



VIDA DE PARANHOS

Junta de Freguesia de Paranhos . N.º 47 • junho 2014 a setembro 2014 • Diretor: Alberto Machado

> pág. 2



Paranhos mantém vivas tradições da sua origem rural

Destaques



Paranhos adere a dois novos projetos sociais, para a população mais vulnerável.

> pág. 2



Abertura de novos ATL de Pontas, permite alargar o horário de funcionamento de metade das E.B.I da Freguesia.

> pág. 2



Primeiro ano do segundo mandato de Alberto Machado em balanço.

> pág. 3

editorial

Caros Concidadãos,

Estamos, por esta altura, a concluir o primeiro ano deste mandato 2013/2017. Cabe, pois, fazermos um balanço do trabalho que já fizemos neste primeiro ano e perspetivar os projetos que estão neste momento em preparação para o futuro.

À semelhança dos mandatos anteriores, temos mantido o nosso programa eleitoral bem presente no dia a dia do Executivo, de forma a assegurar total empenhamento no cumprimento das metas definidas para o mandato.

Ao longo deste ano, promovemos a continuidade do trabalho que temos desenvolvido em Paranhos nos últimos anos, concretizando os projetos, as atividades e as iniciativas com as quais, os Paranhenses já se familiarizaram, e às quais aderem de forma expressiva. São exemplos disso a Feira Rural, o Passeio 10 de Junho, as Festas de N.ª S.ª da Saúde, as Férias Desportivas, o Entrelaçar, entre tantos outros.

Renovamos a aposta na Ação Social, mantendo este Pelouro sob a alçada do Presidente da Junta e reforçamos a Comissão Social de Freguesia como ponto central de toda a atuação.

Abrimos mais 3 ATL de pontas nas escolas EB I da Freguesia, tendo em vista a utilização dos espaços escolares em horário pós-letivo. É um importante apoio que estamos a dar às famílias, cada vez com horários de trabalho mais incertos e incompatíveis com a rigidez do horário escolar. Já concretizada, está também uma parceria com a PSP – Esquadra do Bom Pastor, no âmbito dos programas “Idosos em segurança” e “Comércio seguro”, nos quais é possível aos agentes da polícia de proximidade terem um telemóvel disponível com um número público de acesso facilitado aos beneficiários destes projetos.

Criamos o Orfeão de Paranhos, que já se apresentou à Freguesia, com a atuação inaugural. Constituído por cerca de 30 paranhenses, o grupo é dirigido pelo maestro Sérgio Martins.

Em execução está também a obra de construção do crematório de Paranhos, inserido num projeto maior – o do Tanatário da Freguesia, que teve de ser adiado, por questões orçamentais.

Em colaboração com uma das escolas secundárias da Freguesia estamos já a dar os primeiros passos na intenção de instituir um prémio anual para os melhores alunos de Paranhos em cada escola. Entendemos que ao premiar o mérito estamos a contribuir para estimular o esforço e a dedicação, fulcrais para que crianças e jovens de hoje, tenham acesso a um futuro mais promissor.

De salientar igualmente o trabalho de sensibilização que temos vindo a efetuar junto da Câmara do Porto com vista à criação de um parque infantil/zona verde na Areosa, projeto pelo qual a Junta de Freguesia vem lutando desde 2009.

É nosso designio trabalhar de forma honesta, transparente e empenhada para podermos proporcionar o melhor a todos os Paranhenses. Tal aspiração obriga-nos a ter uma visão inovadora e direcionada a novos horizontes, pois só assim, podemos fazer de Paranhos uma Freguesia da qual todos se orgulhem.

Contamos consigo!

Alberto Machado
Presidente da Junta de
Freguesia de Paranhos



Aniversário da Junta de Freguesia, celebrado com adesão a dois novos projetos sociais!

A Junta de Freguesia de Paranhos comemorou no passado dia 18 de julho, 179 anos da sua criação. O dia de aniversário, foi o escolhido para concretizar a adesão a dois novos projetos que se crê, vão conferir melhores condições à população a que se destinam. São muitos os problemas sociais que ainda existem, mas é prioridade deste Executivo, tudo fazer para minimizá-los, através de projetos sociais para a comunidade. Face ao atual cenário socio-económico que vem afetando um maior número de famílias que se veem confrontadas com o desemprego e com todas as adversidades que desta realidade emana, a Junta de Freguesia de Paranhos tem procurado dar resposta às muitas situações de carência e vulnerabilidade que deteta, através de um conjunto de respostas que necessitam da colaboração e solidariedade de todos quantos possam ajudar. Alguns, como a Loja Social, o Plano de Emergência Social, o Cantinho dos Avós, o Ciclo de Passeios Mensais, o ATL de Pontas, a Unidade Empresarial de Paranhos, os Planos de

Formação, o Programa de Teleassistência, que estão já no terreno, têm dado provas da sua pertinência para a melhoria das condições e capacitação dos seus destinatários.

Os dois novos projetos, que representam também novos desafios para esta Autarquia, resultam da assunção de duas promissoras parcerias: uma com a Associação



Dar i Acordar – Associação para a Recuperação do Desperdício, parceira da ASAE (Autoridade de Segurança Alimentar e Económica) e outra, com o Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade (MIPP da Esquadra do Bom Pastor). A primeira, faz de Paranhos uma Freguesia Zero Desperdício. Este

projeto pretende criar uma rede colaborativa entre a Dar i Acordar, a Junta de Freguesia, operadores do setor alimentar, IPSS e ONG, para a recolha de alimentos excedentários em restaurantes que adiram ao projeto, para serem doados a pessoas carenciadas, numa lógica de trabalho paralelo ao nível da sua capacitação para que, de forma paulatina, se possa interromper a necessidade da situação de dependência. A Junta já contactou as cantinas escolares e a Universidade do Porto, estando a ultimar o lançamento do serviço de take-away, que será mais confortável para quem irá recorrer ao serviço.

