

MAGAZINE #51

MARÇO
2023

ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VALADARES

#SOMOS TODOS BVV



EDITORIAL

por ANTÓNIO SILVA
Presidente da AHBVV

A Associação é dos seus sócios.

Assim sendo, os sócios reuniram em Assembleia Geral Ordinária, a 30 de março, para discussão e aprovação do Relatório e Contas de Gerência de 2022, bem como, para discussão e aprovação do Orçamento e Plano de Atividades para 2023.

Estes dois suportes fundamentais de gestão, foram aprovados por unanimidade.

Obrigado.

Obrigado pela confiança e apoio.

Mas, se a Associação é dos seus sócios, também é verdade que a nossa missão é servir toda a comunidade...

Deriva daqui um apelo mais que justo:

Ajudem-nos a ajudar!

Não fique indiferente e seja parte desta corrente solidária, que é a AHBVV.

Não vos pedimos para apagarem fogos; desencarcerar acidentados ou transportar doentes.

Apenas pedimos a vossa colaboração para com quem voluntariamente e/ou profissionalmente desempenha tão nobres tarefas e missões de servir a comunidade.

Contribua, contribua sempre, pelo reconhecimento e motivação dos que em nome da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares fazem o que faz falta aos outros e quase nunca a pensar em nós próprios!

Seja também a parte mais ativa desta corrente solidária, faça-se sócio.

Somos orgulho e felicidade, pelo que fazemos!



Prevenção Estádio de Valadares.



Patrocínio

O que fazemos...

Print & CUT[®]
— PUBLICIDADE E DESIGN —
Unimos as cores às suas ideias

ARTES GRÁFICAS
IMPRESSÃO DIGITAL
DECORAÇÃO DE MONTRAS,
VIATURAS E INTERIORES
CORTE E GRAVAÇÃO A LASER
BANDEIRAS
BRINDES
RECLAMOS LUMINOSOS
ESTORES

📍 Rua Norton de Matos, 524 • 4405-671 Gulpilhares • Vila Nova de Gaia
📞 91 633 25 25 (contacte-nos por WhatsApp) 📠 22 112 37 01
✉ geral@printandcut.pt

f @ www.printandcut.pt

PARCEIROS SOLIDÁRIOS

por ANA JONES

Assessora da Direção da AHBVV

Como já referido em edições anteriores desta Magazine, um dos objetivos da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares é conseguir que todas as empresas da nossa área de jurisdição se tornem nossas Associadas e parceiras.

Precisamente de acordo com esse objetivo, vimos aqui salientar 3 empresas que ao longo deste último mês, para além de se terem associado a nós, enquanto sócios empresariais, ainda tiveram uma vertente mais solidária para com esta Associação.

A PRINT&CUT, que se comprometeu a oferecer, a título inteiramente gratuito, todas as edições da Magazine até ao fim deste ano 2023. Um donativo extremamente importante e significativo para a AHBVV e, por isso, a eles o nosso mais sincero

obrigada!

A CITYGRÁFICA, que nos disponibilizou 6000 impressões para uma campanha de sócio que estamos a preparar. O nosso muito obrigada também a eles!

Por último, mas não menos importante, ao restaurante SAN GALLO, que nos começou a fornecer gratuitamente 3 refeições diárias para o nosso serviço de Apoio Domiciliário. Uma ajuda extraordinária para o nosso Cuid'arte + e para os nossos utentes. Muito obrigada por isso!

É gratificante saber que temos com quem contar e, quando pedimos auxílio, são poucos os que nos fecham a porta... Mas quem a deixa aberta e ainda nos convida a entrar tem um lugar especial entre nós. Obrigada a todos parceiros!

SOMOS TODOS BVV!!!



DIA DO SÓCIO - GLOBOS DE FOGO

por FRANCISCO MADRUGA

Vice-Presidente da Direção

No âmbito da valorização da qualidade de Sócio e da sua antiguidade, decidiu em tempo oportuno a Assembleia Geral da AHBVV atribuir aos sócios com 5 e 10 anos DIPLOMAS DE MÉRITO.

A Direção e o seu Presidente têm o prazer de vos convidar para a Cerimónia de entrega dos Diplomas, que ocorrerá no dia 20 de maio, sábado, pelas 15 horas, no Salão Nobre da nossa Associação.

