

# Boletim da Comissão de Melhoramentos de Esporão (Góis)



PUBLICAÇÃO TRIMENSAL Com a colaboração da Secção Cultural

N.º 35 — Ano VII — Janeiro de 1962

CIRCULAR

Secretaria : Travessa do Poço da Cidade, 46-4.º — Telef. 366854 — LISBOA

Composto e impresso nas oficinas de  
«A Comarca de Arganil» — Arganil

## Imprevidência

«Diário de Lisboa», de 22 de Julho de 1959

Já não é a primeira vez que nos temos referido com justo louvor à acção altamente meritória desenvolvida pela Direcção Geral dos Serviços Florestais e Aquícolas nos vários sectores a que se estende a sua competência.

O repovoamento florestal a que está a proceder em várias zonas do País é um dos índices mais expressivos do trabalho realizado. Com ele se colhem inúmeros e importantes benefícios. Com ele se tem em vista a protecção do solo (evitar os efeitos da erosão), a regularização do clima, a criação de novas riquezas, em suma: a valorização da economia nacional, permitindo-lhe novas possibilidades e abrindo-lhe perspectivas que até aqui não se podiam encerrar. O incremento da exportação de madeiras, por exemplo, que nos trará novas divisas, e a preparação da celulose indispensável ao fabrico do papel de que carece a indústria nacional, que contribuirá para diminuir a hemorragia depauperante da nossa balança comercial, incluem-se entre esses benefícios.

E eloquente, sobre o aspecto da correcção das condições climáticas o que acontece na região compreendida entre Lisboa e Cascais até aos contrafortes da serra de Sintra. Se os nossos avós tivessem tido a feliz lembrança de cobrir com uma cortina de arvoredo essa região, que constituiu, além do mais, a zona de turismo preferida por nacionais e estrangeiros, ter-se-iam atenuado, por certo, os graves inconvenientes resultantes do regime dos ventos, de modo que não estaríamos hoje a sofrer a nortada inclemente que fustiga aquelas paragens durante os meses de Verão.

Os nossos avós não procederam assim.

E foi pena.

Mas a verdade é que os netos não se mostram mais previdentes e os nossos descendentes continuarão a queixar-se do mesmo mal de que nós nos queixamos, porque o culto da árvore não conseguiu ainda, apesar de tudo, inculcar-se na maioria dos proprietários da região, nem os Serviços Florestais pensaram, por motivos óbvios, em tomar sobre si o encargo.

E valia a pena.

Os nossos netos haviam de agradecer-nos o que nós, infelizmente, não podemos agradecer aos nossos avós.

## O 6.º aniversário

Devido aos graves acontecimentos ocorridos em Portugal, a Direcção resolveu, este ano, não festejar o 6.º aniversário da fundação da Comissão.



UM ASPECTO DO ESPORÃO

## Comandante Couceiro

Com o falecimento do sr. Capitão-de-Mar-e-Guerra Jaime Henrique de Sá Viana Couceiro, ilustre Director do Instituto de Socorros a Náufragos, a nossa Comissão perdeu um amigo.

Nos funerais estivemos representados pelo nosso consócio e chefe da Secção de Salvamento, sr. Carlos Gabriel Viana Nunes.

## Sociedade de Fomento do Esporão

S. A. R. L.

(Em organização)

Mais uma vez a Direcção torna público os principais objectivos da futura Sociedade:

1— Todo o individuo é consumidor inevitável de certos produtos e artigos, os considerados de primeira necessidade—os produtos alimentares, os artigos de higiene, de vestuário, etc.

2— Também não é menos certo dizer que o nosso conterrâneo prefere os produtos de alimentação provenientes do Concelho do que de qualquer outra parte.

3— Podendo-se afirmar que um individuo gasta, praticamente, metade dos seus proventos com a alimentação e vestuário, só há uma solução de tornar menos elevado tal gasto. Comprar directamente os artigos ao fabricante ou lavrador.

4— Assim o primeiro problema que a Sociedade procura resolver é o de se comprar os artigos de primeira necessidade ao mais baixo prego possível.

5— O segundo é comprar os produtos alimentares, sempre que possível, no Concelho, fomentando, assim, o trabalho agrícola, e consequentemente, a fixação da mão de obra rural.

6— Sabendo-se que a maior parte das terras de cultivo no Concelho estão quase, senão mesmo ao abandono, a Sociedade comprá-las-ia, tratando-as e cultivando-as.

