

## Editorial

Para muitos, a Folha Fojeira é apenas um jornal. Para mim, será sempre um legado, e é por isso que me é tão especial escrever estas palavras hoje.

Escrevo com o coração apertado e um orgulho imenso por tudo o que foi construído nos últimos anos. Orgulho pelas vezes em que fizemos tanto com tão pouco, pelas vezes em que, mesmo sem saber exatamente como, conseguimos pôr tudo de pé, por vezes em tempo recorde, outras à custa de noites longas e algumas discussões.

Foi um trabalho muitas vezes invisível, mas sempre presente. Esteve nas horas passadas a pensar na próxima atividade, nos detalhes da decoração que poucos notavam, mas que nos consumiam tempo, dedicação e cuidado. Esteve também nas horas gastas a pensar em como melhorar, na vontade constante de fazer mais e melhor, mesmo quando parecia não haver muito por onde começar.

Fazer pelos Fóios será sempre o mínimo quando se trata da nossa casa. Nunca se esqueçam disso.

Os Fóios são como uma planta: precisam de ser regados com amor, lealdade e coragem

para continuarem a crescer.

Obrigada a todos os que, nos últimos três anos, ajudaram estes miúdos a fazer acontecer, sempre. Obrigada aos que disseram: “fazemos na mesma, não se preocupem, estamos cá nós”. Preocupámo-nos, sim, mas tivemos sempre quem nos acalmasse e ajudasse. Há três anos não imaginávamos o quão valiosa, transformadora e necessária uma associação podia ser.

Despeço-me agora do cargo de presidente para o entregar a alguém tão apaixonado pelos Fóios como eu. Faço-o com a tranquilidade de quem sabe que deu tudo o que tinha.

Obrigada a todos, e em especial ao Filipe, nada disto teria sido possível sem ele. Tudo começou há três anos, sentados no meu café, a escrever numa folha velha a lista, esse dia resultou nos últimos anos.

Os amigos não se afastam por causa das discussões, crescem com elas, aprendem a compreender-se e a amar ainda mais.

Foi um privilégio poder escrever um bocadinho da história dos Fóios.

E, na verdade, será sempre um gosto.

*Joana Fernandes*

# ÓRGÃOS SOCIAIS TRIÊNIO 2026-2028

Decorreram, no passado dia 11 de Janeiro, as eleições dos novos órgãos sociais para o triénio 2026-2028.

Apresentou se apenas uma lista composta pelos membros descritos na imagem.

É com muito orgulho e muito sentido de responsabilidade que renovamos a lista em funções anteriormente, com novos membros, jovens e com muita vontade de contribuir para o associativismo na nossa terra!

Prometemos trabalho, compromisso com todos os fojeiros, especialmente nossos sócios, inovação, e vontade de melhorar o que há para melhorar, com sentido crítico do que foi menos bem feito ou que tenha ficado por fazer no triénio anterior.

O Grupo, desde sempre, funciona porque os sócios o apoiam e participam nas atividades do mesmo, não é independente e sabemos perfeitamente que sem os sócios não existiria, tanto pelo apoio como pela motivação que nos dão para fazer mais e melhor. E por isso vimos apelar também ao vosso sentido crítico para que nos ajudem, de forma construtiva, a melhorar. Somos jovens e é de louvar a vontade que temos de fazer mais e melhor pelos Fóios.

O Grupo é “vosso”, é dos “nossos” pais e avós que o criaram, e é dos “nossos” filhos, que tal como “nós” na idade deles, ainda não sabem a sorte que têm.

Pelos Fóios, prometemos trabalho!



## Próximas atividades

- **Desfile de Carnaval** - 16 Fevereiro
- **“Torneio” de Bingo** - 16 Fevereiro
- **Peddy Paper** - 3 Março
- **Torneio de Sueca** - 3 Março
- **Jantar da Mulher** - 7 Março

## Atualização das Quotas - Informação -

Informam-se os Sócios do Grupo Cultural e Desportivo de Fóios que irá haver no dia 31 de Dezembro, a possibilidade de efetuar o pagamento de quotas, que se irá realizar na Biblioteca do Centro Cívico dos Fóios, junto de um dos membros do G.C.D. Fóios. Ainda que não seja possível pagar na Biblioteca, podem recorrer a um dos membros e solicitar informações.

