

# Vida de Paranhos



## Destaque

Esteja sempre informado sobre as actividades que temos para si! Subscriba a nossa newsletter enviando um email para [gci@jfparanhos.pt](mailto:gci@jfparanhos.pt), visite o nosso site ou contacte a Junta de Freguesia. Participe! As nossas actividades são para si!

informail

Junta de Freguesia de Paranhos • Ano XVIII • N.º 45 • outubro 2013 a janeiro de 2014 • Diretor Alberto Machado

[www.jfparanhos-porto.pt](http://www.jfparanhos-porto.pt)

> pág. 3



## ALBERTO MACHADO Reeleito Presidente da Junta de Freguesia

## Editorial

Caros Concidãos,

esta é a primeira edição do Jornal Vida de Paranhos deste mandato. Na sequência das eleições autárquicas, a equipa que lidero renovou o mandato ao serviço de Paranhos. É, pois, com grande satisfação que agradecemos, mais uma vez, a confiança dos Paranhenses na nossa gestão da Freguesia.

Neste novo mandato temos pela frente mais alguns desafios. A nova Lei de Competências (Lei 75/2013 de 12 de Setembro), que coloca às Juntas um estímulo adicional - negociar com a sua Câmara Municipal uma nova delegação de competências, mais alargada e mais reconhedora do potencial de proximidade que as Juntas de Freguesia têm. Já pedimos à nossa Câmara Municipal reunião para discutir esta questão. Estamos à espera que, a qualquer momento, possa ser marcada dado que existe um prazo legal de 180 dias após a tomada de posse (que foi em Outubro) para que o acordo de delegação possa ser assinado.

A expectativa daquilo que poderão vir a ser as novas competências da Junta de Paranhos é grande. Estamos há muito à espera deste momento. Sentimos que a Junta tem capacidade para fazer mais e para fazer melhor, dado o grau de conhecimento e proximidade que temos com a população e com as Instituições da Freguesia.

Começamos 2014 com o mesmo problema: a diminuição do orçamento da Junta que, totaliza já 28,5% desde 2009. Cabe-nos trabalhar e fazer opções para que a Freguesia possa continuar com o nível elevado e inovador de projetos e actividades que tem tido.

Este ano, vamos continuar o trabalho realizado nos anos anteriores e manter a aposta nos eventos e nas actividades mais relevantes para a população. A nossa maior preocupação, ao nível das actividades, é a possibilidade de realização das Festas de N.ª S.ª da Saúde, que estão em causa após a obra que a Câmara do Porto fez no jardim de arca de água. Tudo faremos para que se mantenha esta tradição da Freguesia que remonta a 1887.

Continuamos a manter uma "pressão positiva" sobre a Câmara Municipal no sentido de poderem vir a ser resolvidos problemas antigos. Já colocamos à nova Câmara diversas solicitações, nomeadamente, a necessidade de resolver o problema da falta de saneamento em algumas zonas da Freguesia; a necessidade de poda do arvoredo espalhado pela Freguesia; a necessidade de reabilitação de vários bairros na Freguesia; a necessidade de ser criada uma zona verde/parque infantil na zona da areosa; a necessidade de agilizar projetos de reabilitação de património; a necessidade de recuperação do pavimento/passeios em várias ruas de Paranhos; entre outras situações já sinalizadas e que se encontram na esfera de competências da Câmara Municipal.

Queremos também apelar à sua participação nas actividades da Junta. Mantenha-se informado e apareça. Será bem-vindo!

Contamos consigo!



**Alberto Machado**  
Presidente da Junta de  
Freguesia de Paranhos



### Orçamento para o ano de 2014

Foi aprovado com o valor de 1.200.000€. Considerado o mais baixo orçamento que há memória.

> pág. 2



### Festas de N.ª S.ª da Saúde em risco

Junta de Freguesia tenta evitar fim das Festas após obras da Câmara no jardim de arca de água

> pág. 2



### Cemitério de Paranhos vai ter crematório

Junta de Freguesia tem tudo preparado para iniciar construção ainda este ano. Obra orçada em 250 mil euros.

> pág. 3

## Orçamento de 2014, o mais baixo de sempre

Foi aprovado pela Assembleia de Freguesia, o orçamento mais baixo que há memória na Freguesia de Paranhos. Assistimos desde 2009, fruto de cortes consecutivos, à quebra sistemática do orçamento da Junta que já ultrapassou os 28,5% do montante global orçamentado em 2009 (1.680.000€), tendo atingido uma redução absoluta de 480 mil euros.

Este ano, os cortes nas transferências do Estado e a quebra nas receitas próprias levam o orçamento para o valor mais baixo de que há memória: 1.200.000€. A estes factores de diminuição da receita crescem os factores de aumento da despesa fixa, como é o caso do aumento das contribuições para a Caixa Geral de Aposentações.

Neste cenário incontornável e exigente, o orçamento reflete as enormes dificuldades financeiras das Autarquias Locais, pondo em causa a execução e continuidade de muitas atividades e projetos de relevante interesse para a

população.

Mais do que nunca, a gestão do Executivo terá de estabelecer prioridades, uma vez que, esta situação condiciona a exequibilidade das soluções para os problemas que a Freguesia enfrenta.

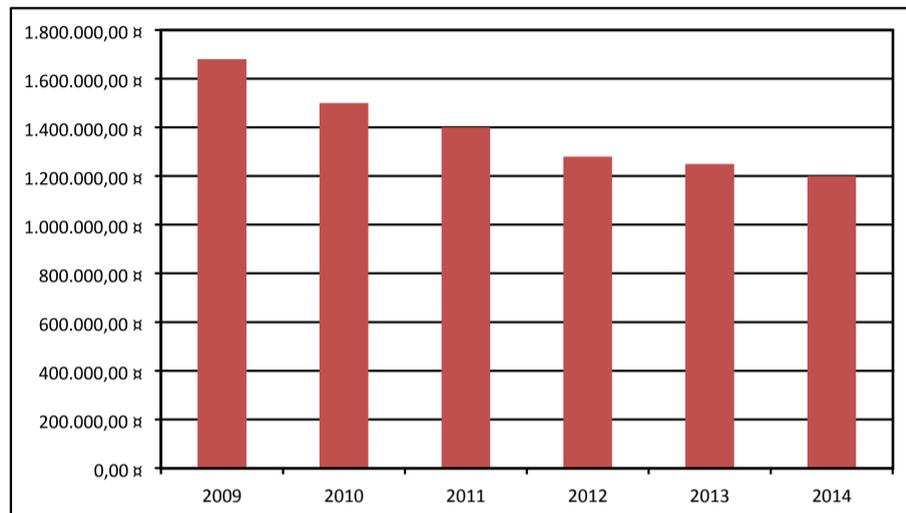
Apesar desta difícil situação financeira, o Presidente da Junta, Alberto Machado, comprometeu-se na Assembleia de Freguesia a tudo fazer para cumprir o programa eleitoral que apresentou, declarando ainda, que continuará a manter como opção estratégica de acção, o rigor, a inovação e a transparência.

