



## Ser médico: uma realidade difícil e uma profissão cada vez menos cor de rosa

**Destaque.** Carga horária intensa e falta de tempo para vida familiar são apenas algumas razões apontadas por Ana Simões, Hélder Morgado e Tiago Santos para o desalento da classe médica e desvalorização da profissão. p4-6

4500 ESPINHO

### Igreja Matriz já enche a alma à comunidade

Reabertura trouxe novidades e as obras foram elogiadas por todos. p7

4500 ESPINHO

### Envolvente à Villa Manuella com fim à vista

Obra teve atraso de três meses, mas deverá estar pronta até ao fim do mês. p9



### Os cofres continuam vazios!

Opinião de Tito Miguel Pereira p13

INVESTIGAÇÃO

**Diana Ferreira:** antiga aluna de Espinho luta por maior sustentabilidade na indústria têxtil p23

DEFESA-ATAQUE

**SC Espinho-Lamas** é o prato forte da jornada p15



NATAÇÃO

### São poucos, mas bons

Masters do SC Espinho querem ganhar títulos e chegar ao nadador especialista. p16 e 17

RESERVE JÁ  
227 335 500  
JANTAR ESPECTÁCULO



# CASINO ESPINHO LUSITÂNIA

≡ THE SHOW ≡

TODAS AS SEXTAS E SÁBADOS

 SOLVERDE  
CASINOS-HOTELS

## visto daqui



# feira semanal

— Factos e figuras da semana

## DESTAQUE

### 4 a 6 | Médicos em luta

Profissionais de saúde fazem retrato duro da profissão e esperam por nova realidade.

## 4500 ESPINHO

### 7 | Igreja renovada vai servir a comunidade

Bispo do Porto dedicou o novo altar com mensagem de que a igreja será para "pregar uma fé amorosa" e para "celebrar a alegria".

### 8 | Patinhas Sem Lar continua a aguardar resposta do Município

Associação resgatou cinco gatos numa casa no Rio Largo em situação deplorável.

### 8 | Anta. Utentes não querem unidade de saúde na Ponte de Anta

Associação de Defesa dos Utentes de Saúde de Anta concluiu que 320 utentes estão "contra a mudança das instalações".

### 9 | Obras. Envolvente à Villa Manuella deverá estar pronta até ao final do mês

### 10 | Piso danificado do parque da Piscina Municipal irrita espinhenses

## 4500 FREGUESIAS

### 11 | Paramos. Obras no Centro Empresarial já estão em ritmo de cruzeiro

Ultrapassados os constrangimentos dos licenciamentos, equipamento deverá estar concluído até ao final de dezembro.

## PESSOAS & NEGÓCIOS

### 12 | A Bolota: novo espaço de festas espera ser opção para espinhenses

A pensar maioritariamente nos mais pequenos, espaço está também disponível para festas de adultos.

## DEFESA ATAQUE

### 15 | Futebol. SC Espinho quer regressar às vitórias contra o rival União de Lamas

Turma de João Ferreira procura a primeira vitória desde o início de março.

### 16 e 17 | Natação. Masters tigres dão braçadas para conquistar títulos

Nadadores ainda são poucos, mas os brilhantes são alcançado semana após semana nas provas em que participam.

### 18 | Futsal feminino. Novasemente GD está confiante em ultrapassar o play-off

Derrota com as leões impõe vitória às antenses no jogo de sábado, em Cassufas.

### 19 | Rio Largo continua em três lutas

Equipa ainda não desiste da luta pelo título e é uma das poucas a poder conquistar os três troféus.

## OFF

### 23 | Entrevista: Diana Ferreira e sua investigação pela sustentabilidade da indústria têxtil

### EDITORIAL Nuno Oliveira

## Emoções fortes

Noutros tempos, cantar a música "domingo saio de casa para ver preto e branco...", (entoada vezes sem conta pelos adeptos do SC Espinho), traria um significado diferente. O velhinho Estádio Comendador estaria completamente a rebentar pelas costuras para receber os vizinhos U. Lamas.

As colunas enferrujadas pela maresia entoariam o nome dos atletas sem nunca falhar a constituição das equipas e o hino imortal do clube. De lados opostos, uns a lutarem contra o sol, outros revoltados com a sombra, o campo enchia-se de emoções que, muitas vezes transbordavam em reações mais enérgicas contra os senhores do apito. Antes de entrar era preciso tirar bilhete nas minúsculas bilheteiras onde lá dentro os cobradores desdobravam-se entre trocos e bilhetes. Também cá fora os cafés vendiam cerveja a um ritmo elevado enquanto muitos entoavam cânticos e envergavam as camisolas pretas e brancas com o tigre sempre em destaque.

O saudosismo tem este problema. As memórias que tinha de ir ver grandes jogos ao Comendador, pela mão do meu pai e do meu avô, toldam os sentimentos e a visão que tive quando calquei muitas vezes o relvado em contexto profissional.

Não há dúvidas nenhuma que o velhinho Estádio já não tinha praticamente condições mínimas para acolher desafios de futebol. Sem casa e sem um lugar fixo, é conhecida a história recente do clube vareiro. Atualmente, em Nogueira da Regedoura, foi encontrado um lugar estável e seguro para os adeptos verem o Espinho. Mas falta sempre aquele lugar de pertença. O cheiro a maresia não chega lá e, por mais esforço que a população faça para ir até lá, parece que falta sempre a ligação umbilical à cidade.

Depois de ter visto lançamentos de primeiras pedras, da última vez pareciam estar reunidas as condições para surgir uma nova infraestrutura. Contudo, pela ausência de obras e de explicações, o processo parece estar hipotecado e é necessário efetuar mais um jogo de cintura para assegurar um lugar a que possam finalmente chamar casa.



### Renovação Igreja

Há muito que a Igreja Matriz de Espinho reclamava por obras de fundo. O projeto finalmente avançou e o espaço abriu novamente portas aos fiéis. A requalificação, efetuada com fundos privados e donativos, garante um local melhorado e capaz de servir os mais e também os menos devotos.



### Clássico

Domingo é dia de emoções fortes no mundo futebolístico. O SC Espinho recebe o líder U. Lamas e só uma coisa importa: a vitória. Em caso de derrota o segundo lugar fica hipotecado e é um adeus praticamente definitivo ao sonho de chegar ao primeiro lugar.



### RECAFE

A zona envolvente do RECAFE encontra-se num elevado estado de degradação. O trampolim para as crianças há vários dias que está submerso, os escorregas apresentam falhas nos materiais e as ciclovias continuam a ser utilizadas por ciclistas em velocidade excessiva colocando em perigo os que tentam desfrutar dos espaços.



**SOLVERDE.PT**  
CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

**25 FREE SPINS  
NO REGISTO**

**100€** BÓNUS DE  
BOAS-VINDAS  
100% ATÉ 100€



**SÃO JOGOS  
POR TODO  
O LADO**

18+ JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.  
TERMOS E CONDIÇÕES APLICÁVEIS



# destaque

## MÉDICOS



## Exaustos e desiludidos: médicos ambicionam nova realidade laboral

**Parece já não ser um sonho para muitos.** A profissão de médico que, no passado, era uma das mais respeitadas no país, vive uma das fases mais negras da sua história. Não é novidade que a classe está exausta e as horas de trabalho roubadas ao tempo em família parecem ser um dos principais problemas apontados para os profissionais na área da saúde.

LISANDRA VALQUARESMA

Tiago Santos tem 39 anos e é otorrino. Escolheu medicina “por mero acaso” e admite que nunca foi um sonho de infância nem um apelo interior. Como gostava de pessoas e de se relacionar com elas, candidatou-se “como um desafio para ver se conseguia”. Entretanto, passaram-se 22 anos e Tiago encontrou na profissão um gosto que mantém. “No início do curso, dizia que queria ser cardiologista, depois mais para o fim queria ir para oftalmologia, mas depois de ter feito o exame de

acesso à especialidade e de ver que vagas é que teria potencialmente à escolha, fui-me interessando cada vez mais por otorrino”, revela. “Fui achando cada vez mais piada pela diversidade técnica, tanto cirúrgica como médica. Tratamos ouvidos, nariz, garganta e todas as doenças do pescoço, o que é interessante e não muito maçador”.

Para Tiago Santos, a profissão de médico “acaba por ser definidora” dos seus profissionais “pela exigência, tanto técnica, como intelectual que traz”. Destaca o facto de ser absorvente e de haver, cada vez

mais, a preocupação em encontrar o equilíbrio, algo que não dispensa.

À medida que fui amadurecendo e constituindo família, consegui, não tirando a importância da profissão, dar espaço à vida e, hoje em dia a expressão *work life balance*, que é muito utilizada, é importante.

Curiosamente a minha geração ainda não é a geração do *work life balance*, mas a geração mais nova, já depois de 95, é muito associada a isso”, defende Tiago, não escondendo que o procura fazer.

“Continuo a fazer um esforço e a lutar contra a minha própria na-

tureza para ter tudo no seu devido lugar, sem descuidar as obrigações da profissão. Apesar de trabalhar em diferentes locais, tenho a vida bem encaixadinha para ter espaço e não chegar a casa demasiado tarde, por exemplo. Tenho filhos de 4 e 7 anos e se eu não estiver agora em casa, daqui a dez ou 12 anos eles vão à vida deles. Portanto, nessa altura eu vou poder continuar a dar muito à profissão e agora, se calhar, eles precisam mais de proximidade”.

Tal como Tiago, Ana Simões também não passou a infância a sonhar ser médica. A conhecida ex-ginasta e campeã do mundo em trampolins sempre mostrou “interesse pela área osteoarticular e musculoesquelética” e, por isso, pensava seguir fisioterapia. No entanto, a vida tomou outro rumo.

“Cheguei a candidatar-me a fisioterapia, mas não entrei no ensino público e concorri para Alcoitão. Mas o facto de ter que ficar lá e prescindir de tudo, nomeadamente da ginástica, achei que não era aquilo que me iria fazer feliz”, começa por contar. “Decidi fazer melhoria de notas e foi aí que comecei a pensar em projetos mais altos e equacionei ir para fisioterapia. No entanto, com o progredir da vida, nem uma coisa nem outra”, descreve, divertida.

Consciente de que queria trabalhar em “alguma coisa relacionada com o corpo”, Ana Simões acabou por enveredar pela área da saúde e é médica de medicina geral e familiar. “Quando tive que escolher a especialidade tive dúvidas porque também pensava em fisioterapia, mas a possibilidade de poder interagir com famílias apaixonou-me, nomeadamente durante o estágio que fiz no Centro de Saúde de Espinho”, garante.

Ana fez a especialidade em Lisboa, uma fase dura e exigente, onde mantinha ainda a carreira como desportista. “Trabalhava na margem sul e tinha que atravessar a Ponte 25 de Abril para ir treinar em Lisboa, mas estava motivada, nunca olhei como um fardo”, esclarece.

Quem também faz parte da área da saúde é Hélder Morgado. Tem 50 anos, é cirurgião pediátrico e admite que a medicina “foi um sonho que foi sendo construído” ao longo dos anos de crescimento.

Quem contribuiu para esta decisão acabou por ser uma professora que despertou em Hélder “a vontade de saber mais sobre o corpo humano e sobre mecanismos fisiológicos”. Já na universidade, a dúvida acabou por aparecer na hora de escolher a especialidade. “Fiz o curso todo a pensar que ia para psiquiatria, mas no sexto ano, quando passei pela disciplina, tive a certeza absoluta que não era aquilo que queria. Foi aí que compreendi que, se calhar, o que queria era ser

cirurgião”, conta, explicando que foi a decisão acertada.

“Entre para cirurgia pediátrica e a verdade é que adoro. Sinto-me profundamente realizado, quer no contacto com as crianças, quer no gesto técnico e no tipo de pensamento que tem que se ter. Na cirurgia, pensa-se sempre no corta e cose. Mas, neste caso, há um pensamento mais estruturado, ou seja, temos que pensar o que levou a que determinada malformação acontecesse em termos embriológicos. Além disso, há a consciência de que aquilo que vamos fazer não é para durar cinco anos, mas sim para durar 80. É um desafio tecnicamente bastante interessante e é uma área muito bonita”, defende.

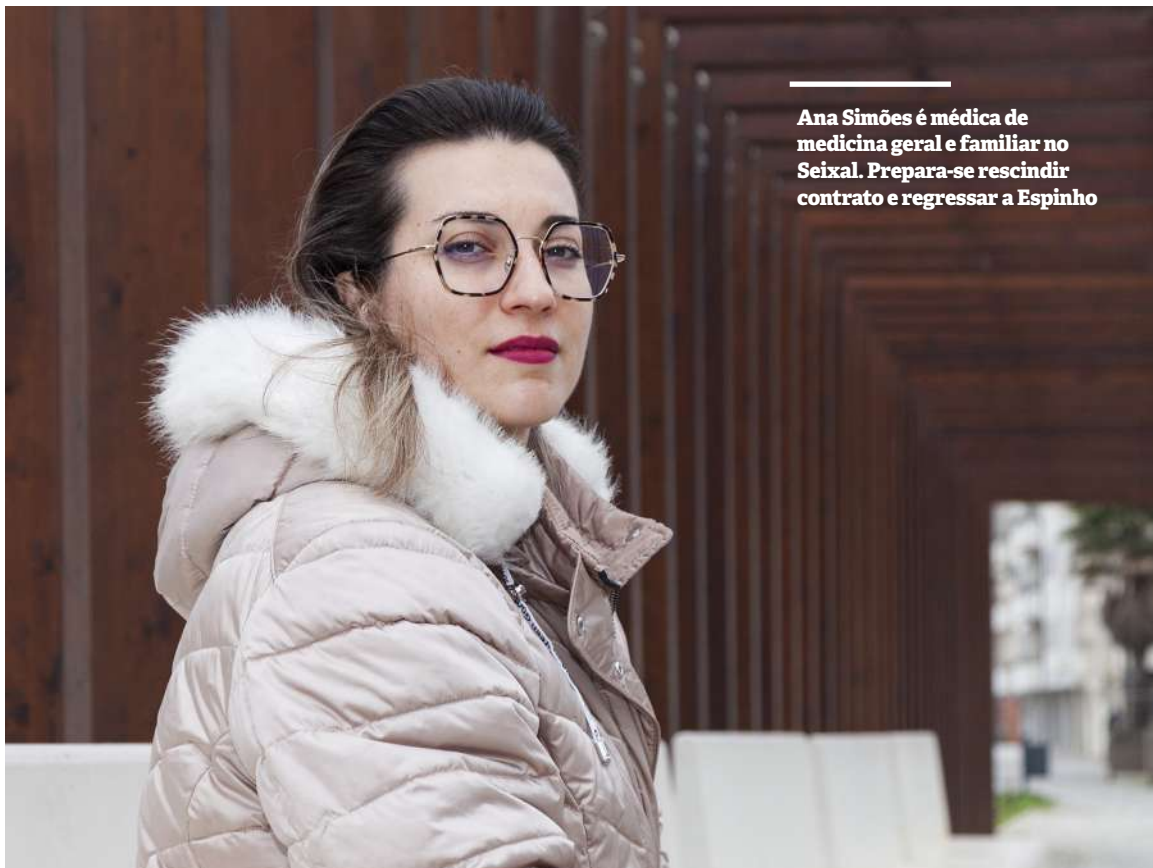
### DURO RETRATO DA PROFISSÃO

Apesar de ser uma área bonita aos olhos de muitos, atualmente a saúde enfrenta graves problemas, onde sobressai o cansaço da classe médica. O descontentamento originou greves e paralisações, os hospitais viveram dias difíceis e os doentes sentem isso na pele.

Um dos relatos mais exemplificativos desta situação chega-nos de Ana Simões. Aos 37 anos e depois de muito tempo a trabalhar no Seixal, a médica espinhense prepara-se para rescindir contrato e, assim, conseguir respirar. “Vou adotar outra via porque tenho duas filhas de 5 e 7 anos e, mais uma vez, a vida mostrou-me que conciliar o trabalho com a parte familiar, estando longe de todos, torna-se quase numa tarefa hercúlea”, garante.

Sem esconder que “a profissão absorve muito tempo” Ana diz que “o facto de estar longe de casa torna tudo ainda mais complicado”, sobretudo por não ter retaguarda familiar para ajudar. “Quero voltar para Espinho, pois quero que as minhas filhas possam ter aquilo que eu tive”, afirma, revelando que se encontra a realizar uma pós-graduação em medicina desportiva. “Pretendo encontrar o melhor dos dois mundos, a parte desportiva e a parte da relação com as pessoas, mas num projeto mais calmo, com mais tempo para usufruir do crescimento das minhas filhas”.

Apesar de reforçar que adora o que faz, a médica de família também não ignora o sentimento de desilusão que carrega. “Tenho pena que, durante tanto tempo, o trabalho que fazemos não seja reconhecido. Estou numa Unidade de Saúde Familiar (USF) que trabalha por indicadores e objetivos, o que se traduz em horas de trabalho extra. Estou um pouco cansada de não conseguir fazer a gestão da minha vida. Estou ligada ao desporto, adoro praticar, mas há cinco anos que não faço desporto. É triste”, lamenta.



Ana Simões é médica de medicina geral e familiar no Seixal. Prepara-se rescindir contrato e regressar a Espinho

OCHEZ/PAZ/ODONTO/INFORME

tabilizaram um pouco os pilares daquilo que estava a acontecer”, mas considera que “foi muito grave ter que se chegar ao ponto de a vida humana ficar comprometida para se perceber a exaustão da classe médica, sobretudo de quem trabalha em hospitais”.

#### FALTA DE MÉDICOS: REALIDADE OU MITO?

Ana Simões acredita que muitos estão a seguir caminhos idênticos e a procurar outras opções, até porque admite que “é possível ganhar quase o mesmo sem a parte burocrática”, algo que confessa ser “a pedra angular de andar tão desanimada com o SNS”.

“Há uma imagem muito distorcida de que todos os médicos ganham muito dinheiro. Posso dizer que conheci pessoas mais novas que estão a trabalhar em empresas e que, como se costuma dizer, me comiam papas na cabeça, mesmo eu trabalhando muito mais”, revela.

