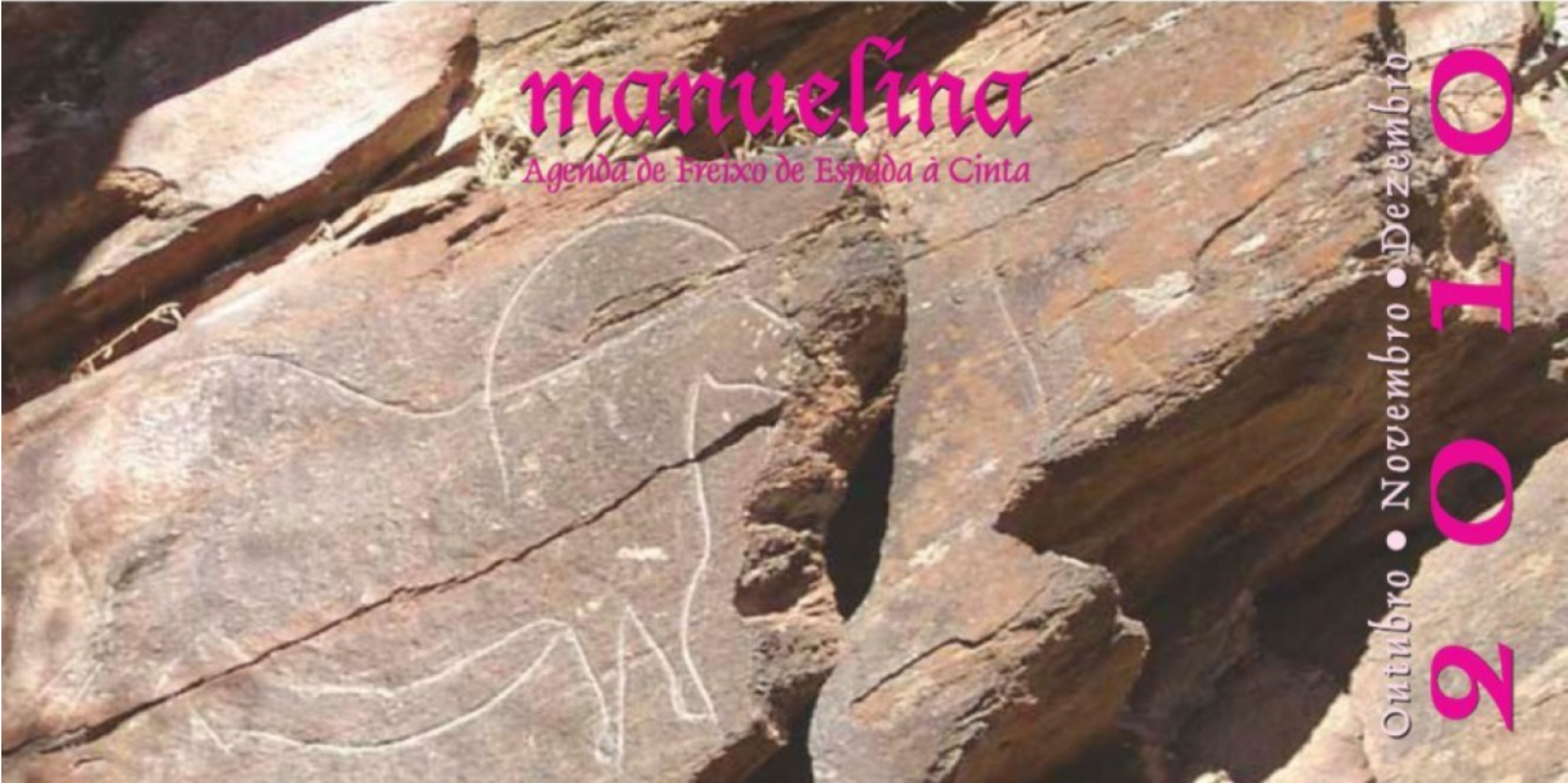




manuelina

Agenda de Freixo de Espada à Cinta

Outubro • Novembro • Dezembro

2010

Viva. Descubra. Apaixone-se!

Freixo de Espada à Cinta.

apaix[♥]ne-se...



Grande Escolha

De acordo com a lenda, a gravura pré-histórica está a olhar para um tesouro que existe do outro lado da Ribeira de Albagueira. Descoberta em 1981, o "Cavalinho de Mazouco" constitui a primeira figura rupestre ao ar livre descoberta em todo o território nacional. Localizada na freguesia que lhe completa a identidade, o Douro aformoseia-a, numa paisagem bucólica, onde a contemplação não suplica economias...



a abrir

OUTUBRO

Pág. 8 Dia Internacional do Idoso Pág. 9 Caminhada pelo Coração Pág. 10 Recepção ao professor
Pág. 11 Música Pág. 12 Sopas e Merendas Pág. 14 Passeio TT

NOVEMBRO

Pág. 17 Exposição Pág. 18 Dia de S. Martinho Pág. 19 Revista Pág. 20 Exposição

DEZEMBRO

Pág. 23 Música Pág. 24 Piscinas Pág. 25 Exposição Pág. 26 Férias em Movimento do Natal Pág. 27 Natal

MAIS MANUELINA

Cinema Internet Música Publicações

MAIS LAZER

Desporto Feiras

O que pode visitar Informação Autárquica Informações Úteis
onde pode ficar onde se pode divertir

agendamanuelina@cm-freixoepadacinta.pt

a abrir

O último trimestre do ano é sempre marcado pela importância das tradições, onde se evidenciam, naturalmente, a Fogueira do Galo e o Natal, mais a sua variante gastronómica, marca indelével da cultura de um Povo.