Todos os Pelouros desenharam o seu plano de ação para 2014 tendo em vista a promoção de atividades que se enquadrem o mais possível numa linha de intervenção social, de solidariedade, de partilha e de apoio, dedicando todos os esforços para garantir a otimização das respostas às necessidades.

A crise económica e financeira fez agravar as dificuldades das famílias que

vivem diariamente numa situação de incerteza e privação, motivo pelo qual, em 2014, será dada primazia a situações prementes, tentando sempre que possível, inovar e trazer para a Freguesia novas soluções, novas respostas que se traduzam em mais eficiência e mais eficácia.

2014, será ainda o ano da implementação da nova Lei de Competências (lei nº 75/2013), pelo que, será fundamental uma ligação estreita com a CMP, para que, com justiça e razoabilidade se possa protocolar a nova delegação de competências.



2009	2010	2011	2012	2013	2014
1.680.000,00 €	1.500.000,00 €	1.400.000,00 €	1.280.000,00 €	1.250.000,00 €	1.200.000,00 €

## Festas de N.ª S.ª da Saúde em Risco



Recentemente foram realizadas obras no Jardim de Arca de Água pela Câmara do Porto, entidade autárquica a quem cabe a gestão dos espaços públicos, como os jardins ou arruamentos.

Esta intervenção, da forma como foi projetada e realizada, teve a desaprovação da Junta de Freguesia de Paranhos, porque fica muito à quem do necessário e inviabiliza a realização de algumas das atividades que a Junta realiza naquele local, como são exemplos, as Festas da Freguesia e a Feira Rural à Moda Antiga. O Presidente da Junta, Alberto Machado, tem vindo a defender há mais de 5 anos, a necessidade da Câmara Municipal intervir no jardim, sobretudo ao nível da reparação do pavimento, do reforço de iluminação, da poda de árvores e da colocação de alguns equipamentos para crianças, nomeadamente, baloiços e escorregas.

A Câmara Municipal, Divisão Municipal do Ambiente, não se mostrou sensível à argumentação da Junta de Freguesia e implementou em pleno momento eleitoral o seu projeto, não dando espaço para que, democraticamente, os eleitos pudessem decidir o que fazer. Em fim de mandato, intervir de tal forma num jardim tão importante e simbólico para a Freguesia, sabendo que a maioria da população, várias entidades e a Junta eram contra, não ficou bem!

Entre outras questões, o Presidente da Junta, Alberto Machado, salienta que as obras realizadas aumentaram a área ajardinada e, conseqüentemente, diminuíram a área disponível para circulação das pessoas. Realçou também que não melhoraram parte significativa do pavimento, (que se mantém degradado) e não reforçaram a débil iluminação do jardim, prevalecendo a

insegurança no local.

A Junta de Freguesia alerta também para os materiais usados (cimento, cubos de granito e anéis de cimento), que foram misturados com o asfalto existente, causando um impacto visual desagradável a quem se passeia no jardim. A estética conferida pelos canteiros de ângulos agudos fortes, alterou de todo, as características românticas que davam alma a este espaço.

De reconhecer que quem olha de fora, o jardim ficou mais aberto e aparentemente mais bonito e agradável, fruto da eliminação dos canteiros em granito. No entanto, em termos funcionais, as águas pluviais deixaram de ter as barreira dos canteiros, que serviam de limite, impedindo que mais facilmente chegassem à Rua do Amial (que inundava sempre que chovia muito) e hoje, sem estas barreiras, a água de todo o jardim escorre livremente para a Rua do Amial, causando constrangimentos mais frequentes a todos os moradores e transeuntes.

Para além destas questões mais técnicas, as obras da Câmara Municipal do Porto no Jardim de Arca de Água irão impossibilitar a realização futura das Festas de N.ª S.ª da Saúde e a Feira Rural à moda antiga nos moldes habituais. Esta intervenção acaba com uma tradição

que se realiza desde 1887 e que faz parte da história e da tradição da cidade do Porto. As Festas de Paranhos ou as Festas de Arca d' Água, como também são conhecidas, não poderão mais acontecer; no modelo habitual, devido à redução muito significativa da largura das "alamedas" interiores e exteriores do jardim, que impossibilitam a colocação dos carroséis, roulottes de farturas e demais equipamentos próprios das romarias.

A Junta de Freguesia de Paranhos tem apelado à Câmara Municipal do Porto para que seja encontrada uma solução de compromisso que permita a continuidade da realização das Festas de N.ª S.ª da Saúde. O novo Vereador do Ambiente da C.M.P. já esteve no local com o Presidente da Junta, e estão em cima da mesa propostas de soluções para manter as Festas de Arca d'Água, e por consequência, vivas as nossas tradições.

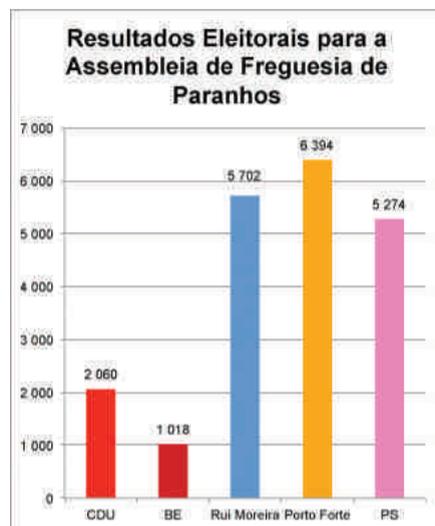


## Resultados Eleitorais - Freguesia de Paranhos

As eleições de 29 de Setembro de 2013, reconduziram Alberto Machado para o segundo mandato como Presidente da Junta de Freguesia. Pela primeira vez, a Junta de Paranhos é ganha por um partido/movimento diferente daquele que ganhou a Câmara Municipal. Rui Moreira, que ganhou a Câmara do Porto, obteve vitória em 5 das 7 Juntas de Freguesia da cidade, à excepção de Paranhos (ganha pelo PSD) e Campanhã (ganha pelo PS).