Para a ex-ginasta, “a parte monetária foi, em parte, desmistificada nestes últimos tempos quando começaram as greves”, algo que é também defendido por Hélder Morgado.

Sobre a falta de médicos, Ana Simões recorda que a mudança de estilo de vida acaba por interferir na decisão de aceitar determinada vaga ou não. “Vemos que foi aberto um concurso recentemente e as vagas não foram preenchidas na totalidade, o que, para mim, é um escândalo. Por outro lado, as pessoas também começam a pensar se realmente vale a pena. A maioria de nós quando termina a formação já tem família constituída ou pelo menos um casamento. É aquele sentimento de mudar de vida e ir para Lisboa, por exemplo, onde o custo de vida é um escândalo”, esclarece, recordando que nem sempre é fácil fazer face às despesas. “Tenho uma filha de cinco anos que ainda hoje não tem vaga no público, estou a pagar uma creche privada e é preciso uma capacidade financeira brutal. Costumo dizer que tem que

entrar dinheiro à pazada para sair em carrinho de mão”.

Na visão de Tiago Santos, a ideia de falta de médicos explica-se pelo facto de existir “uma assimetria de distribuição de médicos no país”, que se explica “por todos os motivos pelos quais existe uma desertificação do interior”.

Refere que “antigamente, todos os médicos trabalhavam e gostavam de trabalhar no SNS, até por algum receio ou por garantia de estabilidade”, no entanto, “as novas gerações veem a atividade de forma mais livre”, acredita.

“Atualmente já não estamos tão ligados à questão do emprego para a vida e, tendo em conta que o SNS nem sempre é apelativo e em algumas especialidades leva a algumas obrigações absurdas em termos de carga horária, faz com que as pessoas prefiram hoje em dia trabalhar menos horas, mesmo que seja na atividade privada, mesmo que não seja com tanta segurança, mas é de forma a poderem continuar a existir em todas as dimensões da vida e não só naquela relacionada com o trabalho”, afirma Tiago.

Segundo o médico otorrino, “há pessoas que saem do serviço público, não para irem ganhar muito mais dinheiro, mas para trabalharem menos horas”, uma visão que é também partilhada por Ana Simões. “Não tenho o contexto de urgência, o que me poupa muito e isso foi uma das coisas que me ajudou na escolha da especialidade. Mas fazemos muitas horas também durante o dia, a única diferença é que podemos passar a noite em casa”, explica.

Para Hélder Morgado, a ideia de que faltam médicos no país deve-se a alguma desinformação. “Se formos concretamente ver os números de rácio médico-doente e os compararmos com países da OCDE, percebemos que não estamos tão mal quanto isso. Precisamos de profissionais de saúde, de enfermeiros, mas de forma objetiva não temos falta de médicos, temos é falta de organização”, constata.



Foi muito grave ter que se chegar ao ponto de a vida humana ficar comprometida para se perceber a exaustão da classe médica”

#### ANA SIMÕES

“Sinto que ou estou como mãe ou estou como profissional e, no meio disto, a Ana apagou-se um pouco. Preciso do desporto na minha vida e não tenho tido essa possibilidade devido a estas exigências que o Serviço Nacional de Saúde (SNS) nos vai impingindo”, conta, acreditando que o sintoma mais devido a integrar uma USF de modelo B, ou seja, unidades que têm um modelo de paga-

mento de remuneração por desempenho com incentivos, mediante a produtividade.

“Há muita burocracia associada como relatórios para juntas médicas ou relatórios de avaliação de incapacidade. Não se trata só de ver o utente, há todo um trabalho posterior que envolve muita papelada e onde há prazos a cumprir. Caso não consigamos cumprir, isso vai ter repercussão no ordenado”, revela a médica.

Hélder Morgado não esconde que olha para a profissão “com uma crescente despersonalização”, o que considera ser “um bocado assustador”, mas acredita que tal aconteça em várias áreas de trabalho.

“Os elos românticos que todos tínhamos idealizado estão muito destruídos pela massificação do trabalho. Na medicina é mais chocante porque isso era quase uma das raízes da forma de trabalhar.

E essa despersonalização não só é comprometedora na relação entre médico e doente, mas também o é entre médico e médico porque desagregou as equipas. E acho que é isso que está a quebrar mais as expectativas de quem entra para medicina”, acredita o cirurgião.

Sobre as greves a que se assistiu nos últimos meses, Hélder Morgado refere que as olha “com profunda tristeza e compreensão”. Ao longo da carreira, que já leva mais de 25 anos, admite ter feito greve “poucas vezes”, sobretudo por defender que “não devem prejudicar o doente, mas sim a outra parte negocial”, o que nem sempre acontece. “Compreendo perfeitamente porque as pessoas estão desgostosas, mas o problema é que quem sai verdadeiramente prejudicado é o cidadão e isso chateia-me bastante”, admite o médico espinhense.

Para Ana Simões, “as greves des-



# 25 FREE SPINS NO REGISTO



**SOLVERDE.PT**  
SÃO MUITOS ANOS

# 100€

BÓNUS DE  
BOAS-VINDAS  
100% ATÉ 100€



TERMS E CONDIÇÕES APLICÁVEIS  JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.

# destaque



**Hélder Morgado é cirurgião pediátrico e divide o seu tempo entre o hospital Santo António e o serviço privado**

© FRANCISCO AZEVEDO



© DR

**Tiago Santos é médico otorrino e procura encontrar o equilíbrio entre o trabalho e a vida profissional**



Não temos falta de médicos, temos é falta de organização”

**HÉLDER MORGADO**

Tal como Tiago Santos, o cirurgião explica que “existe uma assimetria muito grande da colocação de médicos, o que também existe no que diz respeito à distribuição da população”. Em cima da mesa está “uma desorganização muito grande na acessibilidade dos doentes aos médicos”, o que “transmite a ideia de falta de profissionais”.

“Há uns anos, quando me tornei gestor de consulta e tentei organizar tempos de espera para consulta e bloco operatório, percebi que temos assimetrias muito grandes, mesmo dentro de um único serviço. Acho espantoso que dentro da mesma cidade que é o Porto, se compararmos as listas de espera do Hospital Santo António com as do Hospital de S. João, percebemos que há assimetrias enormes”, afirma o cirurgião pediátrico, defendendo que “o que há é uma falta de organização central e falta de estruturação dos acessos à saúde”, considerando-o como “o grande problema”.

Para Hélder Morgado, trata-se de uma questão que “é urgente resolver”, na medida em que “termos todos a mesma acessibilidade e o mesmo direito à saúde se trata de

um direito constitucional”. No entanto, refere que o bom-senso deve prevalecer. “Não estou a dizer que problemas diferentes devam ter o mesmo nível de acessibilidade. Sabemos que as assimetrias de acessibilidade à urgência comparadas com a acessibilidade às consultas são diferentes, pois a urgência é uma porta escancarada. O que acontece é que, as pessoas que não conseguem consulta, vão ao mais fácil que é a urgência. As águas correm para o fluxo mais simples”, lamenta.

#### **SERVIÇO PÚBLICO E PRIVADO: QUE DIFERENÇAS?**

Para Tiago Santos, “hoje em dia” não há muitas. No serviço público, trabalha no Hospital de São Sebastião e, no âmbito privado, dá consultas no Hospital Lusíadas e, em Espinho, na Policlínica.

Tendo em conta que “existem organizações hospitalares já de calibre parecido, a atividade já é similar” no público e no privado. Segundo Tiago Santos, “o contrato de trabalho no SNS dá mais segurança, mas também mais obrigações legais”. Já do lado privado, “trabalha-se de forma mais autónoma e há a liberdade de não ter tantas obrigações”, mas, como alerta, “as estruturas privadas hoje em dia tornaram-se tão organizadas e tão grandes que já têm também alguma da burocracia e inflexibilidade habitualmente associada ao SNS”.

Com uma visão diferente está o

cirurgião pediátrico. Depois de 18 anos a trabalhar no Hospital S. João, Hélder Morgado mudou-se para o Hospital Santo António que divide com o serviço privado no Porto.

O médico espinhense defende que “é diferente por vários motivos”, mas destaca, acima de tudo, o tempo para estar com o paciente, algo que não se vê muito no SNS. “No ambiente privado, sinto que tenho algum poder sobre o que devo fazer àquele doente e ele vai ser o meu doente em contínuo. Ou seja, tenho tempo para estar com ele. Por outro lado, o que acontece no público é que vejo um doente pela primeira vez, até o poderei inscrever para cirurgia, mas provavelmente não serei eu a operá-lo porque ele entra para uma lista comum”, explica Hélder Morgado, esclarecendo também que há a probabilidade de “o médico que o operar não acompanhar durante o pós-operatório”.

Trata-se de “um desvínculo muito grave e acontece em muitos locais”, o que “tira gozo e tira responsabilidade”, o que “é mau”.

Além disto, o cirurgião aponta as diferenças de remuneração. “Sei que no privado, se trabalhar mais, ganho mais e no público sei que se trabalhar menos ganho o mesmo e isso é um desincentivo grande”, alerta o médico.

Da mesma forma, “sei que, no privado, se criar um bom nome, mais doentes vêm atrás de mim, ou seja, o que construo é pelo meu esforço e no público sei que as progressões de carreira, por vezes, não são exa-



O SNS nem sempre é apelativo e em algumas especialidades leva a algumas obrigações absurdas em termos de carga horária”

**TIAGO SANTOS**

tamente meritocráticas e isso tira algum encanto”, lamenta.

Problemas na saúde e afastamento de futuros médicos

Tiago Santos garante não saber se os problemas atuais que a classe médica enfrenta podem afastar ou até fazer desistir muitos estudantes da medicina. No entanto, acredita que “é tudo uma questão de perspetiva” e não tem dúvidas de que “os jovens de hoje são mais livres e emigram”.

“A sensação que tenho é que os jovens são muito mais livres e muito menos ligados à terra do que são as pessoas da minha idade e mais velhas”, começa por explicar. Segundo o médico espinhense, “por muito que a profissão possa ser menos apelativa em Portugal, ela continua a ser muito apelativa, quer em termos de recuperação, quer em termos de qualidade de vida em outros países”, defendendo que “o que se tem verificado é que as pessoas podem tirar o curso de medicina em Portugal e depois emi-

gram antes mesmo de começarem a especialidade”.

Ana Simões não tem dúvidas de que esta realidade pode provocar o afastamento. Garante que “quem gosta verdadeiramente vai para medicina”, mas não esconde que “tem que haver quase um sentimento de missão porque quando se vai para lá é para dar o corpo e alma”.

Segundo o que tem percebido, a médica afirma que “as gerações mais novas têm visões diferentes, já não pensam só em trabalho”, o que se traduz numa mudança de mentalidade. “Eles querem fazer outras coisas e, nesse aspeto, são muito mais inteligentes do que nós. Vejo que há alguns até que já trazem estratégias para ganhar dinheiro muito diferentes do que eu alguma vez imaginei”, admite.

Hélder Morgado garante que “esta imagem atual já está a afastar jovens da medicina” acreditando que “mesmo os que entram já chegam com uma atitude diferente”, uma vez que sabem que “uma vinculação ao SNS e a Portugal não é obrigatória”, estando o plano da emigração sempre presente.

“Não é bom as pessoas sentirem que já não é apelativo ir para medicina. Do ponto de vista financeiro já não é apelativo há muito tempo, mas também não o é do ponto de vista intelectual e isso é triste”, conclui. •

# 4500 Espinho

IGREJA MATRIZ DE ESPINHO

## Igreja renovada abriu as portas à comunidade

**Cerca de meio milhar de pessoas estiveram no domingo [7 de abril] nas cerimónias que marcaram a reabertura oficial da Igreja Matriz de Espinho. A dedicação/santificação do novo altar-mor e a bênção do ambão foram dois dos momentos mais marcantes. Uma cerimónia de festa e cheia de música que contagiou a comunidade católica espinhense.**



MANUEL PROENÇA

**DURANTE MAIS** de duas horas e meia, as cerimónias de reabertura da Igreja Matriz de Espinho trouxeram a “esperança, alegria a fé” à comunidade católica espinhense. Um marco de quase dois anos de obras para a recuperação da igreja, um investimento que ultrapassou 1,4 milhões de euros.

O dia foi de festa, com a Banda de Música da Cidade de Espinho a acolher os convidados e a levá-los,

em procissão, do Centro Pastoral até junto da escadaria da Igreja Matriz. Um momento único de música, que anunciou a abertura das enormes portas às centenas de pessoas que fizeram questão de marcar presença.

A Giselle Academia de Dança, com um extraordinário bailado, seguiu o fio no piso do corredor central que conduz ao novo altar-mor e a música trazida pelos alunos da Academia de Música de Espinho, pelo coro da Paróquia de Espinho,

ao som magistral do órgão de tubos, dirigidos pelo maestro da paróquia, Paulo Bernardino, deram o mote para uma celebração cheia e com pequenas celebrações.

“Sejam bem-vindos à vossa casa”, foram as primeiras palavras do padre Artur Pinto, na abertura da renovada igreja.

“Espero que todos se sintam profundamente abraçados por este amor e dedicação que tiveram” com esta obra, referiu o pároco emocionado.

O bispo da Diocese do Porto, D. Manuel Linda, que presidiu às cerimónias, não se cansou de elogiar todo o trabalho da comunidade, em especial ao pároco de Espinho. “Esta obra, sendo do povo, de Deus e de Espinho, é por si projetada”, disse o bispo, reiterando a confiança e o “profundo agradecimento” ao pároco.

Na homilia, D. Manuel Linda apelou ao “dom da paz” que “é dos mais fortes” sentimentos da Páscoa e que deixou a esperança de que “esta casa a que chamamos igreja e este altar sejam centros de paz”.

“Esta casa é para celebrar muita coisa”, mas “é essencialmente para a alegria”, sublinhou D. Manuel Linda, acrescentando que “vai ser para a arte porque há em Espinho a bela tradição de realizarem aqui sublimes concertos de música”.

“Esta igreja é, fundamentalmente, uma casa de fé, para pregar uma fé amorosa”, evidenciou.

A cerimónia terminou com a atuação da Rusga de S. Pedro, à saída e com um Porto de Honra oferecido pela Paróquia de Espinho à comunidade presente.

### PRÓXIMA FASE SERÁ DE OBRAS NO ADRO

No final das celebrações o pároco de Espinho recordou que “as obras ainda não terminaram, pois falta a parte exterior, no adro da Igreja Matriz”.

O padre lembrou que a comunidade estará sozinha e que espera que “essa parte não demore tanto tempo como esta”. “Temos a promessa de ajuda da Câmara Municipal e, por isso, confio que este auxílio chegará para podermos concluir o exterior”, salientou.

O pároco aproveitou para anunciar que está “a planear o arranque das obras na Capela da Nossa Senhora da Ajuda [Santa Maria Maior]”. “Teremos de avançar com alguma urgência para mais uma empreitada” referiu, acrescentando que ainda terão “um tempo para poder respirar”.

Artur Pinto não escondeu o orgulho com a obra concretizada. “Temos um espaço mais digno e sem alterar a traça da igreja, conseguimos que ficasse mais moderna, equipando-a com alguma tecnologia que irá permitir um uso mais multifacetado e mesmo na parte religiosa permite criar ambientes completamente diferentes, festivos e mais introspectivos com a luz”, explicou, acrescentando que a obra “traz, também, à cidade uma imagem de uma igreja mais moderna, simples e em diálogo com todas as instituições que vão colaborando connosco”.

Sobre o novo altar-mor e a linha desenhada no piso, disse:

“A linha desenhada desde a entrada até ao altar-mor define o caminho que Cristo percorre até à Cruz. Mas também é o caminho que todo aquele que participa da mesa do Senhor faz para o mundo”.

As alterações feitas tornam a igreja mais funcional e mais prática. A subida para as galerias, segundo o pároco, “tem um significado: é uma escada de Jacó”.

O requalificado espaço tem por detrás do órgão de tubos um salão nobre que poderá acolher alguns objetos de arte ou uma pequena exposição.

### PRESIDENTE DA CÂMARA PROMETE AJUDA

A presidente da Câmara Municipal de Espinho, Maria Manuel Cruz, não escondeu, também, a emoção pela obra que foi conseguida pela comunidade católica espinhense. “A igreja está fantástica e tem uma extraordinária luminosidade”, refere a autarca, acrescentando que ficou “muito bem impressionada com o altar” e muito agradada por “ver a imagem que tinha enquanto criança, do naufrágio dos pescadores junto ao sacrário, que foi recuperada”.

“A paróquia, o padre Artur Pinto e os arquitetos estão de parabéns pela obra que foi feita”, faz questão de dizer, prometendo que a Câmara irá “tentar participar na obra de requalificação exterior”.

“Submetemos uma candidatura para a requalificação e modernização do largo dos Combatentes. Mantendo-se os símbolos, será tornada numa praça mais polivalente e o adro da Igreja Matriz estará englobado”, revela Maria Manuel Cruz.

### ARQUITETO SENTE-SE ORGULHOSO

O arquiteto Rui Martins, juntamente com Nuno Alcobia, foram os projetistas da requalificação da Igreja Matriz.

Rui Martins faz questão de “realçar o empenho de todos porque conseguimos chegar a um fim que torna esta igreja mais bela”.

De acordo com o projetista, “a mesa do altar e o ambão foram desenhados de forma a poderem ser amovíveis devido às várias atividades que poderão ser realizadas na igreja”. No entanto, “houve o cuidado de escolher um material nobre. O altar é feito em madeira maciça em carvalho vermelho e acaba por ser uma mesa clássica e simples”, explica.

“Para nós, arquitetos, foi uma oportunidade a realização de uma obra destas e foi um enorme prazer trabalhar, em conjunto, com a paróquia”, termina. •

# 4500 Espinho

ANIMAIS

## Patinhas Sem Lar resgata cinco gatos e queixa-se de falta de apoios

**A Patinhas Sem Lar resgatou, recentemente, cinco gatos que se encontravam abandonados numa casa na zona do Rio Largo.**

A associação acabou por internar os animais numa clínica em Esmoriz, onde foram submetidos a castração (os machos), desparasitação e vacinação. Entidade crítica autarquia por falta de respostas e de diálogo. Câmara garante que protocolo será anunciado em breve.



