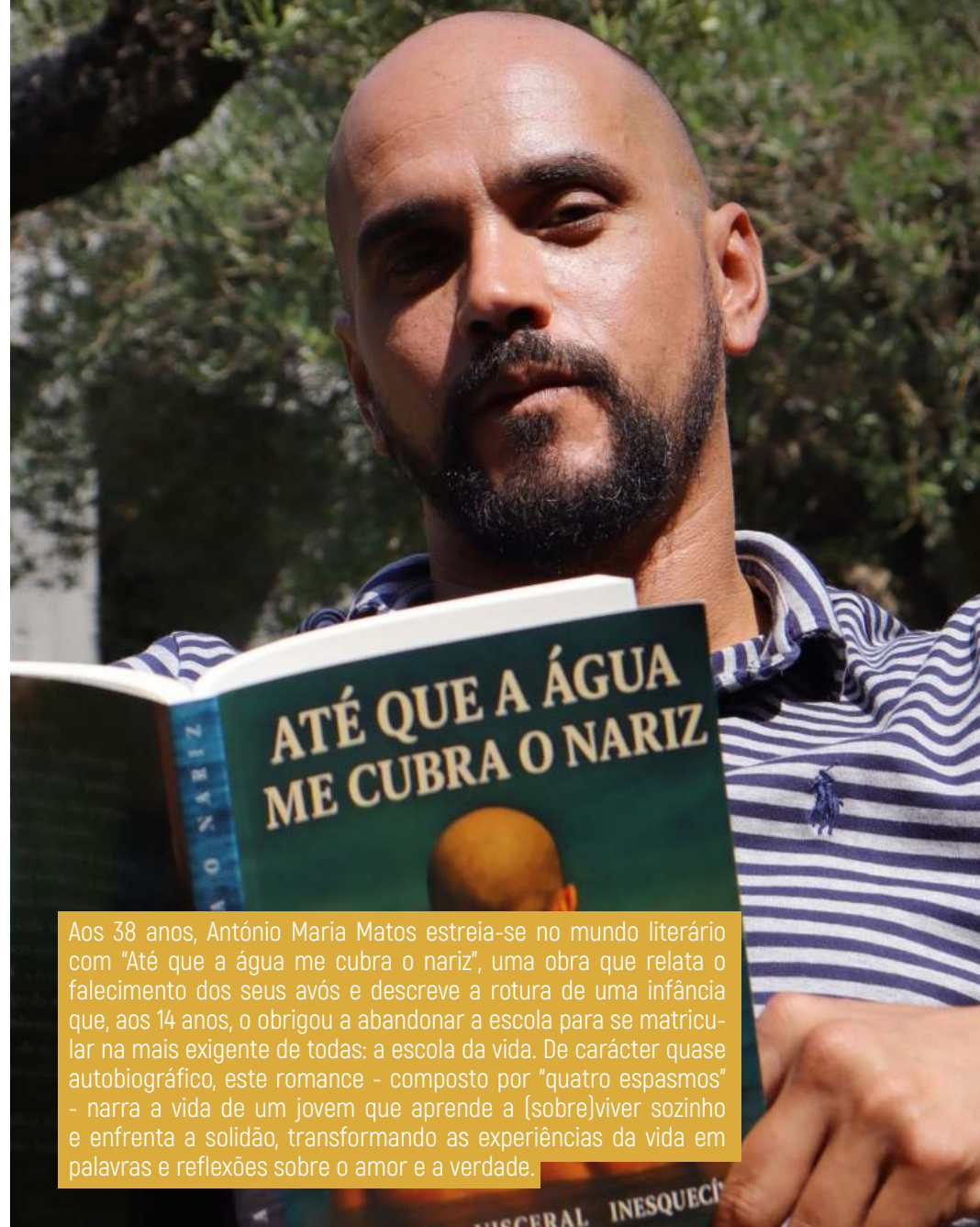




cultura Pag. 10, 11 e 12

NA SUA ESTREIA LITERÁRIA, ANTÓNIO MARIA MATOS CONVIDA A RESPIRAR "ATÉ QUE A ÁGUA NOS CUBRA O NARIZ"



Aos 38 anos, António Maria Matos estreia-se no mundo literário com "Até que a água me cubra o nariz", uma obra que relata o falecimento dos seus avós e descreve a rotura de uma infância que, aos 14 anos, o obrigou a abandonar a escola para se matricular na mais exigente de todas: a escola da vida. De carácter quase autobiográfico, este romance - composto por "quatro espasmos" - narra a vida de um jovem que aprende a (sobre)viver sozinho e enfrenta a solidão, transformando as experiências da vida em palavras e reflexões sobre o amor e a verdade.

nascente Pag. 2

DA SALA DE AULA AO GRANDE ECRÃ: A TERCEIRA OFICINA ARTÍSTICA DO CINANIMA CHEGA COM NOVIDADES

Projeto terá início a 5 de setembro e culminará com a exibição do trabalho coletivo na sessão de encerramento do festival, agendada para 15 de novembro

da terra Pag. 7

RICARDO SOUSA RECORRE AO TRIBU- NAL CONSTITUCIONAL PARA TRAVAR CANDIDATURA DE JORGE RATOLA

Depois de esgotar "os meios internos para tentar repor a legalidade dos atos", deu entrada no Constitucional uma ação para anular a deliberação da Comissão Política Nacional do PSD

da terra Pag. 8

CDS-PP APRESENTA ANTÓNIO MARQUES BAPTISTA COMO CANDIDATO À CÂMARA DE ESPINHO

O jovem espinhense tem a ambição de "devolver o orgulho e o sentimento de pertença" à comunidade

nascente



DA SALA DE AULA AO GRANDE ECRÃ: 3.ª OFICINA ARTÍSTICA DO CINANIMA CHEGA COM NOVIDADES

Adriana Resende de Castro

O CINANIMA – Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho, que este ano cumpre a sua 49.ª edição, volta a afirmar-se como palco de exibição de alguns dos melhores filmes de animação do mundo e também como espaço de formação e encontro. Uma das iniciativas que espelha essa vertente pedagógica é a Oficina Artística em Animação, que terá início a 5 de setembro e culminará com a exibição do trabalho coletivo de alunos na sessão de encerramento do festival, agendada para 15 de novembro.

