



# Dando d' Vaia

Boletim Informativo da Freguesia de Salir

Edição 125

Janeiro 2016

## Baile de Carnaval na Nave do Barão

6 de fevereiro



A Associação "Os Barões" realiza no sábado 6 de fevereiro o Baile Carnaval animado por Gonçalo Tardão.

• Vista-se a rigor e venha brincar connosco.

## Torneio de Entrudo de Malha na Laje

Em Barrosas

A Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, realiza no sábado, 6 de fevereiro pelas 14h30m o torneio de Entrudo de Malha na Laje.

### Prémios do Torneio:

- 1º Lugar - 7 Chouriças caseiras
- 2º Lugar - 5 Chouriças caseiras
- 3º Lugar - 3 Chouriças caseiras
- 4º Lugar - 2 Chouriças caseiras
- 5º Lugar - 1 Chouriça caseira



Participe e passe uma tarde agradável na nossa companhia.

## Baile de Carnaval em Barrosas

8 de Fevereiro

A Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, realiza na segunda-feira, 8 de fevereiro o Baile Carnaval animado por Ruben Filipe.

Vista-se a rigor e venha brincar connosco.



## Editorial

Neste início de ano, é o momento de desejar a todos sem exceção um ano 2016 com muita saúde e esperança, em que todos possam ver concretizadas as ambições pessoais e profissionais. *Feliz Ano Novo!*

Dizer-vos ainda, que da nossa parte podem contar com o mesmo empenho, dedicação e motivação, para transformar em realidade os nossos projetos e sonhos para a freguesia, desejando também que as preocupações do executivo da Câmara Municipal de Loulé, vão de encontro aos anseios de todos os que optaram por viver nesta freguesia.

Este ano de 2016 traz-nos os eventos religiosos mais cedo no calendário, decorrendo neste mês a tradicional Festa de São Luís e São Sebastião dia 31, fazendo com que se cumpra a tradição, com as habituais celebrações religiosas, a procissão e o esperado leilão, em que a chouriça assada acompanhada do bom vinho fará as delícias dos presentes.

Destaque também para a habitual Feira de Salir a 25 de Janeiro, oferecendo a Junta de freguesia animação a partir das 14,30h.

Também o Carnaval será no início de fevereiro, pelo que aproveitamos para relembrar os habituais bailes de Carnaval na freguesia.

Que 2016 seja um ano melhor para todos nós,

Deodato João  
Presidente da J.F. de Salir



## O Cantinho das ervas

### Aipo

O aipo, também chamado de salsão, é uma verdura que pode ser usada como planta medicinal, bastante utilizada em diversas receitas de sopas e saladas e também pode ser utilizado como remédio caseiro para emagrecer e para tratar distúrbios renais.



#### Benefícios e propriedades do aipo

O aipo possui diversos benefícios para a saúde devido às suas propriedades diuréticas, expetorantes, laxantes, tónicas e é rico em flavonoides, vitaminas e minerais que fortalecem as defesas imunitárias e o metabolismo.

Por ser diurético, o aipo elimina as toxinas acumuladas no organismo, combate o inchaço e ajuda a emagrecer. O aipo é rico em água, potássio, sódio, cálcio, fósforo, ferro e vitaminas B e C.

#### Indicações do Aipo

Emagrecimento, pedra na vesícula, pedra nos rins, gota, cistite, reumatismo, anemia, nefrite, hepatite, viroses, ferimentos, afonia, secreção pulmonar, disenteria, anorexia, problemas digestivos, dor de estômago, icterícia, menstruação atrasada, gases, rouquidão, ingurgitamento mamário, diabetes.

#### Modo de uso do aipo

O aipo pode ser totalmente utilizado, desde a raiz até as folhas, podendo ser adicionado às receitas culinárias ou sob a forma de chá.

Para o chá: Coloque 20 gramas de qualquer parte do aipo numa chávena e cubra com água a ferver. Tape, deixe amornar, coe e beba a seguir.

Para fazer o aipo refogado, basta fatiá-lo e colocá-lo numa panela juntamente com cebola e azeite, deixando dourar por alguns minutos. Acrescente um pouquinho de água, tempere a gosto e apague o fogo. Consuma em seguida.

#### Receitas com aipo

Existem diversas receitas onde se pode acrescentar o aipo. Algumas delas são nas almôndegas, cremes, molhos ou sopas, saladas e nos assados, como nas empadinhas e no empadão, por exemplo.



## Frio Conselhos Úteis



### Perigos em Casa

- **Intoxicação por monóxido de carbono:** tenha cuidado com o aquecimento a lenha, para evitar a acumulação deste gás, que pode ser mortal, abra uma janela para renovação do ar.
- **Incêndios:** podem ter origem na má utilização de aquecedores elétricos ou sobrecarga da rede elétrica devido ao funcionamento simultâneo de vários aparelhos.

