

# LAMEIRAS

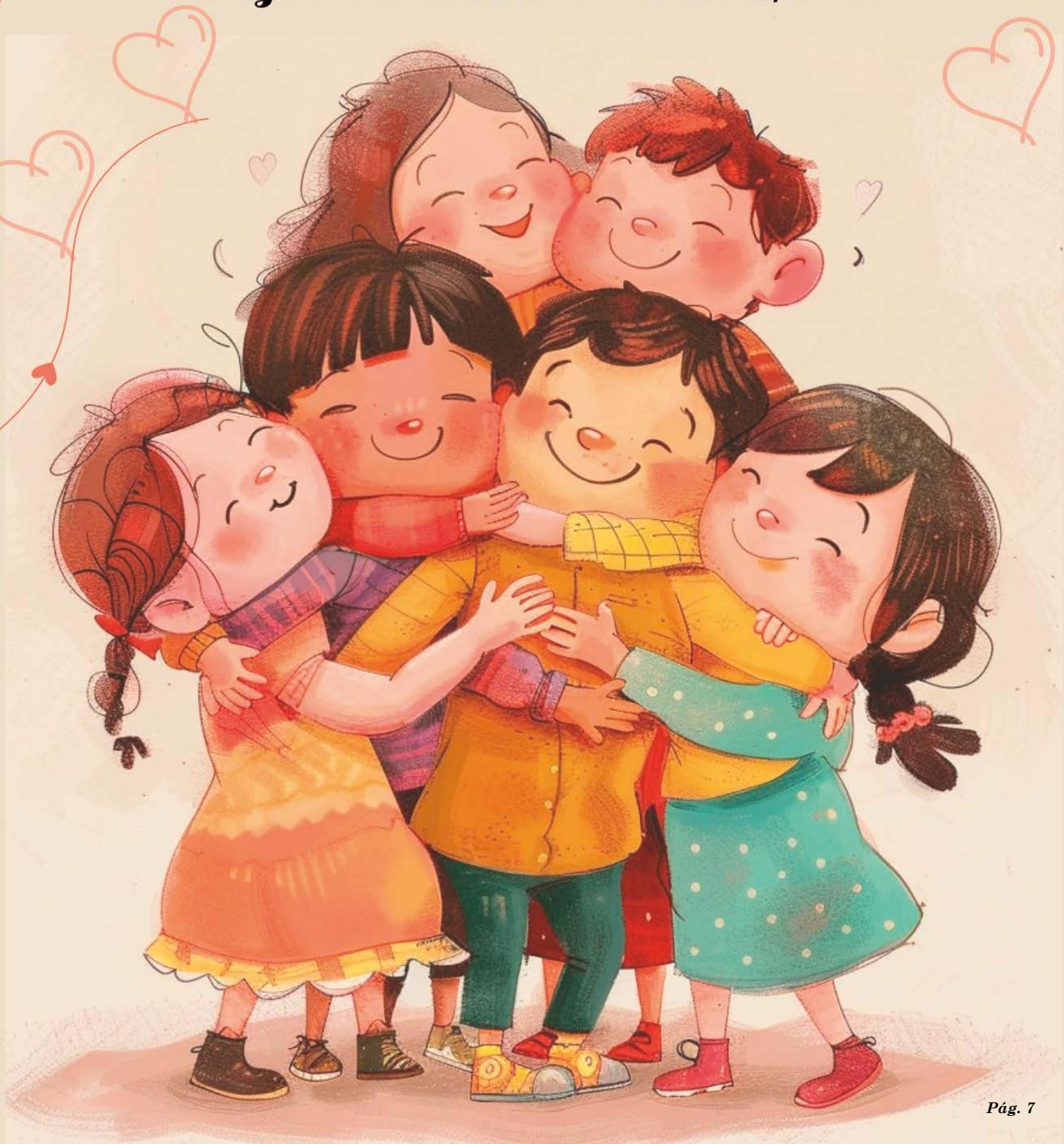
BOLETIM CULTURAL E INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DAS LAMEIRAS

Diretor: *José Maria Carneiro da Costa*

Distribuição gratuita

## Abracçar Emoções

**Projeto Socioeducativo 2025/2028**



**LAMEIRAS**

Boletim Cultural  
e Informativo  
da Associação  
de Moradores  
das Lameiras

**PROPRIETÁRIO  
E EDITOR**

AML- ASSOCIAÇÃO  
DE MORADORES  
DAS LAMEIRAS  
NIPC: 501 455 752

**DIREÇÃO**

Presidente: Jorge Faria  
Vice-Presidente: Carla Faria  
Secretário: Manuel Luis de Oliveira  
Tesoureiro: José Alberto Sá Ferreira  
Vogais: Maria Élia Silva Marques Ribeiro,  
Maria das Dores Carneiro Sá Dias,  
Maria do Sameiro Macedo Amorim

**DIRETOR**

José Maria  
Carneiro da Costa

**REDAÇÃO**

Carla Faria  
Liliana Araújo  
Carla Gonçalves  
Carla Carvalho

**Colaboraram neste  
número**

Jorge Faria, Liliana Araújo, Ga-  
briela Azevedo, Carla Carvalho,  
Margarida Alves e Maria João

