



## entrevista Pag. 10 e 11

**“QUEREMOS SUBIR E SAIR DA DIVISÃO DISTRITAL O MAIS RAPIDAMENTE POSSÍVEL”**



Chegou a hora de Tiago Leite liderar os “tigres da Costa Verde”. A nova época desportiva no principal campeonato distrital de Aveiro reserva-lhe um desafio “apaixonante”, que o preenche de orgulho e de um sentido de responsabilidade. A trajetória no mundo futebolístico do novo treinador do Sporting Clube de Espinho começou a ser escrita ainda em criança. Desde os nove até aos 20 anos, Tiago Leite fez o seu percurso desportivo como jogador na Ovarense. Demonstrando liderança desde cedo, foi capitão em todos os escalões e conquistou um lugar na equipa sénior ainda como júnior. Já como ‘profissional da bola’, vestiu a camisola do clube da sua terra por duas épocas e meia, altura em que a Ovarense ainda competia na segunda divisão nacional. O processo de falência do clube levou-o até Estarreja, onde rapidamente percebeu que alcançar um “patamar muito elevado” como jogador de futebol não se afigurava como uma possibilidade. Optou, assim, por seguir outro sonho: treinar crianças e jovens.

## cultura notícias Pag. 4

### **CINECLUBE DE ESPINHO TRAZ UM AGOSTO RECHEADO DE PROPOSTAS**

Todas as quintas-feiras do mês, o Centro Multimeios de Espinho exibirá obras internacionais, com particular enfoque no Cinema francês

## da terra Pag. 7

### **LINHA DO NORTE: OBRAS ENTRE ESPINHO-GAIA CONCLUÍDAS NA PRÓXIMA SEMANA**

A intervenção, que teve início em junho de 2020, envolveu a substituição integral da superestrutura da via e também a alteração do layout das estações de Granja e Vila Nova de Gaia

## desporto Pag. 12

### **EFE OS TIGRES SAGRA-SE CAMPEÃ DISTRITAL EM SUB-14 E SUB-16**

Foi na Praia Marbelo, em casa, que a escola de formação espinhense chegou também à prata nos sub-18 masculinos e nos sub-16 femininos

# opinião



**Rita Betânia**  
Professora

## Somos um lugar feito de lugares

Não sou de férias luxuosas em hotéis e resorts. Questiono-me se isso é para mim. As minhas férias foram, desde sempre, a época de explorar e não de descansar. A época de um esforço criativo em família para gerar dias fora da caixa e recordações inesquecíveis para todos, conhecendo e explorando o máximo possível de lugares pelo nosso Portugal afora - e o nosso próprio lugar também. Hoje em dia penso que isto de ter tido de criar, ano após ano, as nossas próprias férias inesquecíveis, me deu uma capacidade peculiar de conseguir estar nos lugares, de os escutar, compreender e aceitar. Por um lado, permitiu-me entender que tudo é de todos, que há que respeitar cada espaço na sua utilização comedida e regrada. Respeitar que cada lugar tem uma energia própria e que, com a nossa chegada, antes de impormos a nossa presença e a nossa energia, devemos manter e ainda enriquecer a energia que dele emana no usufruto que dele fazemos.

Pela minha experiência, isto de nos integrarmos e nos deixarmos embalar

por um lugar pode ser muito mágico e gratificante. E pode levar-nos a descansar. A propósito, permitirmo-nos estar no nosso próprio lugar fazendo dele um uso diferente do habitual pode também ser uma boa opção de férias (já escrevi sobre isto antes - como pode ser tão bom estar em férias não saindo do nosso próprio quadrado - basta ligar a engrenagem da criatividade). E os lugares, enriquecem com a nossa presença? Será isso possível? Acredito bem que sim! Que temos a responsabilidade de lhes levar sempre uma energia boa também, para não adulterarmos a sua pureza e acrescentarmos à sua beleza. Fica a sugestão de desconectarmos de nós próprios estas férias - estejamos onde estivermos - e experimentarmos sentir e ouvir um lugar. Fazendo-o, não o observamos somente por fora, vemo-lo por dentro. Consegue-se uma sensação de liberdade muito forte, de ser dono de algo sem o ser e sem o prejudicar, que nos preenche e enriquece. E, na despedida, ficará algo desse lugar dentro de nós, fazendo de nós um lugar cheio de pequenos lugares onde vivemos momentos inesquecíveis.

**“Isto de nos integrarmos e nos deixarmos embalar por um lugar pode ser muito mágico e gratificante”**

**“ Fica a sugestão de desconectarmos de nós próprios estas férias - estejamos onde estivermos - e experimentarmos sentir e ouvir um lugar”**

PUB INST

a maré chega por correio

Assine já  
agenda.mareviva@gmail.com



18€/ano

50 edições digitais +  
5 edições especiais em papel  
com suplemento temático

### Ficha Técnica

**Diretor** Henrique Neves  
**SubDiretor** Ricardo Gouveia  
**Editor e Redator Principal** Joel de Oliveira  
**Projeto gráfico** António Coxito  
**Redator** Rafael Oliveira  
**Fotografia** Joel de Oliveira  
**Paginação** Beatriz Silva, Bárbara Bleco  
**Apoios e Parcerias** Cristina Novo  
**Publicidade** Margarida Pinho  
**Tesouraria** Cristiano Ribeiro  
**Promoção Institucional** Catarina Ferreira

**Colaboradores** André Ramada, Rita Betânia

**Redação e Paginação** Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho  
**Telefone** 227 331 355  
**E-mail** jornal@mare-viva.pt  
**Redação e Secretaria** Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho  
**Telefone** 227 331 357

**Propriedade** Nascente - Cooperativa de Ação Cultural, CRL  
 Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho  
**NIF** 500 615 268  
**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:

O Maré Viva, enquanto propriedade de uma Cooperativa de Ação Cultural e Jornal de carácter regional, propõe-se:

- Noticiar de forma independente, objetiva e isenta, todos os factos importantes da vida política, social, cultural e desportiva regionais;
- dar um especial ênfase a todas as manifestações de carácter cultural, procurando, com a respetiva divulgação, contribuir para o fomento cultural da região;
- Defender sempre, de forma intransigente, os princípios constitucionais da República Portuguesa, procurando, desse modo, contribuir para que sejam alcançados os grandes designios nacionais;
- Respeitar os princípios deontológicos da imprensa e a ética profissional, de modo a não poder prosseguir apenas fins comerciais, nem abusar da boa fé dos leitores, encobrindo ou deturpando a informação.

# cultura agenda



1 A 31 DE AGOSTO - EVENTO

## Bienal de Pintura do Eixo Atlântico Biblioteca Municipal de Vila Nova de Gaia

A 14ª edição da Bienal de Pintura do Eixo Atlântico, 2023-24, iniciou a sua itinerância em Lugo, cidade na qual a 23 de novembro de 2023 teve lugar a inauguração e entrega de prémios. Os prémios desta edição foram para as obras "Corpo da Paisagem", de Ricardo Campos, primeiro prémio no valor de 4000 euros, "Dactilografia de um Sonho" de Margarida Gomes, que recebeu o segundo prémio no valor de 2000 euros, e "Nem uma passa?" do jovem artista Gonçalo Ribeiro, distinguido com o Prémio Jovens Talentos no valor de 1500 euros. Além do Vello Cárcere de Lugo, são vários os espaços, todos eles com entrada livre. Nesta edição, a exposição pode ser visitada nos municípios de Braga, Bragança, Maia, Ribeira, Felgueiras, Vila Real, Vila Nova de Gaia, Barcelos e Monforte de Lemos, até finais de outubro de 2024. A exposição é composta por 25 obras inéditas de uma ampla variedade de estéticas e técnicas, de artistas portugueses e galegos. A seleção, de entre as 104 submetidas a concurso, ficou a cargo do jurado formado, nesta edição, por Helena Mendes Pereira, que o presidiu, e também Sara Pérez Bello, designada pela Xunta de Galicia, João Ribeiro da Silva, designado pela Direção Regional de Cultura do Norte (entretanto extinta), Patrícia Oliveira, designada pelo Instituto Português do Desporto e da Juventude, e Tito Senna, vencedor da XIII Bienal.



