VOLUNTÁRIO #62

FEVEREIRO 2024

ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VALADARES

#SOMOS TODOS BVV

EDITORIAL

por ANTÓNIO SILVA
Presidente da AHBVV

O VOSSO APOIO É A NOSSA SUSTENTABILIDADE

Nos dias 23, 24 e 25 de fevereiro; sexta-feira, sábado .e domingo, realizamos mais umas ações para angariação de apoios, bem como, de novos Sócios.
Estas ações aportam para a Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares um esforço pessoal e logístico significativo. A sua realização depende da participação de todos, desde o nosso Corpo de Bombeiros, Direção e outros Voluntários.
As ações de angariação realizam-se a um ritmo maior do que aquele que deveria ser necessário e, isso só acontece, pela escassez de apoios que deveriam surgir dos organismos estatais e do poder local. Têm consciência que são eles os primeiros a beneficiar de todo o trabalho de apoio solidário que prestamos mas, fazendo tábua rasa desse facto, demitem-se de serem parte integrante e facilitadora dos mais variados trabalhos que vamos realizando.
Como sempre, temos o cidadão comum a reconhecer a importância da nossa ação junto de toda a Comunidade não deixando, na sua grande maioria, de dar o seu contributo e, os que ainda não o eram, inscreverem-se como novos Sócios desta grande Associação Humanitária que tanto tem para lhes oferecer.
Agradeço à Sonae e às lojas do Continente Modelo da Rechousa, Gulpilhares e Francelos a disponibilidade e os espaços cedidos.
Agradeço ainda aos que ofereceram o seu tempo, a referir, Corpo de Bombeiros, Direção e Voluntários.
Um agradecimento especial a todos que contribuíram com os seus donativos que, representam um significativo suporte para darmos continuidade às nossas atividades de Apoio Social.
Mais ações deste cariz serão realizadas.
Muito é o trabalho a desenvolver e estou certo de que, mais uma vez, não faltarão os meios humanos para fazer acontecer, assim como não faltará à Comunidade a consciência social da importância dos seus contributos.

Hoje só há palavras de reconhecimento e gratidão a todos quantos nos ajudam a construir esta rede de socorro e apoio social, porque em época de campanha eleitoral, não queremos ser confundidos em correntes partidárias...,mas, não vamos poder continuar sempre institucionalmente compreensivos com aqueles que não cumpram o devido e prometido!
Ajude-nos a ajudar

Patrocínio

PREPARAÇÃO DA ÉPOCA BALNEAR 2024

por ANA JONES
Assessora de Direção da AHBVV

Apesar de, oficialmente, a época balnear só iniciar no mês de junho, os preparativos para a mesma começam com meses de antecedência. Não é possível realizar a prevenção das praias e a segurança da orla marítima, sem o elemento principal: Nadadores Salvadores.

Por isso, se gostas do verão, da praia, do mar e do sol, se gostas de trabalhar em equipa e ajudar as pessoas, temos o emprego de Verão perfeito para ti!

Junta-te a nós nesta aventura, que é fazer parte da equipa de Nadadores Salvadores da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares, e vem ter um verão de sonho!

Envia a tua candidatura para **ana.jones@bvvaladares.com.**
Caso ainda não sejas nadador salvador, temos também solução ideal para ti. Inscreve-te no nosso curso a iniciar dia 18 de março, em Santa Maria da Feira e terás a oportunidade de fazer parte desta incrível profissão!

As praias de Gaia esperam por ti!

Sabia que!?

A pastilha elástica (sem açúcar) ajuda a prevenir as cáries. A produção de saliva aumenta e o atrito nos dentes ajuda a eliminar os restos de comida.

L&L Sorriso Perfeito
Centro Médico de Valadares

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO
EM SUPORTE BÁSICO DE VIDA NA EBS CANELAS

(escola-sede de agrupamento de escolas de Canelas)
Por Mª ISABEL COSTA
A Coordenadora do PPES - AGR Canelas

A equipa do Projeto Promoção e Educação para a Saúde (PPES), em articulação com os professores de Ciências Naturais dos 9.ºs e 10.º ano e em parceria com os Bombeiros Voluntários de Valadares, dinamizou uma ação de sensibilização sobre Suporte Básico de Vida (SBV), em contexto de espaço escola ou outro, no dia 22 de fevereiro. A iniciativa visou promover uma cultura de cidadania, dotando os alunos de competências técnicas básicas para o socorro a uma vítima inconsciente, visando a sua autonomia e responsabilidade, realçando a importância de saber reconhecer uma situação de emergência, e saber como atuar de forma eficaz.
Esta sessão prática exemplificativa mobilizou cerca de 234 alunos, que participaram ativamente e de forma entusiasta, aprendendo a realizar as manobras de reanimação. Consideramos assim que o balanço desta atividade foi muito positivo, proporcionando-lhes uma experiência de grande importância pedagógica.
O PPES agradece a todos os alunos que participaram, bem como aos docentes que os acompanharam e ao formador, sr. Fernando Madureira, pelo seu dinamismo na forma como transmitiu conhecimento, profissionalismo e simpatia.
Aos Bombeiros Voluntários de Valadares, na pessoa da sra. Coordenadora Ana Jones, vai igualmente o nosso agradecimento pela disponibilidade e apoio prestado.

