

JF Aldeia Viçosa

Jornal da Freguesia de
Aldeia Viçosa



Preço: 1 ajuda

Nesta edição:

Um ano de mandato -
avaliação de desempenho 2

Opinião - parabéns equipa 3

Praia Fluvial - encerra-
mento da época balnear 4

Casa Mortuária - a obra do
povo 6

Notícias diversas 8

Casa do Azeite e Azeite no
Magusto da Velha 12

Posto Médico - um proble-
ma por resolver 13

Porque tem de ser, vamos
a contas 14

Pescadores de Aldeia
Viçosa em competição 15

Associação de Melhora-
mentos de Aldeia Viçosa 16

Saúde - dores lombares 18

Casa Mortuária - donati-
vos e contributos 20



**Avaliação de um ano de mandato
autárquico desta Junta de Freguesia**

O melhor e O pior



**Casa Mortuária
A obra do povo**

Fazer em dois
meses o que está
projetado
há 10 anos.



**Época Balnear despede-se de
um verão muito mau.**

As atividades
As contas

**Associação de Melhora-
mentos de Aldeia Viçosa**

Projeto de ampliação não
está na gaveta.



**Isto e muito
mais na
3ª edição do
Jornal de
Aldeia Viçosa.**

UM ANO DE MANDATO - avaliação de desempenho

Pontos fortes:

- Ajuda na criação de postos de trabalho e distribuição das receitas da Praia por serviços solicitados a gentes de Aldeia Viçosa;
- Casa Mortuária está a ser construída em bom ritmo;
- Os sanitários públicos também estão a ser criados;
- Jornal de Aldeia Viçosa já vai na 3ª edição;
- Página da internet está criada e a funcionar: www.jf-aldeiavicosa.pt;
- Está convidada uma comissão para a Geminação;
- Bar da Praia Fluvial foi (bem) arrendado (ainda se lembram?);
- Boa articulação com todas as instituições da Freguesia;
- Arranjo dos caminhos públicos, regularização das águas e da rede de eletrificação, sino da torre do relógio (lembram-se?), etc.

Pontos fracos:

- Mais de 213.000€ de dívidas e consequentes processos judiciais;
- Não tomada de posse dos primeiros eleitos da lista do Partido Socialista criando problemas à constituição da Assembleia.

Um ano de mandato autárquico já passou (tomada de posse a 12/10/2013) e muita coisa foi acontecendo entretanto, fazendo o tempo andar depressa de mais. Urge olhar para trás e fazer uma retrospectiva do que foi feito.

Contas e Processos

A primeira tarefa do executivo foi fazer o retrato das finanças locais. Surge a primeira grande surpresa com a descoberta de um enorme buraco financeiro que ainda hoje tem causado enormes problemas à Freguesia. Afinal a Câmara Municipal da Guarda não tinha nada a pagar das contas Aldeia Viçosa, como sempre tinha sido dito aos populares, 20% do FFF fica logo retido em Lisboa e os processos vindos do tribunal e de agentes de execução têm sido frequentes.

Assembleia de Freguesia

Em simultâneo tivemos que lidar com a dificuldade em constituir uma Assembleia de Freguesia estável, com as sucessivas renúncias dos membros da lista do Partido Socialista aos lugares na Assembleia a que 96 votos obrigavam. Depois de tanto terem falado no papel dos membros deste órgão, não ficou nada bem para com aqueles que lhes deram o seu voto.

Poderíamos ter ficado durante um ano a lamuriar-nos com a situação, lamentando não se poder fazer nada devido à situação. No entanto, adotámos uma atitude pró-ativa e, sem esconder as dívidas a ninguém, fomos trabalhando dentro daquilo que era possível, tal como tínhamos dito na campanha (afinal quem são os mentirosos?).

Atividades

Já conformados com a situação contabilística, a Junta de Freguesia procurou dinamizar o Magusto da Velha e a Praia Fluvial, dois dos *ex-libris* da freguesia. Houve um processo para arrendamento do bar da Praia Fluvial que foi legal e transparente, apesar das suspeitas a que fomos, injustamente, sujeitos.



Postos de trabalho

Pelo meio, a criação de vários postos de trabalho para conterrâneos, a custo zero para a Freguesia, naquela que terá sido, na opinião do presidente, a melhor ação desta Junta. Foi fundamental que Junta e AMAV se articulassem bem para possibilitar estas candidaturas.

Casa Mortuária

Finalmente... a casa mortuária. A obra consensual, a obra que não divide ninguém, que todos querem, e que muitos têm ajudado a fazer, transformando-a numa obra do povo, feita à maneira antiga. A forma como está a ser tornada realidade é um orgulho para Aldeia Viçosa e as suas gentes e um exemplo de política ativa.

Programa eleitoral

Muito mais há para fazer, mas olhando para o programa eleitoral desta equipa, podemos afirmar que com um quarto (1/4) do mandato passado, já conseguimos fazer três quartos (3/4) daquilo a que nos propusemos.

Junta: trabalho de equipa

Para o bom desempenho do trabalho autárquico, tem sido fundamental a boa articulação e distribuição de tarefas entre os membros eleitos. **O secretário** tem presença constante na Freguesia, resolvendo as questões de papeladas (e tantas outras), **o tesoureiro** tem gasto muito do seu tempo procurando respostas contabilísticas e conseguindo criar métodos que consigam justificar todas as despesas desta Freguesia e que garantam total transparência, **o assessor** desempenha um papel preponderante nas questões jurídicas e no seu envolvimento com várias questões da Aldeia (trabalho *pro bono*), **o presidente** faz a articulação de todos os pontos de trabalho. Os eleitos da **Assembleia** e os **membros** que fizeram parte da equipa na campanha têm ajudado sempre.

Obrigado a todos quantos confiaram em nós e a todos os que têm ajudado Aldeia Viçosa.

Aos outros, fica o convite para se juntarem a nós e a fazerem mais pela nossa aldeia. ;) LP

PARABENS EQUIPA

E pronto, chegou ao fim o primeiro ano de vida da excelente equipa que dirige a freguesia de Aldeia Viçosa, com o jovem Luís Prata ao leme. Não tem sido fácil a este grupo de marinheiros, navegar num mar agitado e em permanente temporal, como é este que vivem todos os dias. O Cabo Bojador, ou da Boa Esperança, comparado com este mar tenebroso, não foi mais que uma pequena piscina para crianças.

Esta equipa maravilha que, como todos sabem, nada esconde do passado, herdou uma dívida de tal forma elevada, que mais se assemelha a uma sentença de morte. Algo nunca visto numa autarquia de tão pequena dimensão nos diversos aspetos. Falar muito dela aqui, é desperdiçar palavras, apenas porque tanto dinheiro foi desperdiçado, ou não..., e não podemos gastar um segundo que seja a recordar um passado que todos queremos ver morto.

Só alguém com coragem para cumprir o que promete, com um FFF (Fundo de Financiamento das Freguesias) em saldo negativo todos os meses face às despesas certas e permanentes da autarquia, deita mãos à obra e avança, avança, avança, com o olhos postos no futuro, sempre a pensar em Aldeia Viçosa e na sua população. Foi por isto e para isto que há um ano se candidataram à Junta de Freguesia, numa lista do PSD-CDS/PP, acompanhados de uma base forte de gente que ama a terra e que nunca desiste de lutar por ela. Uns na Junta, outros na Assembleia de Freguesia. Lado a lado, sempre presentes, cumprindo o que prometeram ao povo.

De louvar aqui a atitude nobre e de amigos de verdade da terra que os viu nascer, os dois últimos nomes da lista do PS, cujo coração falou mais alto que qualquer outro interesse e se juntaram à equipa na Assembleia de Freguesia. Lá diz o ditado: “os últimos são os primeiros”.

E a primeira grande obra prometida pelos agora heróis, aí está. A casa mortuária. Sem ajudas financeiras da Câmara Municipal porque, também ela tem às costas uma dívida de noventa e três milhões de euros, herança deixada por uma governação do PS, de quase 40 anos. Quase apetece dizer ao Presidente da Câmara que Aldeia Viçosa recusa um cêntimo que seja para ajuda da casa mortuária. Que seja bem guardado, para outras obras que vão ser necessárias futuramente e aí sim, a junta de freguesia não lhe vai largar a porta do gabinete, embora exista sempre a certeza de que não vai ser necessário, porque sabemos que o executivo municipal também nutre um carinho especial por Aldeia Viçosa.

