



**Nascente**  
Cooperativa de Acção Cultural

ANIMARTES  
ARTES, CURSOS E WORKSHOPS

Maré Viva

auditório nascente



T.P.E.  
TEATRO POPULAR DE ESPINHO



## CONSIGNAÇÃO IRS

Contribua com 0,5 % do seu IRS para a **Cooperativa Nascente**

Na sua declaração de IRS deste ano escreva o NIF da Nascente – 500615268 - no quadro 11 da declaração para doar 0,5 % do seu imposto que entraria nos cofres do Estado

Diretor: Nuno Oliveira | Ano 41 N.º 2066

EUR 0.50 | Sai à quarta-feira

08/05/2019



Maré Desportiva Pág. 11  
Ginástica Rítmica da AAE

### Campeãs Nacionais de Juniores

Maré de Notícias Pág. 2

### Espinho com cinco Bandeiras Azuis

Maré de Notícias Pág. 5

### Centro de Coworking "experimentAR Espinho" abre em junho

Maré de Notícias Pág. 4

### Nove feridos em acidente na A29



PUB.

**Opticenter**  
www.opticenter.pt

Óculos **Monofocais** com anti-reflexo  
**79€**

Óculos **Progressivos** com anti-reflexo  
**249€**

**OFERTA DO 2.º PAR PROGRESSIVOS**  
PARA SI OU PARA QUEM QUISER!

ESPINHO - RUA 23, 374 ☎ 224 082 790

inclui lentes 1,5 anti-reflexo top até 3D est. e 20 cc. Oferta de animação de campanha. Oferta do 2.º par Progressivos Premium. Não acumulável com outras campanhas. Consulte as condições em loja. Válido de 01/01/19 a 31/03/19

## Tudo em artes gráficas

Pré-impressão  
chapas CTP (VLF)  
Pequeno e grande formato

**Silva's**  
atelier gráfico

Rua dos Cruzeiros, 198  
4410-052 Serzedo - Vila Nova de Gaia  
Telf.: 227 453 486  
Tlm.: 912 343 463  
email: silvasgraf@gmail.com

Dia 10 de maio

## Radarm na Avenida 32

A Polícia de Segurança Pública divulgou, através do Facebook, onde vai realizar ações de fiscalização rodoviária este mês.

Espinho está contemplado com um radar no dia 10 de maio, a partir das 9h00, na Avenida 32. **NO**

Dias 8 e 9 de junho

## Estátuas Vivas de volta



O 23º encontro Internacional de Estátuas Vivas regressa a Espinho no dia 9 de junho. O mais antigo e prestigiado festival do mundo, contará com a participação de 40 estátuas a concurso, às quais se juntarão os convidados internacionais. Em pleno coração da cidade esta mostra de performances artísticas de imobilidade expressiva promove uma vez mais a cumplicidade entre os participantes e o público.

O Encontro tem início na noite de sábado (8 de junho) com o Lu(g)ar de Estátuas que reunirá num ambiente mágico, vinte e duas "estátuas" premiadas pelos júris nas anteriores edições do encontro. **NO**

Dia 18 de maio

## Astrofotografia no Multmeios

Dia 18 de maio, a partir das 14h30, a Sala Polivalente do Centro Multimeios acolhe um Workshop em Astrofotografia de Paisagem lecionado pelo formador: Miguel Ventura.

A inscrição custa 18€ e pode ser efetuada na Bilheteira do Centro Multimeios de Espinho, pelo telefone 22 733 11 90 ou pelo email: info@multimeios.pt. **NO**

JORNADAS DE CONTACTO DA CDU

## CANDIDATOS AO PARLAMENTO EUROPEU EM ESPINHO

**A**s eleições para o Parlamento Europeu avizinham-se e a CDU de Aveiro realizou, no último sábado, ações de contacto com a população e trabalhadores na Praia da Baía. Nesta ação, estiveram presentes o primeiro candidato da CDU ao Parlamento, João Ferreira, os candidatos Francisco Gonçalves e Isabel Souto e ainda a mandatária distrital da candidatura ao Parlamento Europeu, Ana Valente.



De modo a salientar a importância das eleições de 26 maio para o Parlamento Europeu, a CDU organizou uma jornada de contacto pelo distrito de Aveiro, que se iniciou em Paços de Brandão, passou por Ovar e Santa Maria da Feira, encontrando-se, também, no último sábado, em Espinho.

No nosso concelho, esteve presente o candidato ao Parlamento,

Francisco Gonçalves, que afirmou que "todas as decisões tomadas na União Europeia têm impacto direto na vida das pessoas e, por esse motivo, seja no Parlamento Europeu ou nas eleições, é importante ter deputados que defendam o interesse e a soberania

do povo português". O candidato acrescenta ainda que "é neste sentido que temos falado com as pessoas, mostrando o nosso trabalho na defesa dos interesses de Portugal e dos portugueses e também das propostas que temos em relação ao futuro". **CM**

ESPINHO VOLTA A FAZER O PLENO

## BANDEIRA AZUL PARA CINCO PRAIAS

**E**spinho volta a copiar os resultados do ano anterior e consegue voltar a ter cinco praias com Bandeira Azul: Frente Azul, Baía, Rua 37, Pau da Manobra (Silvalde) e Paramos.

Com o calor a dar sinais de si há já uma garantia: a época balnear tem o início marcado para 15 de junho e as notícias boas não se ficam por aqui relativamente a Espinho.

Ete ano foram distinguidos com Bandeira Azul 352 praias (costeiras e fluviais). A Associação Bandeira Azul da Europa concede esse galardão às praias: Frente Azul; Baía; Rua 37; Silvalde e Paramos, ficando assim o concelho de Espinho com 5 praias distinguidas.

De salientar que existem parâmetros fundamentais e critérios determinantes para a atribuição desta valência, tais como: qualidade da água; oferta de atividades ambientais, a qualidade dos serviços e equipamentos adequados e ainda condições de segurança.

Num ranking de 50 países, Portugal ocupa o sexto lugar com maior número de praias com Bandeira



Azul. Estão à sua frente apenas Espanha, Grécia, Itália, Turquia e França.

No que diz respeito a segurança, é importante informar que as praias de Espinho, com 7 quilómetros de extensão, passam também a contar com dispositivo permanente de salvamento aquático, com meios próprios, adquiridos pela Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários e contam com o apoio integral da Câmara Municipal de Espinho. Este dispositivo funcionará durante todo o ano, muito embora tenha especial

foco no período que antecede a época balnear e o período oficial de maior afluência às praias.

Recorde-se que em 2018 a Queruc distinguiu a Praia da Baía com o galardão "Praia com Qualidade Ouro". O prémio realça as praias que ao longo de cinco anos apresentaram sistematicamente águas de qualidade excelente (tendo em conta a classificação da legislação em vigor). Os resultados para a edição de 2019 ainda não são conhecidos mas, ao que tudo indica, Espinho voltará a ter uma dessas bandeiras. **CR**

DEVERÁ ABRIR EM JUNHO

## 2ª FASE DA REQUALIFICAÇÃO DA ESTAÇÃO ARQUEOLÓGICA DO CASTRO DE OVIL ESTÁ TERMINADA

**C**astro de Ovil caminha a passos largos para ser um espaço de excelência na área do turismo de Espinho. Segunda fase da requalificação já está terminada e terceira deverá arrancar muito em breve.

Em abril de 2018 ficou concluída a 1ª Fase de Recuperação do Património do Castro de Ovil em Paramos-Espinho com abertura de acessos, sinalética identificativa e vedação do sítio.

Agora, praticamente um ano depois, a segunda fase está também terminada.

No passado dia 3 de maio, a Câmara Municipal promoveu uma visita guiada ao Castro de Ovil, Sítio Arqueológico da Idade do Ferro no Lugar do Monte em Paramos onde foram concluídos os trabalhos de consolidação das estruturas, colocação de sinalética nos percursos e construção de instalações sanitárias e arcação de materiais.

O Sítio dispõe agora de 11 painéis bilíngues explicativos e didáticos instalados ao longo dos percursos pedonais.

"TRABALHO METICULOSO"

O Presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, acompanhado do vice presidente e vereadores, do presidente da Junta de Freguesia de Paramos e outros autarcas, elogiou o trabalho realizado pelos técnicos municipais e pelo empreiteiro da obra, pelo metódico trabalho que desenvolveram na excelente preservação e conservação das estruturas ali existentes.

Pinto Moreira salienta que o Castro de Ovil é um sítio único no país porque "combina construções e percursos que datam da Idade do Ferro com património industrial do século XIX com uma envolvente ambiental atrativa e lúdica de assinalar".

No local foram plantadas centenas de árvores autóctones para enriquecer a paisagem e tornar o local ainda mais agradável e convidativo à população do concelho de Espinho, à sua comunidade escolar e aos turistas que também procuram alternativas ao sol e ao mar das nossas praias, sublinha o presidente da autarquia.



TERCEIRA FASE CONTEMPLA UM CENTRO INTERPRETATIVO

Pinto Moreira anunciou para o próximo ano o início da terceira fase da obra, que vai contemplar a recuperação de um edifício em ruínas que fazia parte da antiga fábrica de papel do Castelo e transformá-lo em Centro Interpretativo. Os artefactos históricos recolhidos

pelos arqueólogos municipais que se encontram à guarda do Museu de Espinho serão recuperados e repostos na Estação Arqueológica do Castro de Ovil.

