

EDITORIAL

por **ANTÓNIO SILVA**

Presidente da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

Fechamos o ano 2021 com bons resultados, apesar de todas as dificuldades e crises mais que badaladas...

E iniciamos o novo ano, com otimismo e confiança.

Apesar de todo o otimismo, neste primeiro mês do ano deparamo-nos com uma montanha de burocracias, que no nosso querido Portugal teimam em existir, para todo o cidadão comum, e que em particular, para quem, para além das suas profissões, exercem cargos Voluntários, se torna um verdadeiro obstáculo a quem quer dar algum valor ao exercício do voluntariado...

Quando muito se fala em estimular o voluntariado, seria já um bom estímulo, que não fizessem esperar os Dirigentes Voluntários em telefonemas, que ninguém atende, em emails, que não têm resposta, em respostas que não aparecem, às várias perguntas e ou propostas!

Quando se luta por um bem comum, e nesses e para esses objetivos que são da comunidade, deveria haver um canal de diálogo, de análise e de decisão privilegiado.

Mas, por enquanto, vamos continuando a ter que tratar da causa coletiva, nas 24 horas do possível serviço voluntário e com interlocutores que pegam tarde, despegam cedo e, quase nunca têm tempo para atender e ou responder!



Na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares temos uma gestão cuidada, mas ambiciosa e com visão de futuro. Queremos levar à comunidade e, em particular aos nossos sócios, mais que um serviço de Bombeiros, uma PROTEÇÃO E UM CARINHO especial...

Queremos que connosco se sintam verdadeiramente acarinhados.

Para isso temos vindo a melhorar e aumentar os serviços que prestamos e, com a construção do Edifício Social, muito mais estaremos capacitados para um serviço de excelência.

Até lá, precisamos da ajuda de todos para o conseguirmos. Dos sócios; da população em geral; das Instituições e empresas e sempre e sempre, dos nossos Colaboradores Profissionais ou Voluntários.

A janeiro de 2022 iniciamos com um reforço nos recursos humanos e melhoramos as remunerações dos mesmos, em média com mais 7%.

Acreditamos que podemos crescer juntos e orgulharmo-nos de fazer parte desta querida Associação.



Á conversa com os Sócios...
TERESA LOPES



DA-42-51 Chevrolet

**ASSOCIAÇÃO
HUMANITÁRIA
DOS
BOMBEIROS
VOLUNTÁRIOS
DE
VALADARES**

Já é sócio?

ACIDENTE GRAVE OU CATÁSTROFE?

por INÉS ALVES

Secretária da Direção da Associação dos Bombeiros Voluntários de Valadares



A caminho do seu 879º aniversário, Portugal possui diversos registos de acidentes graves ou catástrofes. Todos lembrados pela história com especial destaque para o terramoto de 1755, as cheias de 1967 e os incêndios de 2003, 2005 e 2017. Momentos marcados pela diferença dos acontecimentos, contudo idênticos no sentimento de impotência que delimita a força humana.

Acontecimentos e momentos claros no abstrato e extremamente subtis no concreto com limites que esboçam a dúvida entre os conceitos de acidente grave e catástrofe.

Nesta senda, pretende-se esclarecer os conceitos supracitados, relevar a crítica e a discussão sobre a prevenção. Para que tal aconteça é necessário rever dois conceitos de base científica. O primeiro diz respeito ao ritmo, o fluxo do universo que permite a existências dos ciclos. Ciclos geológicos, ciclos da água, ciclos de vida, entre outros. Este princípio permite ao Homem reconhecer qual a fase do ciclo em que se encontra e, face a esse conhecimento, tomar providências para o substituir, se desfavorável, ou avançar, caso este lhe seja favorável. A segunda premissa é referente à causa efeito, isto é, para toda a ação existe uma reação. Motivo pelo qual, no estudo dos movimentos, em física, se diz que para cada força aplicada existe uma força contrária igual, se o corpo estiver parado, ou superior, se o corpo estiver em movimento. Dois princípios basilares para a resolução de possíveis vulnerabilidades, sendo uns ciclos mais reduzidos que outros com a materialização da mudança dependente da ação e perspicácia do Homem.

