

# TEIXEIRA

JULHO 2015  
BOLETIM INFORMATIVO Nº101 | PREÇO 0,50€



ASSOCIAÇÃO  
**AMIGOS**  
**DA TEIXEIRA**  
AAT - FUNDADA EM 1971

**VISITA AO PARQUE EÓLICO**

**FESTA DA TEIXEIRA**

**ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA**

**15 DE AGOSTO**

#### PROPRIEDADE E EDIÇÃO

AAT - Associação Amigos da Teixeira  
Rua Nossa Senhora da Conceição, 5  
6285-051 Teixeira - Seia  
Telf.: 238 661 058  
E-mail: associacao.amigos.teixeira@gmail.com

#### DIRECÇÃO

João de Brito

#### ESCREVEM NESTE NÚMERO

Adriano Tomás  
Almerinda Costa  
Anabela Brito  
António Brito Santos  
Luciano Ribeiro (Vereador C.M.Seia)  
Bárbara Loureiro  
Carlos Lima  
Carlos Reis Marques  
Cleo Dias (Benfeita, Arganil)  
Joana Gonçalves  
João Álvaro Pinto Mendes  
Paulo Pereira

#### FOTOGRAFIA

Anabela Brito  
António Brito (Escócia)  
Carlos Reis Marques  
Joana Gonçalves

#### REVISÃO

António Félix

#### APOIO INFORMÁTICO

Fernando da Silva Figueiredo

#### TIRAGEM

333 exemplares

#### PERIODICIDADE

Trimestral

#### IMPRESSÃO E PAGINAÇÃO

IMAGEM MULTIMEDIA - Produção de Imagem  
Rua Dr. Gaspar Rebelo, 13  
6270-436 Seia



## editorial

1 – Entrámos no Verão, os dias são maiores bem como as temperaturas. Todos os anos, desde finais de Junho até meados de Setembro, são muitos os Teixeiraenses, seus descendentes e amigos, que procuram retemperar forças na “sua terra” depois de um ano de trabalho na azáfama da grande cidade. É o rever familiares e amigos, pôr as conversas em dia, passear por caminhos outrora cobertos de pinheiros onde pontificavam as tigelas de resina, comer um petisco que manteve aquele sabor tradicional graça aos temperos e às mãos que os utilizam.

2 – As altas temperaturas convidam-nos para uns banhos retemperadores numa das inúmeras piscinas ou praias fluviais existentes em muitas partes de Portugal, gozando a Teixeira desse privilégio na sua Associação de Amigos. A nossa piscina irá, de novo, funcionar e este ano estará mais atractiva depois das obras efectuadas no terreno que a sobranceia e que passou de uma quase lixeira para uma zona ajardinada aprazível. O chamado Bar da Joana voltará a estar aberto e a servir com a qualidade por todos reconhecida (vide mural no facebook: Bar da Piscina – Associação Amigos da Teixeira).

3 – Mas este Verão para que a sua estadia seja ainda mais agradável, poderá usufruir de novos serviços que se relacionam com a estética e o bem-estar pessoal. A nossa Associação já tem, para mulheres e homens, serviços de cabeleireira, manicura, pedicura e depilação. Venha experimentar e constatará que vale a pena. Somos uma Associação que se rege por princípios de carácter social e a adesão que esses serviços têm tido, desde Abril passado, é uma prova que estamos a trilhar os caminhos correctos com vista a uma melhor identificação de um projecto criado para servir os Teixeiraenses.

4 – O Vítor e a Cristina estarão na linha da frente do restaurante para satisfazer os vossos pedidos e constatarão que vale a pena optar, entre outros, quer pela já afamada chanfana, quer pelo cabritinho saído do forno, bem como por uma boa feijoada ou um polvo ou um bacalhau à lagareiro. Para os estômagos mais sensíveis

há sempre um peixe cozido ou uma carne na brasa.

5 – E porque não requisitar livros na medida em que a nossa Biblioteca possui mais de 1000 unidades quer para adultos, quer para os mais jovens? Consulte o catálogo e verá que encontrará uma obra e/ou um autor do seu agrado que poderá ler, bem como os filhos e os netos, na piscina ou em sua casa. A leitura insere-nos num mundo mais vasto de conhecimentos e significados habilitando-nos a decifrá-lo.

6 – Participar na vida associativa é muitíssimo importante e, deste modo, apelamos para que assistam/participem nos eventos que irão ter lugar este Verão na Associação e que serão anunciados pontualmente nos nossos placards. Sublinhamos, desde já, a Assembleia-Geral, na tarde do dia 15 de Agosto, depois da missa solene que se realiza, na manhã desse mesmo dia, em homenagem aos associados,

entretanto, falecidos.

7 – Os associados são o mais importante elo numa Associação do nosso tipo e sem a vossa presença e intervenção cria-se um vazio intransponível impróprio para uma causa onde a prática democrática deve constituir *“um espaço onde se exercem e reclamam direitos: de reunião, de associação, à cultura, ao desporto, ao lazer, ao protesto, à indignação. A uma vida autenticamente humana, a uma vida verdadeiramente feliz.”*

8 – Votos de um bom Verão e de umas boas férias. A AAT espera pela sua visita.

Julho de 2015

João de Brito-Presidente da Direcção.



# NOTÍCIAS DA TEIXEIRA E DA SUA ASSOCIAÇÃO

## etar de teixeira,

por luciano ribeiro (vereador da câmara municipal de seia)

A localidade de Teixeira, desde finais dos anos 90, tem sido servida por uma fossa séptica colectiva que faz o tratamento primário do efluente.

No entanto, a fossa séptica não permite o adequado tratamento quando a população aumenta significativamente em épocas festivas, como no Natal, e no Verão.

Por esta razão o Município decidiu instalar um novo sistema de tratamento por lamas activadas em arejamento prolongado que é mais flexível aos picos de afluência de efluente. Porque o tratamento consiste na injeção de ar comprimido que degrada os compostos poluentes, o simples aumento de tempo de arejamento permite anular o aumento pontual de carga poluente, associada ao fluxo sazonal de habitantes.

Assim, o sistema que está a ser instalado nesta localidade é composto por uma obra de entrada, onde os sólidos de maiores dimensões são retidos, um tanque de arejamento onde se injecta ar comprimido para degradação da carga poluente e um decantador onde as lamas produzidas no tanque são precipitadas. Esta última etapa de tratamento permite obter o efluente clarificado, cujas características físico-químicas permitirão a sua descarrega na linha de água.



## dia internacional da mulher 2015,

por joana gonçalves

Este ano, uma vez mais, a AAT promoveu a celebração do Dia Internacional da Mulher.

Como já é tradição, a AAT e um conjunto de mulheres associadas, nomeadamente, Anabela Brito, Maria do Carmo Santos, Maria de Fátima Santos e Joana Gonçalves, deram o seu contributo essencial para este evento.

Este ano, e por motivo de calendário, a data escolhida para celebrar este dia, foi o 7 de Março. Talvez muitas mulheres tenham questionado por não ter sido celebrado no dia 8 de Março, visto que seria domingo, mas seria mais cansativo relativamente às nossas mulheres lisboetas.

Pelas 19 horas chegaram sensivelmente 40 mulheres vindas do Cacém, e já com algum cansaço da viagem e de uma magnífica visita à Aldeia do Piódão, contudo, sempre com uma grande energia para voltar um ano mais, a celebrar

este dia.

Este ano os nossos estimados e magníficos cozinheiro/a (Vítor e Cristina) presentearam-nos com uns excelentes bifeinhos com cogumelos e como não poderia faltar a bela da sangria para acompanhar!...

Ao todo contámos com cerca de 90 mulheres, amigas, conhecidas da nossa terra, que tal como as nossas Teixerenses animação não lhes falta.