Os Associados da AHBVV são o suporte dinâmico desta casa, contribuindo com as suas quotizações individuais, empresariais e mecenato para a consolidação, crescimento e melhoria dos serviços prestados à Comunidade.

O envolvimento dos órgãos sociais da AHBVV, Comando, Corpo Ativo e Voluntários, são a garantia de que continuaremos o nosso trabalho para a angariação de NOVOS ASSOCIADOS.

É também a certeza de que estamos disponíveis para novos desafios com novas valências, começando na melhoria do Socorro em Emergência, no Transporte de Doentes Não Urgentes, na oferta de novos serviços na CLÍNICA MÉDICA, na ASSISTÊNCIA DOMICILIÁRIA, na disponibilização do GINÁSIO em condições vantajosas e na melhoria constante do nosso património, salientando o enorme desafio que será a construção do novo EDIFÍCIO SOCIAL E O EDIFÍCIO MULTIUSOS.

Durante o evento, será proporcionada uma visita às Instalações e será feita uma curta apresentação do novo Projeto de Edifício Social e Multiusos.

Venham connosco celebrar este verdadeiro DIA DO SÓCIO!



A VIDA É BELA

por MARIA COUTO

Diretora da AHBVV

A beleza da vida está presente nas coisas simples do dia a dia. Nos sorrisos, nos abraços, nas experiências que nos emocionam e nos fazem sentir vivos, nas relações que construímos com as outras pessoas. Está no sol que brilha, na brisa que sopra e nos acaricia a pele, nas flores que ganham forma e cor, na natureza que nos rodeia.

A beleza da vida está também nas coisas extravagantes e cheias de ânimo, nas metas que alcançamos, nos sonhos que realizamos e nos desafios que superamos. Está na sensação de dever cumprido, na alegria de conquistar algo que desejamos há muito tempo e no sentimento de gratidão quando alcançamos objetivos.

Mas a beleza da vida não está apenas em momentos felizes e positivos. Ela também se faz sentir nas adversidades que enfrentamos, nas lições que aprendemos e na resiliência que desenvolvemos para superar esses desafios que afinal nos tornam mais fortes.

Em resumo, a beleza da vida está em todas as coisas, grandes ou pequenas, boas ou más, mas que nos fazem prosseguir apesar de todas as fragilidades. É uma beleza que está sempre presente, à espera de ser descoberta e apreciada por aqueles que têm olhos para a ver e coração para a sentir.



6 ANOS A CUIDAR DA SUA SAÚDE!

por ANDREA PAIVA

Coordenadora da Clínica BVVida



Março foi o mês em que celebramos o 6º aniversário da Clínica BVVida. Por isso mesmo quisemos fazê-lo incluindo um evento exclusivo para o nosso Corpo Ativo de Bombeiros, o Workshop "Os Bombeiros e os desafios da alimentação saudável". Conscientes das dificuldades inerentes aos horários dos nossos bombeiros, criamos, em conjunto com a Dra. Zita Ribeiro, Nutricionista, uma abordagem de sensibilização para escolhas alimentares adequadas e práticas. Os nossos bombeiros poderão dar seguimento ao acompanhamento de

Nutrição com condições especiais, para uma orientação personalizada.

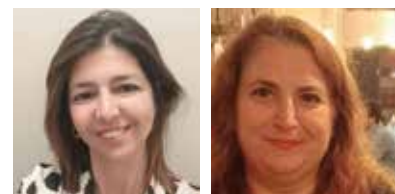
Em abril iremos continuar a cuidar dos nossos bombeiros e dos nossos utentes com profissionalismo e humanismo, disponibilizando várias especialidades médicas e terapêuticas, numa visão integrativa da medicina convencional e das terapêuticas não convencionais.



CUIDADOS EM CASA UMA EXTENSÃO DA FAMÍLIA

por Carla Oliveira e Conceição Braga

Diretora da AHBVV



A prestação de cuidados domiciliários pretende ser uma abordagem holística onde os cuidadores não são apenas prestadores de cuidados, mas uma extensão alargada da família.

Muitas são as preocupações e dúvidas dos utentes e das suas famílias: "como vou prestar cuidados depois da alta hospitalar?", ou ainda, "no hospital está melhor, porque tem vigilância 24h", mas não desesperem. Por isso, estamos aqui!