Proponho à Junta que se guarde alguma eventual contribuição do Município para outra obra. Aldeia Viçosa tem filhos excelentes que gostam de ajudar a terra a evoluir, a crescer, a ser bonita. Resumindo, a ser a “Rainha do Mondego”. São muito poucas as terras com gente assim generosa, vaidosa, orgulhosa e que quer sempre fazer parte da terra. Confesso que nunca vi igual nem parecido.

A Casa Mortuária é um bem desde há longos anos muito desejado na terra e por isso está a ser construída com o carinho de todos, cada um ajudando à sua maneira. Desde contribuições financeiras muito generosas até um simples garrafão de vinho, ou mesmo uma ou duas horas de trabalho. O que importa é deixar a marca nesta que um dia vai ser a nossa última casa, onde os amigos se vêm despedir de nós, até um dia.

Mas como não há bela sem senão, cá temos na sombra, os mensageiros da desgraça. Acusam eles: “Falharam!!! Prometeram a Casa Mortuária para o primeiro ano de mandato e já passou um ano e não está construída”. Apenas uma informação para estes. Se a junta quisesse, a Casa Mortuária tinha sido construída muito antes de passado o primeiro ano. Mas não quis, porque nos órgãos autárquicos estão pessoas responsáveis e em primeiro lugar pensaram em construir uma obra com qualidade. Porque se, como se diz no futebol, apenas quisessem cumprir calendário e mentir à população, já há muito estaria construída. Não existem palavras para qualificar esta atitude ignóbil, sacana, maldosa, ignorante, desinteligente e inculta. Fica a consolação e o sorriso sarcástico, apenas e só porque esta afirmação vem certamente de pessoas que, NUNCA em várias dezenas de anos, conseguiram encontrar nem tempo nem forma de fazer o que quer que seja por Aldeia Viçosa. São os que não fazem falta nenhuma. Já nasceram predestinados para o que são.

Com a agravante que, até por iniciativa da Junta, todos conhecem a herança e a real situação financeira da freguesia. E como não estão habituados a fazer o que quer que seja, desconhecem que para tudo é preciso tempo: tratar de documentos, dinheiro, contactos com empresas, entidades públicas, com a população e demais situações que levam tempo. E também sabem que os membros da junta não trabalham 24 horas/dia para a autarquia. Têm as suas famílias e as profissões. Esta gente está é esquecida, ou não, de apontar armas àqueles que o povo elegeu para os representar na Assembleia de Freguesia e nem um só segundo se dignam dedicar a Aldeia Viçosa. Muito se estranha que durante 12 anos os agora heróis tenham permanecido mudos e surdos, com os pilares e placa da iniciada casa mortuária a apodrecerem ao sol e à chuva.

Luís Prata, Fernando Prata e Mário Monteiro e todos os membros da Assembleia de Freguesia. Parabéns e bem-hajam por este excelente primeiro ano à frente dos destinos desta linda terra. Estais a construir um caminho de sucesso para Aldeia Viçosa. Sei que é muito difícil, mas também confio plenamente na vossa já sobejamente demonstrada capacidade.

Um bem-haja muito especial, às famílias dos membros da junta (mulheres e filhos), por estarem a sacrificar o convívio e a presença quase permanente dos maridos/pais a que estavam habituadas, contribuindo desta forma, também elas, para o desenvolvimento da Rainha do Mondego.

Um forte abraço, amigos!!! JC

Praia Fluvial

Pior verão deste século não impediu um balanço positivo da época balnear. Se fosse um verão normal...

Reforço das medidas de higiene e de limpeza destacado.

Atos de vandalismo ocorreram ao longo da época balnear, mas não abalaram o bom desempenho de todos.

As receitas da Praia Fluvial—aluguer do bar e bilheteira—são fundamentais para as obras na freguesia. Sem estas receitas, a Freguesia não sobreviveria uma vez que as despesas obrigatórias ultrapassam as receitas correntes.

Encerramento da época balnear 2014 Balanço positivo

Terminou no dia 15 de setembro a época balnear 2014. Terminou oficialmente, uma vez que as condições meteorológicas tinham fechado a época há mais tempo. As portas, o serviço de bar e o nadador salvador apenas se mantiveram em serviço devido às **obrigações da Associação Bandeira Azul**.

Sabendo que foi um **verão atípico**, com os meses de julho e setembro a serem dos mais pluviosos do século e o agosto dos menos quentes, **o balanço que fazemos é muito positivo**. Os objetivos traçados inicialmente foram alcançados e os comentários de todos os que nos visitaram foram extremamente positivos e motivadores. Recordo uma visitante de Fornos de Algodres que obrigou o carro dos membros da Junta a parar de propósito para comentar a falta de sinalização, porque estava encantada com o espaço, queria divulgá-lo na terra dela e não queria que as pessoas se perdessem para nos vir visitar.

Não podemos deixar de dar uma palavra de destaque para os colaboradores **da Junta de Freguesia** que desempenharam um papel importante no brilho dado à “sua” Praia Fluvial, tanto no aspeto de manutenção como no de limpeza e higiene.

A avaliação que fazemos do **serviço de bar** também é muito positiva e, estamos convictos, ajudou à avaliação positiva que nos foram deixando do espaço. Não faltou cerveja, não faltou simpatia, houve comida para quem quis (ainda que não tenhamos criado condições para os petiscos que todos reclamamos). A articulação entre Junta e arrendatário também foi muito boa.

A maior satisfação do presidente da Junta foi ver na Praia Fluvial um grupo de jovens meninas com mais de 60 anos de Aldeia Viçosa que eram fiéis visitantes da Praia e que ali passaram o seu verão, criando também um **espaço de “convívio”** neste espaço.

Ao longo de todo o verão foram desenvolvidas várias atividades que dinamizaram o espaço: encontro motares, 24 horas futebol de praia, futebol de praia veteranos, torneio de voleibol de praia, torneio de pétanques, jogos tradicionais, atuação de grupos de concertinas, de cavaquinhos, demonstração de Karaté, zumba, etc. As condições meteorológicas não permitiram que se desenrolasse o Summer SunSet.

Foram várias as instituições que utilizaram a Praia Fluvial de Aldeia Viçosa para os seus encontros e festas: Câmara Municipal da Guarda, de Celorico da Beira e de Mangualde (atividades para jovens e seniores), Escola Básica São Miguel, Centro de Formação CFAD, O Castelo, Igreja Evangélica, Associação Augusto Gil, Grupo Desportivo das Lameirinhas, Ás d’Aprender, Tu Decides +, Santa Casa da Misericórdia, Abrigo Infantil da Sagrada Família, Quercus, Quinta da Maúnça, Pirilampo Letras Centro de Estudos, Associação do Bairro da Luz, ADM Estrela, Associação dos Amigos e Naturais de Moimentinha, Centro de Dia do Minhocal, Centro de Dia do Alvendre, NDS, Colégio de Reinserção do Mondego, Quinta das Relvas, Associação de Melhoramentos de Aldeia Viçosa.

É com orgulho que observamos que a Praia Fluvial de Aldeia Viçosa extravasa as fronteiras do concelho da Guarda. Tudo faremos para, gradualmente, melhorar as infraestruturas e alargar o leque de oferta de serviços e atividades neste espaço que é *ex-libris* da freguesia. O relatório de intervenções para o próximo ano está feito, tendo como prioridade o reforço da sinalização.

Para o nosso primeiro ano de mandato não foi tudo perfeito, mas missão cumprida!



AV 2014

Com a ajuda da Câmara Municipal, foi mantida a Bandeira Azul e os Vereadores Eng. Sérgio Costa e Dr. Carlos Chaves compareceram na cerimónia simbólica do **içar da bandeira**, deixando rasgados elogios à Praia Fluvial de Aldeia Viçosa. O Presidente da Junta recordou a importância deste espaço para o turismo do concelho e as dificuldades burocráticas e financeiras que a Freguesia sentiu para manter o galardão.