1 A 7 DE AGOSTO - CINEMA

## "Gru - o Maldisposto 4" (versão dobrada) Centro Multimeios de Espinho 15h00

Sete anos passados, Gru, o supervilão favorito do Mundo, que se tornou agente da Liga Anti-Vilões, regressa para uma nova e excitante era de caos em "Gru - O Maldisposto 4", da Illumination. Inicia agora um novo capítulo com Gru, Lucy, as suas filhas Margo, Edith e Agnes - dando as boas-vindas a um novo membro da família Gru, Gru Jr., que tem fortes intenções de atormentar o seu pai. Gru enfrenta ainda um novo vilão, Maxime Le Mal e a sua namorada Valentina, que obrigam a sua família a fugir.



## 2 A 5 DE AGOSTO - EVENTO Festa Nossa Sra. do Mar 2024 Silvalde

Entre os dias 2 e 5 de agosto, a vila de Silvalde volta a dinamizar as festas em honra de Nossa Sra. do Mar. A 2 de agosto, dia inaugural do certame, a programação arranca com o desfile do pescador "Raça Vareira" (20h00), seguindo-se a atuação da dupla Mário e Herminio (23h00). No sábado, dia 3, a animação começa mais cedo (15h00), com uma demonstração de dança protagonizada pela Associação de Desenvolvimento do Concelho de Espinho (ADCE). Mais tarde, pelas 22h00, sobem a palco os "Marotos da Concertina", antes do tradicional fogo de artifício (00h00). No domingo, a Banda Musical S. Tiago de Silvalde (08h00) e a Fanfarras dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho (10h00) darão o mote à animação musical que precede a tradicional Missa Solene (11h00). À tarde, acontece a procissão com bênção ao mar (17h00) e, à noite, a Banda Musikanto (22h00) e Sérgio Moreno (00h00) tomarão conta do palco. A 5 de agosto, dia de encerramento da festividade, sobem a palco a Bandaneia (22h00) e Markes Brasil (00h00).



3 DE AGOSTO - OFICINAS

## "Liberdade e(m) Poesia" Museu Municipal de Espinho 10h00

O Município de Espinho irá promover um ciclo de oficinas artísticas gratuitas, que terão início no mês de agosto e se estendem até dezembro. As oficinas são destinadas ao público jovem e adulto com interesse na exploração artística, nomeadamente nas técnicas associadas à impressão. Ao longo deste ciclo de formação serão abordados os princípios base das técnicas de reprodução. As várias oficinas abordam métodos distintos: gravura, carimbo, monotipia e stencil. O formador, Migvel Tepes, criou, assim, um programa completo e diversificado, que irá ter como pano de fundo e inspiração o património paisagístico e histórico do concelho. Pretende-se que, no final deste ciclo, os trabalhos resultantes das oficinas possam ser exibidos numa exposição, que terá por objetivo celebrar os 50 anos de Liberdade em Portugal, numa evocação às comemorações dos 50 anos do 25 de abril de 1974. Alguns trabalhos serão ainda enviados para outras exposições, criando-se sinergias com espaços culturais nacionais como a Quinta da Cruz - Centro de Arte Contemporânea. A participação é gratuita e serão admitidos até 15 formandos em cada sessão.



3 DE AGOSTO - TEATRO

## "Um Submarino em Marte" Posto de Turismo do Furadouro 19h30

Marte está na moda. As naves não param de chegar. Os grandes barcos não param de navegar. O lixo não para de aumentar. As casas não param para morar. A praia já nem tem lugar. Os que chegam não param de chegar. "O turismo é uma atividade económica fundamental para a maior parte das regiões do nosso país. No entanto, é cada vez mais explorado e saturado pelo turismo de massas. Um rasto de lixo que contaminam todo os lugares. Grandes complexos turísticos construídos em lugares em áreas ambientais e supostamente protegidas. Souvenirs muitas vezes retirados de lugares únicos da natureza" - lê-se, na apresentação do espetáculo. Um projeto interdisciplinar de Pedro Saraiva, que se expressa no movimento do corpo dos objetos no espaço. Uma viagem interativa a partir de transparências, volumes, formas animadas e vídeo.



6 DE AGOSTO - MÚSICA

## Ana Pinhal Casa da Música 18h00

Nova edição do ciclo Portugal Agosto, com duas vozes que carregam dentro de si o fado - Ana Pinhal e Vânia Leal - e o quarteto Eiró, dedicado à música tradicional portuguesa. As terças convocam o trio de fado tradicional de Ana Pinhal, cantora especialmente reconhecida pelo arrojado projeto Fado Violado, enquanto as quartas- -feiras nos reservam a voz de Vânia Leal, cantora residente no emblemático restaurante típico O Fado. A semana fecha com chave de ouro ao som de chulas, viras e outras danças tradicionais que nos chegam do quarteto Eiró.

# cultura notícias



## PROGRAMAÇÃO DO CINECLUBE DE ESPINHO CONTINUA DURANTE O VERÃO

Em 2024, a programação do Cineclub de Espinho continua durante o mês de agosto: todas as quintas-feiras do mês, às 21h00, o Centro Multimeios de Espinho vai receber um – de cinco – filmes estrangeiros, para refrescar as noites de verão. O cinema francês ganha particular destaque na programação; desde logo, pela obra “Pauline na Praia”, de Éric Rohmer, que marca o arranque do ciclo. Neste drama, com traços de romance e também de comédia, a adolescente Pauline viaja por entre as praias da Normandia com a sua prima adulta, Marion. Esta última está em processo de divórcio, quando reencontra Pierre, uma antiga paixão. Embora ele pareça interessado em reatar o antigo romance, Marion não está na mesma página, e por isso acaba por apresentá-lo a Pauline.

Mais tarde, a 8 de agosto, será tempo de “Mi lubita, Mon amour”, da realizadora francesa Noémie Merlant (que acaba por interpretar, também, o papel da protagonista da obra). Numa viagem com amigos à Roménia, Jeanne conhece Nino, depois do carro onde seguia com amigos ter sido roubado. Entre os dois

dá-se uma conexão especial, e o jovem romeno de 17 anos acaba por acompanhar a comitiva até à praia. A 15 de agosto, a programação vai beber à América do Sul – particularmente ao Brasil – para trazer a Espinho “O meu nome é Gal”, de Lô Politi & D. Ferreira. O filme retrata a história de Gal Costa, uma menina tímida que desde cedo soube que a música guiaria o seu caminho. Criada sozinha pela mãe Mariah – que foi uma das suas maiores apoiantes – aos 20 anos decide viajar para o Rio de Janeiro, com o intuito de se tornar cantora. Lá, a jovem encontra os seus amigos da Bahia: Caetano Veloso, Maria Betânia, Gilberto Gil e Dedé Gadelha, que acompanham os seus primeiros passos na música profissional, no final da década de 1960.

Já a 22 de agosto, chega ao Centro Multimeios “Libertad”, uma combinação entre o cinema belga e espanhol, de Clara Roquet. Este drama de 2021 é centrado na personagem de Nora, uma menina que não sabe lidar com mais um verão na mansão da família, na costa espanhola. Numa altura em que a sua avó

está doente e a sua irmã é ainda uma criança, aparece Libertad: uma colombiana que sabe lidar com os rapazes, a filha da empregada. A fechar a programação, a 29, mais uma fusão, desta vez entre o cinema francês e belga, para exibir “Geração Low-Cost”, de E. Marre & J. Lecoustre. Neste filme, Cassandre, de 26 anos, é assistente de bordo de uma companhia aérea low-cost. Vivendo um dia de cada vez, apanha voo atrás de voo, participa em festa atrás de festa, fazendo jus à sua alcunha do Tinder: “Carpe Diem”. Vive numa existência sem compromissos, uma forma de escapar, que parece ir ao encontro das suas ambições. No entanto, à medida que a pressão na companhia aumenta, Cassandre acaba por perder o equilíbrio, e confronta-se com uma questão: será ela capaz de enfrentar aquela dor adormecida, e voltar para aqueles que deixou para trás? As sessões do Cineclub de Espinho são gratuitas e limitadas aos lugares existentes. Os bilhetes podem ser reservados online, e posteriormente levantados no Auditório do Centro Multimeios de Espinho, meia hora antes de cada sessão.

