiaram o templo de Deus, demoliram as muralhas de Jerusalém, lançaram fogo aos seus palácios e destruíram todos os objectos preciosos. O rei dos caldeus deportou para Babilónia todos os que tinham escapado ao fio da espada; e foram escravos deles e de seus filhos, até que se estabeleceu o reino dos persas. Assim se cumpriu o que o Senhor anunciara pela boca de Jeremias: «Enquanto o país não descontou os seus sábados, esteve num sábado contínuo, durante todo o tempo da sua desolação, até que se completaram setenta anos». No primeiro ano do reinado de Ciro, rei da Pérsia, para se cumprir a palavra do Senhor, pronunciada pela boca de Jeremias, o Senhor inspirou Ciro, rei da Pérsia, que mandou publicar, em todo o seu reino, de viva voz e por escrito, a seguinte proclamação: «Assim fala Ciro, rei da Pérsia: O Senhor, Deus do Céu, deu-me todos os reinos da terra e Ele próprio me confiou o encargo de Lhe construir um templo em Jerusalém, na terra de Judá. Quem de entre vós fizer parte do seu povo ponha-se a caminho e que Deus esteja com ele».

Salmo Responsorial – Salmo 136 (137)

Ref.: Se eu me não lembrar de ti, Jerusalém, fique presa a minha língua.

Da Epístola do apóstolo São Paulo aos Efésios – (Ef 2, 4-10)

Irmãos: Deus, que é rico em misericórdia, pela grande caridade com que nos amou, a nós, que estávamos mortos por causa dos nossos pecados, restituiu-nos à vida com Cristo – é pela graça que fostes salvos – e com Ele nos ressuscitou e com Ele nos fez sentar nos Céus. Assim quis mostrar aos séculos futuros a abundante riqueza da sua graça e da sua bondade para conosco, em Jesus Cristo. De facto, é pela graça que fostes salvos, por meio da fé. A salvação não vem de vós: é dom de Deus. Não se deve às obras: ninguém se pode gloriar. Na verdade, nós somos obra de Deus, criados em Jesus Cristo, em vista das boas obras que Deus de antemão preparou, como caminho que devemos seguir.

ACLAMAÇÃO ANTES DO EVANGELHO (Jo 3, 16)

Ref.: Grandes e admiráveis são as Vossas obras, Senhor.

Evangelho segundo São João – (Jo 3, 14-21)

Naquele tempo, disse Jesus a Nicodemos: «Assim como Moisés elevou a serpente no deserto, também o Filho do homem será elevado, para que todo aquele que acredita tenha n'Ele a vida eterna. Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Fi-

lho Unigénito, para que todo o homem que acredita n'Ele não pereça, mas tenha a vida eterna. Porque Deus não enviou o Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por Ele. Quem acredita n'Ele não é condenado, mas quem não acredita já está condenado, porque não acreditou no nome do Filho Unigénito de Deus. E a causa da condenação é esta: a luz veio ao mundo e os homens amaram mais as trevas do que a luz, porque eram más as suas obras. Todo aquele que pratica más acções odeia a luz e não se aproxima dela, para que as suas obras não sejam denunciadas. Mas quem pratica a verdade aproxima-se da luz, para que as suas obras sejam manifestas, pois são feitas em Deus.

Domingo V da Quaresma
Ano B * 21 - 03 - 2021

Na liturgia do 5º Domingo Comum ecoa, com insistência, a preocupação de Deus no sentido de apontar ao homem o caminho da salvação e da vida definitiva. A Palavra de Deus garante-nos que a salvação passa por uma vida vivida na escuta atenta dos projectos de Deus e na doação total aos irmãos.

Do Livro de Jeremias – (Jer 31, 31-34)

Dias virão, diz o Senhor, em que estabecerei com a casa de Israel e com a casa de Judá uma aliança nova. Não será como a aliança que firmei com os seus pais, no dia em que os tomei pela mão para os tirar da terra do Egipto, aliança que eles violaram, embora Eu tivesse domínio sobre eles, diz o Senhor. Esta é a aliança que estabecerei com a casa de Israel, naqueles dias, diz o Senhor: Hei-de imprimir a minha lei no íntimo da sua alma e gravá-la-ei no seu coração. Eu serei o seu Deus e eles serão o meu povo. Já não terão de se instruir uns aos outros, nem de dizer cada um a seu irmão: «Aprende a conhecer o Senhor». Todos eles Me conhecerão, desde o maior ao mais pequeno, diz o Senhor. Porque vou perdoar os seus pecados e não mais recordarei as suas faltas.

Salmo Responsorial – Salmo 50 (51)

Ref.: Dai-me, Senhor, um coração puro.

Da Epístola aos Hebreus – (Hebr 5, 7-9)

Nos dias da sua vida mortal, Cristo dirigiu preces e súplicas, com grandes clamores e lágrimas, Àquele que O podia livrar da morte e foi atendido por causa da sua piedade. Apesar de ser Filho, aprendeu a obediência no sofrimento e, tendo atingido a sua plenitude, tornou-Se para todos os que Lhe obedecem causa de salvação eterna.

ACLAMAÇÃO ANTES DO EVANGELHO (Jo 12, 26)

Ref.: Louvor a Vós, Jesus Cristo, Rei da eterna glória.

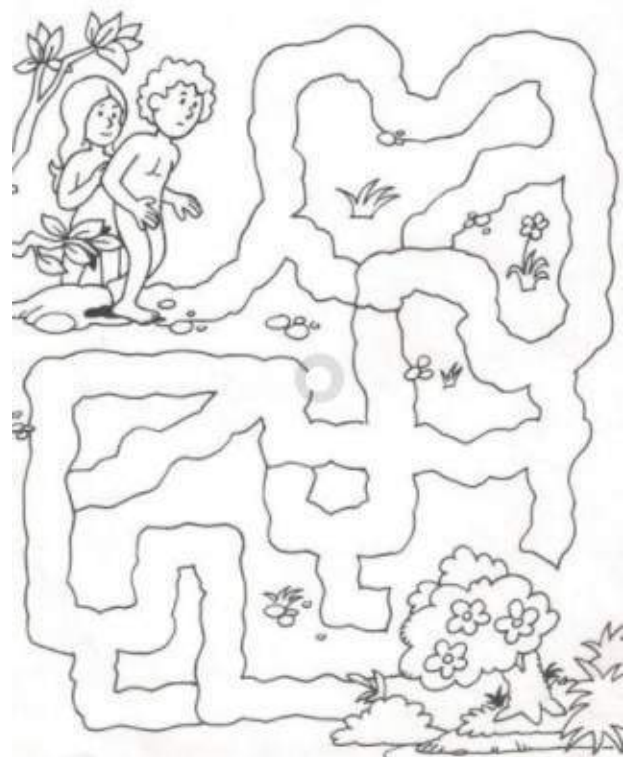
Evangelho segundo São João – (Jo 12, 20-33)

Naquele tempo, alguns gregos que tinham vindo a Jerusalém para adorar nos dias da festa, foram ter com Filipe, de Betsaida da Galileia, e fizeram-lhe este pedido: «Senhor, nós queríamos ver Jesus». Filipe foi dizê-lo a André; e então André e Filipe foram dizê-lo a Jesus. Jesus respondeu-lhes: «Chegou a hora em que o Filho do homem vai ser glorificado. Em verdade, em verdade vos digo: Se o grão de trigo, lançado à terra, não morrer, fica só; mas se morrer, dará muito fruto. Quem ama a sua vida, perdê-la-á, e quem despreza a sua vida neste mundo conservá-la-á para a vida eterna. Se alguém Me quiser

servir, que Me siga, e onde Eu estiver, ali estará também o meu servo. E se alguém Me servir, meu Pai o honrará. Agora a minha alma está perturbada. E que hei-de dizer? Pai, salva-Me desta hora? Mas por causa disto é que Eu cheguei a esta hora. Pai, glorifica o teu nome». Veio então do Céu uma voz que dizia: «Já O glorifiquei e tornarei a glorificá-l'O». A multidão que estava presente e ouvira dizia ter sido um trovão. Outros afirmavam: «Foi um Anjo que Lhe falou». Disse Jesus: «Não foi por minha causa que esta voz se fez ouvir; foi por vossa causa. Chegou a hora em que este mundo vai ser julgado. Chegou a hora em que vai ser expulso o príncipe deste mundo. E quando Eu for elevado da terra, atrairei todos a Mim». Falava deste modo, para indicar de que morte ia morrer.

DESCOBRIR O CAMINHO

Leve Adão e Eva ao Paraíso.

**SOPA DE LETRAS**

Pecados Mortais e remédios

T	F	H	P	D	I	L	I	G	Ê	N	C	I	A
T	E	C	A	C	Z	A	A	J	F	A	Q	I	S
C	I	M	A	I	W	M	B	Z	G	V	Q	X	S
L	H	T	P	R	N	Y	Q	T	G	A	R	K	B
F	U	M	P	E	I	V	V	V	Y	R	I	E	H
B	M	X	W	A	R	D	E	W	Y	E	P	R	C
V	I	W	Ú	J	C	A	A	J	N	Z	R	N	A
O	L	B	N	R	S	I	N	D	A	A	E	M	S
R	D	Y	H	W	I	Z	Ê	Ç	E	L	G	T	T
G	A	A	Q	U	U	A	G	N	A	D	U	D	I
U	D	P	B	Z	R	H	U	C	C	P	I	S	D
L	E	M	B	R	A	C	L	R	B	I	Ç	K	A
H	J	Q	F	S	Z	Q	A	X	J	Z	A	C	D
O	T	G	E	N	E	R	O	S	I	D	A	D	E

**Avareza; Castidade; Generosidade; Humildade;
Ira; Orgulho; Preguiça; Caridade; Diligência; Gula;
Inveja; Luxúria; Paciência; Temperança**

FICHA TÉCNICA:

Jornal de Proença: Quinzenário Regionalista * Publicações Periódicas * N° Registo ERC 100548 * N° Depósito Legal 476743/20 * **Proprietária/Editor:** Fábrica da Igreja Paroquial de Proença-a-Nova * NIF 500876886 * **Impressão:** Jornal "Reconquista" Rua S. Miguel nº3 6100-181 Castelo Branco * **Tiragem:** 1720 exemplares por edição **Director:** Pe. Virgílio Martins, C.P.P.S. (Carteira Profissional de Jornalista nº TE-1298); **Redactor Principal:** João N. Santos (Carteira Profissional de Jornalista nº 7887 A) **Colaboradores:** Pe. Luís Manuel Bairrada, Diác. Daniel Catarino, Alfredo Bernardo Serra, André Alves, André Ribeiro, Cristiana Farinha; Eduardo Miguel, Eveline Antunes, Inês Cardoso, Inês Sequeira, João Paulo Martins (Foto Pinha), José Pereira Bairrada (Prov. SCMPAN), Margarida Alves, Margarida Cardoso, Margarida Ribeiro, Maria Susana Mexia, Rui Lopes, Sandra Sofia Ribeiro, Sara Manso; Vitor Bairrada. **Desporto:** André Cardoso, Nuno Ribeiro (Carteira Jornalista nº CO-174A) * **Correspondentes:** Vergão: Edite Fernandes e João Paulo Marrocano; Cimagas: Virgílio Moreira; Peral: Cristina Dias; Pergulho: Luís Farinha; Relva da Louça: Abílio Lopes; S. Pedro do Esteval: Maria do Carmo. **Administração, Redacção e Edição:** Rua da Igreja, nº1, 6150-310 Proença-a-Nova * Telefone: 274 671 191 * Email: redacao@jornalproenca.pt * **Estatuto Editorial:** <https://jornalproenca.pt>

Assinatura Anual: 15 Euros (Nacional) e 20 Euros (Internacional); Pagamento por transferência bancária: Conta CGD IBAN PT50 0035 0672 0000 3002 4316 7 SWIFT/BIC: CGDIPTPL

Todos os direitos reservados. Interditada a reprodução, mesmo que parcial, de textos, fotografias ou ilustrações sob quaisquer meios, e para quaisquer fins, mesmo que comerciais. Os artigos de opinião são da responsabilidade dos seus autores.

'Não podemos ficar calados quando o terrorismo abusa da religião'

O Papa Francisco condenou, no Iraque, o terrorismo e a violência em nome da religião, falando na localidade iraquiana de Ur, a terra natal do patriarca Abraão, figura de referência para judeus, cristãos e muçulmanos.

"Da terra do nosso pai Abraão, afirmamos que Deus é misericordioso e que a ofensa mais blasfema é profanar o seu nome odiando o irmão. Hostilidade, extremismo e violência não nascem dum ânimo religioso: são traições da religião", referiu Francisco, durante um encontro inter-religioso pela paz.

Depois de ter conversado em privado com Aiatola Al-Sistani, maior figura do Islão xiita no Iraque, na cidade de Najaf, o Papa encontrou-se em Ur com líderes muçulmanos e com representantes de minorias religiosas – cristãos, mandeus (crentes que veneram São João Batista como messias) e yazidis, estes um grupo particularmente atingido pela violência do Daesh.

"Nós, crentes, não podemos ficar calados, quando o terrorismo abusa da religião. Antes, cabe-nos a nós dissipar com clareza os mal-entendidos", apontou.

Francisco evocou as "nuvens negras do terrorismo, da guerra e da violência" que atingiram o Iraque nas últimas décadas, afetando as várias comunidades étnicas e religiosas.

"De modo particular, quero recordar a comunidade yazidi, que chorou a morte de muitos homens e viu milhares de mulheres, donzelas e crianças raptadas, vendidas como escravas e



sujeitas a violências físicas e conversões forçadas", lamentou.

"Hoje rezamos por todas as vítimas de tais sofrimentos, por quantos ainda estão dispersos e sequestrados, para que regressem brevemente às suas casas. E rezamos para que em toda a parte se respeitem e reconheçam a liberdade de consciência e a liberdade religiosa".

Ur dos caldeus, uma das mais antigas e importantes cidades sumérias, é referida no primeiro livro da Bíblia, o Génesis, e é identificada como lugar de nascimento do patriarca Abraão.

"Hoje, nós, – judeus, cristãos e muçulmanos –, juntamente com os irmãos e irmãs doutras religiões, honramos o pai Abraão fazendo como ele: olhamos para o céu e caminhamos sobre a terra", disse o Papa.

Francisco disse que os crentes são chamados a mostrar a "bondade" de Deus através da fraternidade.

"Quem tem a coragem de olhar as estrelas, quem acredita em Deus, não tem inimigos para combater. Tem apenas um inimigo a enfrentar, que está à porta do coração e insiste para entrar: é a inimizade", indicou.

O discurso alertou para as várias crises que atingem a humanidade, criti-

cando o comércio de armas e a "idolatria do dinheiro", em particular perante os efeitos da pandemia.

"Não haverá paz sem partilha e acolhimento, sem uma justiça que assegure equidade e promoção para todos, a começar pelos mais frágeis", realçou o Papa.

O encontro inter-religioso teve leituras de passagens do Génesis (livro sagrado de judeus e cristãos) e do Corão, com testemunhos de uma mulher mandeia e um muçulmano sunita, bem como de dois amigos – um cristão e um muçulmano –, sobre as dificuldades vividas nos últimos anos, a necessidade de diálogo e o desejo de receber peregrinos no Iraque.

Francisco mostrou-se impressionado com o "exemplo heroico" de Najj, da comunidade sabeia mandeia, que perdeu a vida na tentativa de salvar a família do seu vizinho muçulmano.