Neste momento ainda não é possível estarmos presentes 24h por dia, mas esse é um objetivo a longo prazo. Enquanto isso não acontece, pretendemos dotar os cuidadores de competências básicas para saber atuar durante o período noturno. Durante o dia estamos presentes, sendo agentes facilitadores dos cuidados necessários aos utentes dependentes.

Prestar cuidados de higiene e conforto ao utente, auxiliar na mudança de roupa da cama, proporcionar o aumento da autoestima através da imagem corporal, diálogo e terapêuticas de reabilitação da motricidade fina e grossa. Fazemos o acompanhamento a consultas quando o familiar/cuidador não pode, estamos presentes na alimentação, orientamos a medicação e articulamos com outros

serviços médicos, de enfermagem, ou outros que sejam necessários, para permitir o cuidado do utente no conforto do seu lar. Este tipo de acompanhamento permite uma sensação de segurança do paciente por estar perto dos seus familiares e minimização do stress relacionado com tensão e desconforto de um ambiente não familiar.

O nosso objetivo é facilitar a vida das famílias, auxiliando na prestação de todo o tipo de apoio domiciliário a idosos e/ou doentes em situação de dependência, para a manutenção da qualidade de vida, proporcionando saúde e bem-estar a todos os nossos clientes.

Cuidar é inerente à condição humana, cuidar e ser cuidado faz parte do ser humano. Neste contexto, o Cuid'arte + faz do cuidar uma arte, e não apenas o cumprimento de uma obrigação diária. Cuidar não é só dar um banho, mas sim proporcionar conforto, estabelecer uma relação empática com o utente, respeitar a sua privacidade e o seu corpo, estabelecer um objetivo para o resto do dia, dignificar a existência de quem está numa situação de dependência mas ainda tem um contributo para dar à sociedade.

OCORRÊNCIAS DE EMERGÊNCIAS

por JORGE PRAZERES

Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares



SERVIÇOS FEVEREIRO

ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

VALADARES/GULPILHARES	194
CANELAS	84
V.PARAISO	91
MADALENA	35

FORA DE ÁREA DE ATUAÇÃO PRÓPRIA

STª MARINHA/SP AFURADA	21
CANIDELO	23
MAFAMUDE/ V. PARAISO	26
MADALENA	14
ARCOZELO	1
SANDIM/OLIVAL	1
O. DOURO	1
V. ANDORINHO	1
GRIJO/SERMONDE	1
PEDROSO	1
FORA CONCELHO	11

RESUMO MENSAL DE OCORRÊNCIAS

DESCRIÇÃO	TOTAL
Riscos Tecnológicos	25
Riscos Mistos	13
Proteção e Assistência a Pessoa e Bens	443
Operações Estado de Alerta	27
Serviços Internos	6
TOTAL DE SERVIÇOS	514



Durante o mês de março, predominando uma parceria atenta e espírito de solidariedade, os BVV estiveram empenhados em vários Dispositivos de Prevenção, disponibilizando meios técnicos e humanos para que os eventos tivessem um fator de sucesso no que concerne a segurança.

DIA MARÇO

- 01 Dia Internacional Proteção Civil - VN Gaia
- 02 Dia Internacional Proteção Civil - VN Gaia
- 03 Dia Internacional Proteção Civil - VN Gaia
- 12 Canelas 2010 - Liga 3
- 19 Valadares Gaia - Liga BPI
- 25 EB 2/3 Madalena - Festa Primavera
- 26 Valadares Gaia - Liga BPI

O Comando elogia a atitude e a postura dos operacionais, que se disponibilizaram de forma voluntária para formatar os Dispositivos supramencionados.



O Dia Internacional da Proteção Civil foi assinalado em Vila Nova de Gaia com três dias totalmente dedicados à atividade de todos os agentes da Proteção Civil.

Os BVV estiveram presentes de 1 a 3 de março na exposição realizada junto a Praça do Município, demonstrando os seus meios técnicos e equipamentos, bem como ações de sensibilização de Suporte Básico de Vida junto da comunidade local.

O objetivo de sensibilizar a população para as atividades de Proteção Civil Municipal e o papel de todos os agentes de Proteção Civil que colaboram e integram o sistema foi largamente alcançado, onde contribuimos para uma população mais participativa e resiliente.

