



# manuelina

*Agenda de Feitos de Espada e Cinta*

Abril • Maio • Junho

2008



veja e apaixone-se...  
**freixo de espada à cinta**

*Viva. Descubra. Apaixone-se! Freixo de Espada à Cinta.*

## Grande Escolha

S. Sebastião era, no séc. XVII, um dos Santos Padroeiros que gozava de maior relevância.

Os crentes prestavam-lhe orações e devoção para se protegerem da doença num período em que a peste atacou de forma incisiva a região de Lorena.

Na pintura de La Tour que nós escolhemos, faz-se alusão à lenda em que S. Sebastião, praticamente morto, é atendido pela viúva. Um quadro de tons quentes, explora a dor e a entrega, num momento de profunda comoção.

*("S. Sebastião assistido por Santa Irene",  
Georges de La Tour, 1634)*



a abrir

## ABRIL

Pág.8 Festividades Pág.9 Saúde Pág. 10 Orfeão Universitário do Porto Pág.11 25 de Abril

## MAIO

Pág. 14 1º de Maio Pág. 15 Dia da Mãe Pág. 16 Raio TT Douro Superior Pág. 17 Dia da Europa  
Pág. 18 Festividades Pág. 19 Música e Cantares Pág. 20 Parapente

## JUNHO

Pág. 23 BTT Transportugal Pág. 24 Dia Mundial da Criança Pág. 25 Corrida 10 de Junho Pág. 26 Dia de Portugal  
Pág. 27 Festividades Pág. 28 Cascatas Pág. 29 Exposição Pág. 30 Teatro

## MAIS CULTURA

Cinema Internet Música Publicações

## MAIS LAZER

Desporto Feiras

O que pode visitar Informação Autárquica Informações Úteis

## BOA VI(N)DA

onde pode ficar onde se pode divertir

[agendamanielina@cm-freixoespadacinta.pt](mailto:agendamanielina@cm-freixoespadacinta.pt)

Saídos de um período em que as Amendoeiras em Flor e as festividades da Páscoa preencheram, positivamente, o primeiro trimestre, partimos com rumo para outra fase, mantendo o mesmo empenho e a mesma determinação em dar a todos os munícipes opções de lazer e de diversão.

Continuamos a ter presente que a Agenda cultural também se encontra ancorada a funções de pedagogia e cidadania.

É por cumprir esta missão, que as efemérides que se comemoram neste trimestre vão ser evocadas. Damos o exemplo do Dia da Liberdade, Dia da Europa, Dia Mundial da Criança ou o 10 de Junho, Dia de Portugal.

Para além destas sugestões, surge outra, não menos importante: a actuação do Orfeão Universitário do Porto.

São, mais uma vez, e dentro da contenção financeira a que estamos sujeitos, opções para abarcar todos os gostos. Para além destas actividades, há a valorizar, também, as festividades religiosas das freguesias. Um ponto de união entres os presentes e os ausentes.

Assim, espero que apreciem e que continuem a participar nas actividades programadas!

Um abraço de confiança



Presidente da Câmara  
José Manuel Caldeira Santos



**28** ● *Quarto Minguante*

**06** ○ *Lua Nova*

**12** ● *Quarto Crescente*

**20** ● *Lua Cheia*

**D S T Q Q S S**

---

**Abril 2008**

		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>F</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>			

*Abril*



## Santo Isidoro, dia 6

Animação e "arraial popular" a animar a festa do Padroeiro de Mazouco.

*("Dança das Fadas no Bosque de Armeiros", Moritz Von Schwind, 1844)*

Abriil

Saúde

09

*(Iluminura, Inglaterra, Séc. XII)*

# Rastreio

Medição de hipertensão arterial,  
Medição de glicemia,  
Medição de colesterol,  
Cálculo índice massa corporal,  
Medição perímetro abdominal

**ABRIL**

**Dia:** 11, 12, 13 **Local:** Auditório Municipal

**Organização:** Associação de Estudantes Instituto Ciências Abel Salazar

**Apoio:** Câmara Municipal

*Cantam desde 1912.  
Freixo de Espada à Cinta recebe-os  
numa actuação, a 26 de Abril.*

**Dia:** 26  
**Hora:** 21h30  
**Local:** Auditório Municipal

*("A Tocadora de Alaúde", pormenor, Orazio Gentileschi, 1626)*



Abril

25 de abril

11

*Esta é a madrugada que eu esperava.  
O dia inicial inteiro e limpo  
Onde emergimos da noite e do silêncio  
E livres habitamos a substância do tempo*