ANGARIAÇÃO DE FUNDOS

por Bombeira de 3ª Sandra Pinto
Escola de Infantes e Cadetes

Neste mês de fevereiro a Escola de Infantes e Cadetes esteve envolvida na ação de recrutamento de novos bombeiros e sócios, mas também na angariação de fundos que mais uma vez foi um sucesso, assim como a comissão de pais da escolinha colaborou na festa de Carnaval da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares, a quem deixamos o nosso agradecimento.

Embora estejamos a trabalhar para as atividades que teremos durante este ano e no nosso 15º aniversário, estamos sempre prontos para todas as missões que o Comando e a Direção nos confiam.
Deixamos aqui também os parabéns aos elementos que completaram mais um aniversário no mês de Janeiro e de Fevereiro, Infante Margarida Gonçalves, Bombeira de 3ª Ana Ribeiro, Bombeiro de 1ª José Silva e Bombeiro de 2ª Paulo Silva, muitas felicidades.

CARNAVAL NOS BVV

por FILIPE MOREIRA
Director AHBVV

Caríssimos e estimados Sócios e Amigos da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares é com muito gosto que vos volto a escrever neste meio tão importante para a divulgação do que se faz e do que se quer fazer na nossa instituição.

Já não existe Carnaval sem o grandioso Baile dos Bombeiros Voluntários de Valadares.

Já começa a ser um facto consumado termos casa cheia, onde impera um ambiente familiar e divertido. Este ano contamos com a atuação da "Banda Albatroz" que nos presenteou com um excelente espetáculo à qual agradecemos na pessoa do Nuno Albatroz. Tivemos uma novidade que adoçou a boca a crianças e graúdos com Algodão Doce e Pipocas com o nosso amigo João Lemos, à qual agradeço publicamente a sua presença alegrando assim todos os presentes.

Foi uma noite espetacular em todos os aspetos, demonstrando bem que o que fazemos é para toda a Comunidade, sendo a casa dos Bombeiros Voluntários de Valadares uma casa de todos e para todos.

De realçar novamente o ambiente criado pelos presentes fazendo parte do sucesso do mesmo. Tivemos a presença de famílias que sentem nestes eventos o reviver de quando eram crianças e vinham aos bailes nos Bombeiros Voluntários de Valadares, transmitindo esses princípios agora aos seus filhos e netos, já sendo estes a pedir aos adultos que não querem faltar ao Carnaval dos Bombeiros de Valadares.

Dos presentes permitam-me enaltecer e destacar os 3 Presidentes dos Órgãos Sociais da nossa Associação, dando um brilho especial ao nosso Baile de Carnaval, que tanto me honraram com as suas prestigiantes presenças, à Dra. Cláudia Silva, à Dra. Teresa Lopes e ao Sr. António Silva. Registo também a presença de alguns dos Órgãos Sociais que vieram pela primeira vez e ficaram encantados, mais uma vez o meu muito obrigado a todos vós.

Tivemos novamente a atribuição de cinco prémios para as crianças, que neste caso quero agradecer publicamente à nossa Diretora Manuela Monteiro a sua generosidade e solidariedade pela oferta destes prémios. Tivemos os cinco prémios

para os adultos com as melhores fantasias, agradecendo aos patrocinadores dos mesmos:

1º Jantar para duas pessoas com bebidas e sobremesa (Rotunda dos Petiscos);
2º Francesinha para duas pessoas com bebidas (Café Hamburgo);
3º Tábua de tapas para duas pessoas (Bar dos Bombeiros);
4º Pizza a Metro com bebida (Pizaria Super Mário);
5º Vale de 20,00 euros (Clínica BVVida).

Agradeço em particular a todos aqueles que ajudaram e que tornaram esta noite possível, aos elementos da Comissão de Pais da nossa Escola de Infantes e Cadetes que asseguraram os petiscos, D.ª Fátima, Natália, Sara, Elisabete, Rui e Hugo.

Agradeço também em particular aos nossos Bombeiros e funcionários que tiveram no Bar, na entrada e na ajuda da decoração, Ana Jones, Ana Rita, André Pinheiro, Ricardo Alves, José Silva, Sandra Pinto, Cátia e Cipriano Soares, dando um grande exemplo de amor à camisola por esta tão nobre causa.