Informam-se, ainda, que no ano de 2025, o Grupo irá, no Carnaval, Páscoa, Verão, Castanhas e Natal, estabelecer um dia, por época, para os sócios efetuarem o pagamento das quotas.

Relembramos que para regularizarem a situação em dívida, podem pagar presencialmente a um membro do Grupo, através de Transferência Bancária para o IBAN **0035 0702 0001 7443 43021** ou, ainda, por Mway para o número **960050592**.

O Grupo deseja um Santo e Feliz Natal a todos os Sócios, Familiares e Amigos

**Viva os Fóios!**

**QUOTAS**  
Grupo Cultural e Desportivo Fóios

**PACK INDIVIDUAL**  
12€ por sócio

**PACK CASAL**  
20€ - preço por casal

**PACK FAMILIAR**  
20€ casal  
Filho até aos 12 anos - Não está sujeito a pagamento  
Filho dos 12 anos, inclusive, até aos 18 anos, inclusive - Meio sócio (6€)

Independente do pack escolhido, todos os novos sócios ficam sujeitos ao pagamento de 10€ de inscrição.  
Nota: Os packs apresentados entram em vigor em 2025 e não têm efeitos em quotas em 2026.

## CAPEIA 2025

A Capeia deste ano correu da melhor forma possível. Nós, os mordomos da Capeia de 2025, queremos agradecer de coração a todo o povo dos Fóios pelo apoio, pela presença e pela força que nos deram ao longo de todo o trabalho.

Graças à generosidade e participação de todos, conseguimos não só pagar todas as despesas da Capeia como ainda sobrou dinheiro. No total, ficaram 3.230 euros. É um orgulho enorme para nós poder dizer isto e sentir que a tradição continua viva e forte, sempre com o apoio da nossa comunidade.

Queremos também deixar um agradecimento muito especial ao ganadeiro, que colaborou conosco de forma impecável, e a todas as pessoas que ajudaram desde quem trabalhou, quem apoiou, quem ofereceu o seu tempo, até quem simplesmente marcou presença. Cada gesto contou e fez a diferença.

Que tudo vos corra tão bem ou ainda melhor.

**Foi um prazer servir-te, Fóios.  
Viva os Fóios!**

*Guilherme Romão, Maria Nunes,  
Rodrigo Carrilho, Sara Gasmão*

## ATLETISMO 2025

No dia 17 de agosto, realizaram-se também as tradicionais corridas de atletismo, um momento sempre muito aguardado pelas crianças e por todos os que gostam de participar e apoiar esta atividade.

Apesar de ser uma prova simples, contou com a presença de várias crianças que deram o seu melhor, enchendo a tarde de animação e espírito desportivo. Queremos dar os parabéns a todos os participantes, pela vontade, pela alegria e pelo esforço demonstrado, e também um agradecimento especial a quem, ano após ano, vem sempre ajudar, apoiar ou organizar estas corridas.

Parabenizamos igualmente os vencedores das diferentes categorias, que mostraram grande energia e entusiasmo.

Mais uma vez, foi um momento bonito, que reforça a importância de manter vivas as atividades que animam o verão nos Fóios e aproximam a comunidade.

## Negócios nos Fóios

### MARISA NABAIS

Olá a todos!  
Quero partilhar convosco a alegria que tenho em reabrir o meu espaço de estética, agora aqui nos Fóios. Tirei o curso há muitos anos e, entretanto, tive um negócio noutra aldeia, onde fui ganhando experiência e muito gosto por esta área. Depois de algum tempo parada, senti que estava na altura certa para voltar e nada me deixou mais feliz do que poder fazê-lo na nossa terra.

No meu espaço podem contar com serviços de estética variados: unhas, depilações e outros cuidados de beleza que faço sempre com dedicação e atenção ao detalhe. Apesar de ser um projeto recente aqui nos Fóios, a adesão tem sido maravilhosa. Sinto-me mesmo acarinhada e só posso agradecer a todas as pessoas que já me visitaram e confiaram no meu trabalho.

É um enorme orgulho poder ajudar a dinamizar mais a aldeia e contribuir para que os Fóios continuem vivos, ativos e cheios de movimento. Obrigada, de coração, por me receberem

tão bem nesta nova etapa.

*Com carinho,  
Marisa Nabais.*

### MARISOLBOHO CERÁMICAS

Olá Fojeiros,  
Muitos de vocês já nos conhecem, uns por nós, Marisa e Jéssica, do Ti Zé Gana, outros por Alemãs. Trouxemos o nosso negócio de cerâmica, a Marisol.