*Sophia de Mello Breyner Andersen*

*A Escola EB2,3 evoca, em exposição apropriada, a efeméride*

*"Impression - Soleil Levant", pormenor  
1873, Claude Monet*

**28** ● *Quarto Minguante*

**05** ○ *Lua Nova*

**12** ● *Quarto Crescente*

**20** ● *Lua Cheia*

**D S T Q Q S S**

---

**Maio 2008**

				<b>F</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>F</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

*Maio*



Dia do Trabalhador

Maio

## Dia da mãe

Num deserto sem água  
Numa noite sem lua num país sem nome  
Ou numa terra nua  
Por maior que seja o desespero  
Nenhuma ausência é mais funda do que a tua.

Sophia de Mello Breyner Andresen

4 de Maio

Mais do que qualquer outro, um dia que lhes pertence

"Madona e menino",  
Jean Fouquet, 1450



Dias 1,2 e 3.

O Douro Superior percorrido  
com emoção e adrenalina



**Organização:** AM Douro Superior

**Apoios:** Câmaras Municipais de Freixo de Espada à Cinta,  
Mogadouro, Torre de Moncorvo, Vila Nova de Foz Côa


Mais informações em: [www.amdourosuperior.pt](http://www.amdourosuperior.pt)

"O Rapto da Europa",  
1575, Veronese



**Dia:** 9 Maio  
**Org:** Câmara Municipal,  
Representação da Com. Europeia em Lisboa,  
Escola EB2,3 Freixo de Espada à Cinta  
**Local:** Jardim Municipal

A construção europeia, um pequeno gesto dado por Homens, mas um grande passo para as Nações que se unem em torno de um ideal, é recordada em Freixo de Espada à Cinta numa iniciativa conjunta.



*Santa Ana* Dia II Mazouco

*Santa Marta* Dias 10 e 11 Lagoaça

*S. Sebastião* Dia 25 Freixo de Espada à Cinta

Maio

música e cantares

19

A música tradicional da Beira Baixa sobe a Freixo de Espada à Cinta com a  
Orquestra Típica Albicastrense

Dia: 24 Maio Org: Câmara Municipal Local: Auditório Municipal Hora: 21h30

Mais uma vez, os "céus manuelinos" de Freixo de Espada à Cinta animam-se com o **Encontro de Parapente do Douro Internacional.**

*Dia: a confirmar*  
*Org: Clube de Parapente Grifos*

Floresta do Palão



*Junho*

**26** ● *Quarto Minguante*

**03** ○ *Lua Nova*

**10** ● *Quarto Crescente*

**18** ● *Lua Cheia*

---

*Junho* 2008

**D S T Q Q S S**

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>F</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>29</b>	<b>30</b>					



*Prova onde se mistura desporto, resistência e... os encantos da natureza. Sempre a pedalar.*

**Dia:** 1 Junho

**Chegada:** Jardim Municipal

**Hora:** 15h00 às 19h00

**Dia:** 2 Junho

**Partida:** Jardim Municipal

**Hora:** 9h00

**Organização:** Ciclonatur

**Apoio:** Câmara Municipal

Informações em [www.cm-freixoepadacinta.pt](http://www.cm-freixoepadacinta.pt)

Chilreio de crianças numa escola.  
 Brincam no intervalo.  
 Largam da mão  
 O pássaro da ilusão,  
 E vão depois, felizes, agarrá-lo

O Mestre aquece os pés ao sol do Inverno  
 Já foi também menino...  
 Mas cresceu,  
 Aprendeu,  
 E descobriu as manhas do destino...

Sabe que ele nos engana,  
 Seja qual foi o oiro que nos dê.  
 O pássaro da ilusão  
 É uma ilusão:  
 Só a inocência o vê, porque não vê...