## Fogaceiras dão corpo a CD ao vivo dos UHF

“São as Fogaceiras, Senhores” é o título do novo duplo CD ao vivo dos UHF, que celebra o momento que reuniu, no grande auditório do Europarque, 205 músicos das quatro bandas filarmónicas do concelho da Feira e a banda de rock no encerramento da programação da Festa das Fogaceiras, em janeiro de 2023. O concerto “Filarmonia com UHF” foi o tema central de uma conversa que juntou, dia 27 de julho, no auditório da Junta de Freguesia de Romariz, o vocalista António Ribeiro, os maestros das quatro bandas e o presidente da

Câmara, Amadeu Albergaria. “Filarmonia com UHF” foi um encontro informal e intimista, à boa maneira das tertúlias que juntam amigos que partilham o gosto pela música. Mesmo assim, o “mestre de cerimónias” António Ribeiro fez questão de alguma solenidade ao longo da conversa: “este é um lançamento em nome da cultura portuguesa”, frisou. O músico referia-se à apresentação do novo duplo CD ao vivo “São as Fogaceiras, Senhores”, resultado do concerto que encerrou o programa da Festa das Fogaceiras de 2023, no Europarque, e que “tinha de ser gravado” porque era um acontecimento memorável num município “que defende a cultura, que dá voz à cultura”, explicou.

PUB

Tel.: 224 951 894  
Rua 23 Nº50 4500 – 802 Espinho



# CAMILLA GEORGE, EGBERTO GISMONTI E FIONA MONBET RUMAM ATÉ AO AUDITÓRIO DE ESPINHO

A saxofonista Camilla George, o multiinstrumentista Egberto Gismonti e a violinista Fiona Monbet, acompanhada pelo seu trio de jazz, são as mais recentes confirmações da programação do Auditório de Espinho. Nesta reta final do ano, Camilla George atuará no dia 18 de outubro, Egberto Gismonti a 3 de dezembro, e Fiona Monbet, com o seu trio de jazz, subirá ao palco nos dias 20 e 21 de dezembro.

A rentrée do Auditório de Espinho dá-se a 28 de setembro com um concerto especial da Orquestra Clássica de Espinho, que contará com os clarinetistas António Saiote e Eduardo Seabra. Sob a direção do maestro Pedro Neves, a orquestra interpretará obras do período do Classicismo, onde figura uma obra de Mozart e de Franz Krommer.

Em outubro, no dia 4, o vibrafonista Eduardo Cardinho e o guitarrista Miguel Moreira juntam-se à Orquestra de Jazz de Espinho, para apresentar o primeiro trabalho discográfico desta orquestra, o "Dual Core",

prometendo um "repertório original, criativo e arrojado".

No dia 18 desse mês, será a vez de Camilla George subir ao palco com o seu quarteto para apresentar o último disco, "Ibio Ibio". Nascida na Nigéria, mas radicada em Inglaterra, Camilla George é uma das mulheres da linha da frente da cena jazzística contemporânea. A sua música é uma mistura hipnotizante de afrofuturismo, hip-hop e jazz, com uma ligação poderosa à sua identidade, linhagem e herança nigeriana. O novo disco é uma homenagem à sua tribo, o povo Ibibio.

Já em novembro, há mais um espetáculo previsto da Orquestra de Jazz de Espinho, no dia 29, que terá como mote a música do álbum "Serprente" do pianista e compositor Carlos Azevedo que se fará acompanhar do seu quarteto, e pelo saxofonista e parceiro de longa data, Chris Cheek.

No início de dezembro, o Auditório de Espinho recebe o músico brasileiro e multiinstrumentista Egberto Gismonti, que

se apresenta no dia 3. Volvidos três dias, decorrerá o espetáculo de Novo Circo "O Homem e o seu Criado", de Cláudia Nóvoa, que combina malabarismo, acrobacias, teatro físico e música.

A encerrar o ano, a Orquestra Clássica de Espinho regressa ao palco nos dias 20 e 21 de dezembro, desta vez acompanhada por Fiona Monbet e o seu trio de jazz. Sob a direção de Fiona Monbet, o concerto promete uma fusão única de estilos, explorando obras canónicas do repertório violinístico.

Recorde-se ainda que a programação do Auditório de Espinho inclui as apresentações de João Bosco & Jaques Morelenbaum, da cantora boliviana Luzmila Carpio, da harpista norte-americana Brandee Younger, do contrabaixista Gavin Bryars Ensemble, e a estreia nacional da coreógrafa Rosana Ribeiro com "A Place I Ache to Go Again". Destaque ainda para o concerto de Kevin Morby, junto do Ensemble da Escola Profissional de Música de Espinho, que já esgotou.

PUB

**RESTAURANTE - CHURRASCARIA**  
**BALIZA**

**Serviço Take Away**  
Rua 8 N.º471 Espinho  
(frente ao Casino)  
Tel.: 22 734 0220

**Confeitaria Central**

Rua 8, N.º. 691 - Espinho  
T. 22 734 06 05

**CFE**  
**Central de Ferragens de Espinho**

**Central de Ferragens de Espinho, Lda**  
Rua 12, N.º618 - 4500-228 Espinho  
Tel. 227342882  
comercial@cfespinho.com

# da terra



## MUSEU DA CHAPELARIA ENCERRADO PARA INTRODUIZIR MELHORIAS NA INCLUSÃO

Em São João da Madeira, o Museu da Chapelaria estará encerrado até outubro, para sofrer uma intervenção que equipará com braile a sua oferta expositiva, e também melhorará a divulgação do trabalho desenvolvido pelos seus investigadores. De acordo com a informação avançada pela autarquia – responsável pela gestão do equipamento – na passada segunda-feira, 29 de julho, as obras em causa terão um custo total de

cerca de 75 mil euros, dos quais 50 mil serão financiados pelo Promuseus – Programa de Apoio a Museus da Rede Portuguesa de Museus. Os restantes 25 mil serão custeados pela Câmara Municipal. A intervenção incidirá, assim, no interior da estrutura, mais concretamente nas áreas da exposição permanente, com a ambição de tornar os materiais expostos mais acessíveis à generalidade da população, dotando-os com discurso bilingue

em português e inglês, painéis de leitura em braile, e recursos ajustados a pessoas invisuais e com dificuldades de mobilidade. A empreitada contempla ainda trabalhos que melhorem as condições de divulgação dos projetos de investigação desenvolvidos pela equipa do Museu, relacionados com a história da indústria de chapelaria na região e no país.

### Gaia estabelece acordos de parceria com associações locais

A Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia firmou acordos de colaboração de atribuição de apoio financeiro a várias entidades, no passado dia 27 de julho. Entre os contemplados, estão o Centro de Recreio Popular de São Félix da Marinha, a Junta de Freguesia de São Félix da Marinha, a Associação Recreativa e Cultural de Serzedo, e também

o Grupo Musical da Mocidade Perosinhense. O montante atribuído à Junta de Freguesia de São Félix da Marinha terá como destino a realização de um anteprojecto que repense as suas instalações, e que possa, no futuro, resultar numa intervenção mais alargada, que dote o edifício de melhores condições (20 mil euros). Já o Centro de Recreio Popular de São Félix receberá um apoio no valor de 364 mil euros, para obras de execução de instalações elétricas, infraestruturas de telecomunicações e instalação de equipamentos

de ar condicionado e deteção de incêndios. A Associação Recreativa e Cultural de Serzedo será contemplada com cem mil euros, para que possa dar início à quarta fase das obras de construção da nova sede. O Grupo Musical Mocidade Perosinhense receberá 243 mil euros para trabalhos de reformulação da iluminação e reabilitação das instalações elétricas, segurança e climatização. No total, a autarquia disponibilizará a estas quatro entidades cerca de 727 mil euros.