Agradecimento especial por todo o trabalho que tiveram, às nossas Diretores Alexandra Reis e Daniela Pereira, o meu muito obrigado por tudo.

A todos os presentes venho por este meio agradecer e valorizar a vossa colaboração, sendo nossa ambição honrar a confiança que depositaram em nós. Acreditamos que fazer o melhor uso possível dos recursos atribuídos, constitui a melhor forma de honrar quem nos distingue com o seu apoio. Estejam atentos que mais eventos virão, contando novamente com a presença de todos vós. Muito obrigado.
Somos todos BVV!!!

A todos aqueles que ajudam sem pedirem nada em troca o nosso muito

Obrigado, hoje por nós, amanhã por vós.

Venha ser solidário ao longo de todo o ano, porque os Bombeiros Voluntários de Valadares estarão sempre disponíveis para si.

Somos todos BVV!!!

OCORRÊNCIAS DE EMERGÊNCIAS

por JORGE PRAZERES
Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares

SERVIÇOS FEVEREIRO

ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

VALADARES/GULPILHARES	195
CANELAS	81
V.PARAISO	64
MADALENA	21

FORA DE ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

Stª Marinha/SP Afurada	10
Canidelo	16
Mafamude/ V. Paraiso	14
Madalena	13
O. Douro	1
Pedroso	1
Arcozelo	3
Porto	3

RESUMO MENSAL DE OCORRÊNCIAS

DESCRIÇÃO	TOTAL
Riscos Tecnológicos	24
Riscos Mistos	14
Proteção e Assistência a Pessoa e Bens	384
Operações Estado de Alerta	9
Serviços Internos	12
TOTAL DE SERVIÇOS	443

No presente mês, decorreu nas nossas instalações a ação de formação: RTAS – Recertificação Tripulante de Ambulância, onde concluíram com sucesso 5 operacionais dos BVV mantendo assim, o título profissional atualizado, permitindo, a continuidade de exercer as funções no âmbito da Emergência Pré-hospitalar.
AFPS - Associação Formar Para Salvar (entidade acreditada INEM)
Formandos: Comandante Jorge Prazeres; Subchefes Fernando Madureira e Sérgio Costa; Bombeiros Marcia Oliveira e Cipriano Soares
Aprofundamos os nossos conhecimentos em prol de uma comunidade segura...

SIMULACRO
Empresa J.A. Beira Lda.

por JORGE PRAZERES
Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares

O simulacro é um exercício que pretende refletir um cenário aproximado de emergência de diferentes situações, nomeadamente, incêndios, acidentes, terramotos, inundações, entre outros, com o objetivo de sensibilização e prevenção, bem como testar a operacionalidade dos meios envolvidos.

Observado, a parceria de proximidade com a empresa J.A.Beira, localizada em V. do Paraíso, onde desenvolve a sua atividade principal no âmbito de Rolhas de cortiça – fabricantes, permanece com uma preocupação sempre atenta nas suas Medidas de Autoproteção.

Nessa conjuntura os BVV, após formação ministrada dos procedimentos de alarme e dos procedimentos de atuação em caso de emergência em especial a evacuação, realizaram simulacro relativamente à ocorrência de um incêndio industrial, que para além de ser uma exigência legal, teve um papel fundamental para avaliar e testar a capacidade de reação e a resposta dos profissionais e equipas de segurança a um eventual incêndio que ocorra na infraestrutura.

APÓS UMA DÉCADA, OS BVV REATIVAM A SECÇÃO DESPORTIVA

por JORGE PRAZERES
Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares

No fim de semana de 17 e 18 de fevereiro, os Bombeiros Voluntários de Valadares fizeram-se representar com uma equipa de destemidos atletas no IV Torneio de Futsal Inter-Bombeiros, realizado pela corporação dos Bombeiros de Cete, no pavilhão Nuno Alvares em Recarei-Paredes.
Perante tal missão hercúlea de representar a nossa Associação, desde início foi traçado por este aglomerado de atletas que teria de ser uma participação memorável em todos os aspetos, o que de fato veio a acontecer. Desde a chegada ao local até à saída do mesmo, a equipa dos BVV primaram pela simpatia, boa disposição, divertimento, camaradagem, companheirismo, saber estar e acima de tudo, amizade. Amizade para com colegas, famílias, admiradores e desconhecidos. Do ponto de vista desportivo, a equipa deparou-se com uma verdadeira odisseia, quiçá, uma missão quase impossível, tendo em conta que se viu, por sorte da fortuna, obrigada a ombrear-se "apenas" com ambas as equipas que atingiram a final do torneio. Foram lutas justas, renhidas, árduas, com o resultado de cada jogo a ser incerto até ao último segundo de ambas as partidas, tendo a sorte bafejado os nossos adversários. Porém, não foi possível desta vez atingir a banal vitória, contudo, a conquista do troféu mais relevante da noite, esse sim, não escapou aos bravos valadarenses! A Taça Fair Play já descansa na nossa vitrine!!! Toda a equipa e seu staff, agradece calorosamente o apoio vindo das bancadas pelo grupo de adeptos quase organizado que se deslocou ao recinto para prestar um apoio indissociável ao sucesso obtido.