"Recreio", Miguel Torga

**Org:** Câmara Municipal  
**Apoio:** Agrupamento Vertical  
**Local:** Gimnodesportivo e Jardim Municipal

"Rapariga a fazer bolas de sabão",  
 Pormenor, Pierre Mignard, 1674

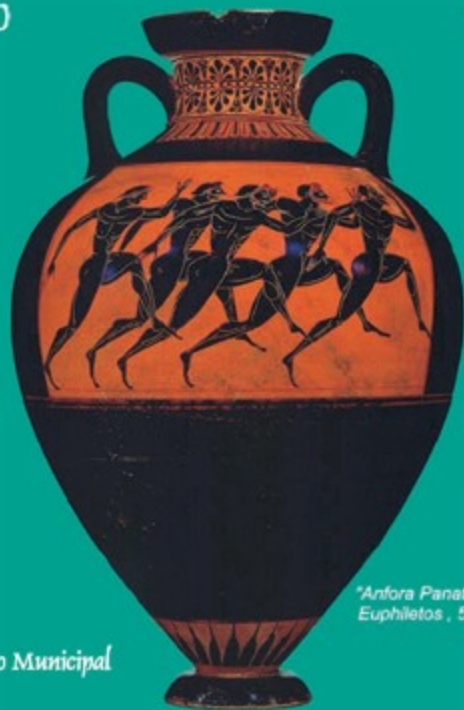
Dia 2 de Junho, Jardim Municipal : Insufláveis desporto e actividade surpresa

Uma Milha a celebrar o  
**Dia de Portugal**

**Org:** Câmara Municipal

**Apoio:** Associação de Atletismo de Bragança, Ginásio Clube de Bragança

Informações em [www.cm-freixoespadaçinta.pt](http://www.cm-freixoespadaçinta.pt). Posto de Turismo e Gimnodesportivo Municipal



*"Anfora Panatênica",  
Euphiletos, 530 A.C*



# Dia de Portugal

Junho

O Grupo de Teatro de Freixo de Espada à Cinta  
sobe ao palco com mais uma actividade.  
*Para ver e aplaudir*

*Dia: 10 Local: Auditório Municipal*

*"O Português", Georges Braque, 1911*

# Festas de Santo António

O popular Santo António celebrado em algumas freguesias



Fornos: 7 e 8 Junho  
Lagoaça: 15 de Junho  
Freixo: 15 de Junho

("A Tentação de Santo António",  
Salvador Dalí, 1946)

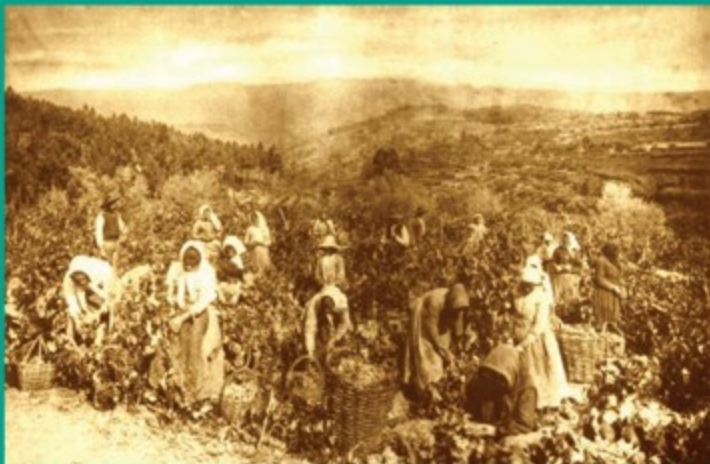


*"Baile no Moulin de La Galette",  
Renoir, 1876*

São João  
São Pedro  
Dia 28

# Eng. Gastão Taborða

Engenheiro e Herói Desconhecido do Douro



**Dia:** 25

**Local:** Auditório Municipal

**Organização:** Câmara Municipal  
e Museu do Douro

# "Última Tentativa"

A história sobre um amor proibido, decalcada de um sucesso da Broadway de Nova Iorque.  
Uma mulher e um homem. Um pacto. Um segredo... Os dois.



"Comédie Française",  
A. Meunier

**Dia:** a definir  
**Hora:** 21h00  
**Local:** Auditório Municipal  
**Organização:** Câmara Municipal e  
Museu do Douro

**Encenação:** Manuel Tur  
**Ass. de Encenação:** António Parra  
**Interpretação:** André Brito  
Teresa Arcanjo; Tiago Correia

*mais cultura*

Abril

04



"Nome de Código:  
Cloverfield"

11



"Ele vai a Lenda"

18



"Uma História de Encantar"

25



"Astérix nos Jogos Olímpicos"

Maio

02



"Vista pela última vez"

09



"O Comboio das 3 e 30"

16



"John Rambo"

23



"O Renacer do Campeão"

30



"O Gang do Pir"

Junho

06



"Uma Calceira, 7 Patafugas"

13



"Haverá Sangue"

20



"Este País não é para velhos"

27



"O Felinho Felo e Eu"

Sessões todas as sextas feiras às 21h30. Auditório Municipal

## biblioteca municipal

## Abril

Espaço Infante-Juvenil (hora do conto)



"Um Pequeno Catolpeiro"



"Um gato para Bárbara"



"Somos amigos, não!."