O projeto, dirigido por João Católico, com produção executiva de Henrique Praça e Cristina Novo, nasceu da constatação de uma lacuna: "O CINANIMA tinha programas para o primeiro e segundo ciclos, mas não havia praticamente nada direcionado ao ensino secundário. Sentimos que era necessário chegar a esse público, retomar algo que já tinha sido feito há 20 anos", diz João Católico.

Foi desse vazio que surgiu a oficina que, em apenas três edições, se consolidou e tem atraído cada vez mais escolas. "Temos aumentado sempre o número de participantes. Este ano teremos sete agrupamentos, nove escolas, e já não nos limitamos a Espinho, Esmoriz e Ovar. Estamos também em Gaia, Porto, São João da Madeira e Santa Maria da Feira", acrescenta.

A edição deste ano distingue-se das anteriores pela estrutura reforçada e será organizada em três fases. Em setembro, os professores vão participar numa Ação de Curta Duração acreditada, criada para lhes dar ferramentas e preparar o acompa-

mento das turmas, uma vez que, em outras edições, os docentes se sentiam "pouco motivados" pois tinham "algumas lacunas na área".

"Decidimos começar por uma formação que lhes permitisse esclarecer dúvidas e trabalhar melhor com os alunos, sobretudo na escrita do guião, que é sempre uma etapa difícil", explica João Católico.

Em outubro, começa o trabalho dentro da sala de aula, acompanhado pelos professores dos agrupamentos participantes e formadores especializados, onde os alunos começarão a dar forma às suas ideias, criar cenários, personagens e a experimentar técnicas de animação. Por último, de 7 a 12 de novembro, todos se reunirão em Espinho para residências artísticas. Estas serão organizadas em três grupos e cada turma passará dois dias a aprimorar o trabalho, a assistir a sessões do festival e a conviver.

O resultado final será um filme coletivo, de cerca de dez minutos, composto por pequenas animações de aproximadamente um minuto, concebidas por cada escola.

"Não queremos projetos demasiado longos. Uma boa história pode nascer de uma ou duas personagens e um cenário simples. O importante é que os alunos percebam a força da ideia e a forma como ela é contada", sublinha João Católico.

Este ano, o tema da oficina acompanha o do festival: a memória. A escolha recaiu sobre três salas de cinema que, de formas distintas, fazem parte da história cultural da região: o antigo Cinema São Pedro, em Espinho, já desaparecido, mas carregado de recordações; o Cinema Trindade, no Porto, ainda em funcionamento e símbolo de resistência da exibição

independente; e a Casa da Criatividade, em São João da Madeira, espaço polivalente que ocupa o lugar do antigo Cinema Imperador.

"São três espaços que foram cinemas, mas que hoje têm destinos diferentes. Trabalhar sobre eles é também trabalhar sobre o passado, o presente e o futuro do cinema", refere o responsável.

As oficinas são gratuitas e contam com uma equipa de formadores, entre eles Beatriz Silva, Carlos Costa, Ema Lavrador, Leonor Henriques e Vasco Pereira - todos com ligação ao CINANIMA e ao cinema de animação.

Para além do resultado final, que vai ser projetado no ecrã na noite de encerramento da 49.ª edição do CINANIMA, o impacto destas oficinas vai além do festival. Para muitos dos alunos, este será o primeiro contacto direto com a criação cinematográfica, um campo que até então lhes parecia distante.

Ao longo de quase cinco décadas, o CINANIMA construiu a reputação de ser um dos mais importantes festivais de animação do mundo, distinguindo-se pela qualidade da programação e pela ligação à comunidade. Para a direção do projeto, a Oficina Artística em Animação pretende ser um exemplo de como o festival não se limita a exibir filmes. Pretende também formar públicos, através de oportunidades de aprendizagem e oferecendo aos mais jovens a experiência de participar ativamente num processo criativo.

No dia 15 de novembro, quando as luzes se apagarem na sessão de encerramento e o filme das escolas subir ao ecrã, será visível o resultado de meses de trabalho e o espírito que move o festival: fazer da animação um espaço de encontro entre gerações, territórios e memórias.

opinião

Saudosas férias grandes



Rita Betânia
Professora

Há sempre uma nostalgia que desce ao peito ao recordar as férias de verão que nos foram proporcionadas quando eramos miúdos e, quando somos pais, uma tremenda dificuldade em trazer às nossas crianças a oportunidade de ter vivências semelhantes.

No nosso tempo, elas chamavam-se férias grandes, porque, de facto, eram! Passava-se um mês inteiro no parque de campismo ou na casa de familiares. Mudava-se de mundo por um grande período de tempo - e isso era uma dádiva. Ficava-se o dia inteiro na areia, junto ao rio, no campo... Só se entrava em casa para as refeições e, claro, na hora do banho. Tínhamos os amigos das férias que encontrávamos ano após ano e sentiamo-nos livres com todo o tempo que o dia tinha: para conviver, desligar, brincar. Só tínhamos de picar o ponto para as refeições. E não podíamos desaparecer sem antes lavar a louça!

Não havia nada programado para fazer e isso era um programa mesmo bom. Para os adultos, a história era um pouco diferente. Eles organizavam as suas pequenas férias de forma a que fossem ao encontro das nos-

sas grandes férias.

Hoje em dia, deixamo-nos levar - pelo menos os que são pais - pela designação "interrupção letiva de verão". Que desilusão! Nem apetece.