Agora é possível aos agentes associados a estes programas terem um telemóvel disponível com um número público de acesso facilitado aos beneficiários destes projetos: população idosa da freguesia, com especial incidência sobre os idosos isolados, e comerciantes. Todos os custos derivados deste serviço serão suportados pela Junta de Freguesia. Esta é uma estratégia que visa contribuir para o bem estar e segurança da popu-

lação mais vulnerável e propensa à ocorrência de situações de risco. Assim, a par do programa de tele-assistência, os idosos passam a ter uma nova forma de proteção com ligação direta à PSP da Esquadra do Bom Pastor, que lhes garante maior segurança.

O lançamento destes dois projetos, numa data tão especial, revestiu-se de um significado muito particular para a Junta de Freguesia de Paranhos, pois são prenúncio que está na vontade do poder local agilizar parcerias, estabelecer redes com os atores sociais locais e tornar-se também ele, num agente de mudança da comunidade. É esse o nosso propósito!



Início do ano letivo, com novos ATL de Pontas!

Com o intuito de apoiar pais e encarregados de educação que não encontram alternativas ajustadas às suas capacidades financeiras para integrar os seus filhos/educandos, em equipamentos adequados, antes e após as aulas, a Junta de Freguesia de Paranhos, após a experiência de três anos com o ATL de Pontas do Bom Pastor, decidiu alargar esta resposta a mais três escolas: Augusto Lessa, Costa Cabral e Covelo. Esta decisão, vai permitir que mais crianças



entre os 6 e os 10 anos de idade, possam ser abrangidas por esta valência, que garante segurança e acompanhamento adequados em períodos em que não estão nas aulas. O objetivo da Junta de Freguesia é, até ao final do mandato, abrir ATL de Pontas em todas as Escolas do 1º Ciclo da Freguesia, democratizando o acesso de todos a este tipo de equipa-

mento, essencial para a organização do dia-a-dia das famílias.

Durante o período de aulas, os ATL de Pontas funcionam das 08h00 às 09h00 e das 17h30 às 19h30. No entanto, nos períodos de férias de Natal, Páscoa, Carnaval e de verão, os ATL estão



abertos em horário alargado, das 8h00 às 19h00, de segunda a sexta, encerrando apenas no mês de agosto. A Junta de Freguesia garante assim, férias divertidas e em segurança para todas as crianças que se inscreverem nestes períodos. As atividades que a Junta propõe são muitas e diversificadas, como por exemplo, visitar museus da cidade, fazer encontros intergeracionais, ateliês de costura criativa, workshops de culinária, idas ao cinema, participações em peddy papers, passeios em parques e jardins, sessões de capoeira e muitas, muitas mais!

XVI Desfolhada à Moda Antiga



Conhecida como um duro trabalho agrícola, antigamente, a desfolhada juntava família, vizinhos e amigos, em torno desta tarefa que se prolongava noite dentro. Os jovens (moços), eram os mais entusiasmados, pois, se encontrassem o milho rei podiam beijar ou abraçar as raparigas presentes. Esta atividade, sempre acompanhada por danças e canções, ao som da concertina, foi revivida, como já vem sendo hábito, pelo 14º ano consecutivo, numa iniciativa do Rancho Folclórico de Paranhos e da Junta de Freguesia. A Quinta de São Romão, na zona da Areosa, foi o cenário escolhido para recriar esta tradição rural, que juntou curiosos,

entusiastas e habitués destas práticas, em torno das maçarocas de milho, da música e claro, dos petiscos!

A Junta de Freguesia de Paranhos tem empenhado todos os esforços para preservar as tradições que marcam a identidade da sua origem rural, mantendo vivos modos e costumes que nos guiam a um passado não muito logínquo, em que Paranhos era um centro agrícola de referência nas redondezas. Este reavivar da etnografia paranhense, só é possível com o apoio incondicional do Rancho Folclórico de Paranhos, grande conhecedor e dinamizador das tradições rurais, cujos resquícios ainda se podem encontrar na Freguesia.

Entrevista a Alberto Machado

Balanço do 1º ano deste segundo mandato à frente da Junta de Freguesia



- Pensando no programa eleitoral apresentado há um ano aos Paranhenses, que balanço faz da sua gestão?

AM – Tendo em conta a atual conjuntura financeira, penso estar em condições de afirmar que a gestão deste primeiro ano de mandato foi um sucesso. Conseguimos já neste ano concretizar muitas das propostas apresentadas no programa eleitoral. Face à continuidade dos cortes orçamentais que a Junta vem sofrendo, lembro que em 2009 tivemos um orçamento de 1.680.000 euros e que, em 2014, esse valor caiu para os 1.200.000 euros, foram inúmeras as iniciativas que implementamos, ou a que demos continuidade. Claro que

tivemos de fazer ajustamentos e opções entre atividades e orçamento disponível, para encontrar o equilíbrio necessário entre uma gestão responsável e as respostas às necessidades prementes dos Paranhenses e penso que conseguimos. Sempre tivemos como lema dizer a verdade às pessoas, explicando-lhes e alertando-as para os constrangimentos financeiros e o impacto que eles têm na gestão da Junta.

- Quais as iniciativas realizadas neste 1º ano, que o deixam com sensação de dever cumprido?