"O Coelho do Apêndice"

Espaço Audio Visual

"Guerreiros da Virtude"  
Maiores de 12 anos"Hotel Ruanda"  
Maiores de 16 anos"Ela, Ele e o Outro"  
Maiores de 12 anos"O sétimo Saverio"  
Maiores de 12 anos"Robôs dos Bosques"  
Maiores de 6 anos"Amigo Insuperável"  
Maiores de 4 anos"Vicky o Viking"  
Maiores de 4 anos

Espaço Infante-Juvenil (cinema)

## Maio

Espaço Infante-Juvenil (hora do conto)



"Pétala da Rosa"



"O João Pestana"



"O Dragão do Arrozal"



"A Gata Borracheira"

Espaço Audio Visual

"Ninguém está acima da lei"  
Maiores de 16 anos"O Diário da nossa paixão"  
Maiores de 12 anos"Dois é só"  
Maiores de 12 anos"A Mexicana"  
Maiores de 12 anos"A Pequena Sereia II"  
Maiores de 6 anos"Tom Sawyer"  
Maiores de 4 anos"Hansel e Gretel"  
Maiores de 4 anos

Espaço Infante-Juvenil (cinema)

## biblioteca municipal

## Junho

Espaço Infanto-Juvenil (hora do conto)



"As fadas"



"Barba Azul"



"O Gato de Botas"



"Riquete do Tiropeito"

Espaço Audio Visual

"O Jogo"  
Maiores de 12 anos"Análisis Invertidos"  
Maiores de 16 anos"O último Viking"  
Maiores de 12 anos"Tobias de palmo a mão"  
Maiores de 12 anos"Batman"  
Maiores de 6 anos"20000 léguas submarinas"  
Maiores de 4 anos"A fuga das galinhas"  
Maiores de 6 anos

Espaço Infanto-Juvenil (cinema)



## “Os Mais Belos Contos da Rússia”

São 7 Histórias de encantar, tantas como os dias da Semana, para as crianças “embalar”.

São histórias magnificamente ilustradas que acompanham cada episódio devidamente recheado com pormenores da cultura e das tradições russas.



## Donna Maria

*“Música para ser humano”*

Ao primeiro ouvido, fica-se na dúvida, tal é a feliz mistura de acordes que soam a tango e entoam fado.

O som vai deslizando para um fado menos conservador, os sentidos vagueiam, concentrados, no que se ouve da voz disciplinada e instrumentos domesticados!

(Carta Náutica, Mafeo Brunos, 1563)



Espaço Internet:  
Biblioteca Municipal e Ludoteca,  
Praça Jorge Álvares

[www.zaragoza.es](http://www.zaragoza.es)

[www.nasa.gov](http://www.nasa.gov)

*Nunca o Mundo esteve tão perto. Sugestões de sites.*

*mais lazer*



### FUTSAL - Seniores

Pavilhão Gimnodesportivo - 21h30

DIA: 11/04	GD Poiães - UD Felgar/Moncorvo
DIA: 02/05	GD Poiães - CA Carriçais
DIA: 09/05	GD Poiães - Futsal Mirandela

## mexa-se



"Croquet Scene", Winslow Homer, 1866

Local: Gimnodesportivo Municipal  
 Promotor: Câmara Municipal

Remo  
 Tapete  
 Helíptica  
 Bicicleta com programas de montanha.

São as novidades da sala de musculação.

Ginástica de Manutenção (Step e Aeróbica)  
 terças e quintas das 19h30 às 20h30

Sala de Musculação  
 segunda a sexta das 09h00 às 23h00

Karatê  
 terças e quintas das 20h30 às 22h00

Horário Livre: segunda a sexta das 22h às 23h

## Feiras

("Mulher no mercado com banca de vegetais",  
Pieter Aertsen, 1567)



Surgiram na Idade Média, com uma função estritamente económica, tal como hoje as conhecemos. No período em que se realizavam, vingava a "paz da feira", que proibia qualquer disputa, ou acto mais hostil, sob pena de se aplicarem penas severas aos prevaricadores. Em Portugal, a primeira feira realizou-se em 1299. Organizava-se três vezes ao ano, e perdurava oito dias de cada vez. Quem frequentasse a feira gozava de segurança, na ida e na volta, contra quaisquer danos (civis ou criminais) que pudessem sofrer, desde os oito dias antecedentes até aos oito dias depois da feira. A partir do reinado de D. João I, generalizam-se as feiras francas. Estas feiras isentavam os feirantes do pagamento de quaisquer direitos fiscais (portagens e costumagens). Era uma forma de desentolher a realização das feiras.