É esta cultura que estará, mais uma vez, presente com a marca "Freixo de Espada à Cinta".

A festa das "Sopas e Merendas", a ocorrer entre os dias 29 e 31 de Outubro, no Espaço Multiusos, constitui um marco de promoção que já vai na sua 4ª edição.

Uma oportunidade para se degustar a mais pura e genuína gastronomia.

Fica o convite!

Um abraço de confiança

Presidente da Câmara
José Manuel Caldeira Santos



01/30  *Quarto Minguante*

07  *Lua Nova*

14  *Quarto Crescente*

23  *Lua Cheia*

D **S** **T** **Q** **Q** **S** **S**

Outubro 2010

					1	2
3	4	F	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

Outubro

Peça de Teatro pelos formandos do Curso Agente em Geriatria 8

Dia: 1

Hora: 15H00

Local: Auditório Municipal

Org: IEFP e Câmara Municipal

("Bench Lizards", Anthony Angarola, 1922)

Outubro

caminhada pelo coração

09



Dia: 2

Hora: 10h00

Local: Concentração - Auditório Municipal

Org: Câmara Municipal

Apoio: Centro de Saúde FEC



("Escola Rural", Edward Lamson Henry , 1890)

Dia: 6

Hora: 18h00

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

Outubro

música

11

Orfeão de Rio Tinto

("Grupo Coral", Sera Knight)

Dia: 23

Hora: 21h30

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

Dias: 29 a 31

Local: Espaço Multiusos

Org: Câmara Municipal

*A gastronomia tradicional e regional do Douro
num certame com outro sabor*

www.sopasemerendas.com



«De resto, a mesa constitui sempre um dos fortes, senão o mais forte alicerce das sociedades humanas. Já os Gregos diziam, na sua linguagem pitoresca e livre, que "a mesa é a alcoviteira da amizade!" Não só na vida íntima, mas na vida pública das nações, o jantar constitui a melhor e a mais solene cerimónia que os homens acharam para consagrar todos os seus grandes actos, imprimir-lhe um carácter de união e de comunhão social. Outrora não havia fundação de cidade, declaração de guerra, instalação de magistratura, que não fosse acompanhada e corroborada por um festim. Ainda hoje se não cria um grémio, ou um sindicato, sem que os seus sócios jantem, cimentando os estatutos com champanhe e túbaras. As próprias relações do homem com a divindade estabeleceram-se sempre através da comida. O sacrifício da rês, sobre a ara, era uma espécie de merenda espiritual, em que o Deus, atraído pelo cheiro da carne assada, descia e se tornava acessível ao crente, partilhando com ele das vitualhas santas. O cristianismo, neste ponto, concordou com o paganismo e a missa, pela consagração do pão e do vinho, é um verdadeiro banquete celebrado entre a Terra e o Céu».

OUTUBRO*Dias: data a definir**Organização: AMDS**Apoio: Câmara Municipal**Inscrições: www.cm-freixoespadacinta.pt*

*A emoção das mais belas paisagens do Douro
num passeio TT, inserido na Festa das Sopas e Merendas*

Novembro

28  *Quarto Minguante*

06  *Lua Nova*

13  *Quarto Crescente*

21  *Lua Cheia*

D S T Q Q S S

Novembro 2010

	F	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Novembro

exposição

17



Exposição de artesanato em cortiça de Adelino António dos Ramos

Dia: 2 a 17

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

("Festejando o S. Martinho", detalhe, José Malhoa, 1907)

Dia II

"O vinho em excesso: nem guarda segredos, nem cumpre promessas"

Musical/Revista

Praceta dos queixinhas

de Francisco Silva, pela Secção de Teatro do S. C. Candalense



Dia: 27

Hora: 21h30

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

Cantos (do Porto) e Encantos (de Freixo)

Pintura de Alírio Mesquita

Dia: 21 de Novembro a 16 de Dezembro

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal



Dezembro

28  *Quarto Minguante*

05  *Lua Nova*

13  *Quarto Crescente*

21  *Lua Cheia (Eclipse Total da Lua)*

D **S** **T** **Q** **Q** **S** **S**

Dezembro 2010

			F	2	3	4
5	6	7	F	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	N
26	27	28	29	30	31	

Dezembro

música

23

Dia: 18

Hora: 21h30

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

Concerto de Natal da ARC da Banda de Música de FEC

24

piscinas

Dezembro

Sarau Aquático

("Painel Piscinas Municipais FEC", Alberto Péssimo, pormenor, 2009)

Dia: 18

Hora: 15h30

Local: Piscinas Municipais

Organização: Câmara Municipal

Dezembro

exposição

25

Dia: 22 de Dezembro a 31 de Janeiro

Hora: 17h30

Local: Auditório Municipal

Organização: Câmara Municipal

Memórias...