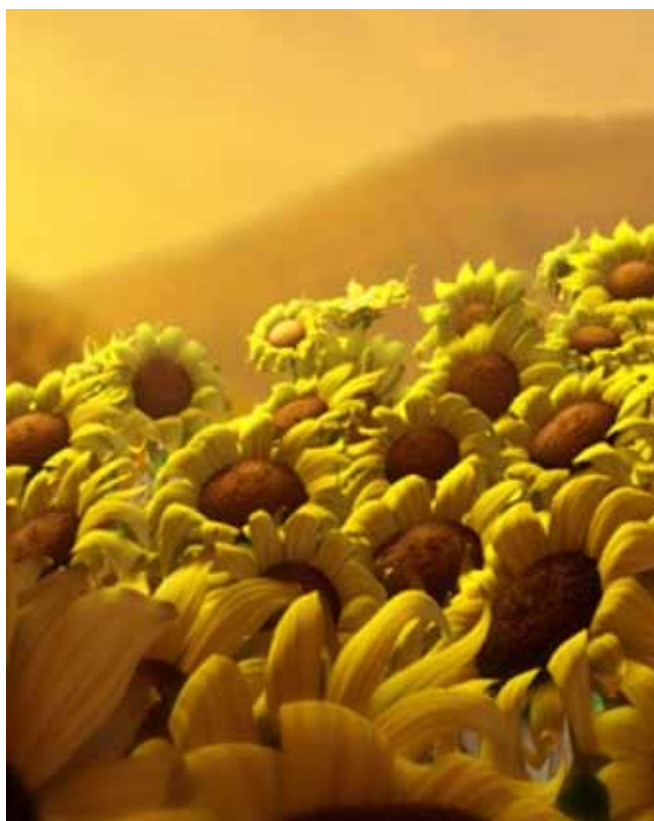
O forró começou. Depois de umas baladas no decorrer do jantar, a bela música encheu a sala de alegria. Este ano e com algumas presenças já na festa anual da Teixeira, o Grupo Jovisom animou as mulheres de uma forma brilhante, com o seu vasto reportório, tendo a quase totalidade das participantes no evento revelado a sua faceta de muito boas bailarinas.



Eram cerca de 0 horas quando terminou este convívio e ficou-se com a certeza de que as mulheres da Teixeira e as suas amigas celebraram o seu Dia com alegria, indo voltar

ao nosso convívio mais vezes.

A todos os intervenientes neste dia, o nosso BEM-HAJA! ATÉ 2016!



sorteio do dia internacional da mulher

os prémios couberam a:

- 1.º prémio: um PRESUNTO,** saiu ao associado Mário de Figueiredo (da Quinta).
- 2.º prémio: um CESTO DE ENCHIDOS,** saiu à associada Fernanda Bicho
- 3.º prémio: uma garrafa de whisky JB;** não foi reclamado.

# visita à subestação eléctrica sobral de são miguel e a um aerogerador – passeio por cumeada eólica, por carlos marques

A factura da EDP ao lado, do mês de Dezembro do ano passado, é de uma casa no Estoril, logo na zona da Grande Lisboa. Se olharmos melhor para o canto inferior direito veremos que cerca de três quartos (mais de 73%) das fontes de energia utilizadas são renováveis, isto é, eternas, vindas da Natureza sem fim: a água (hídrica), o vento (eólica) e ainda outras, como o Sol (solar) ou as marés. Existe ainda a geotérmica, de origem de vulcões activos, explorada por exemplo na ilha de São Miguel, nos Açores.

Assim, energias não renováveis – com fim garantido na Natureza – como o carvão, o petróleo, o gás, algumas das quais aqui identificadas como “cogeração fóssil”, representam apenas uma pequena parte do total.

Podemos ver na imagem a seguir esta parte, em detalhe.

Como se chegou aqui? Bom, vamos falar um pouco deste assunto, muito, muito ligeiramente, mas antes convém lembrar duas “coisitas” acerca da energia eléctrica – é desta que falamos – sobretudo na sua relação connosco, seres humanos de um desenvolvido século XXI.

Primeiro, há pouco mais de quarenta anos a electricidade ainda não tinha chegado à Teixeira. Hoje, os 17 aerogeradores do parque eólico Pedras Lavradas II, nos terrenos da AAT, produzem energia suficiente para abastecer 30 mil casas(\*). Pois, para além de outros assuntos que falaremos um pouco mais à frente, o que está em causa é a enorme dependência de todos nós da energia eléctrica; basta recorreremos à memória próxima para nos lembrarmos das preocupações quanto nos falta a luz em casa – frigorífico, luzes, geleiras, televisão, fogão/forno, o computador, o telemóvel, enfim, a cafezinho que a Cristina e o Vítor tão bem tiram...

Agora lembrem-se das empresas e das instituições públicas, todas com as luzes acesas, as máquinas a pedirem energia, o ar condicionado ligado, os computadores a trabalharem a todo o gás, a operação que não se faz, a consulta que não se dá, o exame que se adia...

Pois, não é fácil; raramente pensamos no caso, felizmente porque raramente nos falta a energia (louvam-se os responsáveis por nos garantirem este bem).

Segundo, a energia eléctrica, depois de produzida, tem de ser consumida, isto é, ao contrário do petróleo ou das batatas, não pode ser armazenada.

Pois, agora vejam os aerogeradores da Teixeira a produzirem a todo o gás, à noite, sem consumo suficiente para



escoar a sua produção. Um problema, não é?... Seria se a EDP-Renováveis não tivesse alternativas, como veremos um pouco à frente.

Vamos agora regressar ao passado, não muito distante, mais ou menos contemporâneo de muitos dos sócios da AAT.

No final dos anos 60 do século passado, a reconstrução da europeia caminhava a todo o vapor, o nível de vida na Europa Central e Ocidental era muito bom, a taxa de desemprego era praticamente inexistente, os benefícios sociais eram já assinaláveis, os níveis de educação, que já estavam acima da média, tinham dado um salto qualitativo e quantitativo, também por isto novas áreas do conhecimento e da informação abriam-se a todos.

(\*). Nós, Portugal, bom a história fica para outra altura.

Ao mesmo tempo, acontecimentos como o smog (uma mistura mortal de nuvens baixas, nevoeiro, e poluição atmosférica provocada pelas chaminés das fábricas) de Londres, que matou mais de 10 mil pessoas, e outros, despertaram consciências e estudos sobre os efeitos da poluição nos seres vivos e

na Terra.

A estes junta-se a chamada crise do petróleo, uma subida súbita e brutal dos preços do crude no mercado internacional o que, finalmente, acorda governos e cidadãos para as questões ambientais, para repensar o modo de vida – essencialmente baseado no consumo excessivo de fontes de energia não renováveis (vão acabar...) – e para a necessidade de manter o nível de vida das pessoas.

De entre as medidas daqui saídas, destacam-se alguns (bons) exemplos: a obrigação de filtros nas chaminés das fábricas e mais tarde nos automóveis, a redução substancial do consumo de combustível o aparecimento e consolidação de grupos de defesa do ambiente (QUERCUS, GEEOTA, Liga de Protecção do Ambiente, GREENPEACE; partidos políticos ditos Verdes e, naturalmente, o desenvolvimento de energias alternativas, capazes de continuar a fomentar o desenvolvimento e de reduzir a emissão de gases poluentes para a atmosfera (e para as águas, para os solos). É um processo em curso, que nunca parou desde então.

Hoje somos capazes de dizer, quase sem pensar, meia dúzia de coisas do nosso dia que contribuem para manter saudável esta grande casa: o planeta Terra. Bom, este assunto não é encarado da mesma forma em todo o Mundo e, mesmo muitos governantes fazem sobrepor as questões económicas ao bem-estar de todos os terráqueos. Adiante!

A União Europeia tem desenvolvido esforços no sentido de tornar as energias ditas limpas (renováveis) capazes de servir a sua população, promovendo estudos, impondo esforços aos países membros, atribuindo subsídios. Claro que também está em causa a enorme dependência da Europa em relação aos combustíveis fósseis (carvão, petróleo); neste âmbito, Portugal está na linha da frente porque não tem o segundo e o primeiro é de fraca qualidade.

Por outro lado, o nosso País (e naturalmente a EDP-Renováveis) está na linha da frente do aproveitamento e desenvolvimento de energias renováveis, como nós, sem sair de casa, vemos e ouvimos a todo o momento.

