



## destaque Pag. 10 e 11

### "HELLAS" ESTÃO A REESCREVER A HISTÓRIA DO HIP-HOP NO FEMININO E A ABRIR NOVOS CAMINHOS

Fundado em 2016, por Denise Sabença, o coletivo "Hellas" nasceu da necessidade de "juntar mulheres artistas" do movimento hip-hop, no qual predomina a presença masculina. Natural de Vila Nova de Gaia, a responsável recorda os primeiros passos deste projeto e diz que, naquela altura, eram poucas as mulheres a marcar presença neste contexto cultural, e as que existiam estavam "dispersas". Centrada numa lógica de agregação, a ideia deu frutos, e "Hellas" têm provas dadas de que "há mulheres a fazer rap" e a afirmarem-se como uma força motriz da representatividade feminina no hip-hop nacional. Em 2017, alcançaram o primeiro marco de relevo, com o lançamento da "Hellas Mixtape".

## 50 anos de abril Pag. 7

### "LIBERDADE E(M) POESIA", OU COMO PERPETUAR ABRIL ATRAVÉS DAS TÉCNICAS DE IMPRESSÃO

Miguel Tepes tem coordenado as oficinas do projeto que, em Espinho, se têm centrado em várias técnicas de impressão e nos valores da Revolução

## da terra Pag. 8

### NÚMERO DE HÓSPEDES EM ESPINHO PODERÁ ATINGIR NOVO MÁXIMO ESTE ANO

De acordo com os dados do INE, a procura foi maior entre os meses de janeiro e agosto de 2024, comparativamente ao ano transato

## desporto Pag. 13

### SC ESPINHO SOMA MAIS TRÊS PONTOS E CONTINUA NA PERSEGUIÇÃO AO PRIMEIRO LUGAR

Os "tigres" levaram a melhor diante do SC Bustelo (2-1), num encontro onde as emoções ficaram guardadas para os minutos finais

# nascente



## 500 ANOS DE LUÍS DE CAMÕES SERÃO ASSINALADOS COM DEBATE, MÚSICA E TEATRO

No dia 26 de outubro, às 15h30, o Auditório Nascente vai abrir as suas portas para assinalar o quinto centenário do nascimento de Luís de Camões. O evento, que celebra uma das figuras mais marcantes da literatura portuguesa e símbolo da identidade cultural do país, contará com um programa diversificado que inclui intervenções académicas, momentos musicais, encenações teatrais e leitura de poemas, numa homenagem ao legado épico e lírico do poeta.

As intervenções estarão a cargo de duas

especialistas em estudos camonianos: a professora catedrática Zulmira Coelho, da Faculdade de Letras da Universidade do Porto (FLUP), e a investigadora Isabel Rio Novo, autora da mais recente biografia de Luís de Camões. Ambas refletirão sobre a vida e obra do poeta, trazendo à tona o impacto do seu trabalho na construção da identidade cultural e no imaginário coletivo português. Após esta palestra, moderada por Luísa Pereira, o debate será estendido ao público presente.

Este evento contará ainda com um conjunto

de apresentações artísticas, tais como: o Coro da Sala de Ensaios do Teatro de Ferro, que marcará presença com atuações musicais; a participação especial de uma cantautora portuguesa; leitura dramatizada de um texto pelo Teatro Popular de Espinho, entre outras iniciativas que visam aproximar os espectadores da obra do poeta renascentista.

O tributo a Luís de Camões visa celebrar a memória de um dos maiores autores da língua portuguesa e reafirmar o impacto duradouro da sua obra, cinco séculos após o seu nascimento.



## NASCENTE APOSTA EM NOVO ESPAÇO COM VASTA OFERTA DE ATIVIDADES

No início de outubro, a Nascente - Cooperativa de Ação Cultural arrancou com o seu mais recente projeto: o Espaço Animartes, localizado na Rua 39, Nº 335, em Espinho. O novo local da Cooperativa acolhe uma diversificada oferta de atividades, destinadas a várias idades e gostos, reforçando a aposta em dinamizar a vida cultural e desportiva da comunidade.

Entre as modalidades disponíveis constam a ginástica de manutenção e pilates, conduzidas por Marta Dias, dança criativa, orientada por Cristina Novo, e karaté, com Pedro Perez. O espaço oferece ainda aulas de capoeira, sob a orientação de André Marques, e danças

européias, conduzidas por Joana Silva.

Em funcionamento de segunda-feira a quinta-feira e aos sábados, o Espaço Animartes conta com horários flexíveis para as diferentes atividades. Às segundas-feiras, das 18h00 às 18h45, decorre a sessão de pilates, seguindo-se a aula de karaté, das 19h00 às 20h00, enquanto na terça-feira há ginástica de manutenção (17h15 às 18h00), dança criativa (19h00 às 20h00) e danças europeias - nível intermédio (19h00 às 20h30). A aula de pilates volta a repetir-se na quarta-feira, com início programado para as 19h45.

A quinta-feira é o dia mais preenchido com

quatro modalidades a ocupar o espaço: danças europeias (17h00 às 18h00); ginástica de manutenção (17h15 às 18h00); dança criativa e karaté no mesmo horário (19h00 às 20h00). Depois do descanso de sexta-feira, no sábado de manhã, das 09h15 às 10h15, há aula de karaté, e ao final da tarde - das 17h00 às 19h30 - decorre a sessão de capoeira.

Note-se ainda que no dia 24 de outubro, quinta-feira, irá realizar-se uma aula experimental de danças europeias - iniciação, das 17h00 às 18h00.

# opinião



**Rita Betânia**  
Professora

## Festivais... há muitos!

É inacreditável a quantidade de festivais que acontecem por aí - e podemos até falar apenas de Portugal.

Há uma tendência que me parece ser sobretudo da última década de chamar festival a tudo e de criar festivais para todo o tipo de assuntos ou temas. Os festivais devem ser uma celebração convergente de algo que é partilhado por uma comunidade de pessoas com interesses comuns: a música, nas suas categorias específicas, o cinema de animação ou o cinema de terror, o folclore, a gastronomia, a marioneta, a literatura, o teatro para a infância e por aí fora. Tenho notado que existem muitos festivais focados num alimento em concreto, o que, a meu ver, tem muita graça: a cerveja, a sopa, o cogumelo, o tomate, o bacalhau, ... e há também festivais bem inusitados: já ouvi falar (estes noutros cantos do mundo) do festival da lama, do elefante, das cores, do gelo... descobri até que há o festival da música debaixo de água. Confesso que um dos que está na minha "bucket list" (e é bem insólito) é o Bosh Parade, nos Países Baixos! É muito curioso perceber como um grupo de pessoas explora e dissecou um tema convergente, realizando uma panóplia de atividades em torno dele: espetáculos, palestras, workshops, animação de rua, entre outros. Parece-me muito interessante esta tendência. Apercebo-me que se descobrem possibilidades verdadeiramente surpreendentes de desenvolver o potencial criativo em inúmeras áreas: num festival de literatura encontramos workshops de gastronomia inspirados nos livros ou nas histórias; num

festival gastronómico encontramos performances artísticas e espetáculos; num festival de música temos tertúlias e workshops de dança e movimento... toda esta mescla e fusão é um vórtice criativo que observo com muita curiosidade.