Natureza e exercício físico —um conjugação perfeita de ingredientes saudáveis. Ao longo da época balnear, pode-se praticar fitness, zumba, ioga e Karaté, promovidos por instituições do concelho.

A Praia Fluvial de mãos dadas com a saúde e o bem estar.



FUTEBOL - 24 HORAS E VETERANOS

A Junta de Freguesia, em articulação com um excelente grupo de jovens da freguesia, voltou a dinamizar o torneio **“24 horas Futebol de Praia”**, após um ano de interregno. Participaram equipas provenientes de diversos locais: Porto, Guarda, Celorico da Beira, Vila Cortês, Lageosa, Aldeia Rica e, claro, Aldeia Viçosa. Assistiu-se a excelentes partidas de futebol e bons momentos de camaradagem. Ganhou a equipa **“Contra Golpe / Garden’s”** formadas por jogadores da Vale do Mondego e de Celorico da Beira, após ter ganho uma emocionante e eletrizante final contra a equipa da Guarda **“Zé da Praça / Empenho e Confiança”**. Aldeia Viçosa teve uma boa participação, conseguindo arrecadar o prémio de melhor marcador com o jogador André Moreira.

Pela primeira vez, foi organizado o torneio de **“Futebol de Praia Veteranos”** que juntou algumas das velhas-guardas de Aldeia Viçosa e fez recordar com nostalgia grandes equipas e grandes vitórias do nosso futebol em tempos idos. Neste torneio, mais importante do que os resultados, foi o convívio, a camaradagem e o **“desenferrujar”** de alguns tendões. Esta iniciativa será para repetir e aumentar a sua dimensão.



Jogos tradicionais

A Associação de Jogos Tradicionais da Guarda marcou presença na Praia Fluvial e dinamizou um excelente fim de semana. Uma atividade a repetir. Foi ainda realizado o 1º torneio de pétanque.

Casa Mortuária a obra do povo

Primeiros passos

Nas duas primeiras edições do *JF—Aldeia Viçosa* fomos explicando os passos que estavam a ser dados para a construção da casa mortuária (processo iniciado ainda em 2013), pelo que não iremos repetir o que foi dito sobre as primeiras andanças.

A construção da casa mortuária começou após uma conversa com o conterrâneo Tone em que nos dis-

ponibilizou 1500€ em materiais. Era o suficiente para começar a trabalhar.

Com esta “almofada”, marcámos um dia e convocámos o povo para o início das obras. Estas tiveram início no dia **6 de setembro** e estiveram presentes cerca de 10 bravos conterrâneos.

As paredes foram crescendo e no dia **20 de setem-**

bro a estrutura estava pronta para levar o telhado.

As palavras de incentivo e os donativos foram chegando e a motivação de todos levou a que a construção do telhado fosse feita logo a seguir.

Uma vez que se trata de uma intervenção mais especializada, e porque os donativos o permitam, a

Junta de Freguesia decidiu entregar esta fase da obra ao empreiteiro que maior ligação tem à freguesia, Sr. Domingos, o mesmo que logo no início do projeto se prontificou a emprestar o alvará caso fosse necessário.

*“Deus quer,
O Homem sonha,
A obra nasce.”*

F. Pessoa

Os atores e os motores

Têm sido várias as pessoas que se associaram a este projeto, de várias maneiras: dando dinheiro, oferecendo a sua força de trabalho, dando e emprestando materiais, deixando opiniões válidas, prometendo ajudas futuras. **É intenção da junta de Freguesia que os nomes destas pessoas fique para sempre associado a esta obra** que foi feita numa altura em que a Freguesia passa por inenarráveis dificuldades financeiras. Isto é trabalho do povo, é trabalhar à moda antiga. E assim tem mais valor.

Depois é preciso que alguém faça andar o motor. O papel que a Junta de Freguesia desempenha é fundamental, mas não chega. Para que as coisas andem ao ritmo que se vê, tem sido determinante o coração de pessoas como o **Sr. Fernando Morais**, esse transmontano que se tem entregado de alma e coração à causa, que trabalha, faz trabalhar e motiva todos à sua volta, sempre bem auxiliado pelo incansável Secretário da Junta, **Mário Monteiro**, o sempre presente Sr. **Agostinho**, e toda uma equipa de gente que mostra aqui o amor às causas da terra. Destaque ainda para um tal de **Sr. Martim** (grande homem!), um transmontano francês, com residência em Aldeia Viçosa, vive em frente à obra, que se revelou uma ajuda fantástica trabalhando durante uma semana na nossa obra. Outro conterrâneo, o Sr. **Manel do Brio** ofereceu os azulejos que irão cobrir as paredes das casas de banho. Os colaboradores da Junta de Freguesia: Mário Santos, Válter e Tozinho são os únicos que trabalham e recebem um vencimento por tal, mas merecem uma palavra de destaque pelo empenho e motivação que têm demonstrado.

Quando a Junta de Freguesia anda a bem com o seu povo e o povo com a sua Junta, as coisas só podem funcionar bem, porque Aldeia Viçosa tem, na sua esmagadora maioria, pessoas fantásticas.

Na última folha deste jornal encontra a parte mais importante do mesmo: a indicação de todos quantos se associaram a este projeto até à data e tornaram possível a sua concretização.

A lista não está fechada. Há mais conterrâneos que já manifestaram vontade de se juntar a nós. Todos o podem ainda fazer.

Os nomes de todos serão para sempre associados à obra.



Primeira pedra colocada pelo Sr. Fernando Morais e pelo Mário Monteiro.



Eng. Mateus Pires foi acompanhando a obra, dando indicações e conselhos ao nosso chefe de obras e ao grupo de trabalho.



Sr. Martim, Salvador e Válter.



Uma excelente equipa foi acompanhando as obras, sob o comando do Sr. Fernando.



Membros da Junta foram revelando bons dotes na construção. Com Manuel Prata, mais um dos trabalhadores assíduos.



A casa mortuária a 30 de outubro de 2014

O que se segue?

O Sr. Domingos irá colocar o capoto, os tetos falsos e o areado nas paredes interiores. Serão contratados dois profissionais para tratarem da canalização, dos sanitários e da eletrificação. De seguida voltará a entrar a mão de obra popular para colocar os azulejos e a pavimentação. Está também prevista a colocação de um ar condicionado. Dependendo da entrada de donativos, serão colocados os corrimãos na varanda e nas escadas.

Todo o material que estava na sala mortuária da escola já foi doado para servir este espaço. Obrigado.



Descanso na Praia da Gaia – Figueira da Foz



Museu do Sal

Peregrinação a Fátima

No cumprimento do seu programa eleitoral, a Junta de Freguesia organizou a Peregrinação de Aldeia Viçosa a Fátima.

Participaram 40 Peregrinos que se envolveram num programa que pretendia oferecer um misto de lazer, de confraternização, de cultura e de religião.

A primeira paragem foi para a “bucha”, na Mata Nacional do Choupal, em Coimbra.

Seguimos para a Figueira da Foz onde visitámos o Núcleo Museológico do Sal, com direito a visita

guiada promovida por uma guia extremamente dedicada e simpática.

Almoçámos no Buçaco onde alguns aproveitaram para molhar os pés nas águas gélidas e salgadas da praia.

Antes da chegada a Fátima, houve tempo para uma paragem obrigatória no Mosteiro da Batalha.

Chegados ao nosso destino, ainda houve tempo para uma visita ao Museu Interativo “Aparições de Fátima”. Depois mergulhámos no ambiente religioso, alvo desta peregrinação.

A noite foi dormida na “Casa dos Peregrinos da Guarda”.

No regresso, ainda tivemos tempo para beber alguma coisa no Luso e para visitarmos a capela de N.ª Sr.ª em Mangualde.

O balanço feito é extremamente positivo, tendo já sido feitas inscrições para o próximo ano.

Todos os Peregrinos estão de parabéns pelo excelente ambiente de convívio e camaradagem que construíram.

Geminação com St. Mars d’Egrenne

Uma pequena comitiva de St. Mars d’Egrenne aproveitou uma passagem pelo nosso país para nos visitar e permanecer durante alguns dias connosco: Bernard e Annick, Michel et Thérèse.