A união faz a força, mas só é possível vencer obstáculos quando existem parceiros que abraçam prontamente e sem contrapartidas a nossa causa, pretendendo apenas, demonstrar o verdadeiro espírito solidário. Deste modo, expressamos um reconhecimento as empresas: Sportgreen – Construção e Manutenção de relvados, na cedência do recinto desportivo para os treinos e apoio logístico ao longo do ano 2023/24, a Rotunda dos Petiscos, pelo constante apoio logístico, bem como, a Drogaria Martine pelo apoio logístico facultado durante o torneio.

Em cima, da esquerda: Fernando Simões (massagista), João Soares (delegado de jogo), Jorge Prazeres (treinador), equipa: Sérgio Pinto, Ricardo Alves, Pedro Sousa, Rui Filipe e Paulo Oliveira.
Em baixo, da esquerda: Nuno Castro (gr), Paulo Carvalho, Marco Monteiro (gr), Paulo Silva, André Pinheiro, Rafael Madureira e Óscar Moreira.

O Comando e os elementos da Secção Desportiva, manifestam o mais reconhecido agradecimento a Direção da AHBVV, por permanecerem em consonância e lado-a-lado com este projeto. Não existem limites para os nossos sonhos, basta acreditar...!

DESBRAVANDO O UNIVERSO DA SAÚDE MENTAL:

A JORNADA TERAPÊUTICA NA ERA MODERNA

por PRISCILA RODRIGUES
Psicóloga

Vivemos em uma era dinâmica, repleta de desafios e oportunidades, onde a pressão quotidiana pode muitas vezes abalar o equilíbrio delicado da nossa saúde mental. Nesse cenário, a terapia emerge como uma ferramenta fundamental, um farol que nos guia através das águas tumultuadas da vida contemporânea.

A mente humana é uma vastidão fascinante, repleta de nuances e complexidades. À medida que avançamos, somos confrontados com uma multiplicidade de estímulos, exigências e mudanças, muitas vezes desencadeando um turbilhão emocional que pode se manifestar de maneiras diversas. É aqui que a terapia desempenha um papel crucial, oferecendo um espaço seguro para explorar, entender e transformar essas experiências.

Na base desta jornada terapêutica está o reconhecimento da importância da saúde mental. Assim como cuidamos do nosso corpo através da alimentação e exercícios, a mente também requer atenção dedicada. Estudos científicos comprovam que a terapia não reduz apenas sintomas específicos, mas promove mudanças estruturais no cérebro, fortalecendo as conexões neuronais e a regulação emocional.

A terapia é um mergulho profundo na arquitetura dos pensamentos e sentimentos, uma exploração guiada por profissionais qualificados que ajudam a desvendar padrões inconscientes e a desenvolver estratégias para enfrentar desafios. Nesse contexto, surge a resiliência, uma capacidade intrínseca que, uma vez cultivada, nos permite enfrentar adversidades com maior serenidade e clareza.
Além disso, a terapia proporciona um ambiente de aceitação incondicional, onde a expressão autêntica de emoções é encorajada e validada. Num mundo muitas vezes marcado pela pressão para mascarar vulnerabilidades, esse espaço se torna uma bússola para a autenticidade, um refúgio onde podemos ser verdadeiramente nós mesmos.

Nos dias de hoje, onde a velocidade da informação e as demandas sociais muitas vezes parecem avassaladoras, é imperativo cultivar a saúde mental como uma prioridade. A terapia não é apenas para aqueles que enfrentam crises evidentes, mas é uma ferramenta preventiva e de aprimoramento pessoal e um investimento contínuo na nossa qualidade de vida.

A mensagem que gostava que ficasse é que a terapia é um farol científico que ilumina os caminhos muitas vezes intrincados da mente humana, oferecendo uma bússola para navegar pelos mares turbulentos da vida moderna. Ao reconhecer a importância da saúde mental e abraçar a jornada terapêutica, abrimos portas para um eu mais autêntico, resiliente e em sintonia com o vasto e complexo universo interior que todos nós habitamos.

