

# Arruda revista

REVISTA DO MUNICÍPIO  
ARRUDA DOS VINHOS



Arruda cumpre a tradição

# Arruda revista

## INDICE

|                                                      |  |    |
|------------------------------------------------------|--|----|
| Editorial                                            |  | 1  |
| 34 novos equipamentos para os Bombeiros              |  | 3  |
| Região Oeste distinguida com galardão QualityCoast   |  | 3  |
| Inauguração da USF Arruda                            |  | 4  |
| Festival Caracol                                     |  | 5  |
| Passeio a Peniche                                    |  | 5  |
| Sessão de cinema                                     |  | 5  |
| Novo toldo no CCS de Arruda ds Vinhos                |  | 5  |
| Arqueologia                                          |  | 6  |
| Sábado às 5...                                       |  | 6  |
| Galeria Municipal                                    |  | 6  |
| "Lendas, Memórias e outras Estórias"                 |  | 7  |
| Artesãos participam na FIA 2013                      |  | 7  |
| Atividades de Verão 2013                             |  | 8  |
| Centro Municipal da Juventude                        |  | 8  |
| 1.º Mini Triatlo Jovem                               |  | 9  |
| BORDEL PORTUGUÊS, de Nelson Quintino, a              |  |    |
| presentado em Arruda dos Vinhos                      |  | 9  |
| Arruda cumpre a tradição!                            |  | 10 |
| 10.º Festival do Caracol e Encontro de Coletividades |  | 14 |
| A Proteção Civil informa                             |  | 15 |
| Apontamentos Culturais                               |  | 16 |



### FICHA TÉCNICA

**Edição e Propriedade:** Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos

**Diretor:** Carlos M. C. Lourenço - Presidente da Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos

**Coordenação:** Gabinete de Apoio à Presidência

**Fotografia:** Gabinete de Comunicação e Imagem

**Composição:** Gabinete de Comunicação e Imagem

Distribuição digital em [www.cm-arruda.pt](http://www.cm-arruda.pt)



## EDITORIAL

### Cara(o) s Arrudenses

Cumprimos a tradição!

Decorreram de 6 a 18 de agosto as Seculares Festas em Honra de Nossa Senhora da Salvação, as Festas do Concelho. Mais uma vez, o programa religioso e profano preparado por todas as entidades envolvidas trouxeram grande sucesso a estes festejos o que nos enchem de muito orgulho. Estamos todos de parabéns! Tenho a certeza de que os milhares de visitantes das Festas e de Arruda dos Vinhos nestes dias levaram consigo uma vontade de, para o ano, cá voltar! O sucesso foi crescente este ano. Há muito tempo que não assistíamos a umas festas com tanta gente.

Quero destacar a exposição patente ao público durante este período “Lendas, memórias e outras estórias” na Galeria Municipal que, aliada ao 2.º Concerto de Bandas, ao Aniversário da Tertúlia “O Piriquita”, aos concertos no Espaço Jovem, Jazz no Terreiro, à Noite de Fados e às Festividades Religiosas, bem como todas as outras atividades realizadas, revelam a grande e diversificada oferta do programa dos festejos deste ano. Ainda sobre as Festas, não poderia deixar de saudar as Associações e Coletividades participantes no 10.º Festival do Caracol e as comissões de Festas de S.Tiago dos Velhos, Adobaço, Camondes, Alcobela de Baixo, Alcobela de Cima, Tesoureira, Mata, Arranhó, Louriceira de Cima e A-de-Mourão pelo excelente trabalho levado a cabo e que permitiram que também, os Festejos por eles organizados, resultassem num grande sucesso. Em setembro teremos a Festa de Nossa Senhora da Ajuda e de Cardosas encerrando o tradicional ciclo de Festas e Romarias do nosso Concelho.