Assim, sabendo que o Homem materializa pelo conhecimento e ação, é possível conhecer o que distingue um acidente grave de uma catástrofe e, com este conhecimento, discutir e implementar ações concretas na prevenção em cada evento. Na leitura atenta do artigo 3º da Lei de Bases da Proteção Civil é possível distinguir um acidente grave de uma catástrofe. O acidente grave é um acontecimento raro que atinge os seres vivos, bens ou ambiente e com resultados limitados no tempo e no espaço. Já a catástrofe é um acidente grave ou um conjunto de acidentes graves que resultam em elevados prejuízos materiais com repercussão nas condições de vida e no tecido socio económico de forma localizada ou na totalidade do território nacional.

Há acidentes graves e catástrofes que poderão ser evitados ou mitigados pela prevenção, socorro, assistência, apoio e reposição da normalidade. Objetivos da Proteção Civil operacionalizados pelo levantamento, previsão, avaliação e prevenção de riscos, análise de vulnerabilidades, informação e formação da população, planeamento, inventariação e caracterização de recursos e meios, estudo e divulgação de formas de proteção, previsão e planeamento de ações. Ações exemplo a tantas outras situações do quotidiano que adotadas e implementadas geram novos resultados capazes de desenvolver o amanhã com firmeza, coerência e objetividade.

«Enfim, dum escolha faz-se um desafio enfrenta-se a vida de fio a pavio navega-se sem mar, sem vela ou navio bebe-se a coragem até dum copo vazio e vem-nos à memória uma frase batida hoje é o primeiro dia do resto da tua vida».

**ASSOCIAÇÃO
HUMANITÁRIA
DOS
BOMBEIROS
VOLUNTÁRIOS
DE
VALADARES**

Já é sócio?



OCORRÊNCIAS DE EMERGÊNCIA

por JORGE PRAZERES,
Comandante dos Bombeiros Voluntários de Valadares

263

saídas de transporte regular de doentes, para:
CONSULTAS
FISIOTERAPIAS
TRATAMENTOS

TOTAL DE

1262

Utentes transportados

SERVIÇOS - novembro

DESCRIÇÃO	TOTAL
Riscos Tecnológicos	9
Riscos Mistos	9
Proteção e Assistência a Pessoa e Bens	528
Serviços Internos	13
	559



ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

VALADARES/GULPILHARES	218
CANELAS	73
V. PARAISO	92
MADALENA	39



FORA DE ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

STª MARINHA/SP AFURADA	28
CANIDELO	20
MAFAMUDE	43
MADALENA	14
OLIVEIRA DO DOURO	4
VILAR DE ANDORINHO	3
AVINTES	1
PEDROSO	3
CRESTUMA/LEVER	1
ARCOZELO	4
PORTO	3

FUTURO EDIFÍCIO SOCIAL



AJUDAR MAIS!

Faça-se Sócio da AHBVV!

Contribua para sermos **MAIS FORTES**
IBAN 0035 0829 0000 0416 2309 8



Ajude-nos a construir este sonho!

ÉPOCA BALNEAR 2022

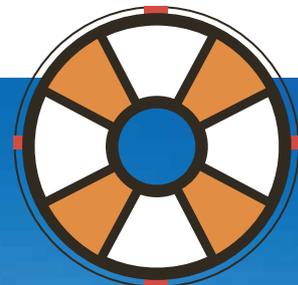
por INÉS LEITÃO

Coordenadora dos Nadadores-Salvadores da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares já começou a preparar a época balnear 2022.

Tens 18 ANOS? Vontade de ajudar os outros?



Junta-te a esta equipa maravilhosa para teres um emprego de sonho!

Os nadadores-salvadores da A.H.B.V.Valadares são os responsáveis pelo resgate e salvamento aquático de todas as praias da zona de intervenção de Valadares.

Trabalham das 9h30 às 19h30 (consoante a disponibilidade de cada um) e recebem um salário superior a todos os trabalhos de verão.

Para além de um verão de sonho, acrescentam aprendizagens extraordinárias à sua formação.

Estamos a preparar um curso de formação de Nadadores-Salvadores, no qual ficamos à espera que entres nesta aventura connosco!

Qualquer dúvida ou questão não hesites em contactar através do email: ines.leitao@bwvaladares.com





UM MUNDO MELHOR

por ANDREA PAIVA
Directora da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

O início de um novo ciclo traz consigo uma esperança renovada, que nos faz olhar para a vida com luz e brilho.

Janeiro marcou o início de um novo ciclo no calendário, mas também o início do esboço de um futuro que projetamos e desejamos ser melhor a cada dia.

As adversidades são desafios que nos conduzem à evolução, retirando delas o que precisamos para nos tornarmos a nossa melhor versão.

Este é um modelo evolutivo que pode ser aplicado à vida pessoal, mas também à vida de instituições como a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares.