Exposição fotográfica dos últimos 100 anos de Freixo

Ocupações lúdicas e pedagógicas nas pausas escolares
dos 6 aos 14 anos

Dias: 20 a 30

Organização: Câmara Municipal

Inscrições: até dia 15, no Gimnodesportivo



(*"Jogos de Inverno no lago da aldeia"*, Esaias van de Velde, 1618)

Dezembro

Natal

27

Dia 24

A tradicional Missa na Igreja Matriz... e a Fogueira do Galo na Praça Jorge Álvares.

PROMOÇÃO turística

150€* 2 pessoas

*Pacote Promocional (válido para dois adultos) inclui:
Jantar de Recepção - Dormida - Passeio de Barco

Crianças 0-6 anos: grátis 7-12 anos: 25€ maiores de 13 anos: 40€

Excepções:

15 de Julho a 15 de Setembro; 30 de Dezembro a 2 de Janeiro;
Sexta a Terça Feira de Entrudo; Sexta Feira Santa a Segunda de Páscoa

Sexta-feira: Jantar de Recepção

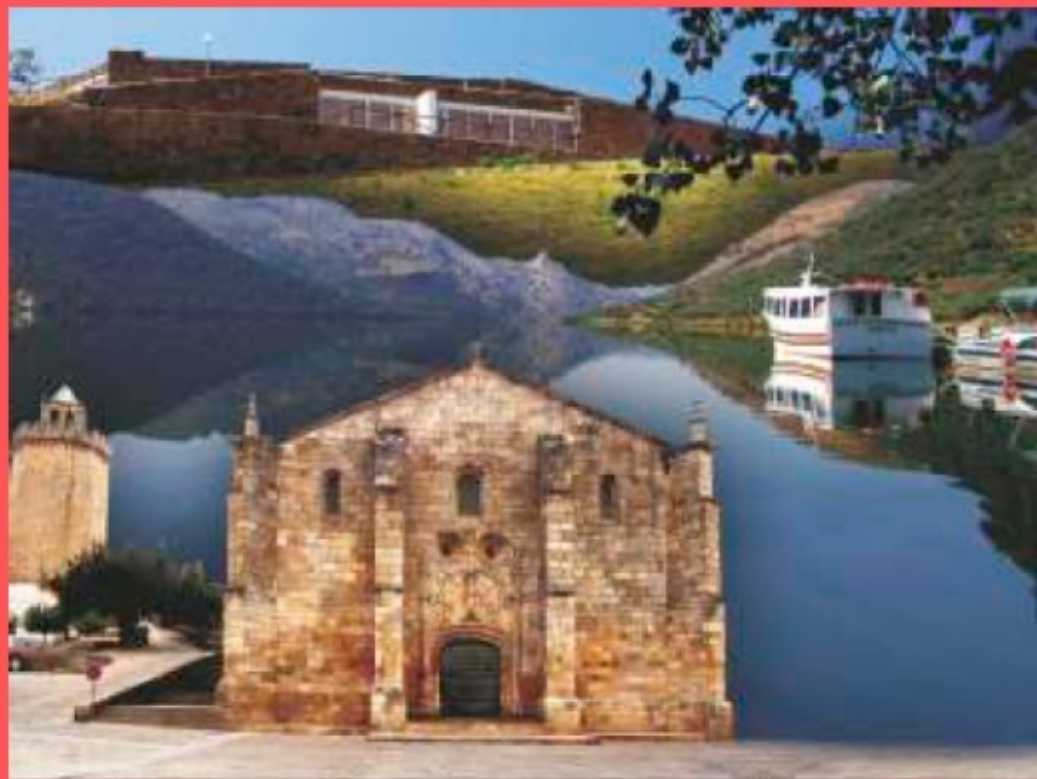
Sábado: Viagem de Barco no Douro Internacional
Cais Fluvial da Congida
Rota dos Miradouros
Visita a dois dos mais emblemáticos miradouros do Concelho
Miradouro do Penedo Durão e Miradouro das Alminhas

Domingo: Percurso Manuelino
Visita ao Centro de Artesanato
Visita ao Museu Regional Casa Junqueiro

Posto de Turismo: +351 279 653 480 postoturismo@cm-freixoespadacinta.pt

Reserva obrigatória no Posto de Turismo com marcação prévia de 8 dias.

Garantia de devolução do pagamento efectuado, caso não haja a possibilidade de realizar a estadia na data pretendida.



