

# A REGENERAÇÃO

Semanario defensor dos interesses dos concelhos do norte do distrito de Leiria

Composição e impressão

TIPOGRAFIA FIGUEIROENSE

DIRECTOR E EDITOR:

Doutor Manuel Simões Barreiros

Propriedade e Administração

Empresa A REGENERAÇÃO

## Quem dá aos pobres . . .

A revolução nacional iniciada pelo «28 de Maio» e em plena marcha, vai atingindo com firmeza e oportunidade, todos os sectores da vida portuguesa, imprimindo-lhe um novo ritmo e integrando-a, embora com lentidão demasiada, na construção do Estado Novo.

Seria interessante focar aqui, alguns dos aspectos que essa construção nos oferece, mas a falta de espaço isso nos impede, permitindo que hoje apenas foquemos um e porventura que mais interesse tem para as classes pobres e que só a elas por assim dizer, diz respeito.

As Casas do Povo.

O funcionamento e os fins destas agremiações, ha pouco criadas e ainda em começo ou esboço da sua missão, é sem dúvida um dos mais interessantes aspectos do Estado Novo.

A que fecunda e gigantesca obra estão elas destinadas, se o povo souber e quiser compreender e acarinhar os seus fins, acompanhando com interesse e desvelo a sua vida!

O que não poderão elas fazer no campo da assistência e saneamento social, se lhe derem meios de aplicação dos seus fins!

Levar um auxilio ao lar pobre desesperado pela doença ou falta de trabalho, incutindo-lhe esperança por melhores dias, ou arrancar o operário a miragens de doutrinas duvidosas, ainda em ensaios e para ele incompreensíveis; agrupando-o na disciplina dum trabalho honrado e nobre, em que a felicidade seja distribuída o mais equitativamente possível, é um dos fins das Casas do Povo.

E necessariamente, com a criação e funcionamento destas Casas, quiz o Governo não só compensar o sacrificio que lhe vem exigindo, mas também dar-lhe meios de o arrancar ao desespero duma situação que teima em manter, entregue á descrença das suas proprias qualidades e virtudes.

Arranca-lo á taberna, mãe

de todos os vícios e baixezas, desvia-lo das questunculas interesseiras e estereis, que só geram odios e desuniões, para lança-lo no conhecimento da sua dignidade pessoal e profissional, tornando-o um elemento real e respeitado no seu meio social é um outro fim das Casas do Povo.

Despertar lhe o amor da familia, a celula mais nobre duma nação, e o respeito pela pessoa e fazendas alheias, um dos mais solidos pilares sobre que assenta a paz social, não é o menos valioso dum outro fim das Casas do Povo.

Mas tudo isto entrará no campo das realidades se auxiliarem os que com tanto sacrificio vão meter mãos a uma obra tão grande.

Quem dá aos pobres, empresta a Deus.

Já não queremos dirigir-nos só aos crentes, áqueles que de certo ambicionam uma ocasião para dar aos pobres e assim emprestarem a Deus o que Ele lhe vem dando, desde a vida á felicidade, mas dirigimo-nos também aos beneficiados da sorte, áqueles que vivem sem dificuldades e entregues ao seu egoismo de mais e mais amealharem, quantas vezes com humildade de lágrimas ou esgares de dôr.

Estes, não terão mais oportuna ocasião de repararem esse egoismo e maldade, auxiliando na medida das suas posses, as Casas do Povo, por intermédio das quais podem contribuir para a alegria, saúde e bem estar do povo, levando-lhe um pouco de resignação á sua condição de humildes, calando-lhe a revolta que gera a fome e a exibição espalhafatosa da riqueza e o desrespeito frequente ás suas regalias e direitos.

A ocasião é oportuna.

Na nossa terra vai entrando em franca actividade a sua Casa do Povo, mas a fome e miséria a que terá de acudir é grande de mais para que o possa fazer com os seus próprios recursos, isto é, áqueles

## Paisagem da Aldeia

### O FIM DO DIA

A'quele hora no campo, desenrola-se perante a nossa vista, o quadro mais feérico, que a humanidade pode imaginar.

Os passarinhos, acoitados nos ninhos, chilreiam ternamente junto das cabecitas estovadas e desprovidas de pêlos dos inocentes filhos. De vez em vez, passa um rancho de camponês: de ambos os sexos, cantando alegremente, sem outras preocupações que sejam, a lembrança da reconfortável tjeia de sôpas, que fumegante e odorifera espera já, e os filhos, de cabecitas loiras e faces rosadas, sedentas de afectos paternos.

O sol, para as bandas do poente, já se esconde, deixando agora antever apenas, por entre o arvoredado, que como imenso tapete, cobre os cumes ponteados da escarpada montanha, uns francos raios de luz que vão incidir mansamente, nas multicores vidraças da igreja paroquial de cuja torre saem três badaladas, compassadas e lentas, e que se reprecitem pelos logarejos visinhos, anunciando o fim do dia.

Na encosta do monte, as casas dispersas a esmo, principiam já a alumiar-se, denunciando o regresso ao lar, da familia dispersa.

As estrelas começam a povoar a intensidão celeste, enquanto ao longe, aparece a lua, com toda a sua magnificência e candura.