**REVISÃO**

Jorge Faria

**ADMINISTRAÇÃO**

Jorge Faria,  
José Ferreira  
e Manuel Oliveira

Tiragem: 800 exp.  
Registado na ERC  
com o n.º 113272  
Depósito Legal  
N.º 145669/99

**Estatuto editorial em:**

<https://amlameiras.pt/>  
boletim-cultural  
[www.amlameiras.pt](http://www.amlameiras.pt)

**Edição com o apoio do  
Acordo de Colaboração  
entre o Município de  
Famalicão e a AML para  
o Edifício das Lameiras****Sede da Administração,  
Redação e Editor:**

Rua da Associação de Moradores das Lameiras,  
Edifício das Lameiras  
4760-026 V. N. Famalicão

Telef. 252 501 700  
Fax 252 501 709

Correio eletrónico: [geral@amlameiras.pt](mailto:geral@amlameiras.pt)

**Execução Gráfica: Oficina S. José**

Rua de S. Brás, n.º 1  
4710-073 Gualtar - BRAGA  
Telf. 253 693 554 · Tlm 961 309 220  
[geral@oficinasajose.pt](mailto:geral@oficinasajose.pt)

# Fora de casa

Quer queiramos ou não, os meses de verão são um convite permanente a sair de casa e a procurar novas zonas de conforto, quer a nível familiar, quer a nível associativo. Apesar das intempéries climáticas, como a assiduidade das ondas de calor, há sempre uma sombra ou um espelho de água, doce ou salgada, à espera de cada um e de cada uma, desde que existam os meios necessários que nos conduzam a esses espaços. É aqui que conta o valor do associativismo, que permite planear e organizar atividades socioeducativas em grupo, tornando os custos menos dispendiosos para quem nelas participa. Nos meses de verão as pessoas ausentam-se para fora dos locais de residência, quer por razões de descanso, quer por razões de saúde. Apesar da ameaça constante das ondas de calor, como referi atrás, as pessoas lá conseguem contornar o problema e desfrutar do ambiente que este tempo nos oferece. A Associação de Moradores das Lameiras foi um bom exemplo nesta dinâmica.

O ser humano não foi criado apenas para trabalhar ou permanecer fechado em casa. O ser humano é um ser social, que só se sente bem quando tem a possibilidade de conviver com os seus iguais, mesmo que aqui e ali existam opiniões diferentes, que ajudam ao debate de ideias e fomentam a capacidade e o exercício da memória. Isto é bom para todas as idades. O crescimento intelectual começa ao nascer e só termina com a morte. O percurso de vida de cada um permite uma série de aprendizagens, que se vão melhorando conforme o crescimento, o estudo e as experiências de vida. Dizem os cientistas que no século passado ganhámos vinte anos à morte. Isto é sinal do avanço do conhecimento, da melhoria da qualidade de vida e do tipo de alimentação que cada um ou cada uma faz.

Estes avanços só acontecem, na maioria dos casos fora de casa, primeiro nas escolas e universidades, depois no trabalho, na orga-

nização dos tempos livres e na vida associativa. Também acontece nos laboratórios que conduzem a novas pesquisas quer no sentido de combater as doenças incuráveis, quer no sentido de tornar o trabalho humano mais leve e atraente. Este progresso hoje está bem visível a nossos olhos.

O associativismo tem dado uma ajuda preciosa, quer nas respostas sociais, quer na investigação de novas formas de preservação da vida humana com a qualidade devida. Claro que também há uma outra parte, talvez a mais negra da história da humanidade, a começar nas disputas de territórios, guerras e nas formas de liquidar pessoas com bombas, balas, venenos, fome, destruição dos habitats naturais, privando os seres humanos daquilo a que têm direito, ou seja: viver em paz e ter um lugar agradável para morar e viver.

Quando as pessoas se associam em favor de uma causa, onde todos podem beneficiar daquilo que juntos podem fazer em favor do bem comum e da preservação da terra que habitamos, todos saímos beneficiados com a utilidade desta união na diversidade.

A comunhão de ideias faz aumentar a sabedoria, que se torna em desenvolvimento, que uma vez distribuído equitativamente faz aumentar o bem-estar e a alegria de comunicar uns com os outros.

É por isso que sair de casa dá vida, desenvolve músculos, limpa as artérias, ensina a viver com os demais e faz desenvolver regras de respeito e estima de uns pelos outros, ajudando todos a saber ouvir, entender e a descobrir novas formas de ajudar os mais debilitados da sociedade, porque todos somos humanidade. Façamos tudo para ajudar e acolher os famintos, os sem casas e refugiados das guerras e das catástrofes. Não deixemos que destruam o nosso principal valor: a dignidade de nos podermos considerar filhos de Deus.