Recorde-se que o Dia Internacional da Proteção Civil celebra-se anualmente a 1 de março, a fim de alertar e sensibilizar para a importância da proteção civil na salvaguarda da vida humana, da propriedade e do património cultural e ambiental, face à ocorrência de acidentes graves e catástrofes, e de prestar tributo a todos os seus agentes.

TODOS SOMOS PROTEÇÃO CIVIL



REGRESSO DA FEIRA DE USADOS DE CANELAS.

por TATIANA COSTA
Diretora da AHBVV



No passado dia 4 março fomos presenteados com um dia de sol que tão bem acompanhou o regresso das edições 2023 da Feira de Usados.

O evento, localizado no Jardim S. João em Canelas, transformou-se num autêntico mercado ao ar livre.

Organizado pela Cuid'arte+ em parceria com AHBVV foi e promete ser um ponto de encontro mensal de vendedores e compradores de artigos em segunda mão, tornando-se o local ideal para encontrar preciosidades ao "preço da chuva". Encontram-se todo o tipo de artigos usados, como roupa, discos, livros, louças, brinquedos, relógios e moedas, mas

também doces caseiros e bifanas no Bar Cuid'arte+.

O valor angariado com as reservas de lugar e vendas no bar reverte na totalidade para as entidades organizadoras apoiarem quem mais precisa.

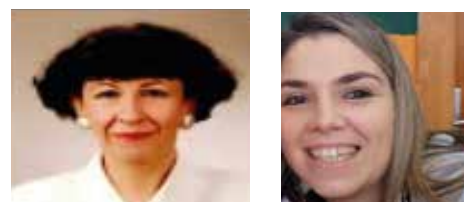
Com uma periodicidade mensal, no primeiro sábado de cada mês, conta com a próxima edição já no dia 6 de maio das 10h às 18h.

Quem quiser inscrever-se como vendedor deve fazê-lo logo que possível na loja social em Canelas ou por mensagem no grupo de Facebook DestralhaMais.

QUESTIONÁRIO

Sra. Carlota Rodrigues, SÓCIA N. 6945

por ANA RITA SILVA
Serviços Administrativos AHBVV



01 - Qual a razão de ser sócia da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares?

R.: Porque é uma Associação de Bombeiros muito humana, muito atenciosa, carinhosa e em especial com a minha mãe que é a pessoa que mais precisa. É fundamental lembrar os nossos anjos da guarda que salvaram a vida à minha mãe, ao fazerem as manobras de reanimação quando entrou em paragem cardio respiratória na vossa ambulância. A vossa associação merece todo o apoio e estima da nossa parte.

02 - Utiliza os nossos serviços clínicos (serviço de transporte de doentes não urgentes) com alguma frequência?

R.: Sim. Levam-nos desde que nos tornamos de sócios, usamos sempre. Nós somos sócios de outra associação também, mas como não nos conseguem dar resposta usamos de preferência os serviços da vossa Associação.

03 - Qual a sua opinião relativamente ao nosso serviço de atendimento telefónico?

R.: São todos simpáticos, atenciosos, identificam-nos logo, são carinhosos e prestam a informação com precisão e são bastante acessíveis.

04 - Têm sido satisfatórios os serviços que solicita?

R.: Os vossos serviços numa escala de 1 a 5 estrelas, é 10 estrelas.

05 - Na base da sua experiência, recomendaria os serviços da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares

R.: Claro que sim, sempre.

06 - Agora, diga-nos num curto texto quais são as melhorias necessárias na AHBVV. E quais os elogios que gostaria de transmitir?

R.: Como já informei anteriormente num e-mail dirigido ao Sr. Presidente da Associação

Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares, passo a citar os seguintes parágrafos:

"Mais uma vez, todos(as) os Vossos Colaboradores(as) acima mencionados(as), sem exceção, bem como todos os outros Bombeiros incumbidos de prestar o serviço de apoio ao transporte acima mencionado), se destacaram por serviços administrativos, de agendamentos, de prestação de serviços de transporte de doentes não urgentes, e de serviços de apoio a esse tipo de transporte, bem como, de serviços de transporte de doentes urgentes, a duas pessoas desesperadas, e deveras dependentes desse transporte, demonstrando assim, um grande sentimento humano e uma alta consideração por mim e pela minha mãezinha, ao serem todos(as) muito atenciosos(as) e altamente sensíveis à nossa situação, demonstrando também grande empatia pela minha mãezinha, que, como mencionado acima, fará, se Deus quiser, 96 anos, no dia 3 de abril de 2023, de quem cuido sozinha, como cuidadora informal.