Feira, Lagoaça: dia 1 de cada mês

Feira do Mês, Freixo de Espada à Cinta: dia 4/04, 5/04 e 5/05

uma **pérola** descubra  
la rara

**Freixo**  
de Espada à Cinta

## Congida por água

Mais 365 razões, tantas como os dias do ano, para vir a Freixo de Espada à Cinta...

A partir da Congida, local emblemático de Freixo de Espada à Cinta, o novo barco panorâmico, de 51 lugares, leva-o(a), ao longo do ano, a uma viagem às maravilhas do Douro Internacional (entre as barragens de Saucelle e Aldeadávilã).

E não é publicidade...

Sociedade  
Transfronteiriça  
Congida - La Barca S.L.



## Congida por terra

*E por terra, a Congida, esse grande palco ornamentado pelo Douro, aberto para o lazer, com o aldeamento turístico das 10 moradias do Douro Internacional.*

*Durma e Sonhe com sossego!*



# Época Alta

de 1/04 a 14/7

Lotação da embarcação Douro Internacional: 50 pessoas

Lotação do catamaran: 15 pessoas

## VIAGEM LONGA A

Percurso: Congida-Vilvestre (La Barca)-La Code-Congida  
aos Fins de semana e feriados

Horário: Saídas às 10h00m, 15h00m

Adultos: 12,00 euro

Crianças (4/14 anos): 6,00 euro

Crianças Menores 4 anos: grátis

Aos fins de semana e feriados aceitam-se reservas condicionadas

## VIAGENS ORGANIZADAS - restantes dias da semana

Adultos: 10,00 euro

Crianças (4/14 anos): 5,00 euro

Crianças (menores de 4 anos): grátis

Escolas e Instituições: condições especiais

Durante a semana, aceitam-se reservas para grupos (mínimo de 5 pessoas).  
Caso as condições meteorológicas o permitam, para grupo mínimo de 5 pessoas, as viagens são feitas no catamaran.

Operador Sociedade Congida - La Barca

Informações: Posto de Turismo: 00 351 279 653 480 [congidalabarca@cm-freixoespadacinta.pt](mailto:congidalabarca@cm-freixoespadacinta.pt) [www.cm-freixoespadacinta.pt](http://www.cm-freixoespadacinta.pt) [postoturismo@cm-freixoespadacinta.pt](mailto:postoturismo@cm-freixoespadacinta.pt)

# Viagens de Barco

## VIAGEM CURTA

Percurso: Congida-Vilvestre (La Barca)-Congida

Dias úteis, mediante reserva. Grupos mínimos de 15 pessoas

Preço único: 5,00 euro

Crianças Menores 4 anos: grátis

## VIAGENS ORGANIZADAS

Preço único: 5 euro

Crianças (menores de 4 anos): grátis

Escolas e Instituições: condições especiais durante a semana

\*\*Para grupo mínimo de 5 pessoas, as viagens são feitas no catamaran.

Operador Sociedade Congida - La Barca

### *Casa do Junqueiro Velho*

*Mostra Etnográfica situada na Casa que foi do pai de Guerra Junqueiro.*

### *Casa do Poeta*

*O berço de Guerra Junqueiro pode ser visitado em Freixo de Espada à Cinta.*

### *Centro de Artesanato*

*Oportunidade para apreciar o trabalho da seda ainda vivo em Freixo de Espada à Cinta.*

*Informações: contacte o Posto de Turismo de Freixo de Espada à Cinta (diariamente das 09h00 às 17h30, domingos 10h00/12h30 e 15h00/17h30)*

fonte bem informada

# Igreja da Misericórdia

Primeiro entra-se no espaço onde pontifica, a Praça Jorge Álvares, e rapidamente sentimos que o lugar é especial. O olhar entra numa contenda onde o duelo da admiração enfrenta dois nobres opositores: a Igreja Matriz e a Igreja da Misericórdia. Desta vez, "vence" o olhar da Misericórdia.

Concluída em 1527, ostenta feições simples sem, todavia, extorquir interesse estético ao corpo do edifício.

O seu interior, onde se sublinham a Capela-mor e respectivos retábulos, merecem um olhar cuidado.