### Fora de Casa

- Evite manter-se ao frio durante muito tempo. As diferenças de temperatura podem causar a desidratação da pele, o que pode causar lesões dolorosas nos lábios, rosto e mãos.
- Vistas várias camadas de roupa. Evite as que fazem transpirar e as muito justas.
  - Proteja a boca e o nariz para impedir a entrada de ar muito frio nos pulmões. Se necessário use luvas, chapéu, cachecol e calçado apropriado.
- Não exerça atividades físicas violentas. O organismo já está em esforço para manter a temperatura corporal.

### Outras recomendações

- Se for viajar faça a revisão ao nível de combustível, luzes, travões, coloque líquido anticongelante no radiador. Diga a alguém qual o percurso que vai seguir. Se for para locais onde neve, utilize correntes nos pneus.
- Beba líquidos mornos (sopas, chá, leite).
- Não ingira bebidas alcoólicas. A sensação de calor é enganadora pois, de seguida, sente-se ainda mais frio.
- Atenções às bebidas com cafeína, porque aumentam o esforço cardíaco.

### Tome Especial Atenção

A pessoas Idosas e crianças por não terem grande percepção das alterações de temperatura, com doenças crónicas e que vivam isoladas e/ou em situação de exclusão social.

**PROTEÇÃO CIVIL**  
Uma missão de todos para todos

## Unidade Móvel de Saúde

A Câmara Municipal de Loulé informa que a Unidade Móvel de Saúde se deslocará à freguesia de Salir nos seguintes dias e itinerário, a partir das 8h30:

- 27 de janeiro** - Pé de Coelho, Malhão, Sítio das Éguas, Carvais de Cima, Sobreira Formosa, Alganduro;
- 28 de janeiro** - Freixo de Baixo, Monte Ritas, Freixo de Cima, Tameira, Montes Viegas / Montes Santiago, Barrosas;
- 29 de janeiro** - Brazieira, Alcaria, Arneiro da Rocha, Rocha da Pena;
- 1 de fevereiro** - Pé da Serra, Taipa, Beirada, Casas, Pena de Baixo e Vale do Álamo;
- 2 de fevereiro** - Pena de Cima, Calçada da Pena, Cerro, Almarjinho, Fonte Figueira, Funcheira, Portela da Nave, Nave do Barão, Nave das Mealhas e Covões;
- 3 de fevereiro** - Corte Neto, Alto Fica, Ponte de Salir, Fonte de Ouro, Palmeiros, Besteiros, Arneiro, Touriz, Casa Branca e Quintã;
- 4 de fevereiro** - Vale Covo, Eira da Cevada, Barranco do Velho, Cortelha, Vale Maria Dias, Vale da Rosa, Cortiçadas e Montes Novos; Centro Comunitário Barranco do Velho.

As situações de acamados que não têm cobertura pelo Centro de Saúde de Loulé e que pretendam a visita da Unidade Móvel de Saúde, podem fazer a sua inscrição na Junta de Freguesia.



## Curso Aplicador de Fitofármacos Abertas as últimas inscrições

**Destinatários:** Agricultores empresários, agricultores não empresários, trabalhadores agrícolas e rurais, trabalhadores por conta de outrem, mão-de-obra agrícola familiar cuja atividade implique a aplicação de produtos fitofarmacêuticos.

Outros indivíduos, de ambos os sexos, que apliquem ou venham a aplicar produtos fitofarmacêuticos.

Início previsto: 6 de fevereiro  
Duração: 35 horas (5 sábados)  
Preço: 150,00€

Informações e inscrições: Patrícia  
Tel: 225 033 690 / 911 930 540

patricia.pires@planetainformatico.pt  
Local: Junta de Freguesia de Salir



## Declaração de Existências de Ovinos e Caprinos

Informa-se todos os criadores de ovinos e caprinos que durante o mês de janeiro de 2016, ficam obrigados a declarar os animais detidos por marca de exploração a 31 de dezembro de 2015. A não realização da Declaração de Existências determinará a perda do direito de emissão de Guias de Circulação para a exploração e detentor em causa, bem como limitará o acesso aos apoios previstos para o sector. A ausência de Declaração de Existências de ovinos e/ou caprinos detidos constitui ainda uma contra-ordenação punível com coima.



## Candidatura Agrícola 2016 Prémio de Ovinos e Caprinos

Os produtores que pretendam candidatar-se ao prémio por ovelha e cabra têm de fazer a atualização do número de fêmeas elegíveis que pretendem deter no dia 1 de fevereiro de 2016 até ao final do mês de janeiro. Para marcação contacte a Técnica da Associação In Loco Sónia Martins, através do 289 840 860.