7— A outra função da Sociedade é a fomentação do turismo, a criação de indústrias e o comércio, em geral, no Concelho de Góis.

8— Na estrada nacional n.º 2, desde que se entra e sai no Concelho, não se encontra um hotel ou restaurante onde se possa almoçar, jantar ou pernoitar, com as necessárias condições de comodidade e higiene.

9— O turismo no Concelho de Góis ainda não foi fomentado, prevendo a Sociedade realizar rallys, concursos de pesca e folclore, a fim de chamar a atenção do país e do estrangeiro para as belezas da nossa terra.

10— Assim, só uma entidade com elevado capital o pode fazer, mesmo assim só em escalões.

11— O primeiro escalão seria a compra de uma loja para o fornecimento de géneros aos seus associados.

12— O segundo, a construção de uma pousada, no Esporão, à beira da estrada.

13— O terceiro, a publicidade das belezas naturais do Concelho de Góis.

14— O quarto, a compra de todas as terras de cultivo e baldios, além da criação de gados.

15— Também, e fazendo parte do 1.º escalão, construir-se-ia uma loja no Esporão para venda de vários artigos.

16— O capital social seria de 1.000.000\$00, dividido por 1.000 acções de 1.000\$00.

17— As acções seriam todas nominativas, tendo o seu possuidor de ser sócio da Comissão de Melhoramentos do Esporão.

18— No acto de subscrição será pago o valor de 30 %.

19— Os restantes 70 % serão pagos em sete prestações.

20— Se se realizar esta ideia, o Esporão, bem como todo o concelho de Góis, muito irão beneficiar da fundação da Sociedade.

21— A Comissão de Melhoramentos de Esporão, como fundadora da Sociedade, será sempre um dos Administradores.

22— No fim de cada ano comercial a sociedade distribuirá 5 % dos seus lucros para bônus aos accionistas, proporcionais ao volume de compras efectuado durante esse ano.

23— A Sociedade pagará ainda o dividendo mínimo de 8 % referente ao movimento puramente comercial ou industrial.

## Homenagem a David Martins

Resolveu a Direcção que acabou o seu mandato em Dezembro de 1960 homenagear o nosso Vice-Presidente da Mesa da Assembleia Geral.



David Martins

David Martins, desde a fundação da nossa Comissão, tem sido um dos elementos mais activos e que se têm dedicado de alma e coragem à sua terra natal.

David Martins, que nunca tinha conhecido o regionalismo antes da fundação da Comissão, é hoje um dos regionalistas mais activos e que se têm dedicado e sacrificado pelo regionalismo.

Modéstio por natureza, é praticamente um desconhecido nos meios regionalistas. Tornava-se, pois, uma obrigação fazer a justa homenagem ao nosso actual Vice-Presidente da Mesa da Assembleia Geral.

A secção Desportiva também se quis associar a tão justa homenagem. Assim, no dia que se realizará o almoço, haverá um desafio entre associados para a disputa da taça de seu nome.

O almoço de homenagem ainda não tem dia marcado, devendo ser realizado em meados de Março.

Dentro de dias serão anunciados o dia, hora e o restaurante, bem como o campo onde se realizará o desafio de futebol.

## SECÇÃO DESPORTIVA

Esta Secção vai este ano dar novo impulso ao desporto associativo, principalmente o Futebol.

É necessário que os nossos associados acompanhem a nossa equipa, a fim de a acarescer durante os desafios.

## Campanha do sócio

Os sócios admitidos durante o ano de 1961, foram os srs. Prof. Eng. Carlos Manuel Leitão Baeta Neves, José Cândido Alípio, António Afonso Baeta, Américo de Oliveira Brito, Antonino Barata Nunes, António José Brás Loureiro, José Francisco Guerreiro, Manuel Rodrigues, Luís Filipe Pinheiro, Martins, Alda da Silva Ferreira Muñoz, Manuel Soares Garcia, Manuel Alberto Isidoro Baceira, Casimiro Henriques Barata, Joaquim Bandeira Nunes, Vítor Manuel Bandeira Nunes, Adrião Pedroso Dias, Agostinho Gomes dos Santos, Armando Carreira Baptista, Arlindo dos Santos, Maria Rita Lopes Baptista, Artur de Almeida e Silva, Maria do Carmo da Conceição Silva, Maria José Leal dos Santos, José Manuel Ferreira Gonçalves e Maria Ivone Ribeiro da Silva.