O Presidente da Câmara de Espinho considera estratégico para o Município este investimento municipal na recuperação de um espaço que estava ao abandono e que hoje faz parte dos roteiros culturais do país. **NO**

No domingo passado

## 200 mães unidas na caminhada

Realizou-se, no passado domingo, a 3ª edição do Passeio do Dia da Mãe.

Esta é uma iniciativa organizada em parceria com a Running Espinho e Câmara Municipal, inserida no plano de atividades

"A Mamã Mais Linda e Cheirosa", que proporcionou descontos e ofertas especiais nos artigos e serviços das lojas aderentes durante todo o fim de semana de 4 e 5 de maio.

O sol e a temperatura ajudaram e assim, o Passeio do Dia da Mãe reuniu mais de duzentos participantes, mãe e filhos, neste dia inteiramente dedicado às mães espinhenses num dia também ele especial. **MV**



PUB.

**Casa Alves Ribeiro**  
Compre aqui o seu café  
Fica bem servido e gasta menos dinheiro  
Rua 19 n.º 294 - Espinho  
casaalvesribeiro@gmail.com \* 227340075

Filomena Maia Gomes  
Cristina Relvas  
Celeste Pinto  
Advogadas  
Rua Júlio Dinis, 778, 4.º Dto.,  
4000 Porto Tlf. 22 609 87 04  
Rua 19, n.º 343, 1.º Esq.,  
4500 Espinho Tlf. 22 731 32 96

**RUI ABRANTES**  
ADVOGADO  
Rua 18 N.º 582 - 1.º Esq.º  
Sala 3 - Telef. 227343811  
ESPINHO

**MV**  
Anuncie no seu jornal de referência.  
Jornal@mare-viva.pt

**No Centro Multimeios  
Feira das  
Profissões com  
muita procura**



No passado dia 2 de maio o Centro Multimeios de Espinho acolheu a XIII Feira das Profissões, promovida pelo Centro Social de Paramos (CSP). A tarde foi preenchida com a Sessão de Abertura que contou com a presença do presidente do CSP, Manuel Costa e Silva, Armando Costa em representação do IIEFP de Vila Nova de Gaia e do vice presidente da autarquia, Vicenset Pinto. Estiveram presentes também os presidentes de Junta das freguesias do concelho, Agrupamentos de Escolas, PSP, Exército e várias entidades ligadas à educação, formação e emprego. Após a sessão de abertura foi realizada uma visita aos 32 stands que ali se fizeram representar.

No dia seguinte foram realizados dois workshops. O primeiro teve como tema "Empreendedorismo" e foi dinamizado por Eder Moreira do Gabinete de Apoio ao Empresário da ADCE e o segundo "Divulgação de Oferta Formativa", dinamizado por Célia Ferreira da Mutualidade Santa Maria. **MV**

**6ª Edição da FIT  
Promoção na  
Guarda**

O município de Espinho marcou presença pelo terceiro ano consecutivo, na 6ª edição da Feira Ibérica de Turismo - FIT, que se realizou na Guarda de 2 a 5 de maio.

O município teve a oportunidade de promover equipamentos culturais e de lazer, recursos naturais, tradições e eventos estratégicos como o Festival Internacional de Estátuas Vivas, Vir a Banhos, Sem Espinhas e Oito24, entre outros. **MV**

NA SAÍDA DE ESPINHO

**CHOQUE EM CADEIA NA A29 COM NOVE FERIDOS**

**N**a sexta-feira passada, um violento acidente em cadeia no sentido Norte-Sul da A29, originou nove feridos. Saída para Espinho esteve cortada mais de duas horas.

Um choque em cadeia na autoestrada 29 (A29), em Espinho, envolvendo oito viaturas e causou nove feridos sendo um deles considerado grave.

A acidente deu-se perto das 18h30 da sexta-feira, no quilómetro 38, no sentido Norte-Sul, ditando o encerramento da via. A via esteve cortada mais de duas horas para serem efetuados os trabalhos de limpeza do pavimento e remoção dos veículos.

Entre os oito veículos envolvidos no choque em cadeia estava um motociclo que seria conduzido pelo ferido grave. Dos envolvidos cinco



feridos seguiram para o Hospital de Vila Nova de Gaia e os restantes, após avaliação, optaram por não receber acompanhamento hospitalar. No local estiveram os Bombeiros Voluntário do Concelho de Espinho e da Aguda, bem como os Sapadores de Vila Nova de Gaia e várias viaturas do Instituto Nacional de Emergência Médica. No total estiveram presentes 17 veículos e 48 operacionais. **NO**

COM DIREITO A PÓDIOS

**ESPINHENSES BRILHAM EM COMPETIÇÃO  
ROBÓTICA EM GONDOMAR**

**U**m grupo de jovens de Espinho, organizados em duas equipas (Robotics.Builders e Saravá Robótico), acompanhados dos respetivos mentores (todos de Espinho), participou na 19ª edição do Festival Nacional de Robótica (FNR) em Gondomar entre os dias 24 e 28 de abril e subiram ao pódio.



A equipa Robotics.Builders, constituída por Aléxia Sousa, Miguel Sousa, Rafael Coimbra e Tomás Silva (com idades entre os 15 e 16 anos) e pelo seu mentor Mike Sousa (todos de Espinho), participou na liga Busca e Salvação em Simulação, tendo assegurado o terceiro lugar na prova e o correspondente apuramento para o European RoboCupJunior Championship 2019 a decorrer em Hannover entre os dias 21 e 23 de junho. De referir que esta mesma equipa conseguiu o 3º lugar da geral no European RoboCupJunior Championship 2018, que decorreu o ano passado em

Montesilvano, Itália. Por sua vez, a equipa Saravá Robótico, constituída por Bernardo Cruz Silva, Filipa San Romão Silva, Inês San Romão Silva e Lucas Lima (com idades entre os 11 e 16 anos) e pelo seu mentor Manuel Silva (todos de Espinho), que participou pela primeira vez na liga OnStage (e numa competição de robótica), assegurou o quinto lugar na prova e conseguiu, ain-

da assim, o apuramento para o European RoboCupJunior Championship 2019. O Festival Nacional de Robótica é um evento promovido pela Sociedade Portuguesa de Robótica que tem como objetivo a promoção da Ciência e Tecnologia junto dos jovens, professores, investigadores e do público em geral, através de competições de robôs autónomos. **MV**

OBRAS PRATICAMENTE TERMINADAS

**ANTIGA ESCOLA DE SILVALDE ABRE PORTAS AO CENTRO DE COWORKING "EXPERIMENTAR ESPINHO"**

**E**m junho deverá abrir o Centro de Inovação, Negócios e Tecnologia nas instalações da antiga Escola da Marinha, em Silvalde.

Estão praticamente concluídas as obras de reabilitação e adaptação da antiga escola da Marinha em Silvalde, transformada num Espaço de Desenvolvimento e Inovação com nove salas para instalações empresariais e incubação de negócios e serviços de base tecnológica.

A inauguração está prevista para o próximo mês de junho e a autarquia avança já ter "empresas de base tecnológica interessadas em ocupar algumas das salas e das restantes áreas comuns do edifício".

Trata-se de um espaço coordenado pela Associação de Desenvolvimento do Concelho de

Espinho-ADCE, em parceria com a Câmara Municipal.

O vice presidente da Câmara Municipal de Espinho afirmou durante uma visita às obras em curso que "este é um espaço catalisador do conhecimento, da inovação e do empreendedorismo e que as parcerias com as universidades do Porto e de Aveiro constituirão pilares fundamentais para o sucesso do projeto".

**GESTÃO DO NOVO ESPAÇO  
FICARÁ A CARGO DA ADCE**

O Centro Coworking, situado no Bairro Piscatório em Silvalde, nasce a partir de uma antiga escola desativada e vai permitir desenvolver a incubação de negócios e serviços de base tecnológica promovendo a atratividade de jovens do ensino secundário, licenciados e empreendedores para Espinho.



Novo espaço deverá abrir em junho.

A gestão deste espaço de desenvolvimento e inovação tecnológica ficará a cargo da ADCE. Os potenciais interessados pagam uma renda que inclui um conjunto de serviços participados, designadamente apoio administrativo, telecomunicações, limpeza e outras estruturas de apoio. **NO**

RECOLHA DE LIXO NA PRAIA DA BAÍA

**ESPINHO COMBATE O LIXO NAS PRAIAS**

**A** Praia da Baía recebeu no último sábado, cerca de 50 surfistas, crianças e escuteiros para uma ação de limpeza de praia. Esta é uma atividade obrigatória no âmbito do programa Bandeira Azul, em parceria com a Lipor a convite da Câmara Municipal de Espinho, que recolhe na areia "os suspeitos do costume".

O projeto "Os Suspeitos do Costume - Do Rio ao Mar sem Lixo!", é uma das atividades obrigatórias de limpeza da praia, do programa da Bandeira Azul 2019, que tem como principal objetivo identificar os resíduos mais frequentes em cada praia. Em Espinho, esta limpeza foi efetuada na Praia da Baía.