### Cara(o) Amiga(o)

Permitam-me que faça, neste momento que é próprio, um especial destaque ao início do ano Escolar que terá lugar já em setembro. A par do arranque do ano letivo é também satisfatória a conclusão da Escola Básica e Jardim de Infância de S. Tiago dos Velhos. Por outro lado, é com agrado que informo que a questão logística inerente, como é o caso do serviço de refeições, transportes e atividades extracurriculares (AECs), foi alvo de um planeamento atempado entre os diversos serviços da Câmara Municipal para que, mais uma vez, o arranque das aulas seja um sucesso.

Em setembro próximo teremos eleições autárquicas. Um mandato que termina, um ciclo que encerra e outro que se inicia.

Enquanto Presidente da Câmara Municipal foi um prazer ao longo de 16 anos contribuir de forma ativa e séria para o desenvolvimento do nosso Concelho.

Neste cargo tive muitas alegrias e simultaneamente muitas tristezas mas feito o balanço: Valeu a pena!

Nesta que será a minha última edição da Revista Municipal, permitam-me que aproveite a oportunidade para agradecer a todos os autarcas e funcionários da Câmara Municipal e Juntas de Freguesia que me acompanharam nos destinos da nossa terra. Muitos estão presentes e continuarão nas suas funções, outros, infelizmente, já não. A todos o meu muito obrigado. Os sucessos foram nossos, não foram meus. Foram 16 anos de trabalho em equipa pois só assim foi possível alcançar o concelho de referência que hoje somos.

Uma palavra também de apreço a todos os meus colegas Presidentes de Câmara com os quais tive o privilégio de trabalhar e que muitas horas despenderam em prol dos seus concelhos mas também de um “bem comum” que é o Oeste.

A um mês das eleições autárquicas desejo que todas as equipas vindouras desenvolvam este gosto pela sua terra e pelo “bem comum”. O trabalho em equipa dentro e fora do município só traz mais-valias e quem as souber aproveitar só terá benefícios. Por isso, o conhecimento e desenvolvimento dos dossiers já iniciados é essencial.

A elas, às novas equipas, desejo os maiores sucessos nesta nobre caminhada. Quanto a mim, desejo que a campanha autárquica decorra de forma digna, sem ataques pessoais e sem baixezas. A democracia promove a pluralidade de opiniões mas não deve promover o lado mais negro da política pois como dizia Francisco Sá Carneiro “a política sem risco é uma chatice mas sem ética é uma vergonha.”

Terminado este ciclo, agradeço ainda a todos os arrudenses a confiança que depositaram em mim e nas minhas equipas dizendo que estarei sempre ao vosso dispor tal como estive até aqui.

Apresento a si e à sua família os meus melhores cumprimentos,

*Carlos Manuel da Cruz Lourenço*  
Presidente da Câmara

## 34 novos equipamentos para os Bombeiros

No passado dia 29 de julho realizou-se, no Salão Nobre do Ministério da Administração Interna, a assinatura de um protocolo entre a ANPC (Autoridade Nacional de Proteção Civil), a LBP (Liga dos Bombeiros Portugueses) e a OesteCIM (Comunidade Intermunicipal do Oeste), representada pelo seu Presidente, Carlos Manuel da Cruz Lourenço, que visa a aquisição de equipamentos de proteção individual para os corpos de bombeiros da região Oeste.

**” Considerando que a proteção civil tem como finalidade prevenir riscos coletivos inerentes a situações de acidente grave ou catástrofe, de atenuar os seus efeitos e proteger e socorrer as pessoas e bens em perigo e que compete ao Ministério da Administração Interna, à ANPC, à LBP e à OesteCIM planejar, coordenar e executar políticas de proteção civil deliberaram as partes estabelecer o referido protocolo para que as corporação de bombeiros beneficiassem da aquisição de novos equipamentos.**

Este projeto, alvo de candidatura aos fundos comunitários, verá a sua participação nacional assegurada em iguais partes pela ANPC e pela OesteCIM, ou seja pelas Câmaras Municipais associadas que decidiram integrar este projeto.

De salientar que a Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos decidiu de imediato aderir ao projeto e contribuirá para a aquisição de 34 novos equipamentos completos compostos por cògula, luvas, capacete, casaco, calça e botas.