Assim, face a todas as situações acima descritas, todos(as) os(as) Vossos(as) Colaboradores(as) são, definitivamente, merecedores(as) dos nossos sinceros Agradecimentos e de um enorme Elogio nosso, cujas prestações exemplares de como servir a idosa doente, D. Antónia Rodrigues e a cidadã, sua filha, Carlota Rodrigues, por vezes decididamente aflita, sendo esta última a única cuidadora da idosa sua mãezinha, encontrando-se, inclusive, também mais uma vez, na terrível situação de não conseguir transporte para ambas, sempre as ajudaram, apesar de não as conhecerem pessoalmente, tendo todos(as) os(as) Vossos(as) Colaboradores(as) se destacado, ao longo do tempo, por uma

prestação de serviços de atendimento de forma excelente, tendo sido extremamente prestáveis, muito simpáticos(as), e altamente atenciosos(as) durante as ditas intervenções como Colaboradores(as) da Vossa Prestigiada Associação, tendo demonstrado, em todas as circunstâncias, estarem totalmente focados(as) e centrados(as) em resolver a problemática das duas cidadãs em questão, conseguindo de forma eficiente e eficaz manterem-se também focados(as) e interessados(as) na prestação de todos os serviços acima mencionados, bem como prestando toda a informação necessária em cada situação, respondendo às perguntas colocadas pela cidadã Carlota Rodrigues, mantendo os(as) mesmo(as) sempre altamente comunicativos(as), e atingindo, assim, um rapport deveras harmonioso com ambas, demonstrando um alto nível de empatia por estas duas cidadãs. Sinceramente, esta sócia e agregada familiar da mesma, gostaram mesmo muito da forma agradável como os Vosso(as) colaboradores(as) acima mencionados(as) nos trataram e nos ajudaram!

Um enorme, sincero e sentido, muito obrigada, por tudo que têm feito por mim e pela minha mãezinha!

Beijinhos e abraços nossos, Carlota"

Agradecer em meu nome e em nome da Associação à Sra. Carlota Rodrigues pelo tempo disponibilizado, e por toda a amabilidade nas respostas às questões colocadas e pela forma simpática como trata os Bombeiros/Funcionários da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares. Desejar-lhes o melhor, saúde para ambas as senhoras e disponibilizar os nossos serviços com prontidão sempre que solicitados.

NOVA PARCERIA FARMÁCIA CENTRAL DE VALADARES

por Ana Jones

Assessora da Direção da AHBVV



Mais um mês, mais uma nova parceria feita pela Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares.

Desta vez, em conjunto com a Farmácia Central de Valadares, elaborou-se um protocolo de cooperação que visa, como habitual, a criação de vantagens e valências para os nossos Associados.

Com o intuito de as entidades estabelecerem relações simbióticas e de entreeajuda entre ambas, as vantagens criadas para os sócios da AHBVV foram as seguintes:

10% de desconto em medicamentos sujeitos a receitas médicas comparticipadas, sobre o valor que o utente paga, exceto em medicamentos cujo PVP seja superior a 49,99€;

10% de desconto nos medicamentos não sujeitos a receita médica, em produtos de cosmética, puericultura, higiene e suplementos alimentares;

5% de desconto em leites e farinhas.



Alguns aspetos a considerar:

Medicamentos sujeitos a receita médica não comparticipados não usufruem de desconto;

O desconto é sempre no imediato;

Os sócios apenas têm desconto no seu próprio receituário;

Os sócios que já possuam conta com a Farmácia Central, caso optem por utilizar a conta e pagar no final do mês, não terão direito a qualquer desconto;

Para medicamentos sujeitos a receitas médicas comparticipadas, adquiridos sem estas (antigas vendas suspensas), o valor do PVP será pago na totalidade e no ato da regularização será reembolsado o valor da comparticipação, mais os 10% correspondentes.