Criamos peças artesanais únicas, feitas à mão, para decorar a casa, guardar momentos especiais ou oferecer como presente. Cada peça é feita com cuidado e atenção ao detalhe, trazendo beleza, personalidade e carinho a quem a recebe.

*Com carinho, Marisol.*

### MASSAGENS

Olá Fojeiros,  
Sou a Marisa e trago-vos o meu espaço de massagens e bem-estar.

Ofereço serviços de massagens relaxantes e desconstruturantes, pensadas para aliviar tensão, cuidar do corpo e proporcionar

momentos de bem-estar. Cada sessão é personalizada, adaptada às necessidades de quem recebe, num ambiente calmo e acolhedor. O meu objetivo é que saiam renovados, com corpo e mente em equilíbrio, prontos para enfrentar o dia com mais leveza e energia.

*Marisa*

### PADARIA PASCOAL

Os Fóios tem o privilégio de contar com os serviços de uma padaria, nomeadamente, Padaria Pascoal. Esta padaria tem um funcionamento de segunda a sábado, sendo domingo o seu dia de descanso. Para além de baguetes, a grande tentação é o pão espanhol, bastante conhecido, para além de delicioso! Para além do pão, fazem bolos, fantásticos.

Nas épocas festivas têm produtos específicos, como serve de exemplo, o bolo dos santos, na data festiva de 1 de novembro.

Podem sempre contactar ou dirigir-se à loja física, na Rua da Fonte.

Apoiem, sempre, o comércio local.

## PORCO NO ESPETO

No passado dia 17 de agosto de 2025, o Grupo Cultural e Desportivo de Fóios, em colaboração com os mordomos da Festa de 2025, organizou mais uma edição do tradicional Porco no Espeto. O evento decorreu num ambiente de grande convívio e correu verdadeiramente às mil maravilhas. Desde cedo, começaram a chegar pessoas de todas as idades, criando aquela animação tão típica dos Fóios quando a comunidade se junta. O porco no espeto fez as delícias de todos, e a adesão foi enorme, mostrando mais uma vez que a união e o espírito de partilha continuam bem vivos na nossa terra.

O Grupo Cultural e Desportivo de Fóios

e os mordomos da Festa de 2025 agradecem a toda a população pela presença, pelo apoio e pelo carinho demonstrado. É graças a este envolvimento que festas e tradições como esta continuam a ter força, dando vida à aldeia e reforçando os laços entre

todos.

Correu tudo muito bem, boa comida, boa disposição e, sobretudo, boa gente. Mais um momento que fica na memória e que mostra que, quando os Fóios se juntam, o sucesso está sempre garantido.



## FESTAS EM HONRA DO SANTÍSSIMO SACRAMENTO E S.PEDRO 2025

A Comissão das Festas de São Pedro e do Santíssimo Sacramento de Fóios 2025 procedeu à realização das contas.

As despesas totalizaram 47.682,29 €, e as receitas atingiram 61.019,29 €, resultando assim num saldo positivo de 13.337 €.

Queremos expressar o nosso mais sincero agradecimento a todos os habitantes e amigos de Fóios que contribuíram, de uma forma ou de outra, para o sucesso das festas.

Seja através de apoio financeiro, de trabalho voluntário ou simplesmente pela presença e entusiasmo, cada gesto fez a diferença.

Um agradecimento especial a todos os que ajudaram no bar, na instalação das decorações, no embelezamento e organização da igreja, e em todas as outras tarefas que tornaram estas festas possíveis e memoráveis.

Queremos também deixar um agradeci-

mento muito especial ao Padre Américo, pelo seu acompanhamento, dedicação e presença constante em todos os momen-



tos das festas. A sua colaboração e apoio espiritual foram fundamentais para o sucesso destas celebrações.

Informamos ainda que o detalhe completo das contas, com a indicação das contribuições e apoios recebidos, estará brevemente disponível para consulta na Junta de Freguesia e nos bares da aldeia.

Com a colaboração e o espírito solidário de todos, conseguimos celebrar São Pedro e o Santíssimo Sacramento com alegria, união e orgulho pela nossa terra.

O saldo positivo de 13.337 € será utilizado de forma responsável e benéfica, em prol da igreja, da vida da aldeia e das futuras celebrações, sempre com o objetivo de continuar a valorizar e fortalecer a nossa comunidade.