Antes da recolha, Ana Machado, a representante e técnica da Lipor, deu uma sensibilização aos presentes, através da explicação que o impacto do lixo marinho tem no ambiente, para os animais mari-

nhos tal como para os humanos e a importância deste tipo de ações, como uma solução para prevenir estas situações, já que, anualmente "vai parar ao mar quase nove milhões de toneladas de lixo", disse a técnica.

Já as recolhas de lixo estavam presentes crianças e famílias, os Escuteiros de Anta-Agrupamento 1114, tal como pelas escolas de surf da cidade. Os surfistas, segundo Vanessa Rendeiro da Câmara Municipal "vão fazendo este trabalho no mar, ao longo do ano, pois é a praia o local privilegiado na sua atividade desportiva".

No final, todo o lixo arrecadado foi depositado no Goby, uma estrutura de metal que tem como função ser o depósito do lixo. Tal como afirma Vanessa Rendeiro, "este é um projeto que está a correr o mundo, e nós aderimos. O nosso Goby foi um desafio lançado ao curso técnico de serralharia da CerciEspinho, que logo res-



ponderam com muita prontidão", afirmou. Este projeto está integrado num conjunto de atividades de educação ambiental, que tem um agendamento até agosto. Vanessa Rendeiro afirma que "estas ações de limpeza vão repetir-se mais vezes, é uma questão de verificar na página de Facebook da ACA (Ações de Cultura e Ambiente)", concluiu. **CM**

APRESENTAÇÃO DO LIVRO "O POÇO E A ESTRADA"

## FOI TEMPO DE PENSAR A ESCRITA COM ISABEL RIO NOVO

**A** Biblioteca Municipal de Espinho recebeu, no último sábado, a escritora Isabel Rio Novo, para a apresentação da última publicação da autora, "O Poço e a Estrada". Esta obra é uma biografia da escritora Agustina Bessa-Luís, que foi apresentada no âmbito do projeto "Pensar a Escrita".

Na continuidade da segunda edição de "Pensar a Escrita", Espinho recebeu a escritora Isabel Rio Novo, onde apresentou o seu novo livro, numa conversa, a biografia da escritora Agustina Bessa-Luís, pela qual a autora afirma ser "viada e apanhada pela sua escrita e pelos seus temas".

E foi, deste modo, numa con-

versa que a autora falou sobre todas as características do seu livro, desde o relato de aventuras que a protagonista do livro tivera em Espinho, até à investigação necessária para a criação desta obra pois, tal como afirma a escritora "os estudos que eu fiz foi o que se esperaria de uma pesquisa rigorosa, baseada em entrevistas, testemunhos, documentários, registos oficiais e textos epistolares". Isabel Rio Novo acrescenta ainda que "foi através da reunião de toda a documentação a que tive acesso, que pude jogar com a vantagem que eu tinha, que era o conhecimento da obra de Agustina", disse a escritora.

A oficina "Pensar a Escrita" é um evento realizado em Espinho des-



de o ano passado que, tal como afirma o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, "é a promoção da cultura e dos nossos autores". O autarca

acrescenta ainda que "nesta segunda edição temos recebido vários autores portugueses da literatura mais contemporânea", como foi o caso com Isabel Rio Novo. **CM**

NO FÓRUM DE ARTE E CULTURA DE ESPINHO

## 3ª EDIÇÃO DO CRIARTE FOI INAUGURADA NO SÁBADO PASSADO

**N**o passado dia 4 de maio, o Fórum de Arte e Cultura de Espinho acolheu a inauguração da terceira Exposição colectiva dos trabalhos dos alunos do Curso de Artes da Escola Sec. Dr. Manuel Laranjeira e da Escola Sec. Dr. Manuel Gomes de Almeida - a CriArte Espinho'19.

Nesta tarde, inaugurou-se a exposição dos trabalhos de artes plásticas dos alunos do curso de artes das Escolas Secundárias Dr. Manuel Laranjeira e Dr. Gomes de Almeida. A sessão contou com a presença de Ana Gabriela e Ilídio Sá, diretores de ambos os Agrupamentos de Escolas do concelho, de muitos alunos e seus familiares, e de professores de diversas disciplinas.

O CriArte resulta de uma organização conjunta entre o Serviço Educativo da Divisão de Cultura e Museologia da Câmara Municipal de Espinho e do Curso de Artes dos dois agrupamentos, com coordenação dos professores Marina Pinho e Rui Coelho e de Sandra



Vieira, por parte da Divisão de Cultura, e tem como objetivo dar a conhecer ao grande público o trabalho realizado pelos alunos de artes no decurso do ano letivo e o contacto desses alunos com artistas e profissionais que trabalham diversas áreas das artes em geral. Nesse sentido, e durante o mês de maio, irão decorrer três

workshops dedicados ao mosaico, à escultura e ao novo cinema português.

O evento contou com a colaboração das alunas do 10º ano do Curso de Restauração da Escola Secundária Dr Manuel Laranjeira orientadas pela professora Susana Ferreira, que serviram um porto de honra. **CM**

Dia 17 de maio

### Capitão de Abril na Biblioteca

Numa iniciativa do Departamento Cultural da Câmara Municipal, e integrada numa sessão do programa "Pensar a Escrita", a levar a efeito, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, sexta-feira, dia 17 de maio, pelas 21h30, o "Capitão de Abril" - Coronel Joaquim Correia Bernardo fará a apresentação do livro de sua autoria "Santarém, uma Cidade que faz História - 25 de Abril de 1974".

Aquele ilustre militar, que em 1973 se encontrava em Santarém a exercer funções na chefia do Gabinete de Estudos da EPC - Escola Prática de Cavalaria e que, no exercício dessas funções, desde o início do Movimento dos Capitães, acompanhou o desenrolar dos acontecimentos que culminaram no "25 de Abril de 1974", organizando e coordenando toda a ação da EPC.

A obra a apresentar, e que lhe tem proporcionado a participação em inúmeras palestras, colóquios e outras sessões públicas, conta o envolvimento de quem ficou à frente da EPC e organizou a defesa da cidade, após a saída da coluna militar comandada por Salgueiro Maia rumo a Lisboa.

CICLO DE CONFERÊNCIAS ARRANCA EM SILVALDE

## É TEMPO DE PENSAR AS FREGUESIAS COM O MARÉ VIVA

**O** jornal Maré Viva organiza o Ciclo de Conferências "Pensar nas Freguesias". O primeiro está agendado para dia 18 de maio na sede dos Leões Bairristas no Bairro Piscatório de Silvalde. João Teixeira Lopes é o convidado principal num debate que contará com o rapper NTS e com a pintura de um graffiti ao vivo pelo artista espinhense NEK.

O Maré Viva prefere de estar no terreno. Gosta de falar com os espinhenses e conhecer de perto os seus problemas. As notícias acabam por surgir e semanalmente apresentamo-las no nosso jornal. Contudo, achamos que é tempo para fazermos mais e melhor e por isso organizamos um ciclo de conferências para "Pensar nas Freguesias". As Juntas serão as nossas parceiras diretas neste projeto que arranca este mês e deverá terminar em outubro.

Por uma questão meramente ale-

tória, Silvalde será o nosso ponto de partida para este ciclo. O tema é inclusivo e permite uma discussão alargada com todos os agentes sociais envolvidos neste projeto. "A cultura, a educação e o acesso ao mercado de trabalho como fatores de inclusão social" é o ponto de partida. E para uma melhor dissertação sobre o tema, nada como a presença de João Teixeira Lopes, sociólogo e professor catedrático da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. A discussão será depois alargada ao painel de convidados constituído por Sandra Poupinha, diretora da Associação de Desenvolvimento do Concelho de Espinho (ADCE), Ilídio Alves, Diretor do Agrupamento de Escolas Manuel Gomes de Almeida e José Teixeira, presidente da Junta de Freguesia de Silvalde. A moderação do evento estará a cargo de Rosa Couto, diretora geral da CerçiEspinho

O grande objetivo deste Ciclo de Conferências é a promoção da proximidade das comunidades ao



tema, num espaço de debate casual que seja apelativo para todos. Para termos a participação desta comunidade heterogénea - tanto em vivências, como em idades - quisemos apresentar um painel bastante diversificado (que vai além do plano mais técnico), reflexo de várias experiências teórico-práticas e dos vários atores sociais que, de alguma forma, se ligam ao

tema. Assim, para além dos convidados 'especializados' / 'técnicos', convidamos dois artistas jovens, influenciadores, que trarão com eles públicos jovens: o rapper NTS e o artista gráfico NEK.

A sessão de Silvalde está agendada para dia 18 de maio, às 14h30, na Sede dos Leões Bairristas no Bairro Piscatório. **MV**

NASCENTE INICIOU MÊS DE ANIVERSÁRIO COM SESSÃO DE POESIA E AÇÃO AMBIENTALISTA

## TEATRO, DEBATE DE QUESTÕES SOCIAIS E PASSEIO DE TURISMO CULTURAL

**A** Nascente abriu a programação do mês do seu 43º aniversário com duas iniciativas distintas, mas igualmente bem-sucedidas: a saída de campo para observação de aves e plantas na zona envolvente da Lagoa de Paramos, e a performance poética que trouxe ao Auditório da cooperativa a anunciada "visita do senhor engenheiro". Outras estão já na calha, e de géneros igualmente muito variados.