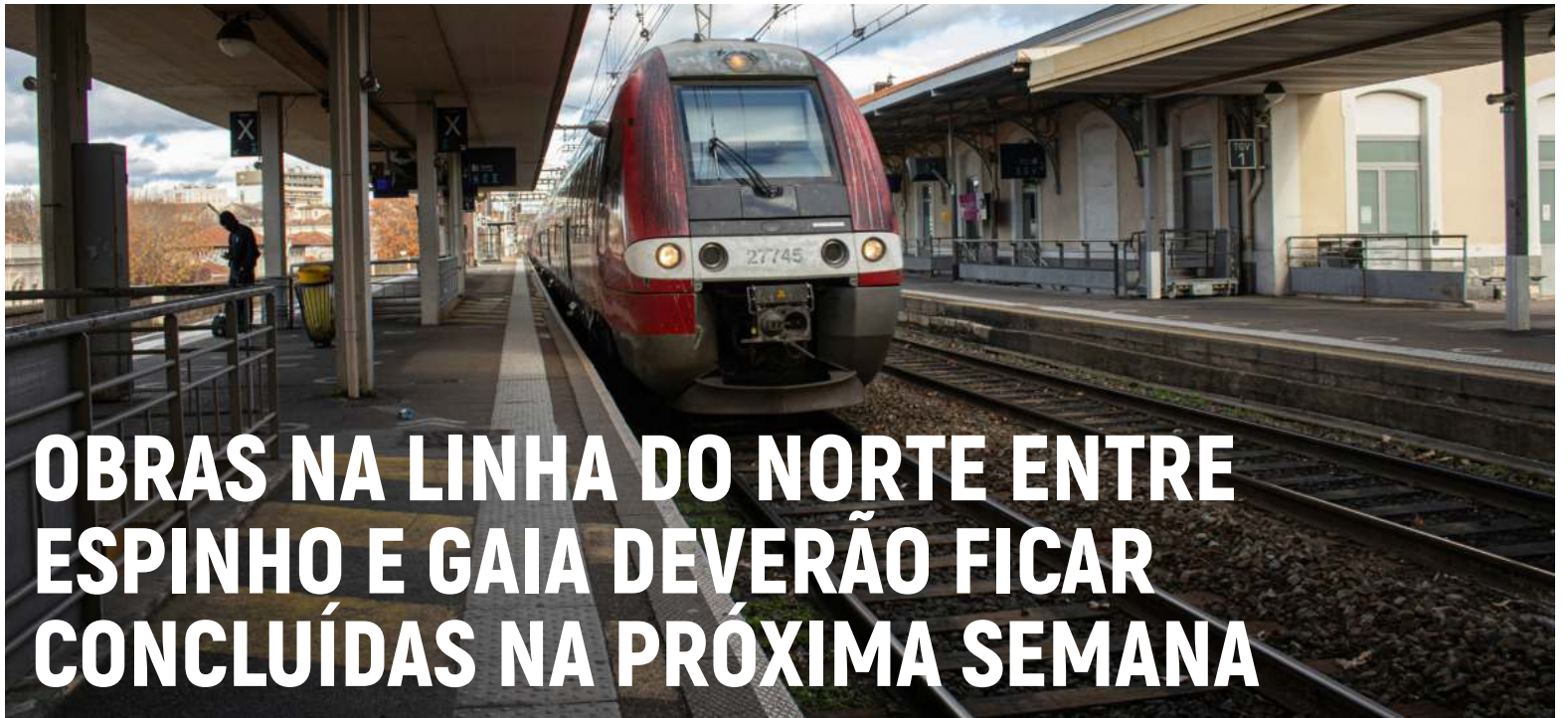
### Banhos nas praias Seca e da Frente Azul estiveram interditos durante dois dias

Os banhos nas praias Seca e da Frente Azul, em Espinho, voltaram a estar autorizados no sábado, 26 de julho, depois de, nos dois dias anteriores, terem sido desaconselhados devido a uma contaminação microbiológica da água. O levantamento da restrição surgiu depois da Agência Portuguesa do Ambiente (APA) ter realizado novas análises à qualidade da água das praias, que terão mostrado que os valores microbiológicos haviam regres-

sado aos padrões de qualidade. “Face aos resultados das análises, e após instruções da Autoridade Regional de Saúde, terminou o desaconselhamento da ida a banhos nas praias Seca e da Frente Azul, tendo sido dadas instruções para que fossem retirados os avisos nos acessos àquelas”, referiu a Autoridade Marítima Nacional, na sua página.

PUB





# OBRAS NA LINHA DO NORTE ENTRE ESPINHO E GAIA DEVERÃO FICAR CONCLUÍDAS NA PRÓXIMA SEMANA

As obras na Linha do Norte, entre Espinho e Vila Nova de Gaia (Devesas), que tiveram o seu início em julho de 2020, deverão terminar na próxima semana. A informação foi avançada pela Infraestruturas de Portugal à agência Lusa, onde dá conta de que “as obras estão concluídas, à exceção da Passagem Inferior ao km 324,560 [Miramar, Gaia], cujos trabalhos se encontram em fase de conclusão”.

A intervenção entre as estações de Espinho e Vila Nova de Gaia envolveu a substituição integral da superestrutura da via, a alteração dos ‘layout’ das estações de Granja e Vila Nova de Gaia, a implantação de duas novas diagonais de contravia entre Miramar e Francelos, com 750 metros de comprimento, para resguardo de comboios de mercadorias, a norte do apeadeiro de Francelos. Houve também lugar à substituição de passagens

de nível por passagens desniveladas (inferiores e superiores, para peões e automóveis), bem como a beneficiação das plataformas de passageiros.

As estações de Gaia, Granja e Valadares e os apeadeiros de Aguda, Miramar, Francelos, Madalena e Coimbrões foram os locais intervenções. Entre Esmoriz e Gaia também já foi instalado e posto ao serviço o sistema de sinalização eletrónica e a sua integração no Centro de Comando Operacional do Porto, o sistema de controlo automático de velocidade e os sistemas de telecomunicações.

Entretanto, a IP pôs a concurso, por 50 mil euros, estudos para passagens inferiores na Granja e Aguda, na sequência de um protocolo celebrado em 2022 após protestos das populações contra as passagens superiores instaladas, em que as estruturas

foram apelidadas de “mamarracho”, “escarro arquitetónico” ou “muro de Berlim” pela população.

A conclusão total da intervenção chegou a estar prevista para 2023, mas a empreitada “sofreu vários impactos com relevância no prazo, decorrentes dos constrangimentos que se vêm registando no mercado da construção, designadamente, quanto à disponibilidade e prazo de fornecimento de materiais e às dificuldades sentidas pelos empreiteiros e subempreiteiros na contratação de meios humanos e de equipamentos” – informa fonte oficial da Infraestruturas de Portugal.

A intervenção entre Espinho e Vila Nova de Gaia foi orçada em 55,3 milhões de euros e iniciou-se em julho de 2020 e insere-se no âmbito do programa Ferrovia 2020.

## AMP expressa “preocupação” com a conclusão das obras financiadas pelo PRR

A Área Metropolitana do Porto (AMP) diz estar “bastante preocupada” com a conclusão das obras financiadas pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR). A complexidade dos processos, a necessidade de cumprimento de prazos e a falta de mão-de-obra especiali-

zada estão entre os fatores que têm gerado “alguma apreensão” entre os autarcas da Área Metropolitana do Porto.

“O risco de atrasos pode comprometer a eficácia dos fundos disponibilizados e, consequentemente, o impacto positivo esperado na qualidade de vida dos cidadãos e no desenvolvimento da região. As autarquias da Área Metropolitana do Porto esperam trabalhar em estreita colaboração com o governo e outras entidades envolvidas, procurando soluções para agilizar processos e mitigar os

desafios identificados” – lê-se no comunicado emitido pela AMP na sequência da reunião realizada a 26 de julho.

### Sobre o PRR

O PRR é um programa de aplicação nacional, com período de execução até 2026, que visa implementar um conjunto de reformas e investimentos destinados a repor o crescimento económico sustentado, após a pandemia, reforçando o objetivo de convergência com a Europa, ao longo da próxima década.

## Ovar promove fim de semana dedicado aos videojogos

Nos dias 3 e 4 de agosto, o Polo de Inovação e Capacitação Social de S. João de Ovar vai acolher a primeira edição do “Ovar Gaming Weekend”, um evento dedicado aos videojogos que terá o convívio, a aprendizagem e a importância de ter uma vida equilibrada como motes principais. De entrada gratuita, os jovens do concelho poderão experimentar consolas, equipamentos de realidade virtual

e participar em torneios.

Depois de, em 2023, a Câmara Municipal de Ovar ter organizado o “Ovar Game Day”, a estreia deste evento estende-se agora por dois dias dada a “forte adesão” dos jovens registada no ano transato.

“Sabemos que os videojogos são uma parte importante da vida de vários jovens e, depois do sucesso do ano passado, este ano reforçamos a aposta nesta iniciativa pioneira, que consegue aproximar os jovens e os entusiastas dos videojogos, e, ao mesmo tempo, sensibilizá-lo para a importância de jogarem

de forma responsável” – diz Ruben Ferreira, vereador da Juventude na autarquia vareira.