Em Paranhos, a abstenção foi de 47%, tendo votado 21.744 eleitores. As votações em Paranhos, decorreram em 7 locais (posto A - escola de Paranhos, posto B - escola de Costa Cabral, posto C - escola da Areosa, posto D - Instituto de Engenharia, posto E - escola dos Miosóti, posto F - escola do Bom Pastor e posto G - escola da Caramila). Continuaram a existir alguns problemas com os eleitores que tiram o cartão do cidadão e não são informados que esse facto pode levar à alteração automática

do seu local de voto. Mesmo que continuem recenseados na Freguesia de Paranhos, cada rua da nossa Freguesia está alocada a um posto de voto, motivo pelo qual todos devem informar-se qual o seu posto antes do dia das eleições. Fica o alerta para as próximas eleições Europeias que se realizarão a 25 de Maio.



## AÇÃO SOCIAL

### Passeio a Fátima

No mês em que o calendário Católico assinala a última aparição de Nossa Senhora de Fátima, o destino do passeio mensal organizado pelo Pelouro da Ação Social foi a Fátima. O passeio, destinado aos residentes de Paranhos teve a participação de 90 pessoas, que puderam visitar o Santuário de Fátima e a Basílica da Santíssima Trindade e assistir à missa na Capelinha das Aparições. O passeio, realizado nos dias 16 e 18, contemplou ainda uma paragem pela cidade dos estudantes, Coimbra.



### Palestra sobre alimentação saudável

Realizou-se uma palestra sobre alimentação em tempos de crise, mostrando com é possível uma alimentação saudável e nutritiva com alimentos económicos.



### Segurança em casa

No dia 7 de novembro, a Junta de Freguesia de Paranhos, através do Pelouro da Ação Social, organizou uma sessão de esclarecimentos sobre "Segurança em Casa", com o apoio e colaboração da equipa de Policiamento de Proximidade da PSP, Esquadra do Bom Pastor e da Ajudaris. Esta sessão foi dirigida essencialmente para a população sénior, alvo mais vulnerável da criminalidade, como assaltos e burlas. A sessão teve como objetivo transmitir uma série de conselhos e estratégias úteis para a prevenção de riscos.

### Natal no Centro de Convívio da GAA

O dia em que se celebrou o Natal no Centro de Convívio da Gruta de Arca d' Água, foi um dia muito especial para todos os utentes do Centro de Convívio que tiveram a oportunidade de



comemorar esta data festiva num ambiente de muita alegria e harmonia. O Presidente, Alberto Machado, fez questão de estar presente, para desejar a todos um Feliz Natal.

## Crematório de Paranhos, poderá estar pronto dentro de 1 ano

O projecto do Tanatório da Freguesia, apresentado no último mandato, foi reformulado e será transformado, por questões orçamentais, num crematório. Na prática, a diferença está nas zonas destinadas aos serviços associados (capelas de velação, florista, marmorista e secretaria) que não irão avançar.

O motivo principal para esta decisão do Executivo da Junta é meramente financeiro, uma vez que a Junta não dispõe, de imediato, da verba suficiente e necessária para a construção do complexo funerário. Assim, e segundo o Presidente da Junta, Alberto Machado "será construído o crematório, que é a peça fundamental de complemento ao nosso cemitério, uma vez que há uma procura cada vez maior das cremações e o único crematório do Porto não consegue responder a todos os pedidos. Às vezes espera-se mais de uma semana", explicou o Presidente,

"por isso, decidimos avançar desde já com a reformulação do projecto inicial, tornando-o exequível, no imediato, às finanças da Junta de Freguesia", acrescentou. "Aguardamos apenas o parecer prévio da Câmara do Porto para, a partir daí, darmos início à obra. Tencionamos começar ainda este ano". O crematório ficará num terreno da Junta, ao lado do cemitério de Paranhos, na esquina entre as ruas Dr. Manuel Pereira da Silva e Dr. Roberto Frias. O investimento de 250 mil euros será suportado integralmente pelas finanças da Freguesia.

O Presidente da Junta, Alberto Machado relembra que no futuro, poderão ser construídos os outros edifícios que darão complementaridade ao crematório. Para essa obra a Junta de Freguesia necessitaria de mais 300 mil euros, os quais não dispõe no momento.



### S. Martinho

Para comemorar o dia de São Martinho, o Pelouro da Ação Social da Junta de Freguesia de Paranhos promoveu um magusto para os Paranhenses reformados e pensionistas. O dia solarengo foi muito bem passado com uma visita ao Centro Histórico de Braga e Bom Jesus, que antecedeu o almoço onde as castanhas foram rainhas e fizeram as delícias dos mais de 160 participantes. O almoço decorreu na Colónia de Férias da Vila da Apúlia, no qual marcou presença o

Presidente, Alberto Machado, e restantes elementos do Executivo. À tarde, houve tempo para um animado baile e para uma agradável visita ao centro da bela vila piscatória.



### Registo de canídeos



Informamos os donos dos cães registados em Paranhos, que a licença vigora por 12 meses, tendo de ser renovada anualmente. Na renovação da licença deverá apresentar a caderneta do seu fiel amigo com a vacinação anti-rábica em dia. Para saber quando tem de renovar a licença do seu animal, basta verificar a data da última licença, na caderneta.

## Campanha de Recolha de alimentos, produtos de higiene e brinquedos

O Pelouro da Ação Social da Junta de Freguesia de Paranhos promoveu uma campanha de recolha de bens alimentares, produtos de higiene e brinquedos, entre os dias 18 de novembro e 14 de dezembro, cujos bens reverteram em benefício das famílias mais carenciadas da nossa Freguesia, entregues pela altura do Natal. Foi uma iniciativa que contou com o espírito de solidariedade de imensos Paranhenses que revelaram mais uma vez, a grandiosidade da sua generosidade, que permitiu um Natal de certeza muito mais aconchegante e tranquilo a todos quantos beneficiaram

das dádivas. A campanha contou com o apoio de escolas da Freguesia, e de Associações que se quiseram aliar a esta iniciativa com pontos de recolha.