Os participantes no encontro recitaram a "Oração dos filhos de Abraão", antes do encerramento da celebração.

O dia do Papa concluiu-se em Bagdade, na Catedral de São José, da histórica comunidade caldeia, que em 2010 foi alvo de um ataque terrorista da Al-Qaeda.

Agência Ecclesia

Pecadores sim, corruptos não!

A frase em título é do Papa Francisco, neste momento em Viagem Apostólica ao Iraque onde vai como "peregrino penitente, de paz e de esperança, em busca da fraternidade", esperando nós, unidos na oração, que seja coroada dos melhores êxitos.

Mas será que o pecado não é corrupção e a corrupção não é pecado? Com a devida vénia, vamos pedir mais uma vez a Sua Santidade o favor de nos desembaraçar dessa alhada, já que pecadores somos todos, a corrupção é camaleónica e tentadora, e corruptos não faltam a deambular por aí. Antes, porém, porque também é proveitoso em tempos de confrontação quarismal, quero acabar a história da semana passada, apresentando-lhes mais um bípede de singular estirpe. Peço ao leitor o favor de ajuizar se se tratará de um corrupto ou de um pecador.

Com certeza que o leitor se lembra que Naamã, sentindo-se curado da lepra, quis gratificar o profeta Eliseu com uma avultada oferta, o qual, mesmo perante a reiterada insistência de Naamã, sempre recusou, deixando até o general assírio um pouco constrangido pelo facto de não lhe ter aceitado nada. Mas a história não acabou aí, tornou-se rocambolesca e acabou mal. Um servo do profeta Eliseu, Geazi, ficou muito surpreendido, para não dizer escandalizado, pelo facto de Eliseu não ter aceitado a valiosa oferta do general Naamã. Caçoou com os seus botões de tal atitude, e, qual chico esperto, pensou que ele próprio é que poderia tirar proveito da situação. Porque a pressa urgia, não deve ter gastado muito tempo a magiar como armar uma espécie de golpe de baú a Naamã. Dá a impressão que só a muita prática por essas andanças, é que o fez, num estalar de

dedos, pensar a patranha, a tática e a estratégia para levar a cabo a sua vigarice. E logo saiu, levezinho, ao encontro do general assírio, já a caminho da sua terra. Quando Naamã o viu aproximar-se, talvez esbaforido pela corrida e a fazer sinais de paragem, Naamã desceu da carruagem, mui atencioso e rápido, e, na boa fé, foi ao encontro do finório a perguntar-lhe se alguma coisa havia acontecido: "Está tudo bem?" Geazi, sem titubear, logo responde: "Sim, tudo bem". Mas depressa desenrola a patranha a convencer Naamã que tinham chegado dois jovens dos lados de Efraim, discípulos do Profeta Eliseu, e que este o mandara atrás de Naamã para lhe pedir, para esses jovens, "trinta e cinco quilos de prata e duas mudas de roupas finas". Naamã, ainda a saborear a cura e algo desconsolado pelo profeta não ter aceitado nada, mostra-se muito gentil por ser um pedido do profeta Eliseu. E logo responde, duplicando a oferta: "Claro, leve setenta quilos". Como se não bastasse, depois de colocados os setenta quilos de prata e as mudas de roupa em duas sacolas, Naamã ainda enviou dois dos seus servos para levar as sacas e não sobrecarregar e cansar Geazi, o chico esperto. Quando chegaram à morada de Geazi, este pegou as sacolas das mãos dos servos, guardou-as em sua casa e mandou os servos de volta, sem sequer lhes oferecer uma bucha e um copito. O espertalhão serviu-se da bondade de Eliseu, da generosidade de Naamã e dos humildes servos deste general assírio. Mas, se Geazi saltou de alegria por ter conseguido o que queria com toda aquela ardisolosa solenidade, o tiro saiu-lhe pela culatra, foi mesmo um tesouro corroído pela traça. E se o leitor olhar bem para a cara dele, verá



D. Antonino Dias,
Bispo de Potalegre
Castelo Branco

que, de facto, ele não ficou vermelho, ficou mesmo branco, branco como a neve, como bem se pode apreciar. Ao chegar junto do profeta Eliseu, este, habituado e já vacinado contra trapças e intrujices, perguntou-lhe: "Onde é que foste, Geazi?". Geazi, num faz de conta de muita seriedade, mostrou-se firme e, mentindo como todos os corruptos, disse-lhe, com cara de anjinho, que não fora "a lugar nenhum". Eliseu, porém, não foi na cantiga de mensagem tão doce, e logo retorquiu: "Pensas que o meu espírito não estava presente quando alguém desceu do carro e foi ao teu encontro?". Talvez a magiar quem seriam as fontes de informação de Eliseu e a ver fugir-lhe o tapete de debaixo dos pés, Geazi escutou o resto, o que não queria ouvir. Disse-lhe Eliseu: "Agora que recebeste o dinheiro, com ele podes comprar roupas, olivais, vinhas, ovelhas, bois, servos e servas. Mas a lepra de Naamã passará para ti e para os teus descendentes para sempre". E Geazi saiu da presença de Eliseu, branco como a neve, por causa da lepra (2Re 5,1-27). Não sabemos se, o acontecido, foi um mero caso na vida de Geazi, uma hora má, um fracasso, um pecado. Mas, se tivermos em conta a dureza do castigo que Eliseu lhe deu, é bem provável que fosse um corrupto, useiro e vezeiro. Mas, como já é noite, foi há muito tempo e não temos dete-

Continua na pág.4



Continuação da pág. 3

tives, não vamos averiguar esse sucedido, vamos apenas ouvir Sua Santidade a explicar-nos o sentido da sua afirmação: "Pecadores sim, corruptos não!". Vou sintetizar, aconselhando a ler "Corrosão-combater a corrupção na Igreja e na sociedade" um livro fruto dum diálogo do Cardeal Peter Turkson com Vittorio Alberti; e "O nome de Deus é misericórdia", um livro nascido duma conversa do Papa Francisco com Andrea Tornielli, de cujo capítulo VII faço esta síntese.

Diz Francisco que corrupção e pecado são duas realidades diferentes, apesar de interligadas. O pecador arrepende-se. Se cai e recai no pecado por motivo da sua fraqueza, logo reconhece que voltou a falhar, pede perdão e sente necessidade de misericórdia. Situa-se na linha do que Jesus disse aos seus discípulos: se o teu irmão te ofender sete vezes ao dia e sete vezes te vier dizer que está arrependido, perdoa-lhe. O pecado, sobretudo se reiterado, pode levar à corrupção, se a pessoa cria hábitos que limitam a capacidade de amar e levam à autossuficiência. Alguém pode ser um grande pecador e, no entanto, pode não ter caído na corrupção. Zaqueu, Nicodemos, o bom ladrão e a samaritana, por exemplo, nos seus corações pecadores, todos tinham alguma coisa que os salvava da corrupção, estavam abertos ao perdão, o seu coração pressentia a sua fraqueza e permitiu a abertura à força de Deus. O pecador, ao reconhecer-se como tal, de alguma forma admite que aquilo a que aderiu, ou adere, é falso, não está bem, procura corrigir. E ninguém se transforma em corrupto de repente, há sempre um caminho escorregadio que se vai aceitando.

O corrupto peca, mas em vez de reconhecer o pecado, faz da cor-

rupção um sistema, um hábito mental, uma forma de vida. Não é tanto um ato, mas uma condição que leva a justificar-se a si e aos seus comportamentos. Leva vida dupla, não se arrepende, provoca escândalo, não conhece a humildade, não sente necessidade de ajuda, não sente necessidade de perdão e de misericórdia e acredita que não os deve pedir. Além disso, mostra-se discreto, tem sempre a cara de quem diz: "não fui eu", esconde aquilo que o torna escravo, disfarça o vício com a boa educação, arranja forma de salvar as aparências. Torna-se hipócrita, apresenta a mentira como verdade, subtraindo a dignidade aos outros, às pessoas e às instituições, privando-se a si próprio de futuro e de dignidade e querendo parecer diferente do que na verdade é. O próprio Evangelho pode ser usado para encobrir a corrupção, a mundanidade espiritual, a hipocrisia, o sentimento de indiferença. Como reza a anedota que por aí se conta, o corrupto não pede riqueza, só pede que lhe digam onde é que ela está que ele se encarregará de a ir lá buscar!

Não é o facto de enrodilhar e ocultar as provas, não é o facto de não ser punido pela justiça humana, tantas vezes também ela corrupta, que faz com que um corrupto deixe de ser corrupto e possa lavar as mãos. Só há um caminho de saída: é o pedido de perdão, a conversão do coração e da mente e a restituição do que roubou. São os pobres quem paga a fatura dos corruptos da política, dos negócios, da economia, da cultura, das instituições, das associações, da Igreja, da sociedade, do ambiente familiar, de todos os atalhos do oportunismo. Como diz Francisco: "o corrupto é como quem tem mau hálito. Quem o tem não se dá conta disso. Só os outros se apercebem...".

Estamos na Quaresma e a Quaresma é para todos, também para nós!

O vídeo do Papa (Mês de Março)

Confissão é um encontro de Amor e Misericórdia

O sacramento da reconciliação é um encontro de amor e misericórdia entre Deus e nós. Esta é a mensagem de alegria e esperança que o Santo Padre transmite na edição de março de "O Vídeo do Papa", convidando os fiéis a redescobrirem a força da renovação pessoal que a confissão tem nas suas vidas.

"Rezemos para que vivamos o sacramento da reconciliação com renovada profundidade e para saborear o perdão e a infinita misericórdia de Deus", pede Francisco, num vídeo que começa precisamente com um momento em que o Santo Padre se vai confessar e em que afirma que o faz "para se curar, para curar a sua alma".

"No coração de Deus, nós estamos antes dos nossos erros", acrescenta o Papa, realçando a força que o amor de Deus tem na vida de cada um de nós.

Francisco explica que receber este sacramento não significa estar diante de um juiz, mas ir a um encontro de amor dian-



te de um Pai que nos recebe e sempre nos perdoa. "O centro da confissão não são os pecados que contamos, mas o amor divino que recebemos e de que precisamos sempre", refere, lembrando que esse amor vem antes de tudo: dos erros, das regras, dos julgamentos e das quedas.

O P. Frédéric Fornos, sj, diretor internacional da Rede Mundial de Oração do Papa (RMOP), recorda as últimas palavras do Papa: "rezemos para que Deus dê à sua Igreja padres misericordiosos e não torturadores".

O diretor internacional

da RMOP assinala que não é a primeira vez que o Papa pede esta graça. Como o bom pastor, conhece o sofrimento do povo, os seus pecados, a sua necessidade de encontrar "ministros de misericórdia". É o tempo da misericórdia.

Na carta apostólica Misericordia et misera, o Santo Padre exorta os sacerdotes a serem como Jesus, cheios de compaixão e pacientes. É um caminho de conversão para cada sacerdote, "para ser testemunha da ternura paterna", "prudente no discernimento" e "generoso para conceder

o perdão de Deus". Francisco pede que "o nosso coração esteja perto do Coração de Jesus, e isso é uma graça", menciona o P. Frédéric Fornos, sj.

No Angelus de 14 de fevereiro, o Papa pediu para agradecer e aplaudir os confessores misericordiosos, acentuando que Deus nunca se cansa de perdoar. Este mês, Francisco propõe na sua intenção de oração que "rezemos para que vivamos o sacramento da reconciliação com uma profundidade renovada, para saborear a infinita misericórdia de Deus".

Rede Mundial de Oração do Papa



OPINIÃO

Apelo

Ninguém coloca em causa a urgente necessidade de iniciar aulas presenciais, sobretudo nos primeiros anos. Se é difícil adolescentes estarem concentrados a olhar para um ecrã, temos de concordar que no 1º ciclo esse problema é muito mais grave. Sim, tudo isto é verdade, mas não se pode comparar à importância que tem a Eucaristia para os Cristãos.

Estou a escrever isto devido ao comentário despropositado do Dr. Luís Marques Mendes. É lamentável que comentadores políticos aproveitem o seu tempo de antena para fazer jeitos aos governantes, fazendo análises de assuntos sobre os quais mostram uma profunda ignorância. Este Senhor pediu publicamente aos elementos da Conferência Episcopal para não permitirem as celebrações Pascais continuando, segundo ele, a "mostrar a sensatez que têm demonstrado". Com esta forma adúladora vai se intrometendo em assuntos para os quais não tem qualquer competência.

Durante o tempo em que estivemos desconfiados, ao contrário do que se passou nas escolas, não me recordo de nenhuma comunidade católica ter ficado em quarentena porque assistiu a uma Celebração Eucarística. De facto, ao contrário do que se passa nas salas de aula, as igrejas marcam os lugares onde é possível estar sentado, com a distância devida. Por isso, apelo aos Reverentíssimos elementos da Conferência Episcopal para que, no caso de haver abertura de algum ciclo de ensino,



não abdicuem de celebrar a Eucaristia com o Povo de Deus que está sedente do Deus vivo. A igreja, que somos todos nós, vive de Eucaristia, como escreveu S. João Paulo II.

Reconheço que na Páscoa as cerimónias são prolongadas e por vezes com bastante gente. Contudo, penso que elas podem ser mais simples e cabe aos sacerdotes não deixar que estejam mais fiéis do que o devido. Agora não nos voltem a tirar a Eucaristia se houver algum tempo de desconfinamento.

A nós, os leigos, só nos resta rezar para que o Espírito Santo ilumine quem tem de tomar esta decisão e não ficar calados quando se vê os nossos direitos fundamentais a serem negados sem motivo, ou melhor dizendo, quando as prioridades são subvertidas.

Maria Guimarães

O que é a Cáritas?

É frequente ouvir vários falar da Cáritas em contextos e com designações diferentes. Quando há uma catástrofe num país distinto do nosso, ouvimos falar da Cáritas Internacional. Quando é em Portugal, de Cáritas Portuguesa e/ou Cáritas Diocesana. Nas nossas terras, paróquias, há a Cáritas Paroquial. O que são e como se articulam?

Foi em Dezembro de 1951 que 13 organizações humanitárias católicas se juntaram e criaram uma confederação com a benção do Papa a que se designou Cáritas Internacional. Actualmente, a Cáritas Internacional tem mais 160 membros entre os quais a Cáritas Portuguesa.

Em Portugal, a rede Cáritas é composta por 20 Cáritas Diocesanas.

Cada Cáritas Diocesana tem a sua autonomia jurídica e canónica o que quer dizer que, apesar da estrutura nacional, cada organização tem especificidades próprias, po-

dendo estabelecer as suas prioridades e agir em função delas. Estas especificidades devem estar em conformidade com o Plano Estratégico da Cáritas em Portugal, consensualizado entre todas e sancionado pela Comissão Episcopal da Pastoral Social e Mobilidade Humana.

Em Proença-a-Nova, a Cáritas existe desde 26 de Novembro de 2007. Aqui se congrega, na complementaridade, a Misericórdia com mais de 500 anos, os diversos grupos paroquiais (Mensagem de Fátima, Grupo Carismático, Escuteiros), as Congregações Religiosas (Missionários do Preciosíssimo Sangue e Franciscanas Missionárias da Mãe do Divino Pastor) e representantes das paróquias. Procuramos ainda que o nosso trabalho seja complementar com a Segurança Social e com a acção social das instâncias autárquicas.