As amoras, as rosas silvestres, as árvores em flôr, exalam aromas subtils, que conjuntamente com a amenidade do ar e a frescura convidativa, proveniente do ribeiro que corre próximo, mansamente e em leve murmúrio, perdem-nos em extasi.

E do lado do mar, rugidos fortes e prolongados, que vêm perturbar aquele poetico e divino silêncio da aldeia adormecida sob a vigilância da lua, a veladora fiel, da nobre gente do campo.

de: Goes Pinheiro

que lhe torneceu o Estado — três mil escudos de fundo inicial e cinco mil escudos para a sua Caixa de Previdencia, necessitando por isso do auxilio alheio, de toda a gente.

Figueiroenses:

Ha muito lar com miséria, ha muita criança rôta e com fome:

Dai-lhes em nome da Caridade o teu auxilio que a Casa do Povo o distribuirá sem olhar a quem!

## Factos & Noticias

### Presidente da República

Por motivo de doença, foi adiada sine die, a cerimonia do juramento do compromisso de honra que sua Ex.ª o sr. General Carmona devia prestar no próximo dia 15, pelas 11 horas, perante a Assembleia Nacional.

Pelo mesmo motivo, também foi adiado o «porto d'honra» que sua Ex.ª o sr. Presidente de Conselho desejava oferecer aos representantes do exercito de terra e mar, nos Paços do Concelho da Câmara Municipal de Lisboa, no dia imediato ao da posse do Ilustre Chefe do Estado.

Segundo nos informam os jornais o sr. General Carmona, vai experimentando melhoras dia a dia, devendo o compromisso d'honra efectuar-se na próxima semana.

Por este motivo assumiu a Presidencia da República o dr. Oliveira Salazar, presidente de Conselho, nos termos da nova constituição.

### Dr. Manuel Simões Barreiros

Tendo terminado os trabalhos parlamentares da Câmara Corporativa, no próximo passado dia dez, regressou definitivamente á sua casa, nesta vila, o sr. dr. Manuel Simões Barreiros, ilustre membro daquella Câmara e nosso querido director.

O dr. Simões Barreiros vai de novo assumir a presidência da Câmara Municipal, da Comissão de Iniciativa e Turismo das quais esteve afastado durante o período em que funcionou a Câmara Corporativa e, também, a sua actividade clinica e a direcção do nosso jornal.

Todos os seus numerosos amigos vêm com muita simpatia o seu regresso ás suas lides antigas e, principalmente nós, pelo muito que lhe queremos e amizade que nos liga.

### Tulio Victorino

Esteve entre nós o sr. Tulio Victorino, ilustre e muito considerado artista da Pintura Portuguesa, de Sernache do Bonjardim.

O sr. Tulio Victorino veio entregar o quadro feito a oleo do retrato do dr. Martinho Simões, nosso saudoso amigo, encomendado pela Câmara do nosso concelho, que se destina á sala nobre dos Paços do Concelho e que será inaugurado, possivelmente, ainda no corrente ano.

A este ilustre artista foi encomendado outro quadro que segundo nos informam se destina á mesma sala e, de pessoa não menos merecido valor, da nossa terra.

### Semana Santa

A' hora que estamos escrevendo, estão decorrendo com grande cerimonia e muita concorrência de fieis, as ceremonias da Semana Santa.

Estas ceremonias que este ano tiveram um brilhantismo desusado no nosso meio, devem-se ao reverendo Arcipreste Padre Antonio Inglês que tem sido incansavel, provando desta forma mais uma vez o seu amor e dedicacão á causa que professa.

Para a grandiosidade destas ceremonias encontrou o sr. Arcipreste as melhores boas vontades, por parte do público desta freguesia, facto este digno de registo e que bem prova a arreigada crença de toda esta gente que tem por pastor sacerdotal, o reverendo Padre Inglês.

Congratulamo-nos, sobremaneira, com este acontecimento religioso da nossa terra e, também, por nos dar ensejo de testemunhar ao reverendo Padre Antonio a nossa admiracão e respeito pelas suas grandes faculdades de trabalho e amor que dedica á sua causa religiosa, que nos desvanecem e elevam no conceito da opinião pública e dos seus superiores hierarquicos.

Bem fez pois, o sr. Padre Antonio em levar a efeito a chamada «Semana Santa» na nossa terra, embora isso represente, dado o momento que passa, algum sacrificio para todos nós, mas que damos por bem empregado, se atendermos á imponência das ceremonias e ao valor que deram á nossa terra.

### Férias Judiciais

A fim de passarem as férias judiciais da Páscoa com suas familias, saíram no principio da semana o srs. Drs. José Maria Bravo Serra e José Isidoro, ilustres magistrados da nossa Comarca.

Aos considerados e distintos magistrados desejamos-lhes umas boas férias na companhia de suas ex.ªª familias.

### Dr. Manuel Fernandes de Carvalho

De passagem para Castanheira de Pêra, onde vai passar as férias de Páscoa com sua familia, cumprimentamos nesta vila o sr. dr. Manuel Fernandes de Carvalho, douto professor do Liceu de Portalegre e nosso presado amigo, que já acompanhado de sua ex.ª esposa.

### José Pires

Deu-nos o praser da sua visita o sr. José Pires Coelho David, digno Tesoureiro da Fazenda Pública em Portalegre.

POSTAL  
— DE —  
LISBOA

Chiado... 6 da tarde

Estreou-se no Tivoli mais um filme português, «As Pupilas do Sr. Reitor».