Desejamos à Comissão das Festas de 2026 muito sucesso, união e que tudo corra pelo melhor na organização das próximas festas!

Bem-haja a todos!

*Comissão das Festas de São Pedro  
e do Santíssimo Sacramento  
de Fóios 2025*

## DECORAÇÕES DE NATAL

Este ano, o Grupo Cultural e Desportivo de Fóios optou por apostar em decorações de Natal sustentáveis e cheias de significado. Todas as decorações foram feitas à mão, com materiais simples e reutilizados, dando um toque especial e consciente à quadra natalícia.

No dia 1 de novembro, realizámos uma atividade

muito especial com as crianças de Fóios, que participaram com alegria, criatividade e muito entusiasmo. Foi um momento bonito de convívio, aprendizagem. No dia 30 de novembro, decorámos os espaços, montámos o presépio e embelezámos a aldeia com as decorações realizadas. Parte dessas decorações foi também enviada para o lar, levando um pouco do nosso Natal e carinho a quem lá se encontra.

A todos os que participaram e ajudaram, o nosso sincero agradecimento.



**DIAS ESPECIAIS NO LAR DE S. PEDRO**

**ABRIL - Páscoa**



**JULHO - Dia dos Avós**



**MAIO - Dia da Mãe**



**AGOSTO - Copeia**



**Festa da Família**



**SETEMBRO - Lanche na Piscina de Fóios**



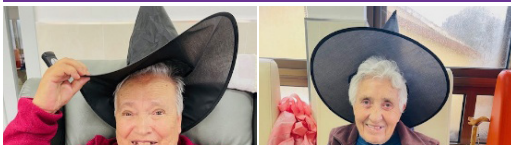
**Lanche no Trutalcôa**



**Dia da Espiga**



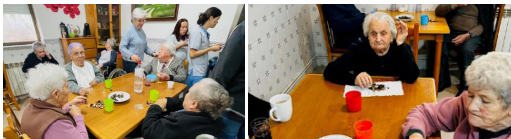
**OUTUBRO - Dia das Bruxas**



**JUNHO - Dia Mundial do Piquenique**



**NOVEMBRO - Dia de São Martinho – Magusto**



**Dia de S. Pedro - Sardinhada**



**Doce de Abóbora**



Vera Carrola e Berta Gonçalves



**A Junta de Freguesia Informa...**

**MENSAGEM DE NATAL DA JUNTA DE FREGUESIA**

O ciclo da vida cumpre-se, e assim chega o mês mais mágico do calendário... é tempo de dar graças por tudo aquilo que nos une enquanto comunidade: solidariedade e amizade.

É também o momento certo para agradecer a confiança que depositaram nesta equipa. Continuamos a acreditar e a sonhar que é possível fazer mais, e reiteramos o compromisso de continuar a trabalhar em prol do bem comum. Queremos continuar a fazer da nossa freguesia um lugar onde diferentes gerações convivem, partilham experiências e se sentem valorizadas.

No entanto, uma comunidade só prospera quando todos estão unidos e colaboram ativamente. Por isso, gostaríamos de aproveitar esta mensagem de Natal para encorajar cada um de vós a envolver-se ainda mais na construção do nosso futuro. Participem nas atividades locais, façam sugestões, partilhem as vossas ideias e preocupações connosco. Com o empenho de todos e reforçando os laços que nos aproximam, conseguiremos o melhor para a nossa terra.

Nesta época de emoções fortes, estes são os desejos do nosso coração para toda a nossa comunidade: felicidade, amor, paz e união. Que a luz do Natal ilumine os nossos caminhos para continuarmos, juntos, a aprender, a crescer e a superar os desafios que nos aguardam no novo ano que está a bater à porta.

**Desejamos a todos Boas Festas e Feliz Ano Novo!**

O Executivo da Junta de Freguesia

**Torneio da Bolota**



Aqui nasce o Rio Côa  
Com toda a sua beleza  
Mesmo à beirinha de Espanha  
Na linda Serra das Mesas

Redação e Administração:

Grupo Cultural e Desportivo de Fóios

JANEIRO 2026 . Nº 76  
Tiragem: 200 ex.

Composição e Impressão :  
www.criartecoadesign.com



Grupo Cultural e Desportivo de Fóios



@gcdFóios



gcdFóios@gmail.com