Diante de um público atento e numeroso, António Domingos, o autor e ator-declamador responsável pelo serão de poesia no auditório Nascente, não apenas procurou assumir a figura de Álvaro de Campos, como interpretou alguns dos poemas mais conhecidos e apreciados do suposto engenheiro naval, o poeta do tédio, do cansaço de viver e da necessidade de novas sensações.

Num nítido contraste de tempo e espaço, a deslocação até à lagoa, concretizada numa excelente manhã de

primavera plena, mobilizou também um significativo grupo de mais de 30 pessoas, entre adultos e crianças, que se dividiram em dois grupos para melhor poderem aproveitar a visita.

Assim, enquanto uns "mergulhavam" na ornitologia, observando a diversidade de aves e o seu comportamento, orientados pelo guia David Santos, da Sociedade Portuguesa do Estudo das Aves, os outros, acompanhado pela professora Dalila Reis, identificavam plantas e ouviam histórias de árvores endémicas e demais vegetação, com a inevitável chamada de atenção para a nefasta presença das invasoras.

Momento alto de uma manhã que a todos muito agradou foi a descoberta, pela pequena Maria, de um lagarto-de-água, com as suas cores exuberantes de macho, que, em época de acasalamento e numa total quietude, apanhava sol para se aquecer. Por isso, logo ali surgiram propostas para futuras visitas deste tipo, com diversas temáticas, desafio a que a Nascente vai procurar corresponder.

### ATORES BRASILEIROS DENUNCIAM RACISMO

Mas maio ainda vai no início e há muito para acontecer. Se o próximo fim de semana é de pausa, o seguinte promete ser triplamente movimentado, a começar na sexta-feira, 17, com uma ida ao Teatro Carlos Alberto, onde estará em cena uma peça da Companhia Brasileira de Teatro, que pretende denunciar os posicionamentos ideológicos e os estereótipos do racismo.

No sábado imediato, a atenção volta-se para o pavilhão dos Leões Bairristas, em Silvalde, onde, às 15 horas, se dará início à primeira de quatro conferências-debates nas freguesias de Espinho, para refletir sobre o tema "A cultura como fator de inclusão ou exclusão". A iniciativa tem como orador principal o Dr. João Teixeira Lopes, sociólogo e catedrático da Faculdade de Letras da UP, e como convidados especiais o rapper NTS e o grafitter Nek, que farão intervenções de caráter artístico.

E este triplo circuito de iniciativas encerra no domingo, 19, com um dia inteiro fora de portas, num passeio de turismo cultural que terá como destinos as cidades de Aveiro e Ílhavo. Um dos pontos altos do programa será a visita ao Museu de Aveiro - Sta. Joana, instalado no antigo convento de Jesus da Ordem dos Dominicanos e onde se poderá ver a roda dos expostos ou enjeitados, seguindo-se a visita ao Ecomuseu da Marinha da Troncalhada. Já de tarde, haverá visitas ao Museu Marítimo de Ílhavo e ao Museu da Vista Alegre.

Com tantas e tão variadas atividades, ainda mais se justifica a adesão de novos sócios à Cooperativa Nascente e, para ajudar na decisão, os novos aderentes beneficiam de um desconto de cinco euros durante o mês de maio, pagando apenas 15 euros em vez dos habituais 20 pelas quotas dos 8 meses de maio a dezembro. Não esquecendo que o cartão dá descontos em diversas salas de espetáculos e noutros espaços culturais do Grande Porto. **MV**

Poémia

QUANDO

Quando chegam  
Os dias da morte  
Não sobra tempo  
Senão para assistir

De coração rasgado  
E olhos feridos  
O fim terreno  
De mais um universo

Segundo a segundo,  
De alma despida nas mãos,  
Invadem-nos os pesadelos  
Acordados.

E as preces incansáveis!,  
Na noite escura.

Na introspecção,  
Tentamos trepar o mundo,  
Na busca de uma razão  
Que nos permita o adeus

Todos os poros  
Se abrem  
Na recolha da vida,  
Que ainda resiste.

-A memória  
é tudo o que teremos,  
e será incansável.

Agita-se já  
O cheiro agridoce  
Da saudade

Que nos embala  
E ao mundo,  
Transtornado.

Uma vez mais,  
Ele nunca mais  
Será o mesmo.

Correrão sobre ele  
Novos mundos!,  
De cores movidas de vida  
E lágrimas selvagens!

-Estrelas brilhantes  
No céu que se estica,  
Com gratidão.

Deixá-la vir, então,  
Se ela já se anunciou.  
Abrir o peito,  
Deixá-la entrar!...

Em todos nós.

Abrupta e doce,  
Cruel e sábia.  
Nos que vão...  
E nos que ficam.

Em todos nós.  
**Carla de Castro Estrada**

BILHETES A 2.5 EUROS

# MULTIMEIOS VOLTA A JUNTAR-SE À FESTA DO CINEMA

**A maior celebração do cinema em Portugal está de volta e Espinho torna a dizer presente. Nos dias 14 e 15 de maio, os bilhetes para assistir ao filme "Quero-te Tanto!" no Centro Multimeios custarão apenas 2.5 euros.**

Faltam apenas duas semanas para o regresso oficial da Festa do Cinema, que vai juntar todas as salas, auditórios e espaços cinematográficos de Portugal no evento que dá aos espectadores a possibilidade de pagar apenas 2,5 euros pelos bilhetes de cinema em qualquer sessão. Nos dias 13, 14 e 15 de maio, os portugueses vão poder voltar a repetir as viagens a solo ou em grupo às suas salas preferidas que fizeram da Festa do Cinema 2018 a mais concorrida de sempre, com quase 250 mil



espectadores.

A cidade de Espinho também entra no mapa desta Festa e apresenta o filme português "Quero-te Tanto!" com exibições nos dias 14 e 15 no Centro Multimeios. O filme realizado por Vicente Alves

do Ó conta com prestações de Benedita Pereira, Pedro Teixeira, Fernanda Serrano, Dalila Carmo e Alexandra Lencastre.

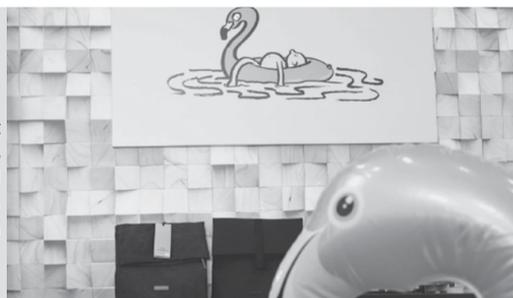
As duas sessões estão agendadas para as 16h30 na Sala António Gaio. **NO**

Exposição

## Procrastinate na Be All

No passado sábado, 4 de maio, a Be All You Want To Be (Rua 20, nº 228 - Espinho) abriu as portas às ilustrações de Mariana Crisóstomo aka "junkhead creative", numa exposição que se assume com um humor muito especial. Poderá ver os trabalhos da artista até ao dia 1 de junho.

A entrada é livre. **CR**



Concerto

## Tom Brosseau encantou

No passado dia 3 de maio o Auditório de Espinho recebeu Tom Brosseau. Dono de uma sensibilidade extrema a sua faceta de "contador de histórias" enriqueceu, animou e encantou todos os presentes. **NO**



DIA 11 DE MAIO

# PIÇARRA NO CASINO

O jovem talento português Diogo Piçarra estreia-se nos Casinos Solverde, no âmbito da digressão "Abrigo", subindo ao palco do Casino Espinho a 11 de maio, em formato Jantar Concerto.

Diogo apresenta-se de uma forma intimista e a solo, preparando um espectáculo único repleto de novidades, contendo uma forte componente visual.

Além de ter vencido recentemente o prémio de "Best Portuguese Act", nos MTV Europe Music Awards, o músico é dono de vários singles de Platina e Ouro, tendo conquistado também o Galardão de Platina para o álbum "Espelho" e de Ouro para "do=s".

Agora é tempo de recolher ao seu "Abrigo" e, para isso, o artista imaginou um espectáculo diferente, dando novas roupagens às suas canções.

Os bilhetes para o concerto com jantar incluído custam cinquenta euros por pessoa (sem bebidas incluídas). **MV**

CORRIDA MILIONÁRIA ARRANCA ESTE VERÃO

# "QUEREMOS PREMIAR TODAS AS PESSOAS QUE SAEM DO SOFÁ"

**A Running Espinho, um grupo de corrida livre que se reúne semanalmente para correr ao ar livre, criou, pela primeira vez, a Corrida Milionária. Este é um projeto de atletismo que conta com 50 mil euros em prémios e será posto em prática a 27 de julho deste ano. Para saber mais sobre este projeto, o Maré Viva foi falar com dois membros do Running Espinho, Silvie Couto e Vítor Rito.**

mas recebe um cupão da Prozis, para usufruir esse preço em produtos, e recebe ainda 10 euros na Sport Zone, tal como uma medalha e uma camisola premium. São estas as características que distinguem esta prova, daí o seu nome.