Assim, impunha-se uma visita guiada à subestação eléctrica e pelo menos a um dos aerogeradores, também para melhor percebermos as técnicas utilizadas, os requisitos de construção, as suas capacidades. Prontamente o Sr. Eng.º Timóteo Monteiro, da EDP-Renováveis, há muito grande amigo da Teixeira, aderiu à iniciativa, garantindo, ele próprio, a sua presença e as autorizações necessárias. À AAT coube a parte mais fácil, organizar e divulgar a iniciativa; escolheu-se um sábado, no meio de um fim-de-semana prolongado, porque mais facilmente os sócios e o povo da aldeia e fora poderia comparecer; o apoio de transportes foi também prontamente assegurado pelo rancho e pela junta e alguns voluntários, a quem, também, muito se agradece.

De salientar que Sr. Eng.º Timóteo Monteiro deslocou-se propositadamente do Porto, onde reside, para o evento, pondo em causa o seu bem merecido descanso; quanto ao Sr. Eng.º Pedro Sousa, igualmente da EDP-Renováveis, deslocou-se também propositadamente, de São Jorge, onde reside, ele que tem por obrigação assistir vinte e quatro horas por dia aos parques nas redondezas da Teixeira, o que o obriga a deslocar-se a qualquer hora do dia ou noite.

Pelas 9h30, em duas vezadas, saíram os participantes da AAT em direcção à subestação do Sobral de S. Miguel; mais tarde juntou-se outra pessoa, vinda de Seia.

Lá chegados, fomos recebidos pelos dois engenheiros referidos e o Sr. Eng.º Timóteo Monteiro explicou, numa linguagem muito acessível, os princípios de construção e de funcionamento dos aerogeradores, da subestação, do transporte e utilização da energia produzida, bem como a empresa controla tudo e todo o processo. Apenas umas dicas:

- A construção de cada um dos aerogeradores varia entre os 2,5 e os 2,8 milhões de euros. Só a base (fundações), que é oca, custa cerca de 100 mil euros;

- O aerogerador é montado como se fosse um peça lego, em módulos sobrepostos, pré-furados, de modo a poderem passar os cabos de sustentação e os fios eléctricos;

- As diferentes peças têm de encaixar perfeitamente, o que é feito com a ajuda de uma grua;

- Os cabos de sustentação são, no final, atados na base oca;

- Cada pá tem 41 m e pesa 10 t, também ela erguida por uma grua;

- A altura de cada aerogerador é de 80 m; somando à pá dá 121 m;

- Os módulos são assim transportados, o que coloca problemas logísticos diversos, quer para passarem por certas estradas, quer para subirem para o local de montagem;

- Como o investimento é muito elevado, para além dos acordos com os proprietários dos terrenos e as entidades oficiais, são exigidos estudos técnicos que se estendem por vários anos: meteorologia, características geológicas, impactos diversos – aviação, ambiente, arqueologia e outros;

- A todo o momento, quer antes da instalação, quer durante, o vento e outros elementos meteorológicos são medidos através de torres próprias, com sensores a 30 m e a 60 m de altura, porque a direcção e intensidade do vento variam com a altitude;

- Os aerogeradores trabalham perpendicularmente ao vento; as cabeças vão rodando de modo a cumprirem este requisito; no entanto, existe uma velocidade limite para pararem, evitando a destruição do equipamento (já se registaram vento de 240 km/h);

- Os aerogeradores não podem interferir em linha de vista com a disposição nacional dos marcos geodésicos;

- Dependendo do vento e dos acordos com a rede de energia eléctrica, o investimento em cada aerogerador é recuperável entre 6 a 15 anos;

Cada aerogerador tem capacidade, quando trabalha com o máximo rendimento, para abastecer 2 mil aquecedores com um consumo unitário de 1000 W;

- Em tempos de consumo reduzido (noite) a energia gerada é aproveitada para bombear água das barragens para a respectiva

albufeira, permitindo que, de dia, haja energia suficiente para o mercado;

- A EDP controla tudo quanto se passa em cada aerogerador e na rede de distribuição a todo o momento, a partir de um centro localizado no Porto. Depois, para qualquer assunto, envia uma equipa (ou um técnico) residente nas proximidades para resolver o problema (como se disse, a qualquer hora do dia ou da noite);

- Alguns problemas: acumulação de gelo, roubos, avarias, acertos...

- A tecnologia empregue é essencialmente da nova geração, isto é, informatizada para mais precisa informação e resolução;

- O parque eólico Pedras Lavradas II gera energia que, depois de passar pela subestação do Sobral de S. Miguel, é enviada para a grande central do Fojo;

- A EDP-Renováveis tem parques eólicos espalhados pelo Mundo, como o Brasil, a Espanha ou os EUA;

- Assim, o país consome sobretudo energia renovável, não-poluente, contribuindo decisivamente para limitar as emissões aéreas de gases poluentes, como o CO<sub>2</sub>;

- Por último, convém dizer que Portugal exporta aerogeradores para o Mundo. E ainda, que milhares de postos



de trabalho (sabemos o número) estão hoje dedicados no País ao ambiente.



Depois da visita ao interior de um aerogerador (última foto), ainda houve tempo para alguns observarem vestígios arqueológicos nas imediações da subestação. Nota: a maioria tinha muita pressa de regressar à Teixeira...

Finalmente, o “Passeio pela cumeada eólica”.

Do muito que se viu, destacam-se a maravilhosa paisagem e a esplendorosa vegetação primaveril; espantoso igualmente os imensos sinais de recuperação da Natureza após o grande incêndio de Setembro (vejam as fotos seguintes).



O percurso foi fácil, acessível a todos – que o digam o Chamon e aquela sola solta... – muito agradável também pelo convívio e pelas curiosidades e sítios interessantes que se foram passando, como a nascente da ribeira da Teixeira ou o abrigo nas Chambas.

De regresso à AAT em mais de momento de convívio agradável, cumpre agradecer: a todos que participaram, aos novos amigos, Magalhães (Seia) e Adóindo (Coimbra), novamente à EDP-Renováveis e aos seus Engenheiros Timóteo Monteiro e Pedro Santos, ao rancho e à Junta, aos lanches feitos pela Cristina e pelo Vítor, ao ti António Loureiro e ao Carlos (Cuta) que conduziram as carrinhas e, como não podia deixar de ser, ao Pedro da ADIRAM que elaborou um belíssimo cartaz promocional.

Espera-se ainda que, da próxima vez, as pessoas da Teixeira “não se esqueçam”, tomem mais atenção aos eventos organizados, sejam capazes de mudar um pouco as rotinas e para os jovens maior atenção e participação naquilo que pode ser um caminho para o futuro.





# assembleia-geral ordinária – março de 2015

No pretérito dia 29 de Março, pelas 14 horas, reuniu na Sede Social da Associação Amigos da Teixeira, de acordo com o estabelecido no parágrafo 1.º, do artigo 25.º dos seus Estatutos, mais uma Assembleia-Geral Ordinária para discutir e votar o Relatório e Contas do ano anterior apresentado pela Direcção e o parecer do Conselho Fiscal. Não tendo havido, à hora indicada, quórum suficiente, aquela iniciou-se uma hora depois, isto é, às 15 horas. Após verificação da folha de presenças, confirmou-se estarem presentes 46 associados com direito a voto, após o que António dos Santos Reis, presidente da Mesa da Assembleia-Geral, considerou aberta a Sessão, tendo saudado todos os presentes, congratulando-se com o facto de não ter havido nenhum falecimento desde a última Assembleia-Geral realizada em Novembro de 2014. Finalmente agradeceu ao Dr. Figueiredo Pratas, TOC da AAT, por, mais uma vez, ter-se deslocado à Teixeira e estar presente num acto tão importante como era esta Assembleia anual.