Freixo de Espada à Cinta



mês a mês

Outubro

01



"Soldados da Fortuna"

08



"O último Airbender "

15



"Beijos e Balas"

22



"Toy Story 3"

Novembro

05



"Mercenários"

12



"Sininho Salta as fadas"

19



"Wall Street"

26



"O Aprendiz de Feiticeiro"

Dezembro

03



"Salt"

10



"Karate Kid"

17



"Gru, o maldisposto"

Sessões todos as sextas feiras às 21h00. Auditório Municipal. (Programa sujeito a eventuais ajustamentos)

Outubro

Espaço Infante-Juvenil (hora do conto)



"A Criança Misteriosa"



"A Dama Pé de Cabra"



"A Gata Borralheira"



"A Lenda da Pétala Rosa"

Espaço Audio Visual



"A Porta no Céu"
Maiores de 16 anos



"Batman, o início"
Maiores de 12 anos



"A Vida é Bela"
Maiores de 12 anos



"Chocolate"
Maiores de 12 anos



"A Idade do Gelo 2"
Maiores de 4 anos



"A Maldição do Coelho-men"
Maiores de 4 anos



"A Viagem de Chihiro"
Maiores de 4 anos

Espaço Infante-Juvenil (cinema)

Novembro

Espaço Infante-Juvenil (hora do conto)



"A Menina dos Fósforos"



"A Mesa, o Burro e o Cacete"



"A Nínia da Fonte"



"A Pata Dourada"

Espaço Audio Visual



"Cidade Humana"
Maiores de 16 anos



"Disponível para amar"
Maiores de 16 anos



"Dois Estranhos, um Casamento"
Maiores de 12 anos



"Um Clandestino"
Maiores de 16 anos



"Bolt"
Maiores de 4 anos



"Camelot"
Maiores de 4 anos



"Gostam todos do Donald"
Maiores de 4 anos

Espaço Infante-Juvenil (cinema)

Dezembro

Espaço Infante-Juvenil (hora do conto)



"A mais bela árvore de Natal"



"Uma noite agitada"



"Os Biscoitos de Natal"



"O Sino de Natal"

Espaço Audio Visual



"Uma mente brilhante"
Maiores de 12 anos



"Mamma Mia!"
Maiores de 4 anos



"Sozinho em casa 2"
Maiores de 6 anos



"Os 102 Dálmatas"
Maiores de 6 anos



"Shrek, o terceiro"
Maiores de 4 anos



"Up, altamente!"
Maiores de 4 anos



"Mulan"
Maiores de 4 anos

Espaço Infante-Juvenil (cinema)

Surgiram na Idade Média, com uma função estritamente económica, tal como hoje as conhecemos. No período em que se realizavam, vigorava a “paz da feira”, que proibia qualquer disputa, ou acto mais hostil, sob pena de se aplicarem penas severas aos prevaricadores. Em Portugal, a primeira feira realizou-se em 1299. Organizava-se três vezes ao ano, e perdurava oito dias de cada vez. Quem frequentasse a feira gozava de segurança, na ida e na volta, contra quaisquer danos (civis ou criminais) que pudessem sofrer, desde os oito dias antecedentes até aos oito dias depois da feira. A partir do reinado de D.João I, generalizam-se as feiras francas. Estas feiras isentavam os feirantes do pagamento de quaisquer direitos fiscais (portagens e costumagens). Era uma forma de desenvolver a realização das feiras.

Feira, Lagoaça: dia 1 de cada mês Feiras do Mês*, Freixo de Espada à Cinta: dia 4/10, 5/11, 6/12



* Estas Feiras terão
lugar no Espaço Multíusos

(“Cena de Mercado”
Pieter Aertsen, 1550)

Remo, Tapete, Helíptica, Bicicleta
com Programas de montanha. (sala de musculação)

Plano de acompanhamento p/ ginásio:
de segunda a sexta (Piscinas Municipais)

Ginástica de Manutenção (Step e Aeróbica)
quarta: 19h00 às 20h00 (Piscinas Municipais)

Patinagem: segundas: 18h00 às 19h00

Giravolei: segundas, 17h30m às 18h00

Sala de Musculação

2ª a 6ª: 09h00/21h00 sábado: 09h00/17h00
domingo: 09h00 às 17h00
(Gimnodesportivo/Piscinas Municipais)

Karatê

terças e quintas: 19h30 às 21h00



Local:

Gimnodesportivo

Promotor:

Câmara Municipal

Horários:

Segunda a Sexta 09h00/21h00 (encerra: 13h00/14h00)
Sábado 09h00/18h00 (encerra: 13h00/15h00)
Domingo 09h00/14h00 (encerra: 13h00/15h00)

Encerra aos Feriados
Telefone: 279 653 258

Hidroginástica: Terça e Quinta-feira (19h00/20h00)
Hidroginástica (maiores de 14): segundas (19h00/20h00) e quartas (18h00/19h00)
Hidrosénior: Terça e Quinta (17h00/18h00)
Hidromassagem: Quarta (9h30/12h30)