## Paranhos, Freguesia Solidária!



As atitudes e manifestações de solidariedade da população para com as famílias mais carenciadas de Paranhos, têm sido altamente estimulantes para que a Loja Social, possa continuar a apoiar núcleos familiares económica e socialmente vulneráveis. A mobilização da comunidade escolar, empresarial e da sociedade civil, sobretudo na época de Natal, foi essencial para acarinhar esses agregados. As escolas E.B.2/3 de Paranhos lançaram o concurso "Duas meias um bom coração", cujas meias doadas pelos alunos, foram oferecidas à Loja Social. Também a Associação de Residentes da Zona do Bairro do Amial se mobilizou através de uma campanha, cujos bens foram entregues na nossa Loja. A Associação de Estudantes da Faculdade de Economia da U.P. também reuniu esforços e muito boa vontade numa campanha de recolha, cujos donativos tiveram o mesmo destino. Todas estas e muitas outras doações, são prova de que todos se preocupam com o bem-estar e dignidade do próximo.

## Exercício Físico na 3ª idade

Os alunos da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, com a colaboração da Junta de Freguesia de Paranhos, promoveram uma palestra aberta a toda a comunidade, sobre a importância da prática de exercício em qualquer idade, sobretudo, na 3ª idade. Nesta esclarecedora palestra, os participantes ficaram a conhecer melhor

as vantagens e benefícios para a saúde física e mental da prática regular de exercício.



## Teleassistência - segurança e proximidade

Mantém-se em vigor o Protocolo que a Junta de Freguesia de Paranhos celebrou com a associação "Movimento Comunidades de Vizinhaça" em Outubro de 2012, cujo objetivo visa trabalhar em parceria para garantir um maior grau de segurança e diminuição do isolamento social em que muitos idosos se encontram. A teleassistência consiste na utilização de um aparelho, que coloca o idoso sempre que necessário, em contacto imediato com profissionais especializados, 24 horas por dia, 365 dias por ano. Até ao final do ano 2013 foram entregues mais de 60 aparelhos, o que significa que mais de 60 idosos estão já em situação de maior segurança. A Junta de Freguesia, através do Gabinete de Serviço Social, informa e trata das diligências necessárias para a aquisição do aparelho. À semelhança do ano anterior, é anseio do Pelouro da Ação Social continuar a assegurar a participação aos idosos que não têm oportunidade de adquirir o aparelho, promovendo assim, a equidade na segurança e proximidade.



## Apoio Psicológico também para seniores!



Os residentes da Freguesia com mais de 65 anos podem beneficiar de consultas de Psicologia pelo valor de 50% da taxa moderadora, ou seja, por 2,5€. Esta novidade, resulta do protocolo firmado entre a Junta de Freguesia e a Universidade Fernando Pessoa, nomeadamente com a Clínica Pedagógica de Psicologia-CP. Os interessados devem fazer presencialmente a marcação das consultas na CPP- Edf. das Clínicas Pedagógicas - Rua Carlos da Maia, 296.

## Passeio a Montalegre



No primeiro mês do novo ano, o passeio mensal organizado pelo Pelouro da Ação Social para toda a população recenseada em Paranhos, teve como destino o belíssimo Concelho de Montalegre que, no inverno ganha uma beleza maior, conferida pelo branco que se estende por toda a paisagem. Foram três os dias em que se realizou o passeio, para dar oportunidade a todos quantos desejaram participar. Para além de Montalegre, houve ainda paragens em Fafe, Chaves, e no regresso, Cabeceiras de Basto.

## Passeio a Ponte de Lima



Em novembro, o Pelouro da Ação Social promoveu um passeio a Ponte de Lima para os residentes da Freguesia, nos dias 21, 26 e 28. Esta foi mais uma oportunidade dos Paranhenses poderem visitar e conhecer diferentes locais, quebrando assim, a rotina e o isolamento de muitas pessoas. O passeio, cujo destino foi Ponte de Lima, teve paragens para visita a Guimarães e Arcos de Valdevez. Cerca de 100 pessoas participaram nesta iniciativa que lhes proporcionou emoções e vistas inesquecíveis.

## Ceia de Natal Solidária

A Universidade Portucalense ofereceu uma magnífica Ceia de Natal Solidária, realizada no passado dia 11, às famílias inscritas na Loja Social de Paranhos. Foram



220 pessoas sinalizadas pela Junta, que se reuniram nas instalações da instituição para a ceia natalícia, onde não faltaram os doces da época e a animação. Esta ceia, que tornou esta quadra muito mais feliz para todos os que nela participaram, só foi possível graças à dedicação de alunos, professores e colaboradores da Universidade Portucalense. A Junta agradece ainda todos os bens de vestuário, de higiene e brinquedos, recolhidos pela Universidade Portucalense, nomeadamente, à loja Me Allegro pelo donativo de roupa e atalhados, realizado por intermédio da Portucalense. Todos os bens serão distribuídos pelas famílias inscritas na Loja Social.



## No Cantinho dos Avós, também houve Natal!

As pessoas que frequentam o centro de Convívio da Junta, "Cantinho dos Avós", situado no Bairro do Outeiro, também assinalaram com todo o espírito natalício e muitos doces da época à mistura, o Natal. Uma tarde tranquila, em que partilharam as recordações de Natais de outros tempos.



## EDUCAÇÃO

### Entrelaçar



Com o começo de mais um ano letivo, teve também início mais uma edição do Projeto Entrelaçar, promovido pelo Pelouro da Educação, que junta pais e filhos, com o intuito de potenciar a participação e o diálogo entre o meio escolar e o meio familiar. Foram seis as atividades realizadas no último trimestre do ano de 2013, dedicadas a temas diversos e pautadas por uma componente educativa e divertida, que se caracterizaram por uma forte adesão.

Do lixo se faz música, jogos de tabuleiro, recidarium de outono, jogos de equipa, zumba e construção de presépios, preencheram as manhãs de sábado de todos quantos participaram nas atividades. No novo ano, o Entrelaçar começou com uma divertida saída até à Casa Museu Marta Ortigão Sampaio, para uma manhã dedicada à pintura. A esta atividade, seguiu-se uma outra, dedicada à sensibilização para a necessidade de cuidar do meio ambiente com Histórias de Ambientar. Todas as atividades tiveram a participação de instrutores especializados, que se aliaram a nós neste projeto.



### ATL de Férias 2013



Na paragem letiva de Natal, as crianças de Paranhos tiveram oportunidade de participar numa férias em que a animação e a aprendizagem acompanharam cada uma das imensas atividades que a Junta de Freguesia de Paranhos, através do Pelouro da Educação, organizou. O ATL de Férias - Natal 2013 contemplou uma

variedade de iniciativas pensadas para agradar as crianças, atendendo ao mesmo tempo, às aprendizagens e enriquecimento pessoal que cada criança poderia retirar das mesmas. Durante os dias de férias, as crianças construíram barcos Rabelo no Museu do Vinho do Porto, assistiram ao filme "Reino do Gelo", fizeram trabalhos de tecelagem, participaram num workshop de cupcakes, visitaram ao "Maior Presépio do Mundo", assistiram ao "O Quebra Nozes no Gelo", foram ao Teatro de Fantoches, na Biblioteca Municipal do Porto, entre muitas outras atividades.