Padre Virgílio

'TAKE 23' percorre Via Sacra pela Diocese

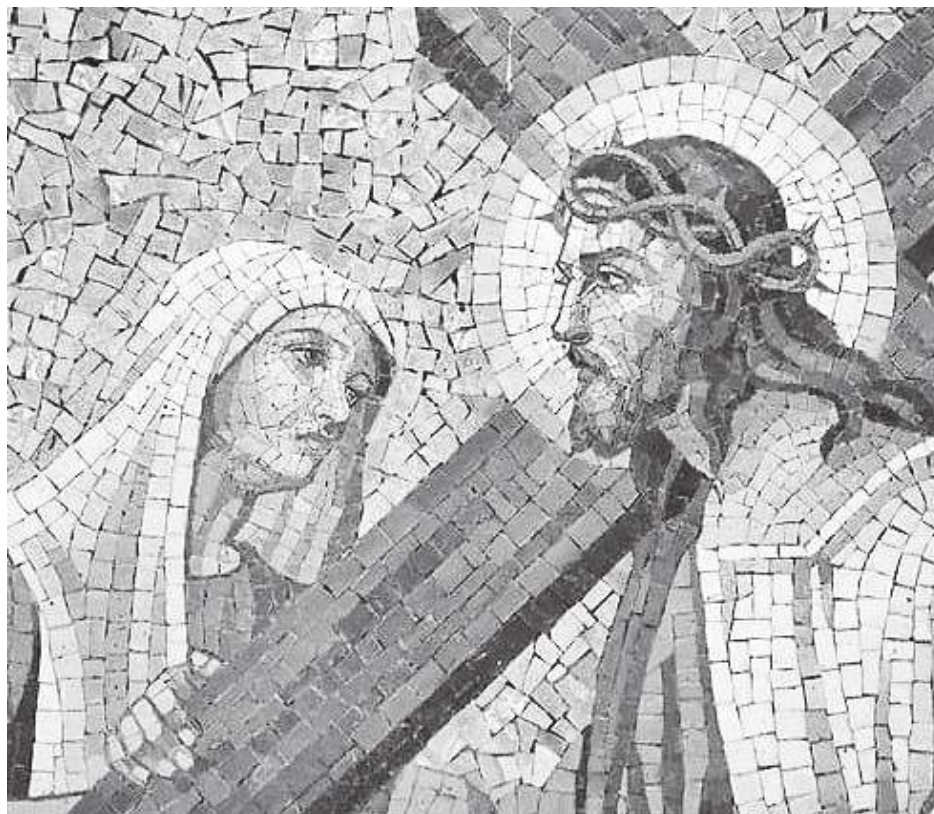
Como tem sido hábito em cada dia 23, também em Fevereiro ocorreu mais um "TAKE 23" pela rede social Facebook.

Em plena Quaresma foi levada a cabo uma Via Sacra, acompanhando Jesus na entrega da Sua vida por todos nós.

Cada Estação ficou a cargo de um grupo de jovens diferente, numa noite em que os Jovens se desafiaram uns aos outros a ir mais longe, saindo dos seus mundos fechados ao encontro uns dos outros e de Deus.

Rise Up de Abrantes, Constância e Castelo Branco; Juventude Mariana Vicentina de Alferrarede; paróquias de Bemposta, Ponte de Sôr e Longomel, Gavião, Alpalhão, Portalegre e Sobreira Formosa; Dar Mais da Serpente, e GraniTos de Castelo Branco e escuteiros de Portalegre, foram os grupos que deram corpo a esta Via Sacra.

Num convite à conver-



são de todo o coração, a um mergulho até ao mais íntimo de cada um, todos foram incentivados a assumir e a corrigir as suas faltas rumo à criação de uma sociedade mais justa e digna. Foi ainda lem-

brado o Amor total do Senhor por todos nós, que tudo carregou com paciência por cada um.

A iniciativa, presidida pelo senhor D. Antonino Dias, contou com a participação de muitos jo-

vens, muitos agentes da pastoral e de muitos diocesanos, numa noite em que ficou patente a criatividade, o empenho e a vontade de todos em caminhar juntos até às JMJ Lisboa 2023.

Reflexão sobre São José

No encontro do passado dia 05 de fevereiro fizemos uma abordagem um pouco geral, sobre o motivo que, levou o Papa Francisco a dedicar este ano como ano de São José. Sublinhámos dois motivos: o de reforçar em cada dia a nossa vida de fé no pleno cumprimento da vontade de Deus; e com o auxílio de São José mediante orações e boas obras, obter conforto e alívio das graves tribulações humanas e sociais que afligem o nosso tempo. Hoje já vamos ressaltar alguns aspectos de S. José. Faremos isso com subsídios oferecidos pela Sagrada Escritura. Sendo que não tenho nenhum outro escrito extra bíblico.

O primeiro capítulo do evangelho de São Mateus (versículos 18 a 25) fala-nos dos pensamentos de José, a sua relação com os anjos, a sua castidade, a sua justiça, a sua disponibilidade a obediência as ordens de Deus. O capítulo (2, 13-15) do mesmo evangelho fala-nos da sua via-

gem com Jesus e por Jesus; o seu cumprimento do dever religioso, (Lc. 2, 22ss) e por fim a sua urgência em buscar Jesus (Lc. 2, 41ss). No decorrer de tudo isso não ouvimos nenhuma palavra sua mas somente as suas obras.

Com isto podemos notar também que existem vocações não visíveis, ocultas, como a de São José. Nada fez aos olhos dos homens, mas fez tudo aos olhos de Deus. Jesus na sua pregação também quer que, a exemplo de seu pai adotivo, não façamos obras para serem vistos pelos homens.

Agora quero salientar alguns aspectos de São José:

O **silêncio** de São José ensina-nos uma atitude fundamental para entrar em profunda oração. A nossa autenticidade não só pode ser demonstrada por meio das palavras, mas também pelas ações concretas a exemplo de São José. Actualmente assistimos nos meios muitas campa-

nhas sobre ajudas caritativas, mas a Igreja que é a maior organização mundial caritativa, não precisa de tocar as trombetas para tal, não precisa de ser visto aos olhos humanos; no seu silêncio chega as necessidades de muitos. Cada ser humano precisa do silêncio para o crescimento interior, para poder escutar até ao fim a pergunta que traz, o silêncio para escutar o lugar onde vivemos, onde falamos etc. O silêncio que experimentamos nesta pandemia foi talvez, um silêncio purificador.

O **valor e virilidade** numa sociedade em que demasiados homens iludem as suas obrigações perante as esposas, filhos e familiares. São José brilha como um modelo de valor e fortaleza. Viajou muitos quilómetros com o frio, vento e uma mulher grávida para cumprir uma lei, mas também para cumprir a profecia; encontrou um refúgio nas suas piores condições para o nascimento de Jesus. Le-

vantou-se urgentemente para fugir do Egipto a fim de salvar uma vida ameaçada. Como missionários devemos ajudar a geração atual a olhar por um homem a passível, mas valente de Deus.

O **trabalho** de um santo carpinteiro que tinha que trabalhar todos os dias, ele recorda-nos a dignidade do trabalho.

O **descanso** enquanto ele nos mostra a dignidade do trabalho, tinha alguns dos seus melhores momentos quando dormia. Fui aí que Deus falou várias vezes através dos sonhos. Podemos também distinguir dois tipos de descanso: o sono físico e o abandono espiritual a Deus (oração, reflexão, meditação...). Ambos são críticos para a santidade. O sono físico renova para outro dia de trabalho e amor. Por outro lado, o abandono em Deus ajuda a reconhecer nossos limites.

A **família**. São José era um grande homem e o evangelho apelidou-o de justo. Mas podemos interrogar: onde es-



taria ele sem a sua família, sem Jesus e Maria? A santidade de José veio através de Jesus e Maria, servindo-lhes e recebendo deles. Como indivíduos isolados não chegaremos a ser santos. Deus nos atrai a si através das pessoas que nos rodeiam.

Todos estes 6 elementos (silêncio, oração, va-

lor e virilidade, trabalho, descanso e família) que vimos são como notas musicais, que para serem cantadas precisam de ser bem harmonizadas e bem afinadas. Na nossa vida pastoral, comunitária e pessoal, também precisamos de fazer esta engenharia para não haver um choque.

Padre Eduardo

Até à hora de fecho da edição deste jornal...

Dados da ULSCB

Em Proença-a-Nova há...

204
Casos
Confirmados7
Casos
Activos194
Casos
Recuperados3
Óbitos

CANTINHO DA SAÚDE

Porque é tão importante
falarmos de atividade
física em Portugal?

Já são amplamente conhecidos os benefícios da atividade física em vários sectores da saúde e na prevenção de várias doenças. Nesta edição gostaria de me dedicar à urgência que é falarmos de atividade física em Portugal.



Margarida Ribeiro
@FisioNova - 926 474 693

No eurobarómetro de 2017 dedicado ao desporto e à atividade física os números referentes a Portugal são no mínimo preocupantes. Atualmente estamos entre os piores no que diz respeito aos números de atividade física e desporto. Numa avaliação da frequência de atividade física, 68% dos entrevistados portugueses refere nunca fazer exercício ou desporto e apenas na Bulgária ou na Grécia esta percentagem é semelhante, em todos os outros países europeus a percentagem foi menor. Para além disso apenas 5% dos entrevistados Portugueses referiu praticar algum tipo de atividade física ou desporto com regularidade.

Relativamente aos principais motivos de ter baixos níveis de atividade física: 42% dos entrevistados portugueses refere não ter tempo, 33% refere ter falta de motivação ou não estar interessado, 10% refere ter alguma incapacidade ou doença.

São números que fazem pensar, principalmente porque a prática de atividade física é uma forma relativamente barata de prevenir doenças e melhorar o seu estado de saúde geral.

Para quem nunca ou raramente faz algum tipo de atividade física parece difícil, mas o difícil é começar. Lembre-se que pouco é melhor que nada e acredite que surgem benefícios mesmo quando falamos de baixos níveis de atividade física. As diretrizes apresentadas pela Organização Mundial de Saúde não são muito rígidas, as mesmas sugerem 150 min a 300 minutos por semana de atividade física moderada e 2 dias por semana de fortalecimento muscular. Você é que estabelece que tempo tem disponível! Cada minuto conta! Se tem algum problema de saúde que o impede de realizar atividade física como gostaria, fale com o seu médico e se for caso disso contacte um Fisioterapeuta.

Toda a informação
atualizada em
jornalproenca.pt

Proença em segundo no distrito
com a maior taxa de incidência

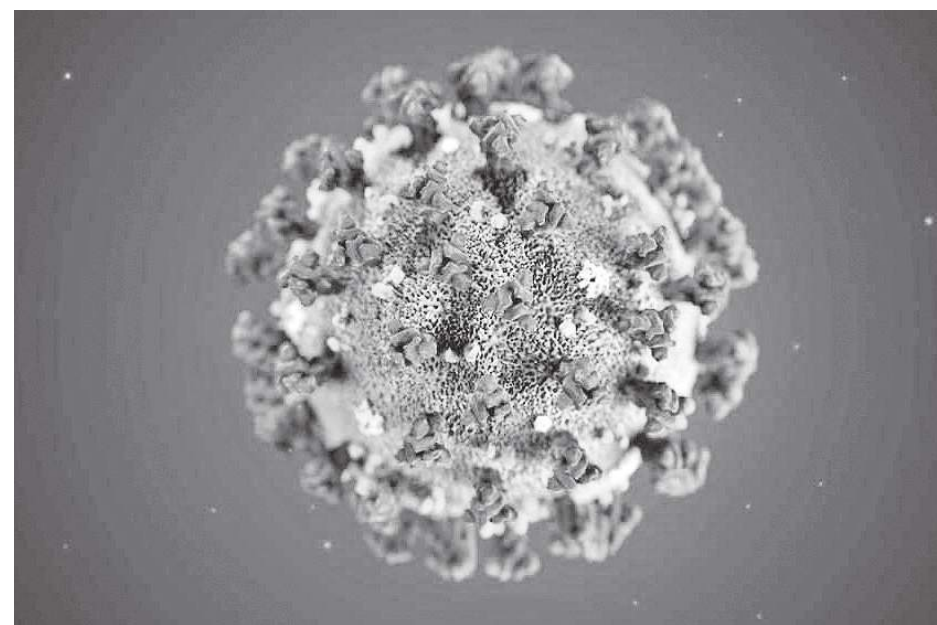
A DGS voltou a atualizar o mapa de risco de contágio da Covid-19. A taxa de incidência continua a descer e todos os 11 concelhos do Distrito de Castelo Branco são hoje concelhos de risco moderado.

Desta forma os concelhos de Belmonte, Sertã, Penamacor e Proença-a-Nova que na passada semana eram concelhos de risco elevado passam agora para a lista de concelhos de risco moderado.

Penamacor é o concelho com a maior taxa de incidência por 100 mil habitantes já Proença-a-Nova é o segundo concelho com a maior taxa. Vila Velha de Ródão é o concelho com a menor taxa.

A respetiva taxa de incidência por 100 mil habitantes é a seguinte:

Penamacor (273 casos por 100 mil habitantes);



Proença-a-Nova (151 casos por 100 mil habitantes); Vila de Rei (120 casos por 100 mil habitantes); Sertã (117 casos por 100 mil habitantes); Belmonte (109 casos por 100 mil habitantes); Covilhã (109 casos por 100 mil habitantes); Oleiros

(80 casos por 100 mil habitantes); Fundão (79 casos por 100 mil habitantes); Castelo Branco (38 casos por 100 mil habitantes); Idanha-a-Nova (12 casos por 100 mil habitantes); Vila Velha de Ródão (0 casos por 100 mil habitantes).

Portugal tem oito concelhos em risco muito elevado de infeção com o coronavírus SARS-CoV-2 e nenhum em risco extremo.

De salientar que os dados reportam a um período de incidência cumulativa a 14 dias entre 17 de fevereiro e 2 de março.

GNR está a realizar ações de sensibilização

O Comando Territorial da GNR de Castelo Branco, através das Secções de Prevenção Criminal e Policiamento Comunitário (SPC), tem realizado ações de sensibilização por forma a acompanhar e sinalizar os idosos, bem como as pessoas isoladas, elegíveis para a vacinação no âmbito do Plano Nacional de

Vacinação contra o Coronavírus, em todo o distrito de Castelo Branco.

"Estas ações decorrem em coordenação com os diversos órgãos locais de saúde pública e no âmbito da Operação "Vacinar os nossos idosos", tendo como objetivo chegar a toda a população, principalmente a mais vulnerável

em função da idade ou do isolamento, com informação fidedigna sobre a vacinação contra a doença COVID-19", informa a GNR.

No decorrer destas visitas, os idosos foram também sensibilizados "sobre os cuidados a ter no âmbito das burlas ou fraudes relacionados com a vacina COVID-19,

bem como outros temas e medidas de proteção relacionados com a pandemia."

A GNR informa ainda que para além das ações de sensibilização à comunidade, "a atuação da Guarda pautar-se-á por garantir o cumprimento dos normativos aprovados, nomeadamente através da participação a tribunal de todas os ilícitos criminais detetados, bem como pela elaboração dos respetivos autos de contraordenação referentes a infrações que venham a ser detetadas, por forma a garantir a não concentração de pessoas na via pública e, sempre que necessário, promovendo à sua dispersão."



GNR encerra restaurante na Sertã

O Comando Territorial da GNR de Castelo Branco, através do Posto Territorial da Sertã, encerrou ontem, dia 2 de março, um estabelecimento de restauração e bebidas com quatro pessoas no interior por incumprimento das normas decretadas pelo Estado de Emergência, na Sertã.