Natação para Bebês: Quinta 18h30/19h15
Natação para Crianças: Terça 18h30/19h15
Escola de Natação (6/13 anos): Segunda e Quarta 18.00/19.00
Escola de Natação (+14 anos/Adultos): Segunda 19.00/20h, Quarta 18.00/19.00



mais manuelina

Época Baixa

de 16/09 a 14/7

Lotação da embarcação Douro Internacional: 50 pessoas

Lotação do catamaran: 15 pessoas

VIAGEM LONGA

Percurso: Congida-Vilvestre (La Barca)-La Code-Congida
aos Fins de semana e feriados

Horário: Saídas às 09h45m; 14h15m

Adultos: 12,00 euro

Crianças (4/14 anos): 6,00 euro

Crianças Menores 4 anos: grátis

VIAGENS ORGANIZADAS

Adultos: 10,00 euro

Crianças (4/14 anos): 5,00 euro

Crianças (menores de 4 anos): grátis

Escolas e Instituições: condições especiais durante a semana

Viagens organizadas nos dias úteis mediante reserva**

Operador Sociedade Congida - La Barca

**Caso as condições meteorológicas o permitam, para grupo mínimo de 5 pessoas, as viagens são feitas no catamaran.

Informações: Posto de Turismo: 00 351 279 653 480 congidalabarca@cm-freixoepadacinta.pt www.cm-freixoepadacinta.pt postoturismo@cm-freixoepadacinta.pt

VIAGEM CURTA

Percurso: Congida-Vilvestre (La Barca)-Congida

Preço único: 5,00 euro

Crianças Menores 4 anos: grátis

*Viagens organizadas nos dias úteis, mediante reserva***

VIAGENS ORGANIZADAS

Preço único: 5 euro

Crianças (menores de 4 anos): grátis

Escolas e Instituições: condições especiais durante a semana

***Para grupo mínimo de 5 pessoas, as viagens são feitas no catamaran.*

Sociedade
Transfronteiriça
Congida - La Barca S.L.



Operador Sociedade Congida - La Barca

Congida por água

Mais 365 razões, tantas como os dias do ano, para vir a Freixo de Espada à Cinta...

A partir da Congida, local emblemático de Freixo de Espada à Cinta, o novo barco panorâmico, de 51 lugares, leva-o(a), ao longo do ano, a uma viagem às maravilhas do Douro Internacional (entre as barragens de Saucelle e Aldeadávilas).
E não é publicidade...

Sociedade
Transfronteiriça
Congida - La Barca S.L.



Informações: postoturismo@cm-freixoespadacinta.pt 00 351 279 653 480 www.cm-freixoespadacinta.pt

Congida por terra

41

E por terra, a Congida, esse grande palco ornamentado pelo Douro, aberto para o lazer, com o aldeamento turístico das 10 moradias do Douro Internacional.

Durma e Sonhe com sossego!

Para informações contactar as Moradias da Congida: 00 351 279 653 018 www.cm-freixoepadacinta.pt moradiasdi@cm-freixoepadacinta.pt





Museu do
Território e da
Memória
Casa da Cadeia

O primeiro Museu Municipal
de Freixo de Espada à Cinta abre as
portas para mostrar e promover a
Cultura, Identidade, Tradições e
História do concelho.

Encerra às segundas feiras.
Informações: Posto de Turismo 00351 279653480

museu regional casa junqueiro

43

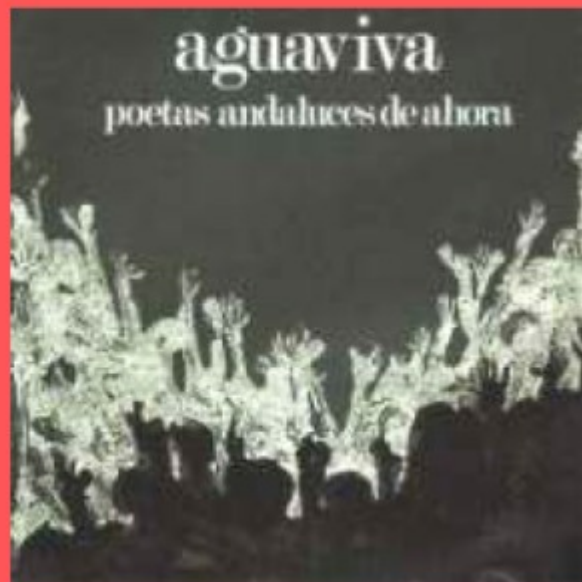
*Localizado no centro histórico de Freixo de Espada à Cinta,
alberga um espólio etnográfico e guarda vivências do Portugal do séc. XIX*

Encerra às segundas feiras. Informações: Posto de Turismo 00351 279653480



uma **pér**  descubra
la **rara**

Freixo de Espada à Cinta



Aguaviva

“Poetas Andaluces de Ahora”

Tiveram projecção nos anos 70 do séc. XX.