Na edição deste ano os participantes terão a oportunidade de conviver com Youtubers e influenciadores digitais na área do gaming. Jamie Drake, Joliveira10 e Helena Santos estão entre os nomes confirmados.

A participação é gratuita, mediante inscrição obrigatória, que está sujeita às vagas existentes.

# espaço cidadão



## MAIS DE 700 MILHÕES DE PESSOAS ENFRENTARAM A FOME EM 2023

Mais de 700 milhões de pessoas enfrentaram a fome em 2023, um em cada 11 habitantes no Mundo e um em cada cinco em África, de acordo com um relatório da ONU divulgado a 24 de julho. “Estima-se que entre 713 e 757 milhões de pessoas, o que corresponde a 8,9% e 9,4% da população global, respetivamente, teriam enfrentado a fome em 2023. Considerando a faixa intermédia (733 milhões), seriam cerca de 152 milhões de pessoas a mais do que em 2019”, segundo o relatório sobre o “Estado da Segurança Alimentar e Nutricional no Mundo (SOFI, em inglês) 2024”, da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO). Depois de ter aumentado de forma acentuada de 2019 para 2021 (no período da pandemia da covid-19), a fome global, medida pela prevalência da subnutrição, persistiu quase no mesmo nível durante três anos consecutivos, afetando 9,1% da população em 2023, em comparação aos 7,5% em 2019.

De acordo com o documento, que tem como tema o “Financiamento para acabar com a fome, a insegurança alimentar e todas as formas de subnutrição”, o Mundo ainda está longe de alcançar os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 2, que são as propostas da ONU para a erradicação da fome até 2030. “Embora a fome continue a aumentar em África, manteve-se relativamente inalterada na Ásia, e apresentou progressos notáveis na América Latina. De forma proporcional, a África continua a ser a região com o maior número de pessoas a enfrentar a fome – 20,4%, em comparação com 8,1% na Ásia, 6,2% na América Latina e nas Caraíbas e 7,3% na Oceania”, referiu o estudo.

Entretanto, a Ásia ainda alberga mais da

metade da população que passa fome no Mundo, segundo a FAO. “Prevê-se que 582 milhões de pessoas estarão subnutridas de forma crónica no final da década. Até 2030, a África vai substituir a Ásia como a região responsável por mais de metade das pessoas subnutridas no mundo”, indicou o documento. Os progressos para garantir o acesso regular a uma alimentação adequada a todos também está estagnado e a prevalência da insegurança alimentar moderada ou severa manteve-se inalterada durante três anos consecutivos ao nível global, embora seja importante destacar que na América Latina foram realizados progressos, segundo a FAO.

Em 2023, de acordo com o estudo, estima-se que 28,9% da população mundial – 2,33 mil milhões de pessoas – sofreu com a insegurança alimentar de forma moderada ou severa. Centrando-se no acesso económico a alimentos nutritivos, as estimativas atualizadas e melhoradas mostram que mais de um terço da população mundial – cerca de 2,8 mil milhões – não podia pagar uma dieta saudável em 2022. As desigualdades são evidentes, com os países de baixo rendimento a terem a maior percentagem da população que não consegue pagar uma dieta saudável (71,5%) em comparação com nações de rendimento médio-baixo (52,6%), países de rendimento médio-alto (21,5%) e Estados de rendimento elevado (6,3%).

A falta de melhorias na segurança alimentar e no progresso desigual no acesso económico a alimentos e dietas saudáveis lançam uma sombra sobre a possibilidade de alcançar os ODS 2 da ONU. Para a FAO, é necessário acelerar a transformação dos sistemas agroalimentares para reforçar a sua resiliência, como principal fator, e

abordar as desigualdades para garantir que dietas saudáveis sejam acessíveis e estejam disponíveis para todos. “Houve algum progresso em direção ao objetivo de acabar com todas as formas de subnutrição, com melhorias na prevalência global em relação ao atraso no crescimento e na emaciação entre crianças com menos de cinco anos, e na amamentação exclusiva entre crianças com menos de seis meses”, afirmou a ONU no documento.

Segundo o SOFI 2024, são ainda necessárias ações duplas que simultaneamente combatam a subnutrição, as carências de micronutrientes, o excesso de peso e a obesidade, aproveitando os fatores comuns partilhados por todas as formas de má nutrição. A meta dos ODS para acabar com a fome, a insegurança alimentar e a subnutrição exigem um aumento e uma maior eficácia dos financiamentos, entretanto, atualmente não existe um quadro claro de financiamento para atingir essas metas. Portanto, segundo o relatório, tanto uma definição comum como um mapeamento do financiamento para a segurança alimentar e nutricional são necessários de forma urgente, uma vez que os esforços atuais carecem de uma atenção adequada e de clareza.

“Os doadores e outros intervenientes internacionais necessitam de aumentar a sua tolerância ao risco e estar mais envolvidos nas atividades de redução de risco, enquanto os governos devem preencher as lacunas não abordadas pelos atores privados através de investimentos públicos, reduzindo a corrupção e a evasão de impostos, aumentando os gastos na segurança alimentar e nutricional com uma reorientação do apoio político”, indicou o SOFI 2024.

# o explicador

## SAÚDE: O QUE É A APNEIA DO SONO?



Todas as noites preparamo-nos para descansar o corpo e a mente de forma a recarregar energias para um novo dia. Mas imagine o que é adormecer, com a esperança de ter esse descanso restaurador, e ser surpreendido por interrupções e despertares durante a noite que afetam a qualidade do sono e, por conseguinte, a sua saúde. Por outras palavras: dorme, mas não repousa. A apneia do sono, um distúrbio respiratório comum caracterizado pelo breve e frequente bloqueio das vias respiratórias, é algo que pode transformar a promessa de um sono reparador num ciclo de fadiga e de risco para a sua saúde.

A apneia do sono, também conhecida como síndrome de apneia obstrutiva do sono, é uma "doença respiratória do sono provocada por colapsos intermitentes e repetidos da via respiratória superior da hipofaringe [atrás da língua]" e que provocam pausas respiratórias enquanto dorme, lê-se num artigo da Associação Portuguesa do Sono (APS). Essas interrupções totais (apneia) ou parciais (hipopneias) levam a que ocorra uma "diminuição do oxigénio" e um "aumento do dióxido de carbono" no sangue, o que provoca "pequenos despertares ao longo da noite" e a uma "fragmentação do sono".

### Como se manifesta a doença?

De acordo com a Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental, a apneia do sono ocorre quando se dá "um relaxamento excessivo dos músculos da via aérea superior", resultando no bloqueio do fluxo normal da respiração. Esta síndrome pode manifestar-se durante o dia ou à noite.

### Principais sintomas

Durante o sono, os sintomas mais frequentes apontados pela APS são: o ressonar e a interrupção por pausas respiratórias (apneias); sono agitado; transpiração corporal; despertares súbitos com sensação de sufocação ou engasgamento; levantar várias vezes durante a noite para urinar; ter a perceção que sonha regularmente; sensação de azia.

Já durante o dia, os sinais mais relatados

passam pela sensação de cansaço após acordar; sonolência diurna excessiva; sensação de boca seca; ansiedade; alterações do humor; dificuldade de concentração, memória e atenção; dores de cabeça frequentes; dificuldade e/ou incapacidade de ter ereção ao nível sexual.

### O que provoca a apneia?

Alguns dos fatores de risco mais associados a esta síndrome têm que ver com a genética (características físicas da face, pescoço e vias respiratórias superiores); o género (há uma maior prevalência nos homens); a idade (prevalência da apneia aumenta com a idade); o excesso de peso; o perímetro excessivo do pescoço; as doenças hereditárias e congénitas que possam provocar alterações anatómicas das vias aéreas superiores. Entre outras causas constam ainda o consumo crónico de tabaco, álcool e medicamentos com efeito de relaxamento muscular ou para "ajudar a dormir" (por exemplo, ansiolíticos). Não obstante, importa notar que a apneia do sono pode ocorrer em qualquer idade, sendo que adultos com obesidade e crianças com hipertrofia das amígdalas e adenoides são os principais grupos de risco.