## Alto do Malhão fecha Volta ao Algarve de 2016 De 17 a 21 de fevereiro



A 42.ª edição da Volta ao Algarve em bicicleta, que se vai realizar entre 17 e 21 de fevereiro de 2016, vai terminar no alto do Malhão, com a emblemática subida a coroar o vencedor final.

A Volta ao Algarve, enquanto primeiro grande acontecimento velocipédico do ano, é a corrida realizada em Portugal que mais equipas estrangeiras atrai, estando confirmada para este ano a presença de 12 das 17 formações da primeira divisão (worldtour) do ciclismo mundial. Estão inscritas mais 12 equipas dos escalões seguintes, onde se incluem seis da segunda divisão (continentais profissionais), todas estrangeiras, e as seis portuguesas, inscritas na 3.ª divisão (continentais).

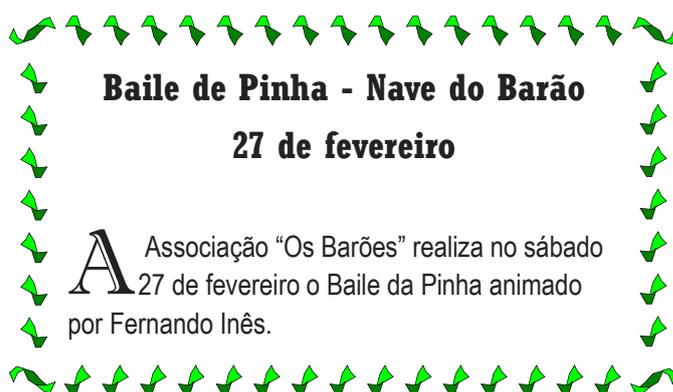
A 42.ª Volta ao Algarve vai receber pelo menos quatro corredores do 'top 10' mundial: o espanhol Joaquim Rodríguez (Katusha), segundo, o italiano Fábio Aru (Astana), quinto e vencedor da Volta a Espanha, o espanhol Alberto Contador (Tinkoff), sétimo, e Thibaut Pinot.

### Percurso da prova:

- 1.ª Etapa: Lagos – Albufeira, 178,6 km
- 2.ª Etapa: Lagoa – Fóia, 200 km
- 3.ª Etapa: Sagres – Sagres, 18 km (Contrarrelógio Individual)
- 4.ª Etapa: S. Brás de Alportel – Tavira, 187,3 km
- 5.ª Etapa: Almodôvar – Malhão, 172,7 km

No último dia, vai realizar-se em paralelo o Algarve Granfondo, evento para ciclistas amadores que conta já com mais de 250 inscritos, a cerca de dois meses da sua realização.

A prova amadora oferece duas hipóteses de percurso, ambas com partida e chegada em Loulé. O Granfondo terá 135 quilómetros e levará os participantes a subir a Rocha dos Soidos, o alto do Malhão, o alto da serra do Caldeirão, o Barranco do Velho e Clareanes, enquanto o Mediofondo terá 83 quilómetros.



## Baile de Pinha - Nave do Barão 27 de fevereiro

A Associação "Os Barões" realiza no sábado 27 de fevereiro o Baile da Pinha animado por Fernando Inês.

## Festa de S. Luís e de S. Sebastião Dia 31 de janeiro em Salir

No dia 31 de janeiro de 2016, vai a Paróquia de Salir, celebrar uma das Festas mais tradicionais desta terra, em honra de S. Luís e de S. Sebastião, com o seguinte programa:



14h00 - Procissão,

14h30 - Eucaristia Solene com as imagens de São Sebastião, nosso Padroeiro e São Luís o santo protetor dos animais.

15h30 - Tem início um dos momentos altos, com um



animado leilão de chouriças e ofertas, podendo degustar a chouriça assada, acompanhado do vinho caseiro, preservando as tradições rurais.

## Feira de Salir

25 de Janeiro,  
com animação a partir  
das 14h30



## Grupo de Amigos de Salir

Caros leitores,  
Como se costuma dizer, Ano Novo... Vida Nova...e por aqui, assim foi!

É com enorme prazer que vos informamos que abrimos mais uma resposta social...A nossa Creche!

A Creche "Espiga Dourada", assim designada, é um espaço dedicado aos mais pequenos, com salas amplas, acolhedoras, alegres e com muita luminosidade natural.

Contamos com uma sala de berçário (dos 4 meses aos 12 meses) e com duas salas de atividades para crianças com idades compreendidas (dos 12 meses até aos 3 anos).

Dispomos de um horário alargado, ajustado ao período laboral dos pais e estamos abertos durante todo o ano.

Visitem o nosso espaço!

Têm sido desenvolvidas atividades de animação para os nossos clientes do Centro de Dia e da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

Com as atividades promovidas, por exemplo físico-motoras,

cognitivas, psicossociais, lúdicas (entre outras), procuramos estimular o envelhecimento ativo com principal objetivo de proporcionar aos nossos clientes uma melhor qualidade de vida e, se possível,

retardar o desenvolvimento de diversas patologias (físicas e mentais) próprias do avançar da idade.