Considerados progressistas para a época, cantavam nomes emblemáticos do “cancioneiro” espanhol, como Juan de Loza, Rafael Ballesteros ou Fernando Merlo. “Poetas Andaluces de Ahora”, tornou-se o tema mais conhecido. “Aguaviva” foi considerado, apesar da sua económica existência, o melhor grupo de Folk espanhol.



Freixo Manuelino



Museu Regional Casa Junqueiro

Mostra Etnográfica situada na Casa que foi do pai de Guerra Junqueiro.



Museu do Território - Casa da Cadeia

Uma história. Uma identidade. Uma cultura. Um Museu.



Centro de Artesanato

Oportunidade para apreciar o trabalho da seda ainda vivo em Freixo de Espada à Cinta.

Informações: contacte o Posto de Turismo de Freixo de Espada à Cinta (diariamente das 09h00 às 17h30, domingos 10h00/12h30 e 15h00/17h30)

em rede

47

Espaço Internet:
Biblioteca Municipal e Ludoteca,
Praça Jorge Álvares

www.cm-freixoespadaacinta.pt
<http://artes.ucp.pt/guerrajunqueiro>
<http://adbgc.dgarq.gov.pt>

("Natureza morta com raridades",
J. Heyden, 1712)

Nunca o Mundo esteve tão perto. Sugestões de sites.

Para qualquer emergência ligue 279 653 653, Protecção Civil Municipal

Bombeiros Voluntários Telef. 279 653 230

Centro de Saúde Telef. 279 653 382

Farmácia Guerra Telef. 279 652 344



Fisioterapia

Dias: terça, quarta, quinta, e sexta (09h30)

Local: Piscinas Municipais

Promotor: Câmara Municipal

Hidromassagem

Dia: Quarta

09h30 / 12h30

Local: Piscinas Municipais

Promotor: Câmara Municipal



("Alegoria do Bom Governo", pormenor).

Reuniões do Órgão Executivo quinzenalmente às 10h30.

Outubro: 6 e 20 Novembro: 3, 17 Dezembro: 1, 15 e 29

Sessões da Assembleia Municipal
a definir

Salão Nobre dos Paços do Concelho

As Reuniões do Órgão executivo, assim como as sessões da Assembleia Municipal são públicas.

O Executivo Camarário tem horários específicos para receber os Municípes.

antarcas	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Presidente José Santos		09h00-12h30 14h00-17h30			
Vice-Presidente Pedro Mora		10h00-13h00 14h00-17h30	10h00-13h00 14h00-17h00		
Vereador António Morgado				09h00-12h30 14h00-17h30	

Fora do dia de Atendimento solicita-se agendamento prévio

presidente@cm-freixoespadacinta.pt
vicepresidente@cm-freixoespadacinta.pt
vereadorcultura@cm-freixoespadacinta.pt
chefegabinete@cm-freixoespadacinta.pt
assembleiamunicipal@cm-freixoespadacinta.pt
gabinetecomunicacao@cm-freixoespadacinta.pt
daf@cm-freixoespadacinta.pt
dascdtl@cm-freixoespadacinta.pt
dtouh@cm-freixoespadacinta.pt
contabilidade@cm-freixoespadacinta.pt
biblioteca@cm-freixoespadacinta.pt
informatica@cm-freixoespadacinta.pt

moradiasdi@cm-freixoespadacinta.pt
congidalabarca@cm-freixoespadacinta.pt
aedpa@cm-freixoespadacinta.pt
manuelina@cm-freixoespadacinta.pt
freyxeno@cm-freixoespadacinta.pt
gabineteflorestal@cm-freixoespadacinta.pt
casajunqueirovelho@cm-freixoespadacinta.pt
gabineteturismo@cm-freixoespadacinta.pt
turismo@cm-freixoespadacinta.pt
aprovisionamento@cm-freixoespadacinta.pt

Tabagismo e Alcoologia

“Maus hábitos são mais fáceis de serem abandonados hoje do que amanhã.” (Provérbio)

O uso de tabaco é reconhecido como um dos maiores problemas de saúde pública a nível mundial contribuindo para mortes prematuras e deterioração da qualidade de vida dos que fumam.

Parar de fumar é um benefício em qualquer idade, mas os benefícios são tanto maiores quanto mais cedo se parar de fumar.

Parar de fumar diminui:

- risco de morte prematura. As pessoas que deixam de fumar vivem em média mais 10 anos, quando comparadas com aquelas que continuam a fumar;
- risco de sofrer de uma doença cardiovascular reduz para metade.
- risco de Acidente Vascular Cerebral (AVC) iguala ao risco dos não-fumadores, após 5 a 15 anos;
- risco de doenças respiratórias e cancro começa a diminuir a partir do momento em que se pára de fumar.

Parar de fumar aumenta/melhora:

- A sua energia;
- A sua capacidade de respirar;
- O seu aspecto geral;
- A sua saúde oral;
- As suas economias.

Por todos estes benefícios, PARE de FUMAR!

Consulte o seu médico/enfermeiro de família que o encaminhará para a nossa Equipa de Cessação Tabágica em que irá apoiar/ ajudar a parar de fumar com mais facilidade.