Há tanto que refletir em torno dos festivais. Mas uma das questões mais pulsantes para mim prende-se com os públicos. Faz sentido os festivais serem direcionados para um público específico, por exemplo a primeira infância ou os fãs (adultos, à partida) de heavy metal? Ou todo o festival devia ser eclético, com oferta de atividades e espetáculos para uns e para outros, de forma a atraírem todo o tipo de participantes? Deveria o festival da cerveja ter também uma atividade ou evento que pudesse acolher famílias ou crianças? Há quem seja da opinião que todo o evento público deve poder acolher todo o público, não sendo demasiado fechados sobre si próprios e não excluindo ninguém. No entanto, há quem pense também que, para melhor se aprofundar a temática na qual se centram, o público-alvo deve ser muito específico. Em questões de educação, este caráter eclético de alguns eventos parece-me sensato e geralmente funciona bem. Num festival de cinema de animação, há sessões específicas para maiores de 3, maiores de 15, famílias, com filmes todos eles em torno de uma temática comum e por aí. Mas há, de facto, sessões para todos. Basta procurarmos quais as que foram desenhadas a pensar em nós. No entanto, nos festivais direcionados para a infância, por vezes há uma tentativa de ter alguma oferta dirigida apenas aos adultos, que por vezes tem menos adesão. Será esse então o caminho?

"Um espetáculo de excelência para crianças é um espetáculo de excelência para adultos", roubo as palavras de uma amiga, que me flutuam pelo subconsciente. E, se pensarmos que, num raciocínio de comparação, um excelente livro infantil é um livro que vai agradar certamente um adulto, esta forma de pensar parece ser um bom caminho - é possível criar experiências de excelência simultaneamente para crianças e adultos. Que continuem a haver pretextos (sonoros, deliciosos, divertidos, assustadores, ...) para

se promover bons momentos em cultura para todos e que se vá experimentando até se encontrarem boas receitas. Que depois de encontradas, poderão ser subvertidas!

**“Há tanto que refletir em torno dos festivais. Mas uma das questões mais pulsantes, para mim, prende-se com os públicos”**

### 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** 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



17 A 30 DE OUTUBRO – CINEMA  
**“Lee Miller: Na linha da Frente”**  
 Centro Múltiplos de Espinho  
 16h00

A antiga modelo de capa da Vogue, Lee Miller, deixa uma vida de glamour e segue para o coração da Segunda Guerra Mundial. Uma pioneira americana cheia de coragem, amor e luxúria, Lee segue para Londres, para se reunir com o negociante de arte Roland Penrose. Numa Londres sob ataque de bombas, Lee diz à Vogue britânica que quer capturar a coragem das mulheres britânicas sob o cerco. Armada com uma câmara, uma máquina de escrever e uma credencial americana, as suas imagens e reportagens da Frente saltam das páginas da Vogue para os leitores ávidos de ambos os lados do Atlântico. A 30 de abril de 1945 Lee Miller testemunha o horror inimaginável de Dachau. De volta à Inglaterra, cabe a seu único filho, Antony Penrose, desvendar os mistérios da mãe que ele gostaria de conhecer melhor: uma mulher com um segredo, que não permite que nem mesmo os demónios pessoais atrapassem uma vida verdadeira.



17 DE OUTUBRO – PALESTRA  
**“O Classicismo da Música Clássica”**  
 Auditório de Espinho – Academia  
 18h45

A Antiguidade Clássica marcou as artes. Contudo, o Período Clássico na História da Música Ocidental foi um dos mais curtos. Mesmo assim, deu-nos o nome pelo qual a música erudita ocidental é popularmente conhecida. Este ciclo de palestras procura abordar as transformações operadas na música durante o Período Clássico, quando as Luzes marcaram a sociedade e o liberalismo romântico despontava. A afirmação do sujeito autónomo e a instituição da Estética tiveram profundas implicações no estatuto dos músicos. Olharemos para as transformações da sociedade setecentista a partir de sinfonias de Beethoven, óperas de Mozart e quartetos para cordas de Haydn, numa abordagem centrada nos sons da Europa clássica.

17 DE OUTUBRO – MÚSICA

**Mazgani**  
 Escola de Artes e Ofícios de Ovar  
 22h30

Mazgani deu início à sua carreira com o álbum *Song of the New Heart*, em 2007. Uma estreia aclamada pela crítica especializada nacional e estrangeira. Em 2009 lança o EP *Tell the People* e a edição internacional *Ladies and Gentleman, Introducing Mazgani*. Em abril de 2010, Mazgani lança o seu segundo disco de originais “*Song of Distance*”, que entra para o top 20 de vendas da AFP. Mazgani dedica-se à estrada e atua em vários países europeus. O disco é recomendado em várias listas dos melhores do ano. Em 2011, inicia uma tournée internacional por Espanha, França e Holanda, regressando a casa com um concerto esgotado no Teatro Aberto em Lisboa. Nesse mesmo ano, *Song of Distance* é reeditado no mercado Alemão. Lança o seu terceiro disco em 2013, *Common Ground*, integralmente gravado e misturado em Bristol, Inglaterra. Em 2015, Mazgani lança *Lifeboat*, reinterpretando temas de PJ Harvey, Leonard Cohen, Elvis Presley, Cole Porter, Lee Hazelwood. *The Poet’s Death*, o seu quinto álbum de originais, é lançado em 2017, coproduzido por Mazgani e Peixe (Ornatos Violeta). Para além de aclamado pela crítica, e a entrada direta no Top Nacional de Vendas, a digressão que promove este trabalho tem vindo a esgotar salas por todo o país. Em 2020 editou *The Gambler Song*. Em 2024, Mazgani está de regresso às edições, com um novo disco em que pela primeira vez na sua carreira todas as canções foram escritas e cantadas em português. A história de Mazgani cruza-se, agora, com a do Ovar Expande e o fio condutor é a música.



18 DE OUTUBRO – MÚSICA  
**Margarida Campelo**  
 Escola de Artes e Ofícios de Ovar  
 23h30

Com edição da Discos Submarinos, “*Supermarket Joy*” marca o arranque da carreira a solo de Margarida Campelo que assume as funções de compositora, multi-instrumentista e arranjadora. O álbum, produzido por Bruno Pernadas, reúne um conjunto de 14 temas (13 originais e uma versão) onde a profusão de influências - que vão da pop à dance music passando pelo R&B, jazz experimental e neo soul - revelam uma artista com uma identidade musical ímpar no panorama musical português e segura na sua originalidade.