## Região Oeste distinguida com galardão QualityCoast

A região Oeste Portugal é a primeira região do continente, a par com a região autónoma dos Açores a ter a certificação de destino QualityCoast.

Esta distinção ocorreu no passado dia 20 de maio, em Gozo – Malta e decorre de uma candidatura elaborada pela Comunidade Intermunicipal do Oeste, seus Municípios e Turismo do Oeste e apresentada ao Programa Europeu QualityCoast, o qual é coordenado pela Coastal & Marine Union – EUCC.

Para a região o galardão QualityCoast 2013 é importante podendo até potenciar um maior desenvolvimento da economia local e captação de novos investimentos compatíveis com critérios de desenvolvimento sustentável, permitindo, simultaneamente, à Região Oeste Portugal, ganhar mais prestígio e visibilidade internacional, já que esta foi considerada como um dos 20 melhores destinos turísticos sustentáveis





## Inauguração da USF Arruda

No passado dia 23 de agosto realizou-se, no Centro de Saúde de Arruda dos Vinhos, a inauguração da Unidade de Saúde Familiar (USF) Arruda. Composta por 3 médicos, 5 enfermeiros e 5 assistentes técnicos, a USF funcionará de segunda a sexta-feira das 8h às 22h e aos sábados das 9 às 13h.

**” A USF funciona no espaço da Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados (USCP) em simultâneo com uma Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) e uma Unidade de Saúde Pública. Para receber este novo serviço não foi necessário proceder a obras no edifício do Centro de Saúde uma vez que o mesmo possuía o espaço necessário para receber a USF.**

Na inauguração estiveram presentes o Diretor do ACES Estuário do Tejo, Carlos Agostinho, o Presidente da Câmara Municipal, Carlos Lourenço e o Secretário de Estado Adjunto do Ministro da Saúde, Dr. Fernando Leal da Costa.

No seu discurso, o Presidente da Câmara salientou a importância dos cuidados de saúde para a população do concelho e congratulou-se com este impulso positivo na área da saúde em Arruda dos Vinhos.



# SÉNIORES EM ATIVIDADE

## Festival Caracol

O Município de Arruda dos Vinhos lançou o desafio aos Centros de Convívio Sénior de Arruda dos Vinhos e Cardosas, de colaborarem no Festival do Caracol. O desafio prontamente aceite contou com a participação de cerca de vinte idosos em ateliers de trabalhos manuais e de poesia permitindo que cada um mostrasse a sua criatividade. Os trabalhos estiveram expostos no Festival do Caracol que decorreu nos dias 6 e 7 de julho.

## Passeio a Peniche

Conscientes da importância de proporcionar diferentes atividades à população sénior e com o objetivo de prevenir riscos inerentes ao processo de envelhecimento e solidificar o convívio entre pares, o Município de Arruda dos Vinhos, proporcionou no passado dia 30 de julho, uma ida a Peniche para 32 idosos dos Centros de Convívio Sénior de Arruda dos Vinhos e Cardosas.

O dia foi organizado em três fases. De manhã praia no Baleal, onde puderam desfrutar da paisagem e fazer caminhadas à beira mar, apanhar sol e ainda dar uns mergulhos. O almoço decorreu no pinhal de Ferrel de forma tranquila e serviu para reunir forças para o passeio ao Forte de Peniche.



## Sessão de cinema

No sentido de reavivar memórias e promover a partilha de emoções e recordações, no passado dia 7 de agosto, o Centro de Convívio Sénior de Arruda dos Vinhos levou o cinema até aos idosos. Como sócios da Biblioteca Irene Lisboa foi possível requisitar um filme e visualizá-lo no Centro de Convívio Sénior num ambiente familiar.



## Novo toldo no CCS de Arruda ds Vinhos

Com a chegada do calor e do verão, a Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos voltou a proporcionar aos utentes do Centro de Convívio Sénior de Arruda um toldo para que os mesmos possam beneficiar de algumas atividades ao ar livre.

Recorde-se que no passado, o Centro de Convívio Sénior possuía uma estrutura semelhante que foi vandalizada.