Quando finalmente chegam as férias já temos uma lista de imensos sítios aonde ir, muita coisa que queremos fazer com as crianças e reservamos as férias para isso. Mas depois estas são muito organizadas e fogem, por vezes, da sua verdadeira essência: uma oportunidade para o espaço vazio, a liberdade, o lazer, o parar, desorganizar um pouco a vida também. E fazer isso em família!

Se os momentos de férias são atualmente mais estruturados e menos espontâneos, responsabilize-se os adultos de hoje que, mesmo tendo respirado o ar do campo ou do mar dias a fio outrora, impingem a sua dinâmica muito planeada aos pequenitos, não se recordando de que estes só poderão saber a que sabem umas "férias grandes" se nós abrirmos espaço para isso.

Nos meses de verão, a energia da cidade muda. Fica toda agitada e confusa, as movimentações das pessoas são diferentes, os ritmos dos lugares têm interferências.

Para mim, estar em férias na cidade com essas mudanças à minha volta não funciona bem. Mas, quando vou para outros lugares, tenho consciência de que também lá causo agitação com as minhas movimentações.

Cada vez mais tomo consciência de que é preciso saber estar em férias. Há uma energia e uma identidade de um lugar que visitamos que deve ser respeitado, não é salutar usufruir dele sem cuidar dele um pouco também. Custa-me testemunhar o rasto de vida humana que fica no areal a cada final de tarde, seja na minha cidade ou em qualquer outra.

No tempo em que eramos miúdos quase não havia caixotes de lixo, mas era tudo mais limpo. Havia tempo nas férias. Tempo para chegar sem estragar, descansar sem sujar, deixar os lugares como os encontrámos.

A quem está ou vai de férias, que seja um tempo-dádiva para repensar nisto e naquilo (mas sem pensar muito).

PUB INST

AVISO

O verão também é tempo de fazer uma pausa. O Maré Viva – Jornal Regional de Espinho vai interromper a sua edição digital semanal entre 20 de agosto e 10 de setembro, para preparar conteúdos especiais e regressar com energia para a turbulência característica das Autárquicas.

No dia 10 de setembro, estaremos de volta com uma edição impressa especial, feita a pensar na região.

Enquanto isso, pode continuar a seguir as notícias e histórias em www.mare-viva.pt.

Boas férias, se for o caso, e boas leituras!

Ficha Técnica

Diretor Henrique Neves

SubDiretor Ricardo Gouveia

Editor e Redator Principal Joel de Oliveira

Projeto gráfico António Coxito

Redatores Rafael Oliveira e Adriana Resende de Castro

Fotografia Joel de Oliveira

Paginação Beatriz Silva

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 Acção 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 Acção 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.

opinião

Alô, primeiro-ministro? O país está a arder



Rafael Oliveira
Jornalista

É Verão, caro primeiro-ministro. A aposta exacerbada no Turismo faz de Portugal o destino de eleição para milhares de pessoas de todo o Mundo. Mas sabe o que se esconde por detrás dos resplandecentes areais, dos mergulhos refrescantes nos cursos de água, das ruidosas festas populares e das paisagens que continuam a surpreender até quem por cá vive há anos? Um Interior esquecido, abandonado à sua sorte e entregue ao vento que sopra cada vez que um incêndio deflagra.

Depois de 25 dias consecutivos com Portugal a visitar o cenário dantesco das chamas a cercar aldeias, povoações, a destruir casas e a ceifar vidas, o seu silêncio ensurdecedor e o da ministra da Administração Interna, Maria Lúcia Amaral, é difícil de compreender. Durante este período, quase não se encontram palavras suas sobre os incêndios, nem perante a comunicação social, nem num comunicado oficial ao país.

Terá sido por obra (ou telefonema) do Presidente da República que percebeu que não estava a tomar a melhor postura quando era fotografado nas praias, a mergulhar, enquanto populares apagavam fogos com os seus próprios meios? Marcelo Rebelo de Sousa é o seu conselheiro político? Se for, convém repensar a escolha. A postura do Presidente da República, tal como a sua, não tem sido exemplar e, como bem sabe, estamos perto das eleições presidenciais. Quando Marcelo Rebelo de Sousa sair de Belém, quem falará por si?

Deixo-lhe outro conselho: quando se aproximar desta altura do ano, treine uma expres-

são séria. Largue esse sorriso tímido, porque, ao contrário do que possa imaginar ou do que os seus assessores lhe digam, não transmite tranquilidade nem confiança. Existem pessoas acordadas há dias a lutar para que as chamas não lhes roubem a vida, a habitação, os animais ou as plantações. Sem nunca ter estado na pele destas pessoas, garanto-lhe que esse sorriso não lhes acalma os nervos.

Se também acredita que prorrogar sucessivamente a situação de alerta é uma forma de agir e de comunicar sem dizer nada, talvez devesse repensar o cargo que ocupa.

Se acha isto desmedido, permita-me que lhe diga que ainda mais desmedido foi ter ido à Festa do Pontal quando mais de 3.000 operacionais (a maioria voluntários) combatiam incêndios sem meios aéreos suficientes, em cenários que ameaçavam casas, pessoas e os seus sustentos.

O que lhe passou pela cabeça? Aparecer sorridente, com pompa e circunstância, tal e qual um rei de feira medieval, achando que ninguém iria reparar? Acha "normal" estar numa festa do partido que preside enquanto Hugo Soares Dias se deixa fotografar a beber gins, acende mais um cigarro, segreda ao ouvido de António Leitão Amaro, ambos se riem e, ao mesmo tempo, há aldeias cercadas pelo fogo, onde ninguém entra nem sai? "Estavam de férias", dirá.

Mas há algo que nunca entrou de férias: o abandono a que o Interior está condenado. Há terrenos por limpar porque não há quem os trabalhe. As aldeias esvaziavam-se por falta de políticas e

incentivos que ajudem os jovens a fixar as suas vidas fora das grandes cidades. As comunidades (e até algumas autarquias) estão entregues à sua sorte.