"Na sequência de uma denúncia que dava conta de um estabelecimento aberto onde se encontravam a ser servidas refeições, os militares da Guarda deslocaram-se de imediato para o local tendo apurado que no seu interior encontra-

vam-se três pessoas a almoçar e a consumir bebidas. Esta ação culminou com a identificação dos clientes presentes no local, juntamente com o proprietário do estabelecimento", informa a GNR.

Perante o incumprimento das medidas contra a pandemia COVID-19, foram elaborados quatro autos de contraordenação, um ao proprietário por inobservância do dever de encerramento do estabelecimento e três por incumprimento do dever geral de recolhimento domiciliário.

Cunqueiros com sinal de internet

O Município de Proença-a-Nova, em colaboração com a Associação Recreativa e Cultural de Cunqueiros, está a implementar um projeto piloto de instalação de pontos de Wi-Fi nesta localidade do concelho para colmatar a ausência de sinal de Internet.

"Tendo em conta a situação de isolamento em termos de comunicações móveis de voz e dados que existia nos Cunqueiros e a falta de resposta das operadoras às nossas solicitações, o Município encontrou neste projeto, proposto pela associação local, a possibilidade de a população dos Cunqueiros poder usufruir de serviços de comunicações que até hoje não eram pos-

síveis. Ficamos agora na expectativa, após a sua conclusão, de proceder à avaliação e perspetivar o alargamento a outras localidades com o mesmo conjunto de necessidades" afirma João Manso, vice-presidente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova

De acordo com a Associação dos Cunqueiros, neste momento já são visíveis as consequências da implementação do projeto, por exemplo com a comunicação que é possibilitada entre familiares a residir em diferentes pontos do país e que estão obrigados a um maior distanciamento fruto da pandemia. Na perspetiva de Nuno Caldeira, um dos representantes da coletividade, o

reforço do sinal "irá permitir ter mais pessoas a trabalhar remotamente" a partir dos Cunqueiros.

"A associação agradece ainda aos moradores que disponibilizam as suas casas para a instalação e fornecimento de energia de alguns destes equipamentos", afirma ainda o responsável

No âmbito da parceria estabelecida, a Associação suporta os custos com as comunicações.

Desta forma e de acordo com informações avançadas pela autarquia, nos dias 18 e 19 de fevereiro foi concluída a primeira fase deste projeto, a parte estrutural, com a colocação da maior parte dos equipamentos, sendo que a próxima fase, prevista



para o final de março, irá incidir na colocação de pontos de acesso de internet sem fios principal-

mente entre a Associação, a Igreja e toda a parte antiga da aldeia, nomeadamente o núcleo

de xisto que, encaixado no vale, registava os maiores problemas de acesso à internet.



OPINIÃO

60 anos de uma guerra por acabar

Há 60 anos Portugal acordava para a dura realidade da guerra. O velho país europeu, o primeiro a chegar a África, era o único que ainda tinha territórios ultramarinos. Depois das escaramuças de Fevereiro, era em Março que a UPA iniciava a terrível matança. Entre brancos e negros, estimam-se mais de 5000 vítimas só no primeiro mês de terror. Depois de Angola, a guerra alastraria à Guiné e a Moçambique.

O regime Salazarista, imprescindível para salvar Portugal da malograda primeira república, está doente. Não percebeu os ventos de mudança saídos da II Guerra Mundial. Os novos blocos do poder disputam influências e Portugal tem muito território para dividir interesses.

"Para Angola rapidamente e em força" e "or-

gulhosamente sós" são as frases do regime. Milhares de jovens, de todos os territórios são chamados para a guerra. Os primeiros a tomar só regressam à terra natal se a trasladação for paga pela família até que um dia, uma humilde mãe pede a quem lhe levou o filho vivo para o trazer de volta, ainda que cadáver. As urnas começam a chegar à metrópole como regra. Muitos, no entanto, os que ficam eternamente em terras africanas. São o preço da nossa História.

Vem a revolução dos cravos e com ela a incerteza. Se os políticos em Lisboa dão poucas garantias, os movimentos de libertação nada garantem. Milhares de cidadãos de todas as províncias ultramarinas preferem a incerteza da Europa, muitos deles nunca tinham saído de África.

Muitos ficam abandonados para trás entregues a si próprios e à sede de vingança dos seus "libertadores". Só na Guiné, pelo PAIGC, são fuzilados centenas de cidadãos cujo único crime foi terem servido Portugal.

Os anos passam, os ódios entre os velhos inimigos vão-se desvanecendo. Importa, no entanto, não "mexer" no passado e ex-combatentes são assunto proibido qualquer que seja o seu paradeiro ou condição de vida. 30 anos passados da dependência dos novos países, o Coronel Moura Calheiros resolve fazer o que ao Estado Português competia. Organiza uma expedição à Guiné para resgatar as ossas dos militares que sob o seu comando para o cumprimento do dever ficaram para trás. Cumpre-se o lema da Companhia de Caçadores Paraque-

distas 121, "ninguém fica para trás". Chamam-lhe "a última missão".

2021 acorda e a "guerra" esquecida abre duas frentes inesperadas.

Guiné Bissau: Umas dezenas de ex-combatentes das nossas forças armadas manifestam-se contra o abandono a que Portugal os "condenou". Numa lição de civismo que envergonha qualquer homem, limpam as campas dos camaradas tomados e cobrem-nas com o nosso estandarte. Gritam com a força que a idade lhes permite, "Nascemos Portugueses e até que a marcha do silêncio se ouvir, Portugueses seremos". As TV's de Portugal silenciam a revolta, afinal têm 15 milhões de razões para manter o silêncio da traição.

Lisboa: Morre um soldado de Portugal. Mamadou Ba, dirigente do SOS Racismo, instituição que

tem como principal missão promover a paz racial acende a "fogueira da inquisição". Chama "criminoso de guerra" ao velho soldado. Mamadou Ba não é um qualquer cidadão. Acolhido por Portugal como um filho, revelou-se pródigo. Revela-se ingrato com o povo que o acolheu de coração aberto e que tudo lhe deu. As palavras ferem o orgulho dos veteranos combatentes, brancos, negros ou amarelos. Ignora que Portugal, mais do que de raças, de cores de pele ou de religiões, faz-se da história que nos une há 5 séculos. Milhares de ex-combatentes trabalharam uma vida inteira e recebem uns trocos de reforma. Os "Mamadous" deste país são pagos a peso de ouro pela sua inutilidade. Evidentemente, acabam sempre pagos com o dinheiro de todos nós.

Não, Mamadou Ba não



João Paulo Marrocano

é um criminoso. Na verdade, não passa de um novo escravo, um escravo frustrado. É um novo "colonizado" às mãos dos "Vascos" de "Abril" inconformados com "Novembro". Na verdade, são estes "democratas" que nunca conformados com os votos contados nas urnas criam marionetas desestabilizadoras. A "guerra subversiva" não se ficou afinal pelas imensidões de África.

É verdade que foi a ditadura que levou os homens para a guerra, mas foi a democracia que abandonou os antigos combatentes. Foi a democracia que criou os novos escravos.

Câmara apoiou 59 empresas

O Programa Municipal de Apoio à Recuperação Económica no âmbito da Covid-19, criado pelo Município de Proença-a-Nova, vai entregar mais de 70 mil euros de apoio financeiro não reembolsável a empresas do concelho.

"O Município de Proença-a-Nova desde sempre acompanha este processo, de forma articulada com as medidas lançadas pelo o Governo para o setor que mais sofre com o confinamento e consequente suspensão da sua atividade. Foi, por isso, que de forma célere e desde o início veio a definir um conjunto de apoios e isenções para mitigar os pesados constrangimentos. O presente regulamento, que visa o apoio diferenciado, é exatamente sinal desse esforço de quem esta próximo e sente a realidade", reforça João Lobo, Presi-

dente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

No total, e segundo a Câmara Municipal "as 59 candidaturas aprovadas a este apoio são na sua maioria empresas da área da restauração (cafés e restaurantes), mas também serão apoiados empresários do setor do comércio e dos serviços."

O apoio destinado às empresas e empresários em nome individual com sede e estabelecimento no concelho de Proença-a-Nova, com os códigos de atividades económicas definidos em regulamento, e cujas candidaturas decorreram até 15 de fevereiro, teve como objetivo "atenuar os efeitos económicos que o surto pandémico está a desencadear na economia local".

Recordar que as empresas elegíveis tinham de ter registado um volume de negócios igual

ou inferior a 270.000,00€ (valores de 2019) e quebras de faturação igual ou superior a 15% entre janeiro e novembro de 2020, quando comparado com o mesmo período de 2019.

"O apoio financeiro não reembolsável, pago mediante a emissão de fatura, é de 15% sobre o valor da quebra de faturação com o limite máximo de 1.600,00€. O apoio também teve em conta o esforço de arrendamento dos agentes económicos, financiando uma majoração de 25% para um máximo de 2 mil euros de apoio total", explica a autarquia em nota enviada.

Estão ainda a decorrer as candidaturas para as empresas que se encontrem no critério de quebra de faturação acima referido em 50% do valor do investimento na remodelação de esplanadas, compra de aquecedo-



res, guarda-sóis e guarda-ventos até ao limite de 750,00€; e em 50% do valor do investimento para renovação de toldos e vitrines até ao limite de 750,00€.

"Estas candidaturas decorrem até final de maio, porque depois da tormenta virão sempre tempos de bonança. Este

apoio possibilita retomarmos a atividade com uma nova imagem, porventura dotando os nossos estabelecimentos de atratividade que convide todos novamente a usufruir destes espaços. Ontem como hoje, em conjunto estou certo, construímos muito melhor o nosso futuro", reforça

João Lobo.

A Câmara salienta ainda que o Gabinete de Apoio ao Empresário e Agricultor "está disponível para esclarecimento de dúvidas que possam surgir e os formulários, depois de preenchidos, devem ser enviados para gapemp@cm-proencanova.pt."

ATIVIDADES ONLINE		WWW.FACEBOOK.COM/MUNICIPIO.DEPROENCAANOVA	
<p>HISTÓRIAS PARA SONHAR</p> <p>chichi cama</p> <p>TODOS OS DIAS UMA HISTÓRIA PARA SONHAR » 20H30</p>			
19H00	SEGUNDAS E QUINTAS	GINÁSTICA EM CASA GRUPO DE DESPORTO DO MUNICÍPIO DE PROENÇA-A-NOVA	
19H00	12 MAR	SOPA DE GRÃO COM CABEÇA DE PORCO COM LURDES LOPES - SABORES COM TRADIÇÃO	
21H30	13 MAR	MONTES DE IMPROVISO FESTIVAL DE TEATRO	
15H00	14 MAR	PINTAR COM PLANTAS CIÊNCIA VIVA EM CASA	
19H00	17 MAR	ARTESÃO DA MADEIRA COM JOSÉ DIAS BANDEIRAS	
21H30	19 MAR	QUEIJO FRESCO COM ADÍLIA CARDOSO - SABORES COM TRADIÇÃO	
20/21 MARÇO		CORRIDA VIRTUAL DA PRIMAVERA INSCRIÇÕES GRATUITAS ATÉ DIA 12 www.cm-proencanova.pt ESCOLHAS: 9-12 ANOS CORRIDA DE 1KM 13-16 ANOS CORRIDA DE 3KMS DE 17 ANOS CORRIDA DE 5KMS OU 10KMS INFORMAÇÕES: desporto@cm-proencanova.pt	
22H30	20 MAR	MOUSTI CONCERTO	
	21 MAR	DIA MUNDIAL DA POESIA CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO EM WWW.FACEBOOK.COM/BIBLIOTECA.PROENCAANOVA	
10H00	21 MAR	ÁRVORES E FLORESTAS NA TRADIÇÃO ORAL FACEBOOK DO CENTRO CIÊNCIA VIVA DA FLORESTA	
15H00	21 MAR	40 ANOS DE ENSINO PÚBLICO PREPARATÓRIO E SECUNDÁRIO EM PROENÇA-A-NOVA DOCUMENTÁRIO	
09H00 ÀS 16H00	22 MAR	TROQUE RESÍDUOS POR PLANTAS ENTREGA EXCLUSIVAMENTE POR MARCAÇÃO: 274 670 000 VIVEIRO MUNICIPAL	

Cortiçada Art Fest está de volta

A equipa dinamizada pela Cortiçada Art Fest, Festival de Experiências Artísticas na Paisagem, vai dar continuidade ao projeto com a instalação de mais duas obras de arte em Proença-a-Nova.

“Previstas para o verão de 2021, as obras ‘Menina dos Medos’ e ‘Magma Cellar’, são a âncora de um novo roteiro de arte na paisagem nas Linhas de Água”, explica, em comunicado enviado à agência Lusa, Marta Aguiar.

Depois do “Farol dos Ventos” na Serra das Talhadas (Chão do Galego) as obras ‘Magma Cellar’ e a ‘Menina dos Medos’ “são obras criadas para lugares específicos das aldeias de Cunqueiros e Sobral Fernando, num processo de intensa comunicação com as comunidades que os ha-

bitam de forma que as intervenções fossem ao encontro das suas aspirações e contribuíssem para a valorização da identidade dos lugares”, refere a nota.

A ‘Menina dos Medos’ é uma obra figurativa em alumínio lacado a branco, colocado junto ao “escalão”, um penedo próximo das Portas de Almourão e da aldeia de Sobral Fernando.

Já ‘Magma Cellar’ é uma obra cónica de dois metros de altura revestida com peças de xisto piro-expandido e apoiada na ponte, lugar simbólico de encontro da aldeia (Cunqueiros) de casas e

quelhas em xisto. O Festival de Experiências Artísticas na Paisagem, promovido pelos municípios de Oleiros, Proença-a-Nova e Sertão e produzido em colabo-



Obra “Farol dos Ventos”

ração com o escritório de arquitetura MAG, tem como objetivo promover a interioridade, combater o despovoamento e dar nova vida aos três concelhos.

“No site Experimenta Paisagem (<https://experimentapaisagem.pt>), MAG-Marques de Aguiar apresenta as obras, as ações e a metodologia destes roteiros de arte

na paisagem que têm como objetivo constituir-se como manifesto de mudança da paisagem do Pinhal Interior”, explicam as dinamizadoras do projeto.

O Cortiçada Art Fest é o projeto âncora que deu lugar a outros dois projetos, o Roteiro de Arte da Cortiçada e o Roteiro de Arte nas Linhas de Água. *Lusa*

Obras transformam Praia da Aldeia Ruiva

O Município de Proença, em comunicado, fez o ponto de situação da requalificação da Praia Fluvial da Aldeia Ruiva. Situada na Ribeira da Isna, no limite do Concelho de Proença foi a primeira praia fluvial a nascer na zona centro do país.

A mudança mais notória prende-se com o edifício de apoio, onde funcionará o futuro Centro Interpretativo do Corredor Fluvial de Aldeia Ruiva, o bar e os sanitários públicos. O Recurso à pedra de xisto, característica deste território, constitui um elemento idiossincrático no enquadramento do conjunto da praia. Toda a zona de solários, que será relvada, foi reordenada e irá receber o parque infantil. Na margem esquerda da Ribeira da Isna, foi criado um parque para caravanas e autocaravanas completamente vedado, com capacidade para sete lugares, com possibilidade de pernoita e utilização comum das áreas de serviço do Parque. No interior do parque foi concebido um acesso que permitirá a circulação de veículos automóveis apenas para carga e descar-



ga de bagagens pelos utilizadores dos bungalows e tendas. O espaço interior delimitado por este arruamento fica disponível para as tendas.