**Todo o percurso é à beira mar e vai mostrar o que é a beleza de Espinho"**

**Como surgiu a iniciativa de criar a Corrida Milionária?**

Silvie Couto (SC): A Running Espinho tinha já a ideia de realizar uma corrida, mas faltava descobrir um conceito diferente, inovador e original. Por isso, pensamos na nossa própria experiência enquanto participantes de corrida e perguntamos "o que é que gostaríamos de ter para nós" e a resposta são "Prémios". Achamos muito interessante que toda a gente tivesse direito a prémios, não só os atletas com mais capacidades físicas. Nós queremos premiar todas as pessoas que "saem do sofá" e que praticam exercício físico, independentemente se são velhos, novos, homens ou mulheres.

**Quais são esses prémios?**

SC: Temos os nossos prémios monetários para os primeiros seis classificados, que chegam aos 500 euros ao nível da meia maratona. Existem também prémios para o escalão de seniores, veteranos e de maior equipa. Tentamos dar prémio a todos, de acordo com o nosso orçamento.

Para além disso, uma das particularidades que nos diferencia das outras provas, é que o valor total da inscrição é reembolsado. Ou seja, a pessoa inscreve-se

**Quais são os apoios?**

Vítor Rito (VR) : Temos o apoio de várias marcas, entre elas a Prozis, a CP, EDP, Vitalis, Zenith Brunch and Cocktails, Celeiro, Ageas, SNT, Asa Seguros e ainda da Câmara Municipal de Espinho.

Silvie: Temos um grande número de marcas envolvidas, entre elas, marcas internacionais, como é o caso da Sport Zone e da Joma, que resolveram apoiar-nos numa primeira edição, sem saber o que esperar, mas viram que este é um conceito vencedor e decidiram apostar nele. Para além disso, temos também o apoio da população e dos lojistas da cidade.

**Qual é o percurso da Caminhada?**

VR: O percurso é básico. A caminhada são 5 quilómetros de ida e volta e parte da Avenida Maia Brenha, na zona do Cabana, segue até ao fim do bairro



Running Espinho organiza a "Corrida Milionária".

piscatório, até à entrada no passadiço.

**E da Corrida?**

VR: A corrida faz o mesmo percurso, mas estende-se para os 10 quilómetros, pois vai pelo passadiço e entra por Silvalde e Paramos. Seguimos até à Capela de Paramos, e faz-se a volta inversa na mini rotunda que lá tem.

Temos o percurso da Corrida e da Caminhada porque temos de tentar captar todo o tipo de atletas. Há pessoas que preferem correr e outras que preferem caminhar, então temos essa vertente.

SC: O percurso é extremamente fácil pois é plano, (e a maior dificuldade das pessoas quando correm é quando aparece uma subida). Todo o percurso é à beira mar e vai mostrar o que é a beleza de Espinho, até porque acontece numa altura de verão em que a

cidade está cheia de turistas e pessoas de fora. Mesmo no bairro piscatorio pretendemos que as pessoas percebam a tradição de Espinho, enquanto correm e desfrutem da nossa cidade.

**Quais são as expectativas para a corrida?**

VR: São altíssimas. Estabelecemos metas, e definimos que 5 mil seria o número máximo de participantes. Esperamos atingir esse objetivo e se o alcançarmos, essa será uma marca histórica a nível nacional.

SC: É um objetivo ambicioso, mas temos o orçamento necessário para poder oferecer os prémios a exatamente esses 5 mil atletas. Esta é a nossa primeira edição, ninguém sabe o que é a Corrida Milionária porque é um conceito novo, mas faltam três meses para o evento e temos já 1300 inscrições confirmadas. **CM**

## Ténis Espinho Ténis Jovem

Meia centena de jovens até aos 16 anos inscreveram-se numa prova por muitos considerada uma referência no ca-

lendário de formação nacional. No quadro masculino destacam-se 3 jogadores do top 10 nacional e três cotados no ranking internacional e no quadro feminino são 5 do top 10 nacional e dias cotadas internacionalmente.

De resto, o destaque da prova é reforçado pela presença

dos selecionadores nacionais de masculinos e femininos de sub-16 que vão aproveitar para fazer observações para próximos estágios.

Nesta edição de 2019 destacam-se os nomes de Matilde Morais (vencedora de 2018 singulares e pares), Matilde Jorge (vencedora de pares em 2018)

e Martim Simões (vencedor de pares em 2018 e n.2 nacional) que regressam ao Espinho Ténis Jovem. Mas também há presença de Matilde Matos (atual n.1 nacional).

O torneio inicia-se no próximo dia 9 de maio e as finais estão agendadas para as 14h30 de domingo, dia 12. **MV**

## GYMNOSTAR NOVAMENTE NO PÓDIO

A GymnoStar participou no "Torneio AcroPombal" no passado dia 4 de maio tendo conseguido ótimos resultados, incluindo 6 pódios:

1.º Lugar Grupo Masculino Juvenil Base (Daniel Shymon, Miguel Moreira, Pedro Vicente e Ricardo Lourenço);

1.º Lugar Par Misto Iniciado (Ricardo Lourenço e Beatriz Santos);

1.º Lugar Par Misto Veteranos (Ricardo Pedroso e Madalena Pedroso);

3.º Lugar Grupo Feminino Iniciado - (N1) (Cristina Shymon, Ana Neves e Juliana Simões)

3.º Lugar Par Misto (N2) (Miguel Moreira e Melanie Maia)

3.º Lugar Grupo Feminino Junior Base (Fábia Sousa, Beatriz Rodrigues e Inês Maia)

Participaram também nesta prova os seguintes ginastas: Grupos Feminino Juvenis Sara Marques/Marta Bessa/Iris Rocha e Luana Rodrigues/Ana Vaz/Iris Teixeira; Grupos Femininos (N0) Lara Tavares/Melanie Maia/Bia Pedroso e Érica



Coelho/Marina Coelho/Lara Pereira; Par Feminino (N1) Maria Pereira/Maria Oliveira; Grupo Feminino (N1) Soraia Coelho/Rita Maia/Natali Gomes; Par Feminino (N2) Margarida Teixeira/Leonor Carreira.

É de referir que a GymnoStar participou pelo segundo ano consecutivo na categoria de Veteranos que, apesar de levar apenas um par misto, o mesmo competiu com

empenho e força de vontade, melhorando o "ouro" para a GymnoStar. "Apesar desta associação desportiva ter apenas 18 meses de vida (formada em setembro 2017) foi mais uma vez visível a grande capacidade de mobilização que se traduziu na deslocação a Pombal de uma delegação de cerca de 55 pessoas entre ginastas, treinadores, juizes, pais e familiares, fazendo as-

sim representar a ginástica acrobática da freguesia de Anta/Guetim num torneio de nível nacional" explica o clube.

Ainda durante o mês de maio a GymnoStar irá participar em mais quatro provas, incluindo o Campeonato Nacional Base de Ginástica Acrobática, para o qual apurou um grupo feminino junior e um grupo masculino juvenil. **MV**

## DUPLA VITÓRIA NO CAMPEONATO JUVENIS/JUNIORES

As Infantis da AA Espinho deslocaram-se a meio da tarde no feriado do 1º Maio ao Monte para defrontar o ACD Monte em jogo a contar para o Nacional.

A primeira parte começou equilibrada com alternância no marcador, a partir do minuto 10 a equipa da casa colocou mais velocidade no encontro conseguindo assim um pequeno ascendente no marcador com o resultado ao intervalo fixado em 14-8 para o ACD Monte.

O segundo tempo foi totalmente dominado pelo Monte, a frescura física e a estatura das atletas da equipa da casa acabaram por fazer a diferença. Resultado final 27-15 para o Monte.

### TUDO CONTROLADO

O sábado começou com uma deslocação a Viseu da equipa de Juvenis para defrontar o Académico de Viseu FC em jogo a contar para o Campeonato Regional Nível II Juvenis/Juniores.

As primeiras seis jogadas do en-

contro resultaram em golos. À sétima as espinhenses evitaram o golo e a partir daí foram construindo uma diferença no marcador graças a uma boa ação defensiva e a uma eficácia ofensiva quase perfeita. Sem nada fazer adivinhar os últimos 8 minutos foram de "branca" para a equipa da AA Espinho que não marcou nenhum golo e sofreu 5. Resultado ao intervalo 15-11 para as espinhenses.

O segundo tempo trouxe uma equipa do Académico Viseu mais confiante, empolgada pelo que conseguiu fazer nos últimos minutos do 1º tempo, mas aos poucos as Eespinhenses foram acalmando o jogo, dominando o mesmo conforme desejavam. Resultado final 32-26 para a equipa da AA Espinho.

### JUVENIS ESTIVERAM PERTO DA VITÓRIA

Ao fim da tarde de sábado, voltaram as Infantis a entrar em ação desta vez no pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis recebendo a equipa



Juvenis venceram o Académico de Viseu FC por 32-26.

do Alavarium. Com fortes condicionantes físicas as academistas foram derrotadas por 30-16.

A meio da manhã de domingo as Minis deslocaram-se a Terras de Santa Maria da Feira a fim de defrontar o CD Feirense em encontro a contar para o Campeonato Regional. A entrada forte do Feirense

acabou por condicionar o resultado final. A AAE perdeu por 39-30. As Iniciadas perderam por 33-20 frente ao Alavarium.