INAUGURAÇÃO DA VIATURA VDTD 04

Por ANA RITA SILVA
Coordenadora dos Serviços Clínicos

Foi inaugurada no dia 8 de fevereiro de 2024, a viatura VDTD 04 (Viatura de Transporte de Doentes), apadrinhada pelo Sr. Eng. Ricardo Sousa Costa, administrador da empresa GARLAND a quem agradecemos imenso o gesto para com a nossa Associação.
Esta viatura vem para fazer parte de tantos outros veículos que transportam diariamente 90/100 doentes, para todo o tipo de serviço não urgente.

Que a empresa GARLAND seja só um exemplo, para que outras empresas/particulares se unem a esta nobre causa que são os Bombeiros Voluntários de Valadares.

MAIS PREVENÇÃO, MENOS EMERGÊNCIAS. MAIS INVESTIMENTO.

por BEATRIZ RUSSO
Eleita pela CDU na Assembleia de Freguesia de Gulpilhares e Valadares

Aquando da discussão do Orçamento de Estado (OE) na especialidade, a Liga dos Bombeiros Portugueses (LBP) reuniu com os vários partidos com representação na Assembleia da República, reforçando a necessidade de avançar com propostas que garantam o equilíbrio financeiro das Associações Humanitárias de Bombeiros Voluntários.

A 15 de dezembro de 2023 o Partido Comunista Português (PCP), representado pelas deputadas Paula Santos e Alma Rivera, recebeu na LBP a medalha de agradecimento pelo trabalho que têm desenvolvido em prol dos Bombeiros de Portugal. Entre o trabalho objeto de reconhecimento encontram-se propostas como o aumento para 52 milhões de euros da verba do OE de suporte ao financiamento previsto na Lei 94/2015, ou a eliminação da norma que impede cada associação de bombeiros de ter uma variação positiva do financiamento superior a 10% face ao ano anterior.

Destaque ainda para a proposta de 70 milhões de euros para obras de manutenção e requalificação em quartéis, ou de 30 milhões para a retirada de fibrocimento destas instalações, entre outras. Todas estas propostas foram chumbadas pelo PS, acompanhado de votos contra ou de abstenção de PSD e IL.

Para nos apoiar a refletir sobre esta matéria, recordo o Encontro Nacional do PCP sobre Proteção Civil, que decorreu a 28 de outubro de 2023 em Sacavém, Loures, e teve como objetivos caracterizar a situação atual da Proteção Civil do país, apresentar o projeto alternativo do PCP e definir estratégias de intervenção do Partido para esta matéria.

Da Resolução que sai desse Encontro, e permitam-me as várias citações que farei, destaco a ideia de que a "protecção civil implica uma relação harmoniosa entre as suas múltiplas dimensões: prevenção, mitigação, socorro e recuperação" e que "quando falha a prevenção ou esta não consegue resolver, sobra para a emergência e o socorro".

No que diz respeito aos Bombeiros, definiu-se como necessário:

a) Aprovar uma Lei de Financiamento das Associações Humanitárias de Bombeiros (AHB), enquanto entidades detentoras de Corpos de Bombeiros, garantindo deste modo a devida sustentabilidade para a sua missão, a remuneração salarial justa, e o seu desenvolvimento e consolidação futura;

b) Proceder à profissionalização dos Corpos de Bombeiros Voluntários, através da reorganização e reforço da rede de Equipas de Intervenção Permanente (EIP), dotando-as de estatuto e financiamento, que permita assegurar a primeira intervenção numa cobertura das 24 horas do dia, nos sete dias da semana;

c) Apostar estrategicamente na promoção do voluntariado nos Corpos de Bombeiros, enquanto estrutura de reforço à resposta operacional dos mesmos, atribuindo aos bombeiros voluntários incentivos que materializem benefícios efectivos, de natureza pessoal e familiar;

d) Actualizar os valores de seguros de acidentes pessoais que cobrem os riscos inerentes à função de bombeiro;

e) Valorizar o estatuto e carreira dos Bombeiros Profissionais dos Corpos de Bombeiros detidos por municípios;

f) Criar o estatuto e promover a formação dos dirigentes voluntários das AHB, para melhoria dos padrões de gestão destas importantes instituições de serviço público;

g) Dinamizar formas de cooperação entre as AHB, visando a plena rentabilização dos recursos de que dispõem;

h) Instituir o combustível de emergência, isento de IVA, para abastecimento dos veículos dos corpos de bombeiros;

i) Criar o Comando Nacional Autónomo dos Corpos de Bombeiros, no contexto da alteração da Lei Orgânica da Autoridade Nacional de Emergência e Protecção Civil (ANEPC).

Ouve-se neste Encontro que "os sucessivos governos nunca olharam para as Associações Humanitárias de Bombeiros Voluntários (AHBV) e para os bombeiros, como a maior organização de agentes da Proteção Civil, pois era assim que deviam ser tratados". As AHBV vêm-se obrigadas a recorrer aos municípios e freguesias para responder às suas despesas, correntes ou pontuais, sendo que as verbas transferidas para o efeito não correspondem às necessidades para o exercício das competências que devem ser assumidas, estando estas Associações (assim como as culturais, recreativas, sociais) dependentes da boa vontade e da inclinação e ambição políticas dos Executivos das Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia.