MANUEL PROENÇA

**SEGUNDO A PATINHAS SEM LAR**, os animais viviam "há cerca de dois meses fechados em péssimas condições, sem luz e sem arejo da casa" pois a moradora, alegadamente, estaria a viver com um familiar.

Num apelo lançado através das redes sociais, a organização de defesa dos animais dá este como um dos exemplos do difícil trabalho que tem vindo a desenvolver. "Apesar da nossa situação crítica, continuamos a ter imensos pedidos de ajuda para gatinhos na rua, em Espinho e a escalar as dívidas nas clínicas", dá nota a associação.

Segundo uma das responsáveis, Ana Paula Castro, os animais no Rio Largo acabaram por ser resgatados "com a devida autorização da proprietária do imóvel".

"Percebi que os animais estavam em péssimas condições de saúde e, por isso, mandei-os para a Clínica Veterinária de Esmoriz onde foi feita a desparasitação e vacinação. Um dos gatos teve de ficar a soro porque estava desidratado e desnutrido devido a uma infeção muito grande na boca", diz Ana Paula Castro.

### Ainda sem respostas

Após uma intervenção na Assembleia Municipal em finais de fevereiro, a Patinhas Sem Lar ainda não chegou a acordo com o Município de Espinho. "Continuamos sem quaisquer respostas por parte Câmara que considera que o protocolo estabelecido conosco termina em maio. No entanto, a verba já foi esgotada há muito tempo", afirma Ana Paula Castro que garante que situações como a que se verificou no

Rio Largo vão ter resposta por parte da associação.

A responsável lamenta que não tenha tido qualquer contacto por parte do Município e, por isso, não sabe "como as coisas irão ficar daqui para a frente". "Temos feito apelos à população para nos ajudarem a pagar as contas e não vamos cruzar os braços e deixar que estas situações fiquem como estão", sublinha.

"A Câmara Municipal não tem gatil e não resgata gatos e não será por vir com ameaças que vamos baixar os braços ou não iremos cumprir o acordo", afirma. "No entanto, não podemos continuar a recolher gatos porque não temos onde os colocar! Nem em Espinho, nem no Canil Intermunicipal, ao qual pertencemos, porque só recolhe cães. Porém, não viamos costas às situações", conclui.

### "Município está atento"

Contactado pela Defesa de Espinho, o vice-presidente da Câmara Municipal, Luís Canelas contraria a posição da Patinhas Sem Lar, afirmando que tem reunido com a associação, nomeadamente "no passado dia 26 de março, onde nos foi possível deixar claro que o Município valoriza o trabalho feito pela Patinhas Sem Lar". Segundo o autarca, neste encontro "foram abordadas questões práticas, de interesse comum, e com o foco no bem-estar dos animais".

Luís Canelas afirma que "é vontade do Município estabelecer um novo protocolo, precisamente a partir de maio". No entanto, o autarca não especifica o montante da verba a atribuir pois considera que "é um tema que está a ser fechado e que será anunciado muito em breve, e será comunicado primeiramente à pró-

pria associação, à semelhança do que é feito com todas as outras".

O vice-presidente afirma que "o Município está atento a todos os problemas no concelho no que diz respeito ao bem-estar das pessoas e dos animais" e garante que a Câmara "não ficará indiferente às dificuldades" que resultam do problema inerente ao limite do gatil. "Temos procurado soluções, dentro dos limites orçamentais, para minimizar este problema. Ainda recentemente estiveram técnicos do Município a avaliar possíveis melhorias", conclui. •



A Câmara Municipal não tem gatil e não resgata gatos e não será por vir com ameaças que vamos baixar os braços ou não iremos cumprir o acordo"

Ana Paula Castro,  
Patinhas Sem Lar

"Protocolo será anunciado muito em breve, e será comunicado primeiramente à própria associação, à semelhança do que é feito com todas as outras"

Luís Canelas,  
vice-presidente  
da CM Espinho

SAÚDE

## Utentes não concordam com mudança de instalações da USF de Anta

**A MAIORIA** dos utentes da Unidade de Saúde Familiar (USF) de Anta está contra a mudança das instalações para o edifício da antiga Escola N.º 3 da Ponte de Anta. Com base num inquérito elaborado durante os meses de janeiro e de fevereiro, a Associação de Defesa dos Utentes de Saúde de Anta (ADUSA) concluiu que 320 utentes se manifestaram "contra a mudança das instalações" e que apenas "27 utentes expressaram o seu acordo" com a alteração.

Através de um comunicado que a associação fez chegar à Defesa de Espinho, a ADUSA divulga os resultados do inquérito realizado "com o objetivo de recolher e entender a opinião dos utentes relativamente à referida mudança".

"Pretendia-se, com esta ação, envolver a comunidade nas decisões que impactam diretamente o acesso e a qualidade dos cuidados de saúde prestados na nossa área", explica a associação dando nota de que "320 utentes manifestaram-se contra a mudança das instalações da USF Anta para a antiga Escola N.º 3 da Ponte de Anta" e que "este expressivo número de votos demonstra a preocupação da comunidade com a proposta de mudança, evidenciando questões importantes que necessitam de ser consideradas com a devida seriedade".

Na nota de imprensa, a ADUSA destaca que "27 utentes expressaram o seu acordo com a mudança, indicando que há uma parcela da população que vê potenciais vantagens ou melhorias que essa alteração poderia acarretar" e que se registaram, apenas, 23 votos nulos, que, "apesar de não influenciarem diretamente o resultado final, indicam a participação e o interesse dos utentes no processo decisório relacionado à gestão dos serviços de saúde locais".

Com base nos resultados apurados, a ADUSA "compromete-se a estabelecer diálogo com as autoridades responsáveis", prometendo que irá manter-se empenhada "em continuar a trabalhar na defesa dos direitos dos utentes de saúde de Anta, promovendo a qualidade, acessibilidade e eficácia dos serviços de saúde". •





## PARQUE JOÃO DE DEUS

# Envolvente à Villa Manuella com atraso de três meses

**As obras no espaço envolvente à Villa Manuella - prolongamento do Parque João de Deus - já duram desde 16 de outubro de 2023. O prazo previsto para o término da empreitada (90 dias) está ultrapassado, alegadamente devido ao mau tempo. Apesar disso, a autarquia conta poder receber a obra até ao final de abril.**

MANUEL PROENÇA

**A OBRA** de 199.958 euros deveria estar concluída pelo empreiteiro (Horto Flor do Penedo, Lda.) em meados de janeiro, mas os trabalhos (ainda) prosseguem em ritmo lento. A única razão para este atraso deve-se à "total ausência de condições climatéricas para o efeito", justifica o Município de Espinho. O problema, segundo o Gabinete de Apoio à Presidência (GAP), prende-se com "a movimentação de terrenos e respetiva preparação ulterior" que "dependem de algum período consolidado de tempo seco, que permita a preparação do terreno para receber as plantas e relvados que serão colocados no local, coisa que, infelizmente, não vem sucedendo desde outubro de 2023". Segundo o GAP, "o empreiteiro e os serviços da Câmara Municipal de Espinho têm desenvolvido todos os esforços no sentido do debelar dos constrangimentos decorrentes das más condições climatéricas, o que não tem sido possível". A mesma fonte oficial diz ainda que



**O empreiteiro e os serviços da Câmara Municipal de Espinho têm desenvolvido todos os esforços no sentido do debelar dos constrangimentos decorrentes das más condições climatéricas, o que não tem sido possível"**

Município de Espinho

a presidente da Câmara Municipal não quis receber a obra sem que esteja concluída. "É preferível receber uma obra bem executada e que, por isso, não gere problemas futuros, principalmente na respetiva manutenção do que recebê-la rapidamente, mas em condições menos completas de execução", dá nota. Os trabalhos estão em curso e "mantendo-se a previsão de melhoria do tempo, haverá condições para que a obra esteja concluída até ao final do corrente mês de abril", assume o Município, acrescentando que "será necessário, depois desse período, o decurso de um tempo de consolidação de terrenos e vegetação, pelo que se espera que a obra possa ser posta ao serviço dos municípios entre 30 e 45 dias após a entrega".

## COMPROMISSOS HONRADOS E OBRA LIGEIRAMENTE MAIS CARA

Confrontado pela Defesa de Espinho, o Município exclui a possibilidade de não terem sido cumpridos as obrigações contratuais com o empreiteiro, garantindo que a autarquia "tem honrado todos os seus compromissos" de acordo com o que fora estabelecido através do respetivo contrato público. Embora a obra estivesse orçamentada e contratualizada pelo valor de 199.958 euros, a Câmara Municipal admite ser "previsível um ligeiro incremento de custos, decorrentes de pequenos trabalhos a mais determinados no decurso da empreitada" e que serão de "pequena monta, no essencial". Tratam-se de verbas que deverão aproximar-se do "valor inicialmente previsto" avança a autarquia, sem revelar os valores em causa. •



**Mantendo-se a previsão de melhoria do tempo, haverá condições para que a obra esteja concluída até ao final do corrente mês de abril e ser entregue ao Município de Espinho"**

Município de Espinho



©FRANCISCO AZEVEDO

PUB

EMPES / DEFESA DE ESPINHO		DEFESA DE ESPINHO - 4797 - 11 ABRIL 2024
<b>RELAÇÃO DOS SÓCIOS</b> / Em cumprimento do disposto na Lei de Imprensa (artigo 7.º, número 12, do Decreto-Lei n.º 85 - C/75, de 26 de Fevereiro) publicamos a seguir a relação dos sócios da EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda., proprietária do jornal "Defesa de Espinho" e os valores de cada um. CAPITAL SOCIAL DE 5.200 Euros		
sócios	QUOTAS	VALORES
António Ferreira Gaio	1	100 €
António de Sousa Reis	1	100 €
Arménio Augusto Gomes (Eng.º)	1	100 €
Carlos Augusto Fern. Melo Sárria	1	100 €
Carlos Pinheiro De Moraes	1	100 €
Fernando Monteiro Meneses	1	100 €
Gemeniano Augusto Oliveira (Dr.)	1	100 €
João Lopes da Fonseca	1	100 €
Manuel Alves Salgueiro	1	100 €
Maria Madalena Braga Dias	1	100 €
Sebastião Ferreira do Couto	1	100 €
Solverde - Soc. de Investimentos Turísticos da Costa Verde, S.a	41	4.100 €
	<b>52</b>	<b>5.200 €</b>

# 4500 Espinho

ESPAÇO PÚBLICO

## Parque junto à Piscina Municipal repleto de buracos e desníveis

São vários os buracos no parque de estacionamento da Piscina Municipal, situação replicada também na zona de estacionamento Auditório de Música de Espinho. As irregularidades já não são de agora e obrigam a cuidados redobrados de automobilistas e peões.

GONÇALO RIBEIRO

As condições precárias do asfalto do parque de estacionamento da Piscina Municipal de Espinho, à semelhança do que acontece com o parque adjacente, junto ao Auditório e Escola Básica Sá Couto, têm feito crescer as preocupações de quem frequenta estes locais. Os vários buracos e irregularidades do piso, problemas cada vez mais comuns para os espinhenses, são o motivo da consternação popular, uma vez que representam um risco de segurança para veículos e peões que frequentam a área. Maria Oliveira, que vive em São Félix da Marinha, mas costuma frequentar o parque da Piscina todos os dias à conta dos treinos do filho, faz um breve resumo da situação, relatando que o estado atual da zona se deve a obras que foram realizadas na escola. “Os camiões ao passarem pelo parque danificaram o asfalto”, explica. “A situação foi-se deteriorando com o passar do tempo. Mesmo que se tenha tapado alguns buracos e que as obras já tenham terminado há dois anos, acho eu, agora piorou com a chuva”, dá nota. Na opinião de Maria, o “estado do parque é péssimo” e adverte outros condutores para possíveis furos nos pneus, “por muito que não se conduza a grande velocidade



Irregularidades do piso dão azo a preocupações dos locais.

nesse local”. “Esta questão resolvia-se facilmente se se tapassem os buracos, desde que seja de forma definitiva. Penso que, depois de terem sido efetuadas as obras na escola, o parque devia ter sido repavimentado”, argumenta a cidadã, que assume que evita passar lá com o seu automóvel.

### Imagem da cidade não é a melhor

Igualmente desagradado com a situação está Ernesto Augusto, morador da zona. “Estes parques estão bastante danificados, acresce a isso que também não estão sinalizados. Penso que o parque da Piscina merecia, ainda, uma entrada e uma saída alternativa”, refere.

Ernesto Augusto mostra-se preocupado com a imagem que estes danos nas estradas promovem da cidade, revelando que já contactou a Câmara Municipal para solicitar um “arranjo urbanístico”, sem ter recebido qualquer resposta. O espinhense vai mais longe e afirma que “não se identifica” com o tratamento a que estes pontos da cidade são sujeitos. “O facto de Espinho ser uma cidade turística, com uma orla marítima bastante extensa, faz com que a cidade merecesse um tratamento melhor por parte da autarquia. Não sei a quem é que compete esta responsabilidade, mas isto é mau demais”, desabafa. Ernesto vive na referida zona há pouco menos de três anos e “não se lembra de não haver

buracos no parque”, e assumindo que a situação tem vindo a degradar-se por falta de manutenção. “Não sou entendido na matéria, mas penso que a falta de fiscalização camarária é um dos fatores associados a esta degradação, o que é uma pena porque Espinho merecia melhor”, considera. Ramiro Ferreira, que vive em Anta e costuma utilizar o parque duas vezes por semana, não destoa dos seus concidadãos e considera que é necessário um piso novo. “Está muito degradado, as pessoas responsáveis têm de começar a pensar em arranjar o piso aqui e noutros locais da cidade, porque muitos destes buracos já existem há bastante tempo”, indica. •

CASA DO FC PORTO

## Errata

Na edição da semana passada, foi publicada uma entrevista a António Coutinho, presidente da Casa do FC Porto de Espinho, no âmbito do 25.º aniversário do estabelecimento. Nessa ocasião, o dirigente nomeou várias personalidades que estiveram envolvidas em eventos de celebração deste marco histórico, mas, por lapso, esqueceu-se de nomear dois nomes: António Andrade e Miguel Cardoso, dois colaboradores da Casa, na área musical. O presidente assume o lapso e aproveita para pedir desculpa aos visados. Recorde-se que a Casa do FC Porto irá celebrar os 25.º anos no dia 12 de abril, às 21h, nas suas instalações. •

EVENTO

## Passeios dos Moliceiros uniu adeptos de carros clássicos

No passado dia 6 de abril, sábado, realizou-se o Passeio dos Moliceiros, um programa de socialização entre vários apaixonados de automóveis clássicos, organizado pelo Clube Automóvel de Espinho, que contou com o apoio das Câmaras Municipais de Espinho e Aveiro. Na manhã do evento, aproximadamente 20 veículos clássicos reuniram-se no Largo da Câmara Municipal de Espinho e, de seguida, partiram em direção ao Centro de Congressos de Aveiro. Os participantes puderam, ainda, experienciar um passeio de Moliceiro na Ria de Aveiro e almoçar no restaurante Olaria. •

ACIDENTE

## Silvalde: colisão provoca seis feridos

Uma colisão entre um motociclo e um carro às 8h30 da manhã de terça-feira, 9 de abril, na rua de Santa Cruz, em Silvalde, provocou seis feridos ligeiros. Segundo fonte dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, uma criança de dez anos e um homem de 53, que seguiam no motociclo, foram transportados para o Centro Hospital de Gaia/Espinho com ferimentos ligeiros. O acidente envolveu ainda uma criança com apenas um ano de idade, um rapaz de oito, uma criança de quatro e um homem de 36 anos. Sem grandes ferimentos, foram assistidos no local pelos bombeiros. •



# 4500 Freguesias

PARAMOS

## Centro Empresarial deverá estar pronto até ao final do ano

**As obras do Centro Empresarial de Espinho, na Zona Industrial de Paramos, avançam a bom ritmo. O projeto já tem as respetivas licenças da Câmara e os prazos deverão ser cumpridos, com a obra concluída até ao final do ano.**

MANUEL PROENÇA

O MOVIMENTO de máquinas e de camiões na Zona Industrial de Paramos intensificou-se desde segunda-feira. Os constrangimentos inerentes aos licenciamentos estão, finalmente, ultrapassados e a construção dos quatro pavilhões avança em ritmo de cruzeiro.

Segundo Ilídio Tavares, representante do Grupo Tagar, "todos os constrangimentos foram ultrapassados e a obra está a decorrer dentro do que prevíamos. Estamos a avançar rapidamente e esperamos concluí-la antes do final de dezembro", adianta o responsável.

De acordo com o representante do Grupo Tagar, a obra está "em fase de construção dos edifícios".

A fase seguinte será a da construção dos arruamentos. "O fundamental será atacar a construção das naves porque as empresas que ali se irão instalar precisam de um tempo para se acomodarem", adianta, acrescentando que "o planeamento da obra vai no sentido de se fazer tudo o mais rapidamente possível, nomeadamente os pavilhões e pisos para que os nossos clientes possam vir a instalar-se com segurança".

De acordo com Ilídio Tavares, o empreiteiro está "a atacar fortemente na construção da estrutura e na cobertura para

que depois possamos dar continuidade aos restantes trabalhos".

Recorde-se que três dos quatro pavilhões do Centro Empresarial de Paramos, do Grupo Tagar, já estão destinados a duas empresas: à Ferreira de Sá Rugs, que irá ficar com dois pavilhões e um dos outros será para uma empresa multinacional ligada à produção de torneiras. "Comprometi-me em não arrendar o quarto pavilhão sem dar uma opção às duas empresas que irão ficar com os outros três, mas nesta fase estamos concentrados em acelerar a construção", evidencia Ilídio Tavares.