## Arqueologia

Decorreu, entre os dias 22 de julho e 2 de agosto, o atelier Arqueologia Viva (!), inserido nas Atividades de verão 2013, com participantes entre os 15 e os 18 anos.

Os participantes desenvolveram atividades de prospeção arqueológica, colaborando com o projeto “Carta Arqueológica de Arruda dos Vinhos”, promovido pela Autarquia, em parceria com a Unidade de Arqueologia, da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa.



“Arqueologia Viva (!)”, é um projeto pedagógico de cariz lúdico, desenvolvido pelo Município de Arruda dos Vinhos, onde se dá destaque ao ensino e aprendizagem em contexto não formal, com interação direta dos participantes na atividade de prospeção arqueológica e tratamento de materiais em laboratório, proporcionando o incentivo e o gosto pela descoberta. O principal objetivo da atividade passa pela divulgação do contexto arqueológico do concelho de Arruda dos Vinhos, sensibilizando a população jovem para património arqueológico, humano e natural existente, assim como, para a importância da sua salvaguarda e conservação.

## Galeria Municipal

“Hoje não, Amanhã Talvez” foi o título da exposição coletiva de Pintura com Pedro Ramos, João Cortez e Mário Lino que esteve patente de 29 de junho a 24 de julho na Galeria Municipal de Arruda dos Vinhos.

Três artistas, três técnicas e três perspetivas diferentes da pintura e de toda a sua dimensão estética, plástica e artística que se traduziam em abordagens diferentes mas que se complementavam.

A Galeria Municipal continua a disponibilizar e a oferecer mensalmente propostas diferentes de Pintura, Escultura e Fotografia, permitindo a todos os que a visitam, contactar de mais perto com as diferentes sensibilidades e linguagens estéticas que caracterizam as diferentes obras e os seus artistas.



: Trabalho de Pedro Ramos

## Sábado às 5...

No passado dia 22 de junho, teve lugar o segundo SÁBADO ÀS 5, com o tema: “A literatura tradicional oral no imaginário coletivo em Arruda dos Vinhos”, com a palestra conduzida pelo Dr. Jorge da Cunha, e com participação de Catarina Gaspar.

Jorge da Cunha, licenciado em antropologia, Pós-graduado no ensino do Português e da História, Mestre em Ciências da Educação, exerce atualmente, a atividade de professor, no Externado João Alberto Faria, em Arruda dos Vinhos, é autor de várias obras dedicadas ao concelho, com a temática da tradição oral local (contos, histórias e lendas).

**” Arruda dos Vinhos possui um vasto património imaterial oral, de histórias e lendas de reis, santas milagrosas, “bruxas” com poderes para curar com “ervas mágicas”, lobisomens, mours encantadas, e gigantes. Esta tradição remonta às origens da ocupação humana no concelho, perpetuando-se ao longo do tempo, permanecendo na cultura e imaginário popular local, conferindo uma marca cultural e identitária do concelho.**



## “Lendas, Memórias e outras Estórias”

Integrado nos Festejos em Honra de Nossa Senhora da Salvação o serviço de Planeamento Cultural organiza anualmente uma exposição temática que estuda e retrata as tradições e a cultura do concelho.

Reconhecendo a importância da preservação do Património Imaterial, esta exposição pretende divulgar alguma da cultura oral e de algumas tradições do nosso Concelho. Existe um universo vasto e diversificado de informação que através das suas rezas, lendas, crenças e outras ladaínhas podemos conhecer melhor uma Região.

A exposição “Lendas, Memórias e outras Estórias” tem como objetivo dar a conhecer melhor, parte deste património oral que muito diz das gentes de Arruda da sua História e das suas Estórias. A exposição inaugurou a 12 de agosto e estará patente ao público até 11 de setembro.