Os proponentes foram: Casimiro Martins, 12 sócios; Maria Aurora Nunes Henriques, 4; Guilherme Bandeira Henriques, 4; Casimiro César Cardoso Bandeira, 3; Ruy Salvo Rodrigues, 1; e Avelino Lopes Martins, 1.

Esta Campanha entrou no final de Dezembro em grande actividade e já em Janeiro foram aprovados diversos sócios e para a reunião de Fevereiro já temos várias propostas assinadas. Porém, a Campanha continua.

Prezado consócio, tem um amigo, propõe o SÓCIO DA COMISSÃO. O Esporão muito lhe agradece.

## Corpos gerentes para o triénio de 1962/64

### ASSEMBLEIA GERAL

Presidente — Joaquim de Matos  
Vice-Presidente — David Martins  
1.º Secretário — Guilherme Bandeira Henriques  
2.º Secretário — Armando Bandeira Leopoldo  
1.º Vice-Secretário — César Cardoso  
2.º Vice-Secretário — António Nunes  
1.º Suplente — Casimiro Martins  
2.º Suplente — Jaime Alves.

### DIRECÇÃO

Presidente — Casimiro Martins  
Vice-Presidente — Jaime Nunes Bandeira  
1.º Secretário — Arlindo dos Santos  
2.º Secretário — José Casimiro Rodrigues Martins  
Tesoureiro — Avelino Lopes Martins  
Tesoureiro Adjunto — José Cardoso Bandeira  
1.º Vogal — Manuel Martins Bandeira  
2.º Vogal — Casimiro Henriques  
1.º Suplente — António Henriques  
2.º Suplente — Antonino Barata Nunes  
3.º Suplente — David das Neves Martins  
4.º Suplente — Leonel da Conceição Inácio

### CONSELHO FISCAL

Presidente — Guilherme Martins Bandeira  
Secretário — Orlando Nunes Alves  
Vogal — Casimiro Martins  
1.º Suplente — Maximiano Maurício  
2.º Suplente — David Martins Bandeira.

## Campanha do Boletim

Para que o nosso Boletim não tenha mais interregnos, lançámos a Campanha do Boletim. Assim os sócios podem dar a sua contribuição, mesmo modesta que seja.

Tudo o que puderem enviar para ajuda do custo do Boletim será bem recebido.

Vamos pois dar o nosso contributo para a saída regular do Boletim. Enviamos \$50 ou 1\$00 por mês. Nada custa e contribuirá para que o Boletim não morra.

Bem hajam!

## Excursão a Setúbal-Alcácer do Sal-Barragem Salazar

6 de Maio de 1962

A Comissão, de colaboração com a Liga dos Amigos de Folgosa da Madalena, realizará no próximo dia 6 de Maio uma excursão com o seguinte itinerário: Cacilhas, Setúbal, Alcácer do Sal, Barragem Salazar, Montemor-o-Novo, Vendas Novas, Senhora da Atalaia, Montijo e Cacilhas.

Preço: Só transporte, 100\$00. Tudo incluído, 160\$00. O custo desta excursão pode ser pago em prestações mensais ou semanais.

## Excursão a Toledo-Madrid-Alcobaça

De 8 a 14 de Setembro

A Comissão organiza uma excursão a Espanha, com o seguinte itinerário: Dia 8 — Lisboa, Caia, Badajoz, Mérida, Talavera de La Reina e Toledo; Dia 9 — Toledo, Aranjuez e Madrid; Dia 10 e 11 — Madrid; Dia 12 — Madrid, San Lorenzo de el Escorial, Vale de los Caídos, Navacerra de la Granja, Segovia e Ávila; Dia 13 — Ávila, Salamanca, Ciudad Rodrigo e Guarda; Dia 14 — Guarda, Góis, Lousã, Coimbra, Leiria, Alcobaça e Lisboa.

O custo é aproximadamente: 1.350\$00 (tudo incluído). Pode ser liquidada a prestações mensais ou semanais.

## PUBLICAÇÕES RECEBIDAS

Recebemos os seguintes Boletins: Boletim da Casa do Concelho de Ovar, Boa Viagem, Soreca e Boletim do Grupo Desportivo do Banco Borges & Irmão.

Agradecemos às respectivas redacções a gentileza que têm tido com a nossa Comissão.