Iniciado o primeiro ponto da Ordem de Trabalhos em que se procederia à discussão e votação do Relatório e Contas da Direcção relativas ao exercício de 2014, João de Brito, presidente da AAT, esclareceu que as contas apresentadas ainda tinham sido elaboradas com base nos anteriores Estatutos. O Dr. Figueiredo Pratas, de seguida, explanou as contas tendo concluído que a Associação está bastante sólida sendo o balanço equilibrado, sem problemas de maior e que as contas foram auditadas e aprovadas pelo Conselho Fiscal. António Brito, tesoureiro da AAT, explicou com clareza como, na conta bancária da Associação, foram recuperados valores significativos, para além do facto dos pagamentos a fornecedores e os vencimentos dos funcionários estarem em dia. A associada Leontina Pedroso, do Conselho Fiscal, explicou como, em 2015, a contabilização de certas verbas iria ser feita e salientou, ainda,

que só a partir de 2003 se tinham começado a proceder a amortizações, em especial o edifício, tendo as mesmas que ser feitas durante 20 anos. Ricardo Brito, Vice-Presidente da AAT, solicitou ao Dr. Figueiredo Pratas para que, no próximo ano, seja apresentada uma projecção das contas da Associação sem as receitas das eólicas, pois esse contrato acabará em 2030. De seguida procedeu-se à votação do Relatório e Contas tendo estes sido aprovado por maioria com uma abstenção.

Entrados no segundo ponto – Informações – João de Brito valorizou o carácter eminentemente social da Associação e informou sobre mais uma nova medida a implementar e que visava os associados poderem pagar o respectivo IMI ao balcão da AAT. Anunciou, ainda, que muito oportunamente iriam ser anunciadas mais medidas de carácter social.

De seguida, Carlos Marques, Secretário da Direcção, esclareceu o associado Joaquim Reis sobre o projecto PRO-DER (limpeza e tratamento dos terrenos da Associação), afirmando que muito em breve esperava poder dar boas notícias sobre este assunto que se arrastava há muitos anos. Informou, também, que se tinha procedido à venda dos pinheiros queimados no fogo de Setembro de 2014, apelando a todos presentes que não mexessem nos mesmos pois já não pertenciam à Associação. Informou, também, sobre o Regulamento do Tratamento dos Terrenos pertença da Associação que deveriam ser lidos até ao dia 15 de Abril. Falou, finalmente, sobre o almoço do “Dia dos Jotas” e da visita pública a realizar no dia 2 de Maio, com a presença do Eng.º Timóteo Monteiro da EDP-Renováveis, ao interior das estruturas das torres eólicas, tendo apelado a uma forte participação dos Teixeiraenses neste evento que teria o seu final com um passeio pela cumeada da serra.

## CONVOCATÓRIA PARA A ASSEMBLEIA-GERAL ORDINÁRIA

De acordo com o estabelecido no parágrafo 2.º, do artigo 25.º, dos Estatutos da Associação Amigos da Teixeira, convoco a Assembleia-Geral Ordinária a reunir no próximo dia

**15 de Agosto de 2015, pelas 15 horas**

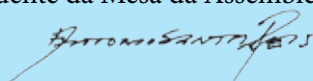
na nossa Sede, na Rua Nossa Senhora da Conceição n.º 5, em Teixeira – Seja com a seguinte Ordem de Trabalhos:

Ponto único: Apresentação e discussão de assuntos correntes da Associação Amigos da Teixeira.

Se à hora indicada não estiverem reunidos metade dos associados, fica a mesma Convocatória marcada para as 16 horas do mesmo dia e no mesmo local com qualquer número de associados e a mesma Ordem de Trabalhos.

Teixeira, 10 de Julho de 2015.

O Presidente da Mesa da Assembleia-Geral

  
(António dos Santos Reis)

# festã da teixeira,

por bárbara loureiro

1, 2 e 3 de Agosto

Queridos Teixeirenses e amigos. Vimos hoje falar-vos de um assunto que nos últimos anos nos tem dado algumas tristezas, vimos falar-vos da festa, uma tradição tão esperada por nós, a pequenada como vocês nos chamam, todos os verões e que nestes últimos anos se tem perdido. Não nos levem a mal pela ousadia mas não podíamos deixar acabar uma tradição como esta, por isso juntarmo-nos e organizamos uma festinha.

Não vai ser o maior festão aqui da zona, perdoem-nos mas é a primeira vez que a maior parte de nós organiza o que quer que seja, ao não ser a matéria para os exames, mas temos força de vontade e confiança. Por isso vimos apelar a que venham passar nem que seja um dia connosco e ajudem-nos a não deixar morrer uma tradição que nos é tão querida.

## Sábado, 1 de agosto

- Chegada da aparelhagem
- Alta tensão – 09h00
- Abertura do bar e da quermesse – 09h30
- Torneio da malha – 15h00
- Jogo de solteiros vs. casados – 18h00
- Fernando Ramos – 22h30
- Dj convidado – 02h00

## Domingo, 2 de agosto

- Chegada da banda – 08h30
- Missa em honra do Santíssimo Sacramento – 10h30
- Caça ao tesouro – 16h00
- Actuação da banda – 17h00
- Actuação do rancho – 18h00
- Nando e Bela – 22h30
- Dj convidado – 02h00

## Segunda, 3 de agosto

- Torneio de sueca (c/almoço) – 13h00
- Churrasco convívio – 19h00
- Fado mandado e concurso de dança – 23h00
- Entrega de prémios – 01h00
- Dj convidado – 02h00



## igreja no centro da comunidade,

por João Álvaro Pinto Mendes

Cabe-me a responsabilidade de escrever algo sobre a nossa Igreja Paroquial. Não é difícil de a descrever como estrutura, difícil é o situa-la no tempo de construção. Com efeito e apesar de inúmeras diligências, não me foi possível obter uma provável data de construção, dada a inexistência de tal registo. O que, por tradição oral, se sabe é que a primitiva capela dedicada à Padroeira (Nossa Senhora da Conceição) se situava onde hoje funciona o forno comunitário e o espaço que hoje é ocupado pela Igreja albergava o cemitério, antes de ser trasladado para o outeiro do roxo onde hoje se situa.

Numa postura simplista podemos, sem correr muitos riscos, situar a construção no primeiro quartel do século XIX, se atentarmos que os primeiros registos de baptizados nos aparecem datados de 1831, celebrados sob a adminis-

tração do cura Manoel de Britto Sena que dirigiu a paróquia até 1853 data da chegada do Pde. Severino Freire de Abranches.

Voltemos então ao templo propriamente dito, que é de uma simplicidade a toda a prova, sem qualquer estilo arquitectónico definido, mas tão somente um edifício digno, construído com os materiais locais e tendo como único desígnio o ser a casa de todos os Teixeirenses, desde os primeiros dias da sua existência terrena, onde recebiam o 1º sacramento, até ao seu final antes de serem levados para o cemitério. Não deixa de ser curioso o seu posicionamento em relação à aldeia: o Centro! Quiseram os nossos antepassados vincar e classificar o Igreja como centro da Comunidade, daí a localização escolhida.

As (poucas) mexidas na sua estrutura não a alteraram significativamente pese embora o facto de, em meu enten-



der, algumas delas serem para pior. Senão vejamos: As pessoas da minha idade (e não só) lembram-se com certeza do trono que se erguia por cima do altar-mor que albergava a Padroeira nas suas festas e a Sagrada Custódia em dias de Lausperene. Taparam-no com uma placa que tem desenhada a figura da Padroeira ( e não ponho em causa a sua beleza ) ! Mas deixem-me manifestar a minha saudade do trono e do que ele representava. Também a bem da modernidade foi retirada a antiga lâmpada suspensa de uma trave e substituída por um vulgar receptáculo de azeite. Pode ser mais prático mas, para a nossa “ pobre “ Igreja era um adorno que a elevava.

Bom, não liguem aos meus saudosismos, o que eu queria mesmo realçar era o facto de a nossa Igreja ter servido ao longo dos tempos para congregar os Teixeiraenses, independentemente do seu posicionamento social e/ou qual-

quer outro.

Notório é o facto de, assim tudo o indica, desde os primeiros tempos as pessoas sentirem a necessidade de ter um lugar onde se pudessem reunir livremente. Aliás não fizeram mais do que os primeiros Cristãos que, segundo rezam os “ Actos dos Apóstolos “ eram “ assíduos à oração e à partilha do pão “ Escolheram para isso um lugar bem central da aldeia, edificaram-no com paredes bem sólidas, simples como eram as suas vidas, tomaram como Padroeira a já Padroeira de Portugal e, a cereja em cima do bolo, estabeleceram como Festa Principal a “ Honra e Louvor do Santíssimo Sacramento “. Um grande bem-haja aos nossos antepassados.