Houve tempo para rever amigos, para fazer um mini programa cultural que incluiu, entre outros, uma visita à Feira Medieval de Belmonte.

Aproveitou-se ainda para reforçar algumas ideias comuns que pretendem reforçar o espírito da Geminação. Foi importante a estadia destes amigos para reforçarmos a ideia da “Comissão para a Geminação” que já trabalha para podermos ir a França já no próximo ano. Logo que haja novidades, todos serão convidados a participar, tanto nas atividades,

como, depois, na visita à França.

Foi ainda importante a apresentação destes amigos ao novo executivo da Câmara Municipal, com a participação do Vereador Sérgio Costa num jantar oferecido pela Quinta do Moinho.



Arranjos de caminhos alheios

A Junta de Freguesia de Aldeia Viçosa diligenciou junto da Câmara Municipal da Guarda para que fossem tapados os buracos nos acessos à Praia Fluvial vindos do Porto da Carne e de Cavadoude. Apesar do trabalho ter sido feito pelo Município, houve a necessidade de ser pago o alcastrão, em parceria com a Freguesia de Cavadoude.

Assim, beneficiámos o Colégio de Reinserção, a Quinta das Relvas as quintas envolventes e os habitantes locais.

Mandámos também limpar a terra que, em tempos de chuva, invade a EM557 e que potencia acidentes.

Saliente-se o facto de nem uma nem outra interven-

ção estarem em território de Aldeia Viçosa, mas o executivo considerou que eram fundamentais para os nossos cidadãos, principalmente em questões de segurança.



Terra na EM557

Um problema recorrente em épocas de chuva que terá de ter uma solução definitiva, mais cedo ou mais tarde.

Abertura de caminhos florestais

Já se circula desde o Alto da Portela até à Soida de carro desde agosto.

Enquadrado numa medida de prevenção no combate a incêndios, a Junta de Freguesia decidiu fazer um esforço financeiro e mandar limpar o caminho florestal que junta o Alto da Portela (no topo da estada para a Rapa) à Soida. Um camião dos bombeiros já conseguirá circular nesta via e rasgar esta encosta da serra. A obra teve de ser feita com recursos a maquinaria pesada.

O trajeto poderá também interessar todos os amantes dos passeios de montanha, uma vez que oferece uma panorâmica fantástica de todo o Vale do

Mondego e, mais propriamente, da nossa freguesia.

Esta obra só foi financeiramente possível graças às receitas da Praia Fluvial.

A Junta de Freguesia desafia todos os motares, amantes dos passeios de jipes, proprietários de carros “corajosos” e, porque não, caminhan-tes a percorrer o trajeto e ajudar a que se mantenha limpo de vegetação.

Caso seja necessário, no próximo ano haverá uma nova limpeza antecipando a época estival.



Muro da Fonte das Relvas

O acesso à Fonte das Relvas e aos terrenos agrícolas envolventes tinha um muro caído e que ameaçava ruir totalmente com mais um inverno rigoroso, o que levantava o em perigo de interromper totalmente a via. É um caminho onde passa muita gente e por onde ainda circulam animais com carroças e pequenos tractores.

O problema arrastava-se desde há alguns anos e a sua resolução não era fácil devido aos constrangimentos de espaço e de infraestruturas existentes no local.

A Junta de Freguesia foi incapaz de resolver o problema no ano passado devido aos problemas financeiros conhecidos.

Assim, com as receitas da Praia Fluvial, foi possível contratar profissionais que resolveram o assunto em dois dias.

Falta apenas recolocar os paralelos, o que será feito apenas quando a terra que foi mexida assentar mais.

A Junta congratula-se por ter resolvido mais um problema complicado.



Muro caído junto ao parque infantil

Continua por resolver a questão do muro tombado junto ao parque infantil. Perante a intransigência do proprietário em resolver a questão, imputando a culpa para a (anterior e consequentemente atual) Junta de Freguesia, esta voltou a solicitar aos técnicos da Câmara Municipal da Guarda que emitissem um parecer que, de vez, resolvesse esta questão de somaior importância, pela localização e pelo perigo em

que coloca as crianças que usufruem do espaço.

O executivo da Junta pediu aos técnicos superiores ligados a estas áreas aconselhamento e todos os relatórios indicam que a culpa não é das obras outrora ali realizadas, logo não é da Freguesia.

Assim, e perante parecer de quem percebe mais do assunto que os membros da Junta, estes concordaram em não gastar dinhei-

ro público em algo de que a Freguesia não tem responsabilidade. Seria perigoso abrir um precedente e compor muros a que outros são obrigados.

Aguardamos decisão da CMG após visita ocorrida no dia 17 de outubro de modo a que seja resolvida a questão.





Internet gratuita à volta do edifício da Junta de Freguesia.

**Skype:
Aldeia_Viçosa**

Mexa-se, pela sua saúde:

Todas as 5ª-feira, das 19h às 20h, no clube,

aulas fitness (ginástica)

para ambos os sexos, para todas as idades.

Inscrição: 10€ por mês.

Mexa-se, pela sua saúde:

Todos os sábados, das 18h30 às 19h30, no centro Escolar do Mondego.

Karaté

para ambos os sexos, para todas as idades.

Há transporte de Aldeia Viçosa ao Porto da Carne.

Inscrição: 10€ por mês.



Wireless e Posto Skype

Internet na Junta, finalmente! ções próprias.

O ponto de acesso à internet que estava na Praia Fluvial estará brevemente instalado na Junta de Freguesia (pedido à PT feito há cerca de uma mês!!!).

Deste modo, este órgão passará a ter internet nas suas instalações o que agilizará uma série de processos e passará a centralizar tudo o que são assuntos da Junta de Freguesia num só ponto.

Recordo que até agora os assuntos da Junta de Freguesia eram trabalhados nos computadores pessoais dos membros, por falta de condi-

Internet de graça para cidadãos

Além disso, passará a haver acesso gratuito à internet em todo o recreio envolvente à Junta, via *wireless*.

A Junta de Freguesia pagará uma mensalidade de cerca de 30€ o que permitirá que todos os cidadãos possam usufruir gratuitamente de internet (no espaço atrás referido).

Deste modo, enquanto os filhos brincam no parque infantil, os acompanhantes poderão ter acesso à internet.

Pretendemos dar mais um motivo às pessoas para estarem mais próximas da sua

Junta de Freguesia

Posto Skype - programa eleitoral

Estão criadas as condições para a concretização de mais um medida do programa eleitoral: a criação de um posto Skype. Este serve para comunicarmos com pessoas que estão longe. Conseguimos falar e vê-las ao mesmo tempo. Acreditamos que esta ferramenta poderá ser útil a quem tem familiares lá por fora. Só têm de procurar Aldeia Viçosa no *Skype* (**aldeia_vicosa**) e pedir amizade. Depois a Junta de Freguesia ajuda-o a fazer o resto.

Associação de jovens

Ao longo do torneio 24h Futebol de Praia, a juventude revelou-se muito empenhada e bem articulada, tal como já o demonstrara no Madeiro do Natal. A Junta de Freguesia sempre defendeu o valor dos jovens da freguesia e desafiou-os a formarem uma nova associação que se ocupasse das atividades desportivas e culturais da freguesia. O repto foi aceite e estamos a preparar tudo para que o próximo Bingo possa já trazer os primeiros benefícios à coletividade. Recordamos que o Grupo Desportivo está irremediavelmente em falência o que torna fundamental o crescimento de uma nova associação. Esta será totalmente autónoma, mas a Junta de Freguesia já se comprometeu a ceder o antigo espaço da sede do Clube, tal como acontecia antigamente, caso a Assembleia de Freguesia aprove o protocolo.

Dinamização da economia local

A Junta de Freguesia tem procurado, dentro das suas limitações, dinamizar a economia local. Além de termos criado os cinco posto do IEPF para pessoas desempregadas sem qualquer tipo de vencimento, procuramos investir o dinheiro da praia fluvial com conterrâneos nossos. Quando são preciso má-

quinas, contratamos os serviços locais, todos os que trabalharam na praia (limpeza, porteiro, nadadores salvadores) são conterrâneos, serviços de serralharia também da terra, temos oferecido bebidas aos trabalhadores nos dois cafés da freguesia, os materiais e o combustível são comprados no vale do

Mondego, etc.