AM – Felizmente são bastantes. Entre a continuidade de projetos que já vinham do nosso mandato anterior,

como a Loja Social, projetos de promoção e democratização da cultura, o entrelaçar, a hidroginástica, as férias desportivas, entre muitos outros, o primeiro ano deste novo mandato caracteriza-se pela assunção e concretização de novas iniciativas, como a criação do Orfeão de Paranhos, a adesão de Paranhos ao movimento “Zero Desperdício”, em parceria com a Associação Dariacordar, que irá dar novo destino a refeições confeccionadas que não chegam a ser utilizadas pelos restaurantes, pelas grandes superfícies e pelas cantinas de instituições. A parceria com a Esquadra da PSP do Bom Pastor nos programas “Idosos em Segurança” e “Comércio Seguro”, nos quais é possível aos agentes associados a estes projetos terem um telemóvel disponível com um número público de acesso facilitado aos beneficiários destes projetos. A possibilidade de aumentarmos o número de escolas do 1º ciclo da nossa Freguesia com horário alargado, através da criação de ATL’s de Pontas, o alargamento do horário de funcionamento do cemitério de Paranhos, ou as visitas aos museus. Foram muitas as iniciativas novas que concretizamos ou que se encontram em fase de concretização, como o crematório de Paranhos ou os diálogos constantes de sensibilização, (que já deram frutos), com o IHRU, para que assuma obras de requalificação nos seus bairros, ou com a CMP para

edificar um parque infantil na Areosa, por exemplo.

- Quais as prioridades para os próximos 3 anos de mandato?

A nossa grande prioridade é gerir os destinos de Paranhos com rigor, inovação e transparência. Dar continuidade às iniciativas que sabemos, serem estratégicas para a população, mas também realizar novos e inovadores projetos, que sejam para os Paranhenses, motivo de orgulho. Queremos terminar a construção do crematório, cobrir a totalidade das escolas do 1º ciclo com ATL de Pontas, intervir junto da CMP para melhorar o Jardim de Arca de Água, continuar as diligências com o IHRU para acelerar as obras, nos bairros de Paranhos.

É ainda opção continuar à frente do Pelouro da Ação Social, pois sendo Presidente, tenho consciência que esse cargo me permite estar ainda mais próximo e disponível para as pessoas mais carenciadas.

De forma a estimular o sucesso dos nossos alunos, temos também como objetivo alargar a todas as escolas da Freguesia, a atribuição anual de um prémio de mérito aos melhores alunos de Paranhos.

A nossa missão é trabalhar de forma empenhada para servir o melhor que podemos a população, mediante o cenário financeiro que temos, cumprindo com os nossos compromissos eleitorais.

Festas em honra de N.ª Sr.ª da Saúde



originado pela intervenção da Câmara Municipal do Porto no Jardim de Arca de Água, que limitou em muito o espaço disponível para as estruturas, a Junta de Freguesia de Paranhos não baixou os braços e empenhou todos os esforços para que a tradição se mantivesse naquele lugar tão emblemático, com a melhor qualidade possível. As Festas de Nossa Senhora da Saúde representam um marco importantíssimo da identidade religiosa, cultural e social da nossa Freguesia, que mais uma vez ficou comprovado com a enorme afluência de pessoas que durante os 17 dias de celebração marcaram presença, não só no Jardim de Arca de Água, mas também no Largo do Campo Lindo, onde está edificada a Capela de Nossa Senhora da Saúde, local onde tiveram lugar as celebrações religiosas.

Do dia 01 ao dia 17 de agosto, Paranhos transformou-se no epicentro da animação da cidade, atraindo milhares de fiéis e entusiastas de todas as idades, que assistiram aos inúmeros concertos, entre os quais podemos destacar a atuação dos Diapasão e de Mónica Sintra, aproveitando as diversões típicas das festas, como os carrosséis e os matraquilhos e como não podia deixar de ser, para repor energias e adoçar o paladar, as doces



farturas, ou o pão com chouriço, entre muitas outras iguarias disponíveis nas barraquinhas tradicionais.

O ponto alto das Festas foi sem dúvida, a Majestosa Procissão, que se realizou no dia 15, juntando um impressionante número de pessoas, entre assistência e participantes que assim, demonstraram a sua devoção e agradecimento a Nossa Senhora.

O fogo de artifício, foi outro dos pontos altos que fez as maravilhas da assistência.

Aproveitamos este espaço para endereçar um agradecimento e uma palavra de apreço pela compreensão de todos os moradores que residem nas imediações do Jardim de Arca de Água, por algum transtorno que o barulho, habitual neste tipo de eventos, possa ter causado, principalmente este ano, em que fomos obrigados a alterar a orientação do palco.

Apesar do cenário de incerteza que antecedeu a realização das Festas em Honra de Nossa Senhora da Saúde,

Junta de Freguesia de Paranhos contribui para acelerar o compromisso do IHRU Bairros do IHRU com obras à vista!



Como já havia sido avançado na anterior edição do "Vida de Paranhos", o Instituto de

Habitação e Reabilitação Urbana – IHRU, é a entidade responsável pela gestão de 4 bairros sociais do Estado, em Paranhos: Leonardo Coimbra, São Tomé, Novo de Paranhos e Amial. A Junta de Freguesia tem vindo a sensibilizar o IHRU para a premência e urgência de intervenções de manutenção e melhoria das condições dos seus habitantes, ainda para mais, quando o IHRU procedeu a uma atualização /revisão das rendas. O compromisso que a direção do IHRU assumiu com a

Junta de Freguesia tem vindo a cumprir-se: com as obras realizadas nos blocos do IHRU do Bairro Leonardo Coimbra em 2012, com o lançamento do concurso para a empreitada no Bairro Novo de Paranhos a arrancar ainda em 2014 e com a calendarização de obras no Bairro do Amial em 2016. Em relação ao bairro de São Tomé, as obras só poderão ser programadas quando forem constituídos condomínios, pois uma parte das habitações deste bairro são propriedade de

quem lá vive e outra parte propriedade do Estado. Havendo habitações privadas e outras do Estado, o IHRU não pode intervir, pelo que, a Junta de Freguesia de Paranhos, alerta os moradores deste bairro para a constituição de condomínios o quanto antes, disponibilizando o seu apoio nesta matéria. Está já prevista uma deslocação à Assembleia da República, para serem apresentados os problemas referentes ao aumento das rendas e à urgência da realização das obras.

Passear para integrar!