O vosso amigo de sempre  
João Alvaro

## óbitos

Com 75 anos, faleceu o nosso associado José António de Brito: 27.02.1940-14.05.2015. Residente em Algés, era casado com Floripes de Jesus Pinto e pai de Maria Isabel Pinto de Brito, ambas nossas associadas. Era um bom amigo

da nossa Associação e todos nos lembramos da sua permanente boa disposição e habilidade no toque de realejo quando se dançava o “fado mandado”. A Direcção da AAT apresenta à sua esposa e filha, bem como a todos os seus familiares, os mais sentidos pêsames.

## uma tarde de convívio na associação, por antónio brito (escócia)



## novos serviços na aat

Desde Abril que a Associação Amigos da Teixeira disponibiliza, nas suas instalações, o serviço de cabeleireiro. De duas em duas semanas, às quintas-feiras, a Andreia, de São Romão, trata dos seus cabelos a preceito.

Entretanto, em Maio, a Mariana, de Vascos Esteves de Cima, iniciou, também, na Associação o seu serviço de manicura, pedicura e depilação. Virá todas as terças-feiras.

Estes serviços são para mulheres e homens e, até agora, tem sido um sucesso. Afinal tratam-se de serviços de carácter social e que aportaram um melhor bem-estar aos seus utentes.



Para marcações contacte a AAT através de:  
238 661 058 ou 964 184 739



## donativos

<i>Associados</i>	<i>Valor</i>
António Gonçalves	3,00
Fernanda Gonçalves Silva	20,00
Fernando Álvaro Pinto Sousa	50,00
João Afonso dos Santos	8,00
João Domingos Rosa	20,00
Laurinda Gonçalves Silva	20,00
Manuel João Gonçalves Marques	17,00
Maria da Conceição Pereira Canudo	8,00
Maria Isabel Alves Pedroso	20,00
Maria João da Fonseca Passos Ferreira	8,00
Maria Lurdes Marques Rosa	10,00
Mário Neves Pereira	30,00

Os Associados que quiserem liquidar as suas quotas por transferência bancária podem-no fazer para a conta de Depósitos á Ordem abaixo indicada, identificando-se pelo Nome ou pelo número de associado. Lembramos que a quota Anual é de €: 12,00 (doze euros)

**Entidade Bancária: Caixa Geral Depósitos**  
**Conta n.º: 0201050449330**  
**NIB: 0035 0201 0005044933064**  
**IBAN:PT50003502010005044933064**

## tuna cantares de avô

16 de agosto



Este grupo que pretende promover “o que é nosso” (a cultura e a música tradicional portuguesa) nasceu em Avô, no concelho de Oliveira do Hospital, tendo sido fundado em 18.12.2009 e é constituída por 26 elementos de várias localidades.

Já constam na sua vida actuações em Portugal, França e Suíça, com o único e primordial objectivo – a divulgação das raízes do seu país.

Participem e assistam a um evento como nunca tiveram oportunidade de ver na Teixeira. Irão conhecer uma tuna que “cultiva” a boa música tradicional portuguesa.

## saudades do futuro (próximo),

por paulo pereira

Este ano, e pela primeira vez em quase 10 anos, parece-me que, em vez de Braga, vou ver Teixeira por um canudo – ou seja... não conseguirei “aí” ir, para imensa pena minha.

A vida prega-nos muitas surpresas e se o ano passado foi, muito provavelmente, o melhor ano da minha vida, este (que ainda nem a meio vai, o que torna tudo ainda mais assustador) já lidera destacado o ranking dos piores de sempre. E isto num ano de bicampeonato do meu (e de tantos nós, Teixeiraenses) Benfica, o que só serve para sublinhar o quão mau está a ser: nem essa alegria louca proporcionada pelo futebol (e antes que perguntem, sim, estive no Marquês de Pombal e não, não mandei pedras da calçada nem garrafas de cerveja de litro a nenhum agente da autoridade) chega para equilibrar os pratos da balança. Vão-me perdoar por não querer entrar muito em detalhes mas tenho de me lembrar que este texto não faz parte do meu diário, é algo que será lido por muitas pessoas, algumas das quais nem me conhecem para além do “cabeludo filho da Almerinda”, pelo que me limitarei a dizer que, em poucos meses (semanas, até...) vi a minha vida ruir como um castelo de cartas. Ainda na última edição da revista dei conta da alegria imensa que foi a festa de anos surpresa que me foi oferecida por família, amigos e namorada e se pensarmos que faço anos em final de Janeiro e estou a escrever este texto quatro meses mais tarde... para bons entendedores, meia palavra basta.

Ainda por cima, tudo mudou para pior e quando digo tudo é para sublinhar o TUDO.

A nível profissional, económico, pessoal, de saúde... tudo descambou.

Serve este texto então de despedida (não definitiva, espero eu!) a todos os que me liam e viam por Teixeira – a revista assim como a aldeia. Orgulho-me de ter feito amizades entre pessoas dos 8 aos 88 anos sem nunca ter deixado de ser quem sou, sem nunca ter escondido os meus vícios ou vangloriado as minhas virtudes. Sempre fiz o que quis, mesmo sabendo que por vezes o que queria fazer podia chocar ou ofender alguns. Ainda assim, tudo o que fiz, mesmo que tenha chocado ou ofendido alguém, nunca magoou ou incomodou quem quer que fosse. As pessoas que possa ter chocado ou ofendido são – perdooem que vos diga – pessoas tacanhas e cujas mentalidades

pertencem aos dias anteriores ao 25 de Abril, não de 2015, mas de 1974. Ainda assim, e como a aldeia vos pertence muito mais a vocês que a mim, deixo aqui o meu pedido de desculpas e agradecimento, se não pela compreensão, ao menos pela paciência.

Como quero evitar mencionar nomes – abrirei uma única excepção, mais perto do final do texto – para não deixar ninguém melindrado por me ter esquecido de referir o seu nome vou, em vez de dizer de quem sentirei mais a falta (porque muitos de vocês que estão a ler estas palavras só me vêem “aí em cima” em Agosto), dizer do que sentirei mais a falta.

Será do Poço da Broca. Porque é um sítio lindíssimo mas não apenas por isso, há sítios com a mesma beleza ou, pelo menos, com o mesmo valor sentimental aos meus olhos dentro do perímetro da aldeia... No entanto, bem vistas



as coisas, já lá não vou desde o Verão de 2012 – no de 2013 não tive tempo para sair da aldeia e no do ano passado tive tempo mas a minha namorada adoeceu no único dia em que lá poderíamos ter ido, e na Páscoa de 2013 estava demasiado frio e a água “lá em cima” demasiado agitada para que considerássemos sequer entrar lá para dentro – e ainda por cima lembro-me de ter visto imagens no facebook de melhorias nos acessos e pen-

sado: “Assim sim!” Pois... mas ainda não será desta. “Há mais marés que marinheiros.” Voltarei. Ao Poço e à aldeia.

Neste que será, pelo menos por ora, o meu último texto para a nossa revista (não me parece correcto continuar a escrever sobre a aldeia sem sequer a visitar no espaço de um ano... há que dar espaço a quem o faça e tenho a certeza que haverá quem se chegue à frente nesse sentido!) quero deixar um abraço do tamanho da distância que nos separa a todos os Teixeiraenses e um mais personalizado ao senhor João de Brito, em primeiro lugar por me ter dado a oportunidade de escrever para todos vós e em segundo por ter feito tudo o que estava ao seu alcance, no Verão passado, de forma a fazer a dona do meu coração sentir-se em casa num sítio que lhe era completamente desconhecido – e que para sempre lhe ficará marcado no coração.

Gestos como esse não se esquecem.

Para acabar de vez: muito obrigado a todos e nunca deixem de lutar pela vossa felicidade. Diariamente. Porque “camarão que dorme na areia... a onda leva!”