“Na estratégia de rejuvenescimento deste equipamento, potencian-do a sua atratividade, iremos adquirir dois novos bungalows, num investimento complementar àquele que estamos a realizar na praia fluvial no seu conjunto”, afirma João Lobo, presidente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

João lobo refere ainda que o objetivo da autarquia é substituir todas

as casas de madeira nos próximos anos.

“Estas estruturas, que foram em tempo uma aposta assertiva, encontram-se na fase de serem substituídas”.

Também fora do orçamento, com obra a ser lançada em breve, está a requalificação da almofada de água do açude da praia fluvial tendo em conta que a mesma foi parcialmente destruída durante as chuvas deste inverno. No espelho de água foram realizadas intervenções nas margens e fundo da Ribeira, reparando pontos de fuga. O objetivo é minimizar a fal-

ta de água nos anos mais secos. A pensar neste cenário, que já obrigou à interdição de banhos, será construída uma piscina biológica na margem direita, enquadrada com solário e zona de estadia.

“Esta é uma das principais novidades no nosso projeto de valorização da Praia Fluvial da Aldeia Ruiva e que, por um lado, permitirá o aproveitamento desta margem que até agora não estava a ser utilizada e, por outro, vamos fazê-lo com um módulo que permite alertar para a importância da preservação dos ecossistemas e do meio ambiente”, infor-

ma o autarca.

A temática ambiental está ainda fortemente presente neste projeto, pois está prevista a marcação de uma rota pedestre entre as praias da Aldeia Ruiva e do Malhadal, seguindo a Ribeira da Isna, permitindo dar a conhecer a fauna e flora da galeria ripícola, para além do já referido Centro Interpretativo do Corredor Fluvial.

Apoiado pelo Turismo de Portugal no âmbito do projeto requalificar em 311.721,94 €, o investimento total da presente requalificação ultrapassa os 830.000,00 €, sem con-

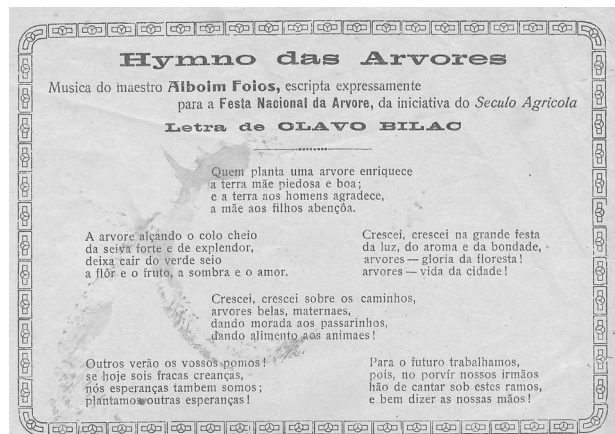
tar com outras intervenções que não estavam inicialmente previstas. Além das já referidas, destaque ainda para a construção de um campo para desportos de areia, como o futebol e vôlei: a localização é apenas a pouco mais de 150 metros da praia, no antigo estacionamento de apoio.

Para João Lobo “esta é uma obra importante que transformará a nossa Aldeia Ruiva, permitindo que continue a ser privilegiada como um dos pontos de visita obrigatória durante a época balnear, em linha com o investimento da autarquia naqueles que são pontos principais de atração do concelho no período estival e que temos feito de forma contínua nas praias fluviais do Malhadal e da Fróia, não deixando, como sempre, de apoiar as zonas balneares de Alvito da Beira e Cejeira que são também parte integrante da oferta que nos orgulhamos de ter. Realizámos ações no corrente ano no Malhadal e no último trimestre na Fróia, como forma de dinamizar e sempre cativar os nossos residentes e quem nos visita”.



MEMÓRIAS DA CORTIÇADA

A FESTA DA ÁRVORE



Em Março de 1913, o Jornal "O Século Agrícola" liderou as comemorações da Festa da Árvore. Entre várias iniciativas destacou o Hino das Árvores com música de Alboim Foios e versos de Olavo Bilac.

Edite Fernandes

Biblioteca promove leituras à hora de dormir



A Biblioteca Municipal de Proença-a-Nova está a apresentar na sua página do Facebook, às 20h30, um conto infantil pela voz de um voluntário no âmbito da atividade "Chichi Cama – Histórias para Sonhar".

A iniciativa decorrerá todos os dias, de segunda a sexta-feira, durante os meses de março e abril.

"Com esta iniciativa queremos, continuar as tradicionais horas do conto, mantendo o relacionamento possível com todas as crianças que participavam nesta atividade da Biblioteca e, ao mesmo tempo, também manter ativos os nossos leitores e descobrir novos voluntários para esta honrosa tarefa de leitura, agora leitura de cabeceira on-line", considera João Manso, vice-presidente da Câmara Municipal.

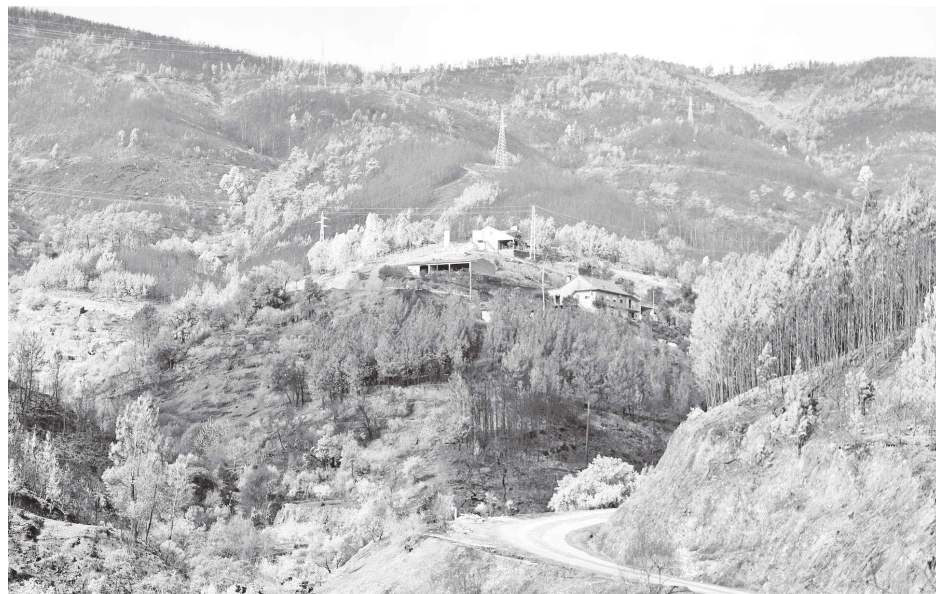
Antecipando a comemoração do 26º aniversário da Biblioteca, a 29 de abril, e as celebrações do Dia Internacional do Livro Infantil, a 2 de abril, e do Dia Mundial da Poesia, a 21 de março, a iniciativa pretende ao mesmo tempo "divulgar livros que a qualquer momento, e mediante a disponibilidade, podem ser requisitados na Biblioteca Municipal e promover uma atividade que tem muitos benefícios junto do público a que se destina, nomeadamente a capacidade de escutar a história, de imaginar e de sonhar, preparando os mais pequenos para a hora de dormir" revela a autarquia.

Serão apresentadas 45 histórias durante os dois meses da iniciativa e qualquer pessoa pode voluntariar-se para fazer a leitura basta para isso inscrever-se junto da Biblioteca Municipal pelo email bibliotecacm@cm-proencanova.pt ou 274 670 007.

Os vídeos partilhados no Facebook da Biblioteca Municipal, estas "histórias para sonhar" podem ser revisitadas a qualquer momento e em qualquer hora do dia.

Incêndios 2020

Apoios municipais disponíveis



O Município de Proença-a-Nova vai apoiar os munícipes que foram afetados pelos dois grandes incêndios que atingiram o concelho em 2020, a 25 de julho e a 13 de setembro, nomeadamente através da cedência de material para a reconstrução de coberturas de palheiros e anexos agrícolas, do fornecimento de mangueiras e tubos utilizados na agricultura e da entrega de espécies frutícolas nos casos em que as árvores ardidas não tiveram capacidade de recuperação.

"Quando enviei os técnicos do Município para realizar o levantamento dos prejuízos nas aldeias afetadas por estes dois grandes incêndios, logo nos dias que se seguiram às ocorrências, verificámos que houve uma enorme perda de bens e materiais essenciais à manutenção da pequena agricultura, maioritariamente destinada a consu-

mo próprio, que está fora do âmbito do apoio governamental. Desta forma, é objetivo da autarquia apoiar os pequenos proprietários, incentivando-os a manter esta prática agrícola que faz parte da nossa matriz comunitária e também um importante complemento", afirma João Lobo, presidente da Câmara Municipal.

Segundo o autarca "esta é uma forma de

apoiar as pessoas que não puderam apresentar candidatura aos apoios governamentais de restabelecimento do potencial produtivo das explorações agrícolas."

As pessoas afetadas têm até dia 31 de março para solicitarem o presente apoio.

No caso em que já tenham avançado com a compra de materiais para as obras ou de tubos e

mangueiras, será apenas necessário apresentar as respetivas faturas.

Após o início do processo, os técnicos do Município realizarão o levantamento da área da cobertura dos palheiros/anexos agrícolas e identificarão a quantidade de espécies frutícolas a fornecer, considerando que o valor máximo do apoio por proprietário é de € 500,00.

Distribuição de armadilhas em curso



Os apicultores do concelho de Proença-a-Nova já podem proceder ao levantamento de armadilhas para captura da vespa velutina durante os dias úteis na Casa das Associações (antigo edifício da Câmara Municipal, no Largo Pedro da Fonseca, entre as 10h00 e as 12h30 e as 14h00 e as 18h30), no âmbito do apoio prestado pelo Município numa fase crucial do ciclo de vida desta espécie, de modo a mitigar o desenvolvimento de novos ninhos.

"O levantamento deverá ser feito mediante marcação prévia pelo telefone 274 673 175. Nesse sentido, serão entregues duas armadilhas por apiário até um total de dez por apicultor (mediante apresentação do registo apícola)", esclarece a Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

"Este é um pequeno mas importante contributo para minimizar os efeitos que têm sido causados por esta espécie de vespa ao uni-

verso do ecossistema das abelhas", afirma o presidente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

João Lobo destaca ainda o facto de as armadilhas terem sido construídas pelos colaboradores do Município, da área do Ambiente e Espaços Verdes, seguindo "um modelo que pode ser facilmente replicado por cada um".

"Os apicultores que não tenham ainda o seu registo apícola, poderão solicitá-lo no Gabinete

de Apoio ao Empresário e Agricultor do Município, a funcionar no Conjunto de Edifícios. A cada apicultor será entregue igualmente uma possível receita e informações sobre o ciclo de vida da vespa velutina", informa a Câmara Municipal.

De acordo com os especialistas, a colocação das armadilhas é fundamental para capturar as velutinas fundadoras na primeira fase do seu ciclo de vida a partir de fevereiro, quando surgem

as primeiras fontes de néctar (também outubro e novembro, no início da hibernação, é uma boa altura para a colocação criteriosa de armadilhas). Capturar a fundadora irá impedir a formação de novos ninhos e a posterior destruição de colmeias no período de predação da vespa que decorre entre julho e outubro.

Recorde-se que em 2020 o Município foi responsável pela destruição de 48 ninhos de vespa asiática.

IC8 com trânsito condicionado



No âmbito da empreitada de beneficiação do pavimento que está a ser executada no troço do IC8 entre o Nó da Zona Industrial de Proença-a-Nova e o Nó de Pedra do Altar, será necessário proceder ao corte de trânsito nesta via entre os dias 8 e 12 de março.

A informação é avançada pela Infraestruturas de Portugal (IP) que informa ainda que "durante este período, como percurso alternativo, sugere-se a utilização da EN241 entre o Nó de Proença-a-Nova e o Nó do Pedra do Altar."

A IP agradece "a melhor compreensão para os eventuais transtornos que este condicionamento possa provocar."

Roubado na Sertã encontrado na Covilhã



O Comando Territorial da GNR de Castelo Branco, através do Núcleo de Investigação Criminal (NIC) da Covilhã, encontrou ontem, 4 de março, no concelho da Covilhã, um veículo clássico furtado

"Na sequência da denúncia de um furto de veículo de um anexo a residência com arrombamento na localidade de Casais, no concelho da Sertã, em agosto de 2020, os militares da Guarda realizaram diligências policiais que permitiram localizar o veículo à venda numa plataforma online. O veículo ligeiro clássico, no valor estimado de 6 mil euros, foi localizado e recuperado, e será entregue ao seu legítimo proprietário", informa a GNR

No decorrer da ação foi identificado um homem de 52 anos. Os factos foram remetidos ao Tribunal Judicial da Sertã. A ação contou com o reforço do Núcleo de Investigação Criminal (NIC) da Sertã.

"A Quaresma é um tempo para acreditar, isto é, para receber Deus na nossa vida e permitir-Lhe 'fazer morada' no meio de nós (Jo 14,23)."

Papa Francisco

Proença vai ter Plano Municipal para a Igualdade e a Não Discriminação

O Município de Proença-a-Nova irá elaborar o Plano Municipal para a Igualdade e a Não Discriminação, informa a Câmara de Proença.

Segundo a autarquia este é "um instrumento de planeamento de políticas públicas para a igualdade ao nível local, na sequência de uma candidatura apresentada, e aprovada, ao Programa Operacional Inclusão Social e Emprego, numa tipologia de operações que dá resposta aos objetivos da Estratégia Nacional para a igualdade e a Não Discriminação – Portugal + Igual 2018-2030 e aos respetivos Planos Nacionais de Ação: para a igualdade entre mulheres e homens, prevenção e combate à violência contra as mulheres e à violência doméstica e combate à discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de género e características sexuais."

"É expectativa do Muni-



PORTUGAL MAIS IGUAL
ESTRATÉGIA NACIONAL PARA A IGUALDADE E A NÃO DISCRIMINAÇÃO
2018-2030

cípio, enquanto promotor deste Plano, poder contribuir para um território menos desigual, impulsionando a promoção da igualdade e não discriminação, convergindo com os restantes municípios para um Portugal mais igual, mais inclusivo e mais democrático, "as-

sente em valores humanistas em que queremos consolidar sempre a nossa sociedade", considera João Lobo, presidente

da Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

No âmbito deste Plano Municipal, será realizado um diagnóstico, tanto no Município como no território, que irá identificar o ponto de situação de várias matérias relacionadas com esta temática.

A segunda fase do projeto diz respeito à elaboração e implementação do Plano Municipal para a Igualdade e a Não Discriminação, a vigorar por

um período de quatro anos, onde estarão definidos os domínios de intervenção e respetivos objetivos, os quais comportarão uma dimensão interna e uma dimensão externa, bem como medidas concretas de intervenção e as respetivas metas. Este plano contemplará ainda um período de monitorização e avaliação da implementação das medidas propostas.

Carlos Gonçalves reforça dificuldades no acesso à internet

O atual presidente da Junta de Freguesia de Montes da Senhora e representante distrital do PSD no Conselho Geral Nacional da ANAFRE (Associação Nacional de

Freguesias), Carlos Gonçalves, reforçou no último Conselho Geral as dificuldades no acesso à internet no interior do país.