É o dever constitucional do Estado de prestar apoio às AHBV porque é o dever constitucional do Estado prestar apoio a todas as pessoas.

Há um problema de fundo, de desrespeito pela natureza, sobretudo pelas nossas florestas, de funcionamento do Serviço Nacional de Saúde, entre outros fatores, que faz com que a intervenção dos vários elementos da Proteção Civil e sobretudo dos Bombeiros se resuma à prestação de socorro em caso de incêndio, acidente ou doença. Os Bombeiros estão na linha da frente da prestação de socorro, é verdade, mas também são e podiam-no ser em maior escala, elementos de prevenção e dinamizadores da comunidade através da educação das populações para, precisamente, evitar emergências. Ainda há dificuldade em compreender que a prevenção compensa mais que a recuperação. Compensa mais para a Proteção Civil e para as AHBV, para a Saúde, para a Economia, para o Ambiente.

É urgente valorizar as Associações Humanitárias de Bombeiros Voluntários.

É urgente valorizar os Bombeiros.

FEVEREIRO E A SAÚDE

por CONCEIÇÃO BRAGA
Diretora da AHBVV
Enf.ª Especialista em Saúde Comunitária
Mestre em Gestão e Economia de Saúde

Fevereiro foi um mês repleto de datas comemorativas na área da saúde:

Dia 4, **Dia Mundial do Cancro;**
Dia 6, **Dia Internacional da Tolerância Zero à Mutilação Genital Feminina;**
Dia 12, **Dia Mundial do Doente**;
Dia 14, **Dia Europeu da Disfunção Sexual e Dia Nacional do Doente Coronário;**
Dia 15, **Dia Internacional da Criança com Cancro;**
DIA 16, **Dia Mundial da Epilepsia;**
Dia 18, **Dia Internacional da Síndrome de Asperger;**
Dia 20, **Dia Mundial Da Justiça Social;**
Dia 25, **Dia Internacional do Implante Coclear;**
Dia 29, **Dia Mundial das Doenças Raras.**

No meio de tantas datas relacionadas com a saúde porquê colocar neste artigo o dia 20 de fevereiro? Porque apesar de não ser uma celebração tipica nem específica da saúde, este dia é uma chamada de atenção para o grande impacto que tem a justiça social nas restantes dimensões das pessoas inclusivé na sua saúde.

Quando temos que escolher entre alimentação e medicamentos, cuidados de saúde ou pagar a conta da luz ou a renda da casa, estamos perante uma situação de injustiça social. Não é minha pretenção falar em situações de escolha, nem de politicas partidárias, pois como a minha mãe sempre disse " ninguém é pobre senão de juízo". No entanto, como tomar decisões informadas quando não existe literacia financeira nem literacia em saúde? Como construir uma sociedade equilibrada e seres humanos produtivos num ambiente cada vez mais fugaz onde o nivel de atenção é minimo, onde se diz o que se pensa mas não se pensa no que se diz (pelo menos não de uma forma realista, concretizável), onde a justiça tarda, os aumentos dos produtos são excessívos e as oportunidades desiguais?

O objetivo de se sinalizar este dia é o combate às injustiças sociais, como é o caso da fome, do desemprego, entre outros.

A ONU defende para todos a igualdade de oportunidades, de trabalho, de bem-estar e justiça. Contudo é do conhecimento geral que 20% da população mundial consome 80% dos recursos do planeta.

Somos uma pequena comunidade na AHBVV, tendo cada um de nós o dever individual de deixar a sua marca positiva no mundo colaborando ou sendo facilitador no processo de ajudar.

Assim o meu apelo fica aqui: não adianta ter pena do que se passa nos outros países, do que vemos na televisão, nem adianta a nossa indignação ou tristeza quando ao nosso lado existe dor, fome, cuidados de saúde que não estão a ser prestados pelo nosso egoísmo, pela nossa vaidade e pela nossa inercia.

Vamos trabalhar por esta causa, vamos trabalhar por uma sociedade mais justa, mais solidária usando os nossos serviços, convidando as pessoas para se juntarem á nossa causa.

Muito obrigada a todos por refletirem comigo sobre este dia.

BINGO SOLIDÁRIO

por INÊS ALVES
Secretária da Direção da AHBVV

A 17 de fevereiro a Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares recebeu nas suas instalações o Bingo Solidário, tradição chilena que trouxe à instituição o diálogo e a solidariedade intercultural com o objetivo de ajudar as famílias chilenas afetadas pelos incêndios no início do mês.