Leitão de Barros, um dos maiores valores da aguarela portuguesa e com alguns filmes realizados, deu-nos mais uma vez, provas do seu inegalável talento artístico.

E assim, conseguiu pintar na tela as mais belas paisagens da natureza, tam características do nosso Portugal.

Pena é que, sendo Leitão de Barros o melhor realizador português, não tenha conseguido juntar ao belo uma melhor técnica cinematográfica.

Bôa sonorização, música agradável e uma interpretação muito bôa para as nossas posses.

Em fotografia, difficil será conseguir melhor no estrangeiro.

Cabe agora a vez ao Trindade (para nem sempre ser o Erico) de proporcionar duas grandes atracções internacionais: a companhia inglesa de teatro e a maior de todas as declamadoras — Berta Singerman.

A primeira, embora com alguns valores do teatro britânico, não conseguiu ser compreendida e assistida por mais que umas escasas dezenas de pessoas, na sua maioria da Colónia Inglesa.

Contudo, aqueles a quem a arte de Thalma se não reduz apenas à clássica e pornográfica revista, compreendera e aplaudira esta esplendida companhia.

Para Berta Singerman é desnecessária qualquer adjectivação.

Ha muito que no teatro português se não regista um tam grande successo como o que a peça «Deus lhe pague» está obtendo no Ginásio.

Joracy Camargo conseguiu em três actos, focar um dos problemas mais elevados da moderna sociedade, analisando com verdade a par duma filosofia curiosa.

Procópio, o popularíssimo actor brasileiro, ao desempenhar o principal papel mostra-nos as possibilidades da sua arte.

Exposições de arte

Canélas introduz em Portugal uma maneira nova de transaccionar as suas produções, trocando-as por objectos de uso doméstico, à excepção de artigos de luxo, que ele próprio diz dispensar.

—E' já no próximo dia 1 de Maio que abre a exposição **Momento**, que constituirá um triumpho mais das modernas artes plásticas, para o que muito tem contribuido, o esforço nem sempre comprehendido dos directores desta Revista.

—Assim a 32.ª Exposição de S. N. de Belas Artes, a maior manifestação artistica de Portugal, que este ano, como nos anteriores, reuniu os maiores, e sobretudo, os mais consagrados, valores da arte de pintar.

Além de Simões de Almeida, figura outro nome figueirense — D. Beatriz Lacerda, que pela primeira vez figura em exposições.

Lisboa, Semana santa de 1935.

ALA X JO

Correspondências

Campêlo—Abril de 1935

Vai esta freguesia certamente entrar numa fase de melhores dias, de vitalidade, idealizações práticas e melhoramentos, sentindo assim em breve, os seus filhos a sabê-la amar um pouco mais e engrandecer.

Recondita nas faldas e pregas dos montes nem por isso, deixa de ter a sua beleza e atractivo especial e de merecer enveredar com outras, na senda do progresso e da civilização.

Ceroada de serranias altivas a confundirem-se com o azul do ceu, de pincares esguios a mostrarem ao longe o escaldado e rigor da serra as povoações assentam todavia em baixo arborizadas, cheias de luz e vida.

Corre ao meio borbulhando de pedra em pedra, na beleza das suas cascatas, e no sussurro amoroso de suas águas a ribeira de Alge, que tira o nome da primeira povoação que banha. Os seus ares são puros dos que revigoram e tonificam o organismo, a sua água é da melhor, da mais potável.

Perdida no regaço dos montes ou no fundo dos vales, gosa de imensa paz: este povo é ordeiro, de bons fundos, cheio de carinho e hospitalidade.

Mas além desta abundância com que a natureza a dotou dos bons predicados étnicos, a freguesia de Campêlo pouco mais possui.

A parte o desvelado esforço e dedicação que à sua causa tem consagrado o sr. dr. Manuel Simões Barreiros e o sr. dr. Martinho Simões, que os nossos corações ainda choram no luto, na dor pela sua morte, a freguesia de Campêlo tem sido abandonada pelos poderes públicos e mesmo pelos seus próprios filhos.

Os edificios escolares da sede e a igreja, obras dignas e de valor, devem-se à benemérita família Amaral e que foram do logar do Fontão Cimeiro desta freguesia. A estrada a macadam é resultado da acção e persistência de quem já acima nos referimos.

De resto, a freguesia nada mais possui.

Intransitável, sem vias de comunicação e, nem os caminhos vicinaes reparados, sofrendo apenas as alterações melhoradoras do próprio piso.

O cemitério em colina fronteira, envolto num misto de saudade e de tristeza, desdiz dos bons sentimentos deste povo, que se parece na maior indiferença para com os mortos, traduzida no abandono a que o ha votado.

Sob-se até ele por uma estrada em zig-zag, onde rola imenso pedregulho, de lageado e fragas em desnivelamento consideravel, e, em parte cheia de mato.

O povo, se bem que a freguesia seja dotada de nascentes de água limpa, boa, potável, tem uma fonte única, comum: a ribeira que nas encheites traz a cor dos terrenos marginaes por onde passa, e no verão, a imundicie de tudo quanto nela se despeja.

Estão prometidos dois marcos fontenários pela nossa digna Câmara que também fez chegar aqui a estrada que nos liga a Figueiró a única via de comunicação que possuímos.