Para comemorar o Dia de Reis, os clientes das respostas sociais do Centro de Dia, da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e da Creche "Espiga Dourada" num convívio inter geracional, participaram em várias atividades (motricidade, musicais – cântico das Janeiras com auxílio de instrumentos musicais - expressão plástica e de desenvolvimento cognitivo).

Ainda neste dia, clientes e colaboradores receberam os alunos da Escola Básica Professor Sebastião José Pires Teixeira que cantaram e encantaram com "As Janeiras".

Por agora despedimo-nos com intuito de Vos continuar a dar notícias do trabalho por nós desenvolvido.

Votos de um Ótimo Ano Novo!



## Matança de Porco Tradicional"

30 janeiro de 2016

9h00 às 17h00



Parque de Merendas

Centro Comunitário Nossa Senhora da Conceição

Barranco do Velho

### Programa

09h00 – Mata-Bicho com filhós, bolos e medronho

10h00 – Matança do Porco:

-Desmancho do Porco

-Lavagem das Tripas

-Derreter as Banhas

-Fazer Torresmos



13h30 – Almoço com carnes da matança

à maneira tradicional da Serra do Caldeirão – Cachola Guisada com Batatas,

Sangue Cozido de Azeite e Vinagre, Carne Grelhada e

Carne Frita com Alhos.



15h00 – Baile com o acordeonista Valdemar Fernandes

17h00 – Encerramento da Matança de Porco

Sócios – 12 torresmos

Não sócios – 15 torresmos

Crianças dos 6 aos 12 anos – 7,5 torresmos

Crianças até aos 6 anos – 0 torresmos

Esta atividade tem o apoio da Câmara Municipal de Loulé e Junta de Freguesia de Salir

## A nossa Enfermeira Telma

Foste uma grande mulher  
Foste uma boa companhia  
Foste uma boa senhora  
Foste boa conselheira

Ó Telma tu foste assim  
E não há nada a dizer  
Tratavas de todos por igual  
E trabalhavas com prazer

Naquela segunda-feira  
Eu a injeção ia levar  
Quando veio a notícia  
Eu não queria acreditar



E no centro de saúde  
Ali fazias de tudo  
Era análises, injeções e pensos  
E tratavas dos miúdos

Ó Telma tu já partiste  
Mas não sei para onde foste  
Mas com certeza nos deixaste  
A todos um grande desgosto

À tua família então  
Eu consigo imaginar  
Mas se estiveres no céu  
Não deixes de olhar por nós

Maria do Carmo Mogo  
Castelo - Salir



José Paulo

02 Julho 1953 / 11 Janeiro 2016

**P**ara muitos, também conhecido como Zé da ambulância, este nosso amigo e funcionário tal como a sua família conheceram de perto esta doença maldita. Soube lidar com a doença muito serenamente, fazendo questão de trabalhar ainda que doente e em tratamento, mas infelizmente, “esta” não mais o deixou e ditou o seu fim muito cedo. O José Paulo habituou-nos a uma forma de estar muito peculiar. Aparentava um ar tranquilo mas enganador. Nas horas mais difíceis não dava a entender o que lhe ia na alma. Deixou saudades. Os colegas e conhecidos não faltaram ao último adeus. O José Paulo desempenhou durante vinte e dois anos funções de motorista da ambulância na Junta de Freguesia de Salir. No seu desempenho manifestou sempre atenção na defesa dos interesses da Freguesia. A sua experiência pessoal e profissional foi posta ao serviço da população e não regateava esforços quando era necessário imprimir mais dinâmica ao serviço. Resta-nos lembrá-lo da forma que melhor entendermos.

Deodato João

Presidente da Junta de Freguesia

### Ficha Técnica

**Edição:** Junta de Freguesia de Salir e Associação In Loco

**Coordenação:** Sónia Martins

**Colaboradores:** Associação Cultural e Recreativa das Barrosas, Associação “Os Barões”, Associação In Loco, Câmara Municipal de Loulé, Instituição de Solidariedade Social da Serra do Caldeirão, Junta de Freguesia de Salir, Grupo de Amigos de Salir, Maria do Carmo Mogo e Paróquia de Salir.

**Sede:** Junta de Freguesia de Salir ☎ 289 489 119 📠 289 489 248

**Email:** sonia.martins@in-loco.pt

**Apoio:** Associação In Loco, Câmara Municipal de Loulé e Junta de Freguesia de Salir

**Tiragem:** 1000 exemplares



ESTA PUBLICAÇÃO É REALIZADA COM O  
APOIO DA CÂMARA MUNICIPAL DE LOULÉ