E, desse vazio, emerge o perfil dos incendiários: pessoas isoladas que vivem no Interior, muitas vezes marcadas pelo alcoolismo e por perturbações mentais, sem acompanhamento ou respostas sociais suficientes. Face ao número de detenções pelo crime de incêndio florestal (só este ano foram 42), entende-se que não são casos isolados. São o reflexo de um país que teima em fechar os olhos ao Interior até que o fumo lhe bata à porta.

Por último, caro primeiro-ministro, pergunto-lhe: está convencido de que os portugueses estão consigo por ter saído reforçado de um ato eleitoral?

Vou parar. Lamento que tudo isto não passe de um monólogo. Pode ser revelador de um excesso da minha parte, mas é ainda mais revelador da falta de noção e do amadorismo político do governo que Luís Montenegro preside.

Onde há fumo, há fogo, e o que lavra hoje não é apenas o que consome hectares de floresta. Esse é o fogo que arde e que se vê, mas também há o que se alastra lentamente na confiança dos cidadãos nas instituições e em quem as lidera.

Retomo o monólogo só para lhe dizer, caro primeiro-ministro, que pode atirar a água que quiser para cima das chamas. O que não pode esperar é que alguém apague por si o fogo da descrença.

PUB INST

 a maré chega todos os dias

Abrimos uma nova porta de contacto com os nossos leitores, num tempo em que a proximidade se constrói também online.

Agora pode ler todas as notícias em qualquer lugar.

Visite-nos em

www.mare-viva.pt



cultura agenda



21 A 27 DE AGOSTO – CINEMA
“Quarteto Fantástico: os Primeiros Passos”
 Centro Múltiplos de Espinho
 16h45/21h00

No vibrante cenário de um mundo retro-futurista inspirado nos anos 60, a Primeira Família da Marvel é forçada a equilibrar os seus papéis de heróis com a força dos seus laços familiares, enquanto defende a Terra de um deus espacial voraz chamado Galactus e do seu enigmático Arauto, o Surfista Prateado.



21 A 27 DE AGOSTO – CINEMA
“Looney Tunes: Daffy e Porky salvam o Mundo”
 Centro Múltiplos de Espinho
 15h00

A dupla Daffy Duck e Porky Pig regressam ao cinema numa comédia animada e alucinante. Combinando piadas e desastres que só os Looney Tunes são capazes de fazer, Daffy, Porky e Petunia, uma nova amiga, tentam salvar o mundo de uma terrível ameaça.



22 DE AGOSTO A 7 DE SETEMBRO
 – LITERATURA

Feira do Livro do Porto
Jardins do Palácio de Cristal

A Feira do Livro do Porto 2025 decorre de 22 de agosto a 7 de setembro nos Jardins do Palácio de Cristal e homenageia Sérgio Godinho, autor e músico com fortes ligações à cidade. No dia 23, o artista receberá a medalha da cidade e dará nome a uma tília plantada nos jardins; o encerramento, a 7 de setembro, contará com um concerto seu com Os Assesores e Manuela Azevedo como convidada. A programação inclui conversas literárias com autores como José Gil, Lídia Jorge e Alberto Manguel, sessões de cinema com filmes ligados a Sérgio Godinho e a François Truffaut, e concertos de artistas como B Fachada, Jorge Palma, Luca Argel, Luís Severo e Manel Cruz.



22 DE AGOSTO – COMÉDIA
Humor Negro
Teatro Sá da Bandeira
 21h30

Pelos corredores das noites mais sombrias de comédia, foram criadas as famosas noites de humor negro do Chiado Comedy Club, onde nasceu este grupo de comediantes que partilham este amor em comum: Humor Negro. Escrevem sobre a desgraça, aproveitam-se do palco como solo sagrado, onde não há tabus e onde as verdades inconvenientes são ditas. Tudo é abordado sem limites, sem escrúpulos, tendo como principais temas a morte, discriminação social, doença, violência, homofobia, genocídio, entre outras coisas engraçadas para se fazer no planeta terra. Para quê chorar da desgraça se podemos rir dela? É essa a proposta deste espetáculo.



28 DE AGOSTO – CINEMA
“Os Mauzões 2”
 Centro Múltiplos de Espinho
 15h00

Os Mauzões, agora reabilitados, estão a tentar (com muita, muita força) ser bons. Em vez disso, acabam sequestrados para um assalto concebido por uma equipa de criminosos inesperada: As Mazonas.



ATÉ 31 DE AGOSTO – INICIATIVA
Sessões de Planetário
Centro Múltiplos de Espinho

Entre 20 e 31 de agosto, o Planetário de Espinho apresenta sessões diárias às 15h30 da Viagem pelos Planetas do Sistema Solar. Já às 16h30, a programação varia consoante o dia: a 20, 23, 27 e 30 de agosto exibe-se “Desvendando o Universo Invisível”; nos dias 21, 24, 28 e 31 é a vez de “A Terra no Espaço”; a 22 e 29 realiza-se “O Sol, a Nossa Estrela”; e no dia 26 sobe ao ecrã “Lá em Cima: a Busca de Mundos Extra-Solares”. Os bilhetes custam 4,50 euros para adultos e 3,50 euros para crianças até aos 10 anos, estudantes e seniores, havendo ainda packs família e entrada gratuita para menores de dois anos.

cultura notícias

FEIRA DO LIVRO DO PORTO CELEBRA SÉRGIO GODINHO COM HOMENAGEM E PROGRAMAÇÃO INTENSA

De 22 de agosto a 7 de setembro de 2025, os Jardins do Palácio de Cristal serão palco de mais uma edição da Feira do Livro do Porto, que este ano presta uma homenagem especial a Sérgio Godinho – cantor, poeta, romancista, argumentista e figura incontornável da cultura portuguesa.

A ligação do artista ao Porto, cidade onde viveu os primeiros 20 anos da sua vida, será celebrada de múltiplas formas. No dia 23 de agosto, Sérgio Godinho receberá a Medalha da Cidade e dará nome a uma tília plantada na emblemática Avenida das Tílias. A homenagem culminará a 7 de setembro, no concerto de encerramento da feira, com Sérgio Godinho & Os Assessores e a participação especial de Manuela Azevedo, coincidindo com a semana em que o autor celebra 80 anos.