## Principais actividades de 1961

### EXCURSÃO À VOLTA SALOIA

No dia 4 de Junho realizámos uma excursão à «Volta Saloia». Visitámos Loures, Malveira, Ericeira, Carvoeira e Sintra.

### BAILE

Em conjunto com as Comissões de Melhoramentos de Cerdeira, Ladeiras, Povonais e Vale Torto realizámos, em 4 de Novembro, um baile, na Casa das Beiras, que foi abrihantado pelo Conjunto de Tony Dominguez.

### FUTEBOL

Em 26 de Maio foi a nossa Secção Desportiva convidada a realizar um encontro de futebol contra o Grupo Desportivo da Casa Adão Camiseiros. Perdemos por 4-1.

### TIRO

Convidados a tomar parte no torneio de Tiro organizado pela Associação dos Antigos Alunos da Escola Comercial de Rodrigues Sampaio, os nossos atletas classificaram-se em 26.º, 28.º e 30.º lugares. A equipa ficou em 8.º lugar. Disputaram este torneio 31 atletas, que representavam os seguintes clubes: Avery Clube, Grupo Desportivo do Banco Borges & Irmão, Grupo Desportivo da Companhia de Seguros Comércio e Indústria, Núcleo dos Antigos Alunos da Escola Comercial de Veiga Beirão, Associação dos Antigos Alunos da Escola Comercial de Rodrigues Sampaio e a nossa Comissão.

### CARRETA

Em colaboração com as Comissões de Melhoramentos de Cerdeira, Ladeiras, Povonais e Vale Torto, comprámos uma carreta funerária, que importou em 8.000\$00.

### CAPELA

Mandámos arranjear a Capela de S. Miguel. As reparações que se fizeram foram as seguintes: cimentar o sobrado, soalho todo novo, telhado, também todo novo, portas novas e outros de menor monta. Estas reparações custaram 2.786\$30.

### BODO

Com a colaboração do nosso prezado associado sr. Américo Gaspar Nunes, foi distribuído pelo Natal, um Bodo aos mais necessitados do Esporão, o qual constou de açúcar, arroz, bacalhau, massa, sabão, café, grão, marmelada e tabaco.

## Os novos seccionistas

Foram nomeados para dirigirem as Secções da nossa Comissão os associados a seguir mencionados:

Secção Feminina — Odete Henriques Nunes Inácio, Maria Aurora Nunes Henriques e Ilda Celeste Nunes Henriques.

Secção Cultural — Guilherme Vieitez Ribeiro, Fernando Vieira e António Martins Carvalho.

Secção Desportiva — António Eugénio Seno, Casimiro César Cardoso Bandeira e Fernando Leiria.

Secção de Salvamento — Carlos Gabriel Viana Nunes, Manuel António e Acácio Pinho Ferreira.

A todos, os nossos agradecimentos, por aquilo que vão fazer em prol da Comissão e do Esporão.

## SEGUROS

Em todos os ramos. Trata

CASIMIRO MARTINS

Contabilidade da Companhia de Seguros Comércio e Indústria ou fora das horas de expediente pelo telef. 366854.

Em Queluz: Largo do Mercado, 21, 3.º-E.

# A COMISSÃO E OS CORPOS GERENTES NA IMPRENSA E NAS NOTÍCIAS DAS CONGÉNERES

Ao completarmos o sexto ano de actividades, vamos transcrever a seguir algumas opiniões sobre a nossa Comissão, o Boletim e os Corpos Gerentes.

## CASA DA COMARCA DE ARGANIL

(A Comarca de Arganil de 21 de Abril de 1956)

... Foi recebido o «Boletim» de Abril, da Comissão de Melhoramentos de Esporão de Góis, o qual foi muito apreciado, dado o entusiasmo que a elaboração do mesmo representa por parte dos dirigentes daquela colectividade...

## CASA DO CONCELHO DE GÓIS

(A Comarca de Arganil de 9 de Fevereiro de 1957)

... Foi recebido o «Relatório, Contas e Parecer do Conselho Fiscal» da Comissão de Melhoramentos de Esporão (Góis), trabalho muito bem apresentado e revelador da grande actividade da direcção daquela prestimosa Comissão...