*José Maria Carneiro da Costa*



# Paróquia de Antas tem novos párocos



No passado dia 22 de setembro, a Paróquia de São Tiago de Antas esteve em festa, para receber os seus novos párocos, algo que aconteceu pela primeira vez, uma paróquia dois párocos. A procissão de entrada, integrada por todas as forças vivas da paróquia e autoridades civis, iniciou-se na Igreja antiga em direção à Igreja nova, com os escuteiros na abertura seguidos da cruz processional e do evangeliário, com os novos párocos na retaguarda. Esta tomada de posse aconteceu após a nomeação, no passado dia 15 de agosto, do Arcebispo Metropolitano e Primaz de Braga, Dom José Cordeiro, os novos párocos “in Solidum” ambos Missionários Combonianos: padre Paulo Emanuel Loureiro da Silva, com as funções de Moderador, e padre Manuel Alves Pinheiro de Carvalho, que substituíram o padre, também ele comboniano, José Domingos Fernandes Oliveira, que durante sete anos serviu esta paróquia, onde se inclui a comunidade das Lameiras.

A tomada de posse foi conferida pelo Arcipreste de Vila Nova de Famalicão, padre Francisco Carreira, em representação do Senhor Arcebispo Primaz e assinada por todos os sacerdotes e diácono presentes.

No final da cerimónia, no seminário local dos Combonianos, foi servido um almoço de despedida do padre José Domingos e de acolhimentos aos padres Paulo Emanuel e Manuel Pinheiro com a participação de todos aqueles e aquelas que se inscreveram previamente.

A Associação de Moradores fez-se representar nestas iniciativas pelo seu secretário da direção, Manuel Luís Oliveira.

## Homenagem ao padre José Domingos nas Lameiras

No passado dia 20 de setembro, o padre José Domingos Oliveira celebrou a sua última missa junto dos utentes das respostas sociais do Centro de Dia e ERPI – Estrutura residencial para pessoas idosas do centro social das Lameiras, antes de partir em missão para África. Numa cerimónia simples, as palavras gratidão, alegria e ternura marcaram a sua despedida, que nos últimos sete anos, prontamente nos acompanhou e se disponibilizou em todos os serviços religiosos e de apoio espiritual. Nesta eucaristia também participou o presidente da direção, Jorge Faria, que no final ofereceu uma lembrança comemorativa dos 40 anos desta associação, para que onde quer que esteja, se lembre de nós. Jorge Faria acentuou o quanto foi um privilégio para todos nós, partilhar com o padre Domingos os vários momentos importantes desta nossa casa, assim como junto dos nossos queridos utentes, em especial os idosos. Por último, os nossos idosos quiseram entregar um livro onde constam vários testemunhos sobre a sua passagem por esta instituição, juntamente com registos fotográficos.



Acreditamos que ficará para sempre nas nossas mentes e nos nossos corações. Que Deus o abençoe e ilumine o caminho que tem para sempre, na divulgação da palavra do Senhor e da paz no mundo.

*Carla Carvalho*

# Bem-vindo verão!



Durante todo o mês de julho, o setor infantojuvenil foi a banhos. A primeira semana de colônias balneares foi inaugurada pelo CATL que juntamente com os idosos deram uns bons mergulhos. Na segunda semana foi a vez da creche e pré-escolar, proceder à construção de altos castelos de areia, feitos por eles, podiam ser avistados da rua. 2 semanas intensas, que correram lindamente, à exceção de algumas partidas pregadas pelo nosso amigo

São Pedro que nem sempre foi a nosso favor. Durante o restante mês o CATL e a sala dos 5 anos, foram várias vezes para as piscinas municipais, onde deram grandes saltos. Nos dias de maior calor, e para proteger os meninos de andarem debaixo de sol, intenso, as nossas educadoras improvisaram e proporcionaram aos meninos umas boas escorregadelas. Um início conclusão de um verão cheio de variedades.

## Dormir com os Tubarões

Para sinalizar esta nova fase que se avizinha e para se despedirem da anterior, os meninos da sala dos 5 anos foram visitar o oceanário. Desta vez não foi uma visita qualquer, pois também tiveram direito a dormir com os tubarões. Uma experiência completamente fora da caixa, que certamente ficará para sempre na memória de cada um destes meninos.



## Um brinde aos finalistas do CATL



No passado dia 6 de junho, fechou-se mais um capítulo para estes nossos meninos.

Ao final do dia as crianças finalistas do 4º ano, pais e educadora, reuniram-se no Prata Café, para festejar o final de mais uma etapa das suas vidas. No meio de sorrisos e lágrimas, ficou a certeza que cresceram felizes e rodeados de amor. Um agradecimento especial ao Bruno Calisto, que nos recebeu muito bem no seu estabelecimento.

*Textos de  
Gabriela Azevedo*

# Edifício das Lameiras, exemplo Nacional

No dia 06 de setembro, o Edifício das Lameiras recebeu a visita do conceituado fotógrafo e videoartista português Nuno Cera. Sendo artista residente em galerias de renome em Berlim, Nova York, Paris e Macau, o seu trabalho aborda condições espaciais, de arquitetura e situações urbanas por meio de formas poéticas e documentais. No âmbito do programa “Mais do que casas”, Nuno Cera esteve no Edifício das Lameiras para fotografar o interior de duas casas distintas, que irão fazer parte da exposição “Mais do que casas – Como vamos habitar em abril de 2075” a decorrer no MUDE – Museu do Design em Lisboa. Este trabalho pretende ser representativo do modo como as casas construídas no período pós-revolução, continuam a ser utilizadas nos dias de hoje. Juntamente com o Edifício das Lameiras, participam neste projeto a Quinta da Malagueira em Évora e o Bairro do Casal das Figueiras em Setúbal.”