18 DE OUTUBRO – MÚSICA  
**Camilla George**  
 Auditório de Espinho – Academia  
 21h30

Nascida em Eket, na Nigéria, Camilla George é uma saxofonista visionária e inovadora, assim como compositora e líder de banda. As suas fortes raízes culturais e o amor pela fusão da música africana e ocidental moldaram o seu estilo único, e são esses os ingredientes que fazem dela uma das mais importantes vozes da nova cena do jazz londrino, ao lado de colegas como Nubya Garcia e Shabaka Hutchings. A sua música é uma mistura hipnotizante de afrofuturismo, hip hop e jazz, com um subtexto político que tem uma ligação poderosa com a sua identidade, linhagem e herança nigeriana, refletindo a história africana, a cultura e a escravatura. O seu mais recente álbum, “*Ibio Ibio*”, amplamente reconhecido pela imprensa especializada, é uma homenagem à sua tribo, o povo Ibibio da costa sudeste da Nigéria e será este o disco que trará a Espinho com o seu quarteto.



22 DE OUTUBRO – MÚSICA  
**“Acis e Galatea”**  
 Auditório de Espinho – Academia  
 21h30

O ambiente campestre permeia “*Acis and Galatea*”, ópera pastoral de Händel com libreto em inglês. Um dos maiores expoentes do Barroco nas Ilhas Britânicas, Haendel incorporou a sua formação cosmopolita num espetáculo único. Os amores do pastor Ácis pela ninfa Galateia dominam a narrativa, mas serão complicados pelo ciclope Polifemo. Uma história da mitologia greco-latina adaptada à língua inglesa e musicada por um compositor alemão ilustra as viagens sonoras do Barroco tardio.

# cultura notícias



## AUREA ESTARÁ EM MODO SINFÓNICO COM 200 ESTUDANTES NO 47º FIMUV

É um dos momentos mais aguardados da 47ª edição do Festival Internacional de Música de Paços de Brandão (FIMUV): no próximo domingo, 20 de outubro, a cantora Aurea partilhará o Grande Auditório do Europarque com cerca de 200 estudantes (das três escolas oficiais de música de Santa Maria da Feira) em registo sinfónico (17h30). Com bilhetes a preços entre os 10 e 15 euros, o espetáculo materializa uma parceria que, para Augusto Trindade, diretor artístico do Festival, é particularmente relevante pelo que envolve de formação pedagógica e profissional. "Coloca jovens músicos, ainda a estudar, em contacto com as exigências do meio profissional, o que lhes permite ganhar uma experiência valiosíssima em termos de prestação e desempenho, capacidade de resistência, gestão do nervosismo e relação

com o público". Apontada como uma das mais bem-sucedidas e populares artistas do atual panorama musical português, Aurea tem estado a preparar com a Orquestra 3éfes um total de 14 temas e acredita que, tanto para os músicos em palco como para os espectadores, a experiência será "mágica". Premiada com um Globo de Ouro como "Melhor Intérprete Individual" e distinguida dois anos consecutivos com o galardão "Best Portuguese Act" da MTV Portugal, a cantora afirma: "Será uma honra partilhar o palco com estes artistas incríveis e, juntos, vamos criar uma fusão especial entre o meu repertório e os arranjos orquestrais. Ao lado de talentosos jovens músicos do município de Santa Maria da Feira, tenho a certeza que será um concerto singular, verdadeiramente inesquecível".

## Ana Pais Oliveira entre os finalistas do "The Sovereign Portuguese Art Prize"

A artista espinhense Ana Pais Oliveira está entre os 33 finalistas do "The 2024 Sovereign Portuguese Art Prize", uma distinção da Sovereign Art Foundation, que conta com

um painel de jurados de reconhecido nome: Philippe Vergne (diretor do Museu de Serralves), Maura Marvão (Phillips Portugal e Espanha), Tim Marlow (Design Museum), Vicente Todolí (Hangar Bicocc), João Paulo Queiroz (Sociedade Nacional de Belas Artes), David Elliott (curador e escritor) e Cassio Markowski (vencedor do "The 2023 Portuguese Art Prize"). Ana Pais Oliveira foi selecionada com a obra "O problema da habitação", que faz

## Clementina Sousa apresenta "Tinara, a princesa imortal" na Biblioteca Municipal

A 26 de outubro, a Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva acolherá, pelas 15h00, o lançamento da obra "Tinara, a princesa imortal", de Clementina Sousa. Presentes estarão, também, a ilustradora Margarida Coelho, e a flautista Francisca Tadeu. Clementina Sousa nasceu em novembro de 1955, em São Paio de Oleiros mas, atualmente,

## Vision String Quartet com a "erudita cool" na bagagem

No sábado, o Grande Auditório do Europarque também promete surpresas; desde logo pela atuação do Vision String Quartet, um coletivo alemão fundado em 2012, que tem na sua base a rigorosa formação erudita, mas que se define mais como uma banda, pela forma "livre, criativa e inovadora" como experimenta os clássicos. Para além disso, o quarteto aplica diferentes estilos a composições de autoria própria, fugindo às abordagens convencionais e ao expectável. Com bilhetes ao preço de 10 euros e início às 21h30, o espetáculo dos Vision String, no dia 19, dará a conhecer quatro jovens instrumentistas de cordas que, a partir de Berlim, vêm cativando plateias de vários continentes com uma frescura e jovialidade que não dispensa integridade técnica e artística. No Europarque, isso ficará bem visível no programa do concerto, com uma parte dedicada a Ravel e outra a um set sobre o disco "Spectrum", constituído exclusivamente por temas compostos pelos quatro músicos. Augusto Trindade garante que o concerto deixará evidente a versatilidade do quarteto, que "tanto interpreta repertório clássico como folk, pop, rock, funk e até música minimalista" - e que, além disso, "ainda produz e realiza os seus próprios videoclips". Esse conjunto de qualidades permite-lhe cativar simultaneamente as plateias mais tradicionais e os novos públicos, pelo que não surpreende que o coletivo conte com vários prémios no seu palmarés, receba apoio da organização supra-federal Deutscher Musikrat e tenha negociado a sua exclusividade discográfica com a editora Warner Music.

parte de uma série que está também exposta no Auditório de Espinho - Academia, até 21 de dezembro. A exposição das obras finalistas do "The Sovereign Art Prize" inaugura em novembro, na Sociedade Nacional de Belas Artes. Lançado em 2021, o prémio tem como principal objetivo o incremento da exposição internacional de artistas nacionais ou da diáspora, e também a angariação de fundos para a educação das artes no país.

reside em Espinho. É licenciada em Línguas e Literaturas Modernas pela Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Lecionou a disciplina de Português em Vila Real de Trás-os-Montes e no Colégio Liceal de Santa Maria de Lamas, durante cerca de trinta anos.