Se já muito evoluiu esta nossa nobre Associação, muito haverá ainda por fazer. Cuidar da comunidade, seja em momentos de emergência, seja em momentos de necessidade de apoio, revestir-se de uma capacidade de adaptação constante à mudança, que só uma equipa forte está à altura. Mulheres e homens que vivem o dia-a-dia desta Associação Humanitária, e se prontificam a ajudar o



próximo, prescindindo do seu tempo e da sua energia para um bem maior. Mulheres e homens que integram a força operacional do Corpo Ativo de Bombeiros. Mulheres e homens que integram a força organizacional dos Órgãos Sociais da Associação.

Todos com a sua responsabilidade e sonho de criar um mundo melhor.



AJUDE-NOS A AJUDAR
COMPROMISSO COM AS PESSOAS

RESOLUÇÕES DE ANO NOVO

por **MARIA COUTO**

2ª Vogal do Conselho Fiscal da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



E assim começamos um Ano Novo, a prometer o possível e o impossível.

Vamos viajar mais.

Vamos ler mais.

Vamos dar início aquela dieta que andamos a adiar desde há 4 ou 5 anos atrás.

Vamos frequentar aquele ginásio que já nos ofereceu duas ou três aulas gratuitas, com a intenção de nos convencer que são a melhor opção para obtermos a tão desejada forma física.

Vamos dar mais atenção à nossa saúde.

Vamos dar importância apenas aquelas coisas que são realmente fundamentais para a nossa felicidade.

Vamos ser mais responsáveis criando hábitos de sustentabilidade ambiental.

Vamos ser mais solidários, mais atentos às necessidades de quem nos rodeia.

Enfim... um sem numero de resoluções que nos fazem sentir Humanos e conscientes do nosso papel no mundo.

A verdade é que, mesmo fazendo este exercício ano após ano, percebemos que os dias passaram, que fomos arrancando as folhas do calendário, chegando a mais um 31 de Dezembro e

poucas ou nenhuma das resoluções que, cheios de convicção decidimos concretizar, não foram realmente materializadas.

Claro que existe uma justificação muito válida para que assim seja.

O ser humano é um animal de hábitos e como tal, mudar não é fácil.

É no mês de Dezembro que analisamos as decisões e opções que fomos fazendo no decorrer dos dias e é também aí que percebemos que nos faltou o mais importante... faltou ATITUDE

É na ATITUDE que reside a força para fazer acontecer todas as resoluções de início de Ano.

Eu tomei a decisão de tomar uma única resolução... ter ATITUDE.

Com ela, realizarei objectivamente tudo o que é bom para mim e para quem me rodeia.

Com ela, serei sensível ao que gravita à minha volta, ficando muito mais consciente do meu papel na esfera familiar, profissional e social.

Sei que, mesmo com toda a ATITUDE que a vontade permita, muitos dos meus objectivos ficarão por cumprir.

A vida não é estanque, os imprevistos surgem, as ideias alteram-se e na verdade está tudo bem, porque no entretanto, algo eu fui fazendo acontecer.

De nada serve um conjunto de decisões se não tivermos ATITUDE para as colocar em prática.

**PATROCINADORES
OBRIGADA**





DESPORTO -UM CRISTIANO RONALDO EM CADA POST

Tesoureiro da Direção da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares

A sociedade nem sempre deu às crianças a mesma atenção que dá hoje.

Antes do 25 de abril – e as pessoas que estão hoje na casa dos 70 ou 80 anos sabem-no – a fome não permitia grandes preocupações infantis. A Escola Primária nem sequer era para todos e o mercado de trabalho estava ali ao lado, permitindo escapar à esmola e a uma existência miserável.

As fábricas precisavam de mão de obra e a família de dinheiro para educar os restantes filhos.

Todos tinham de crescer muito depressa. Não tinham tempo para ser crianças.

Com a chegada da Democracia a Portugal e a posterior entrada na União Europeia Portugal desenvolveu-se e as condições de vida melhoraram para quase todos.

A escola pública tornou-se um elevador social e com ela muitos pobres conseguiram aceder à Universidade e a profissões que antes eram só de alguns.

A escola é, também por isso, a instituição a quem as famílias entregam a Educação das suas crianças.

Mas, por força da sua organização, nem tudo é feito na escola.

Já neste século, com uma nova forma de exercer a parentalidade, pais e mães depositaram em estruturas da comunidade outras áreas de formação das suas crianças – a dança, o teatro, a música, o desporto.