# informação autárquica



*("Allegoria do Bom Governo", pormenor).*

Reuniões do Órgão Executivo quinzenalmente às 14h30.  
Abril: 7 e 21 Maio: 5 e 19 Junho:

Sessões da Assembleia Municipal

sessão ordinária nos meses de Abril e Junho às 20h30m

Salão Nobre dos Paços do Concelho

As Reuniões do Órgão executivo, assim como as sessões da Assembleia Municipal são públicas.

Auditório Municipal	Ext. 372	279 658 160
Coopafreixo (coop. Azeite e azeitonal)		279 652 668
Adega Cooperativa FEC		279 653 088
Associação de Artesanato		279 658 190
Associação Banda de Música		279 653 113
Biblioteca Municipal		279 653 445
Câmara Municipal de Freixo		279 658 160
C. M. de Freixo (DASCDTL)	Ext. 328	279 658 160
C. M. de Freixo (Arquivo)		279 652 886
C. M. de Freixo (G. Florestal)	Ext. 374	279 658 160

Cartório Notarial	279 658 100
Escola EB 2/3 de Freixo	279 652 828
Delegação de Finanças	279 653 337
GNR	279 653 323
Pavilhão Gimnodesportivo	279 653 433
P. Informação Transfronteiriça	0034 923 513 164
Protecção Civil	279 653 653
Posto de Turismo	279 653 480
Santa Casa da Misericórdia (Freixo)	279 653 016

# mais perto de si mais perto de todos

presidente@cm-freixoepadacinta.pt  
vicepresidente@cm-freixoepadacinta.pt  
assembleiamunicipal@cm-freixoepadacinta.pt  
gabinetecomunicacao@cm-freixoepadacinta.pt  
daf@cm-freixoepadacinta.pt  
dascdtl@cm-freixoepadacinta.pt  
dtouh@cm-freixoepadacinta.pt  
contabilidade@cm-freixoepadacinta.pt  
biblioteca@cm-freixoepadacinta.pt  
informatica@cm-freixoepadacinta.pt

moradiasdi@cm-freixoepadacinta.pt  
congidalabarca@cm-freixoepadacinta.pt  
aedpa@cm-freixoepadacinta.pt  
manuelina@cm-freixoepadacinta.pt  
freyxeno@cm-freixoepadacinta.pt  
gabineteflorestal@cm-freixoepadacinta.pt  
casajunqueirovelho@cm-freixoepadacinta.pt  
gabineteturismo@cm-freixoepadacinta.pt  
turismo@cm-freixoepadacinta.pt  
aprovisionamento@cm-freixoepadacinta.pt

## Fisioterapia

Dias: terças, quintas, sextas e sábados

Horário: 9h sessões masculinas 10h30m sessões para senhoras

Local: Pavilhão Gimnodesportivo Municipal

Promotor: Câmara Municipal

Bombeiros Voluntários Telef. 279 653 230

Centro de Saúde Telef. 279 653 382

Farmácia Guerra Telef. 279 652 344



"A visita do médico", Gérard Dou, 1663)

Para qualquer emergência ligue 279 653 653, Protecção Civil Municipal

## Violência Doméstica

*A violência contra as mulheres é talvez a mais vergonhosa violação dos direitos humanos. Não conhece fronteiras geográficas, culturais ou de riqueza. Enquanto se mantiver, não poderemos afirmar que fizemos verdadeiros progressos em direcção à igualdade, ao desenvolvimento e à paz.”*

*Kofi Annan, Secretário Geral das Nações Unidas*

A Violência Doméstica define-se como o tipo de violência (física, sexual ou psicológica) que ocorre em ambiente familiar, seja entre os membros de uma mesma família, seja entre aqueles que partilham o mesmo espaço de habitação.

É na família, na intimidade do lar, que as mulheres sofrem grande parte da violência de que são alvo.

As mulheres são maltratadas, não só quando agredidas fisicamente, mas também quando são objecto de insultos, humilhações, abandono e ameaças. Este tipo de maus-tratos pode deixar marcas tão profundas como as que deixam os espancamentos ou feridas.

O agressor é quase sempre o marido ou companheiro mas também pode ser o pai, irmão, padrasto, filho ou outros familiares.

A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA é um CRIME PÚBLICO (punível com pena de prisão de 1 a 5 anos) o que significa que não é necessário que seja a vítima a apresentar queixa pessoalmente. Pode ser denunciada por terceiros.

Qualquer pessoa pode denunciar, na esquadra ou posto local próximo, casos de violência domésticos ou maus-tratos em geral.