# MÚSICOS DA REGIÃO CHAMADOS A "MISTURAREM-SE" NO MAIS RECENTE PROJETO DO BASQUEIRAL

O Basqueiral lançou a "Misturadora", um projeto piloto que pretende estimular a criatividade musical dos participantes com "misturas" improváveis. A iniciativa surgiu na sequência de um repto, lançado pela Câmara Municipal de Santa Maria da Feira ao Festival, no sentido de proporcionar novos estímulos à criação local. Assim, os músicos selecionados terão a oportunidade de explorar universos musicais que tendencialmente não escolheriam, e as candidaturas estão abertas até 31 de outubro. Destinada a músicos de todas as idades com residência nos concelhos da Feira, Espinho, Vila Nova de Gaia, Ovar,

São João da Madeira e Oliveira de Azeméis, cada uma das bandas formadas terá como objetivo principal a criação de vinte minutos de temas originais. Três dos ensaios de cada um dos grupos formados terá de decorrer no Museu de Lamas (numa sala especialmente reservada para o efeito), sendo que a comunicação aos selecionados ocorrerá entre 1 e 8 de novembro, e os ensaios/residências no Museu entre os dias 15 de novembro e 21 de dezembro. O critério de distribuição será o de construir bandas compostas por músicos com sonoridades e tendências musicais o mais díspares possível entre si de modo

a que, ao misturar-se essa diversidade de influências, a criatividade de cada um dos participantes saia enriquecida. A título de exemplo da diversidade pretendida, num cenário extremo mas tão plausível como todos os outros, da "Misturadora" poderão resultar projetos que combinam o fado de Coimbra com o garage punk. Para esse fim, após o processo de análise / seleção dos participantes, os mesmos serão integrados em bandas compostas por músicos exclusivamente provenientes da "Misturadora", numa distribuição inteiramente da responsabilidade do Júri.

PUB

## CAMÕES

*Sessão Comemorativa*

## 500 ANOS

*Comunicações  
Música  
Leitura de poemas*

Todo o mundo é composto de mudança. Tomando sempre novas qualidades

15h30

## 26 OUT

*Auditório*

## NASCENTE

# 50 anos de abril



## “LIBERDADE E(M) POESIA”, OU COMO PERPETUAR ABRIL ATRAVÉS DAS TÉCNICAS DE IMPRESSÃO

Joel de Oliveira

Desde agosto que o projeto “Liberdade e(m) Poesia” tem trazido às salas do Museu Municipal de Espinho não apenas a formação na área artística, mas também a celebração dos 50 anos do 25 de abril de 1974. Conduzidas pelo formador Migvel Tepes, as oficinas gratuitas – centradas nas mais variadas técnicas de impressão e reprodução, como a gravura, carimbo, monotipia e stencil – têm despertado a atenção de jovens e adultos, inspiradas no património paisagístico e histórico do concelho de Espinho. Migvel Tepes é natural da Póvoa da Varzim. “Sempre considerei existirem similaridades entre a Póvoa de Varzim e Espinho, pelas suas características, que vão desde a origem piscatória, ao panorama cultural” – acredita. Começou a trabalhar com a Companhia de Teatro de Marionetas de Mandrágora, sediada no FACE, e o seu envolvimento com o serviço educativo municipal foi crescendo. O “Liberdade e(m) Poesia” acaba por brotar desse incremento.

Os trabalhos produzidos durante as várias oficinas serão posteriormente exibidos numa exposição comemorativa, com alguns a serem selecionados para integrar mostras em espa-

ços culturais nacionais, como a Quinta da Cruz – Centro de Arte Contemporânea. O projeto não só celebra, como também recua ao ano de 1974, ao seu contexto político e social. “A natureza das técnicas de impressão selecionadas está umbilicalmente ligada à ideia de transmissão de informação, naquilo que diz respeito à criação de imagens, e até à própria transmissão direta da palavra. Essa ideia de ‘transmissão’ foi muito importante num período pré-25 de abril, onde toda e qualquer ideia circularia obrigatoriamente de forma clandestina. Há uma história que nos diz que esta impressão mais caseira faz parte desse período. Por isso, existem pontos de ligação entre a criação da imagem, as comemorações do 25 de abril e a ideia daquilo que a impressão representa” – contextualiza.

A mais recente destas oficinas aconteceu na manhã do passado sábado, 12 de outubro. A última ocorrerá a 7 de dezembro. “Esta proposta foi pensada e estruturada de forma aproximada; por isso, as oficinas funcionam como um incremento de formação, mas também têm que funcionar como formações independentes. Isto tem permitido que desde a primeira, em agosto, as pessoas repitam a sua participação e aperfeiçoam as técnicas, mas

também existem pessoas que aparecem pontualmente. Na oficina de agosto, por exemplo, tivemos vários visitantes da cidade e turistas a participar” – elabora. Os ritmos e características da cidade são também elemento central no trabalho que tem vindo a ser desenvolvido. “Temos trabalhado aquilo que localmente existe, e estes pormenores adquirem várias formas: desde a etimologia e etnografia local, ao que está presente nos espaços públicos, como a calçada portuguesa, ou os edifícios emblemáticos, a pesca. Cada formando parte para a criação de uma imagem com apoio visual, e esse é um dos desafios deste tipo de oficinas de curta duração: um formando tem de se fundamentar em algum tipo de imagem para criar a sua própria” – acredita Migvel Tepes.

Desde a primeira formação, em agosto, que as inscrições têm sido fechadas antecipadamente, tal tem sido a procura. “Devo dizer que temos inclusive visitas durante a formação de pessoas que estão já agendadas para a seguinte, mas que ficam com a curiosidade reforçada, e portanto aparecem para ver” – adianta. Para além desta oficina, o formador tem também patente, até ao final de 2024, uma pequena mostra de marionetas no FACE.

PUB

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

bestravel  
ESPINHO

As suas férias começam na sua agência de viagens  
**Bestravel Espinho**

Visite a nossa Loja  
Situa-se ao lado do tribunal  
Rua 19, N.º 699, 4500-257 Espinho

**AQUÁRIO MARISQUEIRA D'ESPINHO**  
60 ANOS

Tel.: 22 732 1000 R. 4 540, Espinho

# da terra

## NÚMERO DE HÓSPEDES EM ESPINHO PODERÁ ATINGIR NOVO MÁXIMO ESTE ANO

Rafael Oliveira

O número de hóspedes alojados em estabelecimentos turísticos do concelho de Espinho parece estar a caminho de superar os valores de 2023. Os dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) revelam que, entre janeiro e agosto, o território acolheu 40.750 hóspedes, ultrapassando os 39.514 registados no mesmo período do ano anterior. Em agosto, os números atingiram um novo recorde, com mais de 7.500 visitantes a escolher Espinho como destino.