### Paranhos Sorridente

Entre os meses de novembro e dezembro, o Projeto Paranhos Sorridente que resulta da parceria entre a Junta de Freguesia e a Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto, para promover hábitos e cuidados de saúde oral junto das crianças dos jardins de infância e 1º ciclo, continuou com a sua atividade, realizando rastreios orais, para avaliar o grau de necessidade de tratamento/accompanhamento oral

às crianças. Com esta iniciativa foram rastreadas na clínica dentária da FMDUP, cerca de 300 crianças.



### Festa de Natal das crianças do ATL

Os meninos e meninas que frequentam o ATL do Bom Pastor, realizaram no



dia 17 de dezembro a sua festa de Natal. Os pais tiveram oportunidade de verem os mais novos cheios de afínco nas hábeis demonstrações de dança e de capoeira. O lanche retemperou as energias, numa tarde muito animada que marcou o início das tão aguardadas férias de Natal.

### Desporto para os mais novos!

No âmbito das atividades desportivas extra curriculares do atual ano letivo, o Pelouro da Educação tem vindo a promover um conjunto de atividades lúdico-desportivas e aulas de expressão e educação físico-motora para as crianças que frequentam o ensino pré-escolar e o 1º ciclo das escolas de Paranhos, nos próprios



estabelecimentos de ensino. As atividades visam primordialmente, contribuir para o desenvolvimento físico das crianças, promover o seu gosto e aptidão para o desporto, mas também, fomentar e promover comportamentos de cidadania, como o respeito, a partilha e a ajuda, como por exemplo, os jogos tradicionais alusivos ao S. Martinho, realizados em novembro, a co-organização do corta mato escolar do Agrupamento de Escolas de Eugénio de Andrade e a colaboração nas atividades de encerramento do 1º período, promovidas pelas várias escolas e jardins de infância.

### Formação "Coder Kids"



"Coder Kids", é um programa de um dia, dirigido para jovens do 2º ciclo, desenhado pela Blip. Resultou de uma parceria entre a Blip, o Rotary Club Porto Portucale e a Junta de Freguesia de Paranhos. A ação de formação foi desenhada com o objetivo de fomentar o gosto pela informática e pelos princípios básicos de programação, bem como, estimular

o trabalho em equipa e criar uma aproximação ao mundo do trabalho. Os participantes foram 16 crianças de diferentes turmas do Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade. O dia foi passado a criar jogos de computador com base na aplicação Scratch, adaptando o famoso jogo "Space Invaders" às ideias originais tidas pelos diferentes grupos de crianças. Foram criados grupos de trabalho e cada um definiu a ideia para o seu jogo e desenvolveu-o com o apoio e orientação dos Blippers (programadores da Blip que acompanharam as atividades ao longo do dia).

### Halloween no ATL do Bom Pastor

Os fantasmínhas fizeram um vista ao ATL do Bom Pastor em véspera de Halloween! As crianças festejaram de forma divertida e com muitas partidas o dia das bruxas.



### Volta a Paranhos

No mês de Dezembro, como já vem sendo hábito de longa data, realizou-se a 56ª edição da Volta a Paranhos, que este ano se associou à "Missão Sorriso" e à Cruz Vermelha, conferindo à já mítica prova de atletismo, um carácter de solidariedade. As pessoas mais adeptas da caminhada, também puderam participar, na "Caminhada Pais e Filhos". Entre corredores (mais de 1800 participantes), e caminhantes, foi imensa a adesão de pessoas que não quiseram deixar de participar nesta que

é já uma prova de tradição. Por cada participante, a Missão Sorriso entregou um cabaz de alimentos à Cruz Vermelha para serem distribuídos pelas mais de 3.000 famílias carenciadas.



## CULTURA E DIVULGAÇÃO DO PATRIMÓNIO

### A Poesia anda no ar... solidariamente



Por iniciativa de Lourdes dos Anjos e Eduardo Roseira, com o apoio incondicional da Casa da Cultura, desde novembro de 2013, que as sessões aliam à vertente cultural, a vertente solidária. Os presentes são convidados a oferecer um bem alimentar para atenuar as dificuldades de algumas famílias. "A Poesia anda no ar" de novembro, teve um sabor especial com as palavras dos poetas Maria de Lurdes dos Anjos, Eduardo Roseira, ao som da música de José Silva. No mês de dezembro, a poesia solidária foi das crianças. Uma tarde feita de e para os mais novos, que encheram os corações de todos quantos ouviram os seus

poemas. No mês de janeiro, a Poesia andou no ar...solidariamente...foi ao teatro, pela voz de Eduardo Roseira que às palavras do escritor Sérgio Lizardo, deu-lhes a cor de peça de teatro. A sessão só ficou completa pela voz de Aswin Aires Barros, que trouxe sons e tons de Goa à Casa da Cultura. Em fevereiro, foi Maria Ramajal Jorge a poetisa em destaque.



### Novidades nas Atividades/ formações da Casa da Cultura



Para além das formações que já tinham iniciado no ano anterior, (inglês, francês, alemão, espanhol, desenho e pintura e aulas de costura e manualidades), o novo ano letivo da Casa da Cultura abriu com muitas novidades, das quais destacamos, as aulas de mandarim, que decorrem em horários de 1,5 horas (terça-feira),

ou de 2 horas (quarta-feira), o Workshop semanal de Lenços de Namorados, que decorre às quartas-feiras. Entre outubro e dezembro realizou-se mais uma edição da formação de Língua Gestual, com uma duração de 22 horas.



### Festival Verateatro



O Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos foi mais uma vez o palco de acolhimento de mais uma edição do Festival do TIPAR, o Verateatro. A 17ª edição do Festival decorreu entre os dias 18 e 26 de outubro, trazendo à

Freguesia três peças de teatro, por diferentes companhias e um original concerto de fado. Este ano, os grupos participantes foram o Teatro da Marca Branca com a peça "Origamis Ocidentais", o Teatro da Palmilha Dentada numa coprodução com o Tipar, trouxeram a peça "O Gene do Corvo" e a companhia o Nariz, subiu ao palco com o espetáculo "O Canto do Cisne". O encerramento coube ao grupo Fado Violado, que confere novas sonoridades ao fado, destacando-se o flamenco.