Muitas mulheres sentem vergonha quando são vítimas de agressão, calando-se e afastando-se das pessoas que a rodeiam, o que as torna mais vulneráveis e à mercê do agressor e também devido à dependência económica e ao receio de novas agressões, o que faz com que o agressor se sinta impune e repita a agressão. A violência contra a mulher não é um problema que só respeita ao casal: é um problema social.

*"Swallows the Poisoned Apple",  
Paula Rego, 1995*

O velho ditado "entre marido e mulher não se mete a colher" não pode ser mais falso quando se trata deste crime. Muitos homens receiam o conhecimento público dos seus actos violentos e hesitarão cometê-los se souberem que serão denunciados quer pela vítima quer por alguém que tome conhecimento deles.

Os serviços de saúde tendo em conta a sua missão de promoção da saúde e prevenção da doença física e mental, têm ao dispor da comunidade um núcleo de prevenção da violência doméstica (Centro de Saúde de Freixo de Espada à Cinta) que apoiará as vítimas que procuram ajuda.

Dr.ª Daniela Martins, Dr.ª Elvira Ferreira, Dr.ª Lílíana Arrepia  
Enf. Paulina Fernandes, Enf. Sandra Graça

Se é vítima de violência doméstica pode obter mais informação através destas linhas:

808 202 148 - Serviço de Informação à vítima (gratuita 24h)

144 - Linha de emergência social



# PROMOÇÃO turística

**150€\*** 2 pessoas

\*Pacote Promocional (válido para dois adultos) inclui:  
Jantar de Recepção - Dormida - Passeio de Barco

Crianças 0-6 anos: grátis 7-12 anos: 25€ maiores de 13 anos: 40€

**Sexta-feira:** Jantar de Recepção

**Sábado:** Viagem de Barco no Douro Internacional  
Cais Fluvial da Congida  
Rota dos Miradouros  
Visita a dois dos mais emblemáticos miradouros do Concelho  
Miradouro do Penedo Durão e Miradouro das Alminhas

**Domingo:** Percurso Manuelino  
Visita ao Centro de Artesanato  
Visita à Casa do Junqueiro Velho

Posto de Turismo: +351 279 653 480 [postoturismo@cm-freixoepadacinta.pt](mailto:postoturismo@cm-freixoepadacinta.pt)  
Reserva obrigatória no Posto de Turismo com marcação prévia de 8 dias.

Garantia de devolução do pagamento efectuado, caso não haja a possibilidade de realizar a estadia na data pretendida.



## Freixo de Espada à Cinta



βοα τι(η)δα

## Bôlas e Folares Doces

## Ingredientes:

- 6 ovos
- 250g de açúcar
- 5 dl de leite
- 2 dl de azeite quente
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 30 g de fermento de padreiro
- 1 kg de farinha

## Receita:

Amorne os ingredientes para facilitar a fermentação e depois de bem misturados comece a juntar a farinha. Junte também o fermento diluído no leite.

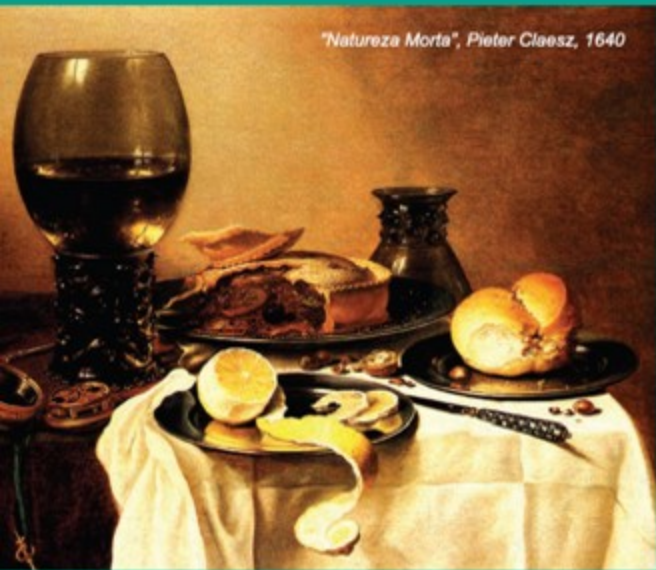
A massa deve ficar lisa, arveludada e um tanto elástica.

Deixe levedar a massa, cobrindo-a com um pano e com uns cobertores.

Molde as bôlas e folares de diversos feitios e tamanhos, pincele-os como ovo batido e leve-os a forno esperto.

Na Páscoa deve decorar com ovos cozidos ou com amêndoas cobertas.