Para a direção da Associação foi uma honra poder apoiar tão nobre causa. A nossa divisa "Pro Humanitate" é símbolo de diplomacia, dedicação e afeto, via para o diálogo, troca cultural e entreajuda.
Às famílias, bombeiros e forças chilenas coragem e união para a reconstrução de um vasto e belo país.
À República do Chile o merecido reconhecimento pela luta que travam. O sucesso é certo!

Por la razón o la fuerza.

A MUDANÇA INTELECTUAL
A QUE TODOS CHAMAM REVOLUÇÃO

por INÊS ALVES
Secretária da Direção da AHBVV

"Aqui onde me ponho, criticamente sou

a crítica que posso. E criticar não é

dar-te de mão-beijada tudo o que não te dou.

Talvez que erradamente cante. Mas canto de pé."
Cília, Luís. Parábola aberta (a certos críticos). In: Resposta.

O ano de 2024 iniciou próspero, renovado em esperança. Por toda a parte se ouviu congratulações aos 50 anos da Revolução dos Cravos, à bravura dos Capitães de Abril, ilustres defensores da liberdade civil, política e de expressão. Resta entender o que desencadeou tais ações, o que fez estes homens reclamar a mudança tão adiada em Portugal.
Se recuarmos na história entenderemos que a academia impulsionou a mudança através do exílio de inúmeros estudantes para as colónias portuguesas, resultado da crise académica na década de 60. O encontro da experiência operacional militar com o desenvolvimento do pensamento crítico, apreendido na academia, despontou a tão esperada mudança.

Ambos espelham a força e a clarividência, termos de uma inequação onde o equilíbrio é desejado para a evolução social. Para tal é necessário redistribuir ambas ao longo do tempo, onde à força autoritária, responda o saber rigoroso e isento e à clarividência cega se apresente a importância da obra. Princípios universais para a conservação da harmonia social.
Na natureza, nada se cria, nada se perde, tudo se transforma. A Lei da Conservação das Massas enunciada pelo Químico Antoine Lavoisier retrata bem a dicotomia do sistema universal, onde se insere toda a matéria e, consequentemente o atual contexto. Tudo é química - mesmo quando os anúncios publicitários dizem o oposto e incentivam à ridicularização da ciência.

Posto isto, não se entende como é que a sociedade quer evoluir com a desacreditação do conhecimento e do trabalho substituídos pelo autoritarismo e desrespeito por quem pensa diferente. Como é que se poderá querer melhores condições de vida sem apoiar a população, sem aceitar diferentes pontos de vista ou sem reconhecer a necessidade do trabalho para a evolução.

A verificação histórica, isenta de ideologias e anacronismos, possibilita a leitura do atual contexto. O exílio continua a ser uma realidade para os estudantes portugueses, os operacionais emigrados suspiram pela volta. Ambos querem e procuram a mudança. Os que ficam ou têm a secreta esperança de um amanhã diferente e são ridicularizados ou usufruem do sistema, mesmo sem nada fazer.

Para tudo há um tempo, para cada ação há uma reação. A sociedade não pode querer que um jovem cidadão aguarde até meio da sua vida para ter direito à sua dignidade. A mudança de pensamento é premente, a mudança a que chamaram e chamarão de revolução só é possível se cada um desenvolver o seu papel de forma ativa na sociedade.

Então, se a história é cíclica, se tendemos a um equilíbrio, após um desequilíbrio, se for dada a oportunidade a quem conjuga a força e clarividência temos tudo para evoluir e evoluir enquanto sociedade. Na Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares continuaremos a aplicar o conhecimento apreendido no trabalho árduo do quotidiano e a mostrar bons resultados. Aqui vivemos Abril e Novembro, livres e conscientes da importância da Associação para as gerações futuras.

7º ANIVERSÁRIO CLÍNICA BVVIDA

Dia 11 de março de 2024
(segunda-feira) pelas 17h, junte-se
a nós e venha celebrar connosco!

7º ANIVERSÁRIO
CLÍNICA BVVIDA

A Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares,
tem o prazer de a/o convidar a participar no
7º Aniversário da Clínica BVVida.

No dia 11 de Março 2024, segunda feira, pelas 17horas.

Venha celebrar connosco!