O dia em que se comemora o Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas, é há já alguns anos, o dia destinado ao passeio anual dos seniores e pensionistas de Paranhos, promovido pelo Pelouro da Ação Social. Este ano, o passeio em que participaram perto de 1000 pessoas, teve como destino a bonita cidade costeira da Figueira da Foz, cujas ruas se encheram de Paranhenses muito bem dispostos. O dia continuou com um almoço na Quinta do Paúl onde o convívio se estendeu tarde dentro, animado pela música e pelo imperioso baile, que não pode faltar nesta ocasião. Junho, é também mês dos Santos Populares, e como não podia deixar de ser, o São João foi festejado com uma bela e boa sardinhada, na Colónia de Férias da Apúlia, por 250 seniores e pensionistas. A anteceder o almoço, houve ainda tempo para um agradável passeio pelas bonitas e coloridas ruas da Cidade de Viana do Castelo e visita ao Monte de Santa Luzia, local que oferece uma

paisagem inebriante sobre a cidade. Não são só as pessoas reformadas ou pensionistas que têm oportunidade de participar nos passeios organizados pela Junta de Freguesia. Mensalmente, a Junta realiza passeios convívio que estão abertos a toda a população, independentemente da sua condição perante o trabalho.

Para além dos passeios, sejam os



mensais (abertos a todos), sejam os de celebração de datas específicas, os seniores e pensionistas de Paranhos estão em ação o ano inteiro, com as muitas atividades programadas para que possam passar o tempo de forma equilibrada, em boa companhia e de forma ativa. Para além dos Centros de Convívio "Gruta de Arca de Água" e "Cantinho dos Avós", os seniores de Paranhos têm outras opções em que podem participar, como a hidroginástica, a horta pedagógica, sessões de manualidades, dança social, entre outras!

Feira da Saúde de Paranhos

Este certame, que se vem realizando todos os anos, e que pretende alertar para cuidados de saúde essenciais, garantindo à população uma oportunidade de fazer vários rastreios de forma gratuita, voltou ao Jardim de Arca de Água, para mostrar algumas das novidades em matéria de saúde e bem estar. A organização, a cargo da Farmácia Marques Mendonça contou com o apoio da Junta de Freguesia de Paranhos e de várias instituições ligadas à saúde, promoveu rastreios gratuitos à pressão arterial, glicémia, colesterol, triglicéridos, visão, espiro-

metria, anemia, ferritina, índice de massa corporal, HIV/SIDA e audiometria. Quem por lá passou, teve ainda oportunidade de se consultar com especialistas de nutrição, podologia, psicologia, dermocosmética e desporto.



Sistema de Teleassistência continua a combater o isolamento

A Junta de Freguesia de Paranhos tem vindo a reforçar a difusão deste sistema que permite combater a solidão e sobretudo, garantir a segurança da população idosa isolada, 24 horas por dia, 365 dias por ano. Este mecanismo permite aos idosos acionarem um botão em situação de emergência, quando desejam esclarecer dúvidas, ou simplesmente quando o objetivo é minimizar a solidão com uma conversa. Este aparelho, de utilização muito simples, faz já parte do dia a dia de um número crescente de idosos residentes em

Paranhos, que ao aderirem à sua aquisição passam a estar mais protegidos e seguros. As pessoas interessadas em adquirir o aparelho, deverão entrar em contacto com o gabinete de ação social, que fará o encaminhamento do processo. A Junta de Freguesia apoia ainda as pessoas carenciadas na aquisição deste equipamento.



Os bebés que nos faltam!

Ao longo dos oito séculos de História, Portugal enfrentou desafios complexos dos quais resultaram, em muitos casos, feitos inimagináveis. Fizemos a nossa História ao longo de gerações imensas que transmitiram este nosso legado coletivo, enquanto país e povo. A crise financeira, económica, social que o país enfrenta não é a única preocupação e agrura do presente. O inverno demográfico, a diminuta taxa de natalidade é um dos desafios mais complexos da nossa História presente e, consequentemente, do futuro. As políticas sociais e o desenvolvimento económico são respostas que têm

de ser tidas em conta para potenciar o crescimento do número de crianças, de portugueses que transportem o nosso legado, como as gerações que nos precederam o fizeram. Enquanto assistimos à emigração de jovens casais que procuram melhores condições para construir uma família, as políticas (e práticas) laborais, que deveriam respeitar e ser alicerce da própria maternidade e paternidade, não evoluem, tornando-se, pelo contrário, mais restritivas, neoliberais, assistindo-se à bizarria suprema quando (como o denunciaram recentes notícias) empresas obrigam mulheres a assinar contra-

tos de trabalho, onde consta a obrigação de não engravidar! A nível do governo do país, mas também das autarquias, urge implantar novas políticas, formas de reverter este penoso futuro. No interior há já exemplos que se multiplicam relativamente aos incentivos monetários pelo nascimento de uma criança, mas no litoral há medidas que podem e devem debelar este panorama e as autarquias têm, como sempre, um papel marcante na resolução de problemas ou na abertura de soluções para a população. Horários de creches, parcerias IPSS, apoios a famílias, são pequenas gotas de

água num flagelo que ameaça as sociedades ocidentais e, em particular, Portugal. Sendo um problema tão complexo, talvez possamos caminhar passo a passo para o mitigar, começando pela base, pelas nossas autarquias. Uma pequena ideia pode fazer toda a diferença nesta nação de "heróis do mar", mas também de mães coragem e pais heróis.

Vítor Monteiro
Presidente da Assembleia
de Freguesia de Paranhos



EDUCAÇÃO

Dia Mundial da Criança pautado pela diversão

A Junta de Freguesia de Paranhos não podia deixar de assinalar aquele que é um dos dias mais especiais do ano para os mais novos. O dia que relem-



bra e assinala a proclamação, pela ONU, da Declaração Universal dos Direitos da Criança, foi assinalado com atividades divertidas, para lhes proporcionar a alegria que merecem.

Os meninos e meninas puderam visitar e explorar uma viatura do INEM, fazer visitas à Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto, onde assistiram a uma exposição, e ainda, uma visita ao Centro de Saúde do Covelo. Foi um dia cheio de novidades e muitas aprendizagens em modo diversão!