As Júniores tiveram de suar bastante a camisola para vencer as juvenis do ACD Monte. Resultado final 19-18 para a equipa espinhense. **MV**

## JUNIORES DA AAE SÃO CAMPEãs NACIONAIS

**D**ecorreu nos dias 3, 4 e 5 de maio, no Pavilhão do Ginásio Clube de Santo Tirso, o Campeonato nacional de Ginástica Rítmica da 1ª Divisão. Esta é a competição mais importante do calendário nacional de GR, da Federação de Ginástica de Portugal e contou com a presença de 137 ginastas, num total de 20 clubes

A AAE fez-se representar por 7 ginastas, Maria Osório (Iniciada), Francisca Faustino (Juvenil), Mariana Fonseca (Júnior) e Bárbara Santos e Beatriz Salvador (Júnior Elite). A ginasta Bárbara Santos sagrou-se Campeã Nacional Júniores Elite, um título nunca antes alcançado pelo clube do Mocho e Beatriz Salvador classificou-se em 3º lugar neste mesmo escalão.

A AAE sagrou-se ainda Campeã Nacional por equipas no escalão de Júniores com as ginastas Bárbara Santos, Beatriz Salvador e Mariana Fonseca. Estas 3 ginastas

Incríveis já alcançaram este mesmo título no escalão de Iniciadas, Juvenis e presentemente em Júniores.

Estas três ginastas academistas têm alcançado vários títulos ao longo dos últimos anos e finalmente no escalão de Júnior conseguem esta incrível conquista.

Neste Campeonato Nacional são apuradas nos escalões de Júniores e Seniores, as 6 melhores ginastas de cada aparelho para participarem nas Super Finais de GR, em Guimarães. Assim, as ginastas Bárbara Santos e Beatriz Salvador foram apuradas para todas as Super Finais, Corda, Bola, Maças e Fita e a Mariana Fonseca foi apurada para as Super Finais de Maças e Fita.

A ginasta Maria Osório, classificou-se em 12º lugar em 31 ginastas, um excelente lugar, tendo em conta que é o seu primeiro ano neste escalão.

A Francisca Faustino obteve um 19º lugar, em 42 ginastas, também



uma boa classificação, pois é também o seu primeiro ano neste escalão.

No escalão de Júniores, Mariana

Fonseca ficou em 5º lugar, Sofia Amorim em 20º lugar e Iolanda Fernandes em 42º lugar, num total de 49 ginastas. **MV**

## TIGRES SOBEM DOIS LUGARES EM RELAÇÃO AO ANO PASSADO

**N**o passado fim de semana, a equipa da secção de natação de Infantis, Juvenis e Absolutos do Sporting Clube de Espinho estiveram presente no Torneio Regional de Clubes, organizado pela ANCNP – Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. O Torneio decorreu nas Piscinas Municipais da Gafanha da Encarnação. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 20 nadadores (12 masculinos e 8 femininos).

De acordo com o regulamento, a classificação coletiva era feita de

acordo com a classificação absoluta de cada prova, onde apenas o melhor nadador de cada clube pontuava. O Sporting Clube de Espinho classificou-se em 8º lugar com 166 pontos, subindo dois lugares em relação à classificação do ano anterior.

Em destaque estiveram Francisco Almeida e Inês Melo, por terem sido os nadadores que mais pontuaram para a classificação final da equipa. Francisco Almeida (Juvenil B) obteve o 7º lugar nos 50m e 100m Livres, 8º lugar nos 100m Mariposa e 9º lugar nos 200m Mariposa, somando 35 pontos para a

equipa. Francisco Almeida obteve ainda o tempo mínimo de admissão aos Campeonatos Nacionais de Juvenis na prova dos 100m Mariposa, somando ao mínimo já obtido na prova dos 100m Bruços. Inês Melo (Sénior) somou 34 pontos ao ter ficado em 7º lugar nos 100m Livres e 200m Mariposa, 8º lugar nos 50m Livres e 9º lugar nos 100m Mariposa.

No final da competição foram batidos 27 recordes pessoais (incluindo tempos parciais), dos quais 3 recordes do clube: Francisco Almeida – 100m Mariposa (RC Juv A), Estafeta Mista 4x100m

Estilos com os nadadores Gustavo Marques, Tiago Marques, Inês Melo e Ana Cristina Lima e a Estafeta Mista 4x100m Livres com os nadadores Francisco Almeida, Inês Melo, Rodrigo Monteiro e Ana Cristina Lima.

As estafetas mistas somaram um total de 12 pontos. A Estafeta Mista 4x100m Estilos com os nadadores Gustavo Marques, Tiago Marques, Inês Melo e Ana Cristina Lima ficou em 8º lugar e a Estafeta Mista 4x100m Livres com os nadadores Francisco Almeida, Inês Melo, Rodrigo Monteiro e Ana Cristina Lima obteve o 10º lugar. **MV**

### Atletismo

#### Dias intensos

Os primeiros dias do mês de maio foram de intensa atividade para alguns atletas do GD Ronda.

Destaque para o Trail dos Pernetas em Canedo, uma prova de 18kms com percurso difícil e

muito participado

João Moreira esteve mais uma vez brilhante como 14º geral e sexto melhor no escalão M/40 com o tempo de 1h41m, enquanto Sandra Margarida Canelha Costa terminou o Trail em 2h15m como a oitava da geral e registando um magnífico 5º melhor tempo na sua classe F/35.

Em Rebordosa, numa corrida de 10kms, Carla Pacheco obteve um excelente 16º lugar em seniores femininos ao cruzar a meta em 59m03s.

A concluir, referência para a Corrida de Esmoriz, com Tiago Silva em bom plano registando 38m26s como décimo sexto classificado no escalão sénior. **MV**



## TIGRES NO ENCONTRO NACIONAL DE INFANTIS



A Federação Portuguesa de Nataçao convocou 136 nadadores dos escalões de Infantil A e Infantil B, para o Encontro Nacional de Infantis, que se realizou em Arganil, este fim de semana

Da Associação de Nataçao do Centro Norte de Portugal foram convocados 12 nadadores. Do Sporting Clube de Espinho foram convocados os nadadores Celso Pinho (Infantil A) e Rodrigo Rodrigues (Infantil B).

Para este Encontro Nacional, foram convocados os nadadores, tendo em consideração os resulta-

dos do Torneio Nadador Completo (torneio da FPN, organizado em todas as Associações de Nataçao Territoriais) e considerando o critério referente à quota regional, como definido na Política Desportiva - Nataçao Pura - da FPN.

Este encontro de infantis pretende motivar os jovens nadadores com ações de formação, desde treino desportivo, nutrição, aquecimento, prevenção de lesões, avaliação técnica, mas sempre com uma perspetiva lúdica e recreativa adequada a este escalão etário. **MV**

### Nataçao I Masters

## Oito pódios para os Masters

No passado sábado, o Sporting Clube de Espinho esteve presente no III Torneio Internacional de Masters do Futebol Clube do Porto, nas Piscinas de Campanhã. Estiveram presentes 439 nadadores em representação de 32 clubes portugueses e espanhóis. O Sporting Clube de Espinho participou com 4 nadadores (2 masculinos e 2 femininos).

Domingos Ferreira (Escalaõ I) dominou nas provas de 50 e 100m Livres, ao obter o 1º lugar em ambas. António Canelas (Escalaõ I) classificou-se em 1º lugar nos 100m Mariposa e 100m Bruços, tendo ainda obtido o 2º lugar nos 50m Mariposa. Manuela Oliveira (Escalaõ E) venceu as provas de 50 e 100m Costas e ficou em 2º lugar nos 50m Bruços. Yolanda Rienderhoff (Escalaõ D) ficou em 4º lugar nos 50m Costas e 50m Bruços e em 6º lugar nos 50m Livres.

No final da competiçao foram batidos 8 recordes pessoais, e em 32 equipas, o Sporting Clube de Espinho obteve o 17º lugar, com apenas 4 nadadores, atingindo os 107 pontos. **MV**



### Voleibol - Formaçao SCE

## Minis B femininas apuradas

Apesar de não terem conseguido o 1.º lugar nesta segunda volta, as Minis B apuraram-se para a derradeira final. No domingo marcaram presença no jogo que discutia o primeiro lugar mas levaram a prata do segundo lugar. Outros resultados das equipas do Sporting Clube de Espinho: Equipa B em 3.º lugar; Equipa C em 4.º lugar.

As Infantis femininas de Mafalda Silva continuam a vencer, desta vez em dose dupla frente à equipa da Póvoa (3-0) e do Leixões (3-1). A equipa B não ultrapassou o Aves e perdeu por 3-1.

As Iniciadas femininas de Filipa Teixeira surpreenderam (a (ainda sem derrotas) equipa do Leixões e somaram mais um ponto na classificação, cedendo apenas na "negra" (3-2). A equipa B não ultrapassou nenhum dos seus três adversários, cedendo por 3-0 frente ao AVC e 3-1 frente ao Porto Volei e Juventude Pacense.

As Cadetes femininas de Eduardo Faustino venceram em casa frente ao Leixões por 3-1 mas sofreram três pontos contra a equipa de Paços de Ferreira, também em casa (0-3). A equipa B venceu por 3-1 o Vila Real mas perdeu pela mesma margem contra o Toda-a-Prova.

As Juvenis femininas terminaram a época com uma reviravolta em Braga. A equipa de Marta Silva venceu por 3-2 as bracarense depois de ter estado a perder por 2-0.

No setor masculino, os Infantis fizeram história por somarem mais uma vitória, desta vez frente ao Leixões (3-0).