Rua Sousa Nogueira 253 - B, 4405-606 Valadares

O presidente
António Silva

CONHECER MELHOR
A NOSSA ASSOCIAÇÃO E OS HOMENS E MULHERES QUE A SERVEM

por FRANCISCO MADRUGA
Vice-Presidente da AHBVV

Diz a canção, *"Pelo toque da viola, já sei as horas que são"*.
Pois é, mas pelo *"toque da sirene"*, também sabemos o tipo de sinistro!
Há dias, na caminhada matinal até aos Bombeiros, durante vários minutos, ouvi a sirene a tocar. É daquelas coisas que não é agradável aos ouvidos e um pouco como os toques dos sinos das Igrejas, cada qual tem o seu significado.
Parei do outro lado da rua para assistir à saída dos operacionais. Pareceu-me uma eternidade... não via homens, nem mulheres, nem viaturas... estava concentrado no som que saía do alto da torre.
Havia alguma azáfama, o Comandante telefonava, organizava e sugeria alterações de serviços para concentrar meios.
Pela rua abaixo, um bombeiro corria esbaforido (boa preparação, pensei eu!), ainda apertava os últimos botões da camisa. Havia também carros de transportes não urgentes que regressavam para engrossar o pelotão de socorro.
Das camaratas, saíam bombeiros e bombeiras ainda com o equipamento meio vestido!
Estava tudo operacional para a saída.
Quando a situação amenizou, dirigi-me ao Comandante e perguntei:
- É grave?
- Foi um acidente!
É claro que queria saber mais.
- E esteve a sirene a tocar tanto tempo, porquê?
Depois das explicações, quis saber mais.
- Diga lá então o significado dos toques.
- O toque da sirene grande (eu nem sabia que havia grande e pequena), 3 toques prolongados, incêndio florestal.
- 2 toques prolongados da sirene pequena, solicitação de bombeiros.
- 3 toques intercalados com a pequena, acidente grave.
- 3 toques intercalados pequena/grande incêndio urbano ou industrial.

Fiquei ainda mais sensibilizado com a rapidez, disponibilidade e preparação do nosso Corpo Ativo e Comando.
Se o Voluntariado é uma condição essencial para o trabalho da nossa Associação, não é menos verdade que o conhecimento, adestramento físico e mental dos nossos operacionais são igualmente questões fundamentais para a prestação de socorro às populações.

Tenho observado, nas inúmeras missões de Voluntariado em que participo com o nosso Corpo Ativo, o profundo respeito que a população nutre pelos nossos homens e mulheres, pelos nossos infantes e cadetes. É uma honra pertencer à direção desta Associação e contribuir para o melhoramento contínuo dos serviços prestados à população.
Trabalhamos todos os dias para dar aos nossos operacionais as melhores condições para o exercício da sua atividade, enquanto Bombeiros e Voluntários.
Uma palavra final para os nossos Sócios e para as dezenas de novos Sócios que fazem questão de reforçar a nossa Associação. Obrigado pela vossa generosidade e pela compreensão para a importância da nossa atividade.
Bem hajam!

OS BASTIDORES

por MARIA COUTO
Directora da AHBVV

É admirável... É impressionante... Como é possível?

São estas as comuns expressões de quem, na sua tranquilidade, assiste ao trabalho final que lhes confere as mais variadas emoções.

Em tudo o que experienciamos, em tudo o que realizamos, existe o outro lado. Vamos chamar-lhe, o ***"Lado dos Bastidores".***

É nos bastidores que tudo começa. Todas as cadeiras se movimentam, nenhum documento fica na mesma secretária tempo suficientemente relevante para ser aqui referido. Os dedos deslizam sobre o teclado do computador como se, das teclas de um piano se tratasse.

É importante encontrar o equilíbrio entre as pessoas que actuam nos diferentes bastidores para que, no final, esse equilíbrio marque a vida de quem está do lado de cá dos acontecimentos.

É nos bastidores que as manhãs começam cheias de incertezas, embrulhadas em dúvidas, que têm de ser transformadas em factos cobertos de certezas.

É neste lado, o lado dos bastidores, que proliferam aquelas borboletas na barriga que nos fazem lembrar que o resultado terá que ser assumido.

O outro lado é tudo aquilo que não é perceptível a olhares alheios, mas que nós, os que assumimos a responsabilidade, vivemos entre portas. Penso que será mais ou menos, o mesmo que subir ao palco sem saber de cor e salteado todo o guião.

Os tempos que vivemos não dão espaço para dúvidas ou incertezas e essa é a realidade que conhecemos.

Não é permitido o insucesso, não é tolerável a não concretização, por isso, é de importância vital manter a actividade da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares que, desde longa data, sente a responsabilidade por fomentar o equilíbrio e bem-estar da comunidade e da sociedade no seu todo.

São tempos desafiantes estes que estão a ser vividos pela nossa Associação Humanitária. Tempos que nos obrigam a planear com sabedoria e eficácia, porque somos conscientes das expectativas que criamos para nós mesmos e, para quem confia na nossa capacidade.

Os bastidores são o lugar onde tudo acontece, onde não existem dias iguais.

No final, resta-nos apresentar o resultado de um excelente trabalho que até parece não ter dado trabalho nenhum.
Tão fundamentais são os quase nunca lembrados, Bastidores.