### Artesãos participam na FIA 2013

De 6 a 14 de julho decorreu mais uma edição da FIA- Feira Internacional de Artesanato na FIL em Lisboa. Este ano o Município de Arruda dos Vinhos esteve representado pelas artesãs Olinda Munhoz, Clarisse Pinheiro e Fátima Gama, com um conjunto de trabalhos que representam um pouco da cultura e das tradições do concelho através das “Bruxas d’Arruda”, Crochet e Registos de N.ª Senhora da Salvação.

Este certame tem como principais objetivos mostrar algum do Artesanato nacional mas também internacional.



## Atividades de verão 2013

As atividades de verão organizadas pelo Município de Arruda dos Vinhos decorreram entre 17 de junho a 19 de Julho de 2013 para um total de 105 crianças residentes no concelho de Arruda dos Vinhos, com idades compreendidas entre 6 e 14 anos de idade.

As atividades foram organizadas com o apoio dos Bombeiros Voluntários de Arruda dos Vinhos, de estagiários da Escola Profissional João Alberto Faria, e do Município de Mafra, monitorizadas por técnicos do Município.

Ao longo de cinco semanas, foram desenvolvidas atividades desportivas e recreativas em grupo, ida à praia e à piscina, através das quais se promoveu a ocupação de tempos livres, a capacidade de iniciativa, o sentido de responsabilidade e criatividade dos participantes. Para o ano há mais!



### Centro Municipal da Juventude

À semelhança de anos anteriores, realizaram-se no mês de julho, as Atividades de verão do Centro Municipal da Juventude.

Ao longo de quatro semanas as nossas crianças tiveram a possibilidade de participar, gratuitamente, em diversas atividades lúdico-desportivas em diferentes infraestruturas municipais. Das atividades constavam, por exemplo, campeonatos de ténis de mesa, karaoke, gincana de jogos tradicionais, entre outros.



## 1.º Mini Triatlo Jovem

Inserido no Dia Internacional da Juventude e dos Festes em Honra de Nossa Senhora da Salvação, realizou-se no passado dia 12 de agosto, o 1.º Mini Triatlo Jovem de Arruda dos Vinhos.

O triatlo, composto por 3 provas (natação, corrida e ciclismo) decorreu nas instalações da Piscina Municipal e espaços envolventes.

Esta primeira edição foi exclusivamente direcionada para as nossas crianças e jovens.



## BORDEL PORTUGUÊS, de Nelson Quintino, apresentado em Arruda dos Vinhos

O Município de Arruda dos Vinhos foi o anfitrião da Divina Comédia Editores, para a apresentação do romance de Nelson Quintino, no passado dia 13 de julho, no auditório municipal de Arruda dos Vinhos.

BORDEL PORTUGUÊS é o primeiro livro publicado do autor, residente no concelho de Arruda dos Vinhos, que nos foi apresentado por Filipe Homem Fonseca, também autor de um romance recentemente publicado, argumentista, dramaturgo, humorista, músico e realizador.

Nelson Quintino falou do processo de escrita do seu romance, como o quotidiano é uma fonte de inspiração e como a sua escrita pretende provocar uma reflexão nos leitores.



### Sinopse de BORDEL PORTUGUÊS

*«Henrique H queria encontrar Deus.*

*Desempregado em nome coletivo, ex-forçado amador, batoteiro profissional especializado em perder e pagar depois, agente de cobranças difíceis, contrabandista de rebuçados de fruta e chupa-chupas, vendedor de tristezas alheias nas horas vagas, taxista de fim de semana sem carta de condução, Henrique pretendia abandonar de uma vez por todas as azáfamas da má vida.*

*Com um registo literário semelhante aos primeiros romances de António Lobo Antunes, Bordel Português é o retrato de uma Lisboa atual, mas castiça, com personagens tão coloridas como as de Crónica dos Bons Malandros, de Mário Zambujal. Um livro que não se consegue parar de ler!»*



# ARRUDA CUMPRE A TRADIÇÃO!



Decorreram de 6 a 18 de agosto os seculares festejos em Honra de Nossa Senhora da Salvação na vila de Arruda dos Vinhos. Sendo um período de alegria, comunhão, partilha e reencontro de muitas famílias arrudenses, o programa deste ano teve como objectivo abranger um conjunto de actividades bastante diversificadas, procurando assim corresponder às diferentes faixas da população.