### Orfeão de Paranhos

Uma das propostas do Programa Eleitoral da Candidatura que venceu Paranhos, liderada por Alberto Machado, está já no terreno: o Orfeão de Paranhos. A música, enquanto linguagem universal, é de todos e para todos. Se realizada por todos, maior se toma. Se gostaria de

integrar o Orfeão de Paranhos e levar o nome da nossa Freguesia a outras paragens, sob a batuta do Maestro Sérgio Martins, pode inscrever-se na Casa da Cultura de Paranhos.

Contactos: 225507676 | casadacultura@jfparahanos.pt

### Exposição 1001 Árvores de Natal



Uma exposição verdadeiramente ecológica, é como pode ser caracterizada, pois todas as peças, neste caso, árvores de Natal, foram concebidas por materiais reciclados. A exposição resultou da colaboração da Junta de Freguesia de Paranhos com o Centro Ambiental da Quinta do Covelo e para o efeito, as instituições da Freguesia

foram convidadas a participar com uma árvore com os mais variados materiais desde que, reaproveitados. A adesão superou as expectativas e os resultados foram surpreendentes. Os meninos do ATL do Bom Pastor e os utentes do Centro de Convívio "Cantinho dos Avós", não podiam deixar passar este grande desafio, e claro, apresentaram as suas originais árvores de Natal. A exposição esteve patente ao público na Casa da Cultura de 18 de dezembro a 6 de janeiro.

### Exposição "Mulher íntima sem Título"



"Mulher sem título"  
Milita Doré

A artista Milita Doré trouxe a Paranhos o seu mais recente trabalho, a Exposição "Mulher Íntima sem título". A cerimónia de inauguração teve lugar no dia 11 de janeiro, na Casa da Cultura de Paranhos, onde a exposição pode ser visitada até ao dia 31 de janeiro. A exposição integra o Projeto Equal Rights & Equal Duties. A igualdade de género e a violência doméstica têm inspirado o trabalho da artista nestes últimos anos, tanto através da pintura, do desenho e da fotografia, com também através da instalação e da utilização do som, entendimento entre elas.

### Exposição Úteis Cardinal 3/2013

Pedro Mesquita expôs trabalhos elaborados com diferentes técnicas e novos materiais, numa mostra que revelou uma exploração das simbioses geradas pela sua combinação. A exposição inaugurou a 1 de novembro.



### Concerto de Reis

Decorreu a 12 de Janeiro, um concerto de exaltação aos Reis Magos, que assinalou também o encerramento das Festas de Natal, na Igreja de Nossa Senhora da Areosa. O concerto, organizado pela Junta de Freguesia para toda a comunidade, contou com as magníficas participações do Coro Litúrgico de N.ª Sr.ª da Areosa, do Coro do Clube Ferroviário de Portugal, do Coro de S. Veríssimo de Paranhos, do Coro da Paróquia do Amial e do Coro Claret.

### O Presépio

De 3 de dezembro a 6 de janeiro, a Casa da Cultura ficou embelezada pelo presépio totalmente executado pelas alunas das aulas de costura manual e manualidades, um trabalho que pode ser visto por todos os que se deslocaram a este espaço.



### Exposição "Percurso"

Exposição de pintura de Augusta Albuquerque, uma ilustre paranhense, que mostrou o seu trabalho na Casa da Cultura de Paranhos, entre os dias 5 e 19 de outubro.



## INOVAÇÃO, EMPREENDEDORISMO E CONHECIMENTO

### Capacitar para pequenos negócios

No âmbito de uma parceria estabelecida entre a Junta e a ONG Engenho & Obra para a implementação do Projeto "Capacitar para Pequenos Negócios", que visa potenciar as capacidades das pessoas em todas as suas dimensões e na promoção da igualdade de oportunidades da população desempregada, realizaram-se duas oficinas temáticas: uma de culinária e outra de trabalhos em tecido. Foram ainda realizados dois workshops, um de negócios sociais e outro sobre o Microcrédito.



### Tarde de Dança

O Projeto Transformers, trouxe ao UPI uma tarde bem mexida, com ritmos de Zumba e Ragga com o intuito de conseguirem angariar patins para porem em prática mais uma atividade transformadora, de patinagem, com jovens.



### Faturação para Empreendedores

Dia 21 de janeiro o UPI! Recebeu um interessante workshop ministrado por Rui Alves e patrocinado pela Invoicexpress. A formação, gratuita, dirigiu-se sobretudo para freelancers e empreendedores, que tiveram oportunidade de esclarecer questões relacionadas com workflow de faturação, novas regras de faturação e regras de emissão de documentos, entre outras.

### Lançamento do Projeto Piloto CAOVIDA CLUB



A Associação CAOVIDA CLUB, que nasceu do projeto com o mesmo nome e que foi o vencedor da 1ª edição do Hurry UPI!, lançou o seu piloto e o site no dia 1 de fevereiro. O projeto visa intervir junto de famílias com crianças com obesidade/excesso de peso, olhando os animais de companhia (cães) como terapeutas auxiliares. Informações: info@caovida.com

### Curso de Massagem para Bebés

Decorreu entre novembro e dezembro, no UP - Unidade Empresarial de Paranhos, um curso gratuito de massagem para bebés, dinamizado pelo instrutor Ricardo França. O curso, direcionado para pais vulneráveis economicamente, com filhos até aos 24 meses, teve como finalidade, transmitir técnicas de massagem para garantir o bem-estar dos bebés e promover a segurança parental.