“Todos” os miúdos têm, para além da escola, um conjunto de atividades, sejam elas treinos de futebol, ensaios de música, aulas de dança ou até a nossa Escola de Cadetes e Infantes.

E os pais lá estão, ao lado, atrás e à frente, de telemóvel na mão sempre prontos para registar o momento nas redes sociais.

Vivemos um tempo de omnipresença digital.

Aliás, as nossas crianças em idade escolar são a primeira geração permanentemente ligada, onde a senha da internet chega primeiro que o menu e onde os vídeos do youtube ocupam o lugar da televisão.

Mas, será que compete aos pais potenciar a exposição digital dos filhos?

Terão os pais e as mães o direito de colocar imagens dos seus filhos nas redes sociais?

E, do ponto de vista de uma criança que apenas se quer divertir com os amigos, o que significa essa exposição?

O que lhes acrescenta de carga emocional a atenção às brincadeiras dele?

Brincadeiras?

Sim!

Reparem que as crianças deixaram de ter rua, já não brincam na rua. Já não correm, já não brincam às escondidas. Não esfolam os joelhos nos paralelos, nem metem as mãos na terra. Não têm, sobretudo em pandemia, tempo para se pegarem com os amigos, para levarem uns empurrões, para aprenderem a crescer uns com os outros.

Não têm um único momento da vida sem que um adulto lhes diga o que fazer e como fazer. Se na escola alguém o empurra é o pai que vai falar com a Diretora de Turma, se no futebol não joga é a mãe que vai questionar o treinador.

Qual é o momento em que àquela criança é permitido crescer?

Qual era o único momento de brincadeira que poderiam ter?

No futebol?

Mas, temos pena!

Aí não, tu tens de ser um Ronaldo!

Nem que seja no meu Instagram!

SUORTE BÁSICO DE VIDA | DAE

DESIGNAÇÃO: SUORTE BÁSICO DE VIDA / DAE

REGIME: Plano de sessão laboral / pós-laboral

ENTIDADE:

LOCAL DA FORMAÇÃO: N's/V's Instalações

DATA INÍCIO: a definir | **DATA FIM:** a definir | **HORÁRIOS:** a definir



De acordo com a vossa consulta, para formação na vertente de **Suporte Básico de Vida/DAE – Desfibrilador Automático Externo**, propomos o fornecimento do serviço exposto, cujos valores base se entendem conforme a descrição:

SBV - Suporte Básico de Vida/DAE

7 horas – 6 ou 12 Formandos:

- Suporte Básico de Vida, com componente teórica e prática;
- Obstrução de Via Aérea; Posição lateral de Segurança; Manobras RCP

RESPONSABILIDADE DA ENTIDADE FORMADORA

- Sala de Formação;
- Apoio informático;
- Apoio técnico pedagógico em todas as vertentes;
- Local para realização dos conteúdos práticos;
- Disponibilização de material e/ou equipamento para a formação solicitada;

CONDIÇÕES

- A formação poderá ser ministrada em horário laboral e/ou pós-laboral (de 2ª feira a sábado), nas nossas Instalações ou local a definir;
- No caso de adjudicação com a AHBV de Valadares, a formação pretendida terá um custo de 50 euros por elemento, com emissão de certificado;
- Compromisso desta Entidade em assegurar o acompanhamento dos formandos, após certificação nas áreas solicitadas;

OFERTA ESPECIAL

Manuseamento de Extintor com duração de 3Horas, aos formandos que concluíram com aproveitamento o curso Suporte Básico de Vida/DAE.

- Formação teórica e prática de agentes extintores, normas de segurança, atuação e métodos de extinção do incêndio;

**ASSOCIAÇÃO
HUMANITÁRIA
DOS
BOMBEIROS
VOLUNTÁRIOS
DE
VALADARES**

JÁ É SÓCIO?

NOVIDADES FORTIS

por HÉLDER SOUSA

Responsável pelo posto de abastecimento da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



O nosso posto de abastecimento é projetado tendo em conta as suas necessidades e as do seu veículo, procurando oferecer-lhe um serviço próximo e profissional.

Oferecemos-lhe um ambiente seguro e acessível.

Temos vindo a melhorar o nosso atendimento e os nossos produtos, como por exemplo, os óleos Galp. Eles são uma mais-valia para o seu veículo, não o deixe de comprar, especialmente ao preço incrível que ele está.

Além de que temos uma boa notícia para si...