Pretendemos deste modo deixar o dinheiro na freguesia. Não podemos acudir a todas necessidades, mas vamos fazendo a nossa parte. Esta estratégia garante também transparência nas contas de todos nós.

Oxalá consigamos manter esta forma de trabalhar.

Trabalhos na Casa Mortuária: 3 em 1

Com as obras da Casa Mortuária, a Junta de Freguesia de Aldeia Viçosa consegue resolver 3 problemas de uma só vez.

Em primeiro lugar, como é óbvio, cumprimos com a tão desejada obra.

Em segundo lugar, resolvemos a questão dos sanitários públicos. O projeto de 2004 (ver 1ª edição do *JF- Aldeia Viçosa*) previa uma casa de banho com a porta virada para dentro da Casa Mortuária. Nós decidimos fazer os sanitários públicos com as portas viradas para o exterior e, assim, dar-lhes a valência pública.

Em terceiro lugar, recordamos que o muro da casa do Sr. Napoleão estava em perigo de ruir o que, acontecendo, seria dramático por todos os motivos, mas também porque era da competência da Junta de Freguesia anterior.

Para matar a curiosidade de alguns, falta dizer que, caso haja disponibilidade financeira, a Junta de Freguesia gostaria de construir 2 garagens no espaço que se encontra por baixo da CM. Gerar-se-ia, deste modo, mais uma fonte de receita para os depauperados cofres da Freguesia. Mas, atenção, não é uma promessa, é apenas um desejo. ;)

Ajuda da CMG

A Câmara Municipal da Guarda tem-se mostrado atenta ao que se passa em Aldeia Viçosa. Apesar de não haver disponibilidade financeira (não nos foi dado nem um cêntimo, o que compreendemos pelo paralelismo do CAOS financeiro que vivemos), os Vereadores têm colaborado naquilo que é preciso. Recentemente vieram limpar de terra e de ramos a EM557 e enviaram uma equipa composta de Engenheiro, Arquiteto e técnicos da Proteção Civil para nos ajudarem a resolver o muro.

Antes de começar a Casa Mortuária, tivemos uma reunião com o Sr. Presidente que nos disse que não podia ajudar com dinheiro, mas que colaborariam de outras formas, garantindo-nos o apoio necessário. Foi ainda recordado que a Câmara anterior já tinha dado 21.733,23€ para a Casa Mortuária, repartido em várias tranches, entre 10/11/2006 e 10/06/2013, e 14.987,98€ para sanitários públicos ao longo do ano de 2007. Este facto realça ainda mais o desempenho da Junta de Freguesia que, sem estes apoios, está a conseguir concretizar a obra.

Fundos Comunitários e programas do IEFP

Dívidas à SS e á AT deixam-nos a ver navios

Como é do conhecimento público, vai arrancar no próximo ano um novo (último?) quadro de fundos comunitários, com uma grande aposta na modernização administrativa, turismo e renovação de infraestruturas. Lamentavelmente, a Freguesia de Aldeia Viçosa está sujeita a não poder aproveitar estes fundos uma vez que a **dívida à Segurança Social de 16.123,55€** (anos 2005 a 2013 do Mário) e **às finanças, cerca de 1.500€** (portagens) impedem qualquer tipo de candidatura da nossa parte.

Pela mesma razão, não nos podemos candidatar a estágios do Centro de Emprego, o que é uma pena porque poderíamos arranjar trabalho aos nossos desempregados o que seria ótimo para todos, à semelhança do se fez com estes cinco colaboradores.



Lembram-se do buracão que ameaçava fazer ruir a casa?



Novo horário de atendimento da sua Junta de Freguesia:

Domingos
das 10h e às 12h

Telemóvel: 969 345 024

E-mail:
freg.aldeiavicosa@gmail.com

Página na internet:
www.jf-aldeiavicosa.pt

Facebook:
www.facebook.com/
jfaldeiavicosa

CASA DO AZEITE

Todos sabemos que os tempos estão difíceis por estas bandas do Mondego, mas a força de vontade por parte de todos é grande e os obstáculos vão sendo a pouco e pouco vencidos.

No ano passado, mostrou-se a vontade de transformar o lagar de azeite, propriedade da família Almeida Tónico, em mais um motivo de visita turística a Aldeia Viçosa.

Foi decidido dar-se um nome diferente dos habituais, lagar de azeite e museu do azeite. Ficou então o espaço batizado de “CASA DO AZEITE”.

Foi aberto ao público no dia do Magusto da Velha, mas apenas como uma forma de dizer às pessoas que estava a nascer algo mais em Aldeia Viçosa. Procedeu-se apenas a uma pequena limpeza e impressão de folhas de papel com uma simples e fácil informação acerca do nome dos equipamentos e um pouquinho do percurso do azeite da oliveira até às vasilhas.

Estamos já a trabalhar para, ainda durante o ano que corre, a “Casa do Azeite” poder abrir ao público com melhor aspeto e mais informação, por forma a seduzir e chamar à nossa terra um grande número de visitantes individuais, escolas e outras instituições.

Numa segunda fase e quase em simultâneo, trataremos de dar a conhecer a existência da “Casa do Azeite” em Aldeia Viçosa. Por todo o distrito inicialmente e depois ao país e claro ao estrangeiro.

E pronto. Aqui fica o início de mais um motivo de orgulho para Aldeia Viçosa. A partida para mais um paço que a levará a voltar a ser chamada “Rainha do Mondego”.

JC

“O projeto CASA DO AZEITE pretende transformar o antigo lagar num a espécie de museu e divulgar o Azeite de Aldeia Viçosa pela região”

AZEITE NO MAGUSTO DA VELHA

A Junta de Freguesia pretende continuar a associar a festa do Magusto da Velha ao azeite na nossa localidade. Após uma primeira tentativa no ano passado, em que foram servidas torradas com o precioso ouro líquido, gostaríamos de aumentar a divulgação do nosso produto aos visitantes.

Assim, solicitamos a todos quantos tenham azeite para vender e que se queiram associar a esta ideia que contactem com a Junta de Freguesia no sentido de serem criados pontos de prova e venda de azeite. Queremos que cada pessoa tenha um espaço próprio para comercializar os seus produtos e, quem sabe, conquistar clientes para este e para os próximos anos.

Sabemos que há várias pessoas de fora que só compram Azeite de Aldeia Viçosa e queremos agarrar essas e outras mais que se lhes possam juntar. O objetivo passa por vitalizar a pequena economia local e motivar os nossos pequenos (e grandes) agricultores a continuarem a apostar no produto.

A Junta de Freguesia tem sido contactada por pessoas de fora (a última vivia em Lisboa) para saberem onde comprar Azeite. Se houver uma lista de vendedores, torna-se mais fácil ganharem todos.



Tem azeite para vender?

Quer constituir uma carteira de clientes?

Venha divulgar o seu azeite no Magusto da Velha.

Se estiver interessado, contacte a sua Junta de Freguesia.



Posto médico - um problema por resolver

Desde a saída da médica anterior que o posto médico de Aldeia Viçosa continua com o reduzido atendimento de uma tarde por semana o que é manifestamente pouco. Acresce o facto de a médica atual, que também serve o Porto da Carne, estar escalonadas para consultas de recurso no Centro de Saúde da Guarda que coincidem com o nosso horário o que a impossibilita de vir dar as nossas consultas. Assim, tem sido frequente que num mês haja apenas 2 tardes de consultas, situação dramática para uma extensão que serve 477 utentes. Apesar de a lei prever um meio tempo semanal por cada 300 utentes, é imperativo regressar à situação anterior (dois meios tempos semanais).

Este problema, além dos óbvios impedimentos a uma boa prestação de serviços médicos, potencia um péssimo ambiente tanto para os profissionais de saúde como para os utentes.

De quem é a culpa?

Como já tinha sido noticiado no *JF - Aldeia Viçosa* anterior (edição n.º 2 de junho), o posto médico de Aldeia Viçosa está a passar por uma fase de transição, aguardando por um novo médico.