Figura maior da música e da literatura portuguesa, Sérgio Godinho destacou-se pela capacidade de transformar a crítica social e o quotidiano em canções e histórias marcadas por humor, engenho e lirismo. Frases como “hoje é o primeiro dia do resto da tua vida” ou “a liberdade está a passar por aqui” tornaram-se parte do imaginário coletivo. A Feira do Livro vai ainda assinalar o lançamento do seu novo livro de contos, no dia 30 de agosto.

A programação da edição deste ano será intensa e diversificada, cruzando literatura, música, cinema, artes plásticas e spoken word. Entre as mais de sete dezenas de iniciativas previstas, destacam-se as conversas literárias e apresentações de livros com nomes como José Gil, Lídia Jorge, Alberto Manguel e João Luís Barreto Guimarães; concertos de B Fachada, Jorge Palma, Luca

Argel, Luís Severo e Manel Cruz; e sessões de cinema que incluem obras ligadas a Sérgio Godinho, como Kilas, o Mau da Fita e filmes de François Truffaut, um dos seus cineastas favoritos.

Fundada em 1930 e organizada pela Câmara Municipal do Porto desde 2014, a Feira do Livro mantém-se fiel ao modelo que a distingue: uma combinação de festival literário com comércio livreiro, reunindo editores, livreiros e alfarrabistas, numa celebração da palavra e da cultura.

Entre árvores centenárias, vistas sobre o Douro e o mar, debates, leituras, espetáculos gratuitos e atividades para todas as idades, a edição deste ano promete ser, como escreveu o coordenador João Gesta, “uma festa onde caiba o mundo inteiro” – com Sérgio Godinho como voz e símbolo dessa celebração.

Auditório de Espinho recebe Bob James, Hermeto Pascoal, Kandace Springs e Ludovice Ensemble no outono

O Auditório de Espinho prepara-se para um outono marcado por grandes momentos musicais, reunindo nomes de peso do jazz, da música erudita e da criação contemporânea. Entre outubro e novembro, a programação destaca quatro concertos que prometem atrair públicos diversos.

A temporada arranca a 4 de outubro com o Ludovice Ensemble, que propõe uma viagem

ao esplendor do Barroco tardio através dos Quartetos de Paris de Georg Philipp Telemann. Sob direção artística do cravista Fernando Miguel Jalôto, e com Joana Amorim (traverso), Huw Daniel (violino barroco) e Sofia Diniz (viola da gamba), o grupo irá explorar o diálogo entre as tradições francesa, alemã e italiana do século XVIII.

O ponto alto de outubro chega no dia 31, quando o pianista norte-americano Bob James se apresenta pela primeira vez em Portugal. Com 85 anos e dois Grammys na bagagem, o músico é um dos mestres do jazz contemporâneo, autor de clássicos como o álbum One (1974), onde se encontra “Nautilus” – tema cujo icónico break de bateria foi amplamente samplado por nomes como Run-DMC, Eric B. & Rakim, Ghostface Killah ou

até pela portuguesa Colónia Calúnia.

Já em novembro, a voz suave de Kandace Springs sobe ao palco a 9, acompanhada pela Orquestra Clássica de Espinho. Num tributo ao lendário Lady in Satin de Billie Holiday, a cantora – frequentemente comparada a Norah Jones e Nina Simone – revisita o último álbum da diva do jazz, sob direção musical de Diogo Costa.

A programação encerra a 10 de novembro com a presença mítica de Hermeto Pascoal. Prestes a celebrar 90 anos, o multi-instrumentista brasileiro apresenta-se com o seu grupo para visitar temas marcantes como “Búzios” e “Tamancos e Pilões”, além de faixas recentes do disco Pra Você, Ilza (2024).

da terra



RICARDO SOUSA RECORRE AO TRIBUNAL CONSTITUCIONAL PARA TRAVAR CANDIDATURADE JORGE RATOLA

O atual presidente da Comissão Política Concelhia do PSD Espinho, Ricardo Sousa, recorreu ao Tribunal Constitucional para anular a deliberação da Comissão Política Nacional do PSD que indicou Jorge Ratola como candidato social-democrata à Câmara Municipal de Espinho. A decisão surge após a jurisdição nacional do partido ter indeferido o pedido para impugnar a indicação de Jorge Ratola como cabeça de lista, à revelia da concelhia.

Segundo Ricardo Sousa, depois de se terem esgotado "os meios internos para tentar repor a legalidade dos atos", deu entrada no Tribunal Constitucional uma ação para anular a deliberação da Comissão Política Nacional do PSD e proceder ao "restabelecimento imediato da legalidade". "Simultaneamente, demos entrada a um incidente de medida cautelar, que faça suspender os efeitos da referida deliberação até decisão final deste Tribunal", adiantou o líder da concelhia.

A discussão sobre a candidatura do PSD no concelho de Espinho começou em novembro de 2024, quando Ricardo Sousa foi nomeado, por unanimidade pelos militantes da secção local do partido, como candidato às eleições autárquicas. Já em julho deste ano, a distrital do PSD fez saber que o cabeça de lista seria afinal Jorge Ratola (ex-vice-presidente da

Câmara de Aveiro, então adjunto do Primeiro-Ministro e atualmente seu assessor).

Por esta altura, Ricardo Sousa, em conferência de imprensa, afirmou que o seu afastamento se devia a um "ajuste de contas pessoal" por parte de Luís Montenegro e, apoiado por mais de 110 militantes, pediu a impugnação da candidatura de Jorge Ratola.