Os Iniciados de Bruno Fonseca cederam num jogo frente ao rival vizinho da Madalena (3-2). A equipa continua na luta pelo 1.º lugar da série.

Os Cadetes equilibraram o jogo contra o Benfica mas não conseguiram concretizar nenhum dos sets disputados (0-3). No jogo frente ao Esmoriz GC., a equipa de Januário Alvar ficou a um passo de conseguir a vitória (derrota por 3-2).

Os Juvenis de Diogo Botto cederam contra o Gueifães por 3-2.

Nota para os Juniores masculinos que estão em contagem decrescente para entrarem em ação frente à equipa do Benfica já na próxima sexta-feira pelas 18h30 em jogo a contar para o acesso às meias finais do Campeonato Nacional. A Final8 do escalaõ vai ser realizada em casa da equipa tigre. **MV**



### Voleibol - Formaçao AAE

## Juvenis terminam a segunda fase

Os Infantis receberam no sábado os poveiros do Clube Desportivo da Póvoa com a equipa visitante a vencer o jogo na negra.

A equipa dos Juvenis terminou a segunda fase do Campeonato Nacional invicta, ao receber no domingo a equipa de Lamego (Clube Voleibol E.S. Latino Coelho) e ao vencer pela margem máxima. A equipa dos Juvenis parte para Seia no dia 17 de maio para disputar a Final8.

Os Cadetes receberam o Leixões Sport Clube. A equipa de Matosinhos foi mais forte e venceu o jogo por 0-3.

No domingo de manhã as meninas dos Minis B foram a Santo Tirso participar na segunda volta do Torneio Regional com duas equipas. As equipas academistas acabaram por ficar em 3º e 9º lugar. **MV**

# E DE REPENTE O SONHO VIROU (QUASE) REALIDADE

## SP. ESPINHO, 2 - LOUROSA, 0



Tigres venceram e estão no primeiro lugar.

### CLASSIFICAÇÃO

POS.	EQUIPA	J	P
1.	Sp. Espinho	33	66
2.	Lourosa	33	66
3.	Gondomar	33	63
4.	Águeda	33	59
5.	Lusitano	33	59
6.	Amarante	33	53
7.	Sanjoanense	33	52
8.	Paredes	33	46
9.	Coimbrões	33	46
10.	Marítimo B	33	46
11.	U. Madeira	33	44
12.	FC Pedras Rubras	33	41
13.	Fiães	33	40
14.	Cinfães	33	40
15.	Gafanha	33	37
16.	Penalva	33	28
17.	Cesarense	33	24
18.	Mêda	33	2

### Resultados 33.ª Jornada

Marítimo B - Gondomar 2-0  
Amarante - Gafanha 2-1  
Cinfães - Cesarense 0-2  
Lusitano - FC Pedras Rubras 3-0  
Penalva - Coimbrões 0-2  
**Sp. Espinho - Lourosa 2-0**  
Paredes - Leça 1-0  
Mêda - U. Madeira 1-4  
Águeda - Sanjoanense 2-1

### Próxima Jornada

**34.ª Jornada**  
Leça - Penalva  
Lourosa - Paredes  
Gondomar - Águeda  
FC Pedras Rubras - Cinfães  
Cesarense - Amarante  
**Gafanha - Sp. Espinho**  
Sanjoanense - Lusitano  
U. Madeira - Marítimo B  
SC Coimbrões - Mêda

Jogo no Estádio do Bolhão.

**SCE:** Vitor Braga; Vitinha, João Pinto (João Ricardo, 79'), Gil Dias e Gonçalo Cardoso; Edgar Abreu, Leo Cordeiro e Wilson Rodrigues (Luka, 77'); Paulinho, Gustavo Moura e Jaime Poulson (Carlitos, 85').

Treinador: Rui Quinta.  
Disciplina: nada a registar.

**Marcadores:** 1-0 Jaime Poulson (63'), 2-0 Luka (83').

**N**ão havia margens para dúvidas nem para erros. Para conquistar um lugar no acesso ao play off da subida, os pupilos de Rui Quinta sabiam que tinham de vencer o Lourosa.

### Futebol

## Vamos a contas

As contas para os tigres eram (e continuam ser) fáceis. Nesta jornada passada precisavam de vencer o líder Lourosa. Depois, era só esperar o resultado do Gondomar e sacar da calculadora para a última jornada. Mas como os gondomarense perderam, o resultado final da tabela é no mínimo caricato pois apenas o segundo classificado tem o lugar garantido no play off. Vamos a contas para explicar. Em caso de

**Com uma exibição categórica, os tigres encostaram os leões às cordas e venceram o desafio com golos apenas no tempo complementar.**

Não havia espaço para mais ninguém no Estádio Comen... perdão, no Estádio do Bolhão, casa emprestada do Sp. Espinho. A fazer lembrar "lutas" de outros tempos, leões e tigres foram incansáveis dentro das quatro linhas e honraram os adeptos com um belo desafio de futebol.

Aos 6' Pualinho teve nos pés a oportunidade de abrir o ativo. A segunda tentativa do avançado surgiu aos 18' mas o poste travou as suas intenções. Gil Dias também tentou a sua sorte mas também não acertou no alvo. O

Lourosa estava confiante pois sabia que um empate era suficiente. O primeiro lance de perigo dos forasteiros surge aos 34' com Yaya Bamba a forçar Vitor Braga a uma defesa. Os mesmos intervenientes voltaram a ocupar o palco por mais duas vezes sempre com o mesmo resultado.

No tempo complementar, e quando muitos já não tinham unhas para roer, Jaime Poulson quase mandava o Estádio abaixo quando inaugurou o marcador. A perder, a reação dos lourosenses não foi imediata e pouco perigo conseguiram criar. Aos 83' Luka teve a perspicácia para fazer o 2-0 e selar o encontro logo ali.

Na última jornada a equipa da Costa Verde visita a turma aflita da Gafanha. **NO**

### Rui Quinta, treinador

## "À moda antiga"

"Os nossos rapazes fizeram um jogo extraordinário. Foi um jogo à moda antiga com estádio cheio e duas equipas que considero muito boas a jogarem para ganhar. Tivemos a capacidade de marcar o que fez a diferença no resultado. Acho que se ajusta aquilo que se passou perante um adversário com muita qualidade. Tenho que fazer sempre a referência ao orgulho que tenho nestes jogadores. Vê-los aqui perante um estádio cheio acho que qualquer jogador anda à procura destes jogos".

disputar, por sorteio, as meias-finais do play-off, com os dois vencedores a qualificarem-se para a disputa da próxima edição da Segunda Liga.

### NO



MARÉ DE SAÚDE

**Tiago Dias, Fisioterapeuta na FisioSolução, um gabinete de Saúde, Bem-estar e Reabilitação em Espinho propõe desmistificar alguns temas e conceitos na área da fisioterapia nestas crónicas mensais.**

Depois de se ter realizado o Espinho Surf Destination, nada melhor que neste mês falar sobre Surf.

Quer praticar surf? Quais os principais perigos? Que cuidados deveremos ter para evitar lesões?

Em primeiro lugar, se pretende iniciar a prática de surf, deverá optar por realizar aulas de iniciação numa escola de surf certificada, onde poderá contar com a orientação e supervisão de instrutores credenciados e material adequado.

O surf é uma modalidade exigente e que requer muitas horas de treino para se conseguir dominar os gestos técnicos básicos. Em termos físicos, solicita bastante os membros superiores, em particular os ombros, sendo comum lesões de sobrecarga devido ao movimento repetitivo de "remada".

A posição prolongada em hiperextensão da coluna (posição de deitado na prancha) obriga a um esforço contínuo dos músculos extensores da coluna e abdominais.

Os movimentos bruscos de mudança de direção em cima da prancha, podem provocar lesões ao nível dos joelhos (lesões meniscais, entorses) e de coluna (sobrecarga dos discos intervertebrais e articulações interapofisárias posteriores).

No entanto, as lesões mais comuns acabam por ser as situações mais simples, como as lacerações cutâneas provocadas pelo contacto traumático com a prancha, rochas ou o fundo do mar.

A prática de surf deverá ser completada por um treino de força adequado "fora de água", preparando os músculos para as solicitações da modalidade e ajudando a estabilizar as articulações mais utilizadas, como os ombros, joelhos e coluna.

Tiago Dias



# agenda

<b>Até 22 de junho</b> 5ª Bienal Internacional de Arte de Espinho - FACE	Espinho
<b>10 e 11 maio</b> IV Jornadas da Rede de Bibliotecas de Espinho "Leitura, música e cinema: o que os une?" - Biblioteca Municipal	<b>14 maio</b> 15h00 Tricotar Histórias - Biblioteca Municipal
<b>10 maio</b> 20h30 Música ao vivo com "Takes Two" - Casino Espinho	<b>16 de maio</b> 18h00 Palestra "Entender Autismo" - Centro Multimeios
<b>11 maio</b> 16h00 Inauguração da Exposição de Pintura "ENTRETONS" - Centro Multimeios	<b>17 de maio</b> 20h00 Espectáculo "Eu Tenho Dois Amores" - Casino Espinho
<b>21h30</b> The Hammond Project - Casino Espinho	<b>21h30</b> Orquestra Clássica de Espinho - Auditório de Espinho
<b>21h30</b> Diogo Piçarra - Casino Espinho	
<b>21h30</b> Lula Pena - Auditório de	

## Cinema Centro Multimeios de Espinho

### Quero-te Tanto!

Sessões: 9 (16h30), 11 (16h30, 21h30), 12 (16h30, 21h30), 14 (16h30) e 15 (16h30) de maio

Quem nunca fez disparates por amor? Pepê e Mia vão ser pais. Desesperados por garantir estabilidade financeira, assaltam o armazém das "rapidinhas da sorte".