### Nova Tabela de taxas no UPI!

O UPI! - Unidade Empresarial de Paranhos, sob a tutela do Pelouro da Inovação, Empreendedorismo e Conhecimento, alterou a tabela de taxas para o corrente ano, beneficiando assim os seus membros e utilizadores. Os novos valores são mais atrativos e refletem a necessidade de ajustamento à realidade económico-financeira dos empreendedores. A partir de janeiro de 2014, membros do UPI!, (pessoas que aderem a uma das várias modalidades: escritórios individuais, cowork, caixa postal), e utilizadores pontuais das salas para aluguer, passam a ter novas e melhores condições para

### Formar para integrar

Inglês de Atendimento e Saúde da Pessoa Idosa, foram os cursos que a Junta de Freguesia de Paranhos, em parceria com o I.E.F.P. promoveu durante os meses de outubro e dezembro. Ambas as formações, financiadas, tiveram um plano de de 150 horas e abrangeram na totalidade 40 pessoas em situação de desemprego. A aposta da Junta de Freguesia nestas ações de formação prende-se com a assunção da sua importância para a aquisição de competências específicas, contribuindo para a criação de condições favoráveis à

### O UPI! foi ao coworking de S. João da Madeira

O UPI! esteve no coworking de S. João da Madeira para dar o testemunho sobre



usufruírem deste espaço criado pela Junta de Freguesia para potenciar a emergência de novos projetos, nomeadamente de cariz social. Conheça os novos preços em [www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos](http://www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos), ou envie e-mail para: uep@jfparanhos.pt



(re)integração) das pessoas no mercado de trabalho, altamente competitivo.



a funcionalidade deste tipo de espaços de trabalho e dar a conhecer uma forma inovadora que a Junta de Freguesia de Paranhos encontrou para apoiar os empreendedores! Estiveram ainda presentes a Sara Fernandes e o Miguel Alvim da Unite 4 - coworkers do UPI!

## Espaço PSP



Caros Cidadãos de Paranhos,

Com a chegada de um novo ano chegam também novas alterações ao Código da Estrada. Importa deixar aqui algumas informações relevantes que permitam aos cidadãos de Paranhos a circular na estrada de forma segura quer enquanto automobilistas quer enquanto peões.

Porque aprender e relembrar nunca é demais, a Esquadra do Bom Pastor deixa alguns esclarecimentos úteis no que diz respeito a sistemas de retenção de crianças (vulgo cadeirinhas), condução sob o efeito do álcool e ainda circulação em rotundas.

Relativamente ao uso de sistemas de retenção para crianças, devem sempre ter em atenção que os mesmos devem ser homologados e adaptados ao peso e altura da criança, sendo que caso seja instalado no banco do tripulante da frente da viatura é obrigatório desativar o airbag por forma a garantir a segurança da criança. Sendo assim, as cadeirinhas, devem ser utilizadas quando se verifique um dos seguintes pressupostos: quando a criança tenha idade inferior a 12 anos, meça menos de 1,35 cm e pese até 36 Kg. Ainda em relação ao transporte de crianças, estas podem ser transportadas sem a utilização de sistemas de retenção, em transportes públicos (ex. STCP ou Táxis) desde que não sejam nos lugares da frente (art.º 55º do C. E.).

Falando um pouco sobre a condução sob o efeito do álcool, a lei proíbe a condução por parte de pessoas que ao serem submetidas ao teste do álcool apresentem uma taxa igual ou superior a 0,5 g/l, no entanto excluem-se desta

regra: os condutores em regime probatório (3 anos); condutores de veículos de socorro ou de serviço urgente; condutores de transportes coletivos de crianças e jovens até aos 16 anos, condutores de táxi; e os condutores de automóveis pesados de passageiros ou de mercadorias ou de transporte de mercadorias perigosas, sendo que para estas situações a taxa de álcool permitida é reduzida para 0,19 g/l (art.º 81 do C.E.).

Uma das principais alterações que este Código da Estrada trouxe foi a forma como se deve circular no interior das rotundas. Desta forma o condutor quando se aproxima de uma rotunda deve ceder a passagem a todos os veículos que circulam na mesma. Quando entra na rotunda, o condutor, se pretender sair na primeira via de saída, deve ocupar a via mais à direita; Se por outro lado pretender sair da rotunda por qualquer outra saída, só deve ocupar a via de trânsito mais à direita após passar a via de saída imediatamente

anterior àquela por onde pretende sair, aproximando-se progressivamente desta e mudando de via depois de tomadas as devidas precauções. Como exceção a esta regra, verificam-se os condutores de veículo de tração animal, de velocípedes e de automóveis pesados, pois estes podem circular na via mais à direita no entanto têm o dever de ceder a passagem aos outros condutores que pretendam sair da rotunda (art.º 14 - A C.E.).

Esperamos que as informações aqui deixadas sejam úteis para a circulação em segurança de todos os cidadãos, pois juntos prevenimos. A PSP e a Esquadra do Bom Pastor desejam a todos os cidadãos de Paranhos um Feliz 2014 em Segurança!

A Comandante da Esquadra do Bom Pastor  
Susana Silva Correia  
Subcomissário

Número Nacional de Emergência > 112  
Esquadra da PSP do Bom Pastor > 225 574 900

# Agenda

## ACÇÃO SOCIAL

### Informática para seniores

#### Hidroginástica - Holmes Place

2ª | 11h | 16h00  
3ª | 10h45  
4ª | 10h30  
5ª | 9h15  
6ª | 11h00

#### Aulas de Tai-chi

Centro Convívio da Gruta de Arca d'Água: 5ª | 9h30

#### Tardes de baile

Centro Convívio da Gruta de Arca d'Água: 3ª | 14h30

#### Horta Pedagógica

Quinta do Covelo: 3ª | 14h00

### fevereiro

#### Passeio Mensal à Serra da Estrela

Inscrições dia 10 | 7€ por pessoa.

### março

Dia 4 | 15h00 - **Carnaval** no Centro de Convívio da Gruta de Arca d'Água, e no Centro de Convívio Cantinho do Avós.

#### Passeio Mensal às Amendoeiras em flor.

O custo do passeio é de 13€ por pessoa (almoço incluído).



### abril

**Passeio Mensal a Peniche** O custo do passeio é de 7€ por pessoa.

#### Dia 15 | 15h00 - **Lanche convívio de Páscoa**

no Centro de Convívio da Gruta de Arca d'Água

Dia 25 | 10h00 - **Comemoração dos 40 anos de Abril**, no Centro de Convívio da Gruta de Arca d'Água.

## EDUCAÇÃO

### fevereiro

#### Dia 22 | 10h00 - 12h00 - **Projeto Entrelaçar - Workshop de Canteiros Verticais**

Parque Infantil da Azenha



### março

Dia 8 | 10h00 - 12h00

#### **Projeto Entrelaçar, workshop de Doces de Paranhos**

Unidade Empresarial de Paranhos



#### Dia 22 | 10h00 - 12h00 - **Projeto Entrelaçar - Workshop de teatro**

Escola de Música de St.ª Cecília

Dia 4 | 15h00 - **Comemoração do Dia de Carnaval** Atl do Bom Pastor.

Dias 3, 4 e 5 - **Férias de Carnaval**

O Atl do Bom Pastor estará aberto das 8h0 às 19h00.