## CASA DO CONCELHO DE GÓIS

(A Comarca de Arganil de 7 de Maio de 1957)

... Foi recebido o «Boletim» da Comissão de Melhoramentos de Esporão, referente ao mês de Março, valiosa publicação reveladora da grande actividade da direcção daquela prestimosa colectividade. A Casa sente-se imensamente grata pelas amáveis referências feitas naquele «Boletim», pelas saudações dirigidas à direcção e ainda pelo incitamento que com tanto entusiasmo fazem as agremiações regionalistas do concelho...

## CASA DO CONCELHO DE GÓIS

(A Comarca de Arganil de 23 de Novembro de 1957)

... C. M. Esporão. Foi recebido o «Boletim» de Outubro daquela mesma Comissão, interessante publicação, bem reveladora de um verdadeiro regionalismo...

## LIGA DE MELHORAMENTOS DA FREGUESIA DO CADAFAZ

(A Comarca de Arganil de 7 de Dezembro de 1957)

... C. M. Esporão. Do expediente existente, mereceu ainda especial referência a oferta de um boletim publicado pela C. M. Esporão, cuja obra é digna de louvor e aplauso, dada a maneira como se encontra elaborada...

## CASA DO CONCELHO DE GÓIS

(A Comarca de Arganil de 6 de Fevereiro de 1958)

... Apreciou-se ainda o relatório e contas do exercício de 1957 da mesma Comissão de Melhoramentos, documento primorosamente elaborado e sobejamente demonstrativo da actividade da prestimosa colectividade...

## CASA REGIONAL DAS ALAS DO DÃO

(Mensageiro de Maio de 1958)

Promovido pela C. M. Esporão (Góis), realizou-se no passado dia 19 de Abril um animadíssimo baile na Casa do Ribatejo. Pela análise do seu boletim, havíamos já

criado por esta simpática agremiação regionalista uma certa admiração.

Consequentemente, dois motivos essenciais nos levaram à sua tão divertida festa. O dever de, em nome da C. R. A. D., agradecer a gentileza do convite oferecido e a curiosidade de observar mais de perto a actividade desta Comissão.

Fácil nos foi reconhecer nela um grupo de jovens, dinâmicos e empreendedores, com o coração na sua «Terra-Berço», lutando pelo seu engrandecimento e divulgação. As nossas sinceras felicitações e os melhores votos para que sempre saibam vencer com passo firme o carinho já bem delineado.

## CASA DO CONCELHO DE GÓIS

(A Comarca de Arganil de 14 de Fevereiro de 1959)

... Foi recebido o relatório da C. M. Esporão, o qual foi devidamente apreciado e revela o esforço dos corpos directivos daquela colectividade...

## NOTÍCIAS DE VILA NOVA DO CEIRA

(Jornal de Arganil de 23 de Abril de 1959)

... E, por último, da C. M. E., o seu Boletim, jornal de publicação regular, que já vai no seu terceiro ano de existência e que nas suas oito páginas, impressas com esplêndido aspecto gráfico e profusamente ilustradas por gravuras, entre artigos de divulgação cultural e reportagens de factos de interesse regionalista, elucidam-nos sobre a vida associativa da colectividade...

## NOTÍCIAS DE VILA NOVA DO CEIRA

(Jornal de Arganil de 17 de Março de 1960)

... Conforme o costume, a C. M. Esporão teve o gentileza de nos remeter o seu relatório de contas e respectivo parecer do conselho fiscal, referente à gerência de 1959, documentos que lemos com muita satisfação, porque revelam uma actividade regionalista digna de admiração e louvor...

## CRÓNICA DA VIDA LISBOETA, de António Lopes Machado

(A Comarca de Arganil de 3 de Maio de 1960)

... Na Casa da Comarca de Figueiró dos Vinhos, os jovens e dinâmicos dirigentes da C. M. Esporão voltaram a organizar umas das suas já habituais e concorridas festas, de que já contam boas tradições. Uma boa orquestra e muita animação, deram a esta festa um ambiente agradável e simpático...

## NOTÍCIAS DE VILA NOVA DO CEIRA

(Jornal de Arganil de 12 de Maio de 1960)

... Tivemos o prazer de cumprimentar nesta vila, por onde passou, vindo de Lisboa, a fim de tratar na Câmara Municipal de Góis de assuntos relativos a melhoramentos na sua região, o Sr. Casimiro Martins, presidente da C. M. Esporão. A actividade deste ilustre regionalista, impulsionado por um espírito de compreensão que se firma num perfeito sentimento das realidades, tem trazido enormes benefícios para a sua terra e prestigiado a agremiação regionalista, a cujos destinos preside já há alguns anos.