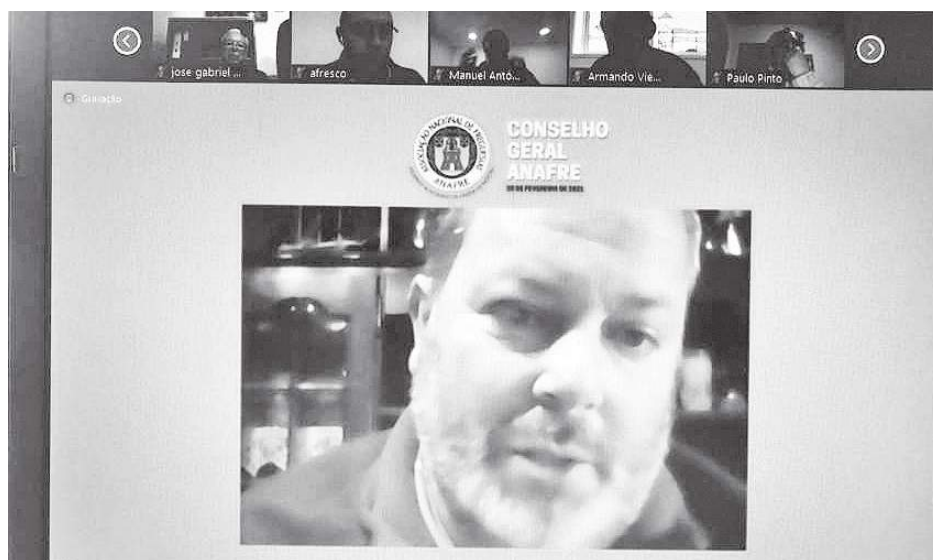
No encontro realizado a 20 deste mês o autarca

salientou "que a mesma é lenta, com falhas constantes e não cobre grande parte das regiões do interior."

Numa nota enviada à comunicação social, o autarca afirma mesmo

que teve "conhecimento que a CIMBB (Comunidade Intermunicipal Beira Baixa) teria proposto a cada município que a constitui, dar 100.000 euros, para cobertura total da região sendo que a oferta está a "marinar" por não haver regulamentação nesse sentido."

No mesmo encontro Carlos Gonçalves pediu ainda "alguma pressão no sentido de se poder resolver esta situação num período em que as autoestradas da informação e comunicação são tão importantes, especificando, por exemplo, a situação de professores e alunos que, muitas vezes, nem conseguem aceder à Internet para dar aulas."



Regularize a sua assinatura

Jornal de Proença (antigo Jornal "O Concelho de Proença-a-Nova")

A Direcção do jornal agradece ao prezado assinante que tendo procedido a regularização da sua assinatura por transferência bancária, envie o comprovativo da mesma transferência para o email redacao@jornalproenca.pt, ou a comunique telefonicamente para nº 274 671 191, indicando o nome e número de assinante.

Mulheres no (meu) Mundo

Algumas destas mulheres abalaram o meu mundo. Durante uma semana, numa breve estadia no Reino Unido, cruzei-me com duas jovens sauditas. Estavam perfeitamente trajadas com as roupas tradicionais do seu país; tinham sempre os seus rostos tapados. Frequentávamos a mesma escola em Liverpool, éramos colegas de turma. Na altura estas miúdas com menos de 25 anos eram casadas, mães de dois ou três filhos, e - mais tarde percebi - privadas de liberdade. À saída da escola, os maridos ou outros familiares do sexo masculino esperavam-nas religiosamente. Nos escassos minutos que tínhamos nos corredores fazíamos confidências e matávamos curiosidades. Eu fui a primeira mulher ocidental a quem puderam fazer as suas perguntas, de forma livre e sem julgamentos. No final daquela semana mostraram-me os seus rostos. Foi um sinal de confiança que perdura até hoje.



Catarina da Encarnação Dias

Noutra geografia, agora em contexto profissional e desta vez no México, deparei-me com mais duas histórias igualmente marcantes. Era domingo e saí da cidade de Guadalajara para fazer uma breve visita a uma vila próxima. O dia estava húmido, chovia e eu tinha de apanhar um autocarro. Ali ao lado da paragem, duas mulheres na sua pequena casa de madeira preparavam tortillas num exíguo forno a lenha. Tinham as mãos bem calejadas do trabalho. Com um sorriso nos lábios, ofereceram-me uma tortilla e uma caneca de café. Sentei-me ao lado delas. Tinham tão pouco e partilharam. Aquele ato de generosidade ficou gravado na minha memória.

Uns dias depois, ainda no México sobravam uns materiais das reuniões e não os conseguíamos trazer de volta para Portugal – entre eles estavam uns copos de vidro básicos. Cruzei-me com uma jovem que limpava aquele espaço e perguntei se alguma daquelas coisas lhe interessava. Disse-me que sim e começou a chorar. Soube mais tarde que era a primeira vez que tinha uns copos de vidro. A caminho do deserto do Sahara, próxima da fronteira militarizada entre Marrocos e a Argélia, avistavam-se famílias nómadas – Bérberes, julgo eu – que, com poucos recursos, seguiam viagem acompanhadas dos seus animais. Nestas longas viagens, muitas mulheres carregavam as crianças ao colo, num cenário incompreensível quando a menos de 1.000 km se discutem temas como a digitalização... Em outros contextos, marcaram-me os rostos aparentemente frios das idosas asiáticas, sobretudo das chinesas, que depois de uns minutos esboçavam os seus bonitos sorrisos; a alegria das italianas, a beleza das cabo-verdianas ou o apoio constante das albanesas.

Por cá, em plena pandemia e depois de um incêndio sem adjetivos qualificáveis cruzei-me com uma senhora numa aldeia de Proença. Na madrugada anterior, tinha ardido tudo em redor da sua casa e o fogo continuava a lavar a poucos quilómetros. Os bombeiros exaustos vigiavam os possíveis reacendimentos naquela aldeia. Aquela senhora que quase perdeu tudo na noite anterior preparou um pequeno lanche e água fresca para todos. No meio daquele cenário desolador, a senhora sorria enquanto agradecia aos bombeiros.

Num contexto muito pessoal, as duas pequenas mulheres do meu Mundo couberam-me nos braços durante quase vinte anos. No meio das suas limitações físicas irreversíveis e do seu curto período de vida deixaram uma marca inigualável de amor, de afeto e de resiliência. Todas mulheres. Todas tinham em comum um sorriso estampado no rosto. Todas elas – com vidas difíceis, marcaram, moldaram, inspiraram a minha existência. Independentemente do contexto, da nacionalidade, da classe social, da escolaridade ou da profissão - nestes anos 20 do séc. XXI - o meu sincero respeito por todas as mulheres e por todos os homens que potenciam o papel de afirmação delas no Mundo.

Em 2021 celebra-se o Dia Internacional da Mulher com o tema - "As mulheres na liderança: Alcançar um futuro igualitário num mundo de COVID-19" destacando o papel das mulheres no combate a um dos maiores desafios atuais para a Humanidade. A Capelania do Vergão,

Vergão

Ser mulher é ser especial a vida toda

Em 2021 celebra-se o Dia Internacional da Mulher com o tema - "As mulheres na liderança: Alcançar um futuro igualitário num mundo de COVID-19" destacando o papel das mulheres no combate a um dos maiores desafios atuais para a Humanidade. A Capelania do Vergão,

associou-se às comemorações e ofereceu um pequeno doce mimo a todas as mulheres presentes na aldeia. Com este gesto queremos homenagear o papel das mulheres que estão na frente da batalha contra a Covid 19, no setor da saúde e da ciência.

Edite Fernandes



Mulheres lideram Casas do Benfica na Beira Baixa

As casas do Benfica da Beira Baixa são atualmente lideradas por mulheres. No caso da Casa do Benfica de Proença-a-Nova é Ana Jacinto que está nos comandos.

No Dia Internacional da Mulher, o Sport Lisboa e Benfica destaca o trabalho e dedicação feito pelas líderes de Casas do Benfica no mundo inteiro.

Na presente entrevista Ana Jacinto explica como é liderar uma Casa do Benfica no feminino, as vantagens e as dificuldades de ser mulher num mundo predominantemente de homens, e também percebemos as adaptações feitas para combater e tentar contornar a tormenta provocada pela pandemia da COVID-19.

Nota de redação: A presente entrevista foi da responsabilidade da Comunicação do Departamento das Casas Benfica

1. Quais são os desafios que se colocam a uma mulher na gestão de uma Casa do Benfica?

Ana Jacinto: Dirigir uma Casa é igual. A nossa Casa é diferente das Casas tradicionais. Não temos bar, estamos mais focados em atividades desportivas e temos uma loja. O bar poderia ser algo que viesse contra nós, mulheres. Nunca senti essas diferenças. As obrigações familiares de uma mulher é que ainda são diferentes das de um homem, apesar de as coisas estarem a mudar. Eu, por exemplo, tenho um bebé com três meses. Temos de gerir a parte profissional, a pessoal e a associativa. A gestão do tempo é que é mais uma coisa que temos de fazer. Não vejo grandes dificuldades em ser mulher e gerir [há três anos] uma Casa do Ben-

fica.

2. Qual é a reação das pessoas ao se aperceberem que a gestão é feita no feminino?

Ana Jacinto: Sinto que ficam agradavelmente surpreendidas. Quando tenho de dizer que sou a presidente, as pessoas exclamam: "Ah, muito bem". Não estão à espera, mas é o quebrar das barreiras, em que as mulheres não se envolviam nestas coisas e ficavam em casa. Ficam agradavelmente surpreendidas e noto isso desde o primeiro dia.

3. Sendo mulher, como é exercer a liderança em tempos de pandemia?

Ana Jacinto: Os meus colegas, os elementos da direção, têm aquele respeito por eu ser mulher. Mas somos todos amigos. Neste momento de pandemia, quem me está a ajudar são os ele-



Ana Jacinto

Presidente da Casa do Benfica de Proença-a-Nova

mentos femininos. Neste caso, os elementos masculinos cumpriram as minhas ordens e estão em casa. A força do feminino teve mais garra [risos]. Não estou a falar mal deles, mas foram elas que se mexeram. Não sei se é por ser uma mulher que vai ao leme, mas elas responderam-me mais prontamente.

4. Que adaptações foram feitas na Casa para superar as restrições da COVID-19?

Ana Jacinto: Tivemos de nos adaptar. O primeiro confinamento foi mais difícil, porque ninguém sabia o que aí vinha e fechámos tudo. Quando nos deixaram reabrir as portas, tentámos de tudo. Fizemos

redução de horários, aumentámos as turmas das atividades desportivas. Adaptámos a loja. No segundo confinamento já não foi uma surpresa, sabíamos com o que tínhamos de lidar e preparámo-nos com as aulas online. Os professores também aderiram ao projeto, que é inovador. É difícil estar do outro lado e dar hip-hop ou cycling. As aulas são às 7h00 e as pessoas levantam-se para assistir. A loja tem uma secção de gomas e temos um funcionário a fazer entregas porta a porta. Temos, ainda, um catálogo de produtos do Sport Lisboa e Benfica para os vender e tentar ganhar algum dinheiro. Não parámos.

"Gostaria de agradecer de coração a todas as mulheres, especialmente as do Iraque, mulheres corajosas que continuam a dar vida não obstante os abusos e as feridas.

Que as mulheres sejam respeitadas e protegidas! Que lhes sejam dadas atenção e oportunidades!"

Papa Francisco

Marcelo rendido às trufas de medronho



Da Beira Baixa para a Casa Civil do Presidente da República. O Chef Artur Norberto, administrador executivo da Quinta da Olelas, e natural de Proença-a-Nova, deslocou-se recentemente ao Palácio de Belém para entregar em mãos ao Presidente da República as trufas de licor e de aguardente de medronho de sua autoria.

“Foi uma resposta ao desafio lançado no ano passado pelo Presidente”, explica Artur Norberto.

A ideia de oferecer as suas trufas ao Chefe de Estado surgiu “quando me lembrei de ter visto, no ano passado, uma reportagem em que Presidente da República dizia ser fã do medronho e lançava o desafio para se aproveitar mais as suas potencialidades, que era um produto pouco explorado em Portugal”, conta o chef Artur.

Daí até a viagem do Retaxo, em Castelo Branco, a Lisboa, ao Palácio de Belém, se tornar uma realidade foi a distância de dois telefonemas. O primeiro contacto partiu do Chef Artur Norberto a solicitar uma audiência com o Presidente da República para mostrar o produto. “Pediram-me para enviar um email a apresentar o meu projeto das trufas da Quinta das Olelas e que iam ver o que podiam fazer”, conta. Qual não foi o seu espanto, quando, no dia seguinte, recebe um telefonema do próprio Presidente Marcelo Rebelo de

Sousa. “Mostrou-se disponível para me receber e muito interessado em conhecer o produto que tínhamos desenvolvido aqui na quinta”, confessa Artur Norberto.

A audiência com o Presidente da República não podia ter corrido melhor.

“Falámos do produto, das suas potencialidades, assim como de alguns projetos que temos em vista aqui, para a Quinta das Olelas”, confidencia o criador das Trufas de Licor e de Aguardente de Medronho. E ficou o convite para Marcelo Rebelo de Sousa se deslocar a Castelo Branco e visitar a quinta logo que possível, após a reabertura da atividade.

“Creio que ele ficou muito satisfeito e mostrou-se genuinamente interessado no que estamos a fazer e nos projetos que temos em vista”, diz.

Nas mãos de Marcelo Rebelo de Sousa, além das trufas, o chef Artur Norberto deixou também aguardente, licor e compota de medronho, “oferecidas por alguns dos nossos fornecedores, bem como uma prenda da Câmara de Proença-a-Nova”.

Em troca recebeu um desafio presidencial: “Desafiou-me a escrever um livro, com a história da minha vida e da minha família”, conta emocionado Artur Norberto. Um caso a pensar, admite, “nos intervalos da promoção das trufas de aguardente e de licor de medronho”.

OLEIROS

3 mil pessoas na apresentação online do OP

OMunicípio de Oleiros já apresentou o seu primeiro Orçamento Participativo (OP), numa sessão online que alcançou cerca de 3,2 mil pessoas.

O evento contou com a participação do executivo municipal, de César Silva (Wiremaze) e do Gabinete de apoio à presidência. A sessão durou cerca de 80 minutos e terminou com o esclarecimento de questões deixadas em direto pelos Oleirenses.

O Presidente da Câmara de Oleiros, Fernando



Marques Jorge, explicou no seu discurso de abertura que este primeiro OP é o cumprir de uma promessa, que “dá aos cidadãos a possibilidade de poderem decidir como devem ser investidas algumas verbas do Orça-

mento da Câmara Municipal” e permite “uma maior interação entre eleitos e eleitores”.

O Vereador Paulo Urbano realçou a importância do OP como “mecanismo de promoção da cidadania ativa e da demo-

cracia participativa e voluntária que assenta na consulta direta”, dando aos munícipes a “oportunidade de proporem e elegerem projetos”.

Por fim, o Vice-Presidente da Câmara, Victor Antunes, deixou um apelo para que “todos os oleirenses aproveitem, participem e apresentem as suas ideias para este Orçamento Participativo”.

De lembrar que os munícipes podem apresentar as suas propostas de 1 de abril a 31 de maio.