Comer Junto, o concurso que promove a cozinha saudável!



Comer Junto, o concurso que promove a cozinha saudável! O Concurso que junta gerações diferentes da mesma família, reuniu na EB 2/3 Pêro Vaz de Caminha, 11 equipas, prontas a meter as mãos na massa, sob o olhar atento e guloso do júri que decidiu qual a equipa vencedora.

Esta iniciativa da Fundação EDP, que agrega vários parceiros, entre eles, a Junta de Freguesia de Paranhos, premiou as famílias que apresentaram a um júri perito em cozinha, pratos originais, saudáveis e económicos. Para descontraír, entre toda a azáfama da cozinha, houve zumba, demonstrações de judo, uma peça de teatro, pela FAP no Bairro e um delicioso lanche!



CULTURA E DIVULGAÇÃO DO PATRIMÓNIO

A Casa esteve em Festa!



A 5ª edição de "A Casa está em Festa", decorreu no dia 28 de junho, numa simbiose perfeita em que Casa da Cultura de Paranhos e Largo do Campo Lindo, se transformaram num palco único para receber e oferecer um vasto leque de manifestações culturais concentradas ao longo de um

intenso mas muito animado dia. Foram muitas as pessoas que não quiseram perder um dia de pura animação! "A Casa está em Festa", celebrou o culminar de um ano de atividades da Casa da Cultura. Neste dia, os formandos das várias ações de formação receberam das mãos do Presidente, Alberto Machado, os diplomas de participação, numa cerimónia que contou também, com as presenças do responsável do Pelouro, Raúl Jorge, e dos vários formadores que colaboraram com a Casa da Cultura no ano 2013/2014.

Artesanato, teatro, exibição de danças pelo Rancho Folclórico de Paranhos, ilusionismo e exposições, foram algumas das atividades que animaram este dia!

5ª Edição do Entrelaçar está de volta!



Com o regresso das aulas, regressa também mais uma edição, a 5ª, do Projeto Entrelaçar, dinamizado pelo Pelouro da Educação. O Entrelaçar pretende aproximar pais e filhos, estreitando laços familiares, através de dinâmicas e atividades divertidas, inovadoras e pedagógicas. A título de exemplo,

podemos elencar algumas das atividades que se realizaram na edição anterior: visita guiada à Lipor; jogos de orientação, workshops variadíssimos, dos quais podemos destacar os de cupcakes, culinária, teatro, presépios, mandarim, entre outros! As atividades realizam-

se aos sábados de manhã, quinzenalmente, e são gratuitas para todas as crianças e pais, cujos filhos frequentem os JI e EBI da nossa Freguesia! A 1ª atividade, em outubro, celebra o Dia Mundial da Música, no Pavilhão Multiusos da Areosa.

Paranhos Sorridente

Com o início de mais um ano letivo, abrem-se novamente as portas da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto às escolas do 1º ciclo da nossa Freguesia, fruto da parceria estabelecida entre esta Faculdade e a Junta de Freguesia de Paranhos, que muito tem contribuído para a promoção da saúde oral junto dos mais novos e das suas famílias, com a avaliação da saúde oral através de um exame clínico gratuito, bem como, pela deslocação às escolas, dos alunos da Faculdade, para sessões de promoção de cuidados de saúde e higiene oral. Este ano, os rastreios vão incidir sobre os alunos do 1º e 4º ano. A cada criança rastreada é atribuído um cartão de cor verde, amarela, ou vermelha. Se for verde, indica necessidade de vigilância da saúde oral, se for amarelo, indica necessidade e continui-

dade de tratamentos dentários. Se a cor atribuída for a vermelha, indica necessidade de intervenção urgente. A parceria entre as duas instituições (FMDUP e JFP) permite que os alunos beneficiem de tratamentos dentários nas instalações da Faculdade, a um preço fixo de 11 euros por consulta. A radiografia panorâmica (da boca toda) terá um preço de 5 euros. Estão excluídos deste protocolo os tratamentos ortodónticos (correções), cirurgias complexas e próteses.



Poesia, pintura, fado e solidariedade



O escritor paranhense Fernando Campos de Castro, apresentou o seu mais recente livro de poesia, "Inquietudes e outras atitudes", no Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos, no passado mês de julho. A apresentação da obra coube a Maria José Magalhães. Muitos foram

os que marcaram presença para dar o seu apoio e ficar a conhecer melhor a obra desta figura de grande relevo na cultura da nossa cidade. Setembro, regressou à Casa da Cultura com uma exposição de pintura da artista Sara Uva. Este mês, marcou também o regresso de "A Poesia anda no ar...", cuja primeira sessão do novo ano de atividades, se revestiu de solidariedade para com as pessoas sem abrigo.

Foram muitos os artistas, poetas, fadistas e paranhenses que responderam ao desafio lançado pela Junta, para se unirem numa sessão que juntou fado, música e poesia com o objetivo de angariar produtos de higiene para pessoas carenciadas.

Paranhos nas Jornadas Europeias do Património 2014! Fotografia e visitas ao Manancial de Paranhos...



Este ano, o mote das Jornadas Europeias do Património foi o tema "Património, sempre uma descoberta". Com este tema, pretendeu-se chamar a atenção para a permanente novidade que o Património Cultural encerra, sempre atualizado através de novo conhecimento, novos olhares e

novas interpretações; de igual modo, o enorme potencial do Património, construído ou imaterial, e a sua importância determinante para um desenvolvimento harmonioso e equilibrado da sociedade, estão nele contidos. A Junta de Freguesia de Paranhos aderiu novamente ao desafio e no âmbito da sua participação, através do Pelouro da Cultura e Divulgação do Património, foi inaugurada uma exposição de fotografia, "Paranhos, um manancial a descobrir..." e foram realizadas quatro visitas por dia, ao Manancial de Paranhos, nos dias 29 e 30 de setembro, dando a conhecer as maravilhas subterrâneas de Paranhos da nossa Arca de Água.