A situação ainda não está resolvida uma vez que **não foi aberta nenhuma vaga para a Guarda**. Numa reunião tida em meados deste mês, o Dr. Cláudio (recordam-se?) usou da palavra para colocar a quem estava presente a sua preocupação porque ele, a esposa e outros colegas só não estavam a trabalhar na Guarda porque não abriam vagas, confirmando o que tinha sido dito à Junta de Freguesia.

Ainda assim, e porque a questão tarda em ser resolvida e porque as pessoas têm direito à saúde, a Junta de Freguesia desenvolveu medidas que pretenderam alertar para a grave situação que se vive.

A 30 de junho de 2014, a Junta de Freguesia entregou o seu ofício n.º 44 à direção da ULS a alertar para a situação e a solicitar a reposição dos dois meios tempos semanais. Ainda não houve nenhuma resposta oficial.

Em agosto, a Junta de Freguesia solicitou uma reunião ao Presidente da Câmara Municipal da Guarda para expor a situação e

pedir a sua intervenção. O mesmo explicou-nos que a Câmara nada tinha a ver com a ULS, que era totalmente autónoma, mas que iria estabelecer contactos com a administração para se enquadrar com a problemática e perceber o problema.

A 20 de setembro, nova tentativa de resolver a questão. Durante o jantar que a Distrital do PSD promoveu com Santana Lopes, os elementos da Junta de Freguesia presentes procuraram o Dr. Vasco Lino e o Enf. João, ambos da administração da ULS, que nos confirmaram as dificuldades em arranjar médicos para o distrito, mas deixando-nos a promessa que tudo fariam para resolver o problema que também não dependia deles.

Têm ocorrido vários outros encontros informais, também com a ajuda do Presidente da Concelhia do PSD, Dr. Jorge Libânio, com os responsáveis pela ULS que nos dizem sempre que a questão está a ser tratada.

Posição da Junta de Freguesia: decidimos fazer uma última tentativa de resolução do problema junto da administração da ULS. Se a questão persistir, tomaremos medidas mais drásticas.



Posto médico de Aldeia Viçosa conta com 477 utentes e serve também as freguesias da Faia e União de Freguesias Mizarela, Pêro Soares e Vila Soeiro.

Artigo 64.º CRP - Saúde

1. Todos têm direito à proteção da saúde e o dever de a defender e promover. (...)
3. Para assegurar o direito à protecção da saúde, incumbe prioritariamente ao Estado: (...)
 - b) Garantir uma racional e eficiente cobertura de todo o país em recursos humanos e unidades de saúde;

Registamos um tremendo desagrado para com as profissionais de saúde que trabalham no posto médico por dizerem que a Junta é culpada pela situação.

Contestamos tais afirmações e fizemos chegar o nosso desagrado junto de quem de direito.

Contas da Praia Fluvial apresentadas com todo o rigor e transparência.

O desafio é gerir a receita com sapiência e equilíbrio.

Fifi, o simpático arrendatário do bar, já prepara a próxima época. O contrato, como se sabe, foi de 2 anos.



Contas da Praia Fluvial

Acabou a época balnear e já foram fechadas e apresentadas as contas à Assembleia de Freguesia de setembro (apesar de só terem que ser apresentadas oficialmente em abril do próximo ano). A Junta continua a operar com a transparência e o rigor a que ela mesma se obriga.

Assim ficam as contas de um verão atípico, em que o calor não abundou. As despesas somaram 8.526,82€ e foram distribuídas por: nadadores salvadores (da terra) - 3.395€; porteiro de fim de semana (da terra) - 420€; EDP—1.133,33€; SMAS—713,46€; Internet—81,52€; ligação à rede elétrica (regularizou-se a situação)—637,45€; manutenção—2.148,06€. As receitas do arrendamento do bar e das bilheteira foram de 15.262€. Assim, e num ano mau, a Praia Fluvial deu à Freguesia 6735,18€.

Esta receita extra tem permitido fazermos uma série de intervenções que seriam impossíveis de fazer sem ela (muro da fonte das Relvas, caminho da Soida, etc.). O desafio da Junta de Freguesia é gerir este dinheiro com sapiência e equilíbrio porque, como é do conhecimento público, o saldo das receitas e despesas correntes é negativo em cerca de 1.000€ trimestrais. A próxima época balnear só pode ser melhor!

Contas da Casa Mortuária



Queremos contas certas que não levantem dúvidas.

É obrigação da Junta de Freguesia apresentar com total rigor as contas da Casa Mortuária, de modo a que todos os que contribuíram tenham a certeza que o seu contributo foi corretamente empregue. Estamos preparados para justificar cada cêntimo gasto a todos os que deixaram o seu donativo. Em caso de dúvida, não hesitem em contactar-nos.

Orçamento total da obra (previsão): **30.252,85€**

Até dia 30 de outubro, o total de donativos é de **23.735€**, estando já prometidos mais alguns.

Uma vez que as obras estão a corresponder às expectativas das pessoas, estamos certos que mais conterrâneos quererão juntar-se a este projeto. **Assim, quem quiser efetuar um donativo deverá dirigir-se a qualquer membro da Junta para dar o seu contributo, uma vez que não está previsto nenhum peditório de porta a porta.**

“Penhora de 20% do Fundo de Financiamento das Freguesias termina, previsivelmente, em 2022” - informação do Tribunal de Contas.

São 1.158,25€ que ficam logo cativos em Lisboa, para pagar a dívida à Albino Teixeira.

Do nosso ano de mandato não há dívidas.

Como estamos de dívidas?

Infelizmente as dívidas continuam como estavam, cifrando-se num valor acima de 213.000€. As despesas da freguesia absorvem todo o dinheiro e há a necessidade de ir gerindo as contas para que a Freguesia de Aldeia Viçosa não chegue ao ponto de rutura.

As cartas do tribunal, do tribunal de contas e de agentes de execução continuam a chegar mas esbarram na lamentável situação de estar já tudo penhorado. A penhora de 20% do FFF continua a pagar a dívida à Albino Teixeira, prevendo-se que termine em 2022 (dados do Tribunal de Contas). Quando esta acabar, há outras em “lista de espera”.

A carrinha da Junta já foi vendida por uma agente de execução, para amortizar a dívida de 101.000€. Outros bens penhorados poderão ter o mesmo destino.

A atual Junta de Freguesia tem as suas contas em dia, não havendo nenhuma dívida deste ano de mandato.

Pescadores de Aldeia Viçosa formam equipa de Pesca da Casa do Benfica da Guarda

Apos as boas prestações em provas de pesca, a Casa do Benfica da Guarda veio a Aldeia Viçosa recrutar elementos para a sua equipa de Pesca. São eles: João Lopes, César Domingos, Julien Domingos e Bruno Ribas. Este foi convidado para ser diretor da secção de pesca da Casa do Benfica reconhecendo-se-lhe mérito desportivo nesta área por ter conquistado por duas vezes um lugar no pódio, com um primeiro e um segundo lugar em torneios na pista de pesca da Ratoeira.

No domingo dia 26 de outubro, a equipa representou pela primeira vez o emblema numa competição em Vale Madeira que, embora não passasse de uma “brincadeira”, teve presentes “dinossauros” da área da pesca, de renome nacional e mesmo internacional, pois alguns já marcaram presença em campeonatos mundiais. A nossa equipa não poderia ter um melhor dia de apresentação ao mundo dos aficionados por este desporto. A equipa recém-formada, já com 4 atletas oficiais de Aldeia Viçosa, fez-se acompanhar por outros dois elementos, um deles também de Aldeia Viçosa, Samuel Ribeiro, que a curto prazo ingressarão neste núcleo. Os resultados desta prova, embora não tão satisfatórios para alguns elementos como em provas anteriores, para outros foi bastante melhor: César Domingos em 9º lugar, Julien Domingos em 10º lugar, Samuel Ribeiro em 12º lugar, João Lopes em 13º lugar e Bruno Ribas em 21º lugar, num total de 22 participantes, o que se torna bastante positivo.