### abril

#### Dia 1 - **Mexe-te Escola**

colaboração com o Agrupamento de Escolas de Eugénio de Andrade

Dia 5 | 10h00 - 12h00 - **Projeto Entrelaçar: Afrokids** no UP.

#### De 7 a 21 - **Férias da Páscoa**

O ATL do Bom Pastor estará aberto das 8h00 às 19h00.



## CULTURA

Casa da Cultura de Paranhos

#### **A Poesia anda no ar... com solidariedade**

1.º sábado de cada mês | 16h00

1 março - **António Gedeão** dito por Amílcar Mendes

5 abril - **José Fanha** dito por Onofre Varela

#### **Formação em línguas**

Português para imigrantes

3.ª | 17h30

Espanhol básico: 3.ª | 16h00

Espanhol inicial: 5.ª | 16h00

Inglês básico: 2.ª | 16h00

Inglês inicial: 3.ª | 16h00

Italiano básico: 6.ª | 17h30

Italiano inicial: 6.ª | 16h00

Francês: 5.ª | 10h00

Mandarim: 3.ª e 4.ª | 18h00

#### **Costura manual e manualidades**

2.ª | 10h00 e 18h00

**Desenho/Pintura inicial** - 4.ª | 18h00

**Desenho/Pintura avan.** - 2.ª | 18h00

### fevereiro

**Dança social** - 6.ª | 15h00



#### **II Concurso Cartas de Amor**

As cartas deverão ser enviadas via facebook

<https://www.facebook.com/casaculturaadeparanhos> ou por mail:

[casadacultura@jfparanhos.pt](mailto:casadacultura@jfparanhos.pt), até dia 11 de fevereiro.

Dia 14 | 16h00 - **Exposição Os Lenços de Namorados**

Na Casa da Cultura até dia 28 de Fevereiro Dia 15 | 21h30



Dia 15 | 21h30 **II Encontro de Cavaquinhos**

no Auditório da Junta de Freguesia.

### março

Dia 1 | 21h30 - **Festival de Música de Paranhos** - Orquestra Típica de

Tango Argentino do Porto, Concerto La Ideal, no Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos.

Bilhetes: 8€. Reservas:

[casadacultura@jfparanhos.pt](mailto:casadacultura@jfparanhos.pt)

Dia 15 | 16h00 - **Lançamento do Livro** "Quem tramou os Templários", de Rui Fonseca.

Dia 29 | 21h30 - **Oscar Branco** apresenta "O último a sair que apague a luz", no Auditório da J.F. Paranhos. Reservas: [casadacultura@jfparanhos.pt](mailto:casadacultura@jfparanhos.pt)



Dia 15 | 14h00 - **Festa da Aveiro FM**, no Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos.

### abril

Dia 12 | 11h00 - 18h00 - **Mercado de Trocas** no Largo do Campo Lindo, troca de bem por bem.

Reservar lugar:

[casadacultura@jfparanhos.pt](mailto:casadacultura@jfparanhos.pt)



## EMPREENDEdorISMO

Unidade Empresarial de Paranhos

### fevereiro

**HURRY UP!** 3.ª edição do **Hurry UP** Concurso de Ideias de

Empreendedorismo Social

Formulário:

<http://www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos>

Dia 15 | 9h30-17h30 - **Workshop de Iniciação ao Lightroom**

Informações e inscrições: [geral.formacao74@gmail.com](mailto:geral.formacao74@gmail.com)  
932 838 407

Dia 20 | 18h00 - **Curso de Massagem para bebés**

Informações: 225084740

Dia 22 | 9h30-17h30 - **Workshop de Retrato**

Informações e inscrições: [geral.formacao74@gmail.com](mailto:geral.formacao74@gmail.com)  
932 838 407

### março

Dia 11 a 27 - **Curso iniciação à Fotografia Digital**

Informações e inscrições: [geral.formacao74@gmail.com](mailto:geral.formacao74@gmail.com)  
932 838 407

Dia 20 | 18h30 - **6 passos essenciais para implementar o seu projeto!** Workshop dinamizado pela Get a Fest. Gratuito. Inscrições: [uep@jfparanhos.pt](mailto:uep@jfparanhos.pt)

### abril

Dia 10 | **III Fórum de Empreendedorismo e Inovação social**, no Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos - Gratuito.

Inscrições: [uep@jfparanhos.pt](mailto:uep@jfparanhos.pt)

## OUTROS

1.º sábado de cada mês: **Mostra de velharias, antiguidades e colecionismo** | 10h00 às 18h00, no Jardim de Arca d'Água.

## Horário dos serviços da Junta de Freguesia

**Secretaria** - 2.ª a 6.ª | 9h00 - 17h30  
CTT - 2.ª a 6.ª 9h00 - 12h00  
14h00 - 16h30

**Gabinete de Apoio à População**  
2.ª, 3.ª, 5.ª | 9h00 - 12h00

**Gabinete de Animação Sociocultural** - 2.ª, 4.ª e 6.ª | 9h00  
12h30 | 3.ª e 5.ª 14h00 - 17h30

**GIP** - 2.ª e 4.ª | 9h00 - 12h00

**Loja Social** - 2.ª a 6.ª | 9h15 - 12h45  
| 14h15 - 17h45

**Centro de Convívio Cantinho dos Avós** - 2.ª a 6.ª | 14h00 - 18h00

**Centro de Convívio da Gruta de Arca d'Água** - 2.ª a 6.ª | 9h30 - 12h30  
13h30 - 18h00

**Casa da Cultura de Paranhos**  
2.ª a 6.ª | 9h00 - 13h00 | 14h00 - 18h00

**Secretaria do Cemitério**  
2.ª a 6.ª | 9h00 - 17h00

**Cemitério**  
2.ª a Sábado | 8h00 - 17h00  
Domingos | 8h00 - 13h00

**Unidade Empresarial de Paranhos**  
2.ª a 6.ª | 9h00 - 22h00  
Sábados | 9h00 - 19h00

Siga-nos em:

[www.jfparanhos-porto.pt](http://www.jfparanhos-porto.pt)

[www.facebook.com/JFParanhos](https://www.facebook.com/JFParanhos)

[www.facebook.com/casaculturaadeparanhos](https://www.facebook.com/casaculturaadeparanhos)

[www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos](https://www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos)

Subscreva a nossa newsletter

através do site ou do e-mail:

[gci@jfparanhos.pt](mailto:gci@jfparanhos.pt),

e fique a par de todas as atividades e projetos