Com o plano GALP & CONTINENTE, tudo o que poupa nas energias, combustível é acumulado em saldo no seu Cartão Continente. Depois é só usá-lo em combustível num posto Galp ou em compras nas Lojas Continente, Well's, Zippy e muitas outras!



Eletricidade e Gás Natural

até **14%**

acumulado em Cartão Continente



Combustível

14 cênt./l

em combustível Galp em Cartão Continente



Garrafas de Gás

5% na aquisição de garrafas GPL exclusivo nas lojas Continente



Carregamento Elétrico

16% nos pontos de carregamento elétrico pagos

jortis
shop



DA-42-51 CHEVROLET

POR ANTÓNIO CHAVES

CURADOR DO MUSEU DA ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VALADARES

Estamos no ano de 1966.

A Associação dos Bombeiros de Valadares vive na contínua atribulação para ver erigido o Novo quartel, até porque o ato simbólico do lançamento da primeira pedra, já se tinha dado em 6 de Dezembro de 1964.

Vivíamos tempos difíceis..., a guerra do ultramar marcou uma geração, os nossos bombeiros mais jovens tinham de embarcar em direção ao desconhecido e muitos dos recursos financeiros eram canalizados para as colónias..,

Diz-nos a Ata nº339 da Direção de 13 de Setembro de 1966, que o então Comandante António Leonardo de Almeida, reuniu com o Sr. Inspetor de Incêndios da Zona Norte, manifestando o interesse da Associação em candidatar-se a um carro de nevoeiro, mas como referimos anteriormente vivíamos tempos conturbados e o processo de aquisição foi longo e passou por varias fases.

Em Maio de 1969 a Associação teve conhecimento que o Chevrolet já se encontra pronto em Lisboa, para formalizar a data da entrega.

O tempo foi passando e aproximava-se o 55º Aniversário dos Bombeiros.

Em Agosto de 1969 o Carro encontra-se no Batalhão Sapadores Bombeiros do Porto e a convite do Sr. Inspetor da Zona Norte, compareceram o Sr. Comandante e o Responsável das viaturas, afim de experimentarem a mesma, mas daí a entrar pela primeira vez no Quartel, ainda ia um pequeno compasso de espera.

Finalmente o Chevrolet vem para Valadares, mas não ao Quartel dos Bombeiros e estaciona os dias e as noites de Outubro e Novembro na Serração dos Leonardos, onde uma equipa composta pelos Bombeiros Ludgero Gaspar, Domingos Macedo, Henrique Sousa e Joaquim Figueiredo, montam todo o equipamento acessório.

É então em 2 de Dezembro e por volta da meia noite que a Viatura faz a sua primeira "Aparição" no Quartel e algumas histórias se seguiram..., mas o dia tão esperado das comemorações do 55º Aniversário fez do Chevrolet o "Rei" do cortejo, que saiu do Largo dos Monteiros, mas sem antes se proceder à entrega simbólica pelo Sr. Presidente da Direção ao Sr. Comandante e o batismo pelo Reverendíssimo Bispo do Porto.

A Historia do Chevrolet, começa mas não acaba Aqui..., e se pretende saber mais, visite o Museu Ludgero Gaspar dos Bombeiros de Valadares, ou mesmo adquira o livro CEM ANOS DEPOIS da autoria de João Miguel Matos Soares pelo valor simbólico de 10,00€ na nossa Secretaria.

Bem Haja a todos que contribuíram...



À CONVERSA COM

por CLÁUDIA RAQUEL SILVA,

Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares



Teresa Lopes

Sócia n.º 4819



A primeira vez que a vi descia airosoamente a Rua Prof. Amadeu Santos, em Valadares. Fixei-a; impossível não o fazer! Segura de si, distinta, sorridente, feliz, rodeada dos seus (como gosta), seguia rumo às comemorações do Orfeão de Valadares. Poucos anos depois, (re)encontrei-a na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares. Lembrava-me bem dela. Gostei de a ouvir, ali, no seu discurso direto e simples que contrabalançavam com uma mensagem firme e única na forma de o dizer. Diz o que tem a dizer. Confesso que tive curiosidade em conhecer melhor esta Mulher de seu nome Teresa Lopes, um pouco mais além daquilo que é a sua atuação (exemplar) nos órgãos sociais da AHBVV. Ela que enaltece a nossa corporação de bombeiros e elogia o presidente da direção pela liderança da associação. Atrevi-me a convidá-la para me falar um pouco mais de si, indo mais além, tentando chegar à sua forma de sentir.