Ao comparar os números mensais de 2023 com os deste ano, a projeção indica uma tendência de crescimento, podendo traduzir-se num recorde do número total de hóspedes no concelho. De forma mais detalhada, é possível verificar que março foi o mês que registou a maior evolução positiva (mais 1.429 hóspedes do que no ano passado), seguindo-se junho (mais 500) e agosto (418).

Em sentido idêntico, as dormidas também parecem estar a superar as do ano transato, com um total registado de 100.525 até agosto: um aumento de 4,8% face às de 2023.

### Hotéis são o segmento preferido

Os dados provisórios e preliminares referentes aos primeiros oito meses do ano também mostram a distribuição dos hóspedes pelos

### Mais de 7.500 pessoas pernoveram em Espinho no mês de agosto

■ Ano 2023 ■ \*Ano 2024



Fonte: Instituto Nacional de Estatística

\*Nota: de janeiro a julho de 2024 os dados são provisórios; e em agosto de 2024 os dados são preliminares.

diferentes tipos de alojamento turístico em Espinho. Com a exceção de janeiro (dados não estão detalhados), ao longo deste ano mais de 88% dos hóspedes optaram pelas unidades hoteleiras em detrimento do alojamento local.

Não obstante, os números mostram uma evolução positiva para os proprietários de alojamento local com 10 ou mais camas: até agosto deste ano registavam 3.215 hóspedes, enquanto que, em 2023, não ultrapassaram as 2.400 rentradas.

## Carlos Nuno Granja ruma até Salamanca para encontro de poetas iberoamericanos

Carlos Nuno Granja foi um dos poetas que representou Portugal no XXVII Encuentro de Poetas Iberoamericanos, que decorreu de 13 a 16 de outubro, em Salamanca. O poeta e escritor vareiro partilhou o palco (e as palavras) com mais de 50 poetas de Espanha, Portugal e de outros 15 países, num evento que se realiza há mais de duas décadas naquele município espanhol.

Carlos Nuno Granja, que celebra este mês 12 anos de publicações e 42 livros publicados, recitou poemas da sua autoria numa edição

dedicada a celebrar a poesia do cubano Pío E. Serrano e do espanhol José María Muñoz Quirós. Por sua vez, os poetas Omar Ortiz Forero (Colômbia) e Giovanna Benedetti (Panamá) foram homenageados como "convidados ilustres de Salamanca", e a Medalha Fray Luis de León de Poesia Ibero-Americana foi atribuída ao poeta argentino Hugo Francisco Rivella. O Encuentro de Poetas Iberoamericanos é dirigido pelo poeta e ensaísta Alfredo Pérez Alencart, professor de Direito do Trabalho da Universidade de Salamanca.

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

# o explicador



## MOBILIDADE: O QUE É O PASSE FERROVIÁRIO VERDE?

O Passe Ferroviário Verde é um novo título de transporte, válido na CP, para residentes em Portugal, que pode ser adquirido em qualquer dia do mês com a validade de 30 dias consecutivos. Disponível a partir do dia 21 de outubro, este passe é carregado no Cartão CP, para o período de validade pretendido, nas bilheteiras CP e nas novas máquinas de venda automática instaladas nas estações da Área Metropolitana de Lisboa. O cartão permite viajar em todos os comboios Intercidades (2.ª classe), Inter-Regionais (2.ª classe), Regionais e Suburbanos de Coimbra.

### Quanto custa o Passe Ferroviário Verde?

Este novo passe, lançado pelo Governo, tem o valor mensal de 20 euros, podendo ser adquirido também para 60 e 90 dias, pelo valor de 40 e 60 euros, respetivamente. A validade corresponde à modalidade adquirida e para um período específico, pelo que, um portador de passe não carregado ou com validade expirada não poderá viajar, sendo considerado cliente sem título de transporte e sujeito à aplicação de coima. O novo título de transporte não está sujeito ao primeiro e último dia do mês, pelo que a sua validade vigora a partir do dia em que o adquire durante um período de 30, 60 ou 90 dias.

### Como posso comprar este passe?

Uma vez que este título de transporte é desmaterializado, tem de ser carregado num Cartão CP. Se não o possui, deverá obtê-lo numa bilheteira da CP (sujeito ao preenchimento de um formulário, pagamento de uma taxa e entrega de fotografia). Se já tiver um Cartão CP, basta carregar o novo passe.

### Em que comboios posso viajar?

Com este novo passe poderá viajar em qualquer percurso nos comboios Regionais e Urbanos de Coimbra, e na 2.ª classe dos

Inter-Regionais e Intercidades. No serviço Intercidades, pode viajar em 2.ª classe, com reserva de lugar antecipada e obrigatória.

No caso dos comboios Urbanos do Porto pode viajar nos percursos fora da área metropolitana (Vila das Aves/Guimarães; Paredes/Marco de Canaveses; Paramos/Aveiro e Lousado/Braga) e o mesmo se aplica nos Urbanos de Lisboa (Carregado/Azambuja). Ou seja, não poderá utilizar este passe para viajar nos serviços suburbanos dentro das áreas metropolitanas de Lisboa e Porto.

O passe também não é válido nos serviços Alfa Pendular e Internacional Celta, nem na 1.ª classe dos serviços Intercidades e InterRegional.

### Como posso utilizar este passe no Intercidades?

Podendo viajar em 2.ª classe com este título, terá de reservar, obrigatoriamente e de forma antecipada, um lugar para a sua viagem. Caso não faça a sua reserva para o comboio Intercidades, é considerado cliente sem título de transporte, sujeito à aplicação de coima. A antecedência para a realização de cada reserva de lugar é no máximo de 24 horas.

A reserva de lugar para a sua viagem não tem custos e só é permitida uma reserva para o mesmo comboio/dia.

A CP dá ainda nota de que “é permitido reservar lugar para duas viagens distintas por dia”. Ou seja, se forem utilizadas duas reservas no mesmo dia, esgota o limite de viagens diário (duas).

### Como posso reservar a minha viagem?

A reserva de lugar pode ser realizada na bilheteira online da CP, nas bilheteiras e nas novas máquinas de venda automática nas estações da Área Metropolitana de Lisboa. Em breve, estará disponível a reserva de viagem

para o Intercidades na app da CP. Tenha em atenção que só pode efetuar reservas para viagens dentro do período de validade do passe.

### O meu comboio foi suprimido ou circula com atraso. Posso pedir reembolso?

Sim. No caso de supressão do comboio ou para pedidos de reembolso e indemnização por atraso, por motivos imputáveis à CP, devem ser consultadas as condições em vigor para passes e assinaturas CP. O requerimento para reembolsos/indemnizações deve ser apresentados num prazo de 30 dias.