"Natureza Morta", Pieter Claesz, 1640



Receita extraída do livro "Trás-os-Montes à Mesa", da Sr<sup>a</sup> D<sup>a</sup> Isabel Gomes Mota

- Avenida 279 652 281    A Cave 279 652 106    Arco Íris (Lagoaça) 279 649 147  
 Bom Retiro 279 652 259    Cinta d'Ouro 279 652 550    Cepsa 279 652 172    Etc 279 107 610  
 Ribeiro (Lagoaça) 279 649 305    Central (Lagoaça) 279 649 140    Estrela (Ligares) 279 669 124    Jasaramos 279 107 602  
 Casa Rural de Lagoaça: 279 649 483    Café Bombeiros 279 653 263    Bata 279 652 628    Girassol (Poiares) 279 653 211  
 Fragata 279 652 348    Marrão-Planeta 279 652 458    Portela (Poiares) 279 652 413    Xangai 279 652 247  
 Zona Verde 279 653 144    O Zé (Fornos) 279 649 169    Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça) 279 649 123    Rampinha  
 Central (Ligares) 279 653 211    União (Mazouco) 279 652 637    Miradouro (Lagoaça) 279 649 189
- Associação Desportiva e Cultural de Fornos 279 649 178    Associação Desportiva e Cultural de Ligares 279 669 268  
 Clube de Caça e Pesca de Freixo de Espada à Cinta

## bom apetite

- Casa do Conselheiro (turismo de habitação) 279 653 439    Casa Rural (Lagoaça) 279 649 483
- Restaurante Bom Retiro 279 652 259    Churrasqueira Luanda 279 652 738
- Restaurante Cabana 279 653 495    Restaurante Cinta d'Ouro 279 652 550
- Jasaramos (Largo de Sto. António) 279 107 602    Restaurante Etc 279 107 610
- Zona Verde (Jardim Municipal) 279 653 144    Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça) 279 649 123
- Restaurante Quinta da Barca (Lugar do Janamigo, estrada de Barca d'Alva) 961 430 895

Moradias do Douro Internacional (Congida) 279 653 018

Casa do Conselheiro (Turismo de Habitação) 279 653 439

Quinta da Ferradosa (Turismo Rural) 279 6 52 711

Quinta do Salgueiro (Turismo Rural) 961 166 460

Residencial Cinta d'Ouro 279 652 550

Residencial Fatibel 279 658 090

Casa Rural de Lagoaça 279 649 483

Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça) 279 649 123

Aldea Duero (Salto de Saucelle) 0034 923 513 175

**Freixo-Porto**

07h30m (excepto sábados e Domingos)\*

17h15m aos domingos (ou segundas-feiras, se feriado)\*

\*A partir do cruzamento. Recomenda-se estar na Estação 15min antes do horário previsto

**Porto-Freixo**

15h 30m (excepto Sábados e Domingos)

18h00 às sextas-feiras (ou quintas-feiras, se feriado)

**Freixo-Lisboa**

07h30m de segunda a sexta (excepto feriados)\*

15h15m aos domingos (e feriados quando coincidentes com segundas, terças, quartas e quintas feiras)\*

**Lisboa-Freixo**

08h00 de segunda a sexta ( excepto feriados)

19h00 à sexta (e no dia anterior aos feriados quando coincidentes com quintas e sextas-feiras)

# ficha técnica/contactos

Título: *Manuelina, Agenda de Freixo de Espada à Cinta*

Ano: VI Número: XXI Abril/Maio/Junho (2008)

Edição e Propriedade: Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta

Director: Presidente da Câmara Municipal

Coordenação: João Paulo Castanho

Composição gráfica e Impressão: Imediático - Publicidade e Artes Gráficas, Mogadouro

Tiragem: 2500 exemplares

Capa: Freixo visto do "Cabecinho", foto: Imediático

Distribuição Gratuita

Junta de Freguesia de Fornos	279 649 126
Junta de Freguesia de Freixo	279 653 485
Junta de Freguesia de Lagoaça	279 649 396
Junta de Freguesia de Lijares	279 669 268
Junta de Freguesia de Mazouco	279 653 429
Junta de Freguesia de Polares	279 653 491

*A Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta não se responsabiliza por qualquer alteração imprevista das actividades e horários constantes da agenda.*

*Se pretende divulgar alguma actividade contacte-nos até ao dia 12 de Junho*



**Caixa Geral  
de Depósitos**

---

[www.cm-freixoespadacinta.pt](http://www.cm-freixoespadacinta.pt)