SERTÃ

Sendys' Group cresce 5,5% em 2020

Ogrupo de empresas tecnológicas Sendys' Group, com sede na Sertã, aumentou em 5,5% a faturação em 2020, para 9,1 milhões de euros, e preparou para 2021 novos programas de estímulo à digitalização e transformação digital, foi anunciado.

“O processo de transformação digital, o teletrabalho e a própria digitalização de processos teve um acelerador muito importante com a situação da pandemia”, disse o presidente Fernando Amaral.

O responsável notou que, num “ano atípico como foi 2020, a procura por soluções tecnológi-

cas levou o grupo a registar um volume global de negócios de 9,1 milhões de euros (ME)”, repartidos por Portugal (5,5 ME), Angola (2,1 ME), Moçambique (0,9 ME) e outros mercados (0,6 ME), um crescimento de 5,5% em relação a 2019.

Constituído por oito empresas tecnológicas e com 145 trabalhadores, o grupo liderado por Fernando Amaral, natural de Cernache do Bonjardim, distrito de Castelo Branco, onde mantém a sede operacional, e com clientes nos mais diversos setores de atividade e com dimensões que vão da micro à grande empresa, deu



conta de que a “esmagadora maioria” dos clientes, “empurrados pela crise sanitária global, está a investir, de forma acelerada, em tecnologia e em processos de digitalização e transformação digital dos seus negócios”.

Segundo Fernando

Amaral, para quem o teletrabalho “veio para ficar”, as empresas “estão a adotar o que há de mais tecnológico para simplificar, melhorar e/ou automatizar operações e processos de negócio repetitivos, que não acrescentam valor intrínseco”.

VILA DE REI

BUPI já está disponível



Já se encontra disponível em Vila de Rei, desde o dia 22 de fevereiro, o BUPI – Balcão Único do Prédio, com um balcão de atendimento presencial onde os proprietários poderão realizar a georreferenciação e o registo dos seus terrenos.

A georreferenciação é a identificação de um terreno através de coordena-

das geográficas, para que não existam dúvidas sobre os limites da propriedade, sendo mais fácil protegê-la. Se os seus terrenos já estão registados na conservatória, esta georreferenciação será automaticamente associada ao seu prédio, sem custos ou aumento de impostos associados. Caso contrário, a georreferenciação

pode ser feita, igualmente de forma gratuita, através de um técnico do município, no balcão BUPI do Município ou no site www.bupi.gov.pt.

Para efetuar este serviço, será necessário apresentar o seu cartão de cidadão e a Caderneta Predial com o número das matrizes a georreferenciar. No caso de não haver registo na conservatória, poderá registar o seu prédio ao apresentar documentos que provem que o terreno lhe pertence, como a escritura de compra e venda, habilitação de herdeiros ou decisão judicial.

“Utilizem o nosso balcão BUPI e identifiquem todos os seus terrenos rústicos e mistos. Só as-

sim será possível uma melhor gestão e planeamento do nosso território, bem como o reforço da defesa da floresta contra incêndios”, apela Ricardo Aires, Presidente da Autarquia de Vila de Rei.

Os serviços do Município de Vila de Rei desenvolveram ainda “um Manual de Utilizador do BUPI e um Manual de Utilizador do Google Maps, disponíveis para todos os usuários que desejem realizar este procedimento sem terem de se deslocar ao balcão BUPI.”

“Em caso de manifesta necessidade, um técnico do BUPI poderá ainda apoiar no levantamento no local” reforça a autarquia.

**Mais proximidade!
Mais atualidade!**

**As notícias principais estão aqui!
jornalproenca.pt**



O "Jornal de Proença" endereça às famílias enlutadas as mais sentidas condolências.



José Augusto Pires Manteigas

Faleceu no passado dia 23/02/2021 com 77 anos, natural de Penamacor e residente em Proença-a-Nova. A celebração exequial realizou-se no dia 24/02/2021 no cemitério de Vale Senhora da Póvoa (Penamacor).



Agradecimentos

Sua Esposa, Filhos, Netos e restantes familiares na impossibilidade de o fazerem pessoalmente como seria o seu desejo, vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, familiares e amigos que participaram na celebração e que acompanharam este seu ente querido à sua última morada ou que de qualquer outra forma lhe manifestaram o seu pesar. A todos o nosso bem-haja.

Funerária Mendes & Santos, LDA

Tel.: 274671678 * 964062625 * Proença-a-Nova (DGAE: 1355)

Delfina Silva Alves

Faleceu no passado dia 25/02/2021 com 81 anos, natural de Proença-a-Nova e residente em Proença-a-Nova. A celebração exequial realizou-se no dia 26/02/2021 no cemitério de Proença-a-Nova.



Agradecimentos

Suas Filhas, Genro, Neta e restantes familiares na impossibilidade de o fazerem pessoalmente como seria o seu desejo, vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, familiares e amigos que participaram na celebração e que acompanharam este seu ente querido à sua última morada ou que de qualquer outra forma lhe manifestaram o seu pesar. A todos o nosso bem-haja.

Funerária Mendes & Santos, LDA

Tel.: 274671678 * 964062625 * Proença-a-Nova (DGAE: 1355)

Álvaro Lourenço

Faleceu no passado dia 28/02/2021 com 89 anos, natural de Proença-a-Nova e residente em Vergão. A celebração exequial realizou-se no dia 01/03/2021 no cemitério de Vergão.



Agradecimentos

Seus Filhos, Noras, Netos e restantes familiares na impossibilidade de o fazerem pessoalmente como seria o seu desejo, vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, familiares e amigos que participaram na celebração e que acompanharam este seu ente querido à sua última morada ou que de qualquer outra forma lhe manifestaram o seu pesar. A todos o nosso bem-haja.

Funerária Mendes & Santos, LDA

Tel.: 274671678 * 964062625 * Proença-a-Nova (DGAE: 1355)

Júlia de Jesus Cardoso Fernandes

Faleceu no passado dia 04/03/2021 com 86 anos, natural de Troviscal (Sertão) e residente em Proença-a-Nova. A celebração exequial realizou-se no dia 05/03/2021 no cemitério de Proença-a-Nova.



Agradecimentos

Eterna saudade de sua Filha, Netos, Bisneto e restante família.

Agradecimento a todos os que manifestaram a sua solidariedade e apoio, neste momento difícil.

Um bem-haja especial a todas as funcionárias da Santa Casa da Misericórdia de Proença-a-Nova que sempre a trataram com desvelo e carinho.

Funerária Mendes & Santos, LDA

Tel.: 274671678 * 964062625 * Proença-a-Nova (DGAE: 1355)

JOÃO LUÍS - PROJECTOS

Moradias, Vivendas, Prédios, etc.

João Luis Dias Fernandes
Largo Chão d'Ordem, Lote nº2, R/CH esqº

joaodosprojectos@gmail.com

Eng. Téc. Civil - OET - nº 23 280

Proença-a-Nova - Telef. 274 671 880 - Resid. 274 672 044

Telemóvel - 96 233 7413

Domingos Dias

Faleceu no passado dia 28/02/2021 com 87 anos, natural de Várzea dos Cavaleiros (Sertão) e residente em Corujeira. A celebração exequial realizou-se no dia 01/03/2021 no cemitério de Proença-a-Nova.



Agradecimentos

Seus Filhos, Nora, Netos e restantes familiares na impossibilidade de o fazerem pessoalmente como seria o seu desejo, vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, familiares e amigos que participaram na celebração e que acompanharam este seu ente querido à sua última morada ou que de qualquer outra forma lhe manifestaram o seu pesar.

A família agradece ainda de forma especial a todos os médicos, enfermeiros e profissionais de saúde da ala Covid de Castelo Branco pela forma como trataram o nosso familiar. A todos o nosso bem-haja.

Funerária Mendes & Santos, LDA

Tel.: 274671678 * 964062625 * Proença-a-Nova (DGAE: 1355)

JOAQUIM MANUEL PEREIRA ALVES
CONSTRUTOR CIVIL
CONSTRUÇÃO DE EDIFÍCIOS
VENDA DE
APARTAMENTOS E LOJAS
274 671 035- 966 047 282
6150 PROENÇA-A-NOVA

CARTÓRIO NOTARIAL – PROENÇA-A-NOVA CÂNDIDO SÉRGIO RIBEIRO CORREIA – NOTÁRIO EXTRATO PARA PUBLICAÇÃO

Certifico, para efeitos de publicação, que por escritura de justificação, outorgada hoje, dia vinte e três de fevereiro de dois mil e vinte e um e iniciada a folhas catorze (14) do Livro de Notas para Escrituras Diversas número OITO-A, deste Cartório Notarial, **JOSÉ LUÍS REIS DA SILVA**, NIF 174 904 444 e mulher, **MARIA DE LURDES PEREIRA CARDOSO DA SILVA**, NIF 192 613 952, ambos naturais da freguesia e conselho de Proença-a-Nova, residentes na Rua da Capela, n.º 48, 6150-504 Proença-a-Nova e casados no regime da comunhão de adquiridos, declararam: Que, com exclusão de outrem, são donos e legítimos possuidores do seguinte bem:

RÚSTICO, sito em Vale, na União das freguesias de Proença-a-Nova e Peral, concelho de Proença-a-Nova, composto de Terra de cultura com oliveiras, com a área de seiscentos e dois vírgula treze metros quadrados, que confronta do NORTE com Serventia, do SUL com Rua da capela, do NASCENTE com Dário Lopes Cardoso e do POENTE com Fernando Ladeira Francisco. Não está descrito na competente Conservatória do Registo Predial, inscrito na respetiva matriz sob o artigo 57142, que teve origem no artigo 44160 da extinta freguesia de Proença-a-Nova, com o valor patrimonial tributável de € 37,44. Este prédio tem representação gráfica georreferenciada, com processo número 161421 de 19/02/2021.

E ACRESCENTARAM: Que o prédio acima descrito, veio à sua posse, no mês de setembro de mil novecentos e noventa, em dia que não podem precisar, já na constância do matrimónio, por entrega material em cumprimento de acordo verbal de doação, em que foram doadores os pais da justificante mulher, Francisco Martins Cardoso e mulher, Maria do Carmo, casados que foram sob o regime da comunhão geral e residentes que foram no Lugar de Sarzedinha, Proença-a-Nova.

Não lhes sendo, por isso, possível a exibição de título formal que legitime o seu direito.

Que, não obstante a falta de título, sempre têm possuído o dito bem imóvel, desde aquela data, exercendo todos os direitos e deveres correspondentes ao direito de propriedade, usufruindo do imóvel, gozando de todas as utilidades por ele proporcionadas, participando nas suas vantagens e encargos, praticando todos os atos materiais de uso e aproveitamento agrícola, nomeadamente tratando das árvores, limpando o mato, cultivando-o ou mandando cultivar, sempre com ânimo de quem exercita direito próprio, sendo reconhecidos como seus donos por toda a gente, fazendo-o de boa fé, por ignorarem lesar direito alheio, pacificamente, porque sem violência, contínua, porque nunca interrompida, e pública, porque à vista e com conhecimento de toda a gente, sem oposição de ninguém e tudo isto por um lapso de tempo superior a VINTE ANOS.

Que, dadas as enunciadas características de tal posse, adquiriram o dito prédio por USUCAPIÃO, título esse que, por sua natureza não é suscetível de ser comprovado pelos meios normais.

Está conforme o original.

Proença-a-Nova, 23 de fevereiro de 2021.

O Notário, Cândido Sérgio Ribeiro Correia

Jornal de Proença" nº9, de 10 de Março de 2021

CULINÁRIA



Massada de cherne à portuguesa

Ingredientes

- * 4 postas de cherne;
- * 300g de massa cozida;
- * 1 lata pequena de tomate em pedaços 390g;
- * 1 cebola grande;
- * 2 dentes de alho;
- * 4 colheres sopa de azeite;
- * 1 ramo de coentros;
- * 1 folha de louro;
- * Sal e pimenta q.b.;

Modo de Preparação:

1 - Coza o peixe em água abundante temperada com sal, escorra e reserve a água. Depois de morno, limpe o peixe de pele e espinhas.

2 - Leve ao lume um tacho com o azeite, deixe aquecer, adicione a cebola, os alhos e coentros, tudo picado, e deixe refogar, mexendo de vez em quando. Junte depois os pedaços



Evelin@TIZÉ

de tomate e a folha de louro, mexa e deixe ferver durante 3 minutos.

3 - Adicione 1,5 l do caldo do peixe que reservou (se necessário, perfaça com mais água), mexa, retifique os temperos e deixe levantar fervura.

4 - Acrescente a massa e deixe cozer, mexendo de vez em quando. Adicione o peixe, envolva, retire do lume e sirva decorado com folhas de coentros.

Evelin@TIZÉ

EXPRESSÕES COM HISTÓRIA



MARIA VAI COM AS OUTRAS

Significado: Refere-se a alguém que não tem a iniciativa de tomar a liderança ou não tem vontade própria.

Origem: Mesmo antes dos franceses se instalarem em Portugal quem reinava nessa altura era D. João VI. A mãe dele, a rainha D. Maria I, tinha enlouquecido e por isso ele subira ao trono. Por causa da sua loucura, a rainha nunca podia estar sozinha, e andava sempre rodeada de aias e camareiras, que a seguiam para toda a parte e lhe guiavam os passos e todos os movimentos. Os Lisboaes que a viam passar diziam então: "D. Maria lá vai com as outras". A Expressão pegou.

DAR A MÃO À PALMATÓRIA

Significado: Reconhecer que não se tem razão, confessar-se culpado.

Origem: A palmatória era uma tabua redonda

de madeira, com cinco buracos e com um cabo para as pessoas a segurarem bem na mão. Então as professoras e os professores, sempre que os alunos faziam alguma coisa de errada, batiam nos com ela nas suas mãos, com muita força e muitas vezes, aquilo fazia doer imenso! Deixava marcar que chegavam a durar alguns dias... E por isso é que hoje ainda dizemos "dar a mão há palmatória", quando admitimos que estamos errados.

XEQUE-MATE

Significado: É uma jogada de Xadrez que representa o final da partida.

Origem: O jogo de Xadrez foi trazido para a península Ibérica pelos Muçulmanos. Quando ganhavam o jogo, os árabes diziam al-jakh-mat que significa "o rei está morto", dando origem a "xeque-mate".