# as minhas raízes (3.<sup>a</sup> e última parte),

por almerinda costa

## capítulo 4

Passamos agora a outra questão da nossa luta pela sobrevivência: o nosso pai faleceu em Junho de 1963 e, no mesmo ano, os meus irmãos foram à inspecção para servir o exército, ficando os dois aptos para todo o serviço militar, portanto, logo no ano seguinte, o mais velho foi assentar praça em Janeiro em Viseu, seguiu-se logo de seguida o outro 3 meses depois e, como existia a guerra das colónias, assim que tiraram a especialidade, um foi mobilizado para Angola, ficando o outro no quartel nas Caldas da Rainha, por lá tendo ficado 3 anos... chegaram a casa na mesma semana, não posso precisar o mês mas sei que foi no ano de 1967, claro que a minha mãe apelou para tudo e todos para que pelo menos um dos filhos ficasse (como amparo de mãe) mas foi tudo em vão. Ainda lá foram uns senhores do exército para ver as nossas condições (mas como sempre no regime em que vivíamos era tudo abafado, estava sempre tudo bem...). Começa aqui a nossa luta pela sobrevivência! A minha mãe ficou de repente sozinha com 7 filhos para criar sendo que eu, a mais velha, tinha 14 anos e a mais nova 1 ano... Agora como vai ser? 3 filhos na escola e 3 bebés de colo e eu com 14 anos tive de arregaçar as mangas e ir trabalhar para ajudar como podia então fui trabalhar para o campo e fiz de tudo um pouco desde apanhar azeitona, cavar no campo com uma enxada no meio dos homens, semear milho, batatas, enfim, tudo o que se fazia nessa altura era tudo manual – semear, apanhar e carregar para casa dos donos. No Verão era a chamada recolha da resina, andávamos de pinheiro em pinheiro a tirar a resina que havia dentro duma tigela em cada pinheiro para uma lata de 30 kg até encher – isto tudo pelo meio do pinhal e do mato. Quando estava cheia púnhamos a lata à cabeça e lá ia-mos nós despejá-la num depósito que ficava a uma distância por vezes bem longe (quando o meu irmão se foi despedir da mãe e irmãos para ir para Angola ele disse à nossa mãe que não ia já embarcar só para não a ver sofrer, mas eu já sabia que ele ia embora, andava eu na faina da resina e encostei-me a um pinheiro a chorar e por mais que chamassem por mim (esse dia estava perto de casa) eu não me ia despedir dum irmão que ia para a guerra mas... para a mãe não descobrir... eu estava a sofrer por ela, por ele e por mim... ele descobriu-me atrás do pinheiro e perguntou: “Então, não me dás um abraço?” Foi então que me viu a chorar. “Estás a chorar porquê?” Abracei-me a ele com tanta força... foi então que ele percebeu que eu já sabia. Pegou-me ao colo e abraçou-me prometendo-me que ia voltar muito em breve. Esse episódio da minha vida marcou-me de tal maneira que passados tantos anos o recordeo com muito amor! Ele foi e veio mas não veio o meu Fernando, veio com um stress de guerra e nunca mais foi o mesmo, actualmente está numa clínica de recuperação. Este foi um episódio que me marcou muito. Foram tempos complicados, mas havia gente boa que nos ia ajudando. Também tive muitas alegrias com os meus manos mais novinhos, histórias divertidas, muitas brincadeiras, muitas trapalhadas, enfim, de tudo um pouco, e eu continuando a ajudar a minha mãe, um trabalho duro mas que levávamos

na brincadeira, fazíamos partidas uns aos outros, inventávamos quadras, cantávamos ao desafio, enfim, tudo para nos ajudar a chegar ao fim do dia de trabalho cansadas mas felizes. Foi difícil mas ainda hoje tenho saudades desses tempos (aos domingos íamos à missa de manhã e de tarde havia sempre bailarico até às tantas), como em tudo houve bons e maus momentos. Mas éramos uma família feliz, os irmãos eram todos muito amigos. Se por acaso um de nós levava um ralhete da nossa mãe lá íamos nós, os mais velhos, defendê-lo.

Entretanto os irmãos mais velhos chegaram da tropa, com poucos dias de intervalo. Foi muito giro ver que o que foi para o Ultramar já não reconhecia os mais novos, principalmente a mais nova que tinha apenas um ano quando ele foi embora. Voltou a alegria a casa, mas as coisas não deram certo, um queria voltar à profissão de serrador, o outro não e, após vários desentendimentos, o mais velho decidiu emigrar para França, o outro sentindo-se desamparado sem o irmão que fora sempre o seu companheiro e amigo resolveu ir também.

Sem eles a coisa era mais complicada, éramos uma família grande mas sem ter quem nos sustentasse, e como eu era a mais velha e o que eu ganhava não dava para nada... foi então que tive de abandonar a minha aldeia e vim para Lisboa para tentar aliviar um pouco mais a minha mãe, mas eu não gostava de Lisboa, estava habituada à minha vida de trabalho pesado mas alegre, onde todos se conheciam, às brincadeiras inocentes... Venho para Lisboa, cidade tão grande e bonita mas onde me sentia sozinha e triste. As saudades da mãe e irmãos, a magia da aldeia de brincar, de dançar, de voltar ao trabalho duro, fizeram com que eu voltasse à minha aldeia.

Posso dizer que enganei muito bem os meus patrões, que eram Alemães e eu não os compreendia a eles e nem eles a mim, mas consegui convencê-los de que a minha mãe estava muito doente e tinha de voltar para junto dela e acabei mesmo voltar à minha aldeia. Não posso dizer que a minha mãe ficou feliz por eu ter voltado: ela precisava do dinheiro que tanta falta fazia. Então voltei a trabalhar no campo, no duro, era de facto muito duro, eu era muito nova mas... era feliz, estava junto da minha mãe, irmãos, tias e amigos e o trabalho nem me custava tanto, eu estava perfeitamente integrada na comunidade da nossa Aldeia, tanto estava no baile como era catequista na igreja ou à noite rezava o rosário porque o Santo Padre tinha outras aldeias e se não podia ir, eu substituí-a na igreja a rezar o terço, pois a nossa comunidade era (como ainda o é hoje) muito devota da Nossa Senhora da Conceição, que é a nossa PADROEIRA!!!!!!

Depressa porém outra reviravolta na nossa vida... eu, a mais velha, na altura com 16 anos, tive de ser operada de urgência no hospital de Seia, onde estive internada aí uns 10 dias. Porém, quando saí, e para não andar a fazer tanto esforço, mandaram-me para a Covilhã, para casa de uns primos do marido, duma tia materna, que tinham lá uma pensão. Ajudava na cozinha, fazia recados, pequenos

trabalhos para não me esforçar muito, mas... a minha cabeça estava com meus irmãos e mãe, e só pensava em voltar à minha aldeia e assim foi, regressei para onde era feliz, voltei aos trabalhos no campo, e tudo o que aparecia como aqui já referi. Trabalhava muito... mas era feliz, sentia-me bem no meio das pessoas simples e com os meus irmãos pequenos bem como da minha mãe... Mas o meu destino ia dar uma grande volta, um senhor da aldeia mas a viver em Lisboa falou com a minha mãe para saber se ela aceitava que eu o acompanhasse para vir com ele para Lisboa e trabalhar na casa dele visto que a esposa era doente e precisava de uma rapariga de confiança para ficar em casa, fazer a lida da casa e tomar conta da esposa... De nada valeram os meus protestos de que não vinha, pois ao outro dia logo de madrugada, fui de novo arrancada da minha aldeia em direcção



a Lisboa. Desta vez foi para sempre, os meus irmãos foram vindo para junto de mim para trabalhar na cidade e eu tive que aceitar o meu destino pois tinha o dever e responsabilidade de os orientar... pobre de mim, e quem me orientava a mim? Tenho de agradecer a Deus e ao senhor que me trouxe que foi um pai para mim!!!! E a todas as pessoas da aldeia que cá estavam agradeço eternamente por tudo o que me ensinaram e

pela força que me deram para conseguir orientar-me e aos meus irmãos. Peço desculpa por não nomear os nomes... mas foram tantos... e muitos já partiram, espero eu que para um mundo melhor... a todos o meu muito obrigada de coração.

Eternamente grata a todos... Almerinda

## olá férias!!!!,

por carlos lima

Aulas a acabar, verão a aquecer, férias a programar, onde, quando. Não somos alheios que a Teixeira se tornou nos últimos anos um local de excelência sobretudo para quem tem crianças e adolescentes.