E as antarquias locais, e nós havemos de continuar de braços cruzados, numa indiferença e letargia que indigna e revolta, esperando todo o movimento e acção do poder central?

ESMOLA

Da ex.ª sr.ª D. Maria José Malhó e Silva, recebeu a Misericórdia da nossa vila a avultada esmola de 2.000\$00.

E' vontade daquela generosa senhora que a Misericórdia mande dizer uma missa no próximo dia 28, na Igreja da nossa vila, sufragando a alma de seu irmão, o saudoso mestre da pintura portuguesa, José Malhó, que a esta terra dedicou o seu carinho ate aos ultimos momentos da sua vida.

Apraz-nos muito dar esta noticia por termos o ensejo de deixar registado nestas columnas, o acto meritório da bondosa senhora que não esqueceu vir acalentar e minorar, com a sua caridosa oferta, os pobresinhos que procuram o abrigo da nossa Misericórdia.

Declaração

Ana Maria, casada, do Nodeirinho, freguesia da Graça, conceiha de Pedrogam Grande, vem declarar, por este meio, e tornar público que não se responsabilisa por quaisquer dívidas ou negócios que seu marido Manuel Henriques Sapateiro, venha a fazer a partir da publicação desta declaração.

Nodeirinho, 20-4-1935

(a) Ana Maria

Passou a época da política reacionária, de promessas vãs e illusórias, para se ingressar no caminho da ordem da paz e das realidades.

Por toda a parte se luta pela consecução de uma melhor felicidade. A agitação neste sentido observa-se, sente-se.

Não havemos de encetar a marcha de conquista de algum bem para a nossa terra, com as parcelas do nosso esforço e, com a iniciativa da nossa parte?

Chegou a hora de se mudar de rumo na orientação até agora seguida e a nossa Junta vai começar pela reparação dos caminhos vicinaes, construção de pequenas pontes e o que mais urgentemente se impõe: a reparação da estrada do cemitério.

Para isso vai cobrar o imposto do braçal, a que ha direito e que até agora tem negligenciado.

Estamos convencidos do melhor acolhimento que vai ter esta ideia e disposição, da parte de todos.

Pois a nossa alma não sofre, o nosso coração não se condoa por não termos ainda um cemitério onde modesta mas decentemente possam descer os restos mortais dos que nos antecederem na descida para a sepultura?

Os sentimentos por eles, a homenagem que se lhes presta é bem a tradução da alma de um povo. Porisso, ha meses ainda, ao passar por aqui o autor das crónicas relatadas neste jornal:

«Visitando o concelho» subindo ao cemitério, dizia: «vamos ver o que é o povo desta freguesia».

Nem mais um instante de indiferença nem de palavrões estereis, mas que todos prestem o seu concurso material e moral e que sem esmorecimentos se prossiga nesta ideia agora lançada, para que dentro em breve, se traduza numa realidade, num facto e que depois se possa afirmar que melhores dias veem para esta freguesia que os seus filhos estão sabendo amar e engrandecer.

C.

Informação  
sobre o mel

Um traço característico dos novos processos de administração publica é o que se revela na actividade dos serviços que têm por missão coordenar, dirigir e impulsionar a produção.

Não são simples organismos burocráticos de passividade tradicional. Deve-se o facto essencialmente, à transformação política, em virtude da qual é função do Estado intervir no ordenamento económico, não para exercer êle próprio as actividades mas para prover à insuficiência das iniciativas individuais, dando-lhe auxílio tecnico e até financeiro quando necessário.

Deixou rasto de superior visão dos mais importantes problemas agrarios a passagem no Ministério da Agricultura do sr. Tenente Coronel Linhares de Lima, hoje Ministro do Interior, e os seus sucessores não têm desmentido o reconhecimento da Nação pelos serviços prestados.

Acontece ainda que o novo clima espiritual que veio substituir a podridão dos costumes, tornou-se possível que os funcionários encarregados dos vários sectores desenvolvessem as suas faculdades criadoras, pondo a sua inteligência, dedicação e brio ao serviço do interesse nacional.

Compreendida no plano geral da Campanha da Produção Agrícola, a actividade do Posto central de Fomento Apícola é um exemplo do que referimos.

O mel é uma riqueza que a indiferença ou a ignorancia de muitos agricultores tem deixado inexploorada.

Alheamento completo de uns, desconhecimentos de outros dos métodos tecnológicos da produção, rotina estagnadora, carência de espirito associativo alimentando o parasitismo comercial, são os fenómenos que dão á cultura apícola a decadencia em que se encontra.

São esses defeitos que o Posto Central combate, promovendo por todos os meios ao seu alcance a intensificação e o aperfeiçoamento da produção, fazendo cuidadosos estudos organoléticos, aconselhando tipos de alimentação das abelhas e os meios de combate ás suas doenças, auxiliando a formação de cooperativas, estudando os mercados internos e externos, realizando exposições e conferências, utilizando o cinema, etc.

A cultura apícola deve interessar todos os agricultores e até os simples amadores de jardinagem pela riqueza facil que proporciona.

Anda pouco generalizado o consumo do mel na alimentação, esquecendo-se que é um produto altamente higiénico e nutritivo.

Para incutir o gosto pelo mel e o conhecimento dos seus variados meios de utilização, o Posto Central de Fomento Apícola publicou um livrinho de receitas de doçaria caseira em que o mel entra como principal componente.