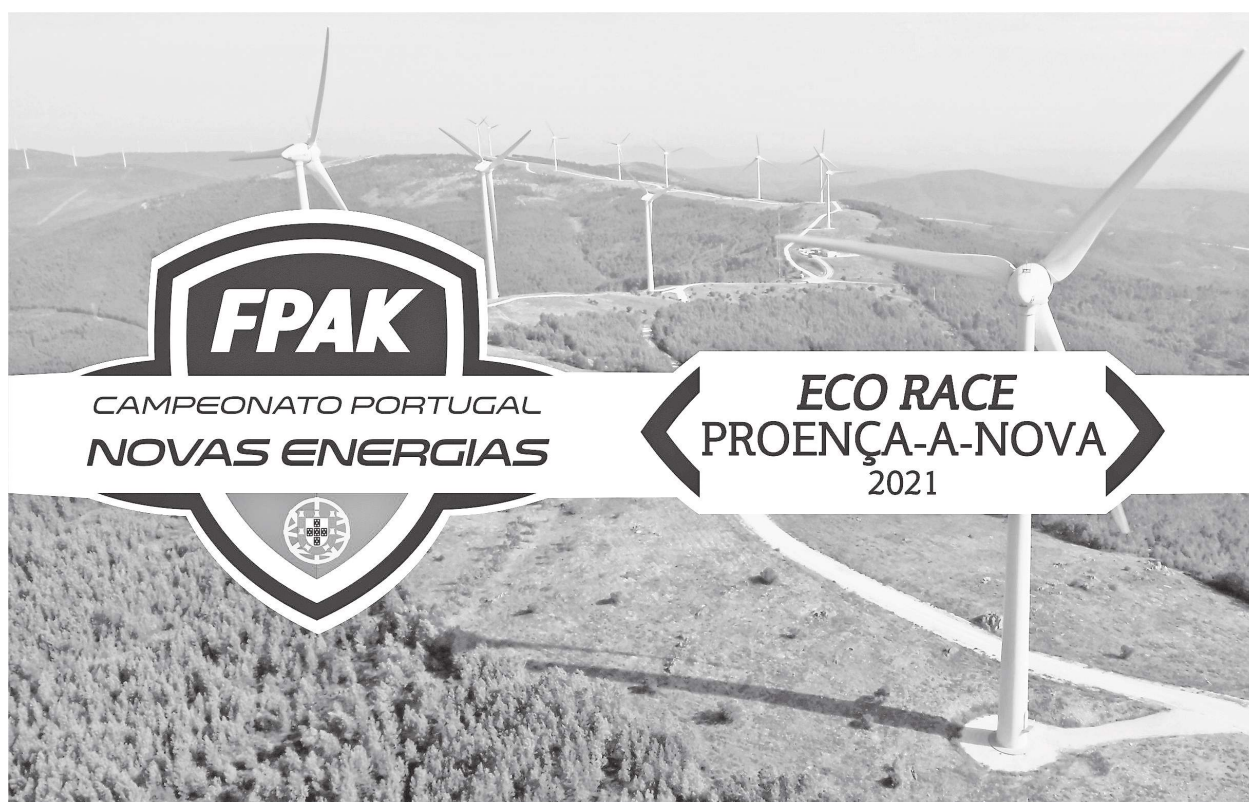
LG, Fonte: CARVALHO, Sérgio Luís, Nas Bocas do Mundo, Editorial Planeta

Campeonato de Veículos Elétricos

A Federação Portuguesa de Automobilismo e Karting (FPAK) vai organizar pela primeira vez o Campeonato de Portugal de Novas Energias 2021, uma competição destinada a veículos 100% elétricos que se desdobrará em quatro provas.

A segunda delas realiza-se em Proença-a-Nova com uma Eco Race a decorrer nos dias 24 e 25 de julho.

"A descarbonização encontra-se hoje na agenda mediática e faz parte dos próximos anos, consubstanciada no «GREEN DEAL» como referência do próximo quadro de apoio comunitário. Proença-a-Nova, já em 2007 com o conceito carbono zero, dava passos nesta temática e estes territórios são coletores de carbono e geradores de externalidades positivas no equilíbrio ambiental", con-



sidera João Lobo, presidente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova.

Para o autarca esta prova "é uma forma de

dar relevância à preservação do meio ambiente, numa estratégia que a todos deve envolver, quanto mais rápido melhor.

No passado dia 4 de março, Paulo Almeida, do Clássico Clube de Portugal e um dos promotores deste campeonato, reali-

zou uma visita técnica ao concelho para se começar a preparar o percurso da prova.

"Estamos a falar de um

concelho que produz dez vezes mais energia verde do que aquela que precisa e tem estradas magníficas para um evento desta natureza", afirmou o responsável ao jornal Reconquista,

O responsável adiantou igualmente o modelo de evento, com verificações técnicas com exposição dos carros e sessão de estrada com cerca de cem quilómetros no primeiro dia; nova etapa e entrega de prémios no segundo dia.

Para além de Proença-a-Nova, o Campeonato de Portugal de Novas Energias vai passar por Oeiras nos dias 18 e 20 de junho, com a prova "Oeiras Eco Rally-Portugal", pela Estrada Nacional 2, com a "Rota N2 Electric" a 6 e 7 de novembro, e terminará com o "Circuito UVE", a realizar em data ainda por definir.

Corrida Virtual de Primavera com inscrições abertas

Já estão abertas as inscrições para a 1ª edição da Corrida Virtual de Primavera, que se realizará a 20 e 21 de março, organizada pelo Município de Proença-a-Nova.

"A pandemia suspendeu as competições desportivas, no caso do concelho, o Grande Prémio da Cortiçada e a Corrida das Cerejas, e obrigou os organizadores a reinventar-se. Para os amantes do desporto e das caminhadas, o Grupo de Desporto do Município sugere a participação numa corrida virtual aberta a toda a população que pode ser realizada em qualquer ponto do país", informa a autarquia em nota enviada à comunicação social.

Uma vez inscrito na corrida, o participante, recebe um dorsal virtual "é basta ter uma aplicação de treino que permita re-



gistar a distância e o dia em que a mesma foi percorrida. Os participantes terão de enviar comprovativo de participação, por exemplo, através de um print dessa aplicação para o email desporto@cm-proencanova.pt. No final, todos os participantes que completarem a prova recebem um diplo-

ma de participação" explica a Câmara Municipal.

Para participar basta inscrever-se neste link até 12 de março, preenchendo os dados pessoais como o nome, idade, concelho e a distância em que se inscreve.

Os escalões estão divididos da seguinte forma: 9-12 anos distância de 1

quilómetro; 13-16 anos distância de 3 quilómetros; mais de 17 anos distância de 5 ou 10 quilómetros.

Caso se verifiquem condições climatéricas adversas nestes dias, a prova poderá ser realizada durante a semana seguinte (22 a 28 de março).

MITO OU VERDADE!?

Exercício físico contribui para o sucesso de uma relação!?

VERDADE!

A vida a dois pode ser algo fascinante, mas os desafios que uma relação apresenta são bastantes. Com o confinamento, o tempo que actualmente passamos com a nossa cara metade é maior e, por vezes, isso pode tornar a convivência mais difícil e menos tolerante. O exercício físico, para além dos benefícios da sua prática, é uma excelente terapia de casal promovendo a capacidade de compreensão, tolerância, respeito e a existência de gostos em comum. Independentemente dos objetivos, isto não invalida que o treino ou parte dele não possa ser feito em conjunto, até porque em conjunto não significa necessariamente fazer o mesmo. Descubra o que mais motiva a sua cara metade. Lembre-se disto: a felicidade de um dependerá do outro e vice-versa.

Bons treinos.



Prof. André Ribeiro

**"O Iraque ficará sempre no meu coração.
Peço a todos vós, queridos irmãos e irmãs, que trabalheis juntos,
unidos por um futuro de paz e prosperidade que não deixe ninguém para trás nem discrimine ninguém.
Asseguro-vos as minhas orações por este amado país."**

Papa Francisco

Ser mulher e Mãe/ser homem e Pai

Março é o mês em que ao oitavo dia se celebra a Mulher, e a dezanove o dia do Pai. Assinalam-se também em Março o Dia Internacional da Felicidade (20) e o Dia Nacional do Estudante (21). Mas a nossa atenção hoje dirige-se para a Mulher-Mãe e o homem-pai.

O dia internacional da Mulher está desde 1909 associado em primeira linha ao direito de voto feminino nos Estados Unidos da América, o que muito rapidamente passou a outros objetivos e esferas comemorativas; até que «em 1975, o dia 8 de março foi instituído como Dia Internacional da Mulher, pelas Nações Unidas. Atualmente, a data é comemorada em mais de 100 países como um dia de protesto por direitos ou de edulcorada celebração do feminino, comparável ao Dia das Mães» (https://pt.wikipedia.org/wiki/Dia_Internacional_da_Mulher).

O que aqui nos importa realçar é que quanto mais a mulher se sentir respeitada na sua dignidade enquanto pessoa, tanto mais será feliz e outros ajudarão a sentirem-se felizes. A mulher que exerce os direitos humanos em plenitude é seguramente cidadã mais consciente dos seus direitos e dos seus deveres. Também a mulher-



-mãe será mais e melhor mãe quanto a sua maternidade for enaltecida; na sua condição de mãe favorecida, essa mulher promoverá o seu melhor desempenho maternal sobre os filhos, de tal modo que também assim ela, mulher respeitada e autónoma, mas também mãe reconhecida e progenitora valorizada, a mulher-mãe será então mais capaz de garantir e respeitar os direitos dos seus filhos, para que cresçam em estatura, graça e sabedoria; pais e filhos, juntos, a serem felizes.

O aqui vertido para a mulher - mãe é igualmente válido para o homem - pai, no plano dos direitos e dos deveres, no princípio da legítima igualdade e no respeito pelas indiscutíveis diferenças e características

que definem o homem e a mulher.

A natureza humana é comum no género que dá identidade ao ser humano, mas assaz marcada pelas múltiplas diferenças presentes naquilo que é a essência do ser homem e do ser mulher. Também aqui se pode aplicar a já vulgarizada máxima «todos diferentes, todos iguais». Seja-se homem ou mulher, é-se igual ao nascer e no morrer. Já no correr da vida a condição humana há-de espelhar a masculinidade ou a feminilidade da criação, em primeira instância por virtude da natureza, mas também depois muito pela força das circunstâncias da vida, no que é radical a infância que fará do adulto a criança que foi.

Toda a criança precisa

de sentir harmonia e paz na família, para se sentir segura e em equilíbrio psico-emocional. Quanto mais a criança presenciar os papéis ajustados do homem-pai e da mulher-mãe, tanto mais ela crescerá a sentir-se feliz. Tudo isto só é possível com a presença efectiva e permanente do pai e da mãe na vida da criança, numa relação de afectos, em ambiente familiar securizante. Portanto, é fundamental que pai e mãe se deixem de egoísmos e interesses pessoais em favor da criança, é indispensável que o foco do pai e da mãe incida no bem-estar da criança e no seu desenvolvimento integral e harmonioso.

Alfredo B. Serra
Representante do Ministério da
Educação na CPCJ

Humanizar o parto

O título refere-se a uma frase de 1975 do primeiro livro de Michel Odent, obstetra francês que desde então junto com outros especialistas, defendem que uma mulher durante o trabalho de parto, assim como qualquer outro mamífero, precisam apenas de se sentirem seguras e não se sentirem observadas. Seguras como? Ao serem ouvidas e respeitadas em suas necessidades básicas.

Não estou aqui para defender nenhum tipo de parto porque para isso há outros aspetos sócio-culturais envolvidos. Mas é preciso saber mesclar o instinto e a ciência para desconstruir mitos criados no início do século passado que já estão de todo ultrapassados e que estudos científicos modernos comprovam que em nada ajudam e muitas vezes só atrapalham e prejudicam o bem estar e a saúde da mãe e do bebé.

Estou a esclarecer pois há duas ou três gerações de mulheres que não fazem ideia do que um parto pode ser. Uma ideia é a capacidade de aprender a amar que é iniciada com as primeiras contrações no início do trabalho de parto junto com a oxitocina: a "hormona do amor que afasta os medos" e desempenha sua função na forma como os humanos se relacionam uns com os outros e em comunidade. Outra ideia é de humanizar o parto e o olhar como um acontecimento natural (com um agrupamento de assistências) e não como uma patologia. Há inúmeras outras ideias mas quero aqui focar na humanização.

Humanizar o parto é oferecer à mulher assistência física e emocional, confiança e segurança, informações

sobre a fisiologia do parto, providenciar evidências científicas que explicam os riscos e benefícios das opções e tempo para a decisão. Humanizar um nascimento é proporcionar equipas multidisciplinares para acompanhar as mulheres na pré-conceção, durante a gravidez, no trabalho de parto e no pós parto, o que aliviaria muito o sistema de saúde porque é possível fazer muito mais com menos recursos, desde os centros de saúde até aos hospitais. Humanizar um parto seja ele domiciliar, hospitalar natural ou cesariana eletiva é assegurar o direito das mulheres participarem ativamente nas decisões como apresentar um plano de parto, escolher o ambiente, posições e métodos alternativos de alívio da dor, ter a presença de acompanhante. Humanizar um parto é também garantir o direito da mulher denunciar casos de violência ou negligência obstetra que causam traumas físicos e psicológicos.

A humanização do nascimento e a mudança do mundo chegaram com a promoção de um diálogo efetivo com profissionais de saúde materna, alterando paradigmas e apoiando pesquisas e investigações que justificam ou não atuais protocolos hospitalares. É um caminho longo mas possível de ser trilhado com amor, respeito e as ferramentas certas!

Indicação de leitura para aprofundamento do tema: "Recomendações da OMS: cuidados para uma experiência de parto positiva"; Livro "Para um nascimento sem violência" de Frederick Leboyer; Filme documentário "O Renascimento do Parto" (1, 2 e 3).

Isabela Ferro

EDITORIAL

8 de Março

Para mim, o dia 8 de Março é uma oportunidade para fazer memória: Dia da Mulher e Dia São João de Deus.

Esta memória leva-me a pensar na evolução na relação entre homem e mulher. Na Bíblia, o livro do Génesis, apresenta o homem e a mulher como iguais em dignidade e diferenciados no papel na sociedade. A humanidade teve sempre dificuldade em viver esta visão e foi criando sempre uma distinção pejorativa em detrimento da mulher. Não sou adepto do igualitarismo funcional, mas defendo a igual dignidade que começa na pessoa em si mesma e se prolonga naquilo que cada homem/mulher realiza. A diferença entre os dois deveria ser um desafio à complementaridade evitando a tradicional descriminação. O homem nem sempre foi consciente de que não respeitar a mulher, sua semelhante, é desrespeitar-se a si mesmo. Por outro lado, a atitude submissão da esposa, vista muitas vezes com um acto de amor ao marido, constituiu uma violação à sua dignidade como pessoa. O respeito eleva o nosso semelhante e o amor desafia-nos ao compromisso, à fidelidade, ao sonhar e trabalhar juntos, ao sofrer e à alegria lado a lado.

A releitura da história no seu tempo da relação homem/mulher é uma lição de vida a aprender para não seguir cometendo os erros de sempre quanto aos salários, à maternidade, à emancipação da mulher, à instrumentalização da sua imagem, à hegemonia masculina...

Neste dia 8, gostaria de fazer memória ainda de S. João de Deus que, na Espanha do século XVI, teve o sonho de recolher, nas ruas de Granada, os pobres e doentes, levando-os para o seu "hospital" e tratá-los segundo as necessidades/doenças que apresentavam. Estava assim criado, ao tempo, um princípio estruturador do hospital moderno. Da iniciativa deste homem nasceu a Ordem Hospitaleira de São de Deus, responsável, em Portugal, pelo tratamento de doentes, principalmente, do foro mental.

Esta Ordem Religiosa coloca no centro da sua vida aqueles (as) que sociedade em geral e as famílias em particular têm dificuldade em cuidar. Ver o doente mental como uma pessoa a ser cuidada não é o caminho mais normal. Os mitos da doença mental instalados no senso comum levam-nos a desviar-nos destas pessoas. Eles não são máquinas avariadas a dormir, muitas vezes, na rua. São pessoas que é preciso cuidar. Estes Irmãos de São João de Deus aproximam-se pra dar dignidade à pessoa doente e ajudar a família se ainda a têm.

Nesta quaresma que estamos a viver, aproveitemos dias como este para apreciar e transmitir afecto e amor às "mulheres" que constituem o nosso círculo vital, apreciar o dom da saúde que cada um é detentor buscando uma atitude de compromisso com aqueles que não a têm.

P. Virgílio Martins

**PROTEJA-SE
A SI E AOS
OUTROS**