A fatura deve ser sempre feita no número de contribuinte do respetivo sócio da AHBVV;

Qualquer desconto não é acumulável com outras campanhas em vigor.

Como em todos os protocolos estabelecidos pela AHBVV, para ser possível usufruir deste desconto, o Associado deverá fazer-se acompanhar do cartão de sócio apresentando o mesmo à Farmácia Central.

Mais uma excelente oportunidade para continuarmos no caminho certo: uma comunidade mais acompanhada, mais solidária, mais acarinhada e mais feliz!

1ª EIP EQUIPA DE INTERVENÇÃO PERMANENTE

por JORGE PRAZERES

Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares

Em 01 de março de 2023 os BVV deram início a 1ª EIP – Equipa de Intervenção Permanente constituída por 5 operacionais, composta por 1 (um) chefe de equipa e 4 (quatro) Bombeiros, para cumprimento das missões que, no âmbito do sistema de proteção civil, estão cometidas ao Corpo de Bombeiros na sua área de atuação, garantindo em permanência: o combate aos incêndios; o socorro às populações em caso de acidentes ou catástrofes; o socorro no âmbito de pré-hospitalar e a colaboração em outras atividades de proteção civil.

Esta equipa foi constituída por um protocolo celebrado entre a Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, a Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares e a Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, sendo homologada pelo membro do Governo responsável pela área de proteção civil.

O objetivo da sua constituição visa reforçar o efetivo dos quadros profissionais da AHBVV alocados a emergência, de modo a potencializar a capacidade de mobilização para as ações de Socorro. Lado-a-lado e por uma comunidade segura.



COMEMORAR ABRIL

por JOAQUIM ROCHA

Presidente da Assembleia de Freguesia de Gulpilhares- Valadares



A Assembleia de Freguesia de Gulpilhares-Valadares, representada por membros eleitos do PS-PSD-CDS-BE e CDU, reuniu os seus líderes com a mesa da Assembleia de Freguesia, para programarem as comemorações do 25 de Abril, data histórica da conquista da democracia.

Depois de apresentadas várias propostas, optou-se por aquela que gerou consenso e que vai ao encontro do espírito da data que se vai comemorar.

Assim, o programa será:

Dia 24 de Abril

NOITE CULTURAL - 21.30h

SALÃO NOBRE DA ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE VALADARES

Participam o Grupo de Cordas do Rancho Regional de Gulpilhares e o Grupo de Cantares do Orfeão de Valadares.

Dia 25 de Abril

SESSÃO SOLENE -15.00h

ALAMEDA DO SENHOR DA PEDRA

Foram convidadas todas as coletividades, associações, escolas e associações de pais, da área geográfica da União de Freguesias, para participarem e fazerem-se representar com o seu estandarte.

Foi solicitado também a todos os convidados para que cada um indicasse um representante para usar da palavra durante 3 a 5 minutos, focando a história da sua representada com o 25 de Abril.

Para que os trabalhos decorram de forma organizada, foi pedido que cada um dos convidados designados atrás respondesse para o email da Assembleia de Freguesia até ao dia 18 de abril, dando conta da vontade, ou não, de intervir.

A sessão solene terá a intervenção dum representante por cada coletividade, associação ou escola que se tenha inscrito. Também os alunos do 11º e 12º ano da escola Dr. Joaquim Gomes Ferreira Alves - Valadares - farão uma intervenção política, como já aconteceu no ano passado e, por fim a intervenção dos representantes dos partidos da Assembleia de Freguesia.

Em nome desta Assembleia de Freguesia, queria apelar à participação dos fregueses - estão todos convidados - na vida política da nossa freguesia, pois dessa forma Abril continuará bem vivo e o regime democrático mais forte.

Uma palavra final de agradecimento às coletividades que vão participar na - NOITE CULTURAL - ao Rancho Regional de Gulpilhares, ao Orfeão de Valadares e aos Bombeiros V. de Valadares, pela cedência do Salão Nobre, assim como a todos os eleitos, pelo trabalho que têm desenvolvido na Assembleia de Freguesia, dignificando o órgão prestigiando a democracia, e à Junta de Freguesia pela cooperação que tem mantido com o órgão deliberativo.