O representante do Grupo Tagar prevê que "em setembro já se possam ver os arruamentos" e destaca que os trabalhos estiveram dificultados pelo inverno, que "foi muito rigoroso, pois choveu imenso". "Creio que isso está ultrapassado e que o bom tempo irá ajudar-nos a prosseguir com a obra com a celeridade que é necessária", conclui.

### Investimento de 28 milhões do Grupo Tagar

Recorde-se que são cerca de 60 mil metros quadrados de terrenos que irão acolher o Centro Empresarial de Espinho, na Zona Industrial de Paramos, num investimento de cerca de 28 milhões de euros do Grupo Tagar.



© FRANCISCO AZEVEDO



Dos 58 mil metros quadrados que envolvem o projeto, 23 mil terão como destino a criação de um espaço coberto que vai albergar salas de reuniões e cafetaria, estacionamento com capacidade para 500 viaturas e pontos de carregamento para veículos elétricos.

As empresas que ali irão estabelecer-se deverão trazer mais postos de trabalho e o projeto irá dar uma nova dinâmica, sendo naturalmente uma mais-valia para a economia do concelho de Espinho.

O Centro Empresarial de Espinho foi anunciado em agosto de 2022 como um novo polo empresarial que iria funcionar como um estímulo para a atividade empresarial. •



**O planeamento da obra vai no sentido de se fazer tudo o mais rapidamente possível, nomeadamente os pavilhões e pisos para que os nossos clientes possam vir a instalar-se com segurança"**

**ILÍDIO TAVARES,  
GRUPO TAGAR**

Os factos  
vistos  
à lupa

Uma parceria com o Instituto +Liberdade +Liberdade

A população portuguesa está cada vez mais envelhecida. Quase 55% tem 45 anos ou mais de idade, sendo que um em cada quatro portugueses já não está em idade ativa e são maioritariamente pensionistas (65 anos ou mais), o que contrasta muito com a realidade há 30 anos (em 1991), em que apenas 13,6% tinham 65 anos ou mais de idade. Cerca de 27% tem entre 20 e 44 anos e 18% tem menos de 20 anos. Em três décadas, a estrutura demográfica da população mudou muito, o que representa desafios sociais e económicos maiores.

Entre os estados-membros da União Europeia, apenas Itália tem um índice de envelhecimento (número de idosos por cada 100 jovens) superior ao português. Esta tendência resulta, por um lado, do aumento da esperança média de vida, e por outro, da baixa taxa de fecundidade.

A pirâmide etária dos estrangeiros a residir em Portugal é completamente diferente. São sobretudo de jovens no início da idade ativa. Mais de metade dos estrangeiros, cerca de 55%, tem entre 20 e 44 anos e cerca de 13% tem menos de 20 anos. Apenas 32% tem 45 anos ou mais de idade, sendo que 10% já não estão em idade ativa devido à idade avançada.

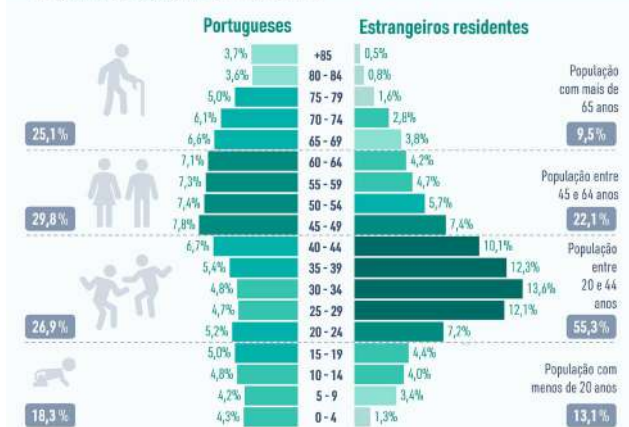
A imigração tem sido uma forma de Portugal amenizar os desafios da sua população envelhecida. Vários setores da economia portuguesa são altamente dependentes da mão-de-obra estrangeira e as contas da Segurança Social também têm beneficiado muito com o aumento do número de contribuintes.

O nosso contexto demográfico terá inevitavelmente um impacto significativo nas contribuições para a segurança social e, conseqüentemente, no sistema de proteção social português, colocando, por isso, uma pressão maior na (decrecente) população ativa. Assim, a imigração, maioritariamente jovem e em idade ativa, tem compensado parcialmente estes efeitos, tendo um contributo líquido positivo para Segurança Social.

André Pinção Lucas e Juliano Ventura  
8 de abril de 2024

### População envelhecida contrasta com estrangeiros residentes mais jovens e em idade ativa

População portuguesa e estrangeira residente em Portugal, distribuída pelas respetivas faixas etárias, em 2022 (%)



Nota: soma das percentagens pode não ser igual a 100% devido aos arredondamentos.  
Fonte: INE | Produzido a 03 de abril de 2024 • maisfactos.pt

+ factos

# Pessoas & negócios

ESPAÇO COMERCIAL

## A Bolota: O novo espaço de festas que nasceu de uma carência familiar

**DEPOIS DE SE DEPARAR COM DIFICULDADES PARA ORGANIZAR FESTAS DE ANIVERSÁRIO PARA O FILHO DURANTE O INVERNO, MAFALDA AZEVEDO DECIDIU ARRISCAR E ABRIR A BOLOTA, UM ESPAÇO DE FESTAS NA RUA 28. O PROJETO É RECENTE, TEVE INAUGURAÇÃO NO FIM DE MARÇO E JÁ ACOLHEU VÁRIAS FESTAS.**

LISANDRA VALQUARESMA

“O MEU FILHO mais velho faz anos no verão e sempre foi muito fácil preparar as festas de aniversário em casa, ao ar livre e sem ser necessário usar o interior da habitação. No entanto, o mais novo faz anos em dezembro e comecei a pensar em como seria difícil. Ou iríamos para um recinto fechado, onde as crianças andariam a brincar, mas não daria para conviver com o resto da família, ou então iria ser muito complicado fazer em casa. Pensei que o ideal era ter um espaço onde fosse possível juntar a família e os amigos da escola”, diz Mafalda, explicando que foi este o motivo que a levou a criar o projeto.

“Começou como uma necessidade pessoal, mas depois transporte para os outros”, refere, acreditando que A Bolota “é uma mais valia em Espinho”, tendo em conta que se trata de uma “cidade maioritariamente de apartamentos e todos sabem que acolher cerca de 15 crianças num apartamento é muito difícil”.

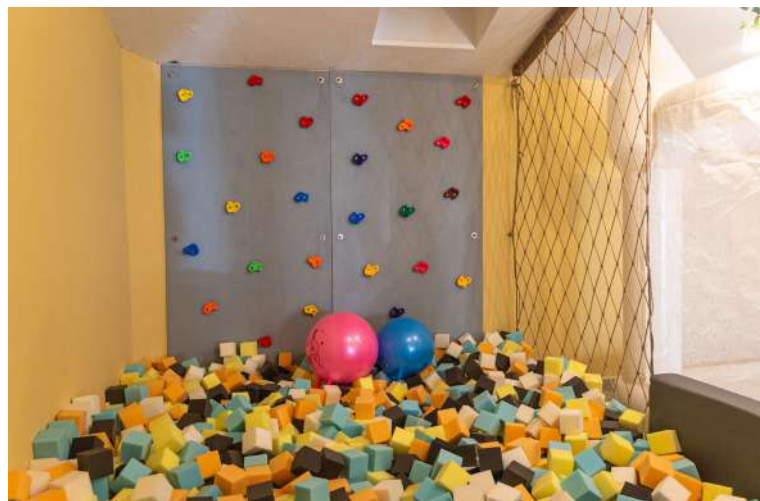
Após descobrirem uma loja disponível na rua 28, Mafalda Azevedo e o marido colocaram mãos à obra.

“

A piscina de cubos e a parede de escalada são as que parecem ter mais sucesso durante as festas”



© ISABEL FAUSTINO



“Considerarei que era o local ideal, até porque está no centro. Queria um espaço que permitisse juntar os amigos da escola com a família e, no fundo, a ideia da Bolota é mesmo essa, juntar todos e fazer só uma festa”, defende.

Admitindo que houve algum receio inicial, Mafalda garante que é uma pessoa “muito aventureira” e, por isso, decidiu lançar-se, mantendo A Bolota a par com a sua profissão de enfermeira especialista em saúde infantil.

“Foi um processo muito rápido. Vi a loja vazia e em um mês falamos com o proprietário, fizemos as obras e pouco tempo depois abrimos. O espaço precisava de obras porque era um stand de motas, estava em tons de preto e verde e precisávamos de o adaptar à nossa imagem”, refere a enfermeira, preferindo tons mais neutros e cremes para o novo espaço de festas. “Fomos nós mesmos que pintámos e fizemos as obras todas”, conta orgulhosa.

### Diversões para todos os gostos

Disponível por marcação, o espaço está aberto para receber qualquer festa. Segundo Mafalda trata-se de “um conceito um pouco diferente”, já que “as pessoas estão habituadas a deixar os filhos e irem embora ou então usufruírem do espaço durante cerca de duas, mas nós alugamos a manhã inteira ou a tarde inteira em que a família pode vir, mas ao mesmo tempo ter momentos só para as crianças”.

Apesar da A Bolota ter várias diversões a pensar nos mais novos, está igualmente preparada para acolher outro tipo de festas, pois qualquer pessoa pode alugar. Além do espaço de convívio, existe também uma cozinha disponível com vários utensílios e louças que podem ser usadas. De acordo com Mafalda, o cliente só necessita de lavar o catering.

Recorrendo à ajuda dos filhos, a enfermeira conseguiu chegar ao seu conceito ideal. “As diversões partiram das nossas próprias ideias e, por isso, criámos um espaço com sofás para que os pais ou os avós pudessem estar mais à vontade a conversar. Além disso, decidimos colocar um trampolim numa zona do espaço que considerávamos um

“

Está a correr bem e até pensava que não ia ter marcações tão cedo”

pouco morta e criámos também um espaço dedicado às princesas que, por norma, as meninas gostam muito, onde tem fantasias de carnaval, um toucador e maquiagem”, revela.

“Inspiramo-nos um pouco nas brincadeiras dos nossos filhos e do que eles gostam. No início nem imaginávamos ter Playstation, mas o meu filho mais velho disse que era uma coisa importante, então decidimos colocar. Inicialmente também pensámos numa piscina de bolas que, por norma, as crianças gostam muito, mas depois as bolas iam andar espalhadas pelo espaço e optamos por uma piscina de cubos. Fomos a uma fábrica de esponjas e eles criaram os cubos tal como queríamos”, revela Mafalda explicando tudo foi pensado ao pormenor.

O espaço já começou a receber festas e, para a proprietária, foi uma surpresa. “Está a correr bem e até pensava que não ia ter marcações tão cedo porque achei ia demorar tempo até as pessoas conhecerem”, confessa. No entanto, as portas já se abriram ao público várias vezes e as diversões são a principal atração dos mais pequenos. “A piscina de cubos e a parede de escalada são as que parecem ter mais sucesso durante as festas. Atrai mais, até porque as crianças já estão muito habituadas aos insufláveis, já não é propriamente uma novidade a piscina e mesmo a parede de escalada são diferentes, são coloridos e eles gostam”, conta.

Para usufruírem do espaço, os clientes interessados devem fazer marcações através das redes sociais ou do contacto telefónico disponível. Mafalda Azevedo explica que A Bolota está disponível sempre de segunda a segunda e as pessoas podem alugar uma manhã ou tarde completa. •



**opinião**

Tito Miguel Pereira

## Os cofres continuam vazios!

Desenganam-se aqueles, muitos, que julgam que temos os cofres cheios. Que temos um excedente excessivo! Que este excedente excessivo dará para muitas folgas e para desapertar o cinto de tantos sectores que reclamam reivindicações para quem tudo é fácil, tudo é permitido, porque temos excedente orçamental.

É melhor ter excedente do que não ter! Deixemos desde logo claro!

Não podemos, contudo, ignorar como resulta este excedente e à custa de quê. Não podemos, contudo, ignorar que este excedente é uma migalha no trajecto do tanto que ainda falta por percorrer, na diminuição do défice e da dívida pública acumulada ao longo de décadas, e do tanto que é necessário fazer para robustecer a qualidade dos serviços públicos, a qualidade de vida e de bem-estar dos cidadãos, sobretudo dos mais carenciados, e do impulso positivo ao crescimento económico virtuoso.

Não podemos ignorar que este excedente resulta de vários aspectos contribuintes para esse resultado: do efeito inflacionário, que aumentou de forma puramente conjuntural as receitas; do recorde histórico da carga fiscal verificada sobre os portugueses; e do reduzidíssimo nível de investimento público, que tem registado níveis baixíssimos em Portugal, dos mais reduzidos em toda a União Europeia.

Os dados publicados pelo INE demonstram que ao longo dos últimos anos, a execução do investimento público tem ficado recorrentemente abaixo do orçamentado, e que o investimento público em 2023 ficou 25%

abaixo do orçamentado.

Há que reconhecer que em 50 anos de democracia pós 25 de Abril, terminar um ano com excedente orçamental é um facto digno de registo, naquele que é apenas o segundo ano com excedente orçamental desde 1975, depois de 2019.

Terminar o ano de 2023 com um excedente de cerca de 3,2 mil milhões de euros é assinalável. Mas vejamos, este valor não dá sequer para pagar o Novo Aeroporto de Lisboa, que implicará um investimento superior a oito mil milhões de euros, representando apenas cerca de um terço do valor.

Vejamos ainda que este valor é 1/8 do orçamento da saúde e 1/7 do orçamento do trabalho, solidariedade e segurança social.

Vejamos ainda que este valor é insignificante face ao défice acumulado verificado só nos dois anos de maior défice na governação Sócrates, que ascendeu a 37,8 mil milhões de euros de défice em 2009 (-9,9%) e 2010 (-11,4%). Só para recuperar o défice acumulado destes dois anos madrastras para Portugal, numa aritmética simples, e admitindo excedentes anuais em linha com o de 2023, seriam necessários 12 anos!

E, portanto, os cofres seguem vazios!

E depois temos isto: o País teve um excedente orçamental, mas a economia não cresce, ou cresce pouco e muito lentamente. Segundo o FMI, a economia nacional foi uma das mais lentas da Zona Euro, indicando que Portugal foi ultrapassado por 11 países no PIB per capita desde 1999.

Com efeito, considerando outros períodos temporais de análise a conclusão é, infelizmente, semelhante. No período pós-troika (2015-2023), Portugal foi o país que menos cresceu entre os 15 da política de coesão da União Europeia, à excepção da Grécia. A economia portuguesa foi também a que menos cresceu, entre os países da política de coesão, no período pós-pandémico em

relação à pré-pandemia (2019-2023), novamente, com excepção da Grécia.

Não se trata apenas de ser o país que tem evidenciado um crescimento mais reduzido, mas também o ritmo de crescimento quem tem sido bastante lento face a outras economias, que têm experimentado crescimentos mais significativos e com taxas de crescimento que duplicam o crescimento económico português.

Entre os 15 países que fazem parte actualmente da política de coesão, são estes, por ordem decrescente, os países que apresentam os crescimentos mais elevados das suas economias: (1) Bulgária, (2) Roménia, (3) Malta, (4) Lituânia, (5) Estónia, (6) República Checa, (7) Hungria, (8) Polónia, (9) Croácia, (10) Chipre, (11) Letónia, (12) Eslovénia, (13) Eslováquia, (14) Portugal e (15) Grécia.

Ter excedente é melhor que não ter. Mas ter um ano de excedente não significa que todos os problemas desapareceram e que se pode esbanjar tudo daqui para a frente.

A safra tem de continuar. Senão vejamos. Dados recentes da Direcção Geral do Orçamento evidenciam que o excedente orçamental caiu para 758 milhões de euros de Janeiro a Fevereiro de 2024, face ao período homólogo de 2023. Na soma dos dois primeiros meses o saldo orçamental teve uma forte quebra, representando apenas 33% do saldo orçamental verificado em 2023, que se deveu em larga medida ao crescimento acentuado da despesa com uma variação de 15,9%.

Este engodo que parece cimentar na opinião dos portugueses que temos excedente e que temos os cofres cheios e que agora dá para tudo é bastante perigoso. Passos em falso, como parecem evidenciar estes dois primeiros meses de 2024, podem fazer perigar um trajecto que ainda está por prosseguir.

Quando um país tem uma dívida pública de cerca de 100% do PIB, é o mesmo que dizer que tem uma dívida equivalente a um ano do seu rendimento. Apesar do excedente, não tem dinheiro de sobra, tem isso sim, dinheiro a faltar.

Subsiste assim o desafio de construir a paz social, fazendo jus a reivindicações sérias e ponderadas, à melhoria da prestação de serviços públicos essenciais, no apoio aos mais carenciados, sabendo de antemão, que não há margem para satisfazer grupos sociais que vivem na tensão do orçamento de estado.

A ponderação é essencial e a firmeza de ter um rumo claro para o país são decisivas.

A prioridade do país deve ser a redução da dívida pública e o impulso económico por forma a criar um ambiente favorável de crescimento e desenvolvimento económico de geração de riqueza, que seja capaz de animar a sociedade, as famílias e as empresas, num ciclo virtuoso de crescimento e desenvolvimento, e de geração de valor.

Que seja capaz de gerar rendimentos incrementais que proporcionem o aumento da qualidade de vida e a libertação de meios e recursos para diminuir a dívida para níveis sustentáveis, e simultaneamente prover o estado social e as políticas públicas e a prestação de serviços públicos essenciais e de qualidade, a financiar em níveis comportáveis para os cidadãos e para as empresas, mantendo a carga fiscal em níveis aceitáveis e não asfixiantes.

Que seja capaz de gerar a capacidade dos cidadãos e das famílias se empoderarem nos seus domínios sociais e económicos, com políticas de inclusão dinâmicas que proporcionem uma participação activa dos cidadãos na melhoria das suas condições e de qualidade de vida.

● Escrito em desacordo ortográfico.