## Um edifício inaugurado pelos moradores há 41 anos

Lameiras tem sido ao longo dos anos um laboratório de diferentes estudos. Primeiro pelo processo de construção, chamado processo túnel, que permitia construir várias casas numa semana. Depois os materiais de alvenaria utilizados, sobretudo o ytong, que nunca casou bem com o betão armado, originando fissuras nas diferentes paredes. Esta má experiência levou que o então IGAPHE procedesse a obras de reabilitação externa nos anos de 1989/90, com um sistema “bardagem”, que consistia em forrar as paredes exteriores com umas placas prezas em caibros de madeira de pinho tratado, que permanece até aos dias de hoje.

Depois foi a forma encontrada para decidir a forma ocupar as 290 casas e as 30 lojas, propriedades resolúveis e rendas técnicas com estas modalidades misturadas e ainda o espaço dos blocos nascente para apoio a atividades sociais, que deu lugar, no ano seguinte ao que designamos hoje de Centro Social das Lameiras.

Fruto destas experiências todas, nenhuma entidade se atreveu a marcar uma inauguração de um prédio tão grande para a habitação social. Assim uma comissão hadoque, formada para o efeito decidiu convidar o então pároco de Antas, para no dia de Páscoa de 1983 – 03 de Abri – para benzer e inaugurar aquele empreendimento com uma missa campal pelas oito horas da manhã.

É por isso que ainda hoje o Dia de Páscoa continua a ser o Dia das Lameiras.

*José Maria  
Maria João*

# AML em Festa

## Encerra atividades letivas

No final de tarde do dia 05 de julho, onze atuações, provenientes das várias respostas sociais do setor infantojuvenil (Pré-escolar e Centro de Atividades dos Tempos Livres) brilharam, no recinto do Edifício das Lameiras, local escolhido para a realização da Festa de Encerramento das atividades letivas 2023/2024 do Centro Social das Lameiras da Associação de Moradores das Lameiras, que concluiu com triunfo mais um ano escolar.



Muita luz, cor, danças, num ritmo encantador de alegria e criatividade, percorreu todas as idades, daqueles que diariamente são a alma desta Associação. Os utentes/clientes da Associação de Moradores das Lameiras saíram das instalações e apresentaram no recinto do edifício das Lameiras, o que de melhor sabem fazer, e exibiram as suas atuações aos que diariamente frequentam as diversas respostas sociais.

### Centenas de pessoas presentes

Naquele espaço, centenas de pessoas, entre familiares, amigos e residentes festejaram uma das atividades mais simbólicas da instituição, desfrutando daquilo que cada grupo das diferentes valências tinha preparado para oferecer. A par deste festejo, todos puderam disfrutar da habitual barraquinha de comes e bebes, onde, entre outras iguarias, não faltou a bela da sardinha a pingar no pão e o caldo verde para aconchegar. Estava tudo de comer e chorar por mais! Perto do final da festa os finalistas do CATL e do Pré-escolar, receberam o respetivo diploma das mãos do presidente da AML, Jorge Faria e homenagearam as respetivas educadoras e pessoal auxiliar.

### Presidente Jorge Faria agradece

O presidente da AML, Jorge Faria, deixou um agradecimento aos meninos e meninas, aos pais e familiares, a todos os colaboradores, aos moradores do Edifício das Lameiras, aos apresentadores, aos parceiros e a todos os dirigentes da AML, pois “sem o seu apoio nada disto seria possível concretizar”. A festa contou com a presença do Dr. Augusto Lima, Vereador do Pelouro da Educação e Ciência, que representou o Município, que congratulou todos os finalistas e todos os envolvidos na dinamização da festa, elogiou ainda, todo trabalho desenvolvido pelos dirigentes e colaboradores da AML e reforçou a importância da educação na sociedade.

Entretanto, as atividades de verão da AML iniciaram-se na segunda-feira seguinte, com o arranque das colónias balneares que decorreram na praia do Turismo Norte, em Vila do Conde, até ao dia 19 de julho, com saída diária do Centro Social das Lameiras. Participaram nesta iniciativa cerca de 200 utentes entre crianças, jovens e seniores.

*Liliana Araújo*



# AML tem novo projeto Sócio Educativo Abraçar emoções

**A Associação de Moradores das Lameiras tem desde setembro, deste ano, um novo projeto socioeducativo que servirá de base às diferentes iniciativas da AML e do seu Centro Social nos próximos quatro anos. Depois dos últimos quatro anos com o título “Eu, o outro e o mundo” numa linha de continuidade de 40 anos ao serviço da comunidade, surge agora um novo projeto que faz ligação com todos os outros que o antecederam e apresenta o sugestivo título “Abraçar Emoções”.**

Para quem não sabe, podemos perguntar: que é a emoção? A emoção não é mais que uma reação (física, moral ou psíquica) a um estímulo que afeta de forma positiva ou negativa e se traduz num comportamento.