PARTICIPE - FORTALEÇA A DEMOCRACIA

O Presidente da Assembleia de Freguesia
Joaquim Rocha

REUNIÃO DE TRABALHO

por JORGE PRAZERES

Comandante do Corpo de Bombeiros de Valadares



A Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Valadares, através do Presidente da Direção António Silva e do Comandante Jorge Prazeres, marcou presença na reunião de trabalho realizada dia 06 de março em Gondomar, promovida pelo MAI - Ministério da Administração Interna, com a presença da Secretária de Estado da Proteção Civil e estrutura de Comando Operacional da Área Metropolitana do Porto.

No decurso da reunião, foram debatidos diversos temas de extrema importância, mas foi sobretudo um espaço de diálogo face às inúmeras mudanças que temos em curso e prioridades para o setor dos bombeiros.



À CONVERSA COM ...

por CLÁUDIA RAQUEL SILVA,
Presidente da Mesa da Assembleia Geral da AHBVV



Aida, Andrea, Catarina, Cláudia, Isabel, Cláudia, Lucília, Lurdes, Odete.



No mês que celebra o Dia Internacional da Mulher convidei algumas sócias da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Valadares para participarem nesta rubrica. Nove Mulheres de diferentes idades, experiências de vidas e gostos distintos. Em comum o desafio de se “Viver Mulher”! É como uma magia o que cada uma tem feito ao longo das suas vidas perante desafios, tristezas e desilusões, sem perderem a esperança, condimentando com alegrias, emoções boas e renovando expectativas. Tal como as orquídeas: ora florescem, ora as flores vão caindo, parecendo que estão a definhar, contudo a raiz está lá e assim que ganhar de novo força renasce e dará flores sempre bonitas.

Fomos conversando em torno de três questões, ainda que nos perdêssemos em tantos outros temas: “qual o maior desafio como Mulher”; “o que a mulher de há vinte anos diria à mulher de hoje”; “o que vos faz feliz”. Transcrevo algumas das citações de cada uma, pois transformar em discurso indireto não teria o mesmo significado nem a mesma beleza. Pois cada uma tem um passado, um presente e uma esperança no futuro diferente.

Querido(a) leitor(a), saboreie cada frase!

“Todos os dias é um desafio. Gerir tudo, ter tudo organizado... gosto daquilo que faço todos os dias.”
 “Trabalhar, lutar, estar de pé!”
 “Ter força para conseguir levar a vida em frente. Ter uma velhice digna.”
 “Cuidar do meu marido.”
 “Desafio-me todos os dias a ser feliz. Ter tempo para apreciar as pequenas coisas, sentir o cheiro da terra molhada. Sentirmo-nos a nós próprios.”
 “Conquistar as minhas coisas.”
 “Lutar diariamente contra o cancro, que não me irá vencer.”
 “O maior desafio?!...Fazer o luto é o maior desafio que uma Mulher pode ter.”
 “Sempre trabalhei desde muito cedo. Diria a mim própria para gozar mais a vida, não pensar tanto na vida de casa. Ter esperança. Ter amor próprio.”
 “Ter mais amigos verdadeiros.”
 “Que valeu a pena tudo o que fiz, não me arrependo de nada. Voltaria a fazer as mesmas coisas.”
 “Para não desistir, porque o caminho se faz caminhando.”
 “Não corras tanto, a tua vida vai mudar.”
 “Dava-me os parabéns pelas conquistas destes anos.”
 “Seguir o instinto, ter resiliência, ter força.”
 “Tem cuidado que as pessoas não dizem tudo o que pensam.”
 “Esquece, não vais ser Veterinária. Diria, ainda, para me desafiar e me aventurar mais.”

E a felicidade?!...

“Saúde e família.”
 “Que todos sejam felizes.”
 “Que o meu filho seja feliz.”
 “O amor do meu marido.”
 “Os meus ricos filhos, na minha família.”
 “Viver.”
 “Desafios.”
 “Os meus filhos, marido e mãe são a minha felicidade.”
 “Ter os meus por perto e os escuteiros fazem-me feliz.”

Que cada Mulher encontre o seu ponto de equilíbrio e a resposta certa para o que a faz feliz. Que de vez em quando se desafie...

Termino citando a atriz e escritora norte-americana, Mae West, “Só vives uma vez, mas se o fizeres bem, uma vez é o suficiente!”.

Obrigada!