### Acho que tenho apneia do sono. Devo preocupar-me?

Sim! Como qualquer doença que não seja acompanhada ou tratada, a apneia do sono tem tendência para se agravar e os sintomas tendem a intensificar-se, acarretando graves consequências para a saúde, tais como: aumento do risco de acidentes laborais e de viação (consequência da sonolência diurna excessiva); aparecimento ou desenvolvimento de problemas cardiovasculares (acidente vascular cerebral, arritmias, insuficiência cardíaca, hipertensão arterial, diabetes); ou morte súbita de causa cardíaca durante a noite.

### Como posso fazer um diagnóstico?

O primeiro passo pode começar pela autoidentificação dos sintomas referidos ou

pedir a alguém que observe se o seu sono é caracterizado por estas paragens. Além disso, a apneia do sono pode ser diagnosticada através de uma avaliação clínica em consulta ou pela realização de uma polissonografia (exame que analisa a atividade elétrica cerebral, muscular, cardíaca durante o sono e a respiração, incluindo a oxigenação do sangue, posição corporal e o ressonar).

### Há tratamento para a apneia?

Sim! A Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental destaca as seguintes formas de tratamento para esta síndrome: adoção de uma boa higiene do sono; não usar medicamentos para dormir com efeito de relaxante muscular; perda de peso, em caso de obesidade ou excesso de peso; ventiloterapia durante o sono (descrita como "ventilação " através de máscara nasal ou facial que se usa enquanto dorme); cirurgia em caso de indicação de remoção de tecidos que obstruam a passagem do ar (por exemplo, nas crianças, a remoção das amígdalas); e o dispositivo de avanço mandibular que funciona avançando o maxilar inferior e aumentando por isso o espaço da via respiratória.

Fontes consultadas: Associação Portuguesa do Sono; Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental; SNS24.

PUB



**Terra Viva Restaurante & Merceria BIO**  
Rua 27 N.º715 e 722  
4500-287 Espinho

# entrevista



**“NÃO POSSO PROMETER VITÓRIAS, MAS GARANTO QUE TEREMOS UMA EQUIPA À IMAGEM DO SC ESPINHO”**

Rafael Oliveira

A trajetória no mundo futebolístico do novo treinador do Sporting Clube de Espinho começou a ser escrita ainda em criança. Desde os nove até aos 20 anos, Tiago Leite fez o seu percurso desportivo como jogador na Ovarense. Demonstrando liderança desde cedo, foi capitão em todos os escalões e conquistou um lugar na equipa sénior ainda como júnior. Já como ‘profissional da bola’, vestiu a camisola do clube da sua terra por duas épocas e meia, altura em que a Ovarense ainda competia na segunda divisão nacional. O processo de falência do clube levou-o até Estarreja, onde rapidamente percebeu que alcançar um “patamar muito elevado” como jogador de futebol não se afigurava como uma possibilidade. Optou, assim, por seguir outro sonho: treinar crianças e jovens.

Também esse percurso começou a ser desenhado na Ovarense, seguindo-se contactos com o Furadouro, com os iniciados do SC Espinho, e no Estarreja. Contudo, a vida pessoal trocou-lhe as voltas, obrigando-o a afastar-se dos relvados durante cinco anos. O regresso como treinador deu-se em 2019, na Dragonforce, e, pouco tempo depois, aos 32 anos, a Ovarense convidou-o para se estrear como treinador de seniores. Esteve no comando técnico daquele clube durante dois anos e meio, e nas duas últimas temporadas esteve ao serviço do CD Paços de Brandão que terminou a época passada em terceiro lugar na Divisão de Elite de Aveiro.

Sem esconder a relação umbilical e proximidade com o clube que o viu crescer, a nova época desportiva no principal campeonato distrital de Aveiro reserva-lhe um desafio “apaixonante”, que o preenche de orgulho e de um sentido de responsabilidade. Chegou a hora de Tiago Leite liderar os “tigres da Costa Verde”.

## **Em que moldes surgiu o convite para assumir o comando técnico do SC Espinho?**

A abordagem foi feita após a conclusão da época passada. O presidente Bernardo Almeida terá resolvido a situação com o anterior treinador, e sai do Paços de Brandão no final da época porque concluímos que havia chegado o final de um ciclo e que a separação era o melhor para ambas as partes. Mais tarde, o contacto foi feito pelo presidente do SC Espinho e fomos falando ao longo deste tempo.

## **Foi difícil chegar a um acordo?**

Não, não foi. De minha parte, havia uma grande vontade de treinar o SC Espinho. Senti que era o projeto certo por toda a história que o clube tem e por me identificar com o mesmo.

## **A partilha das “raízes” destas duas regiões - Espinho e Ovar - terá facilitado a tomada de decisão, portanto...**

Sim, há uma identificação total com o clube. Lembro-me bem da última vez que o SC Espinho estive na Primeira Liga, quando eu ainda era um miúdo: o jogo de subida foi realizado em Ovar, houve uma invasão de campo e os adeptos do Espinho fizeram uma grande festa... Desde então, é impossível esquecer o SC Espinho. Acompanho e conheço o clube desde criança. Além disso, tive a oportunidade de treinar os seus iniciados, entre 2010 e 2011, o que foi uma experiência muito gratificante, e adoro a massa adepta espinhense... Não é ser ‘puxa-saco’, mas aprecio muito a forma apaixonada como os adeptos torcem pelo clube. Ao longo do meu percurso tenho dito que sou um treinador de adeptos. Preciso dessa moldura humana e da envolvimento em torno da equipa. Não digo que seja o

concretizar de um ‘sonho de menino’, mas o SC Espinho sempre foi um clube no qual quis muito trabalhar. Não podia estar mais feliz por estar aqui.

## **O que representa para si assumir o comando técnico de um clube centenário e com o legado do SC Espinho?**

Há dois sentimentos que se sobressaem: o orgulho de representar um clube tão grande como este e, depois, a responsabilidade e ambição inerentes ao desafio, visto que não atravessamos uma fase fácil. O SC Espinho tem um percurso singular, histórico, conceituado e reconhecido a nível nacional - e isso verifica-se nas várias modalidades, pelo que demonstra ser um clube eclético. Mas toda a gente sabe da situação atual do clube e que ‘de história vivem os museus’. Portanto, é um desafio estimulante poder ser o responsável técnico por um novo crescimento do clube.

## **E como descreveria a atual situação? Que passos têm de ser dados para o clube retomar o seu lugar de destaque?**

O SC Espinho está numa divisão à qual não pertence. Mas, com humildade, temos de perceber que as atuais condições levam a que isto seja uma realidade. Se vivermos do passado e andarmos sempre a dizer ‘Ah, o Espinho não é desta divisão’, dificilmente vamos sair daqui. O primeiro passo para inverter isso é sermos humildes, aceitar a realidade, e compreender que a situação se deve a um conjunto de fatores em torno do clube. Depois, face a essa conjuntura, temos de dar passos firmes para construir um projeto sólido e uma equipa, com tempo e calma, para voltarmos a ser o que éramos.

## **Persiste ainda um assunto, difícil de contornar, que tem que ver com a obra do Estádio Municipal que se encontra suspensa. Para esta época o clube já encontrou alguma solução de estabilidade ou vai continuar com a 'casa às costas'?**

Não vou fugir à questão, até porque sou uma pessoa frontal e não costumo dizer aquilo que é politicamente correto: isso é um assunto da direção. Fui contratado para treinar; não para dirigir. Costumo dizer que se fosse fácil, não seria para mim. Toda esta conjuntura torna ainda mais apaixonante vir treinar o SC Espinho. Antes de aceitar o convite, estudei e procurei inteirar-me ao máximo da realidade atual do clube - é assim que sei estar na vida. A partir das conversas entre direção e equipa técnica, emergiu um trabalho conjunto a partir do qual se encontraram as soluções certas. Nesse sentido, pretendemos fazer do Estádio de Guetim a nossa casa. Será aí que faremos a pré-época. A logística será facilitada, uma vez que os jogadores terão os seus balneários, os seus equipamentos, e não terão que se preocupar com nada. No entanto, para futuro, há um conjunto de obras que terão de ser feitas para jogarmos ali durante a época e isso é algo que depende também da autarquia e da junta de freguesia...

## **A intenção passa por realizar os jogos nesse estádio em Guetim, então?**

Sim, a ideia é essa. Mas, como disse, sem as obras será impossível fazê-lo. Não estão reunidas todas as condições. Se no início do campeonato não estiver tudo assegurado, teremos o campo da época passada, em Nogueira da Regedoura.