## Resposta à comunidade envolvente

Ao longo de 40 anos, a Associação de Moradores das Lameiras tem vindo a trabalhar em conjunto, e em prol da comunidade envolvente. As constantes alterações do meio social, da evolução veloz das tecnologias, do aumento cultural e étnico e o mundo pós pandémico, fez com que os “sentidos” da instituição se focasse mais nas necessidades dos nossos utentes que encontram na instituição uma diversidade de novas famílias que fazem uma comunidade maior. Este projeto nasce então de uma multiplicidade de necessidades de todos e todas aqueles e aquelas que se encontram envolvidos na dinâmica cultural e social desta associação. Deseja-se então, que este seja pleno de aprendizagens significativas, que permitam a cada um de nós, ser melhor e capaz, ser mais forte e tolerante, ser mais conhecedor do seu Eu.

## Uma aposta no autoconhecimento e na estima recíproca

Que ao longo da sua vigência, o quotidiano da AML, a dinamização de atividades e projetos, as interações com os nossos parceiros educativos e sociais, reflitam um trabalho conjunto, no sentido da plena compreensão

do nosso interior, que eleve o autoconceito/autoestima e ajude a encontrar recursos interiores para os obstáculos que a vida proporciona.

Durante a vigência do Projeto (2024/2028), existirá um trabalho contínuo dedicado aos nossos sentimentos. Será dado, em cada ano letivo mais ênfase a uma temática específica. No entanto, nunca será possível desassociar os conteúdos, pois estão tão intrinsecamente ligados, que uns sem os outros não fazem sentido.

*Gabriela Azevedo*



# Famalicção ambiciona futuro “próspero” e “cheio de oportunidades”

Vila Nova de Famalicção celebrou no passado dia 9 de julho o 39.º aniversário de elevação de Vila a Cidade e mais do que a celebração de uma “data histórica”, este é o dia em que se celebra “o progresso e o dinamismo” da comunidade famalicense e se reconhece as “personalidades e instituições que se destacaram” no município.



É o caso da Universidade do Minho (UM), que ao longo dos seus 50 anos de existência contribuiu para a “**formação altamente especializada de milhares de famalicenses**” e que ontem recebeu a Medalha de Honra do Município. Para o reitor da instituição de ensino, Rui Vieira de Castro, este prémio é sinal do “**reconhecimento do papel da universidade enquanto ator fundamental no desenvolvimento económico, social e cultural desta região**”. Atualmente, a UM está focada em consolidar os projetos que desenvolve em Famalicção, mas Rui Vieira de Castro reconhece que a “**relação sólida**” entre os dois organismos leva a que um dos próximos passos da Universidade do Minho no concelho passe pelo desenvolvimento de formações não conferentes de grau – cursos “**mais curtos, de aumento de qualificações e de competências específicas**”.

## Ex-presidentes de Junta homenageados

A homenagem do Município aos Presidentes de Junta eleitos nas primeiras eleições autárquicas do regime democrático e que exerceram funções no mandato de 1977 a 1979 foi outro dos grandes momentos da tarde. Mário Passos falou em “**ato de justiça**”. “**No ano em que se comemoram os 50 anos da conquista da democracia em Portugal, esta é uma homenagem que se impõe. Estes foram os responsáveis por criar as condições necessárias para a resposta à resolução das muitas necessidades básicas das nossas populações e por abrir um novo ciclo de aprendizagem cívica democrática**”, disse.

## Cada passo “é uma alavanca” para o “futuro que procuramos garantir”

Mário Passos aproveitou ainda as comemorações do Dia da Cidade para anunciar a arranque, em 2025, da rede intermunicipal de transporte público rodoviário que está a ser desenvolvida com os municípios da Trofa e Santo Tirso. “**O Tribunal de Contas deu luz verde ao projeto MobiAve, o**

que significa que a partir de janeiro de 2025 teremos em funcionamento a nova rede intermunicipal de transporte público rodoviário”, explicou. Por ano, a autarquia terá 7,5 milhões de euros de investimento municipal para garantir o serviço público de transportes rodoviários de passageiros. Esta nova rede vai implicar a criação de novas linhas e a utilização de “**autocarros amigos do ambiente**”. O presidente da Câmara Municipal adiantou ainda que Famalicção chegou a um acordo “**com as Infraestruturas de Portugal para a passagem de 36 quilómetros de estradas nacionais para a esfera municipal**”. Estas estradas vão ser sujeitas a uma avaliação e os troços prioritários que necessitem de requalificações vão ser reparados. “**As contrapartidas financeiras previstas não são as que reclamávamos, mas o estado das estradas e o superior interesse público municipal, obrigam-nos a não perder mais tempo**”, disse.