E' preciso fazer renascer o velho costume de confeccionar em casa especialidades de doçaria, que os hábitos modernos fizeram perder. Noutros tempos havia regiões que se caracterizavam pelas suas afamadas doçarias.

O referido livro de receitas é distribuido gratuitamente a quem o pedir ao mencionado Posto na Tapada da Ajuda, em Lisboa, onde igualmente são dadas jodas as informações e esclarecimentos sobre os diferentes aspectos da tecnica apícola.

Pagamento de assinaturas

Foram pagas na nossa redacção as assinaturas do nosso jornal referentes aos nossos amigos:

Fernando Simões Pires, Figueiró  
António Dias, Serfá  
João Alves Pereira, Cartaxo  
Joaquim Rodrigues Dias, Lisboa

Anuncio

COMARCA DE FIGUEIRO DOS VINHOS

Faz-se saber que no dia 28 de Abril proximo, pelas 12 horas, á porta do tribunal judicial desta comarca, sito á praça José Malhó desta vila, vão á 2.ª praça para serem arrematados pelo maior preço oferecido alem do indicado, os imoveis infra descriminados, penhorados na execução fiscal administrativa que a Fazenda Nacionalmove contra Evaristo Henriques dos Santos e seus pais, morador no lugar do Brunhal, freguesia de Arega, desta comarca.

IMOVEIS

1.ª) O direito e acção a uma terça parte duma terra de séca com oliveiras e mato, na Barróca. Vai á praça no valor de 39\$60

2.ª) O direito e acção a uma terça parte dum pinhal no Outeiro do Moinho. Vai á praça no valor de 50\$00

3.ª) O direito e acção a uma terça parte duma tojeira sita ao Penedo Longo. Vai á praça em 39\$60

4.ª) O direito e acção a uma terça parte duma tojeira nas Corgas. Vai á praça no valor de 48\$40

5.ª) O direito e acção a uma terça parte dum pequeno pinhal sito Atraz da Barreira. Vai á praça em 68\$20

6.ª) O direito e acção a uma terça parte dum talho de terra com oliveiras e testada, sito ao Poço. Vai á praça no valor de 30\$80

7.ª) O direito e acção a uma terça parte dum talho de terra com oliveiras no Ribeiro das Eiras. Vai á praça no valor de 63\$80

Todos estes predios são situados na freguesia de Arega, desta comarca. Pelo presente são citados quaisquer credores incertos e bem assim os proprietários que se julguem poder usar do direito de preferência naquella praça.

Figueiró dos Vinhos, 15 de Março de 1935.

O Chefe da 2.ª secção,  
Joaquim José da Conceição Junior  
Verifiquei a exactidão,  
O Juiz de direito,  
Bravo Serra

Vende-se

Uma grafonola, em estado de nova, com alguns discos.

Para tratar, dirigirem-se ao sr. Aníbal Silveira Herdade, Aldeia de Ana de Aviz.

**Anuncio**

COMARCA DE FIGUEIRO DOS VINHOS

Nos termos do artigo 134 do Decreto n.º 21.287 se annuncia que foi requerida a interdição por demencia de Antonio Pereira Baeta de Vasconcelos, solteiro, maior, proprietário, residente nesta vila de Figueiró dos Vinhos, processo que corre seus termos pela segunda sessão deste juizo.

Figueiró dos Vinhos 21 de Março de de 1935.

O Chefe da 2.ª Secção Joaquim José da Conceição Junior Verifiquei a exactidão

O Juiz de direito *Bravo Serra*

**Laura Neto**

FIGUEIRÓ DOS VINHOS Modista de vestidos

Executa trabalhos pelos últimos figurinos 24-7

**Trespasse**

Dum grande estabelecimento, com 4 portas, situado no Largo da Praça, desta vila, em frente do Mercado, com pouco activo, sendo uma das melhores casas comerciais, desta Praça.

Quem pretender dirija-se ao seu proprietário. 6-3

Francisco Simões Agria

**Fazendas Baratas**

Riscados Vizela 2\$30 e 2\$50 Toalhas turcas 2\$50

Sortido de tecidos de algodão e lã para senhora, aos melhores preços.

Algodão cru aos preços das fábricas

A casa que vende mais barato

Joaquim de Matos Pinto Figueiró dos Vinhos

**Vende-se**

Grande quantidade de fundagem e aduela de castanho.

Quem pretender dirija-se a Augusto do Carmo Afonso.

Figueiró dos Vinhos

**Fidelidade**

Fundada em 1835—sede em Lisboa

A Companhia mais antiga de Portugal e que oferece todas as garantias.

Valor das suas acções 11:000\$00

SEGUROS DE VIDA E CONTRA TODOS OS RISCOS

O correspondente,

Joaquim de Matos Pinto Figueiró dos Vinhos

**CONSULTORIO DENTARIO**

DE

**A. MARTINS NUNES**

Doenças da boca e dentes  
Dentes Artificiais

Consultas todos os Sábados e Domingos

Praça JOSÉ MALHOA  
FIGUEIRO DOS VINHOS

**A OURIVESARIA**

DE

**Manuel Lourenço G. dos Santos**

FIGUEIRÓ DOS VINHOS

**P**RECISANDO adquirir ouro-sucata, para liquidar um compromisso que tem a satisfazer, resolveu pagar o dito ouro por mais alto preço do que qualquer outra casa, 50 centavos em grama.