**” Não descurando as actividades de carácter religioso, associadas à génese da festa, que atinge o seu ponto alto, no dia 15, com a majestosa procissão em honra da padroeira, salientam-se ainda todas as outras actividades de natureza profana, que todos os anos atraem milhares de visitantes à nossa vila.**

Assim, destacaram-se as actividades taurinas, com a realização das largadas pelas ruas da vila, com a presença das tradicionais tertúlias, e 2 magníficas corridas, na praça de toiros José Marques Simões, erigida nas primeiras décadas do século XX.

Ainda neste contexto realça-se a exposição patente na Galeria Municipal, alusivas “Lendas, memórias e outras estórias”.

Para os mais jovens, o Espaço Jovem no Jardim Municipal esteve sempre animado, nos dias da festa com a presença de várias bandas.

São de destacar também alguns eventos de cariz cultural e etnográfico, nomeadamente o II Concerto de Bandas promovido pela Santa Casa da Misericórdia, o Festival de Folclore no dia 10, a Festa dos 20 Anos da Tertúlia “O Piri-quita”, e a iniciativa “Há Jazz no Terreiro”.

Como sempre, nesta altura, Arruda é sinónimo de bem receber, muito divertimento, confraternização e muita alegria!

# MOMENTOS DA FESTA

*10 de agosto*



: Participação do Rancho Folclórico do Sopo, Vila Nova da Cerveira, no 33.º Festival de Folclore



: 2.º Concerto de Bandas Francisco Rosa Mendes

*11 de agosto*



: Missa das Tertúlias

*12 de agosto*



: Inauguração da exposição "Lendas, memórias e outras estórias", na Galeria Municipal



: Procissão de velas



: Novena



# MOMENTOS DA FESTA

*16 de agosto*



: Corrida de touros



: Animação no Jardim Municipal

*17 de agosto*



: Há jazz no terreiro



: Animação nas ruas da vila

*18 de agosto*



: Noite de fados na escadaria da Câmara Municipal

# MOMENTOS DA FESTA

*13 de agosto*



: Festa dos 20 anos da tertúlia "O Piriquita"

*14 de agosto*



: Animação nas ruas



: Largada de touros

*15 de agosto*



: Procissão em honra de N.ª Sr.ª da Salvação



# 10.º FESTIVAL DO CARACOL E ENCONTRO DE COLETIVIDADES



Nos dias 6 e 7 de julho realizou-se, no Pavilhão Multiusos, mais uma edição do Festival do Caracol contando, à semelhança das edições anteriores, com a participação de diversas associações/coletividades do concelho, que apresentaram todos os visitantes com deliciosos petiscos tendo, sempre, por base o caracol.

Teve, ainda, especial destaque a participação das associações no programa de animação que, com as marchas populares e a demonstração de Aeromodelismo contribuíram para enriquecer o programa de animação e para o bom êxito deste certame



: Participação da marcha do Clube Recreativo e Desportivo Arrudense



: Stand do Moto Clube Herdade do Cereiro

# A PROTEÇÃO CIVIL INFORMA

## Onda de calor

Segundo a Organização Meteorológica Mundial (OMM) uma onda de calor consiste num intervalo de pelo menos 6 dias consecutivos, em que a temperatura máxima diária é superior em 5°C ao valor médio diário no período de referência.

No entanto, esta definição está mais relacionada com o estudo e análise da variabilidade climática do que propriamente com os impactos na saúde pública de temperaturas extremas que possam observar-se num período mais curto. Ou seja, a ocorrência de 3 dias em que a temperatura seja 10 °C acima da média terá certamente mais impacto na saúde humana que 7 dias com temperatura 5 °C acima da média.

As ondas de calor podem ocorrer em qualquer altura do ano, no entanto são mais evidentes e sentidas pelos seus impactos quando ocorrem nos meses de verão (junho, julho e agosto). As que ocorrem em junho, em Portugal Continental, encontram-se associadas a uma maior mortalidade do que ondas de calor com as mesmas características que ocorrem em agosto, o que sugere que o corpo humano tem uma capacidade de aclimação ao calor.