Um Museu? Venha connosco conhecer as obras e o património da nossa cidade



Promover o convívio entre seniores através da cultura e incutir o gosto pelos museus, dando a conhecer as imensas maravilhas patrimoniais que estes espaços têm para oferecer, faz parte do projeto "Um Museu?", que todos os meses desafia a população da nossa Freguesia a visitar e

conhecer os museus da cidade. Serralves, Museu Soares dos Reis, Museu da Venerável Ordem de São Francisco, são apenas alguns exemplos dos locais já visitados. As pessoas interessadas nesta atividade devem inscrever-se e procurar mais informações na Casa da Cultura de Paranhos.

Feira Rural à Moda Antiga e Feira de Tradições



Nos dias 31 de maio e 01 de junho, o Jardim de Arca de Água transformou-se em ambiente de tradições e emoções.

O cenário rural que outros tempos caracterizou a Freguesia, instalou-se no coração de Paranhos, para reavivar memórias e dar a conhecer aos mais novos as modas de outrora. Música, produtos biológicos, brinquedos de madeira, utensílios agrícolas, danças, jogos e claro, gastronomia, fizeram as delícias das muitas pessoas que por lá passaram e tiveram oportunidade de viver e fazer acontecer a história de outros tempos.

XXXIII Festival Internacional de Folclore de Paranhos



Anualmente, o Rancho Folclórico de Paranhos e a Junta de Freguesia de Paranhos têm organizado o Festival

Internacional de Folclore de Paranhos, englobado nas Festas de Nossa Senhora da Saúde. Desde então, já participaram neste certame grupos folclóricos de vários continentes e ainda grupos nacionais, que encantam com as suas manifestações populares, numa notável relação de empatia que a ninguém deixa indiferente. Este ano, participaram grupos nacionais, espanhóis e um colombiano.

Atividade formativa anual na Casa da Cultura



Numa parceria com a AOSL, a Junta de Freguesia de Paranhos reabre na Casa da Cultura a sua atividade letiva com mais uma vasta oferta formativa, aberta a todos os Paranhenses que podem frequentar formações em vários idiomas (alemão, inglês,

italiano, espanhol e mandarim), formações em pintura, costura criativa, bordados e teatro. Para as pessoas estrangeiras que desejem aprender ou melhorar o português, existem aulas específicas com este propósito. Estas formações iniciam em outubro

2014 e prolongam-se continuamente até junho de 2015. Informe-se sobre as condições de participação, através do número 225 507 676.

DESPORTO, JUVENTUDE E ATIVIDADES RECREATIVAS

Nova época desportiva arranca com apoio da Junta de Freguesia

Não há dúvida que o desporto é essencial para um desenvolvimento saudável e equilibrado em todas as idades. Estar ao lado das associações que se dedicam a promover os mais variados géneros desportivos para todas as idades, é nosso propósito, pelas provas do sucesso do seu trabalho junto de crianças, jovens e adultos, que de outra forma não teriam possibilidade de praticar atividade física. Entre a enorme variedade de aconte-

cimentos desportivos que envolveram associações paranhenses, destacamos o Torneio de Pesca Desportiva organizado pelo Futebol Clube Amial Regado, o Open Juvenil de Ténis, da responsabilidade do Club Sportivo Nun'Álvares, o Torneio de Futebol Juvenil, que teve a organização do Sporting Clube da Cruz e o Torneio de Futsal "Armando Gonçalves Teixeira - PETIT", organizado pelo Núcleo Desportivo do Bairro do Bom Pastor.

A Junta de Freguesia de Paranhos reconhece a importância das associações, coletividades e clubes desportivos para o progresso e desenvolvimento integrado da Freguesia e por isso, no arranque da nova época, a Junta de Freguesia continua a promover a formação desportiva, através, entre outras formas, do pagamento dos valores de inscrição e seguros desportivos dos atletas da Freguesia.



Férias Desportivas 2014

Foram cerca de 200, as crianças e jovens da nossa Freguesia, entre os 8 e os 16 anos, que num mês, dividido por dois turnos, participaram nas atividades que lhes proporcionaram dias de férias cheios de adrenalina, animação e aprendizagens! Os participantes tiveram oportunidade de experimentar novos desportos e fazer novas amizades, num ambiente de pura diversão. Foi neste ambiente de verão e férias que praticaram desportos tão diferentes como o slide, capoeira, voleibol, ténis, bowling, e saborosas idas à praia, numa combi-



nação perfeita entre educação, desporto e cultura. No final de cada turno, todos tiveram direito aos certificados de participação, entregues pelo Presidente Alberto Machado!

INOVAÇÃO SOCIAL, EMPREENDEDORISMO E CONHECIMENTO

Um espaço para acolher os seus projetos!



O UP! é um equipamento da Junta de Freguesia de Paranhos, criado para apoiar empreendedores que pretendam alavancar projetos e ideias. No UP! encontram o espaço ideal não só para trabalhar, mas também para realizar reuniões, formações, receções,

O UP!: espaço de partilhas e aprendizagens

Durante o mês de junho e julho decorreu uma ação de formação em Marketing Digital - social media, com o formador Rui Basto. Os participantes adquiriram ferramentas que lhes possibilitam rentabilizar os seus negócios, ideias ou projetos, nas redes sociais e em todas as aplicações digitais disponíveis. Esta é uma formação que terá novas edições. O curso de Fotografia Digital inicial com o fotógrafo Paulo Correia, foi outra das formações que teve lugar no UP!, para todos os que gostam de fotografar e registar momentos. A aquisição de competências básicas de fotografia vai de certeza ajudar a que os registos fotográficos ganhem outra qualidade. O Curso de Suporte Básico de Vida, realizado pela "Soluções Vitais", foi outra das formações ministradas no UP!, para todos quantos pretenderam adquirir conhecimentos básicos de primeiros socorros.