Quem tiver ouro para vender não o faça sem vir confrontar.

Manuel Lourenço Gomes dos Santos

**Ocasião única**

No estabelecimento de

**João Luiz Júnior**

Em vista da chegada de Novos Artigos, encontram-se á venda com

**Grandes abatimentos**

Fazendas brancas e de lã, opalines, linois, grande sortido de riscados, crepes da China, cobertores, chales de merino, colarinhos, gravatas e miudezas.

O maior e mais completo sortido de chapéus e guarda-sois.

**CALÇADO**

De homem e de senhora por metade do seu valor.

Recomenda-se a todos os fregueses e ao publico que não se esqueçam de fazer uma visita, mais uma vez a este estabelecimento, logo que possam.

**Automóvel de aluguer à disposição a qualquer hora.**

**Joaquim J. Fernandes**

Medico Municipal

Clinica geral  
Doenças das crianças  
Figueiró dos Vinhos

**ANIBAL R. DIAS CORREIA**

ADVOGADO

- Figueiró dos Vinhos -

**Messes António da Conceição**

Rua Almirante Reis

POMBAL

Ferro em barra e em chapa, aço de molas, em vergalhão e para calçar. Carvão de forja.

CAL HYDRAULICA

CIMENTO LIZ

Agente e depositário dos concelhos de Ancião, Castanheira de Pêra, Figueiró dos Vinhos, Pedrogam Grande e Pombal. 24-9

Preços da Fábrica

**José Pedro dos Santos**

Figueiró dos Vinhos

**Fazendas e Miudezas**

Esta casa tem sempre o melhor sortido e os melhores preços

**Vendas por junto e a retalho**

Agente das Companhias de Seguros

«A Nacional» e «Nationale»

**FARMÁCIA CORRÊA**

Especialidades farmacêuticas nacionais e estrangeiras. Aguas minero medicinais.

Esterelisação de pensos, empolas e séros,

Produtos especialisados:

Elixir de nucleina composto, Vermifugo e Pomada de salicilato composta

Largo da Praça

FIGUEIRÓ DOS VINHOS

**Carreira de Camionetes**

ENTRE

**Castanheira de Pêra e Lisboa**

DE

**BARREIROS & PINAZ**

Garage AUTO-LYS

Rua da Palma — Lisboa

**“A Regeneração,”**

ASSINATURAS

Portugal e Ilhas Adjacentes:

Cada série de 24 numeros. . . . . 6\$00

” ” ” 48 ” . . . . . 12\$00

Este preço é acrescrido do porte do correio

COLONIAS:

Cada série de 24 numeros. . . . . 10\$00

” ” ” 48 ” . . . . . 20\$00

ESTRANGEIRO:

Cada série de 24 numeros. . . . . 15\$00

” ” ” 48 ” . . . . . 30\$00

Pagamento adiantado

**POIS SIM!!! MAS O JOSÉ PEDRO É SEMPRE O QUE VENDE MAIS BARATO**

# A Educação Física em todas as Idades

por Manuel Domingos Godinho

Pelos últimos anos da adolescência, quando o individuo normalmente desenvolvido, tendo seguido e aproveitado «a Educação Física Racional», se encontre em condições próprias, poder-se-á ir dedicando, sem deixar o exercício metódico, generalizado e diário, a especializações a desportos, sem graves perigos. Estes terão o caracter de exercícios desportivos.

O crescimento ósseo atinge o seu completo desenvolvimento, em geral pelos 25 anos, terminus da adolescência. Devo dizer que são as evoluções e fases do desenvolvimento físico-psíquico do individuo que caracterizam a infância, puberdade, adolescência, a idade adulta propriamente dita, a velhice, e não o número de anos, a idade cronológica.

Durante a idade adulta propriamente dita, o individuo trabalhando no campo, na oficina, na fábrica, no estabelecimento, no escritório, em qualquer profissão doméstica, particular ou pública, pela sua acção frequente na mesma profissão de trabalho, por vezes com os mesmos feixes musculares em actividade, desenvolve demasiadamente uns em detrimento de outros.

Além da hygiene dos musculos todas as manhãs, é preciso interpretar de exercicis correctivos todas as tardes, com o fim de conservar a harmonia orgânica. E se na infancia (1.ª, 2.ª e 3.ª) os conhecimentos de quem ministra o ensino devem ser completo e seguros, quanto possível; na puberdade, na adolescência vastos, científicos, especializados; na idade adulta propriamente dita, não se pode dispensar, para obtenção de bons resultados, o conhecimento profundo de anatomia e fisiologia, com a visão perfeita das inserções musculares, conformação óssea e ainda os conhecimentos exigidos ao massagista.

— Considerei sempre a missão do professor de qualquer grau, a mais espinhosa das missões, a profissão mais melindrosa a exercer. Achei sempre os meus conhecimentos limitados para a direcção científica da criança. A experiência me demonstra dia a dia e os factos mostram claramente, infelizmente, que na generalidade, nos graus de ensino em que tenho professado, os conhecimentos, sobre a criança, são raros, escassos. A pedagogia é ciência nova e quasi ignorada entre nós. Estarei em erro? Por isso num trabalho apresentado na Escola Normal Superior (cadeira de pedagogia) de Lisboa defendi «o professor precisa e deve ser o individuo mais culto da nação, mesmo o primário». «O professor primário deve ser, depois de vastos conhecimentos gerais, formado em ciências psicopedagógicas».