No entanto, o Conselho de Jurisdição Nacional do PSD não lhe deu razão. Segundo ao documento que a Agência Lusa teve acesso, a decisão baseou-se em dois argumentos que Ricardo Sousa considera "facilmente desmontáveis": a existência de uma sondagem em que "supostamente o candidato indicado pela secção local não estaria bem colocado" e o desrespeito do calendário definido "por um pretenso documento de orientação estratégica aprovado pela Comissão Política Nacional do PSD a 11 de dezembro de 2024".

No primeiro caso, Ricardo Sousa explica que a concelhia nunca foi consultada sobre a sondagem, que a secção não teve "conhecimento com exatidão dos resultados" e realça que o próprio nome de Jorge Ratola "não era considerado como uma das alternativas". "Para além do mais, os estatutos do PSD não fazem nenhuma referência a sondagens, quanto mais a estas serem causa de exclu-

são de um candidato", acrescenta.

Já quanto ao documento com a orientação dos sociais-democratas para as eleições autárquicas, o jurista faz saber que os estatutos "também não definem nenhum tipo de calendário ou 'timing' para a Comissão Política de Secção indicar o seu candidato à câmara municipal" e realça que a deliberação em que a concelhia de Espinho o formalizou como cabeça de lista "é de 13 de novembro de 2024, quase um mês antes da aprovação do pretenso documento" sobre a estratégia eleitoral do PSD.

Ricardo Sousa salienta ainda que em "pelo menos mais 18 concelhos" houve candidatos definidos em data anterior à aprovação do referido documento e que essas escolhas não foram posteriormente inviabilizadas pelas instâncias superiores do partido, o que leva a "cair por terra" o argumento de que "o desrespeito por um pretenso calendário poderia ser causa de exclusão da candidatura".

"Os estatutos são claros: a secção propõe o nome do candidato, a distrital aprova e a nacional homologa. Mas este princípio estatutário foi completamente subvertido, porque o nome indicado pela secção de Espinho nunca foi submetido a votação na reunião da Distrital, como impõem os estatutos", explica.

Delmar Santos encabeça a lista dos liberais à Assembleia Municipal de Espinho

Delmar Santos será o cabeça de lista da Iniciativa Liberal (IL) à Assembleia Municipal de Espinho nas eleições autárquicas de 12 de outubro. Natural de Espinho, o candidato, de 50 anos, apresenta-se com um percurso académico e profissional ligado à engenharia e à gestão.

Licenciado em Engenharia Eletrónica e Telecomunicações pela Universidade de Aveiro e detentor de um MBA (Master Business Administration, programa de pós-graduação avançado em gestão e negócios) em Gestão pela Porto Business School, Delmar Santos é empresário na área dos sistemas de informação de saúde. Nos últimos 20 anos, desenvolveu e implementou soluções tecnológicas em 29 países de quatro continentes, experiência que, segundo o partido refere, lhe confere "uma capacidade ímpar para a gestão, inova-

ção e visão estratégica".

Em declarações, o candidato afirma que aceitou o convite "pela Iniciativa Liberal, mas, acima de tudo, por Espinho" e destaca ainda o alinhamento com o projeto encabeçado pelo candidato da IL à Câmara Municipal, José Ilídio Sá: "Acredito profundamente no projeto liderado pelo professor José Ilídio Sá, que junta uma equipa determinada, com energia e coragem para devolver a nossa cidade ao caminho que merece".

António Marques Baptista é candidato do CDS-PP à Câmara de Espinho



O CDS-PP anunciou a escolha de António Marques Baptista como candidato à Câmara Municipal de Espinho para as eleições autárquicas, que se realizarão a 12 de outubro. Natural e residente no concelho, António Marques Baptista tem 35 anos, é licenciado em Fisioterapia e possui uma pós-graduação em direção de empresas.

Segundo o partido, António Marques Baptista vive e trabalha em Espinho, sendo “um rosto bem conhecido da nova geração de espinhenses”. “Com espírito empreendedor, tem investido e criado emprego em Espinho, demonstrando todos os dias o compromisso

com o desenvolvimento do concelho e partilhando os mesmos desafios, expectativas e esperanças dos seus conterrâneos”, lê-se na nota publicada nas redes sociais.

Ao que o Maré Viva conseguiu apurar, António Marques Baptista é diretor executivo na Clínica Costa Verde, tendo também já exercido funções de fisioterapeuta no Sporting Clube de Espinho.

O CDS-PP sublinha que a escolha assenta na necessidade de “ideias novas, energia positiva e coragem para ouvir, unir e agir sem compromissos com o passado”. Entre as prioridades destacadas estão a transpa-

rência, a valorização da comunidade local e o desenvolvimento de um projeto “moderno, responsável e próximo de todos”.

Já António Marques Baptista sublinha a ambição de “devolver o orgulho e o sentimento de pertença” à comunidade espinhense, promovendo a união entre gerações e a construção de “um Espinho mais forte, dinâmico e vivo”.

“Acredito profundamente no potencial da nossa terra e no valor de sermos espinhenses”, conclui.

PS Espinho candidata-se à Câmara, à Assembleia Municipal e a três freguesias

O Partido Socialista formalizou a 18 de agosto, no Tribunal Judicial da Comarca de Espinho, a entrega das suas listas para as eleições autárquicas de 12 de outubro. O partido apresenta candidaturas à Câmara, à Assembleia Municipal e a três assembleias de freguesia. Luís Canelas lidera a lista à Câmara, enquanto José Luís Peralta é o cabeça de lista à Assembleia Municipal.

Em comunicado, o candidato socialista à Câmara apresenta uma equipa que descreve como “multidisciplinar e intergeracional” e será composta por: Nuno Almeida, Sandra Marques, Andréia Meneses, Sérgio Ribeiro, Isabel Resende e Ana Verónica. O rosto da candidatura do PS em Espinho destaca ainda a “experiência política em funções executivas” e “o conhecimento dos desafios e oportunidades” do concelho da equipa que lidera.

Para a Assembleia Municipal, com José Luís Peralta, o PS salienta que a lista visa representar “todas as faixas da sociedade civil”, de forma a que “todos possam ter uma voz ativa”.