Por uma vida com MAIS SAÚDE e ENERGIA, SEM TABACO!

Equipa Tabagismo: Dr. Lemos, Enf. Liliana, Enf. Sónia, Dra. Daniela Sousa, Dra. Catarina Chaves e o seu Médico de Família



"Absinto", Edgar Degas, 1876

"Para resistir, não basta dizer não: desejar é preciso." Augusto Boal

Após aquele excesso de álcool que beberam, não parou para pensar e perguntar-se: "Será que bebo demais?"
O alcoolismo é considerado uma doença complexa que afecta o corpo, a mente, a família, a vida social e ocupacional da pessoa afectada. O álcool cria dependência física e psíquica.

O álcool é responsável por:

Cirrose Hepática;

Hepatite;

Úlceras Gástrica e Duodenal;

Cancro (ex: boca, aparelho digestivo e respiratório, mama, ...);

Acidente Vascular Cerebral (AVC);

Suicídio e Depressão;

Acidentes de viação, de trabalho ou até mesmo quedas;

Violência.

Se acha que bebe demais consulte o seu médico/enfermeiro de família. Se os profissionais de saúde acharem que necessita de ajuda irão encaminhá-lo para a Equipa de Saúde - Alcoolismo que o irá ajudar/apoiar ao parar de beber.

O tratamento da doença do alcoolismo requer um esforço cooperativo.

Equipa Dependência — Álcool: Dra. Liliana, Enf. Liliana, Dra. Catarina Chaves e o seu Médico de Família

www.cm-freixoespadacinta.pt
geral@cm-freixoespadacinta.pt



P a t r i m ó n i o v i v o

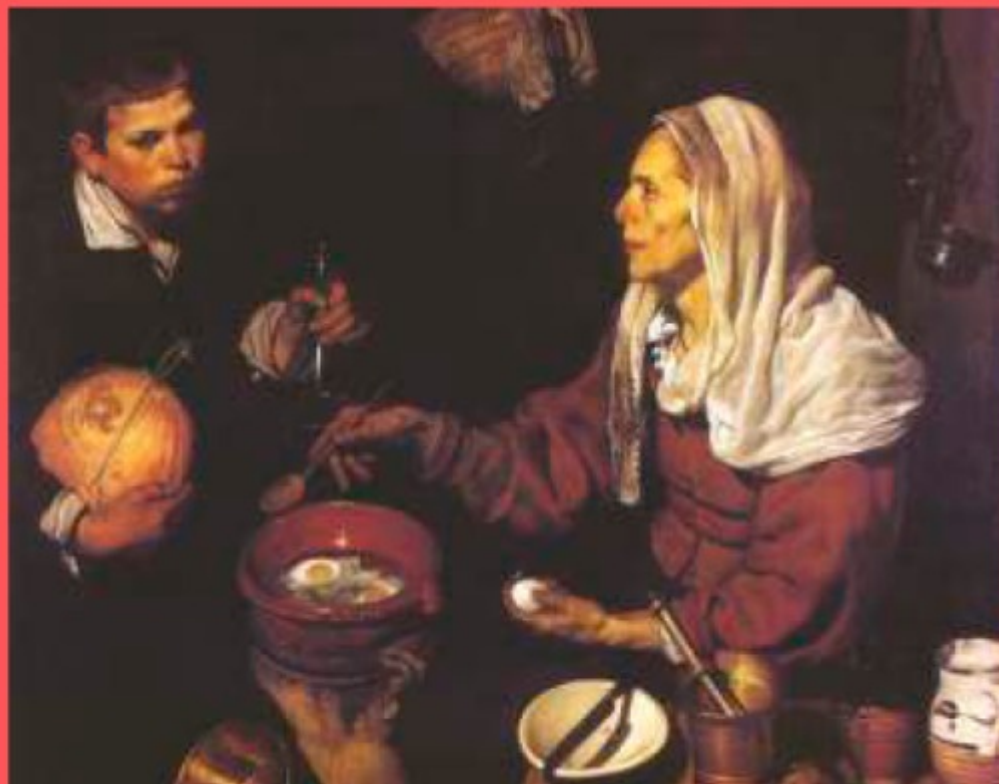
boa vi(n)da

Purê de Maçãs

Receita extraída do livro "Trás-os-Montes à Mesa", da Sr^a D^a Isabel Gomes Mota

Ingredientes:

1 Kg de maçãs
2 Paus de canela
250 gr de açúcar
5 dl de água



Receita:

Descasque as maçãs e retire-lhe as pedúnculos.

Leve-as a cozer com a água, o açúcar e os paus de canela. Quando estiverem cozidas coloque-as numa taça e polvilhe-as com canela.

(Pode também fazer purê de pêra. É excelente para rechear doces ou para acompanhar carne assada.)