# Trespassa-se

## ● MONCAFÉ ●

RUA 18, ÂNGULO DA RUA 37

### BOM PREÇO

### TELEM: 914 869 166

**APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3.**

Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpezas. Rua 62, n.º 156. Tlf. 227310851/2 - Fax 227310853

**QUARTOS**, c/ casa de banho privativa, c/ cozinha, pequeno-almoço, tratamento de roupa, garagem e TV Cabo mais Sport TV. Tlf. 227340002 ou 227348972



## Clínica Pacheco

DR. JORGE PACHECO

Clínica Dentária de Reabilitação Oral

**IMPLANTOLOGIA (ALL ON 4) · CIRURGIA ORAL · ESTÉTICA DENTÁRIA  
REABILITAÇÃO ORAL · ORTODONTIA (TB INVISALIGN)**

EDP | SAMS | SAMS Quadros | Saúde Prime Victoria Seguros  
| Future | Healthcare | Salvador Caetano

📍 Rua 8, n.º 381 Espinho 📞 227 342 718 / 929 074 937

🌐 [clinicajorgepacheco@net.novis.pt](mailto:clinicajorgepacheco@net.novis.pt)



## Annuncie NA DEFESA

CONSULTE AS  
CONDIÇÕES  
+351 227 341 525

Novas competências  
reguesias do conce  
ara Municipal aumenta  
o exercício de

# necrologia

## † ZULMIRA DE JESUS DIAS DA SILVA PAIS

1.º ANIVERSÁRIO DO SEU FALECIMENTO



8/ABRIL/2023

Seu filho, filha, genro, nora e neta, recordam esta data, 8 de Abril, com profunda saudade.

## † GLÓRIA ALVES DE OLIVEIRA

AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Rua dos Combatentes  
Guetim-Espinho

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que e outro modo se associaram à sua dor. A missa de 7º dia será celebrada quarta-feira, dia 17 de Abril, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Guetim. A família desde já agradece.

Guetim, 17 de Abril de 2024

Agência Funerária Maria de Lourdes, Lda. ANTA – ESPINHO Tel. 227340609 – 966225173

## † ROGÉRIO SOITO FERREIRA NETO

MISSA DO 13.º ANIVERSÁRIO



Sua esposa, filhos, nora, genro, netos e restante família, vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 14, domingo, pelas 19 horas na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 11 de abril de 2024

Agência Fun.ª Nova Esperança (Luís Alves) – Rua 31, N. 445 Espinho Tlm. 914 249 496

## † JOSÉ PINTO

MISSA DO 1.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO



Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e demais família vêm por este meio participar a todas as pessoas de suas relações e amizade, que na passagem do 1.º aniversário do falecimento do seu ente querido, será celebrada missa por sua alma, sexta-feira, dia 12, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Paramos. Antecipadamente agradecem a todos quantos se dignem assistir a esta eucaristia.

Paramos, 11 de abril de 2024

António Pinto (falecido) - filho  
Agostinho Pinto - filho  
Paula Santos - filha

Funerária Henriques & M. Otilia – Esmoriz – Telf. 256 752 774 – Tlm. 914 096 243

**FARMÁCIAS**  
Serviço de turnos do concelho de Espinho

🕒 **9 às 24 horas** 🕒 **Após as 24 horas**  
o atendimento é efetuado, exclusivamente, através da **LINHA 1400**

<b>quinta 11</b>	<b>Farmácia Mais</b> Rua 19, n.º 1412 - Anta	<b>227 341 409</b>
<b>sexta 12</b>	<b>Farmácia Machado</b> Av.ª Central Sul, 1275 – Paramos	<b>227 346 388</b>
<b>sábado 13</b>	<b>Farmácia de Anta</b> Rua Tuna Musical, 907 - Anta	<b>227 341 109</b>
<b>domingo 14</b>	<b>Farmácia Teixeira</b> Centro Comercial Solverde/1 - Av. 8 - Espinho	<b>227 340 352</b>
<b>segunda 15</b>	<b>Farmácia Santos</b> Rua 19, n.º 263 - Espinho	<b>227 340 331</b>
<b>terça 16</b>	<b>Farmácia Paiva</b> Rua 19, n.º 319 - Espinho	<b>227 340 250</b>
<b>quarta 17</b>	<b>Farmácia Higiene</b> Rua 19, n.º 395 - Espinho	<b>227 340 320</b>

DEFESA DE ESPINHO - 4797 - 11 ABRIL 2024

### A PRAÇA

EDITAL Nº 02/2024

Vasco José Carvalho Alves Ribeiro, Presidente da Junta de Freguesia de Espinho, com competências delegadas: Faz público que, no dia 29 de abril de 2024, na sala da Assembleia de Freguesia de Espinho, realizar-se-á pelas 10h00 um concurso por Hasta Pública para atribuição da concessão de 5 (cinco) lojas comerciais, 2 (dois) espaços de venda e 5 (cinco) bancas no Mercado Municipal de Espinho.

O programa e condições para a realização deste procedimento de sorteio encontram-se à disposição dos eventuais interessados na página da Internet da Freguesia de Espinho, com o seguinte endereço eletrónico: freguesiaespinho.pt e nos serviços de Atendimento da Freguesia de Espinho, todos os dias úteis, durante o horário normal de funcionamento.

Espinho, 28 de março de 2024  
O Presidente  
Vasco José Carvalho Alves Ribeiro

DEFESA DE ESPINHO - 4797 - 11 ABRIL 2024

### ASS. CULTURAL E RECREATIVA TUNA MUSICAL DE ANTA

#### CONVOCATÓRIAS

Eu, José de Oliveira Dias, Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Cultural e Recreativa Tuna Musical de Anta, usando da faculdade que me confere o número 1 do Artigo 20.º dos Estatutos desta Colectividade e cumprindo o consignado nos Artigos 23.º 24.º e 25.º dos mesmos Estatutos, em complemento com o Regulamento Interno, convoco os Associados para uma Assembleia Geral Ordinária e Extraordinária a realizar no dia 24 de Abril de 2024, pelas 21.00 horas, na Sede Social da Colectividade, sita na Rua Tuna Musical de Anta, n.º 1019, na Vila de Anta, Concelho de Espinho, relativo ao Art.º 23º com a seguinte Ordem de Trabalhos:

- 1º - Leitura da Ata da Assembleia Geral anterior.
- 2º - Apreciação e votação do Relatório e Contas Sociais e Parecer do Conselho Fiscal relativas ao exercício do Ano 2023.
- 3º - Outros assuntos de interesse para a Coletividade.

Vila de Anta, 08 de Abril de 2024  
O Presidente da Assembleia Geral  
José de Oliveira Dias

DEFESA DE ESPINHO - 4797 - 11 ABRIL 2024

### ORFEÃO DE ESPINHO

#### ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA CONVOCATÓRIA

De harmonia com o Artigo 5º nº 2 dos nossos Estatutos, com os Artigos 170º e 172 a 179 do Código Civil e ainda ao abrigo do que me confere o Artigo 23 a) e 26º do Regulamento Interno, **CONVOCO** os senhores associados do ORFEÃO DE ESPINHO para reunirem em Assembleia Geral Ordinária no dia 27 de abril, pelas 9:30 horas, nas atuais instalações, sitas na Rua do Golfe, nº 1877, Silvalde, Espinho, com a seguinte:

- ORDEM DE TRABALHOS:
- 1º APRECIAR E VOTAR RELATÓRIO DE CONTAS E PARECER DO CONSELHO FISCAL DO ANO DE 2023;
  - 2º APRESENTAÇÃO DO PLANO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2024;
  - 3º OUTROS ASSUNTOS CONSIDERADOS DE INTERESSE.

N.B: se a hora marcada não estiver o número legal de Sócios, a Assembleia funcionará 30 minutos mais tarde, com qualquer número de presenças.

Espinho, 04 de abril de 2024  
Por Espinho e pela Cultura, PELO ORFEÃO DE ESPINHO  
O Presidente da Assembleia Geral  
Maria Aurora Moraes

Parceiro

e: comercial@maialouro.pt  
t: +351 22 753 19 46  
m: +351 91 754 27 49  
rua boavista da estrada, 418  
4410-453 arcozelo - vng - portugal

### CLÍNICA MÉDICA

## DR. JOAQUIM MENDES & FILHA, LDA

CONTINUA EM ATIVIDADE NA RUA 14, Nº 448  
E EM EXPANSÃO DO SEU CORPO CLÍNICO

**FAZEM-SE DOMICÍLIOS** ..... TLF. 227 341710 - TLM 939 449 380

## Anuncie NA DEFESA

CONSULTE AS CONDIÇÕES  
**+351 227 341 525**

# defesa-ataque

## Natação Masters.

**Nadar e competir para cuidar da saúde.**

Nadadores veteranos empenham-se para alcançarem bons resultados. p16-17

## Futsal feminino.

**Última chamada para a luta pelo título**

Jogo com o Sporting CP, no sábado, é decisivo. p18



naquilo que diz respeito à capacidade de trabalho, mas, parece-me evidente, que estamos em dívida para com todos que nos acompanham e acreditam em nós", revela.

### Bruno Silva, o talismã

Alguém que também tem sido protagonista nos jogos do SC Espinho é Bruno Silva, o guarda-redes que voltou ao clube em fevereiro. O jogo de domingo não será o primeiro do guarda-redes espinhense frente ao rival, pelo que a sua experiência poderá ser vital. A juntar à influência do jogador, o seu histórico frente ao União de Lamas também não deve ser descartado, uma vez que Bruno Silva nunca perdeu contra o adversário do próximo domingo. "É sempre um jogo diferente, com um cariz histórico, mas, acabam por ser mais três pontos que se vão disputar, não é por ganharmos ao União de Lamas que vamos ser campeões, há que ser constante durante toda a prova", considera o jogador.

Deixando de parte a componente emocional de um SC Espinho-União de Lamas, o próximo desafio dos espinhenses irá ser o mais difícil da temporada, tendo em conta a classificação. O rival tem-se revelado um líder autoritário da competição e os últimos desaires do SC Espinho só aumentaram a distância entre as equipas, mas Bruno confia na retoma aos resultados positivos. "Não pode ser esta a imagem que o clube está a dar, depois de uma 1.ª volta extremamente competente. É preciso perceber que o nosso rival é líder pela consistência, porque nós também temos qualidade", exclama.

O guarda-redes referiu ainda que "tem-se percebido, ao longo da prova, uma ajudinha a mais ao União de Lamas, algo que já era falado antes do Campeonato começar". "Por pormenores vai-se percebendo uma ajuda ao nosso rival, mas isso também não é desculpa. Não deixa de ser estranho que não tenhamos ganho mais nenhum jogo desde que o nosso presidente criticou a Associação de Futebol de Aveiro", lamenta. •



**Não há nada melhor do que ter a oportunidade de regressar às vitórias contra o maior candidato a subir"**

João Ferreira, treinador



**Por pormenores vai-se percebendo uma ajuda ao nosso rival, mas isso também não é desculpa"**

Bruno Silva, guarda-redes

## Derrotar o União de Lamas para ultrapassar a crise

**FUTEBOL. O SC Espinho vai procurar a sua primeira conquista desde 3 de março e a próxima oportunidade será contra o rival União de Lamas. Além de regressar aos triunfos, uma vitória no próximo jogo é sinónimo de parar o líder disparado do Campeonato Sabseg.**

GONÇALO RIBEIRO

A próxima jornada do Campeonato Sabseg irá trazer um dos encontros mais esperados da temporada. O SC Espinho irá receber o União de Lamas, no dia 14 de abril, domingo, numa altura em que os resultados não têm sorriso aos espinhenses.

Nos últimos cinco jogos, os tigres perderam três vezes, sendo que um destes desaires resultou na eliminação da Taça Distrital de Aveiro, e empatou em duas ocasiões.

O mais recente empate sucedeu na visita ao JuveForce, no dia 7, numa partida que não teve golos e que deixou a formação de João Ferreira com 54 pontos, na 4.ª posição, a 2 pontos dos 2.º e 3.º classificados, RD Águeda e Paços Brandão, respetivamente, e a 12 pontos do adversário de domingo, o líder União de Lamas.

### Clássico surge na altura certa

Relativamente ao próximo jogo, o técnico João Ferreira considera que uma possível vitória "representa um regresso aos resultados positivos, tal como uma

reafirmação da qualidade da equipa e das pretensões no Campeonato Sabseg". O treinador lembra que será "um encontro que surge na sequência de alguns jogos sem vitórias, em que a equipa oscila em termos de rendimento e até a nível de motivação. Por isso, não há nada melhor do que ter a oportunidade de regressar às vitórias contra o maior candidato a subir", indica.

Já lá vão cinco desafios sem saber o que é amearhar três pontos de uma só vez. O timoneiro espinhense refere que a equipa não tem conseguido os resultados com que habituou os seus adeptos e assume que o rendimento no último jogo ficou "claramente abaixo daquilo que já fizemos".

Ainda assim, o treinador recorda a derrota com o ADC Lobão, que ditou o afastamento da Taça Distrital de Aveiro, considerando que a equipa "fez uma exibição suficientemente competente para poder ultrapassar o adversário". João Ferreira realça, ainda, que os tigres atravessam uma altura de "alguma infelicidade e ineficácia, mas nunca de falta de vontade". "O jogo com o União de Lamas não significará uma resposta

### CAMPEONATO SABSEG



JUVEFORCE

0



SC ESPINHO

0

JORNADA 27. 07/04/2024  
Campo S. Tiago de Lobão, em Lobão

CARTÕES		SUBST.		AS EQUIPAS		CARTÕES	
V	A					A	V
		Diogo Neves	Bruno Silva				59
		Pedro Neves	Filipe Bastos				
	88	Ricardo Almeida	Alex Petrice		31		
		Ivo Mesquita	Tomás Martins				
		Raúl Silva	Vilas Boas				
		Tomás Santos	João Ricardo ©		62		
		© Phil Simões	Ministro		63	25	
		Hugo Ferreira	Filipe Leite				
	37	Cidley Nene	Diogo Martins				
	81	Mário Henrique	Sandro Semedo		63		
	66	Pedro Martins	Rafa Fonseca		63		
		<b>Guilherme Abreu</b>	<b>João Ferreira</b>				
		José Ramos	Miguel Borges				
		Klein Fuh	Diogo Pedras		63		
	88	Xavi Neto	Ángelo Oliveira		63		
	81	Diogo Mota	Duarte Santos				
	66	Paulo César	Denilson		31		
		Miguel Caria	Pedro Cerqueira				
	81	Mino	Doumbia		63		

ÁRBITRO: António Gomes (AF Aveiro) ÁRBITROS AUXILIARES: Bruno Lacerda e Leandro Magalhães AO INTERVALO: 0-0

### CLASSIFICAÇÃO

	J	V	E	D	F-C	P
1 U. Lamas	26	21	3	2	61-18	66
2 RD Águeda	27	17	5	5	44-32	56
3 P. Brandão	27	17	5	5	41-26	56
4 SC Espinho	27	16	6	5	47-18	54
5 Ovarense	27	15	8	4	61-27	53
6 Oliveira Bairro	27	13	8	6	40-29	47
7 ADC Lobão	26	13	5	8	37-24	44
8 Pampilhosa	27	9	9	9	29-34	36
9 Canedo FC	26	8	9	9	32-34	33
10 Bustelo	27	8	5	14	29-38	29
11 Juveforce	27	6	10	11	28-44	28
12 SC Esmoriz	27	5	11	11	34-45	26
13 Fiães SC	27	6	8	13	34-45	26
14 Fermentelos	27	6	6	15	29-43	24
15 ALBA	26	5	9	12	32-40	24
16 Estarreja	27	5	7	15	23-36	22
17 FC Cesarense	25	5	5	15	27-50	20
18 UD Mansores	27	3	5	19	21-66	14

### RESULTADOS 25.ª Jornada

Alba	1-0	Oliveira Bairro
Canedo FC	1-1	Pampilhosa
Estarreja	0-1	P. Brandão
<b>JuveForce</b>	<b>0-0</b>	<b>SC Espinho</b>
U. Lamas	4-0	Bustelo
Ovarense	1-0	Fermentelos
UD Mansores	0-2	ADC Lobão
SC Esmoriz	1-2	RD Águeda
Fiães SC	2-2	FC Cesarense

## Há um mês sem vitórias

O SC ESPINHO voltou a empatar no Campeonato Sabseg. Desta vez o nulo foi diante a JuveForce, em Ponte de Vagos, clube que está, agora, no 11.º lugar da tabela. Os tigres ocupam o quarto lugar, com mais um ponto que a Ovarense e menos dois do que o RD Águeda e o P. Brandão. O SC Espinho até dominou o jogo, mas faltou pontaria, agressividade e algum discernimento do meio-campo para a linha ofensiva. O resultado acabou por premiar o adversário. Na 1.ª Divisão (Zona Norte), o GD Ronda empatou, em casa (1-1) com a equipa B do Lusitânia de Lourosa. Diogo Gonçalves foi o autor do golo dos guetinenses no recomeço do segundo tempo, depois de terem estado a perder, ao intervalo. A equipa de Carlos Camarinha está no nono lugar da tabela classificativa e no sábado, às 16h00, vai defrontar a AD Nogueira da Rege-doura, no Campo Joaquim Domingos Maia, em Nogueira da Rege-doura. •

# defesa-ataque

## NATAÇÃO MASTERS

# Não há idade para nadar e para ganhar medalhas

**Não são muitos, mas são poucos e bons. A equipa de masters de natação do SC Espinho vem somando pódios em cima de pódios. O mais velho, António Canelas, é o impulsionador e mentor do grupo e, também, o que mais títulos tem acumulado ao longo dos anos. O objetivo será o de trabalhar em equipa, com os mais novos e os mais experientes.**



A equipa natação de masters do SC Espinho tem alcançado vários troféus e, no coletivo, ao longo dos anos, nunca ficou no último lugar

MANUEL PROENÇA

**SÃO MEIA-DÚZIA** e todos partilham o gosto pela natação. Com idades dispares, uns já estão na secção há muito tempo enquanto outros vestem o fato de banho tigre há menos. Mas o objetivo é comum: manter a atividade física praticando a natação. Se houver medalhas, melhor ainda.