Nas freguesias, José Fernando Pinto lidera a lista à Assembleia de Freguesia de Anta; António Freire encabeça a candidatura à de Espinho, e José Teixeira recandidata-se em Silvalde, conforme já havia sido noticiado.

Em Guetim e Paramos, os socialistas não apresentam listas próprias, manifestando apoio aos movimentos independentes por considerarem que são “os projetos políticos que melhor servem a população” daquelas freguesias.

Jorge Ratola apresenta listas do PSD para as autárquicas em Espinho

O candidato indicado pela Comissão Política Nacional do PSD à Câmara de Espinho, Jorge Ratola, apresentou esta segunda-feira, 18 de agosto as listas candidatas à Câmara e Assembleia Municipal. O ato contou com a presença dos candidatos às assembleias de freguesia de Anta, Paramos, Silvalde e Espinho, respetivamente Humberto Granja, Luís Martins, Francisco Moreira e Vasco Ribeiro, este último a cumprir o segundo mandato. Na recém-desagregada freguesia de Guetim, o PSD decidiu apoiar o movimento independente, liderado pelo ex-autarca Alfredo Rocha.

A candidatura do PSD à Assembleia Municipal de Espinho será liderada por Lurdes Ganicho, engenheira civil e atual vereadora na Câmara Municipal, que considera que esta candidatura representa “a oportunidade de transformar Espinho e de retirar o concelho do marasmo e abandono” que, na sua perspectiva, chegou sob a liderança da atual presidente da Câmara, Maria Manuel Cruz, e do PS.

Já para Jorge Ratola esta é “uma candidatura forte, composta por pessoas de elevado valor, com diferentes competências e percursos, e a única capaz de dar um novo rumo ao concelho de Espinho”.

A lista do PSD à Câmara é liderada por Jorge Ratola e inclui: José Pinho, Carla Coelho, André Guimarães, Manuela Avelar, Rita Santos, Joaquim Sá, Miguel Montenegro, Eduarda Alves

Ribeiro, Eduardo Azevedo, Marlene Loureiro e António Oliveira.

A candidatura à Assembleia Municipal conta com Lurdes Ganicho, Nuno Almendra, Abel Santos, Carolina Marques, Hélder Rodrigues, Paulo Mendes, Susana Valente, Beatriz Oliveira, Filipe Pinto, Hermínio Cunha, Márcia Santos, Manuel Cardoso, Nuno Pimenta, Daniela Oliveira, Gonçalo Bessa, Paulo Torres, Paula Moreira, José Carlos Gomes, Manuel Carvalho de Oliveira, Sandra Prata e Albertino Ventura.

Nas freguesias, o PSD apresenta Humberto Granja em Anta, Vasco Alves Ribeiro em Espinho, Luís Martins em Paramos e Francisco Moreira em Silvalde.



“SMF YOUTH TALKS” REGRESSAM EM SETEMBRO PARA FALAR SOBRE MARCA PESSOAL E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

O evento “SMF Youth Talks”, promovido pelo Município de Santa Maria da Feira, vai voltar nos dias 6 e 13 de setembro, apostando novamente em conversas destinadas a jovens, dos 16 aos 30 anos, em locais “fora da caixa” que só serão revelados na véspera de cada sessão.

A edição deste ano centra-se em duas temáticas atuais: “Estilo de Vida & Marca Pessoal” (6 de setembro) e “Inteligência Emocional” (13 de setembro). As conversas decorrem entre as 16h00 e as 18h00, em grupos limitados a 40

participantes, e requerem inscrição prévia na BOL, com o valor simbólico de quatro euros por sessão.

A primeira “talk” será moderada por Fernando Cavadas e contará com a participação de Ana Pereira, psicóloga e criadora do projeto digital “Viajar Com Menos”, e de Mariana Ribeiro, mestre em Gestão de Marketing e empreendedora, que irão explorar o papel da imagem e da identidade pessoal num mundo cada vez mais marcado pelas redes sociais.

Já a segunda sessão terá como oradores

a psiquiatra Inês Homem de Melo, especialista em dependências e perturbações do neurodesenvolvimento no adulto, e João Francisco Lima, fundador da plataforma de saúde mental Mind Match. Ambos abordarão a importância da inteligência emocional e do equilíbrio psicológico, partilhando estratégias práticas para lidar com o stress, fortalecer a resiliência e promover uma vida mais consciente.

Movimento cívico quer circulação reposta no troço central da Linha do Vouga

O Movimento Cívico pela Linha do Vouga (MCLV) está a apelar ao Governo e às empresas públicas responsáveis pela ferrovia para a “imediate reposição” do serviço ferroviário no troço central da Linha do Vouga, entre Oliveira de Azeméis e Sernada do Vouga, que foi suspenso em 2013 e é atualmente substituído por serviço de táxi.

Em comunicado, o MCLV rejeita que, apesar da conclusão das obras de renovação da Linha do Vouga, “não sejam repostas, pelo menos, as circulações existentes antes da suspensão do serviço”.

O movimento entende que a Infraestruturas de Portugal deve assegurar as condições mínimas para a retoma, nomeadamente a colocação provisória de um funcionário em passagens de nível, a instalação de plataformas provisórias em paragens sem condições e a aceleração da reposição dos aparelhos de mudança de via.

À CP – Comboios de Portugal, o movimento

exige a reposição imediata das circulações suspensas e a introdução de mais uma viagem em cada sentido, de manhã e à tarde, de forma a reduzir o tempo de espera de ligação em Sernada do Vouga.

Entre os argumentos apresentados, o MCLV destaca a importância deste troço pela ligação às zonas industriais de Oliveira de Azeméis, Travanca e Albergaria-a-Velha, e a todos os polos da Universidade de Aveiro. Acresce a isso a oportunidade de aliviar o congestionamento rodoviário na N1/IC2 e a potencialidade de explorar turisticamente toda a extensão da linha.

