



Tu,
que passeias na rua sem olhar,
que olhando, não vês nada em teu redor,
detém-te por um minuto, devagar
naquele que te espelha a sua dor.

Sai dessa vidinha sossegada,
abraça o sabor do improvisado,
empresta algo de ti, um simples nada,
arrisca-te a fazer o que é preciso.

Dispensa uns minutos do teu dia,
procura a felicidade de outro ser,
por certo entenderás ser esta a via
por que vale a pena o teu viver.



Se não pensares nos outros, nada tens.
Daquilo por que lutas na verdade
O sorriso do outro é o que reténs
E que completa a tua felicidade.

Apoia uma criança, um velho, um amigo,
faz da tua luta um baluarte,
a solidariedade está contigo,
quicá ela possa estar em toda a parte ...

Mjcepeda



VIDA ATIVA



ARPIFC Nº. 55

Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia de Cacilhas



VERÃO ENFERMO

Relembro os antigos verões do meu contentamento, o sol, a praia, os amigos, e o quão falta me fizeram neste 2021 de desalento.

Embora mais aberto, por força da pressuposta acalmia do vírus, não consegui aproveitar a possibilidade que me era ofertada, pois uma enfermidade bateu-me à porta, instalou-se no meu sofá e perpetuou-se no tempo.

Assolou-me uma tristeza abrangente, uma revolta surda questionando porquês, e dediquei os meus dias a combater uma força que me tolhia os movimentos e obstava a que me pudesse mexer, trabalhar, amar

Então foi a cama do hospital, as dores prementes a cada momento, a solidão de não ter visitas, o teto branco, o barulho ensurdecedor do silêncio da noite.

Os dias foram passando, a medicação permitia um leve sossegar, e a inquietude do resultado dos próximos exames eram a companhia constante naquele quotidiano sonolento.

Agora, numa luta diária contra a enfermidade, peço a Deus dias melhores, que o mal pereça célere e me livre deste tormento inglório, para poder voltar a ser eu, feliz, disponível, realizada!

Mjcepeda





A juventude não é um período de vida, é um estado de alma, um efeito da vontade, uma qualidade de imaginação, uma emoção desperta, uma vitória da coragem sobre a timidez, do gosto da aventura sobre o marasmo.

Não é velho aquele que vive muitos anos, mas é velho aquele que deixou para trás o seu ideal. Os anos enrugam a pele, mas a renúncia ao ideal enrugam a alma. Preocupações, dúvidas, temores e desesperos são os inimigos que, de mansinho, nos vão empurrando para a terra e nos reduzem a poeira, antes do fim.

Jovem é aquele que se admira e se maravilha, que pede como criança insaciável, desafia os factos e alegra-se com o jogo da vida.

SER VELHO



Cada um de nós é tão novo quanto a sua fé, tão velho quanto as suas dúvidas. Tão novo quanto a confiança em si próprio e a sua esperança e tão velho quanto a sua fraqueza.

Serás jovem enquanto sentires a beleza, a bondade e a imensidão do mundo. Sentires as mensagens do mundo, do homem, da natureza.

No dia em que o coração for mordido pelo pessimismo e roído pelo cinismo, Deus tenha piedade do nosso coração de velho! *Mjc (adaptado de Gen. Mac Arthur)*

nós por cá



Realizou-se no passado dia 24 de setembro de 2021, a Assembleia Geral de Prestação de Contas da ARPIFC relativa ao exercício de 2020 e apraz-nos registar a enorme participação dos sócios, pelo que queremos agradecer a sua disponibilidade.



Chegaram as eleições, e com elas a possibilidade de escolhermos os representantes na autarquia. Mais uma vez a abstenção foi imensa. Quando é que aprenderemos que tudo isto tem a ver connosco, pois mais tarde ou mais cedo iremos reclamar de ações para as quais não colaborámos? Ficam-nos os ensinamentos.

**VISITE A ARPIFC
A SUA ASSOCIAÇÃO DE CACILHAS**



Folha processada com os recursos informáticos da ARPIFC
Da responsabilidade da Direção
Publicação trimestral (se possível)
Escrevam qualquer coisa para publicar
nos próximos números