A segurança é um factor vital. Todos os que aqui passam alguns dias, se conhecem desde sempre ou são parentes. É transformar uma aldeia de sombras e silêncios de inverno em, tertúlias, patuscadas, memórias e gargalhadas de alegria de dezenas de crianças e jovens.

Por vezes parece um parque de campismo gigante!

A descontração e o convívio circulam pelas ruas. As noites são de festa, conversa sempre animada e muito bailarico.

Mas afinal quem dá vida a tudo isto?

Uma meia dúzia de pessoas, cada vez menos ajudadas. Felizmente que muitas famílias já preferem a piscina, a família e o ar da montanha às praias sobrelotadas que só acrescentam stress em tempo de o perder.

Nesta decisão têm grande influência as crianças. Mas o que fazemos por elas neste período? Nada!

Damos-lhe liberdade, piscina e pouco mais.

Para os mais velhos temos a festa religiosa e uma sombra na esplanada. Para os adolescentes, uma piscina, festas pela noite dentro, alguma tecnologia. Para as crianças, piscina e brincadeira.

Porque não escolher um dia de actividades só para crianças? Eventualmente terá algum pequeno investimento, mas além de merecerem, estão a ser o factor decisivo de estarmos mais vezes e mais tempo presentes por aqui.

Olhar para elas com responsabilidade e atenção revela o respeito pelas gerações futuras que espero não se esgote apenas na piscina como oferta para as férias.

Sejamos criativos e vamos ajudar quem merece, a pensar em algo específico para esta gente pequena, que apenas com um sorriso nos alimenta a alma todos os dias.



## plantas medicinais – a acção curativa das plantas,

por anabela brito (\*)



### A Hortelã (*menta*)

Planta utilizada desde a antiguidade, a sua origem é confundida com os mitos. A hortelã era muito usada pelos egípcios, hebreus, gregos, romanos e americanos; mas só foi difundida por toda a Europa no século IX. Esta planta é referenciada na bíblia como dízimo. Os árabes decoravam as mesas dos banquetes com menta antes das festas e limpavam o chão com a erva para estimular o apetite dos convidados. Os judeus da antiguidade espalhavam hortelã na cama dos recém-casados. Uma das ninfas amadas por Plutão, Minthe, foi transformada em erva para fugir à ira da mulher do Deus grego. Erva da amizade e do amor, símbolo da hospitalidade: conta-se que Zeus e Hermes se disfarçaram de viajantes e desceram à Terra, foram acolhidos por um casal de idosos, muito pobres, que lhes oferecerem comida e abrigo, e, para melhor os receber forraram a mesa com hortelã; os deuses, reconhecidos, transformaram o casebre num palácio. Outra lenda dá conta que Xerazade, a personagem que contou mil e uma noites de histórias ao sultão, para não morrer, relatava os seus contos ao sabor de chá de menta.

Está espalhada por todo o mundo e é muito apreciada, sobretudo nos países árabes: na cozinha, para perfumar o ambiente (em Marrocos, as fábricas de curtumes dão raminhos de hortelã aos visitantes para meterem no nariz a fim de suportarem o odor desagradável daquela actividade) e, como bebida de eleição (o célebre e delicioso thé à la menthe, infusão de chá verde com menta e açúcar, servido num bule a grande altura para ficar espumoso).

É uma planta que chega a ter 90 cm de altura, de aroma e sabor forte e agradável, desenvolve-se com muita facilidade e dá flores de um rosa violáceo. Dá-se bem perto da camomila e da urtiga. Existem cerca de 1008 variedades desta planta. É rica em vitaminas A, B e C, contém cálcio, fósforo e potássio, é composta por enzimas, pectina, óleo volátil que contém 50% a 60% de mentol (muito procurado comercialmente pelo seu sabor), acetato, pineno, limoneno, ácido valeriano e ácido acético.

De largas virtudes terapêuticas as folhas de menta exercem acção tónica e estimulante sobre o aparelho digestivo, além de possuir propriedades relaxantes, anticépticas e ligeiramente analgésicas, é expectorante e vermífugo. Estimula a transpiração e serve de antídoto contra a raiva. É adstringente e clareia o tom da pele. Dizem que é afrodisíaca. Recentemente investigadores da Universidade Suleyman Demirel, em Esparta, Turquia, concluíram que beber

chá de hortelã duas vezes por dia pode ajudar a reduzir o excesso de pelos nas mulheres (fenómeno ligado a desequilíbrios hormonais).

Os estados e problemas de saúde que a hortelã pode beneficiar são: alivia as dores de cabeça e dores das articulações; é um bom relaxante muscular; combate as lombrigas; o chá é óptimo para gripes e resfriados, favorece a expulsão dos catarros e impede a formação de mais muco; acaba com os soluços; é aconselhada para as náuseas matinais das grávidas; icterícia; espasmos digestivos; cólicas; diarreias; enterites; aerofagia e azia; melhora a produção da bília; cura as aftas; alivia os sintomas das picadas de insectos; e combate o hirsutismo (crescimento excessivo de pelos escuros e grossos na barriga, seios e rosto na mulher).

Na cosmética serve para rejuvenescer e refrescar a pele e tira certas manchas. Há quem utilize as folhas de hortelã para um banho estimulante que deve ser tomado de manhã. As suas flores podem ser utilizadas em infusão para bochechar a boca e tirar o mau hálito. O creme feito à base de hortelã é óptimo para a celulite e evita as estrias.

É muito utilizada em culinária como aromatizante para pastelaria e confeitaria, acompanha muito bem as saladas de tomate, os molhos vinagrete, os molhos frios, as saladas de frutas, os peixes e o borrego. Há quem acrescente hortelã nos pratos de batata, ervilha, omeletas, jardineiras de legumes, etc. É utilizada na aromatização de rebuçados, pastilhas, gomas, geleias refrescos bebidas e licores, e em tudo o que tenha sabor a mentol. Na indústria farmacêutica é largamente usada na confecção de descongestionantes nasais, pomadas analgésicas e pastas dentífricas.

Afugenta os ratos e acaba com as pulgas, tanto nos animais como na casa. Plantada perto das rosas afasta os pulgões.

No entanto a hortelã não deve ser consumida em grandes quantidades por crianças e lactantes, pois pode causar dispneia e asfixia. Pode causar insónias se for tomado antes de deitar.

\*Fonte: Guia dos alimentos vegetais – Jean-Claude Rodet





# a tigelada, a broa, a esmagada ou bôla de carne e a chanfana

por cleo (lurdes dias)

*“tudo iguarias de dias de festa, que se fazem na minha terra e em toda a serra do açor e arredores”*

Chegou a hora de ir buscar os ovos que há meses se andavam a juntar e repousam no escuro da arca, enterrados no milho – dizem que é por ser mais fresco. Meia dúzia será pouco para um tacho pequeno. Mais um ou dois, a olho, não serão demais e a tigelada fica mais amarelinha... uma colher se sopa de açúcar por cada um e um litro de leite mais a pitadinha de sal, são tudo o que é preciso para mais tarde nos deliciar.

A rês que o “piriscas” matou, temperada de véspera com os alhos, o louro, o colorau, a pimenta, o sal e o vinho tinto, deu para encher duas caçoilas das grandes. E a massa da broa amassada na gamela, graças ao crescente da semana passada, já está quase lèveda.

Deitou-se já o lume ao forno com duas pinhas e foi-se-

-lhe atirando uns gravetos para atear o lume. Ao lado, o monte das ganhotas secas aguardava a vez. Ao cabo de uma hora a incandescência das brasas anuncia a prontidão do forno para os receber a todos. Arredou-se então o braseiro e abriu-se caminho às caçoilas da chanfana que foram logo as primeiras. Foi-se tendendo a broa na escudela e, uma a uma, a pá de rabo comprido as foi arrumando com minúcias de calceteiro, lado a lado, mesmo ao meio. As esmagadas de sardinha e de presunto, mais próximo da porta (hão-de ser as primeiras a tirar já cozidinhas) e por último os tachos da tigelada, do outro lado.