**Bilhetes:**  
Terça a Sexta-feira - 4,5€ (preço único) | Sábado, Domingo e Feriados - 5,5€ (Adulto), 5€ (estudante e sénior)

## Farmácias

**Quarta-feira, 8 de maio**  
Farmácia Mais (Anta)  
Rua 19 1412, Anta Tel: 227 341 409

**Quinta-feira, 9 de maio**  
Farmácia Machado (Paramos)  
Av. Central, n. 1534 Tel: 227 346 388

**Sexta-feira, 10 de maio**  
Farmácia de Anta  
Rua Tuna de Anta, Tel: 227 319 444

**Sábado, 11 de maio**  
Farmácia Teixeira (Espinho)  
Av8, n. 436 Tel: 227 340 352

**Domingo, 12 de maio**  
Farmácia Santos (Espinho)  
Rua 19, n. 265 Tel: 227 340 331

**Segunda-feira, 13 de maio**  
Farmácia Paiva (Espinho)  
Rua 19, n. 319 Tel: 227 340 250

**Terça-feira, 14 de maio**  
Farmácia Higiene (Espinho)  
Rua 19, n. 393 Tel: 227 340 320

**Quarta-feira, 15 de maio**  
Grande Farmácia (Espinho)  
Rua 8, n. 1095 Tel: 227 340 092

ARTIGO DE OPINIÃO

# NÃO PODEMOS FAZER DE CONTA QUE NÃO SE PASSA NADA



Octávio Lima  
Professor

Há poucos dias, as águas da ribeira de Silvalde correram, mais uma vez, muito poluídas e malcheirosas. Um cidadão local não hesitou em denunciar a situação através do seu registo fotográfico e respetiva publicação em rede social. Não faltaram comentários criticando-o por não ter mais que fazer, por ter perdido tempo a tirar a foto e a publicá-la em vez de denunciar a ocorrência às autoridades competentes. Num café, ouvi, sobre este caso, alguém dirigir a sua fúria aos autarcas locais que, com poderes e recursos suficientes, preferem fazer render a sua inércia e a sua incompetência fazendo de conta que não há pro-

blemas e de que está tudo bem. Ora nem tudo está bem. E quando acontece algo de semelhante ao que aconteceu na ribeira de Silvalde, é dever das autarquias, - Junta de Freguesia e Câmara -, através do vereador com competências na área do Ambiente, tudo fazerem para identificar e compreender o problema para tentar minimizá-lo e resolvê-lo. Em Portugal há municípios onde essa prática é frequente, notória e meritória. Por cá, é o que se vê e sabe: não sabemos nada e o estado do Ambiente continua na mesma, descambando para pior. O recente episódio de poluição das águas da ribeira de Silvalde é muito grave, tendo em conta as linhas mestras estabelecidas pelo PDM em relação a esta e às outras duas ribeiras do concelho de Espinho. É sintoma de que, passados três anos sobre a aprovação do PDM pela Assembleia Municipal, nada terá sido feito para, num horizonte de 10 anos, avançar na concretização dos objetivos previstos. E quais são os objetivos definidos pelo PDM para as nossas ribeiras? Embora já tenha abor-

dado esta temática numa crónica aqui publicada em fevereiro de 2016, julgo não os maçar se lhos recordar que Espinho pretende ter uma rede de mobilidade suave para ligar as fozes das suas ribeiras à Gruta da Lomba/Picadela, ao Parque da Cidade e ao Castro de Ovil. Três anos depois de ver aprovado o PDM, o que fez esta Câmara para desenvolver este objetivo? Informou, forneceu alguma atualização ao órgão que aprovou ou ratificou o PDM? Os munícipes ainda não sabem. É óbvio que o objetivo é exigente, talvez hercúleo. Convinhamos que desassorear, limpar e consolidar margens e resolver casos de ocupação indisciplinada e abusiva das margens das ribeiras serão ossos duros de roer. Como também o será identificar os focos de poluição não só da ribeira de Silvalde mas também da ribeira do Mocho e da Ribeira de Rio Maior e avançar para soluções de sustentabilidade ambiental que garantam a qualidade de vida dos cidadãos. Não podemos fazer de conta que não se passa nada e que está tudo bem.

Octávio Lima



**O recente episódio de poluição das águas da ribeira de Silvalde é muito grave, tendo em conta as linhas mestras estabelecidas pelo PDM em relação a esta e às outras duas ribeiras do concelho de Espinho"**

FOTO-LEGENDA

## A 2 TONS ESTÁ DE PARABÉNS, CELEBRA O SEU 15 ANIVERSÁRIO

Detalhes que marcam a diferença



Rua 33, nº 918 Espinho [www.facebook.com/2-Tons](http://www.facebook.com/2-Tons)  
Agradecemos a todos os clientes e amigos

**Anuncie**  
no seu jornal de referência.  
Contacte-nos pelo e-mail:  
[jornal@mare-viva.pt](mailto:jornal@mare-viva.pt)

ANÚNCIOS

**PASSA-SE SALÃO DE CABELEIREIRO. BEM LOCALIZADO... ESPINHO.**

TLM: 914103267

**ASSINATURA DIGITAL**  
FORMATO PDF  
por apenas **15€**  
ANO

Agora pode receber o seu jornal de referência de Espinho no seu computador. Para tal, basta subscrever o formato Assinatura Digital. Contactem-nos através do email: [agenda.mareviva@gmail.com](mailto:agenda.mareviva@gmail.com)

FICHA TÉCNICA

**Diretor** Nuno Oliveira  
**Redação** Carla Relvas e Carolina Moreira  
**Fotografia:** Filipe Couto, Flávio Alberto, Francisco Azevedo e Mário Gouveia  
**Colaboração** Carla Estrada, Manuel Macedo, Paulo Jorge Duarte e Paulo Sérgio Guimarães  
**Paginação** Nuno Oliveira

**Publicidade** Margarida Pinho  
**Redação e Composição**  
Rua 62 n.º 251- 4500-366 Espinho  
**Telefone** 227331355  
**E-mail** [jornal@mare-viva.pt](mailto:jornal@mare-viva.pt)  
**Secretaria e Administração**  
Rua 62 n.º 251- 4500-366 Espinho  
**Telefone** 227331357

### BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE ESPINHO CONVOCATÓRIA

Em conformidade com o Artigo 17º Ponto 1 Alínea a) dos Estatutos, convoco os Associados Efetivos no gozo dos seus direitos a reunirem em Assembleia Geral Ordinária, no dia 24 de Maio de 2019 pelas 20h30 no Edifício Social, para:

- 1 - Apresentação do Relatório e Contas respeitantes ao exercício de 2018 e parecer do Conselho Fiscal, para discussão e apreciação;
- 2 - Outros assuntos de interesse para a Associação.

ATENÇÃO: - De acordo com os Estatutos, se passada meia hora, depois da marcada, não estiverem presentes mais de metade dos Sócios Efetivos, a Assembleia Geral reunirá, então legalmente, com qualquer número, sendo válidas as deliberações tomadas.

**Espinho, 17 de abril de 2019**  
**O Presidente da Mesa da Assembleia Geral** Carlos Alberto Castro Pinto Oliveira

**Propriedade/Editor**  
Nascente - Cooperativa de Acção Cultural.  
CRL - Rua 62 n.º 251- 4500-366 Espinho  
**NIF** 500 615 268  
**Impressão:** Tipografia Meneses - Rua 39 n.º321 4500-341 Espinho  
Tiragem 1000 exemplares  
Número de Registo do Título 104499, de

28/06/76 Depósito Legal 2048/83  
Os textos de Opinião publicados nesta edição são da inteira responsabilidade dos seus autores, não vinculando, direta ou indiretamente, o cariz editorial e informativo deste jornal.  
**Estatuto Editorial** disponível em: [www.mare-viva.pt](http://www.mare-viva.pt)

**BIFE de PERU**

**4,75**  
€/kg.

**FIAMBRE da PÁ  
SALSICHARIA LIMIANA**

**3,99**  
€/kg.

**BACALHAU  
ESPECIAL da NORUEGA**

**8,79**  
€/kg.

**COMBUSTIVEIS  
+ BARATOS  
da REGIÃO**



**de 9 a 15 de MAIO**

**Intermarché**  
ESMORIZ  
JUNTOS PELO MELHOR E MAIS BARATO



*Em Espinho,  
a tradição tem um nome*



227331240 / 962065450 / 913455034 / cliente@aipal.pt

O seu canal de informação sobre Espinho na Internet e no Meo Kanal



::: LIGA - TE A NÓS! :::

[www.espinho.tv](http://www.espinho.tv)

MEU 258080

envie informações dos seus eventos e iniciativas para: [geral@espinho.tv](mailto:geral@espinho.tv) / 917444417