## Outras homenagens que “refletem a qualidade do ADN famalicense”

Na sessão solene do 39.º aniversário da Cidade, a autarquia homenageou ainda, com a Medalha de Mérito Municipal Cultural, o editor das Edições Humus, **Rui Fernão de Magalhães**, o alfarrabista **Rui José Carvalho de Faria Araújo**, o intérprete de guitarra portuguesa, autor e compositor **Carlos Macedo**, o compositor grego radicado em Famalicção **Dimitris Andrikopoulos** e o **Agrupamento n.º 444 de Ruivães**, do Corpo Nacional de Escutas. O Navegador de Ralis e Todo-o-Terreno, **Filipe Martins**, o atleta da Associação Figueiredo’s Runner’s and Friends, **Joaquim Figueiredo** e o árbitro **João Pinheiro**, recentemente eleito Melhor Árbitro da Liga Portuguesa de Futebol na época 2023/2024 receberam a Medalha de Mérito Municipal Desportivo. **João Cerejeira**, professor e investigador na área da Economia, foi premiado com a Medalha de Mérito Municipal de Ciência. O estilista famalicense **Gonçalo Peixoto**, **Ana Patrícia Correia**, que em 2023 recebeu o prémio “Chef Pâtissier”, atribuído pela Academia Internacional da Gastronomia, a centenária “**Elétrica**”, o empresário e consultor **Joaquim Rui de Castro Manita** e as empresas **Xavier’s**, **Macedo & Macedo** e **Ribeiro & Antunes**, que este ano celebram o seu 50.º aniversário, receberam a Medalha de Mérito Municipal Económico. A Medalha de Mérito Municipal de Benemerência foi entregue a **Carlos de Sousa**, da Casa da Memória Viva, à ACIP - Ave Cooperativa Intervenção Psico-Social (25 anos), ao **ACB - Associação Cultural Beneficente e Desportiva dos Trabalhadores do Município** (25 anos) e ao **Centro Social e Paroquial de Avidos** (25 anos).

Margarida Alves - CMVNF

# Especial Avós

Neste dia, devemos agradecer a todos os avós, que proporcionam ou proporcionaram aos seus netos momentos de alegria, partilha e afetividade entre gerações. Um grupo de idosos das respostas sociais de Centro de Dia e ERPI – Estrutura residencial para idosos visitaram o santuário da Penha, em Guimarães. Assim como outros locais do nosso país, esta visita trouxe à memória dos nossos idosos, os convívios de família, que outrora, eram verdadeiras festas intergeracionais.

Hoje, o tempo de lazer é vivido pelas famílias de forma diferente, o tempo corre mais depressa, e muitas vezes não há tempo... para os mais velhos! Que este dia, seja de reflexão do quanto é importante a presença dos avós no crescimento dos seus netos. Os avós representam memórias vivas que nos acompanham para toda a vida. Sempre que possível, visite os seus avós!

## Os ensinamentos dos nossos avós...

A sabedoria popular religiosa chega aos nossos dias através dos testemunhos de pessoas que não sabiam ler nem escrever. Hoje, são os nossos idosos, portadores de um manancial de conhecimento ancestral que perdura nas suas memórias.

A voz dos avós oferece uma tranquilidade incalculável, as palavras têm um sabor doce e estão carregadas de imensa ternura, quase em jeito de embalar, e os netos es-

cutavam com muita atenção as suas orações e ladainhas. Antigamente, os avós tinham uma grande importância na educação dos netos, partilhavam todo o saber de uma vida, ensinavam os perigos e as alegrias que o mundo poderia oferecer a uma criança.

Nesse sentido, os utentes de ERPI- Estrutura residencial para pessoas idosas pretende partilhar com as novas gerações, os seguintes textos:

### Oração dita às crianças quando troveja, e desta forma minimizava o medo:

“Santa Bárbara bendita, se vestiu e se calçou,  
Ao caminho se botou, a Jesus Cristo encontrou;  
E Jesus lhe perguntou: “tu, Bárbara, onde vais?”

“Vou espalhar as trovoadas,  
que no céu andam armadas,  
Lá na serra do Marão,  
onde não haja palha nem grão,  
nem meninos a chorar, nem galos a cantar.

Santa Bárbara se alevantou, seu pézinho direito calçou  
Nossa Senhora a encontrou e lhe perguntou:

“Onde vais Santa Bárbara?”

“Vou espalhar a trovoada que no céu anda armada.”

“Espalha-a lá para bem longe  
Onde não haja perca nem vinho  
Nem flor de rosmaninho.”

Santa Bárbara Bendita

Que no Céu está escrita

“Onde Vais Santa Bárbara?”

“Vou espalhar esta trovada

Que por cima da gente anda armada”

“Espalha-a bem para bem longe,

Onde não haja pão nem vinho,

Nem flor de rosmaninho,

Nem os galos cantam,

Nem os anjos se levantam.”

Para sempre, Amém, Jesus.”

### Orações que eram ditas às crianças para terem um sono tranquilo:

“S. Pedrinho está no céu, a dizer missa na glória,  
os anjinhos cantam, Nossa Senhora o adora,  
Bendita seja a minha alma, que se deita nesta hora,  
nesta cama me deito para dormir e descansar,  
se a morte me vier buscar, eu me entrego à luz,  
eu me entrego à cruz, eu entrego a minha alma ao  
Menino Jesus.