A atenuar algumas desilusões que o regionalismo nos tem trazido, o encontro com o sr. Casimiro Martins deixou-nos uma admiradora certeza de fé e confiança.

É que a compreensão, quanto a nós, não depende apenas da inteligência para analisar os factos; mas sim dum espírito de intenção compreensiva que os filtre, tanto ao recebê-los como

ao comunicá-los. E esse espírito compreensivo possui-o aquele dinâmico regionalista...

## PALAVRAS DIRIGIDAS A JOAQUIM DE MATOS, a quando da sua festa de homenagem, em 8 de Maio de 1960

O sr. Fernando Carneiro, representante da Casa do Concelho de Góis... Recordando que Joaquim de Matos nasceu em Lisboa e foi sempre um incansável trabalhador pela terra de seus pais e de sua esposa, mais lhe merecia respeito e admiração...

... Em nome de «A Comarca de Arganil», António Lopes Machado apresentou cumprimentos ao Sr. Joaquim de Matos, que há muito tempo conhecia e costumava encontrar nestas andanças do regionalismo, referindo-se à simpática C. M. Esporão, de que é sócio e amigo...

## CRÓNICA DA VIDA LISBOETA, de António Lopes Machado

(A Comarca de Arganil de 20 de Dezembro de 1960)

... Começamos pela rua da Madalena, onde, na Casa de Lafões a C. M. Esporão estava em festa, festa essa integrada nas comemorações do 5.º aniversário da fundação da colectividade, que conta já, apesar de ter apenas cinco anos de existência, uma obra notável em prol da localidade que representa...

## A quando da homenagem ao Sr. Presidente da Câmara de Góis

O Prof. Baeta Neves salientou mais adiante o dinamismo do presidente da Direcção da C. M. Esporão, sr. Casimiro Martins, um dos «carolões» desse movimento que, nas horas difíceis que se aproximam, há-de ser dos primeiros a marcar presença na defesa dos interesses da pátria... Felicitou, por último, a direcção da C. M. Esporão por aquela iniciativa, com a qual mais prestigiou o regionalismo...

## NOTÍCIAS DE VILA NOVA DO CEIRA

(Jornal de Arganil de 9 de Fevereiro de 1961)

... Também da C. M. Esporão, uma das mais dinâmicas agremiações regionalistas do nosso concelho, recebemos a simpática oferta do seu relatório e contas referentes a 1960, que testemunha, além de uma actividade profícua e bem orientada, um espírito de dedicação e sacrifício bem exemplar, em benefício da região que representa, impulsiona e defende...

Temos ainda na nossa banca de trabalho, recentemente chegado, o n.º 34 do Boletim, que já vai no quinto ano de publicação. Trata-se duma publicação periódica que se iniciou modestissimamente, mas que hoje já se apresenta com um aspecto gráfico esplêndido, profusamente ilustrado, inserindo, além de um completo noticiário sobre os factos relativos à vida associativa e de interesse directamente regional, vários artigos educativos, sobre história, literatura, desporto e recreio, graças a uma dedicada e ilustre pleiade de colaboradores.

## NOTÍCIAS DE VILA NOVA DO CEIRA

(Jornal de Arganil de 25 de Maio de 1961)

... A C. M. Esporão, cuja constante actividade regionalista é digna e se impõe à nossa simpatia e admiração, acaba de tomar a iniciativa de organizar uma excursão que designou de «Volta Saloia», pelos arredores de Lisboa, no próximo dia 4 de Junho, mantendo durante o dia, em constante confraternização, os seus associados e famílias, cimentando assim o conhecimento e a estima entre os seus confratérios, num salutar convívio regionalista...

## ESTRADA DA VILARINHA

Este ano será reconstruída a estrada da Vilarinha. Já foi aprovado o orçamento e os trabalhos devem começar dentro em breve.

## Electricidade

Continuamos a trabalhar no sentido de o Esporão ser electrificado o mais breve possível.

## Próximas excursões

Para data a marcar dentro em breve, estão a ser estudadas as seguintes excursões:

Covilhã - Aguiar da Beira - Viseu  
Figueira da Foz - Albergaria-a-Velha - Penacova  
Sesimbra - Alcochete - Barreiro

## ESTRADA

Estamos a continuar a fazer diligências para que a construção da nossa estrada seja um facto dentro de pouco tempo.