As situações de calor extremo afetam o Homem provocando alterações ao nível do seu estado fisiológico, em particular nos grupos de população idosa, crianças e pessoas com doenças de coração e vias respiratórias.

Principais medidas de autoproteção em situações de muito calor:

- Beba água com regularidade ou sumos de fruta natural sem adição de açúcar;
- Evite a exposição ao sol nas horas de maior calor (aproximadamente entre as 11h00 e as 16h00);
- Evite bebidas alcoólicas e com elevados teores de açúcar;
- Faça refeições ligeiras, com pouca gordura e sem condimentos;
- As pessoas que sofram de doença crónica, ou que estejam a fazer uma dieta com pouco sal, ou com restrições de líquidos, devem aconselhar-se junto do seu médico;
- Os recém-nascidos, as crianças, as pessoas idosas e as pessoas doentes, podem não sentir, ou não manifestar sede, pelo que estão particularmente vulneráveis – ofereça-lhes água e esteja atento;
- Evite fazer atividades que exijam muito esforço físico, particularmente nos períodos de maior calor;
- Se viajar de carro, escolha horas de menor calor. Não permita que pessoas (especialmente crianças e idosos) e/ou animais fiquem dentro da viatura ao sol;
- Use roupas leves de algodão com cores claras, as cores escuras absorvem maior quantidade de calor;
- Em casa, durante o dia, abra as janelas e mantenha as persianas fechadas para haver circulação de ar. Durante a noite abra as janelas para que o ar circule e a casa arrefeça;
- Se tiver o corpo muito quente não tome banho com água demasiado fria. Tome um duche de água tépida.

Fonte: IPMA e ANPC





# APONTAMENTOS CULTURAIS

## PATRIMÓNIO IMATERIAL

### Ritos de maio

O património imaterial de uma comunidade contribui de forma significativa para o registo e conhecimento da cultura local, conferindo uma marca cultural e identitária da mesma.

Arruda dos Vinhos é terra de crenças e tradições, que se têm mantido e manifestado ao longo dos tempos, de diferentes modos e costumes, persistindo na cultura local.

**” As celebrações de maio ou ritos de maio são tradições pagãs, que ocorrem por todo o país, embora registem algumas diferenças região para região. Desde dos tempos ancestrais que as estações do ano marcam mudanças de ciclos naturais de harmonização da natureza. A primavera está associada ao “renascimento da natureza”, marcada pela fertilidade do mundo natural (reflorescimento da flora e fertilidade animal), deixando para trás a escuridão e frieza do Inverno.**

As celebrações de maio, os seus ritos e costumes, celebram a vida, a fertilidade e a saúde. Desta forma, no seio de comunidades rurais, é prezada a proteção dos animais e a fertilidade dos campos, sendo que algumas das diversas tradições de maio ainda estão presentes na comunidade local, e são celebradas anualmente no nosso concelho, nomeadamente através de costumes como a celebração do dia da “Bela Cruz ou Maias” e a 5ª Feira da Espiga e o “ramo da espiga”.



## DIA DA ESPIGA

O Dia da espiga ou Quinta-feira da espiga é celebrado no dia da Quinta-feira da Ascensão com um passeio matinal, em que se colhe espigas de vários cereais, flores campestres e raminhos de oliveira para formar um ramo, a que se chama de espiga.

Segundo a tradição o ramo deve ser colocado por detrás da porta de entrada, e só deve ser substituído por um novo no dia da espiga do ano seguinte. As várias plantas que compõem a espiga têm um valor simbólico profano e um valor religioso. Crê-se que esta celebração

tenha origem nas antigas tradições pagãs e esteja ligada à tradição dos Maiores e das Maias.