A Minha Ideia já é Negócio, foi como se intitulou o workshop realizado por dois membros do UP!, Fernando Monteiro e Frederico Saraiva, mentores da empresa Get a Fest, numa sessão que ficou marcada pela troca de experiências. O Fernando Monteiro apresentou como nasceu a Get a Fest, uma empresa direcionada para os festivais de música, as dificuldades, os



obstáculos e como conseguiram fazer vincar o projeto. A ideia foi partilhar uma experiência na primeira pessoa com todos quantos ainda têm receio de dar o primeiro passo na aventura do empreendedorismo.

Em julho terminou mais uma ação de formação modular certificada de 250 horas, na área de Técnicos Auxiliares de Saúde, dirigida a pessoas adultas desempregadas, resultante da parceria estabelecida entre a Junta de Freguesia de Paranhos e o IEFP – Porto, cujo objetivo é promover a empregabilidade da população. Participaram 18 formandos que com esta ação podem potenciar o seu regresso ao mercado de trabalho, pelas novas competências adquiridas. Ainda no âmbito da estreita colaboração entre as duas entidades envolvidas, em setembro teve início uma nova ação de formação modular de Inglês, para mais uma turma de 20 pessoas que pretendem reingressar no mercado de trabalho..

Santos Populares animaram noites de Paranhos



Naquela que é a noite mais longa e aguardada da cidade, o Largo do Campo Lindo preparou-se a rigor para festejar o São João, com toda a pompa e circunstância, numa festa que começou a meio da tarde e se prolongou noite dentro. A iniciativa, organizada pela Junta de Freguesia de Paranhos, Comerciantes da zona do Campo Lindo e Escuteiros do Agrupamento 1104, juntou centenas de pessoas, que se divertiram num ambiente de puro arraial são joanino, ao qual não faltaram as sardinhas, o vinho,

a broa, a música, o bailarico e como festa que se preze, o fogo de artifício! Como junho é mês de celebração dos Santos Populares, o São Pedro não ficou esquecido e teve igualmente direito a festa rija, na zona da Areosa. Esta comemoração, fruto da parceria da Junta de Freguesia com a Paróquia da Areosa, juntou também uma imensidão de pessoas que aproveitaram para passar uma noite cheia de animação, num caloroso convívio de rua. As festas só terminaram com as rusgas de S. João, que levaram à Baixa da cidade uma imensidão de gente que não quis perder a animação e criatividade dos grupos participantes. O Rancho Foldórico de Paranhos, e o Sporting Clube da Cruz saíram mais uma vez à rua em representação da nossa Freguesia, com determinação, empenho e claro, muita folia!

apresentações/ lançamentos, de produtos, entre outras atividades.

Ao aderir à modalidade coworking ou ao escritório individual, passa a beneficiar da qualidade de membro que lhe

permite usufruir de:

Internet wireless, telefone fixo para rede nacional, água, luz, limpeza, apoio de host.

Venha conhecer-nos!

UP! um aliado dos projetos sociais!

Tendo o UP! como missão apoiar projetos de cariz social, tem colaborado na organização de eventos que têm como finalidade angariar fundos, impulsionar e promover a sua comunicação e disseminação junto da comunidade. Com este intuito, realizou-se no UP um jantar convívio de fundraising para o projeto ZÉ Picolé, um dos projetos finalistas da última edição do Hurry UP!- Concurso de Ideias de Empreendedorismo Social da Junta de Freguesia de Paranhos.



Foram muitos os projetos que se solidarizaram com esta causa, muitas pessoas a título pessoal que quiseram dar o seu apoio e contributo ao Zé Picolé. O Gula for Good, que demos a conhecer na última edição do Vida de Paranhos, continua a realizar os almoços solidários, cujo valor da multa reverte para uma causa ou projeto



social. Recentemente, o Gula for Good juntou-se para dar asas à Causa da Pista Mágica, associando-se ao seu movimento de crowdfunding, num almoço que reuniu 20 pessoas.

Outra das formas que o UP! encontra para apoiar e colaborar com muitos projetos sociais, passa pela cedência de forma graciosa das suas instalações para que possam desenvolver atividades, como reuniões de equipa, apresentações alargadas de projeto, ou outras. Sendo projetos que visam criar e encontrar soluções para a comunidade, é com muita satisfação e sentido de responsabilidade que a Junta de Freguesia colabora desta forma com vários projetos, nomeadamente, com o Projeto Transformers, Entreaajuda, HUB de Inovação Social da Fundação EDP, ou o Projeto CAOVIDA, na certeza que estas iniciativas contribuem para melhorar a condição de muitas pessoas.

Agenda

AÇÃO SOCIAL

Hidroginástica - Holmes Place

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

Tardes de baile

Centro Convívio da Gruta de Arca de Água: 3.^a | 14h00

Horta Pedagógica

Quinta do Covelo: 3.^a | 14h00

outubro



Passeio - Santiago de Compostela

Inscrições dia 14
Dia 21 - saída da Junta
Dia 23 - saída do B. Regado
Dia 28 - saída da Areosa

novembro

Celebração do São Martinho

Inscrições dia 5

Passeio - Carrazedo de Montenegro

Inscrições dia 13
Dia 18 - saída da Junta
Dia 20 - saída do B. Regado
Dia 25 - saída da Areosa

dezembro

Festa de Natal

Dia 16 | 15h00 - no Centro de Convívio da Gruta de Arca de Água

Campanha de Recolha de alimentos, prod. higiene e brinquedos

1.^a quinzena Escolas 1.^o Ciclo

EDUCAÇÃO

outubro

Projeto Entrelaçar Dia da Música

Multusos da Areosa
Dia 4 | 10h00 - 12h00



dezembro

ATL - Férias de Natal

E.B. I Augusto Lessa
E.B. I Bom Pastor
E.B. I Costa Cabral
E.B. I Covelo
De 17 a 2 de janeiro
ATL'S abertos das 8h00 - 19h00
Inscrições a partir de 17 nov.
na Junta de Freguesia
Para crianças dos 6 aos 10 anos