Na presente data, com a equipa praticamente completa, já existe uma agenda de provas em que provavelmente participaremos ainda este ano, Vale de Madeira no dia 9 de Novembro (ainda a confirmar pela organização), e Barragem da Talagueira dia 7 de dezembro.

Em suma, embora o desportivismo prevaleça, a equipa quer vingar e ir mais além e, embora existam vários entraves, o objetivo geral é no próximo ano participarmos no campeonato distrital de clubes de pesca, e seguir por aí em diante, até mesmo quem sabe participar num campeonato nacional de pesca num futuro bem próximo.

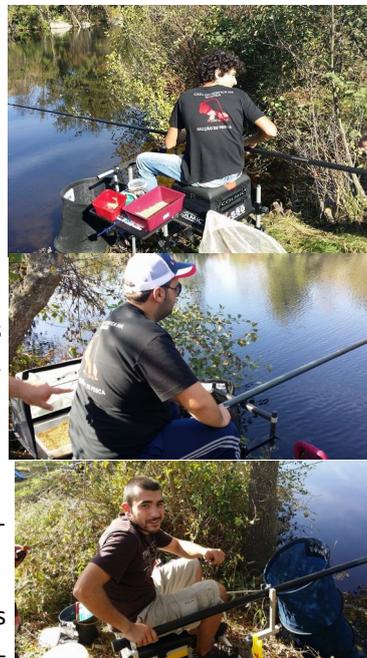
Foi dado um grande passo ao ingressarmos numa equipa com este nome, com este emblema, com estas cores, e a verdade é que o apoio dificilmente seria melhor. A forma como a Casa do Benfica na Guarda nos apoia com o que pode é incondicional, ao fornecerem-nos vestuário, meio de transporte e combustível. Será uma mais valia representar esta Casa da Guarda, pois assim, o pedido de apoios a certas entidades será mais promissor.

A verdade é que o vestuário, transporte e combustível não são suficientes e hoje em dia é muito difícil angariar fundos, porém com empenho, vamos conseguir angariar fundos, para a inscrição da equipa no campeonato e aquisição de consumíveis para os dias das provas como iscos, engodos, entre outros. Para já, há garantias de algumas entidades que nos será dado um pequeno auxílio que nos poderá ser muito útil. A Junta de Freguesia de Aldeia Viçosa já nos garantiu também um

apoio que nos permitirá a concretização de um sonho e que quer com isto, tanto ou mais que nós, dinamizar a freguesia e promover o desenvolvimento da freguesia, quer seja a nível desportivo ou cultural e levar o nome “Aldeia Viçosa” e as suas gentes além fronteiras... Este é o nosso propósito, um Muito Obrigado! Contem connosco, a equipa:

João Lopes, Julien Domingos, Bruno Ribas, César Domingos e Samuel Ribeiro.

Aldeia-viçosa, 26 de Outubro de 2014



Associação de Melhoramentos de ALDEIA VIÇOSA

A Associação de Melhoramentos de Aldeia Viçosa tem por fim o alojamento e prestação de serviços destinados a Pessoas Idosas. Destina-se a acolher com carácter permanente ou temporário pessoas idosas, de ambos os sexos, não inseridas no meio social e familiar, não autónomas na satisfação das suas necessidades básicas e que expressam livremente a sua vontade em serem admitidas.



PROJETO DE AMPLIAÇÃO EM FASE DE ACABAMENTO

Como é de conhecimento geral da população, as instalações da Associação de Melhoramentos carecem de melhorias significativas que passam por um edifício totalmente novo no espaço anexo onde se encontra o campo de futebol.

Já há algum tempo que temos a decorrer a elaboração de um projeto para esta obra. Teremos todo o gosto que os nossos conterrâneos e amigos tenham a possibilidade de conhecer este projeto que desejamos que tenha início o mais rápido possível. Deixamos aqui uma pequena amostra do projeto que iremos apresentar brevemente a todos.



É um empreendimento de Ampliação / Alteração de edifício de equipamento social – **ERPI - Lar de idosos + Centro de Dia + sad**, localizado no lugar de Regadas, freguesia de Aldeia Viçosa, Concelho da Guarda, cujo licenciamento é requerido por Associação de Melhoramentos de Aldeia Viçosa.

Pretende-se com esta intervenção melhorar as condições do edifício de modo a melhor servir os seus utentes e alojar um maior número de pessoas. Esta ampliação dará mais e melhores condições à comunidade e à própria Associação que se tem visto impedida de dar a resposta para que foi criada. Assim com esta proposta e graças ao Despacho Nor-

mativo nº 03/2011 passamos a ter **23 quartos duplos e 8 quartos individuais**, o que perfaz um total de **54 utentes em regime de ERPI (Lar)**. Preveem-se ainda **36 utentes em regime de SAD (serviço de apoio domiciliário)**, estes últimos estão salvaguardados no que diz respeito à área da cozinha, despensa e armazém para produtos alimentares. Pretendeu-se criar espaços sempre que possível que tivessem uma relação com o exterior de modo a que os utentes pudessem tirar partido da rua, das poucas vistas existentes e da luz natural. Esta é a razão de cada espaço comum tenha comunicação com o exterior, bem como os quartos serem providos de varanda.

O edifício é composto por um piso, com aproveitamento do sótão, onde com poucas condições estão acondicionados alguns dos utentes. Como já foi referido, com esta intervenção visa-se poder retirar do sótão os utentes aí acomodados, dar maior qualidade a todos os serviços prestados, desde a saúde, alimentação, tratamento de roupa, relação entre utentes e mesmo a comunidade da freguesia, atividades lúdicas e/ou físicas, bem como dar maior qualidade na relação dos utentes com a própria família quando recebem visitas.



Ficam aqui alguns registos fotográficos das iniciativas que temos proporcionado aos nossos utentes, sempre preparadas e pensadas no sentido de lhes proporcionar bem estar. Temos desenvolvido várias atividades nas nossas instalações para que todos possam participar (claro que nem sempre estão todos dispostos) e ações no exterior para as quais são convidados todos aqueles que se encontram em condições físicas de participar.

Aqui, não podemos esquecer o empenho da equipa técnica responsável por esta área, que se tem revelado uma ajuda fulcral para levarmos a cabo aquilo que pretendemos agora e no futuro: **melhorar a qualidade de vida dos nossos utentes.**



O que mais nos alegra é ver a boa disposição dos nossos utentes! E é por eles que tudo tencionamos fazer para que melhor se sintam nesta Sua casa!



Diretora Técnica: Dr^a Sílvia
Animadora: Dr^a Joana

www.facebook.com/amav.aldeiavicosa

A Direção,

Telefone: 271 926 690 | email: amav1@sapo.pt

Dores lombares

A dor “ao fundo” das costas ou dor lombar tem como designação clínica lombalgia e existem dois tipos, a aguda e a crónica. É uma condição muito frequente na população adulta e é uma das patologias músculo-esqueléticas mais incapacitantes hoje em dia.

A região lombar é uma estrutura complexa formada por vértebras, músculos, tendões, discos intervertebrais, vasos sanguíneos e nervos e é responsável por suportar diariamente o nosso peso enquanto nos movemos no dia-a-dia e é sempre sujeita a mais esforços quando carregamos pesos ou realizamos diferentes movimentos como flexão ou rotação do tronco.

A lombalgia aguda resulta da inflamação das estruturas presentes na região lombar e pode ser causada por traumatismos como por exemplo quedas ou movimentos bruscos de flexão ou rotação do tronco e pode originar lesões ósseas, ligamentares ou dos discos intervertebrais. Também pode ser causada por esforços que envolvam o transporte de pesos, manobras repetidas e posturas incorrectas prolongadas e, neste caso, as lesões provocadas são sobretudo de desgaste das estruturas. A dor provocada é caracterizada por uma sensação de peso na zona afectada que pode irradiar para as nádegas ou face posterior das coxas que piora com a posição de pé e piora com os movimentos do tronco e pernas e com frequência origina a sensação de bloqueio do movimento, normalmente a dor é aliviada em posições de deitado de lado ou de costas com as pernas flectidas.