## Quadra popular

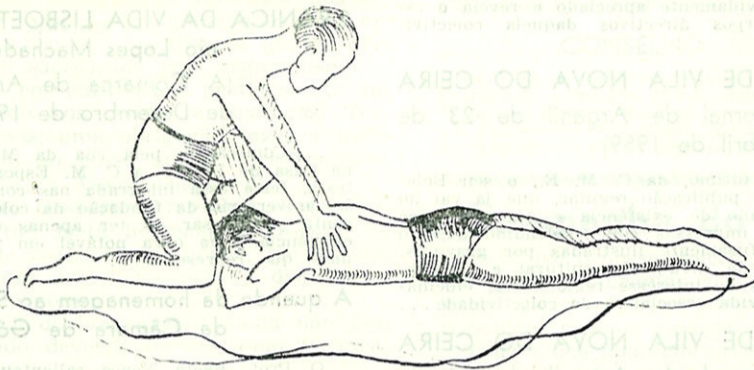
HAVERÁ COISA MELHOR,  
MAIS SEDUTORA SEQUER,  
QUE UM BEIJO DADO A PRECEITO,  
NA BOCA DE UMA MULHER ?

# Depois de se saber nadar, deve-se saber salvar

— Por CARLOS GABRIEL VIANA NUNES

(Continuação do número anterior)

Depois de, no último número deste Boletim, termos demonstrado quanto de humano e útil tem, após se saber nadar, o saber-se salvar, explicado com se deve rebocar um naufrago e algumas maneiras de nos defendermos se por qualquer eventualidade ficarmos sua presa; vejamos, neste, como se proceder ante um naufrago inani-



mado e cuidados a ter com ele logo que reanime.

Com o que não está desfalecido, se não é cardíaco e comeu há mais de três horas, na grande maioria dos casos, nada mais há a fazer do que mandá-lo mudar de vestuário, aquecer-se e aconselhá-lo a não cometer mais imprudências que, a repetirem-se, poderão ter fatais consequências. Esta última parte quase é desnecessária porque todo aquele que uma vez experimente a aflição da asfixia por afogamento, não mais terá vontade de passar pelos mesmos trâmites.

Logo que o retiramos da água, com a ajuda de duas pessoas, de uma, ou mesmo sôzinhos, em padiola de três, de dois ou por transporte simples, respectivamente, procuraremos levá-lo para um local tanto quanto possível fresco e a coberto do sol ou da chuva.

O primeiro cuidado que temos de ter é certificar-nos se a vítima apresenta sintomas de asfixia.

Em caso afirmativo, imediatamente há que desvencilhá-lo do colarinho e mais vestuário que lhe possa dificultar a respiração, deitá-lo de bruços com os braços colocados de maneira a fazerem as vezes de travesseiro, onde repousará a cabeça, que, de preferência, deve ficar ligeiramente mais baixa que os pés, desobstruir-lhe a boca de quaisquer elementos estranhos e puxar-lhe a língua, se estiver recolhida.

Certos de que nada há a prejudicar-lhe, pelo menos aparentemente, a entrada de ar nos pulmões, sem perda de tempo, iniciaremos os exercícios de Respiração Artificial. Quando se encontrar presente uma pessoa conhecedora de massagens, há toda a conveniência, seja qual for o método de Respiração Artificial que empreguemos, que essa pessoa, enquanto nós trabalhamos, fricção e massage o naufrago.

Como devem saber, há vários métodos de Respiração Artificial, mas, daqueles que conhecemos, por considerarmos o mais simples, falaremos apenas do de «Holger-Nielsen».

Vejamos como actuar :

1—Visto a vítima já estar na posição ideal (barriga para baixo e as mãos uma sobre a outra de forma a que os dedos as-

sentem no pulso e a cabeça apoiada e voltada de lado), o socorrista ajoelha com a perna direita do lado esquerdo da cabeça do naufrago e o pé esquerdo assente junto do seu cotovelo direito;

2—Com os dedos abertos sem rigidez e as extremidades dos polegares levemente apoiadas, as mãos assentam nas costas da vítima. As partes das mãos junto aos pu-

nhos, ficam numa linha que liga os dois socorristas;

3—O socorrista inclina-se para a frente sem dobrar os braços e até que os seus ombros estejam em perpendicular com as mãos;

4—Nesta altura, as mãos escorregam sobre os ombros e seguem a linha dos braços até aos cotovelos;

5—Neste ponto, o socorrista agarra os braços um pouco acima dos cotovelos, inclina-se para trás sempre com os braços estendidos, até que os braços da vítima se elevem do solo;

6—Depois deixa-os descer até repousarem no solo.