## **Ainda sobre o Estádio Municipal, sente que deve tecer mais algum comentário?**

Apenas um e muito simples: um clube como o SC Espinho tem de ter um estádio. Aquilo que foi projetado devia ser uma realidade; o clube merece e isso será fundamental para o novo crescimento do Espinho. Acho que toda a gente na cidade deveria fazer um esforço para isso acontecer, mas sou só treinador de futebol... Não me vou meter em politiquices. Só desejo que o SC Espinho tenha uma casa que faça jus à sua história e ao tamanho do clube gigante que é.

## **Quando foi anunciado como novo treinador, há uma citação publicada nas redes sociais do SC Espinho, que terá sido da sua autoria, em que diz: "Eu e a minha equipa técnica temos três premissas para esta época: trabalhar dia e noite em prol do SC Espinho, oferecer aos adeptos**

## **uma equipa à sua imagem para que a raça vareira se faça ouvir mais do que nunca, e... ganhar!". É uma ambição sua fazer com que o SC Espinho assegure a promoção aos campeonatos nacionais esta época?**

Vou dar como exemplo a equipa que treinei na época passada: disse no início da temporada que o objetivo era garantir a manutenção o mais depressa possível e que jogaríamos sempre para ganhar. No fim, acabamos em terceiro lugar. Sem esquecer que o SC Espinho terá sempre de jogar para ganhar, parece-me haver dois ou três projetos no distrito que, pelo seu investimento e consolidação dos projetos ao longo dos anos, estarão melhor preparados para assumir a subida do que nós nesta fase inicial. O que posso garantir é que teremos uma equipa à Espinho.

## **E no que se traduz uma 'equipa à Espinho'?**

Significa lutar todos os jogos pela vitória. É jogar com sede de vencer, de assumir o protagonismo e de procurar impor a ideia de jogo contra qualquer equipa que seja. Pelas raízes piscatórias e de trabalho que caracterizam a cidade de Espinho, esta terá de ser uma equipa que nunca dará um lance por perdido, que lutará por cada centímetro do campo. O que prometemos aos adeptos é que terão uma equipa à sua imagem e que deixará a vida em campo pela vitória. Acredito que se o fizermos, até pela qualidade da equipa técnica, do plantel e porque teremos o melhor 12.º jogador do campeonato, estaremos mais próximos de ganhar. A partir de certa altura no campeonato, olharemos para a tabela classificativa e veremos o que será possível fazer.

## **Qual é a visão e estratégia delineadas por forma a alcançar os objetivos do clube?**

Dizer que queremos subir só porque somos o SC Espinho, parece-me um discurso feito. É algo bonito de se ouvir, mas o que importa mesmo é concretizar. Claro que queremos subir e sair da divisão distrital o mais rapidamente possível, mas o que digo é que as casas se constroem a partir da base. Então, a nossa intenção principal é criar uma ideia de jogo que nos aproxime da vitória.

## **E de que forma tentará alcançar isso dentro de campo?**

Queremos dominar o jogo com e sem bola, subjugar o adversário às nossas ideias em termos ofensivos e defensivos. Por isso, iremos transmitir claramente aos jogadores o que pretendemos. Um dos grandes princípios do nosso jogo será o carácter e a mística do SC Espinho de que falava há pouco. Teremos um plantel praticamente todo novo, então, é muito importante para nós - equipa técnica - passar a mensagem do que é representar as cores do SC Espinho. Como alguns deverão

saber, tenho uma ideia de jogo que passa por uma posse de bola exacerbada, pela concretização de oportunidades, e teremos de ser agressivos e verticais sempre que possível.

## **Sabendo que a massa adepta faz por acompanhar e apoiar os "tigres", que importância essa moldura humana terá para o sucesso do clube ao longo da época?**

Será vital. Vamos precisar muito dos adeptos. O que diferencia o SC Espinho do resto das equipas é o 12.º jogador: a massa adepta. O que sinto, e sei por conhecimento próprio, é que quando os adeptos estão em força no estádio, a equipa adversária sente-se muito desconfortável. O apelo que faço é para que estejam connosco. Não posso prometer vitórias, mas garanto que teremos uma equipa à imagem do SC Espinho. Vamos lutar e batalhar por todos os lances para vencer e orgulhar os nossos adeptos. Vamos trabalhar para que sejam felizes.

## **Ao longo dos últimos anos esteve muito próximo daquilo que é o pulsar da Divisão de Elite de Aveiro. Que leitura faz à temporada que se avizinha e das equipas em competição?**

Num breve resumo, diria que Florgrade e Ovarense são os favoritos à subida de divisão. A Florgrade porque desceu do Campeonato de Portugal e manteve a quase totalidade da sua estrutura; a Ovarense porque é um clube também centenário, tem uma massa adepta muito forte e está a fazer um investimento muito significativo, acima do que é considerado 'normal' para esta divisão, desde a época passada. Entre outros adversários, destacaria o Águeda, Pampilhosa, Paços de Brandão, Lobão e Fiães. São equipas históricas desta divisão, mas haverá sempre espaço para surpresas. Julgo que será um campeonato complicado e duro para todos. Tendo em conta as contratações e o histórico do que tem sido os últimos anos, arrisco-me a dizer que esta temporada será a mais competitiva de sempre e teremos o campeonato distrital mais forte do país.

PUB



**O Golfinho**  
Marisqueira / Snacksbar

Tel.: 22 734 4294    Rua 2 N.º 663, Espinho



# desporto



## ANDEBOL DE PRAIA: EFE OS TIGRES SAGRA-SE CAMPEÃ DISTRIITAL EM SUB-14 E SUB-16

A Escola de Formação de Espinho (EFE) "Os Tigres" sagrou-se campeã distrital em sub-14 e sub-16 masculino na 5ª etapa do Campeonato Regional do Porto de Andebol de Praia, competição que se disputou na praia Marbelo, entre os dias 25 e 28 de junho. O conjunto espinhense também conquistou a prata nos

sub-18 masculinos, e nos sub-16 femininos. Em seniores, os vencedores da etapa foram a Associação Desportiva ADG (masculinos) e o GRD Leça (femininos). Nos sub-18, o GRD Leça voltou a estar em destaque, ao vencer as competições masculina e feminina. Já nos sub-16 femininos, foram as Kaky's Beach

Handball a levar a melhor. Em sub-14 feminino, o Clube Desportivo Feirense foi o vencedor. Recorde-se que no próximo final de semana, de 3 e 4 de agosto, a praia Marbelo acolhe a terceira e última etapa do Portugal Beach Handball Tour 2024.

### Aveiro volta a receber a final da Supertaça Cândido Oliveira

É já este sábado: Sporting CP e FC Porto preparam-se para disputar a Supertaça Cândido Oliveira no Municipal de Aveiro, pelas 20h15, partida que terá também transmissão na RTP1. Esta será a quinta vez consecutiva que Aveiro acolhe a competição; o campeão nacional, Sporting CP, estará presente pela 12ª ocasião e à procura do seu décimo troféu; já o vencedor da Taça de Portugal, FC Porto, completará 33 presenças, lutando pela 23ª conquista. Sporting CP e FC Porto já não se

defrontam na Supertaça há 15 anos – sendo esta a primeira vez que esse medir de forças se fará em Aveiro – sendo esta a 250ª partida que ambos disputam entre si, e que acontece num momento curioso, em que a cidade celebra também um momento distinto, sendo a Capital portuguesa da Cultura. "Aveiro possui uma localização estratégica e infraestruturas de excelência, proporcionando as condições ideais para a prática do futebol ao mais alto nível. Esta será a primeira final da nova época, o que traz uma motivação extra para todos os envolvidos. A continuidade desta escolha reforça a nossa reputação como anfitriões de referência para este tipo de eventos" – assinalou José Neves, presidente

da Associação de Futebol de Aveiro. A matéria também foi comentada pelo Presidente da Câmara Municipal de Aveiro, Ribau Esteves. "No âmbito das parcerias que a Câmara Municipal de Aveiro desenvolve com a Federação Portuguesa de Futebol, temos o maior gosto e a maior honra em receber a edição de 2024 da Supertaça Cândido de Oliveira num ano especial para a cidade, uma vez que somos Capital portuguesa da Cultura. (...) Será mais uma festa que vamos viver em Aveiro no próximo dia 3 de agosto e a Câmara Municipal associa-se com todo o gosto ao evento que abre a época 2024/25. Até Aveiro" – disse o autarca.