E assim, é a Dra. Teresa Lopes, presidente do Conselho Fiscal da nossa casa, a sócia que inicia mais um ano de conversas com os sócios, no espaço da nossa magazine mensal.

A Dra. Teresa Lopes é uma mulher sem idade, no sentido em que se misturam as recordações de menina, com os projetos realizados em adulta e os sonhos (ainda muitos!) de vida por cumprir, como se tudo acontecesse ao mesmo tempo, e isso por si

só é uma inspiração. Ela é poesia! Tem aliás, em Fernando Pessoa, o seu poeta de eleição, a vontade de se alimentar em versos e poemas, onde creio que talvez encontre muito do seu eu, da sua força e carisma. Declama sozinha, para si, para comer cada palavra, saboreando-a a seu jeito. Imagino-a, num fim de dia de trabalho, absorvendo poesia. Ela que se afirmou profissionalmente, com sucesso, em todos os cargos de liderança que desempenhou. Acreditou que mais era possível, estudou muito, batalhou sempre, nunca permitindo, no seu íntimo, que lhe dissessem que não era capaz! Esta forma de sentir, vem desde que se lembra de si. No âmbito profissional diz que nunca sentiu que a despreitassem. "Nunca senti a questão de ser Mulher! Se me era exigido, era porque tinha que ser. Eu faço o mesmo, não faço distinções, de género, nem de raça, nem de nada!". Sei, por linhas interpostas, que é uma mulher que gosta de ajudar quem lhe pede socorro, seja no âmbito profissional, seja no seu lado solidário. Sem malabarismos, com discrição, amizade e na vontade de se dedicar ao outro, mesmo nem sempre sendo compreendida. Isso fará parte da vida dela, talvez! Confidenciou-me que absorveu muito do seu pai. Acha que muito da sua forma de ser e de encarar a vida vem do pai. Ele que era um homem muito exigente, pouco dado a afetos, honesto e que brincava com humor. "É nele que me revejo quando me olho ao espelho. Apesar de ter sido muito exigente comigo, agradeço-lhe!". Deu-lhe a garra e a inconformidade necessárias para realizar sonhos.

Define-se como irreverente. As suas recordações são sempre como criança, jovem, mulher irreverente no sentido da contestação. Se acha que algo não está bem, sente que tem que falar. Sente-se revoltada quando dizem que algo é bom, e depois se verifica que não é assim. Mesmo na sua irreverência gosta de cumprir regras, ainda que antagonicamente nem sempre goste de cumprir leis! São coisas distintas, diz! Serão estas entrelinhas que nos deixam curiosos sobre a sua forma de estar na vida! E deambulamos em tantos assuntos e claro, falamos da sua família.

O seu filho, o seu neto e a sua neta, a sua nora, tão importantes na sua vida, pelos quais se preocupa constantemente pelo seu bem-estar e felicidade. E o seu marido... um amor de quarenta anos. O Sr. António Ferro. O seu "ferrinho", o seu melhor amigo. Emociona-se ao falar dele... Diz que a honestidade faz o seu casamento feliz. Que o marido sempre lhe disse "Não te preocupes, vamos resolver!". Para a Teresa ele é um pilar.

Esta é uma parte da Dra. Teresa Lopes. Percebe-se que a Teresa não tem medo do mundo, gosta de viajar, conhecer, conversar, dar-se. Adora uma boa conversa sobre religião e política. Há muitas viagens que pretende ainda realizar, umas à volta do planeta, outras à volta do conhecimento; há vontade de realizar muita coisa e não olha ao tempo. Há desejos, mas não há relógios, não pensa nisso! Medo, apenas um: o de morrer. Maior do que esse medo é não ter a família e os amigos; não ter pessoas com quem estar e falar. Se tudo isso acabar, então pode morrer, confessou. "As pessoas entram no meu âmago de amizade, recebem o que sou. Sabem que não sou pêra doce.". Gosta de guardar as amizades, sabendo que estas têm altos e baixos, porque gosta verdadeiramente das pessoas, de socializar. Reforça que não conseguiria viver sem a dádiva da amizade e o amor da família que construiu.

O privilégio desta conversa tão simples, tão despojada e sincera, deixam palavras por escrever e alguns sentimentos por enaltecer. Contudo, um profundo agradecimento por esta partilha de esperança, por não ter receio de respirar sonhos e inspirar o segredo que não há idade para sonhar e concretizar sonhos! Essa é a sua magia! Obrigada Dra. Teresa Lopes por tanto que nos dá!