### Então, o que acontece com o Passe Ferroviário Nacional?

Deixará de existir, uma vez que o Passe Ferroviário Verde vem em sua substituição, alargando a utilização a outros serviços.

Fontes consultadas: CP - Comboios de Portugal

PUB



**RESTAURANTE • CHURRASCARIA**  
**BALIZA**

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



# destaque



## "HELLAS" ESTÃO A REESCREVER O HIP-HOP NO FEMININO E A ABRIR NOVOS CAMINHOS

Rafael Oliveira

No próximo sábado, 19 de outubro, o palco da Casa da Criatividade, em S. João da Madeira, vai acolher uma celebração da força feminina pelas mãos do coletivo "Hellas". O grupo vai fazer-se representar por cinco mulheres rappers - Neblina, Muleca XIII, Máry M, Saju e Denise -, que se farão acompanhar pela DJ Allexia, envolvendo o público numa noite dedicada às rimas e batidas. Entre sonoridades que vão desde o rap até às mais experimentais, "Hellas" prometem uma performance dinâmica, abordando temas de empoderamento, resistência e identidade,

antecipando o reencontro de dois ícones nacionais da cultura hip-hop: Mundo Segundo e Sam The Kid.

Fundado em 2016, por Denise Sabença, o coletivo "Hellas" nasceu da necessidade de "agregar mulheres artistas" do movimento hip-hop, no qual predomina a presença masculina. Natural de Vila Nova de Gaia, a responsável recorda os primeiros passos deste projeto e diz que, naquela altura, eram poucas as mulheres a marcar presença neste contexto cultural e as que existiam estavam "um pouco dispersas".

"A visão inicial foi a de que unidas teríamos mais força e visibilidade. Foi dessa necessidade que a ideia surgiu. Então, enquanto fundadora, criadora ou agregadora deste coletivo - como queiram chamar - decidi convidar um rol de artistas que conhecia, e outras que tinha ouvido falar, para fazerem parte de um grupo em que cada uma entregava a sua parte criativa. Não é que eu tivesse mais conhecimentos que alguém. Achei apenas que a nossa troca de ideias podia ser produtiva. Sentí que nos poderíamos ajudar mutuamente e que, se estivéssemos mais unidas, só tínhamos a ganhar. Uma vez que, até então, não existia um coletivo desta 'envergadura', decidi avançar" - conta a responsável ao Maré Viva.

Essa ideia deu frutos e "Hellas" têm provas dadas de que "há mulheres a fazer rap" e a afirmarem-se como uma força motriz da

representatividade feminina no hip-hop nacional. Em 2017, alcançaram o primeiro marco, com o lançamento da "Hellas Mixtape", uma criação que surgiu de um convite endereçado a 30 artistas, mas onde apenas nove conseguiram cumprir com os prazos de entrega das músicas.

### Pequenos e grandes passos

"Não foi um sucesso imediato", admite Denise, "mas o mais importante foi termos concretizado isso e ver que se falou sobre o assunto. Para nós, já foi muito especial".

Após um hiato, o coletivo regressou em 2022 com uma compilação - resultado de um trabalho mais organizado, estruturado e amadurecido -, que reuniu 20 artistas e originou 19 faixas. A nova criação acabou por se transformar numa edição física exclusiva e limitada, e aquele conjunto de mulheres rappers fez uma tour por Portugal, dando a conhecer o seu nome e traçando o caminho de forma mais sólida.

"Queremos mostrar que nós, mulheres rappers, estamos aqui e temos qualidade na música que apresentámos", sublinha a responsável ao esclarecer que o objetivo nunca foi criar uma divisão entre homem e mulher. "Não é um projeto sectário ou feminista; queremos mostrar apenas que há mulheres a fazer música, que isto é possível, e que a nossa presença é essencial".

À data desta entrevista, o coletivo feminino

PUB

**Golfinho**  
Merisquinha / SnackBar

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



encontrava-se a preparar o próximo projeto, com lançamento previsto para o início de 2025. Até ao momento, a nova criação conta com 27 artistas que, na sua maioria, não pertenciam ao coletivo nem participaram em edições anteriores. Com tanto 'sangue novo', é expectável que a criatividade se traduza num trabalho extenso, pelo que ainda faltam acertar alguns detalhes.

"Estamos a ponderar dividir isto em vários EP's ou lançar em dois volumes de uma compilação. Há muito material e também ainda não sabemos se será uma edição física ou apenas digital", desvenda Denise Sabeça ao clarificar que o coletivo opera "de forma democrática", onde "tudo vai à votação", não havendo lugar para decisões unilaterais.

### Um concerto que se quer memorável

Independentemente do formato dessa nova criação, "Hellas" querem continuar a missão de dar voz às mulheres no hip-hop, com a mesma energia e dedicação que as fez crescer até aqui. O concerto do próximo sábado é uma oportunidade para ouvir (e sentir) isso mesmo: cinco artistas, nas quais se inclui Denise Sabeça, vão atuar com a DJ Allexia, apresentando "sonoridades variadas" e "características singulares", trazendo para palco uma narrativa de resistência e empoderamento; temas centrais na trajetória artística destas mulheres.

Quanto à interligação entre o coletivo e dois dos maiores nomes do hip-hop português - Mundo Segundo e Sam The Kid -, a rapper gaiense expressa o seu respeito por estes artistas e sublinha que "em nada segregam a parte masculina da feminina". "É uma grande honra abrir o concerto para eles" - admite.

Com uma "dinâmica diferente" e sem espaço para "grandes paragens", Denise espera que o público possa guardar uma "memória boa" da prestação de "Hellas", até porque o que a deixa mais emocionada é ver o sorriso na cara das pessoas.

"Quando isso acontece, é sinal que estamos a fazer alguma coisa certa. Queremos ficar na memória das pessoas, mesmo daquelas que não nos conhecem. Quando subimos a palco,

entregamos tudo e julgo as pessoas sentem o nosso orgulho", afirma ao confessar que, ainda hoje, sente um 'nervosinho' quando chega à hora de subir a palco.

### Do breakdance para os palcos

É que Denise começou a sua jornada no hip-hop ainda em adolescente, quando tinha uns 15 ou 16 anos, altura em que começou a dar os primeiros passos na dança, enquanto b-girl. Um problema de saúde impossibilitou-a de continuar, mas confessa que a sua "cena" sempre esteve ligada à musicalidade e ao gosto por cantar.

"Os artistas de rap, breakdance e DJ's frequentam mais ou menos o mesmo meio. Então, fui conhecendo alguns amigos rappers que perceberam que gostava de cantar e acreditaram em mim. Comecei por gravar refrões para o Virtus, que foi quem me estendeu a mão ao início, e depois o Keso convidou-me para ser back-vocal nos concertos ao vivo. A partir daí, fui prestando atenção como as coisas se faziam e decidi iniciar e projetar a minha trajetória a solo" - resume.