Por ser importantíssimo manter o ritmo do exercício, apresentamos duas maneiras, a saber :

a)—Seguindo o seguinte esquema : Mãos nas costas «um», inclinação para a frente «e-dois-e-três», escorregamento das mãos, até próximo do cotovelo e inclinação para trás «e». Aguarde os braços elevados «quatro-e-cinco e», baixe os cotovelos da vítima ; e

b)—Controlando tanto quanto possível o exercício pela nossa própria respiração, que, na generalidade, corresponde ao ritmo de 12/15 movimentos por minuto.

O exercício, quer se utilize a primeira ou a segunda maneira, não pode ter interrupções e repetir-se-á as vezes que forem necessárias até que o naufrago volte a si.

Bastantes vezes o afogado não volta prontamente a si, mas, sem desânimos e precipitações, sempre tão prejudiciais, insistiremos, porque enquanto ele não tiver aspecto e rigidez cadavéricas, há todas as probabilidades de o salvarmos, pois já se têm verificado casos de só horas depois de labuta se conseguir atingir o fim em vista.

Em quase todos os casos de asfixia, a aplicação de sangria é o processo mais rápido e eficiente do que qualquer outro, mas, como acarreta muita responsabilidade, e só por esta razão, raras vezes pode ser posto em prática, por não estar presente na altura um médico que a faça ou se responsabilize por quem a faça.

Por ser de transcendente importância,

aconselhamos a nunca se virar um naufrago de pernas para o ar nem lhe aplicar outras violências do mesmo género que, tantas vezes, vêm a ser, afinal, a verdadeira causa da sua morte.

Para finalizarmos estas despreziosas linhas, chamamos a atenção para o facto de ser de toda a conveniência não abandonarmos um naufrago sem que tenhamos a certeza de que está livre de entrar no estado de choque, estado este sempre tão perigoso.

Assim, como medida preventiva, é sempre útil obrigá-lo a permanecer, pelo menos 30 minutos, sob a nossa vigilância e aconselhá-lo, mesmo assim, a procurar um médico, pois, embora não seja natural passarmos despercebido, pode ter algum órgão ofendido.

Estando na nossa mão, na maioria dos casos, evitarmos que um estado de choque Primário passe a Secundário, compete-nos ministrar todos os cuidados necessários para que aquele (Primário) não se desencadeie.

Sabendo-se que o estado de choque é aquele em que todas as funções do organismo estão diminuídas, em virtude de perturbações na circulação sanguínea, convém saber :

**Sintomas** :—Palidez mortal, pulso fraco, suores frios, pele viscosa e fria, indiferença total pelo meio ambiente, agitação e respiração superficial e rápida, estado nauseoso ou mesmo vômitos e, por vezes, perda de consciência.

**Causas** :—a) Como factor desencadeante, temos :—perda de fluidos (plasma ou sangue total), lesão ou esmagamento dos tecidos, dor, permanência ao frio ou ao calor.

b) Como factores adjuvantes, há a considerar :—descuidada ou rude assistência à vítima, transporte incorrecto, fadiga, mau estado físico geral da vítima.

Perante os sintomas acima e sabedor das causas, não nos será difícil agir.

Assim, devemos :—Atacar as causas (combater a hemorragia, a dor, etc.); cuidar da posição do naufrago (deitando-o de costas, elevando-lhe os pés); cuidar da temperatura (conservando sempre a temperatura normal do corpo); enrolando a vítima em cobertores; usando sacos de água quente; dar líquidos (sômente na ausência de náuseas, vômitos ou traumatismos cranianos), como chá, café, caldos, água quente em pequenas quantidades e frequentes intervalos, com ou sem açúcar; animar a vítima e, se possível, chamar um médico.

CARLOS GABRIEL VIANA NUNES.

## O BOLETIM

Este boletim só foi possível graças à colaboração de

Carlos Gabriel Viana Nunes

Casimiro Martins

A Comarca de Arganil

Os nossos agradecimentos.