A secção tem nadadores de várias idades que traçaram objetivos distintos. Uns querem resultados, outros praticam para se manterem apenas em atividade. O projeto de uma modalidade para os mais ve-

lhos, surgiu por parte de António Canelas. "Fiz a proposta para criar os masters no clube ao diretor da secção de natação do SC Espinho, Paulo Freitas. Foi uma forma de poder participar em provas nos masters. Ele aceitou e acolheu muito bem a ideia", recorda o mais velho e o percussor dos masters no SC Espinho.

O atleta mais medalhado do clube considera que os seus êxitos na natação "são a extensão daquilo que é a instituição SC Espinho e a sua secção de natação".

A ideia de Canelas surgiu já depois

de se aposentar como professor. "Comecei a pensar em manter-me ativo e senti ser fundamental ter uma atividade física. A natação foi a que melhor respondia às minhas características pessoais e o SC Espinho foi a minha opção", diz o nadador dos masters que representou o clube, sozinho, durante três temporadas consecutivas.

António Canelas foi mantendo viva a sua ideia e, aos poucos, foi trazendo mais atletas para junto de si até conseguir formar uma equipa. "No coletivo, ao longo destes anos, o SC Espinho nunca ficou no último

lugar", salienta com orgulho.

A maioria dos atletas que o clube foi tendo foi por convite, como é exemplo Fábio Floriano, Yolanda Rienderhoff e Américo Moreira, a mais recente aquisição.

Não é fácil entrar no espírito da competição dos masters, sobretudo pelo sacrifício e dedicação que envolve a prática da modalidade. "Alguns dos atletas que estiveram por cá acabaram por sair", diz António Canelas, acrescentando que a própria competição também envolve grande determinação uma vez que há nadadores masters a partir dos 26 anos de idade. "Isto faz com que as provas sejam muito competitivas", evidencia.

António Canelas não esconde que se dedica à natação, aos 74 anos de idade, com "muita seriedade", mas afirma que não é "escravo do cronómetro".

### MASTERS "SÃO UMA TRIBO" DA NATAÇÃO

O espírito de equipa está permanentemente em cima da mesa e sobrepõem-se ao interesse individual. Esta é a mentalidade e a cultura que António Canelas pretende.

"Os masters são uma tribo da natação e, por isso, levam esta atividade muito a sério. O talento ganha provas, mas os campeonatos são ganhos por uma equipa", evidencia o coordenador da equipa. "Aquilo com que nos preocupamos no SC Espinho é criar um espírito de equipa e fazer com que as pessoas, para além das suas atividades laborais, familiares e sociais, tenham uma prática desportiva normal e corrente", destaca.

António Canelas reconhece que "há um conjunto de responsabilidades colaterais (familiares e laborais) que levam a que haja muita dificuldade na assiduidade. Porém, os nadadores, dentro das suas disponibilidades, são extremamente assíduos", reconhece, acrescentando que há nadadores que treinam "quatro a cinco vezes por semana, além das competições".

Embora todo o seu carisma seja reconhecido pelo grupo, António Canelas recusa ser o treinador. "Assumo o papel de orientador e de coordenador deste grupo. Sou um autodidata e estudo bastante sobre a natação para poder partilhar os meus conhecimentos com os colegas", revela.

### DESLOCAÇÕES E DESPESAS CAEM NOS BOLSOS DOS ATLETAS

O importante apoio do SC Espinho é evidenciado por todos os nadadores. As inscrições são pagas pela secção e a piscina é-lhes disponibilizada pelo Município de. Con-

tudo, todas as despesas inerentes às participações competitivas são a expensas próprias. "Falta uma sponsorização que garanta a nossa participação em grandes provas", afirma António Canelas dando o seu exemplo. "Tenho três mínimos para o Campeonato da Europa, em Belgrado, mas não irei participar por falta de apoios. Participar numa prova destas seria muito importante não só para mim, mas para o SC Espinho, para a própria cidade e para o país", diz o nadador.

Independentemente destas dificuldades, a vontade de quem está na secção é a de fazer crescer a equipa. "Neste momento, a secção de natação tem entre seis a oito nadadores em prática efetiva. Porém, estamos dispostos a admitir mais. Gostariamos de alargar este leque de atletas, até porque as provas são extraordinárias e aliciantes. Cada uma das provas tem mais de 300 atletas! Os campeonatos nacionais chegaram a atingir os 900 atletas distribuídos pelos vários escalões", dá nota.

"Não é necessário ter grandes performances para se ser atleta da equipa de masters do SC Espinho", explica, sublinhando que no clube é privilegiado "o espírito de equipa". Um dos objetivos traçados é o de conquistarem o troféu para o Nadador Especialista. Para tal, no próximo ano, irão tentar participar num conjunto de provas que pontuam para esse troféu. "Este será o grande investimento e a aposta da nossa equipa", assume António Canelas.

### PERCURSOS E OBJETIVOS INDIVIDUAIS DISTINTOS

A equipa de masters conta com vários exemplos de nadadores que têm o objetivo comum de participar em prol da sua equipa. No entanto, os percursos e os objetivos individuais de cada um são distintos. Fábio Floriano tem 60 anos, é brasileiro, mas reside em Espinho desde 2017, altura em que passou a integrar a equipa.

"Desde criança que estou envolvido na prática de atividades desportivas. Nos Estados Unidos cheguei a praticar futebol americano e aos 22 anos procurei atividades físicas alternativas. Foi nessa altura que comecei a praticar natação em equipas", conta Fábio Floriano, acrescentando que foi procurando melhorar os seus tempos. "Criei objetivos e fui trabalhando em função dessa linha que defini tendo sempre presente a saúde e o bem-estar. Consegui encaixar a prática desportiva dentro da minha vida profissional e familiar. Consegui bons resultados dentro da minha disponibilidade", revela.

Fábio chegou a Portugal e quis



“

No coletivo, ao longo destes anos, o SC Espinho nunca ficou no último lugar”

**ANTÓNIO CANELAS,**  
NADADOR, 74 ANOS



“

A competição é um aspeto motivador e faz com tenhamos a coragem para que, nos dias mais difíceis, não faltemos a um treino, faça sol ou faça chuva”

**FÁBIO FLORIANO,**  
NADADOR, 60 ANOS



manter a sua atividade desportiva. “Li uma reportagem na Defesa de Espinho sobre o António Canelas e fui à piscina procurá-lo. Fizemos uma avaliação, tornei-me sócio do SC Espinho e entrei para a equipa de masters”, diz o nadador que sentiu “um bom acolhimento”, o que o motivou para a obtenção de resultados.

Fábio já traçou um objetivo: pretende superar os seus tempos. Porém, assume que “a competição é um aspeto motivador. Faz com tenhamos a coragem para que, nos dias mais difíceis, não faltemos a um treino”.

O master lembra que estão criados mecanismos que o motiva a trabalhar em equipa. “Temos uma equipa pequena que traz sempre resultados positivos”, explica.

Nas provas em que participa, Fábio Floriano chega a ter cerca de três dezenas de adversários pela frente

Fábio Floriano procurou António Canelas para poder integrar o SC Espinho



©FRANCISCO AZEVEDO

“

Infelizmente, neste momento faltam-nos elementos femininos. Não há muitas mulheres que queiram participar e competir. É por isso que não posso participar em estafetas”

**YOLANDA RIENDERHOFF,**  
NADADORA, 44 ANOS



Yolanda Rienderhoff tem-se destacado numa equipa maioritariamente masculina



IG

para crescer e para evoluir, sobretudo nos aspetos técnicos, mas confesso que nunca pensei que, aos 55 anos, iria fazer parte de um clube na natação. Nunca imaginei que iria participar em provas com esta idade”, assume.

**FALTAM MULHERES PARA AS PROVAS DE ESTAFETAS**

Yolanda Rienderhoff, tem 44 anos, é holandesa e está há cerca de cinco anos nos masters. É uma das nadadoras que mais medalhas tem conquistado e não pretende parar.

“Desde criança que pratico natação e fiz parte de uma equipa de competição no meu país aos 8 anos de idade”, diz Yolanda Rienderhoff que acabou por integrar a equipa master do SC Espinho por convite de António Canelas.

“Por gostar de nadar e de competir, aceitei o convite. Entendi que esta seria, também, uma boa forma de convívio com as pessoas de Espinho”, refere a cidadã holandesa.

Yolanda Rienderhoff reconhece que gosta imenso de participar nas provas em equipa, nomeadamente nas de estafetas. “Infelizmente, neste momento faltam-nos elementos femininos. Não há muitas mulheres que queiram participar e competir. É por isso que não posso participar em estafetas”, lamenta. “Não consigo entender por que razão não há muitas mulheres, mas creio que muitas têm uma vida profissional e familiar muito

“

Estou cheio de vontade de aprender, de crescer e de participar em competições. Quero fazer parte desta comunidade”

**AMÉRICO MOREIRA,**  
NADADOR, 55 ANOS



no seu escalão etário. “Há um registo muito profissional de tempos nos masters, pese embora o facto de sermos nadadores amadores. É um controlo muito rigoroso por parte da Federação Portuguesa de Natação” que lhes dá as respetivas classificações.

Imbuído no objetivo da sua equipa para a próxima época, Fábio Floriano pretende chegar ao troféu de Nadador Especialista. “No ano passado fiquei no quinto lugar e o nadador que ficou na terceira posição perdeu comigo nas provas em que concorremos. Por isso, pretendo obter um lugar no pódio”, assume. Para isso, é necessário ter “alguma capacidade financeira” e isso só será possível conseguir “através de patrocínios”.

**COM POUCO TEMPO, MAS COM VONTADE DE COMPETIR**

Américo Moreira tem 55 anos e é um dos mais novos elementos dos masters. Há cerca de três meses no

clube, foi também pela mão de António Canelas que passou entrar em competições.

“Vinha à piscina pelo prazer de nadar. Quando era miúdo tinha grandes dificuldades em nadar e, por isso, este nunca foi o meu desporto. No entanto, sempre tive a vontade de aprender mais para poder senti-me mais tranquilo quando ia para o mar”, revela. Américo Moreira tinha, um problema de saúde e a natação veio ajuda-lo imenso. Foi isso que o levou a que fosse mais assíduo e, por isso, acabou por evoluir.

Em contacto com António Canelas e com Fábio Floriano, surgiu o convite para fazer parte da equipa de masters, que aceitou, de imediato.

“Estou cheio de vontade de aprender, crescer e de participar em competições. Quero fazer parte desta comunidade”, evidencia Américo Moreira, acrescentando que “com a ajuda dos meus colegas de equipa sinto-me muito motivado”. “Reconheço que ainda tenho muito

intensa e com muito pouco tempo para se dedicarem a este desporto”, acrescenta.

“Há espaço para as mulheres poderem participar e para integrarem a nossa secção de natação”, apela a nadadora que garante que, apesar da vida intensa de trabalho que tem irá “continuar a praticar natação” porque tem como principal objetivo “cuidar da saúde”.

“Nadar, que é algo que gosto imenso, faz com que me sinta com mais energia e os resultados que vou conseguindo nas provas de natação motivam-me a continuar a treinar e a praticar esta modalidade”, conclui Yolanda Rienderhoff. ●

# defesa-ataque

## FUTSAL FEMININO



## Leoas levaram a melhor, mas Novasemente promete luta até ao fim

**A equipa feminina de futsal do Novasemente GD/Cavalinho perdeu o primeiro jogo dos play-offs dos quartos de final da Liga Feminina Placard, com o Sporting CP, na marcação de grandes penalidades. As leas estão em vantagem, mas as antenses têm a possibilidade de reverter a situação em caso de vitória, no sábado, em casa, e de trazer o derradeiro encontro para Cassufas.**

MANUEL PROENÇA

Apesar da derrota por 4-3 na marcação de grandes penalidades, após a igualdade (1-1) no prolongamento, o Novasemente GD mantém a esperança de levar os play-offs até ao terceiro encontro. No sábado, às 17h30, a equipa de Anta recebe o Sporting CP no pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas. No caso de vitória das antenses, a passagem às meias-finais será decidida a 20 de abril, às 19h00, em Cassufas. Por isso, todo o apoio será necessário para o próximo desafio. O gol de Carol obtido no pavilhão João Rocha, no decorrer da segunda parte, não chegou pois as leas mar-

caram pouco tempo depois, levando o encontro para as grandes penalidades, após o prolongamento.

Embora a equipa de Anta reconheça que a tarefa é bastante difícil, o grupo está completamente envolvido e empenhado. A guarda-redes antense, Vanessa Carvalho, reconhece que na partida de sábado passado "a equipa não se conseguiu impor como queria, principalmente a nível de finalização". "Acabámos por não conseguir golos e cometemos alguns erros que nos levaram ao prolongamento e de seguida aos penaltis. Nos penaltis o Sporting CP acabou por ser mais eficaz que nós", explica a guardiã.

Apesar de tudo, a vitória poderia ter sido alcançada porque o Novasemente GD "teve algumas boas oportunidades para marcar", reforça. Vanessa Carvalho destaca que a turma dos Altos Céus, na primeira fase da Liga Feminina, conseguiu "uma segunda volta invicta no campeonato" e que isso foi "fruto de muito trabalho". "Nada disso mudou, simplesmente nem sempre as coisas correm como desejamos", acrescenta acreditando que a equipa poderia ter trazido uma vitória de Alvalade.

"Estávamos cientes de que era uma deslocação difícil, porque iríamos defrontar

uma formação em crescendo" diz a jogadora revelando que a maior dificuldade esteve na "falta de agressividade em alguns momentos, no desaproveitamento de oportunidades de golo e na permissão para o Sporting CP criar as suas". Foi isto que, segundo Vanessa Carvalho terá levado ao empate e à decisão em penaltis.

### Equipa está mais forte e motivada

Apesar da derrota, a guarda-redes do Novasemente GD sente que a equipa está mais forte e coesa. "Estamos muito confiantes e motivadas para o segundo jogo. Sabemos que será difícil, mas estamos preparadas para dar tudo o que temos para vencer e o facto de jogarmos em casa também nos pode ajudar", afirma a jogadora.

Vanessa garante que estão "focadas em dar o melhor" e em "fazer um bom jogo", dispostas a "entrar em campo com o objetivo claro da vitória". "O foco está no bom desempenho, com conquista da vitória, e não na pressão do jogo decisivo", evidencia a atleta.

Para este segundo jogo do play-off, que é disputado à melhor de três, a guarda-redes do Novasemente GD quer ter casa cheia para que a equipa possa receber essa

força.

"Esperamos ter um grande apoio dos nossos adeptos no próximo jogo, como tem sido habitual. A sua presença será fundamental para nos ajudar a alcançar a vitória", diz a jogadora. ●



**Estamos muito confiantes e motivadas para o segundo jogo. Sabemos que será difícil, mas estamos preparadas para dar tudo o que temos para vencer e o facto de jogarmos em casa também nos pode ajudar"**

**VANESSA CARVALHO, GUARDA-REDES**

## TRAMPOLINS

### Diogo Cabral é vice-campeão europeu por equipas

**O ESPINHENSE** Diogo Cabral sagrou-se vice-campeão europeu de duplo minitrampolim por equipas masculinas no campeonato que decorreu em Guimarães.

O academista fez parte do quarteto da equipa portuguesa com Tiago Romão, Diogo Fernandes e José Domingues, concluindo a prova com 12 pontos, menos um do que a Espanha e mais três do que a Alemanha que ficou no terceiro lugar.

O ginasta de Espinho alcançou cinco pontos, tantos quantos Tiago Romão, enquanto Diogo Fernandes, no quarto lugar do segundo grupo, arrecadou mais dois pontos. ●

## SURF

### Núria Maganinho e Beatriz Costa vão a Matosinhos

**NÚRIA MAGANINHO**, da Associação Onda do Norte (AON) e Beatriz Costa, da Associação Mar de Espinho (AME), vão participar na segunda etapa da Liga MEO Surf, que começa na próxima sexta-feira e decorre até domingo no Porto e em Matosinhos.

A jovem surfista espinhense que representa a AON irá competir no Heat 6 com Mafalda Lopes, Érica Máximo e Concha Balsemão, enquanto Beatriz Costa irá integrar o Heat 5 com Maria Salgado, Constância Simões e Eva Jorge. Em prova estarão Teresa Bonvalot, a vencedora da primeira etapa, na Figueira da Foz e Maria Salgado que conquistou o primeiro lugar na primeira etapa do Projunior disputado no fim de semana passado, no Porto, onde Núria Maganinho alcançou a segunda bateria em competição com Maria Salgado, Lua Escudeiro e Gabriela Dinis. ●

## ATLETISMO

### Hélder Pires ficou em terceiro em Braga

**HÉLDER PIRES**, atleta dos Estrelas Vermelhas (EV) Peraltafil, alcançou o terceiro lugar no escalão M35 nos 21 quilómetros da Meia-maratonada de Braga. O atleta silvaldense conquistou, também, o 23.º lugar na classificação geral percorrendo a distância em 1h13m04s.

Renato Sousa, também do EV-Peraltafil alcançou o 15.º lugar no escalão sénior (20.º na geral) com 1h12m30s e Paulo Pinto foi o quinto classificado no escalão M45 (34.º da geral) com 1h15m06s. Manuel Bessa foi o 11.º no escalão M45 (69.º da geral) com 1h22m09s.

Na Corrida das Águas de Gaia (10 quilómetros), Ricardo Pereira alcançou o primeiro lugar da classificação geral e Vítor Santos foi ao lugar de topo do escalão M45.

Os atletas silvaldenses participaram, também, no Trail Desafio dos Arrozaís, prova realizada em Esteiro de Estarreja.