Denise deixou de ser a "miúda que cantava refrões" para passar a uma artista de "sonoridade mais híbrida", com temas originais, o que lhe permitiu distinguir-se dos seus pares, apresentando-se, inicialmente, com mixtapes. Em 2016, lançou o seu primeiro EP (Angorá) e, após uma pequena interrupção, o seu regresso deu-se com o lançamento de singles nos últimos anos. Atualmente, está a perspetivar um álbum, mas "de forma descomprometida".

"Houve uma altura que me deslumbrava com o sucesso e a ideia de viver só da música. Cheguei a acreditar que isso seria possível, mas o tempo foi passando e conformei-me com a realidade. Percebi que havia outras coisas neste meio que me deixavam satisfeita. Hoje sou feliz assim [risos]", conta.

### "Espírito de irmandade"

Assim, não será injusto supor que foi neste coletivo que encontrou um lugar de felicidade, onde reina um "espírito de irmandade" e há espaço para todas evoluírem.

"Creio que todas as artistas que passaram ou

colaboraram com o coletivo perceberam esse espírito. Ninguém é melhor que ninguém. Há uma evolução natural entre nós sem existir aquele o sentimento de 'cobrança'. Conseguimos mostrar que qualquer mulher pode fazer isto e subir a palco. O mote é esse: motivar e mostrar que é possível, desde que haja dedicação e outros aspetos inerentes à criatividade" - conta.

Ao refletir sobre a representatividade da Mulher no mundo da música em Portugal, considera que as artistas - no caso do hip-hop - têm sido mais reconhecidas com o passar dos anos, mas há ainda "muitas mudanças necessárias" a implementar.

### A Mulher e a Música

"Basta olhar para os cartazes de eventos ou festivais... Não é só no rap que se verifica isso. A maioria dos cartazes são compostos por bandas e artistas masculinos; nas playlists que se vão ouvindo a presença é maioritariamente masculina, e em palcos secundários essa tendência é notória. Mas acredito que se está a tentar contrariar isso". A possibilidade de uma edição física das novas faixas que estão a ser preparadas também está a ser discutida, mas ainda não há decisões finais. Denise ressalva que, seja em formato físico ou digital, o importante é que as "Hellas" continuem a evoluir como coletivo e garante que a vontade é seguir em frente - por elas, pelo hip-hop, pelas mulheres.

PUB



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

# espaço cidadão

## QUASE 23% DOS ALUNOS DE SEIS UNIVERSIDADES EM PORTUGAL POSSUI DOENÇA MENTAL

Um estudo coordenado pela Universidade de Évora (UÉ) concluiu que quase 23% dos estudantes inquiridos em seis universidades portuguesas foram diagnosticados com uma doença mental, metade deles após a pandemia de Covid-19, revelou a academia alentejana. Em comunicado, a UÉ realçou que o estudo, coordenado pela professora Lara Guedes de Pinho, "revelou dados preocupantes sobre a saúde mental dos estudantes do ensino superior". A investigação conduzida por Lara Guedes de Pinho, do Departamento de Enfermagem da UÉ e investigadora do Comprehensive Health Research Centre (CHRC) desta academia, envolveu recolhas de dados em 2022 e 2023, abrangendo um total de 2.136 estudantes universitários, de seis universidades portuguesas.

"Os resultados indicam uma prevalência preocupante de sintomas depressivos e ansiosos, com quase 23% [mais concretamente 22,9%] dos estudantes a referirem estar diagnosticados com uma doença mental", disse a universidade. E, destes alunos, "49,7% referem ter sido diagnosticados após a pandemia de Covid-19", disse a UÉ, que divulga estes resultados na data em que se assinala o Dia Mundial da Saúde Mental (10 de outubro). De acordo com a investigação, a ansiedade lidera os problemas de saúde mental mais mencionados, com 19,4%, logo seguida pela depressão, com 13,3%.

"O estudo mostrou ainda que 38,9% dos estudantes sofrem de sintomas depressivos

que variam de moderados a severos, com 7,2% apresentando sintomas graves", mencionou a UÉ. E, "como agravante, 11,8% referem ter pensamentos acerca de que estaria melhor morto ou de se ferir a si mesmo de alguma forma". Face a um outro estudo que já tinha realizado em 2022, Lara Guedes de Pinho referiu que a tendência mantém-se, "embora com um ligeiro aumento na gravidade dos sintomas". A investigadora, citada no comunicado, reconheceu que "as universidades estão já a tomar algumas medidas, nomeadamente com atividades promotoras da saúde mental e reforço do apoio psicológico aos estudantes, mas é necessário um reforço externo às universidades".

"Muitos dos problemas surgem antes da entrada para a universidade, pelo que devem ser tomadas medidas também no ensino básico e secundário, bem como haver uma estratégia de promoção da saúde mental desde a infância, nos cuidados de saúde primários e nas escolas", defendeu. Na investigação agora divulgada, quando questionados sobre o impacto dos problemas de saúde mental no desempenho académico e na vida pessoal, "31,5% relataram dificuldades significativas".

O estudo também concluiu que "o sexo feminino e os estudantes de menor nível socioeconómico, especialmente aqueles que vivem deslocados de suas casas, são os mais afetados" por problemas de saúde mental. Questionados sobre a quem recorreriam se

necessitassem de ajuda, a maioria disse que conversaria com os amigos (75,4%), seguida de psicoterapia (40%), porém, somente 26,4% dos alunos recorreriam ao aconselhamento psicológico oferecido pela universidade. Para Lara Guedes de Pinho, atendendo a estes dados, é "de extrema importância capacitar os pares para a primeira ajuda em saúde mental e para o encaminhamento para especialistas em caso de necessidade". A Universidade de Évora tem o seu próprio programa de saúde mental, designado Vagar(Mente), que "pretende monitorizar a saúde mental dos universitários anualmente e desenvolver programas que visam esta capacitação na academia".

PUB



Tel.: 224 951 894  
Rua 23 N°50 4500 - 802 Espinho

# desporto



## SABSEG: SC ESPINHO SOMA MAIS TRÊS PONTOS E CONTINUA NA PERSEGUIÇÃO AO PRIMEIRO LUGAR

O SC Espinho recebeu e venceu, em Nogueira da Regedoura, o SC Bustelo (2-1), na sexta jornada do principal campeonato de futebol do distrito. Os golos do encontro de domingo só chegaram na segunda metade, e foram mesmo os "tigres" a inaugurar o marcador aos 78', por intermédio de Nelson Cunha. No entanto, aos 85', o SC Bustelo repôs a igualdade no marcador, através de um remate certeiro de Luís Moreira. O SC Espinho não se deixou ficar, e precisou apenas de dois

minutos para reagir: aos 87', Leonardo Araújo selou os três pontos para os espinhenses, que estão agora a dois pontos (com treze) do líder Florgrade (com quinze). No próximo domingo, os "tigres" medem forças com o SC Alba, no Estádio Municipal António Augusto Martins Pereira, pelas 15h30.