Na velhice, o repouso do trabalho habitual, em muitas profissões, não deve ser imposta mas logicamente atenuado. Neste periodo da vida, os exercicis de hygiene muscular de manhã, diários, continuam; os correctivos á tarde, devem executar-se. Em profissões que exigem agilidade e força deve haver as convenientes substituições. Os exercicis correctivos serão feitos em harmonia com os vicios de posição da nova profissão. Aqueles que já nada fazem pelas suas condições económicas pelo seu avançado estado fisiológico e de idade, ministrarem-se-ão exercicis correctivos e gerais, quanto possível, com o fim de, conservando a sua idade fisiológica, prolongar a idade cronológica, na con-

secução da longividade do individuo. Para isto muito contribuiu a orientação seguida e o resultado obtido nos outros periodos da sua existência.

Os progenitores teem, e isto succede em todos os seres, uma influencia primacial na vida. «Os musculos começam a formar-se pela quarta semana do embrião; os membros do feto entram em movimento desde o quarto mês».

A razão de ser do musculo é o movimento. Na vida intra-uterina, o feto executa movimentos de extensão do tronco e, nos ultimos dias de gravidez (assim como durante o parto) algumas contrações regulares rítmicas se manifestam de tempo a tempo e persistem então nos musculos da respiração. (Opiniões de Ahlfeld e H. Ueber, e outros fisiologistas.)

Além disso o feto executa movimentos de succão e de deglutição, segundo Lantois. Por vezes, em especial nos ultimos tempos, a mãe percebe seus movimentos. Por sua vez o feto depende da nutrição e respiração materna; aproveita e sofre dos movimentos desta.

Os musculos do feto não devem escapar às leis gerais da fisiologia muscular; devem aproveitar ou sofrer dos efeitos do exercicio benéfico ou da fadiga depois do quarto mês de gravidez pelas reacções capilares próprias e da quarta semana pelas reacções capilares maternas; nada impede então de admitir a sua intoxicação pela produção de ácidos (fosfórico, carbónico, lactico) e sua acção sobre a miósina e sobre o sistema nervoso central.

As occupações domésticas, a profissão da mãe; a persistencia na mesma posição, por vezes viciosa, não podem deixar de ter influencia basilar no desenvolvimento do feto, obrigando-o a flexões quantas vezes demoradas, impedindo as extensões indispensáveis ao seu natural desenvolvimento. O cansaço, a fadiga da mulher grávida, fatigará o feto, e este em estado de intoxicação resistiria menos a infecções naturais. Se, neste caso, chega a ser dado à luz com vida, a sua predisposição é menos favoravel a um desenvolvimento racional, e a sua resistencia, numa vida independente, é fraca.

O movimento impõe-se à mulher grávida; a marcha ao ar livre e puro, a respiração plena, é-lhe recomendada; posições correctas, e os correctivos das viciosas tomadas no trabalho, são-lhe aconselhados. O descanso, nos meses antes e a seguir ao parto, é imprescindivel, util à mãe e ao filho, ao individuo e a raça.

As profissões que exigem grandes flexões do tronco, extensões e flexões laterais, devem, neste periodo, ser proscritas, como muitos trabalhos campestres, não só pelas suas posições viciosas (apanha da azeitona, da batata, de frutos altos, lavagem de spalhos, etc.) mas também pelo esforço exigido (carretos à cabeça, ombros, braços). Poder-se-á entregar, sem inconvenientes, a alguns trabalhos domésticos que não tenham os defeitos acima apontados e não exijam uma longa permanência na mesma posição, conduzindo à imobilidade. A imobilidade mais do que o trabalho produz a fadiga e esta, como acima fica, reflecte-se no novo ser embrionário, prejudicando-o.

A actividade, mas nunca o abuso, em condições e posições vanta-

# FRISOS

A' Celeste

Foi com um prazer imenso que li a vossa resposta a uma pequena divagação minha.

E o meu prazer tem este duplo significado: conseguir despertar a vossa curiosidade e interesse por tão insignificante produção literária, e merecer de Vós a confiança do cavalheirismo dum desconhecido. Jámais no presente século!... Vê? cá estou de novo a retrógrado. Mas... passemos antes ao que escreveu.

Devo confessar que não foi meu intento atingir a Celeste, pseudónimo certamente, mas deveras interessante—nem qualquer outra rapariga determinada. Toquei o geral, o abstracto, indiferentemente. E aqui está talvez o meu erro. Mea culpa por Vós!

Contudo deixe-me afirmar-lhe, absolutamente convicto, que o artificialismo, tão em voga, é na mór parte exagerado, o que por vezes transforma a Vida, «feita de amor, amálgama do espiritual e material», em simbiose heterogénea.

Eu sei que a pintura tem séculos de existência. E como tal, pela sua antiguidade, é digna do nosso respeito. Mas, minha Amiga, todos os costumes devem ser protegidos por esta norma, uma vez que a discreção e consciéncia não sejam apenas méras palavras.

«Perfumada dum doce romantismo à séc. XIX» adjectivasteis a minha prosa. Talvez! E porque não afirmá-lo mesmo?