CULTURA

Casa da Cultura de Paranhos



Formação em línguas

Português para Imigrantes – 3.^a | 18h00
Espanhol Básico – 3.^a | 15h00
Espanhol Inicial – 3.^a | 16h30
Inglês Básico – 2.^a | 15h00
Inglês Básico – 5.^a | 16h30
Inglês Inicial – 3.^a | 16h30
Italiano básico – 4.^a | 15h00
Italiano Inicial – 4.^a | 16h30
Italiano conversação – 6.^a | 17h30
Mandarim básico – 3.^a | 18h00
Mandarim inicial 4.^a | 18h00

Costura criativa

2.^a | 10h30
4.^a | 18h00

Pintura

2.^a | 18h00

Dança Social

6.^a | 15h00

Teatro

6.^a | 16h30

Flauta Transversal

5.^a | 16h30 e 18h00

outubro

A Poesia anda no ar...

Dia 4 | 16h00
Ana M.^a Roseira diz Maria Virgínia
Monteiro e Oliveira Guerra

Exposição de Pintura “Economistas Amadores de Pintura” - Edição 2014

De 9 a 23

Festa do Chocolate

De 23 a 26
Jardim de Arca de Água

Apresentação do Livro “Foi só um Sonho” - de Leonor Salgueiro

Dia 26 | 16h00

Exposição do Estúdio de Dança Margarida Vale

De 27 outubro a 26 novembro

Festival de Teatro Verteatro

Dias 17, 18, 24 e 25 | 21h30

Auditório da Junta de Freguesia de Paranhos

novembro

A Poesia anda no ar...

Dia 8 | 16h00
A Poesia de Lourdes dos Anjos e
Eduardo Roseira

Exposição de Pintura de Anabela Mendes da Silva

De 7 a 28

dezembro

A Poesia anda no ar...

Dia 6 | 16h00
A Poesia dos mais pequenos.
Escolas públicas e privadas
apresentam poemas escritos pelos
alunos sobre “Amizade”

Feira de Artesanato

De 1 a 23

EMPREENDEDORISMO

Unidade Empresarial de Paranhos

Gula 4 Good: a gula de fazer o bem

4.^a | 13h00 reserva prévia
Almoço networking com fim social

Aulas de ballet, barra no chão, hip-hop, ...

2.^a, 3.^a, 4.^a, 5.^a e sábados
Vários horários
Informações e inscrições:
margarida.i.martins@sapo.pt

outubro

Curso de Marketing Digital

Dias 7, 9, 14 e 16 | 19h00 - 22h00
Inscrições:
www.ruipedrobasto.pt/curso_up

Curso de Fotografia Digital

Dias 13, 15, 20, 22, 27 e 29
19h00 - 22h00
Informações e Inscrições:
geral.formacao74@gmail.com

Dia aberto ao Neurofitness

Dia 18 | 14h00 - 18h00
Entrada Gratuita
Informações e Inscrições:
vivamentesaude@gmail.com



novembro

UP Market - Feira de produtos usados e artesanato

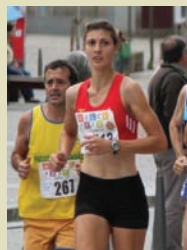
Dia 22 | 14h00 - 19h00
Pedido de banca (gratuito)
uep@jfparanhos.pt
Entrada gratuita

DESPORTO, JUVENTUDE E ATIV. RECREATIVAS

dezembro

57.^a Volta a Paranhos e Caminhada “País e Filhos”

Dia 8
Partida junto ao antigo Estádio do
Salgueiros



OUTROS

Mostra de velharias, antiguidades e colecionismo

1.^o Sábado de cada mês | 10h00 às 18h00
Jardim de Arca de Água.

Horário dos serviços da Junta de Freguesia de Paranhos



Secretaria

2.^a a 6.^a | 9h00 - 17h00

Telf.: 225 020 046

CTT

2.^a a 6.^a | 9h00 - 12h00

14h00 - 16h30

Gabinete de Apoio à População

2.^a, 3.^a a 5.^a | 9h00 - 12h30

Gabinete de Animação

Sociocultural

2.^a, 4.^a a 6.^a | 9h00 - 12h30

3.^a e 5.^a 14h00 - 16h30

Gabinete de Inserção Profissional

2.^a e 4.^a | 9h00 - 12h00

Loja Social

2.^a a 6.^a | 9h15 - 12h45 - 14h15 - 16h45

Centro de Convívio Cantinhos do Avós

2.^a a 6.^a | 14h00 - 17h30

Centro de Convívio da Gruta

de Arca de Água

2.^a a 6.^a | 9h30 - 12h30 - 14h00 - 17h30

Casa de Cultura de Paranhos

2.^a a 6.^a | 9h00 - 13h00 - 14h30 - 18h00

Tel.: 225 507 676

Secretaria do Cemitério

2.^a a 6.^a | 9h30 - 16h30

Tel.: 225 090 867

Cemitério

2.^a a domingo | 8h00 - 17h00

Unidade Empresaria de Paranhos

2.^a a 6.^a | 9h00 - 22h00
Tel.: 225 084 740

Contacto de Proximidade na Freguesia de Paranhos

926 360 957

Este é o número direto para os
idosos e comerciantes de Paranhos
contactarem os agentes do Modelo
Integrado de Policiamento de
Proximidade, da Esquadra do Bom Pastor



Siga-nos em:

www.jfparanhos-porto.pt

www.facebook.com/JFParanhos

www.facebook.com/casaculturadeparanhos

www.facebook.com/unidade.empresarial.paranhos

Subscreva a nossa newsletter

através do site ou do e-mail:

gci@jfparanhos.pt,

e fique a par de todas as atividades e projetos
Para mais informações contacte a Junta de Freguesia através do telefone 225 020 046
ou do e-mail: geral@jfparanhos.pt