Jesus na boca, Jesus ao peito, Jesus na cama,  
onde me deito.

Ámen”

“Nesta cama me deitei, Sete Anjinhos nela achei  
Três aos pés, quatro à cabeceira

Nossa Senhora na dianteira que me disse  
que dormisse e repousasse, medo não tomasse  
Que ela me guardaria de noite e de dia  
Pai Nosso e Avé Maria.”

“Santo Anjo do Senhor, meu zeloso guardador,  
pois a ti me confiei a piedade divina,  
hoje e sempre me governa,  
rege, guarda e alumia.”

### Oração dita às crianças mais crescidas, para tomarem consciência dos seus erros:

“Bom JESUS do conforto foste preso e morto, perdoai por  
vossa morte que foi tão cruel e forte. Perdoai-me vós Senhor,  
os meus pecados, que aos pés do meu confessor, não foram  
bem confessados. Perdoai-me vós Senhor, que bem sabeis  
quantos são, dai-me neste mundo a luz e no outro a salvação.  
Reza-se Pai-nosso e Avé Maria”

*Pesquisa de Carla Carvalho*

## Oferta do pão de Santo António aos moradores



Foi distribuído, no passado dia 13 de junho, a todos os moradores do complexo habitacional das Lameiras o “Pão de Santo António”. Depois de benzido pelo padre José Domingos Oliveira, na Capela de Santo António, o mesmo foi partilhado pelos residentes do complexo Habitacional das Lameiras e utentes do lar do centro social das Lameiras. Jorge Faria, presidente da direção, salientou que “esta tradição já remonta ao ano de 1985, sendo que a AML pretende manter esta tradição por muitos e muitos anos, enquanto houver beneméritos que queiram colaborar connosco”.

## 3ª. Mostra Desportiva



Lameiras (AML) promoveu, no passado dia 2 de julho, a 3ª Mostra Desportiva, inserida nas comemorações do Dia Internacional do Desporto ao Serviço do Desenvolvimento e da Paz. No evento participaram várias associações desportivas do concelho, tais como Atlético Voleibol Clube, Associação de Matraquilhos de Pedome, Eugénios Health&Spa Club, Fitdance – Escola de Dança, Grupo Desportivo e de Pesca da AML e Aruê Capoeira. A mostra abriu com as atuações do Grupo de Dança do Eurobairro e do grupo Sons do Bairro, projeto promovido pelo departamento da Habitação do Município de Famalicão e que é composto por moradores das urbanizações sociais. Várias modalidades desportivas foram dinamizadas ao longo do dia, envolvendo a comunidade, os utentes do Centro Social das Lameiras e as instituições do concelho que visitaram a mostra, entre elas o vereador Pedro Oliveira.

## Biblioteca Móvel entrou nas Instalações da AML

Na manhã do dia 4 de julho, tivemos o privilégio de receber nas instalações do Centro Social a Biblioteca Móvel. Desta vez atravessou a avenida do Brasil e veio ter connosco. Sim, porque a Biblioteca Municipal (a biblioteca mãe) está do outro lado da avenida. Pequenos e graúdos deliciaram-se a ouvir as histórias contadas pela amável Marta. Também

tiveram a oportunidade de visitar a carrinha por dentro e ver com os seus próprios olhos livros que contam encantadoras histórias. Um momento que os ensinou que os livros nos fazem sonhar!



## Dia Mundial dos avós



Para Sinalizar o dia dos avós, os meninos e meninas da sala dos 2 anos foram à biblioteca ouvir uma história sobre eles. No final fizeram uma surpresa à Marta que durante todo o ano os encantou com lindas histórias cheias de magia e amor. Um desenho por menino e uma rosa por todos, um pequeno gesto que certamente lhe tocou no coração, tanto quanto as suas histórias nos tocam sempre.

## Dia Mundial do Cérebro



No passado dia 22 de julho a Enf. Ana falou sobre a importância de cuidarmos do nosso cérebro e quais as melhores estratégias para manter a mente sã. Como o envelhecimento ativo implica exercitar não só o corpo, mas também a mente, foram realizados diversos jogos que melhoram a atenção, concentração, memória, raciocínio e a capacidade de resolver problemas. Como sempre, os nossos idosos aderiram ao que foi solicitado e ultrapassaram todos os desafios propostos!

## Finalistas dos 4 anos em Rilhadadas



Como recompensa pelos 4 anos de dedicação, os finalistas do CATL rumaram à aventura para Rilhadadas. Foram 2 dias de intensas aventuras, onde o principal objetivo era a diversão. A missão foi cumprida, todas as nossas crianças regressaram cansadas, mas muito muito felizes.

## CATL em Rates Parque



No passado dia 29 de julho, os meninos do CATL despediram-se de mais um ano letivo com o passeio ao Rates parque. Houve várias atividades, desde insufláveis, escorrega aquático, Dank tank, mini golf, slide, trampolim park, paint water e no final a cereja no topo do bolo foi a festa da espuma que os deixou em êxtase. Uma despedida bem ao nível que todos gostam.