Avenida	279 652 281	A Cave	279 653 146	Arco Íris (Lagoaça)	279 649 147	Pastelaria Miminho	914 081 837
Bom Retiro	279 652 259	Cinta d'Ouro	279 652 550	Sotua	279 652 172	Etc	279 107 610
Central (Lagoaça)	279 649 140	Fragata	279 652 348	Ribeiro (Lagoaça)	279 648 029	Estrela (Ligares)	279 669 124
Excentricidades	279 653 140	Café Bombeiros	964 457 714	Bata	279 652 628	Girassol (Poiars)	279 653 211
Casa Rural de Lagoaça	279 649 483	Marrão-Planeta	279 653 130	Portela (Poiars)	279 652 413	Xangai	279 652 247
O Zé (Fornos)	279 649 169	Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça)	279 649 123	Rampinha	279 653 187-963 743 365		
Zona Verde	279 653 144	Central (Ligares)	União (Mazouco)	279 652 637	Miradouro (Lagoaça)	279 649 189	
Associação Desportiva e Cultural de Fornos	279 649 178	Associação Desportiva e Cultural de Ligares	279 669 268				
		Clube de Caça e Pesca de Freixo de Espada à Cinta					

Casa do Conselheiro (turismo de habitação) 279 653 439 / 933 123 599

Restaurante Bom Retiro 279 652 259 *Churrasqueira Luanda* 279 652 738

Restaurante Cabana 279 653 495 *Restaurante Cinta d'Ouro* 279 652 550 *Café O Regional (Congida)* 279 653 371

Casa Rural de Lagoaça 279 649 483 *Restaurante Etc* 279 107 610 *Rampinha* 279 653 187-963 743 365

Zona Verde 279 653 144 *Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça)* 279 649 123

Restaurante Quinta da Barca (Lugar do Janamigo, estrada de Barca d'Alva) 964 415 209

Moradias do Douro Internacional (Congida) 279 653 018

Casa do Conselheiro (Turismo de Habitação) 279 653 439 / 933 123 599

Quinta da Ferradosa (Turismo Rural) 279 653 293 / 937 653 293

Quinta do Salgueiro (Turismo Rural) 279 652 007 / 961 166 460

Residencial Cinta d'Ouro 279 652 550

Residencial Fatibel 279 658 090

Casa Rural de Lagoaça 279 649 483

Estalagem Soeiro Meireles (Lagoaça) 279 649 123

Aldea Duero (Salto de Saucelle) 0034 923 513 175

Terra d'Alva (Barca D'Alva) 96 96 73 800

Auditório Municipal	Ext. 372	279 658 160	Cartório Notarial	279 658 100
Coopafreixo (coop. Azeite e azeitona)		279 652 668	Escola EB 2/3 de Freixo	279 652 828
Adega Cooperativa FEC		279 653 088	Delegação de Finanças	279 653 337
Associação de Artesanato		279 658 190	GNR	279 653 323
Associação Banda de Música		931 435 960	Piscinas Municipais	279 653 258
Biblioteca Municipal		279 653 445	Pavilhão Gimnodesportivo	279 653 433
Câmara Municipal de Freixo		279 658 160	P. Informação Transfronteiriça	0034 923 513 164
C. M. de Freixo (DASCDTL)	Ext. 328	279 658 160	Protecção Civil	279 653 653
C. M. de Freixo (Arquivo)		279 652 886	Posto de Turismo	279 653 480
C. M. de Freixo (G. Florestal)	Ext. 374	279 658 160	Santa Casa da Misericórdia (Freixo)	279 653 016

Junta de Freguesia de Fornos	279 649 126
Junta de Freguesia de Freixo	279 653 485
Junta de Freguesia de Lagoaça	279 649 396
Junta de Freguesia de Ligares	279 669 268
Junta de Freguesia de Mazouco	279 653 429
Junta de Freguesia de Poiares	279 653 491

Freixo-Porto

07h00m todos os dias *

Freixo-Lisboa

07h00m todos os dias *

* A partir do cruzamento.

Recomenda-se estar na Estação 15min antes do horário previsto

Porto-Freixo

14h30m (sábados, Domingos e Feriados)

15h00m (segunda a sexta)

18h00 à sexta, até ao cruzamento

Lisboa-Freixo

08h00 de segunda a sexta

11h00m (sábados, Domingos e Feriados)

19h00 à sexta

ficha técnica

Título: *Manuelina, Agenda de Freixo de Espada à Cinta*

Ano: VIII Número: XXXI Outubro/Novembro/Dezembro (2010)

Edição e Propriedade: Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta

Director: Presidente da Câmara Municipal

Coordenação: João Paulo Castanho

Composição gráfica e Impressão: Imediático - Publicidade e Artes Gráficas, Mogadouro

Tiragem: 2500 exemplares

Capa: *Cavalo de Mazouco* - (Foto Imediático)

Distribuição Gratuita

A Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta não se responsabiliza por qualquer alteração imprevista das actividades e horários constantes da agenda.

Se pretende divulgar alguma actividade contacte-nos até ao dia 5 de Dezembro



www.cm-freixoespadacinta.pt