Pedro Magalhães alcançou o primeiro lugar da classificação geral, percorrendo os 12 quilómetros do percurso em 41m55s. José Henrique, também dos EV-Peraltafil chegou em primeiro no escalão M40 e foi sétimo da classificação geral com o tempo de 43m49s. ●

## FUTEBOL INFANTIL

# Rio Largo quer continuar a lutar em todas as frentes

A equipa está longe da liderança do campeonato, mas ainda não deitou a toalha ao chão. Em 4.º lugar na 1.ª divisão, a formação de Bruno Guimarães é uma das poucas que se mantém viva na Taça Cidade Espinho e na Taça Associação.



RICARDO GARZON

Apesar de estar longe do 1.º lugar a nível de pontos, o Rio Largo é um dos clubes com mais razões para sorrir na atual temporada, uma vez que é uma das poucas formações que ainda está viva nas outras competições. Na Taça Cidade Espinho, está nas meias-finais, juntamente com Leões Bairristas, Quinta de Paramos e Desportivo Ponte de Anta, e, na Taça Associação, segue em 1.º lugar do C, com três vitórias em três jogos.

O timoneiro do Rio Largo, que “veio para o clube para conquistar títulos”, não tem dúvidas: “a época tem sido extremamente positiva”. Bruno revela que tem sido feito um grande trabalho com o grupo para manter o foco. “Assumi que iríamos ser um candidato ao título, o que será muito difícil. Quanto às taças, assumi que estas não seriam competições para rodar o plantel, mas sim para ganhar. É por termos esta atitude que ainda estamos vivos em todas as frentes”, expressa.

Na próxima jornada, o clube irá visitar o Novasemente, formação que ocupa o 6.º lugar, longe de ter um lugar assegurado na 1.ª divisão na próxima época. Segundo Bruno Guimarães, a partida da próxima jornada irá exigir aos espinhenses “cuidados redobrados”, até pela recente de mudança de equipa técnica no adversário.

Na 2.ª divisão, Desportivo Ponte de Anta vai se mantendo em 1.º lugar, sem qualquer derrota, e com mais 3 pontos que o 2.º lugar, Bairro Ponte de Anta. Com menos 3 pontos, AD Guetim fecha o pódio. ●

GONÇALO RIBEIRO

No último fim de semana voltou-se a disputar mais uma jornada na 1.ª e 2.ª divisão de futebol popular espinhense. Na principal divisão, foi mais um ‘dia no escritório’ para o líder Quinta de Paramos, que foi vencer ao terreno do lanterna-vermelha, Império Anta, por 0-2 e conseguiu a 11.ª vitória em 12 jogos do campeonato.

A mais recente jornada da prova foi duplamente saborosa para a formação paramense, uma vez que os Leões Bairristas, que ainda são os perseguidores mais próximos, perderam frente ao Cantinho da Ramboia, 3.º classificado, por 2-1. Com 18 pontos por disputar, a Quinta de Paramos leva uma vantagem de 9 para o 2.º classificado.

## À procura de um lugar ao sol

Quem aproveitou o confronto entre 2.º e 3.º classificados foi o Rio Largo, ocupante do 4.º lugar. A equipa treinada por Bruno Guimarães recebeu e venceu as Águias de Paramos por 2-0 e chegou aos 22 pontos, menos 3 que os Leões Bairristas e menos 2 que o Cantinho da Ramboia.

Em análise a essa partida, o técnico do Rio Largo lembra que “um jogo contra as Águias é sempre muito combativo, com muitos duelos”. “Foi um encontro muito conseguido da nossa parte, preparamo-nos bem a nível estratégico e fomos bem-sucedidos. Defendemos muito bem, principalmente nas bolas paradas, onde eles são muito fortes”, argumenta o técnico.

## ALL DANCE PORTUGAL 2024

## MTV Dance Academy premiada como melhor escola

A MTV Dance Academy, escola de dança do SC Espinho, dirigida por Patrícia Calado, foi premiada como Melhor Escola New All dancer 2024, no All Dance Portugal 2024 que decorreu no Euro-parque, em Santa Maria da Feira. A Giselle Academia de Dança (GAD) destacou-se com o Prémio Especial Melhor Escola Crianças - Grand Corybant Júnior e foi considerada a terceira Melhor Escola de toda a competição. A prova, que contou com seis dias de competição, com 160 escolas de todo o país e cerca de 4000 bailarinos, premiou a MTV Dance Academy 51 coreografias com medalha de ouro, 18 com medalha de prata e oito com medalha

de bronze. A escola do SC Espinho trouxe, ainda, uma menção honrosa para o estilo de Afro.

A GAD alcançou, ainda mais dois quartos lugares em solos – solo contemporâneo volúvel para Maria Miguel Lima com a coreografia de Carolina Freire e solo ballet odalisque variation para Bárbara Amorim, com adaptação coreográfica de Cláudia Santos.

A Escola de Ballet Isabel Lourenço também marcou presença com 30 alunos que competiram em 18 coreografias em solos, duetos, trios, grupos pequenos e grandes trazendo 12 prémios - cinco medalhas de ouro e sete medalhas de prata. ●

## BOCCIA

## Ana Catarina Correia chamada à seleção nacional



A atleta do SC Espinho, Ana Catarina Correia, está em Zagreb, Croácia, onde irá participar no World Boccia

Challenger em representação da seleção nacional de boccia.

A tigre irá participar na prova individual, que decorrerá até quinta-feira [11 de abril] e na prova coletiva na sexta-feira e no sábado [12 e 13 de abril].

Num ano de preparação paralímpica, esta será uma prova importante para avaliar o estado de forma da espinhense, ainda mais porque na competição estarão presentes seis das 10 principais jogadoras europeias na sua classe. ●



# 10%

DESCONTO EXTRA\*

\*sob o preço de outlet mediante a apresentação do voucher Defesa de Espinho Válido até 31/07/2024

## GRANDES OPORTUNIDADES A PREÇO OUTLET!

EM TODA A GAMA EINHELL e KWB.

LOJA OUTLET

EINHELL PORTUGAL



Aberto todos os dias úteis das 09:00 às 12:00H

Rua da Aldeia 225 Arcozelo - Vila Nova de Gaia



# Castelo Branco: Uma maravilha raiana com cultura, natureza e tradição



Além do castelo local, da gastronomia e de vários pontos culturais, visitar Castelo Branco no próximo fim de semana é sinónimo de celebração da Romaria da Nossa Senhora de Mércóles, a maior festa anual da cidade.



GONÇALO RIBEIRO

## **dia 1** COM PARTIDA EM ESPINHO,

irá ter pela frente uma viagem de 2h30 até chegar a Castelo Branco, uma cidade encantadora localizada na região Centro, um destino repleto de história, cultura e beleza natural. Tem uma forte oferta cultural, com museus dedicados à arte e história local, bem como uma variedade de eventos e festivais ao longo do ano, entre eles, a Romaria de Nossa Senhora de Mércóles, que se celebra no segundo domingo depois da Páscoa.

Ao chegar na manhã de sábado, o s

variados produtos locais que se encontram disponíveis no Mercado Municipal convidam os visitantes a desfrutarem pequeno-almoço revigorante antes de iniciar as explorações ou a um lanche a meio da manhã, se assim o entender.

Deseguida, uma visita ao imponente castelo concede uma introdução fascinante à história da região, com suas muralhas centenárias e vistas panorâmicas deslumbrantes. A sua construção terá sido efetuada no século XIII, sendo que a segunda cintura de muralhas só foi construída no século seguinte, a mando do rei D. Afonso IV.

Para o almoço, os restaurantes tradicionais da cidade são a escolha perfeita para provar a culinária autêntica da Beira Baixa, como o Palitão, onde se



recomendam, entre outros pratos, as migas de pão e as bochechas estufadas com arroz de feijão.

À tarde, após um almoço revigorante, opte por um passeio do centro histórico, que irá revelar a beleza arquitetónica de Castelo Branco. Uma visita à Sé Catedral, também conhecida como Igreja de S. Miguel, e ao Jardim do Paço Episcopal, fundado no século XVIII, irá proporcionar uma visão mais profunda da herança cultural da cidade.

Caso ainda tenha tempo, uma visita ao Museu Cargaleiro pode oferecer uma visão fascinante do trabalho do renome a d o

artista português que dá nome ao estabelecimento, com as suas poéticas pinturas e esculturas cativantes. À noite, um jantar no restaurante Retiro do Caçador, um local onde se recomenda o arroz-doce e a chanfana. De maneira a descansar e recarregar energias para mais um dia de descoberta, repouse na Pousada Convento de Belmonte, situada na tranquilidade da natureza da região, com vista privilegiada para a Serra da Estrela.

**dia 2** NA MANHÃ de domingo, comece por conhecer a Capela de São João, um local com uma arquitetura barroca impressionante, situada num recanto rochoso e, acredita-se, que será datado do século XVI. Caso ainda tenha tempo durante a manhã,

### Romaria de Nossa Senhora de Mércóles

A maior celebração da cidade inicia-se no segundo domingo depois da Páscoa e prolonga-se até à terça-feira seguinte.

### Castelo de Castelo Branco

Também conhecido como Castelo dos Templários, o histórico monumento concede vistas panorâmicas privilegiadas para o centro da cidade.

### Palitão

Entre os vários restaurantes da cidade, o Palitão apresenta diferentes pratos de cozinha portuguesa no seu cardápio, destacando-se as migas de pão ou as bochechas estufadas.

### Pousada Convento Belmonte

Difícilmente arranjará um local melhor para descansar e, ao mesmo tempo, poder apreciar uma vista fantástica para a Serra da Estrela.

### Parque do Barrocal

No Parque da cidade albicastrense poderá apreciar a fauna e flora características da região.

não desperdice a oportunidade de visitar o Parque do Barrocal. Através dos seus caminhos e passadiços, esta maravilha granítica permite aos visitantes uma vista privilegiada para diferentes faces da natureza. Além da vertente geológica, é possível apreciar diferentes tipos de árvore, como o carvalho-negral ou a azinheira, e animais, como a raposa, o coelho-bravo ou a coruja-do-mato.

Despeça-se dos sabores de Castelo Branco com o restaurante Dona Ferreirinha e aproveite para provar os recomendados bife à portuguesa e naco na pedra. De seguida, siga até à Ermida de Nossa Senhora de Mércóles para se juntar à celebração local.

A já mencionada Romaria de Nossa Senhora de Mércóles é a festa da cidade que se irá celebrar a partir do próximo domingo e vai estender-se até à terça-feira seguinte, que será um feriado municipal. Segundo conta a tradição, a Romaria, que remonta ao século XVI, é uma forma de agradecimento do povo albicastrense a Nossa Senhora por ter evitado uma praga de gafanhotos, que, consequentemente, evitou a destruição de colheitas dos agricultores, e é celebrada na Ermida.

Antes de abandonar Castelo Branco e caso não queira ocupar toda a sua tarde na celebração local, não deixe de visitar a Albufeira da Barragem da Marateca ou as Portas de Almourão, para ter um último contacto com a natureza desta região. ●

OFF.

# Históricos moinhos de Espinho e as histórias pessoais das famílias que os mantêm vivos



©SARA FERREIRA

identidade com características muito específicas, numa harmonia perfeita entre o mar e a terra, com destaque para a sua hidrografia, identificada por um conjunto de ribeiros, paralelos entre si, que escapam às bacias do Douro e Vouga em direção ao oceano", refere o coordenador do projeto, Armando Bouçon, destacando que "a existência destes rios e ribeiros, com as suas levadas e açudes, que perpassam o concelho, levaram a que o homem construísse nas quatro freguesias rurais vários moinhos de água".

"Dar a conhecer um sistema de moagem tradicional, que identifica a vida, cultura e memória local de um povo, que merece ser preservado e divulgado principalmente junto das gerações mais novas, foi o intuito que levou à realização deste documentário", evidencia Armando Bouçon.

## Uma viagem na história

Do Grão à Mó - Moinhos do Concelho de Espinho, não é meramente um documentário, mas "é uma viagem ao coração da nossa identidade rural, explorando o papel crucial desempenhado pelos moinhos hidráulicos na economia e na sociedade", refere a nota de introdução ao documentário, acrescentando que os existentes no concelho de Espinho são "movidos pelas águas das ribeiras do Mocho, de Silvalde e de Rio Maior" e que "são testemunhos vivos de uma era definida pelo trabalho árduo e pela comunhão com a natureza".

"Esta exibição especial visa não apenas preservar, mas também partilhar com as novas gerações, o inestimável valor deste património, sublinhando a importância de conhecer e respeitar as tradições que moldaram o nosso passado", conclui.

O documentário estará em exibição no Centro Multimeios de Espinho amanhã [12 de abril], às 11h00, e é destinado especialmente à comunidade escolar espinhense. ●



São testemunhos vivos de uma era definida pelo trabalho árduo e pela comunhão com a natureza"

Armando Bouçon,  
coordenador do projeto



## DOCUMENTÁRIO.

**Do Grão à Mó é o título do documentário apresentado, no domingo [7 de abril] que retrata a história dos moinhos no concelho de Espinho. Trata-se de um trabalho elaborado pelo próprio Município e que foi inserido nas comemorações do Dia Nacional dos Moinhos e que traduz a história no âmbito da cultura da região.**

MANUEL PROENÇA

O trabalho coordenado por Armando Bouçon, com investigação e textos de Andrea Magalhães e Mafalda Silva, narração de Mário Augusto e realização de Filipe Couto, tem a finalidade de "dar a conhecer um importante património histórico do concelho, os moinhos de água, de reconhecido valor, que reflete as vivências e histórias dos nossos antepassados, que em tempos idos tinham uma presença ativa num ambiente rural onde este património se edificou", sublinha a própria presidente da Câmara Municipal de Espinho, Maria Manuel Cruz.

"O concelho de Espinho possui uma

## CULTURA

### Salitre regressa a 20 de abril

O Salitre regressa a 20 de abril, às 22h30 ao seu local habitual para a nona edição. O rock'n'roll será o tema-forte com Population 5, Os Overdoses e The Ema Thomas num alinhamento que a organização considera ter sido "escolhido para aquecer" o Doo Bop.

Nesta edição regressa o Mercado das Artes que irá realizar-se na Gelataria Esquimó, também no dia 20, a partir das 14h30. As inscrições já se encontram abertas e poderão ser feitas através do preenchimento de um formulário. Esta edição irá contar com a nova colaboração com o festival Basqueiral que é realizado em Santa Maria de Lamas. Todos os que tiverem passe geral para o festival, terão acesso gratuito a este evento da Salitre, bastando que apresentem o bilhete à entrada do evento. ●

### Banda de Espinho com concerto na Igreja Matriz

A Banda de Música da Cidade de Espinho vai realizar no próximo dia 21 de abril, pelas 17h00, o concerto comemorativo do seu 185.º aniversário, na Igreja Matriz de Espinho.

O concerto sob direção do Maestro Hélder Tavares, está inserido nas comemorações da reabertura da Igreja Matriz após as obras de requalificação. ●

### Atelier de Primavera na Palavraria

A Palavraria vai realizar no domingo [14 de abril] um Atelier de Primavera com música para bebés e crianças dos 10 meses aos cinco anos de idade.

A iniciativa irá decorrer nas instalações da Palavraria, na rua 22 e a lotação será limitada, carecendo inscrição e o pagamento de 9 euros por criança e de 4 euros por adulto ou por criança extra. ●

### Leitura em ucraniano na Biblioteca Municipal

A Biblioteca Municipal de Espinho José Carmelo e Silva irá realizar uma atividade com a ucraniana Tamara Krasnokutskay, no próximo dia 20 de abril.

A iniciativa será destinada a crianças ucranianas – "Quem é que vai fazer a neve?" –, às 11h00 e a adultos com "Poesia e vinho", às 15h00.

O intuito será o de "divulgar uma pequena coleção de livros ucranianos" que a Biblioteca Municipal recebeu e, também, "proporcionar à comunidade atividades de promoção da leitura", que devido à calamidade na Ucrânia "está impedida de voltar ao seu país". ●

OFF.

## Fado e humor em destaque no Casino Espinho

O **CASINO ESPINHO** vai acolher, a 23 de maio, um jantar espetáculo onde Carminho é a principal protagonista.

A artista, considerada como uma das principais vozes do fado e com uma projeção internacional cada vez mais proeminente, chega à cidade para apresentar Portuguesa, o seu mais recente álbum que conta com 14 temas. O momento tem um custo de 70 euros por pessoa.

No entanto, a comédia também vai chegar ao casino e é logo no início do próximo mês. Todas as quartas-feiras de maio, junho e julho vão ficar marcadas por várias gargalhadas com "The Comedy Club", uma programação dedicada ao humor que acontece sempre às 22 horas.

De acordo com a organização, os eventos são de entrada gratuita e cada sessão, no Salão Atlântico, terá um comediante diferente. O estreado é Jel, que se prepara para provocar sorrisos a 1 de maio. Trata-se de "um artista de mão cheia, que tanto é músico, como comediante, realizador ou, até mesmo, produtor e que já animou o público em tantos espetáculos e registos", caracterizando-se assim como "um dos mais versáteis, acarinados e reconhecidos pelo público português". Na noite de 8 de maio é a vez de Fernando Rocha subir ao palco. Sem precisar de grandes apresentações, o humorista vai contar as suas habituais anedotas. Após o sucesso dos últimos anos, o norrenho vai pisar pela primeira vez o palco do Casino Espinho. Para um espetáculo que promete "animar toda a plateia".

Para a terceira sessão do The Comedy Club está reservado um espetáculo de Joel Ricardo Santos. "Músico desde os seis anos, subiu ao palco como comediante em 2011, e desde então tem sido um marco da comédia nacional, pelo ritmo e energia que o identificam", dá nota o Casino Espinho, sobre o artista que se apresenta a 15 de maio.

Logo a seguir chega Eduardo Madeira. Na noite de 22 de maio, "as gargalhadas serão servidas em Tour Mundial, "um solo de comédia inebriante". Trata-se do novo espetáculo do humorista e ator que recupera os anos 80 e 90.

Já na última quarta-feira de maio será tempo de ver e rir com Tiago Almeida que descobriu a carreira na comédia depois de perceber que "detestava trabalhar em Direito, o que fez com que começasse a subir ao palco em noites de stand-up". • LV

## agenda

**1 ABR**

**Red Flag – Standup Centro Multimeios de Espinho**

**Horário: 21h30**

**Bilhete: 12,50€**

Red Flag é o novo espetáculo a solo de Manuel Cardoso.