Sendo um processo inflamatório, a lombalgia aguda é benigna e resolve-se entre 2 a 6 semanas, tendo em conta a gravidade. É preciso ter atenção a outros sintomas que possam aparecer como por exemplo dificuldade em urinar, dor com agravamento nocturno ou dificuldade em andar que podem indicar uma patologia mais grave. De forma a diminuir os sintomas, recomenda-se a aplicação de gelo nas primeiras 72 horas, a realização de alongamentos para a musculatura da região lombar e a prática de caminhadas assim que seja suportado. Numa fase posterior, pode ser recomendado a aplicação de calor na região de lombar, de forma a obter relaxamento muscular, porém nunca nas primeiras 72 horas, já que este período corresponde ao processo inflamatório e o calor só agravaria a condição.

A lombalgia passa a ser denominada crónica quando os sintomas se mantêm durante mais de 3 meses ou existem crises recorrentes, em muitos dos casos não existe uma causa directa, contudo a presença da patologia é um alerta para algo que deve ser corrigido. Podem-se definir diferentes factores de risco, isto é, factores que aumentam o risco de ter uma lombalgia crónica, como por exemplo a idade, obesidade, tabagismo, posturas incorrectas, esforços exagerados, stress e ansiedade.

A lombalgia crónica requer mais cuidados do que aguda e a realização de fisioterapia é indicada onde poder-se-ão realizar diferentes tratamentos tais

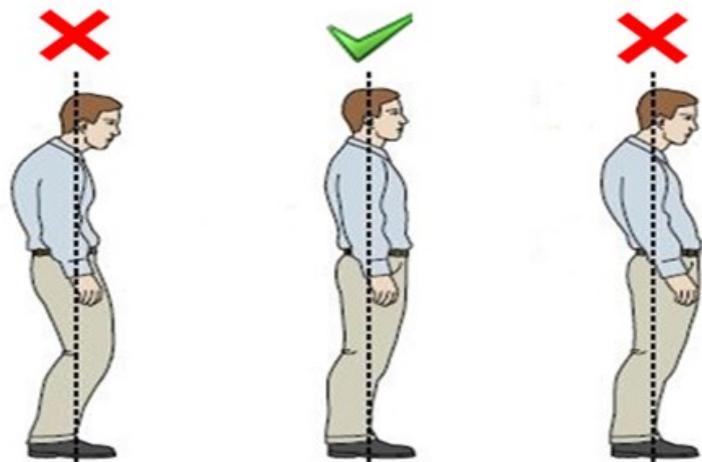


Ilustração 1 - Postura em pé correcta

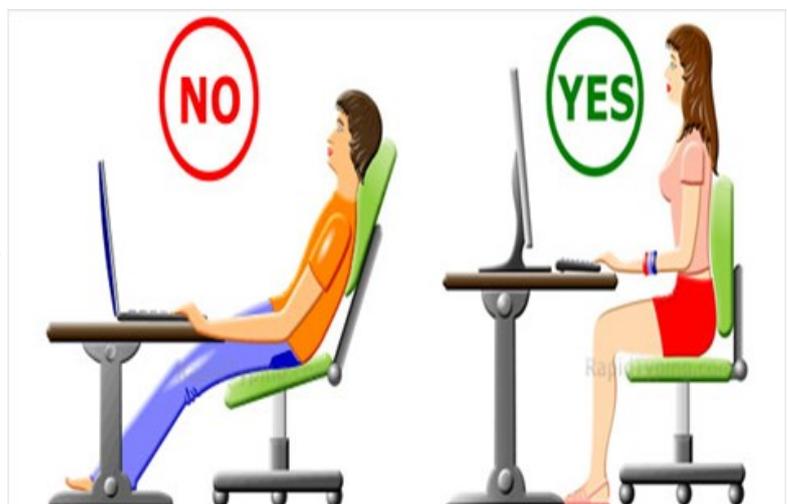


Ilustração 2- Postura sentado correcta

como trações pélvicas, mobilizações/manipulações vertebrais, massagens de relaxamento, aplicação de gelo ou calor, aplicação de bandas neuromusculares, prescrição de exercícios orientados, prescrição de alongamentos e aconselhamento/educação para uma vida activa e saudável. Existem casos onde a lombalgia se pode tornar muito incapacitante e aí terá de haver um trabalho de equipa por parte do médico e do fisioterapeuta. Poderão ser necessários exames complementares de diagnóstico, de modo a tentar perceber a causa da patologia, normalmente e depois de se terem excluído razões tumorais, infecciosas e traumáticas, irão ser diagnosticados processos degenerativos (artroses) a nível dos discos intervertebrais e das articulações entre as vértebras. Caso a reabilitação por parte do fisioterapeuta e a intervenção farmacológica por parte do médico não resulte, pode-se recorrer a uma opção cirúrgica que passa por duas alternativas basicamente, colocação de uma prótese discal ou a fusão intervertebral.

Mais importante do que o tratamento é a prevenção do aparecimento das lombalgias crónicas e é importante saber que a maior parte podem ser evitadas com hábitos de vida saudáveis. A prevenção depende exclusivamente da responsabilidade de cada um e, mesmo em casos que não previna o aparecimento, torna seguramente as crises mais ligeiras e menos frequentes, permitindo uma melhoria na qualidade de vida.

Deste modo, é importante ter cuidado com a postura tanto em pé como sentado, mantendo a coluna vertebral com alinhamento fisiológico, evitar estar sentado ou com posturas incorrectas durante períodos prolongados, é importante levantar pesos utilizando a força das pernas e evitar flectir a coluna, manter uma alimentação saudável e controlar o peso corporal, evitar fumar já que aumenta os processos degenerativos, realizar exercício físico regular (caminhada, bicicleta, hidroginástica) e evitar situações de stress que aumentem a tensão muscular.

A dor “ao fundo” das costas ou dor lombar tem como designação clínica lombalgia e existem dois tipos, a aguda e a crónica. É uma condição muito frequente na população adulta e é uma das patologias músculo-esqueléticas mais incapacitantes hoje em dia.

Mais importante do que o tratamento é a prevenção do aparecimento das lombalgias crónicas e é importante saber que a maior parte podem ser evitadas com hábitos de vida saudáveis.



Ilustração 3- Como levantar um peso



Rodrigo Maturana

(finalista do curso de Fisioterapia na Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra)

Casa Mortuária - a obra do povo

Eu ajudei. Mão de obra:

Fernando Morais
Mário Monteiro
Agostinho Coutinho
Sr. Martim
Mário Luzia
Manuel Prata
João Almeida
Salvador
Abílio Tapada
Fernando Prata
Luís Prata

Trabalhadores ao abrigo
do programa IEFP: Tozinho
e Válter.

Eu ajudei. Donativos:

Manuel Coutinho (Tone): 1500€ em materiais.
Coronel António Fernandes Morgado: 5000€
Leonilde: 50€
António Ferreira Gomes: 100€
Manuel Barbas: 100€
M.ª da Purificação (Kika): 50€
José Costa: 150€
António Pais França: 100€
Jorge Coutinho Abreu: 1000€
Lucinda Duarte: 100€
Dos Anjos: 50€
M.ª do Carmo Correia, filhos e netos: 300€
Toni Napoleão: 235€
Dr. Manuel Aleixo: 5000€
Laurentino Dias: 5000€
Sr.ª Ondine Almeida: 5000€

Eu ajudei. Materiais:

Manuel (do Brio): azulejos e tijoleira
Messias Mendes
Salvador
António Dias
António Antunes
João Almeida
Zé Gonçalves
Paróquia (eletricidade)

Junte-se a esta lista. Na próxima edição sairão as contas finais da obra.

Como posso contribuir para a Casa Mortuária?

Sabendo nós que muitas pessoas têm vontade de deixar o seu contributo para este projeto, poderão fazê-lo na Junta de Freguesia.

Não está previsto nenhum peditório porta a porta.

**A Junta de Freguesia 2013/2017
agradece a todos em nome do povo
de Aldeia Viçosa.**



A Junta de Freguesia não podia encerrar este Jornal sem recordar o Coronel **António Morgado** que, antes de nos deixar, ofereceu um generoso donativo para a obra. Aproveitamos para estender **um grande abraço a toda a família Almeida Tónico** por tudo o que têm dado a Aldeia Viçosa.