Mas na hora que passa, onde um turbilhão de ideias e sentimentos se agitam numa convulsão louca, eu prefiro que assim me cognomineis. Não deveis esquecer porém que o Vosso sexo, através de todas as civilizações, tem obtido a primazia sentimentalista!

As razões? Numa frase singela se sintetizam: ser mulher!

Jográ

Post Scriptorum

A' Nita Clara

Quando no último numero julgava encontrar o meu nome finalizando esta singela secção, tive a agradável surpresa de me ver substituído pela Nita Clara.

Trata-se também duma illustre desconhecida que, num gesto delicado, quiz interceder por mim para mais fácil vitória a minha gentil contendora Celeste.

Se, a subtilidade da atitude me agrada, também me deixa esta impressão desoladora: «jámais conseguiria vencer se não tivesse a meu lado uma representante do sexo da minha antagonista»!

Creia que se não fosse excessiva modestia far-lhe-ia uma categorica afirmação: alcançar o triunfo sem amparo, ou succumbir... mas sem amparo também!! Porém a minha vaidade não quer ir tão longe. E assim limito-me a agradecer-lhe, esperando que a Celeste tome a atitude que o Vosso artiguinho merecer.

Jográ

# FOI ASSIM...

Hoje, na rua, alguém me perguntou: Então, êsse romance?... Já acabou?...

Suponho que sorri com indiferença; mas uma nuvem negra, negra e imensa, dentro de mim avulta, nessa hora, como uma noite oceânica, cerrada, na solidão pasmada das velhas ruínas onde ninguém mora.

E se bem que dêsse romance aberto nada minh'alma andasse perturbando... nem meu desejo por mais vago e incerto, nem um remorso por mais vago e incerto, embora mesmo do seu corpo ausente êsse pecado branco de veludo, nem a saudade reste em meu olhar, senti alegremente o «nunca mais» de quem viveu tudo e uma vontade louca de chorar.

FERNANDO

# CARTEIRA Apaz da Europa

Em Stresa verificou-se a conformidade de vistas das três potências que intervieram na conferencia, cujos resultados foram os seguintes:

«Uma declaração que fixa a política geral das trez potencias representadas em Stresa; a afirmação da solidariedade destas e a vontade que têm de conseguir a organização da segurança colectiva europeia; uma série de afirmações breves, relativamente à re-affirmação anglo-franco-italiana dos compromissos de Locarno ao pacto de assistência geral aérea com participação da Alemanha; à independência da Austria e à reunião duma conferencia dos Estados interessados; à organização da paz na Europa oriental; ao rearmamento dos Estados ex-inimigos; ao regresso da Alemanha à Sociedade das Nações e ao interesse da colaboração da Alemanha quanto aos regulamentos contratuais da Alemanha».

## Os resultados de Stresa

«Sinto-me satisfeitíssimo—diz-se MacDonald pela radiofonia—por esta Conferência ter terminado com tanto êxito. Demonstrámos de modo notável a nossa solidariedade, não sómente diplomática, mas igualmente de intenções e objectivos. Viemos a Stresa com o intuito de assegurar a paz mundial. Creio que a Conferência proporcionou para ela uma contribuição duradoura».

## José Rodrigues Dias

A passar as férias da Páscoa, encontra-se na sua casa do Chãvelho, aquele nosso amigo e distinto colaborador, professor em Torres Vedras.

## GÊLO

VENDE-SE qualquer quantidade na Misericórdia de Jastanheira de Pêra

—De passagem para a sua terra Aldeia Fundeira—Vilas de Pedro, cumprimentamos na nossa redacção o nosso amigo e assinante sr. João Alves Pereira, que vinha acompanhado de seu sobrinho.

—De visita a suas famílias e a passar as férias da Páscoa, encontram-se nesta vila os briosos académicos, José Abreu, José Nunes Abreu, Henrique e Afonso Lacerda, Artur Agria, as meninas Maria Amélia Agria, Maria Helena Freitas e Maria Emilia Deniz, João e Claudio Samedo e Jorge Azinhais.

—Também se encontram de visita em casa de seu tios, os laureados estudantes Americo Caetano Nunes e Armando Moreira Caetano Nunes de Lisboa.

—De visita a sua familia, está em casa do nosso amigo sr. Tenente Carlos Rodrigues, sua cunhada sr.ª D. Aurora Freitas.

—De visita a esta terra, também se encontra o sr. Mário Moutinho Tesoureiro da C. G. de Depósitos, em Penafiel.

—Para o Porto, onde foi passar as festas da Páscoa com sua Ex.ª Família, saiu a Ex.ª Sr.ª D.ª D. Natalia Chaves Costa da Encarnação, esposa do nosso amigo Sr. Armando Carvalho da Encarnação e ia acompanhada de sua prima a Ex.ª Sr.ª D. Alice do Céu Gonçalves Xavier.

—Para Lisboa, saiu o nosso amigo Sr. Mário Rodrigues, director do Colégio desta vila.

## Tenente Carlos Rodrigues

A passar as festas da Páscoa encontra-se, na intimidade de sua extremosa Família, aquele noso particular amigo que, por virtude de sua patente militar, se encontra em serviço no regimento de Infantaria n.º 6 em Penafiel.

Este jornal foi visado pela Comissão de Censura

Continua