Noutros encontros da jornada, o SC Esmoriz saiu vitorioso da visita a Oliveira do Bairro (1-2), a Ovarense não tremeu na receção ao Avanca (3-0), o mesmo resultado teve o

Florgrade em casa diante da ADC Lobão (3-0), o Relâmpago Nogueirense não foi além do empate diante do SC Alba (0-0), e o CD Paços de Brandão não saiu vitorioso da partida com a Juveforce (3-0). No próximo domingo, os brandoenses recebem o Oliveira do Bairro; o Canedo visita o Florgrade FC; o Relâmpago desloca-se para medir forças com o Águeda; o SC Esmoriz visita a ADC Lobão, e a Ovarense joga diante do Vista Alegre. Todos os jogos arrancam às 15h30.

### Futsal Feminino: Novasemente GD regressa aos triunfos e já olha para cima

A formação de futsal feminino do GD Novasemente derrotou, no passado sábado, o Maia FC (1-3), disputa que contou para a quarta jornada da Liga Feminina Placard.

Fora de portas, as antenses – que vinham de dois jogos sem vencer – procuraram os três pontos cedo, e chegaram mesmo ao golo aos cinco minutos, por intermédio de Mariana Marques. No entanto, cinco minutos depois, o Maia FC repunha a igualdade no encontro, por Fernanda Silva. Já em cima do intervalo, Joana Moreira (18') voltaria a colocar o Novasemente GD na frente do encontro. Na segunda metade, Catarina Lopes não vacilou, e fechou

o resultado do encontro aos 24'. Com os três pontos conquistado, o Novasemente ascende na classificação, e está agora no quarto posto, com sete pontos, a cinco dos líderes SL Benfica e Nun'Álvares (com doze). A quinta jornada joga-se a 26 de outubro e, pelas 17h30, a formação de Anta visita os Leões de Porto Salvo.

### Futsal: SC Silvalde recupera baterias em casa

O SC Silvalde venceu o São João de Ver em casa, no passado sábado (3-0), em partida a contar para segunda jornada da 2ª Divisão

do Campeonato Distrital de Futsal. Apesar do resultado fazer transparecer um jogo tranquilo para a turma da casa, a igualdade, que teimava em perdurar, foi desfeita já dentro dos cinco minutos finais do jogo. Aos 35', Tiago Costa cobrou de forma bem sucedida uma grande penalidade, e colocou os silvaldenses na frente do marcador. Um minuto

depois, Gonçalo Silva ampliou a vantagem, e a dois minutos do fim, aos 38', Daniel Silva selou as contas do encontro. Foi o regresso do SC Silvalde às vitórias depois de, na primeira jornada do campeonato, ter sido derrotado pelo FC Arouca (5-2), no Pavilhão Municipal de Arouca.

### Atletismo: EV-Peraltafil conquista grande prémio internacional

A EV-Peraltafil, equipa de atletismo do concelho de Espinho, alcançou o topo do pódio no Grande Prémio Internacional Alberto Batista, realizado no passado sábado, em S. João da Madeira. O grande destaque da prova recaí em Ricardo Pereira, que cruzou a meta em primeiro lugar

com um tempo de 33 minutos. Com 11 atletas em competição, a equipa espinhense destaca ainda as prestações de Pedro Magalhães, que alcançou a nona posição no escalão Sénior e o 13º lugar na classificação geral; o segundo lugar de Vitor Santos no escalão M45 e 16ª posição na classificação geral; e ainda José Almeida que completou a prova em quinto lugar no escalão M40. No escalão feminino, Patrícia Ferreira classificou-se em nona posição no escalão sénior.

### GD Ronda marca o passo no campeonato de trails

Também durante o fim de semana, na cidade de Paredes, realizou-se o Trail do Aqueduto, onde José Costa, atleta do GD Ronda, concluiu a sua prova – competição de média distância (16 quilómetros) – em décimo lugar na classificação geral, o que lhe permitiu subir ao pódio como segundo melhor na categoria M45. O Trail do Aqueduto é uma prova que conta para o Campeonato Nacional de Trails



# ANTÓNIO CANELAS CONQUISTA QUATRO PÓDIOS NO LUXEMBURGO

No passado fim-de-semana, 12 e 13 de outubro, o nadador master António Canelas conquistou quatro pódios no Luxembourg Masters Open 2024, em representação da secção de natação do Sporting Clube de Espinho. Nesta prova, que deu início à época desportiva 2024/2025, o nadador espinhense venceu os 100 metros bruços, obteve o segundo lugar nos 50 e 200 metros nesse mesmo estilo de natação, e ficou em quarto lugar nos 50 metros em mariposa e 100 metros costas. Nesta prova estiveram presentes 268 nadadores de clubes oriundos de 18 países e, de acordo com a secção de natação do SC Es-

pinho, "o nível competitivo foi muito superior a anos anteriores, onde foram batidos vários recordes nacionais e internacionais".

## Cinco 'tigres' homenageados

No início deste mês, a 5 de outubro, Mariana Azevedo, Nadir Rosário, Rodrigo Rodrigues, António Canelas e Domingos Ferreira foram homenageados na gala da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal (ANCNP) pelos resultados e classificações obtidas na época desportiva 2023/2024.

Na natação pura, Mariana Azevedo, Nadir Rosário e Rodrigo Rodrigues foram home-

nageados na categoria de Mérito Desportivo, que distingue os atletas que na última época se destacaram pelo desempenho desportivo, com base em pódios nacionais. Na categoria de masters de natação pura, António Canelas foi igualmente homenageado com o mérito desportivo; um prémio que distinguiu os cinco atletas com mais pódios conquistados em Campeonato Nacional de escalão/absoluto na categoria de Masters. Por sua vez, Domingos Ferreira foi homenageado na categoria de Natação Pura e Águas Abertas Masters e atribuído o prémio de Honra Desportiva.

PUB

Diariamente até às 4h

PUB INST

**Início das Aulas:  
1 outubro**

**Espaço Animartes**

Rua 39, 335 Espinho  
comunicacao@nascente.org.pt  
924 465 546

# ANIMARTES NASCENTE

**2024/2025**



## INSCRIÇÕES ABERTAS

- Capoeira
- Dança Criativa
- Danças Europeias
- Ginástica de Manutenção
- Karaté
- Pilates

f @animartenascente

 **Nascente**  
Cooperativa de Apoio Cultural