### Futebol: SC Espinho continua a somar reforços

A formação de futebol sénior do SC Espinho continua a dar passos em direção à época desportiva que se avizinha. Depois da apresentação do novo técnico, Tiago Leite, os "tigres" já realizaram também, na passada segunda-feira, o primeiro treino, no Centro de Formação. Para além disso, têm sido vários os reforços anunciados pelos espinhenses até ao momento. Para já, estão confirmadas

as renovações de Dani (avançado), Rúben Loureiro (guarda-redes) e também Filipe Leite (médio). Nas contratações, há caras conhecidas: é o caso do guarda-redes Leo Leichsenring (ex- Florgrade FC) e também do avançado Wilson Soares (ex- União de Lamas), que regressam aos "tigres". Para além destes, estão também confirmadas as contratações de: Abdoulayer Daffé (avançado, ex- Portosantense), Pedro Santos (defesa, ex-Beira-Mar), Bruno Furtado (médio, ex-RD Águeda), Pedro Freitas (avançado, ex-Fiães),

Rúben Silvestre (defesa, ex-Beira-Mar), Diogo Faria (médio, ex-Leixões SC), Vivas (defesa, ex-Paços de Brandão), Léo Araújo (defesa, ex-Coimbrões) e Ricardo Rodrigues (avançado, ex-USC Paredes). O SC Espinho disputará no próximo sábado, 3 de agosto, uma partida de preparação diante dos sub-19 do CD Feirense. O jogo de apresentação aos sócios está marcado para 24 de agosto, diante do Valadares Gaia.

### Esgrima: Novasemente levou a modalidade a mais de mil crianças e jovens

Terminou na passada sexta-feira, 26 de julho, o "Aqui há esgrima", um programa do GD Novasemente, que apresentou a modalidade a mais de mil crianças e jovens. A maratona de divulgação da esgrima no distrito de Aveiro ficou concluída

nas escolas de Lobão e Canedo, também no âmbito do projeto "VIVES Santa Maria da Feira", com mais de 140 crianças e jovens a inteirarem-se dos contornos da modalidade, e a experimentarem-na pela primeira vez.



# NATAÇÃO: DOMINGOS FERREIRA FOI DE OURO NOS 4 MIL METROS

Domingos Ferreira, atleta da secção de natação do SC de Espinho, venceu a prova dos 4 mil metros Master na 8ª Prova da Barragem da Queimadela, no passado domingo, 28 de julho. A Na competição, que aconteceu no

Rio Vizela, o nadador completou o percurso numa hora, 15 minutos e 57 segundos, com sete minutos de avanço para o segundo classificado. A 8ª Prova da Barragem da Queimadela contou com o apoio da Câmara

Municipal de Fafe, em parceria com a Associação de Natação do Norte de Portugal e a Federação Portuguesa de Natação. Esta foi a sexta etapa do Circuito Nacional de Águas Abertas da época 2023/2024.

## Atletismo: GD Ronda foi a melhor equipa em Oiã

O GD Ronda foi a formação que anotou melhores resultados na 5ª edição do trail Terras de Oiã, que se realizou no passado domingo, 28 de julho. Em particular evidência estiveram Hugo Ferreira, que garantiu um terceiro lugar na classificação geral (e um segundo no escalão Sénior), e também André Melo, com um oitavo posto na geral (e segundo no escalão

M50). Já Manuel Bastos anotou um 11º lugar na geral, e um segundo posto na categoria M50. Pela freguesia de Oiã, os atletas viveram uma experiência singular, num caminho de 24 quilómetros, por entre trilhos e estradas florestais, numa organização da Associação Jovem Oianense.

PUB

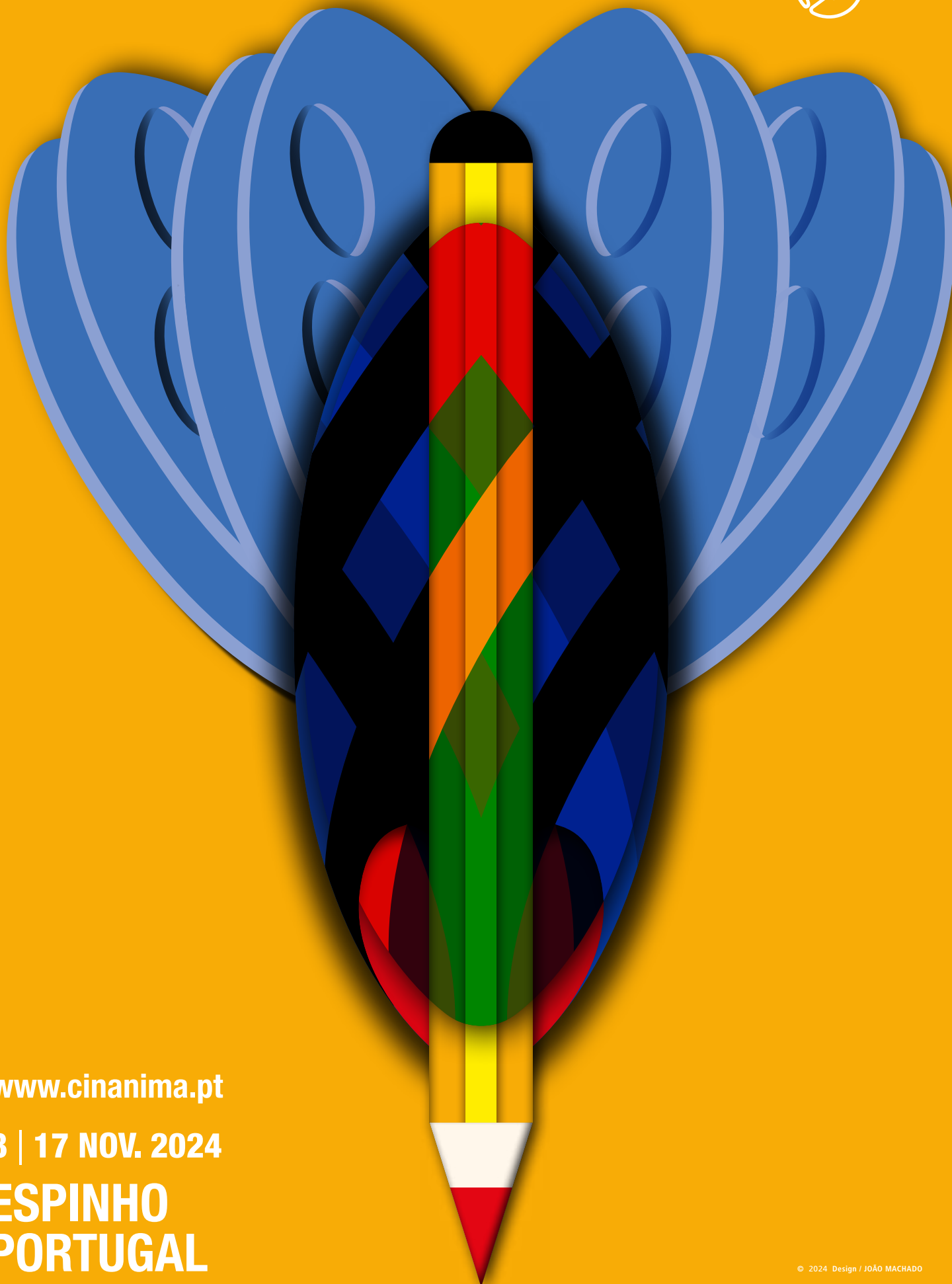
Diariamente até às 4h

PUB INST

# Cinanima 24

48º FESTIVAL  
INTERNACIONAL  
DE CINEMA DE  
ANIMAÇÃO

48<sup>th</sup> INTERNATIONAL  
ANIMATED FILM  
FESTIVAL



[www.cinanima.pt](http://www.cinanima.pt)

8 | 17 NOV. 2024

**ESPINHO  
PORTUGAL**

ORGANIZAÇÃO NASCENTE-COOPERATIVA DE ACÇÃO CULTURAL, CRL / CÂMARA MUNICIPAL DE ESPINHO

© 2024 Design / JOÃO MACHADO