## Utentes do Centro de Dia visitam Quinta Pedagógica de Bairro



No passado dia 31 de julho, os idosos do Centro de Dia foram visitar a quinta Pedagógica de Bairro. Um local onde somos sempre bem recebidos e todos adoram ir. Desta vez não foi exceção, tiveram oportunidade de visitar a quinta, ver toda a dinâmica diária e até conseguiram interagir com alguns animais. A meio do passeio houve lugar para um bom almoço, risos, histórias, jogos e até mesmo um cochilo por parte de alguns. Foi um dia incrível!

## Oferta Formativa

A AML - Associação de Moradores das Lameiras, Entidade Formadora certificada pela DGERT, aposta na escolaridade e na qualificação das pessoas, pelo que trabalhará para facilitar o aprofundamento das competências dos adultos, respondendo de forma eficaz às necessidades de formação do mercado de trabalho. Sustentada no diagnóstico de necessidades formativas e nas parcerias formalizadas com

diferentes entidades, projeta realizar 30.150h de volume de Formação, prevenindo envolver 990 formandos, cumprindo assim o objetivo a que se propôs na candidatura ao projeto Pessoas 2030. Assim a AML dispõe de um variado leque de UFCD (unidades de formação de curta duração) nas seguintes áreas: Comércio; Secretariado e Trabalho Administrativo; Enquadramento na Organização / Empresa; Trabalho Social e Orientação; Serviço de Apoio a Crianças e Jovens. A oferta Formativa é certificada e 100% financiada e divulgada nas nossas redes sociais <https://www.facebook.com/profile.php?id=100064306225285> <https://www.instagram.com/amlameiras/> e página oficial <https://amlameiras.pt/>.

Associação de Moradores das Lameiras

### Oferta Formativa

**Áreas CNQ:**

- Comércio
- Secretariado e Trabalho Administrativo
- Enquadramento na Organização/Empresa
- Trabalho Social e Orientação
- Serviço de apoio a crianças e Jovens

**Formação Certificada  
100% Financiada**

**Regalias:**

- Subsídio de alimentação
- Bolsa para desempregados

O Futuro é o teu maior Investimento!!!

Para mais informações Contacte:  
262 500 200 / 961 821 864  
aml@amlameiras.pt

## Presidente da AML na Cerimónia de Homenagem a Sócios do Fc Famalicão

No passado dia 23 de setembro, o presidente da Associação de Moradores das Lameiras, Jorge Faria, foi convidado a participar na Cerimónia “Emblemas de Ouro e Prata” organizada pelo Futebol Clube de Famalicão, onde lhe foi entregue o emblema de prata homenageando-o pelos mais de 25 anos de sócio. Jorge Faria, apesar de já ter 41 anos de associado agradece o reconhecimento por parte do clube.



## Jorge Faria em iniciativa da Casa da Memória

A convite da Casa da Memória Viva, o presidente da direção Jorge Faria participou no passado dia 20 de setembro, com o presidente da Câmara e Carlos Sousa na volta de pelo Parque da Devesa a bordo de um Trishaw. Quem já ouviu falar? Trata-se de um velocípede a pedal com três rodas e com capacidade para transportar duas pessoas, concebido pela Associação Pedalar Sem Idade a pensar no tempo de lazer, passeio e de interação social dos cidadãos com mobilidade condicionada e/ou em declínio cognitivo. Ora aqui está mais um excelente instrumento que a autarquia de Famalicão pode colocar ao serviço do combate à solidão e ao isolamento social.



# TUDO CANTA E GRITA DE ALEGRIA

É bom sentir a alegria ao acordar  
Aquela que nos conduz à alvorada  
Passa pelo ar e continua a inebriar  
É bom sentir a alegria revigorada

Atrai perfumada com um bom dia  
Sinal de comunicação de algo bom  
Tal como um dom que faz harmonia  
Sagrada alegria que brota do coração

Tu és assobio, canto, brio e singular  
Teu rosto fica modelado sem falar  
Apresentas-te como ave a chilrear  
Que todos atrai lá em cima no ar

Tudo isto faz falar e contemplar  
Na retaguarda e à frente a animar  
Plasma a verdade sem desanimar  
Faz arte, doçura, beijo a estimular

Alegria anima a esperança que dança  
Corre pelo chão e nas cavalitas adultas  
Levanta as mãos felizes com segurança  
Alegra-se e vira-se como quem indulta

Afasta a tristeza e põe pão sobre a mesa  
Comida que não se despreza com certeza  
Alimenta o corpo e alma com a sua beleza  
Passa de mão em mão com delicadeza

Conto de puro amor afasta a dor e alegra  
Ali toda a gente na mesa redonda da eira  
Tu e eu, todos gostamos desta entrega  
No meio estava a alegria ali à tua beira

Ninguém está triste apenas tu que fugiste  
Para ninguém te ver no sítio da luz apagada  
Mas a alegria deu conta que tu desististe  
Ativou as alavancas e trouxe-te consolada

Todos juntos em círculo num amor circular  
De mãos dadas com a energia a atravessar  
De gente com amor que gosta de ali estar  
Segue pela noite fora até o sol voltar a raiar.

*José Maria Carneiro da Costa*