**12 ABR**

**Cinema: Do Grão à Mó – Moinhos do Concelho de Espinho**

**Centro Multimeios de Espinho**

**Horário: 11H**

A entrada livre e gratuita, mas é necessário o levantamento dos bilhetes no local.

Documentário "é uma viagem ao coração da identidade rural, explorando o papel crucial desempenhado pelos moinhos hidráulicos na economia e na sociedade. Movidos pelas águas das ribeiras do Mocho, de Silvalde e de Rio Maior, estes moinhos são testemunhos vivos de uma era definida pelo trabalho árduo e pela comunhão com a natureza".

**13 ABR**

**Ana Lua Caiano & Projeto Benjamim**

**Audatório de Espinho – Academia**

**Horário: 21h30**

**Bilhete normal: 8€**

Ana Lua Caiano apresenta-se em colaboração com o Projeto Benjamim, ensemble constituído por alunos da Academia de Música de Espinho e da Escola Profissional de Música de Espinho, com arranjos criados especialmente para o efeito.



**13 ABR**

## SESSÃO DE CONTOS

**Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva**

**Horário: 11H**

Iniciativa destinada a crianças dos 3 aos 6 anos. "As histórias sempre fizeram parte do imaginário das crianças, através da tradição oral e da literatura infantil. A sessão de contos proporcionará às crianças momentos de afeto em torno do livro, promovendo a leitura, estimulando a linguagem, a imaginação e o seu desenvolvimento".  
Inscrição:  
<https://bibliotecamunicipal.espinho.pt/pt/documentos/formularios/sessao-de-contos/>

**18 ABR**

**Comemoração do Dia Internacional dos Monumentos e Sítios**

**Visitas gratuitas ao Museu de Lamas**  
Visitas livres e orientadas à exposição permanente do museu, tal como possibilidade de assistir ao restauro ao vivo.  
Horário: 09h30-12h30/14h-17h (visitas livres); 11h e 15h30 (visitas orientadas)

**18 ABR**

**Onda Poética Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva**

**Horário: 21h30**  
Iniciativa inserida na programação festiva da Cooperativa Nascente sobre os 50 anos do 25 de Abril.

**20 ABR**

**Leitura destinada à comunidade ucraniana Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva**  
Público alvo: Comunidade ucraniana  
Entrada livre e gratuita

**20 e 21 ABR**

**Bem Gil & Moreno Veloso Audatório de Espinho – Academia**

**Horário: 21h30 e 18H**  
Espetáculo celebra trajetórias pessoais, a amizade e a música.  
Bilhete normal: 10€

**26 e 30 ABR**

**Canções de Liberdade**

**Audatório de Espinho – Academia**

**Horário: 21h30**

**Bilhete normal: 8€**

"Sob inspiração da Revolução dos Cravos e do cinquentenário que dela se celebra em 2024, a Orquestra de Jazz de Espinho apresenta mais um ambicioso projeto, lançando o reperto a oito compositores para criar obras inéditas sobre canções icónicas que, à volta do globo, materializaram o protesto, a luta pela liberdade, a defesa dos direitos humanos, da justiça e dos mais elementares princípios da dignidade humana".

**24 ABR**

**Espectáculo sobre o 25 de abril Audatório Nascente**

**Horário: 22H**  
Uma criação conjunta do Teatro Popular de Espinho e do grupo musical "Tordilhões"

**25 ABR**

**Exibição de curtas-metragens Museu Municipal de Espinho**

**Horário: 15H**  
O Resgate da Cor, O Mural da Liberdade e Como era a escola antes e agora são os três trabalhos que vão ser apresentados. De seguida, a sessão vai contar com uma conversa e com a participação de Fernando Saraiva, António Bruno, João

Católico, Ema Lavrador e Leonor Henriques.

**25 ABR**

**Caminhada Solidária Silvalde**

**Horário de início: 10H**  
Ponto de encontro junto à Junta de Freguesia de Silvalde

**ATÉ 27 ABR**

**Exposição: Liberdade – 50 anos, 50 mulheres, 50 dias**

**FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho**

Exposição coletiva de 50 mulheres em diversas áreas como a pintura, escultura, o desenho ou a fotografia. Alzira Relvas, Inês Sousa Cardoso, Paula Bacelar, Ana del Rio ou Ana Pais Oliveira são apenas algumas das artistas convidadas que vão expor.

**ATÉ 28 ABR**

**Exposição: A Verdade Dói Centro Multimeios de Espinho**

28 pares de sapatos de mulheres vítimas de violência doméstica e de género estão expostos e são acompanhados pelos vários testemunhos que relatam cada história em particular. A exposição que é também uma instalação "dá voz a inúmeras mulheres que viram as suas vidas destroçadas por atos de violência", recordando que "a violência contra as mulheres é uma das mais transversais à história e sociedades do mundo, atravessando classes sociais e idades".

**ATÉ 31 MAI**

**Exposição Liberdade e(m) Poesia**

**Museu Municipal de Espinho**

"A comunidade educativa das escolas públicas do concelho de Espinho foi convidada a participar na exposição Liberdade e(m) Poesia, promovida pela Divisão de Educação e Cultura da CME. O desafio consistiu em criar um trabalho artístico para participar neste projeto coletivo, que pretende celebrar a magia da imaginação associada aos 250 anos do concelho de Espinho, aos 50 anos do 25 de Abril de 1974 e à celebração da vida e obra de Sophia de Mello Breyner Andresen. Os alunos podem participar com um desenho, pintura ou outro tipo de trabalho artístico" •

Qualidade e conveniência, aos melhores preços.

SUPERMERCADO

# Novo Oriente

RUA 31, N.º 914 ESPINHO ☎ 22 734 6230

COVIRAN

OFF.

# À procura de sustentabilidade na indústria têxtil

**Diana Ferreira, de 38 anos, é investigadora e divide o tempo entre Guimarães, Espinho e Nogueira da Regedoura, de onde é natural. A trabalhar no Centro de Ciência e Tecnologia Têxtil da Escola de Engenharia da Universidade do Minho, lidera uma equipa de investigação e está focada em construir uma indústria têxtil mais sustentável.**



SARA FERREIRA

LISANDRA VALQUARESMA

## Encontra-se a trabalhar no Pacto da Bioeconomia Azul. Em que consiste o projeto?

Temos vários projetos relacionados com o aproveitamento de resíduos e a procura de novas fontes naturais para a produção de novos materiais, neste caso fibras para a construção e desenvolvimento de novas estruturas têxteis. Temos várias fontes naturais e uma delas é o mar, onde podemos ir buscar as algas e até as redes de pesca que não são utilizadas. O objetivo é produzir novas fibras que depois vão ser aplicadas nas mais variadas áreas.

## O ambiente está sempre em primeiro plano?

Sempre. Temos um foco muito grande na sustentabilidade dos processos e dos materiais. Ou seja, tudo o que nós usamos, mas também como o fazemos, é com o objetivo de respeitar a economia circular que falamos hoje em dia.

## Quando começou a desenvolver o projeto?

Neste momento, estou inserida em cinco projetos do PRR (Plano de Recuperação e Resiliência). No caso do Pacto da Bioeconomia Azul, a Universidade do Minho é um parceiro. Cada consórcio tem cerca de 70 empresas ou 100 empresas e instituições, por isso, estamos a falar de projetos onde existem mais de 100 parceiros. Cada um tem as suas atividades, mas é suposto alavancar a investigação, o emprego e a indústria em Portugal. Estamos em cinco projetos que começaram em 2022 e vão até final de 2025.

## Em que fase está atualmente?

Estamos na fase de investigação e desenvolvimento. Já extraímos os alginatos das algas para produzir novas fibras, já testamos novas ma-

lhas com restos das redes de pesca e agora estamos a funcionalizar os tecidos com pigmentos que tiramos das algas que podem também ter propriedades antioxidantes e antimicrobianas.

## Há a ideia, para quem está de fora, que são sempre margens curtas para este tipo de projetos. Este tempo chega?

Não. Quando temos estes projetos com estas empresas todas há urgência em colocar em prática. A empresa quer desenvolver as ideias e as soluções e colocá-las logo nas linhas de produção e no mercado. No entanto, esquecemo-nos que para produzir um novo material há uma data de tempo de investigação e gente que é preciso respeitar. Quando se trata deste género de projetos já mais práticos é possível, mas é sempre preciso mais tempo para consolidar as ideias.

## Que conclusões espera alcançar?

Espero que tenhamos tecidos capazes de serem utilizados em novas roupas, novos têxteis feitos à base de resíduos do mar. Neste caso, as redes de pesca, por exemplo, porque, às vezes, as redes de pesca ficam no mar, vão-se destruindo, criando os microplásticos que, depois, são um problema a nível de poluição. Além disso, espero também que consigamos ter cores novas na nossa linha de tingimento a partir dos extratos das algas, esperando que essas roupas tenham propriedades ativas. No fundo, o que espero é que isto seja tudo posto em prática e tenhamos novas soluções para fazer face à problemática da indústria têxtil hoje em dia e encontrar novas fontes biodegradáveis para termos menos resíduos.

## Trata-se de uma indústria bastante poluidora...

Sim. Temos mais dois projetos rela-

cionados com a reciclagem têxtil e só agora que estou um pouco mais dentro do assunto é que se percebe que há toneladas e toneladas de resíduos têxteis e do calçado que estamos a tentar encontrar soluções. É um flagelo dos nossos tempos a poluição da indústria e a investigação



**Espero que tenhamos tecidos capazes de serem utilizados em novas roupas, novos têxteis feitos à base de resíduos do mar”**



Diana Ferreira está ainda envolvida em mais projetos em simultâneo, coordenando a equipa de 16 investigadores. Destaca-se a tentativa de recuperar resíduos da indústria do calçado para produzir novas estruturas como, por exemplo, palmilhas inteligentes.

tem este papel de tentar ajudar as empresas a encontrar novas formas de reciclagem química, biológica, mecânica para conseguir separar as fibras, para conseguirmos processar e para termos melhores fios reciclados.

## Sempre quis ser investigadora?

Acho que sempre quis, mas não sabia. Em Espinho, fazia parte dos grupos de teatro, adorava e queria enveredar pelo teatro, mas sempre com a base científica em mente, pois sempre gostei de química e biologia, principalmente. Foi quando entrei em química que descobri que era aquilo.

## Na escola já havia esse interesse pela química?

Já e muito cultivado pelos professores que tive. Frequentei sempre a escola em Espinho e foi na Escola Secundária Gomes de Almeida

que comecei a gostar de química e biologia.

## Este trabalho obriga-a a estar longe de Espinho...

Sim. Como estudei Química na Universidade de Coimbra e depois fui para Lisboa fazer o doutoramento, já estou há muitos anos longe de Espinho, portanto não é uma novidade, mas sinceramente pesam algumas saudades da família, do mar e dos amigos. Sou de Nogueira da Regedoura, mas desde os três anos que a minha vida foi sempre passada em Espinho.

## O mar de Espinho é uma inspiração para o seu trabalho?

Sempre foi uma inspiração. Em várias ocasiões, quando estava na praia e via as algas, lembrava-me que podíamos aproveitar aquilo. Hoje em dia também sabemos que as algas são uma ameaça para o ecossistema marinho. Atualmente aparece imensa quantidade de Sargaço, uma espécie de algas invasora e isso vê-se muitos nas Caraíbas, mas em Portugal já se encontra em algumas praias.

## Como é ser professora?

É muito desafiante e, ao mesmo tempo, permite-me passar o conhecimento aos outros. Não imaginava que seria professora. Tenho um contrato de investigadora na Universidade do Minho e contempla algumas horas de docência. Dou aulas teóricas, práticas e de laboratório por convite do departamento e comecei realmente a gostar e a perceber que se calhar tenho alguma vocação.

## Há algum projeto que gostasse de integrar no futuro?

Essa é uma pergunta difícil. Acho que hoje em dia estou na área que gosto e ambiciona desenvolver ainda mais estas soluções para focar também na área da saúde. ●



“Não é bom as pessoas sentirem que já não é apelativo ir para medicina. Do ponto de vista financeiro já não é apelativo há muito tempo”

**Hélder Morgado,**  
cirurgião pediátrico, p6

“Não podemos, contudo, ignorar que este excedente é uma migalha no trajecto do tanto que ainda falta por percorrer”

**Tito Miguel Pereira,**  
opinião, p13



Não há nada melhor do que ter a oportunidade de regressar às vitórias contra o maior candidato a subir”

**João Ferreira,**  
treinador do SC  
Espinho, p15



**faladura**

**TEMPO ESPINHO:**

QUI • 11		25° 12°
SEX • 12		26° 13°
SÁB • 13		24° 14°
DOM • 14		23° 14°
SEG • 15		20° 12°
TER • 16		21° 11°
QUA • 17		22° 12°
QUI • 18		21° 13°

Fonte: www.ipma.pt

**NÚCLEO DO SC PORTUGAL**

## “Queremos transformar este Núcleo num vulcão verde em Espinho”

**A comemorar os 30 anos do Núcleo do Sporting CP de Espinho, o presidente, Humberto Cálix, e a esposa, Maria Luís Ribeiro, têm dado uma nova vida ao estabelecimento, encorajando os sportinguistas espinhenses a não ficarem em casa.**

GONÇALO RIBEIRO

### Qual é o simbolismo deste aniversário do Núcleo?

Este aniversário simboliza tudo com destaque ao nível de homenagens a todos que deram tudo para estar no Núcleo. Entre estas pessoas está o Sr. Meneses, da Tipografia Meneses ou o Sr. Sr. Manuel Silva.

A celebração também serve para que o Núcleo se afirme na cidade de uma vez por todas. Além de ser o mais antigo de Espinho, pertence a essa grande instituição que é o Sporting CP, que tem de ser dignificada através dos seus Núcleos.

### Sentia que os sportinguistas de Espinho estavam menos ativos?

Não gosto de criticar as anteriores direções, como é óbvio, porque cada um trabalha à sua maneira. No entanto, é um facto que o Núcleo de Espinho passou um período menos favorável e que afastou os sportinguistas da cidade.

Uma das grandes batalhas desta direção é trazer estes sportinguistas de novo à Casa. As pessoas têm de perceber que isto é um Núcleo do Sporting. Toda a gente é bem recebida, desde que venha por bem, mas isto é um Núcleo sportinguista e



Humberto Cálix é presidente do Núcleo do Sporting espinhense desde outubro de 2023.

Espinho é uma cidade recheada de sportinguistas.

### Que celebrações têm planeadas para o 30.º aniversário?

Além de excursões que temos organizado, queremos que as raízes espinhenses estejam presentes nas celebrações, por isso é que vamos ter a artista Irene Vieira a fazer o *welcome drink*, no jantar do 30.º aniversário do Núcleo, que terá lugar no Centro Luso Venezuelano, a 13

de abril. Nesse jantar, também vamos ter homenagens a atletas espinhenses que deram vários anos da sua vida ao Sporting, como o Miguel Maia, Filipe Vitó, João Fidalgo ou o Hugo Ribeiro.

A nível de outras figuras do Sporting, se a saúde o permitir, teremos a presença do Manuel Fernandes, além do Augusto Inácio e o Trinda-de Barros, um homem que foi sempre das direções do clube e muito

próximo dos Núcleos.

Irá ser uma festa de gala e, talvez, a festa do título, mesmo que a matemática ainda não permita festejos nessa altura. Uma das três promessas que fiz quando tomámos posse foi festejar o título do Sporting nestas instalações pela última vez. Vamos sair desta Casa, algo que nos deixa tristes, uma vez que foi vendido antes de termos assumido a direção. Uma das coisas que pedi ao senhorio foi que nos deixasse festejar o título de 2023-2024 e, depois disso, irei entregar as chaves.

As outras promessas têm a ver com o festejo do aniversário e com a transparência. As contas estão à vista de todos e está tudo pago, não há dívidas. Destas promessas, só falta mesmo o festejo do campeonato.

### As excursões são para ver jogos?

Sim. É um motivo de orgulho saber que conseguimos levar pessoas a ver um jogo do nosso clube em casa pela primeira vez, quer seja pessoas com 90 anos ou crianças.

### Já sabem onde serão as novas instalações do Núcleo?

Essa mudança irá acontecer, mas ainda não temos nada certo, porque estamos concentrados neste momento de celebração.

### Que mudanças em concreto é que podem surgir?

As mudanças já estão incutidas, toda a gente já percebeu que já houve mudança no Núcleo de Espinho, como estar aberto todos os dias, as excursões ou o contacto com todos os sócios.

A mudança já começou, mas temos de dar tempo para as coisas se alinharem, tínhamos alguns vícios que nós, direção, não aceitamos, como virem para aqui pessoas com cachecóis dos nossos rivais. Já proi-

bimos essa prática, queremos transformar este Núcleo num vulcão verde em Espinho.

### Os jovens não se estão a afastar das Casas dos clubes?

Sim, temos casos, em todo o país, de Núcleos que vivem em dificuldades, que têm de ser ultrapassadas com muito trabalho. Nesse sentido, aproveito para fazer uma homenagem à Casa do FC Porto de Espinho, porque são um exemplo a seguir e admiro bastante o trabalho deles. Tenho a certeza de que os portistas estão satisfeitos com a Casa do FC Porto.

### O clube está a tratar bem os Núcleos?

Não pedimos dinheiro ao Sporting, só queremos mais proximidade, algo que nos falta. Sinto que o clube está distante de adeptos, sócios e Núcleos. Precisamos de bilhetes e o clube precisa de nós para fazer essa distribuição.

### Qual é a importância da celebração do provável título deste ano?

É muito importante, posso garantir que Espinho vai ser fechado, só vão entrar sportinguistas para celebrar aqui. Vamos celebrar nesta casa, em homenagem a todos os adeptos, sócios e diretores que deram vida a esta casa. ●



*Toda a gente já percebeu que já houve mudança no Núcleo de Espinho”*