O dia da espiga era também o “dia da hora” e considerado “o dia mais santo do ano”, um dia em que não se devia trabalhar. Era chamado o dia da hora porque havia uma hora, o meio-dia, em que em que tudo parava, “as águas dos ribeiros não correm, o leite não coalha, o pão não leveda e as folhas se cruzam”. Era nessa hora que se colhiam as plantas para fazer o ramo da espiga e também se colhiam as ervas medicinais. Em dias de trovoadas queimava-se um pouco da espiga no fogo da lareira para afastar os raios.

A simbologia por detrás das plantas que formam o ramo de espiga:

Espiga - pão

Malmequer - ouro e prata

Papoila - amor e vida

Oliveira - azeite e paz

Videira - vinho e alegria

Alecrim - saúde e força.



## DIA DA BELA CRUZ OU MAIAS

Data: Noite de 2 para 3 de maio

“A origem desta festividade parece prender-se com os ritos pagãos romanos conhecidos como «Florália» ou «Florais», festividades em honra de Flora, a deusa das flores e da Primavera, e que teriam lugar de 28 de abril a 3 de maio.

Tratava-se de dar as boas vindas à primavera e a um novo ciclo de vida. No festival, que incluía representações teatrais e jogos, os romanos trocavam as habituais vestes brancas por outras mais coloridas e celebravam oferecendo leite e mel à deusa Flora. Curioso é que os Ludi Florales foram assumidos pelas prostitutas como a sua celebração.

Aparentemente, a comemoração das Maias ou da Bela Cruz que tem lugar nos meios rurais em maio, particularmente no dia 3 de maio, não passa de uma fusão entre o profano/ pagão e a necessidade das comunidades rurais disfarçarem esse paganismo com a cultura cristã emergente. Daí as várias designações com que surge (Dia da Bela Cruz, Dia da Santa Cruz ou Dia da Vera Cruz) e que se ligam à celebração de uma importante solenidade litúrgica da Igreja Católica: a Ascensão, como exaltação do triunfo de Cristo sobre a Morte.

O Dia da Bela Cruz celebrava-se na noite de 2 para 3 de maio e sob várias formas:

- as moças solteiras enfeitavam os vários cruzeiros da localidade com flores silvestres e colocavam às portas cruzes de canas enfeitadas de flores;
- os camponeses colocavam nas terras cruzes enfeitadas pedindo fertilidade para as terras e boas colheitas;
- os rapazes escreviam nas paredes caídas das casas das raparigas solteiras ditos, nem sempre lisonjeiros, alusivos a namoros que existiam ou não, paixões e zangas. Estes escritos, sempre acompanhados pelo desenho de uma cruz.

# SAIBA ONDE VOTAR\* INFORME-SE AGORA!

Porque o seu voto é importante, verifique se a sua situação no recenseamento eleitoral (nº e freguesia de inscrição) sofreu alterações com as recentes mudanças na organização administrativa das freguesias.

## UTILIZE UMA DAS SEGUINTE ALTERNATIVAS:

- **SMS 3838 (GRATUITO)**

Envie uma mensagem escrita (SMS), para o número 3838, escrevendo:  
RE (espaço) Nº de identificação civil constante no Bilhete de Identidade  
ou Cartão do Cidadão (espaço) data de nascimento (no formato AAAAMMDD).  
Exemplo: RE 12345678 19750602

- **PORTAL DO RECENSEAMENTO**

Consulte na internet [www.recenseamento.mai.gov.pt](http://www.recenseamento.mai.gov.pt)

- **LINHA TELEFÓNICA DE APOIO AO ELEITOR**

Ligue 808206206 (custo de chamada local)

- **DIRIJA-SE À SUA JUNTA DE FREGUESIA**

\* Para saber o local concreto da freguesia (escola, edifício público ou outro) onde vai votar, informe-se, a partir de 14 de setembro, na sua Junta de Freguesia ou Câmara Municipal, através dos editais afixados nos locais habituais. Na grande maioria dos casos, os locais são os mesmos das anteriores eleições.



MINISTÉRIO  
DA ADMINISTRAÇÃO  
INTERNA



DIREÇÃO GERAL  
DE ADMINISTRAÇÃO  
INTERNA