Agora é só esperar e ir sentindo o cheiro que se espalha em redor... São capazes de imaginar?



bola de carne



broa de milho



chanfana



tigelada

## do riba-côa à faia brava,

por José Tomás

Sublime da vida de todo o Homem está na sua comodidade em viver com a Natureza. O cidadão moderno, o cidadão, que actualmente passa por ser a maioria da população dos países desenvolvidos, veja-se o caso da nossa Europa, precisa indiscutivelmente de contactar o meio natural, de viver em certos períodos da vida na paz e no silêncio, em suma, no bem-estar que as serras, planaltos e vales nos transmitem. Pergunte-se a quem visita amiudadamente ou passa férias nestes espaços maravilhosos o que sente quando tem de partir para a sua labuta diária.

Nesta Beira Alta há um rio que atravessa cinco áreas protegidas, visita cinco Aldeias Históricas e dois Patrimónios da Humanidade classificados pela UNESCO. São cerca de 200 km de inspiração, história, de riquezas ecológicas com que convivemos de uma forma aprazível e que nos deixam marcas indeléveis de gratas recordações.

Paralelamente, desfruta-se de uma excelente gastronomia, onde o saboroso borrego não é esquecido pelos bons gourmets, como também de unidades de alojamento de qualidade e de gentes hospitaleiras, que nos recebem com uma simpatia incomparável, que é realmente apanágio do povo português.



Tudo isto constitui o paradisíaco Vale do Rio Côa. Uma região deslumbrante, que inspira emoções e identidades para quem percorre esta rota desde a sua nascente, na serra da Malcata, concelho do Sabugal, até à sua foz no rio Dou-



ro, no concelho de Vila Nova de Foz Côa, passando por esse ex-líbris da biodiversidade e que tem como objectivo fazer com que a vida selvagem volte ao Vale do Côa.

Chama-se Reserva da Faia Brava, foi criada há 15 anos com 40 km<sup>2</sup> de território, com entrada na freguesia de Algodres (Figueira de Castelo Rodrigo), e é propriedade da Associação Transumância e Natureza, que se encarrega da sua gestão e desenvolvimento. Actualmente tem cerca de 600 sócios e é a única área protegida privada em Portugal. Águias, milhafres, grifos e muita outra fauna encontram aqui o seu porto seguro. Há duas espécies autóctones que voltaram a povoar este território; são os garranos e as vacas maronesas, que podem ser vistos por todos os visitantes, bem assim o voar altaneiro das águias-reais, quase únicas na Europa, a descerem dos seus ninhos feitos nas escarpas mais altas do Riba-Côa. Ao terminar as suas caminhadas, os visitantes ficam com uma certeza: está-se a proteger a vida selvagem, o silêncio merece destaque, e o nosso mun-

do civilizado actual sai realmente dignificado.

Não nos podemos esquecer que foi neste território, bordejando o rio Côa, que os nossos antepassados de há cerca de 30 mil anos, época histórica paleolítica, vivendo em tribos de recolectores, que percorriam duramente esta região rica em frutos e muita fauna bovina e caprina com que se alimentavam. Bem deixaram testemunhos dessa prática e da sua presença nas memoráveis gravuras dessa cultura pré-histórica.

Finalizando este texto, sabe-se que decorrem reuniões e uma positiva negociação para a formação e integração da região do Riba-Côa na Carta Europeia de Turismo Sustentável. Desta forma, dinamiza-se e aumenta-se o potencial turístico e a projecção internacional de todos os valores que presidem reconhecidamente à sua dimensão pluricultural, ecológica, histórica e arqueológica, qualificando-se, em suma, numa região de inigualável bem-estar.

## NOTÍCIAS CONCELHIAS



É num dos pontos mais altos de Portugal (Seia) que todos os anos ocorre o certame cinematográfico dedicado à temática ambiental: o Cine'Eco – Festival Internacional de Cinema Ambiental da Serra da Estrela, é o único festival de cinema em Portugal, dedicado à temática ambiental, que desde 1995 marca presença em Seia.

O formato do certame assenta num conjunto de actividades desenvolvidas ao longo de 8 dias e nelas se incluem diversas actividades paralelas como conferências, concertos, workshops, exposições, para além da secção competitiva e vários ciclos de cinema.

O Cine'Eco oferece ao público em geral um cinema de qualidade e cinematografias pouco conhecidas e alternativas em relação ao mercado tradicional.

Data de Início: **10 Outubro 2015**

Data de fim: **17 Outubro 2015**

Contactos:

Casa Municipal da Cultura de Seia, Av. Luís Vaz de Camões – 6270-484 – Seia

Telefone: + 351 238 310 293 / + 351 964 862 521

E-mail: [filmescineeco@gmail.com](mailto:filmescineeco@gmail.com)

Website: [www.cineecoseia.org](http://www.cineecoseia.org)



**- 18 e 19 de Julho – Workshop de Macrofotografia**

Sob a orientação do formador Pedro Martins, o workshop destina-se a qualquer pessoa que goste de fotografia e pretenda aprofundar os aspectos criativos.

**- 26 de Julho a 1 de Agosto – Campo de trabalho Científico – Controlo de Plantas Invasoras (CTC 2015)**

A realizar na mata do Desterro, é uma organização conjunta do Centro de Ecologia Funcional, da Universidade de Coimbra, da Escola Agrária de Coimbra (Politécnico

de Coimbra), do grupo Invasoras e do Município de Seia / CISE.

Para mais informações ou inscrição consulte o sítio [www.cise.pt](http://www.cise.pt) ou a página de facebook do CISE.

Centro de Interpretação da Serra da Estrela  
Rua Visconde de Molelos  
6270-423 – Seia

## **vinhos de seia premiados com quatro medalhas no concurso internacional “la selezione del sindaco”**

Quatro medalhas, uma Grande Ouro e duas de ouro para os vinhos da Quinta do Escudial e uma de prata para a Casa Albuquerque, é o resultado da participação do Município de Seia no XIV Concurso “La Selezione del Sindaco”, o único concurso internacional de vinhos que prevê a participação conjunta do Produtor e do Município de proveniência das produções, com o intuito de valorizar as produções, fruto da tradição e de um território.

A edição de 2015, que aconteceu em Portugal, no Palácio Marquês de Pombal de Oeiras, durante o fim de semana passado, foi organizada pela Associação de Municípios Portugueses do Vinho (AMPV), em parceria com as suas congéneres Italiana e Europeia, na procura selecionar os melhores vinhos certificados (DO – IG), produzidos em quantidades não superiores a 50 000 garrafas por lote.

No concurso estiveram à prova mais de 1100 vinhos de toda a Europa e Brasil, dos quais 400 foram portugueses. Do concelho de Seia estiveram a concurso a Fonte do Gonçalvesinho, a Quinta da Bica, Quinta do Escudial e Casa Albuquerque.

As amostras foram avaliadas por um júri internacional composto por 80 provadores, oriundos de diversos países,

da Europa, Ásia e este ano também do Brasil (país convidado).

No total foram atribuídas 301 medalhas atribuídas, com 146 a premiar os vinhos portugueses. O concurso conferiu um total de 131 Medalhas de Prata, das quais 51 foram para Portugal; 143 Medalhas de Ouro, tendo Portugal arrecadado 78; e 27 Medalhas Grande Ouro, com Portugal a distinguir-se também aqui, recebendo 17.

la Selezione  
del  
Sindaco





ASSOCIAÇÃO  
**AMIGOS**  
**DA TEIXEIRA**  
AAT - FUNDADA EM 1971

**SEDE**

AAT - Associação Amigos da Teixeira  
Rua Nossa Senhora da Conceição, 5  
6285-051 Teixeira-Sei  
Telf.: 238 661 058 - telm. 964 184 739  
E-mail: associacao.amigos.teixeira@gmail.com

**DELEGAÇÃO DE LISBOA**

Praceta Óscar Silva, 8 , 6ºesq  
2855-590 Santa Marta do Pinhal  
Corroios  
Telf.: 212 551 977

**coordenadas GPS da Teixeira**  
40°15'11"N 7°44'29"W

Visite-nos em  
**[www.amigosdateixeira.pt](http://www.amigosdateixeira.pt)**

ISENTA DE REGISTO NA E.R.C., AO ABRIGO DO DECRETO REGULAMENTAR 8/99 DE 9/6, ARTIGO 12 º N º1.A