Maria Manuel Cruz já entregou listas. Aurora Morais é candidata à Assembleia Municipal

O movimento “Maria Manuel Cruz - É por Espinho”, liderado pela atual Presidente da Câmara, também já formalizou a sua candidatura às eleições autárquicas com a entrega das suas listas à Câmara, Assembleia Municipal e às assembleias de freguesia de Anta, Espinho e Silvalde. Em Guetim e Paramos, não vai apresentar candidatos por “respeito aos movimentos independentes locais”

já anunciados. Em comunicado, o grupo de cidadãos eleitores faz saber que a candidatura assenta “numa equipa experiente e conhecedora dos dossiês” e que integrará duas vereadoras atualmente em funções: Leonor Fonseca (jurista e atual vereadora com o pelouro da Ação Social) e Lurdes Rebelo (vereadora com o pelouro da Saúde). A estes nomes somam-se ainda o professor universitário Ulisses Azeiteiro, especialista em sustentabilidade e zonas costeiras, e Mário Cachada (atual chefe de divisão de Educação e Cultura na Câmara de Espinho). A lista à Assembleia Municipal será encabeçada por Aurora Morais, advogada e ex-militante do PS.

PUB

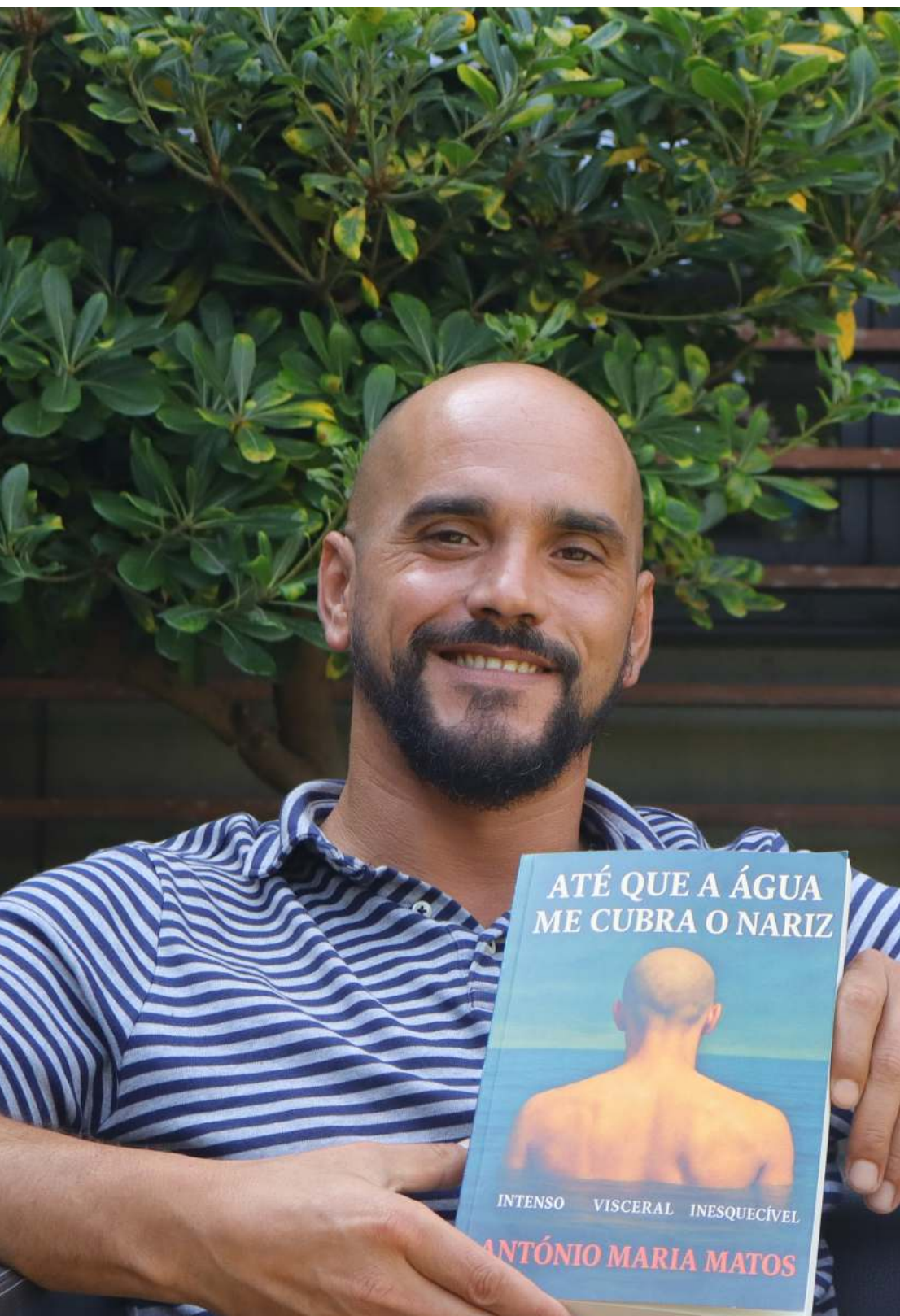
Barbara Kebab

Tel.: 224 951 894

Rua 23 N°50 4500 - 802 Espinho

cultura

Na sua estreia literária, António Maria Matos convida a respirar "até que a água nos cubra o nariz"



Rafael Oliveira

Aos 38 anos, António Maria Matos estreia-se no mundo literário com "Até que a água me cubra o nariz", uma obra que relata o falecimento dos seus avós e descreve a rotura de uma infância que, aos 14 anos, o obrigou a abandonar a escola para se matricular na mais exigente de todas: a escola da vida. De carácter quase autobiográfico, este romance - composto por "quatro espasmos" - narra a vida de um jovem que aprende a (sobre)viver sozinho e enfrenta a solidão, transformando as experiências da vida em palavras e reflexões sobre o amor e a verdade.

Influenciado por autores como Tolstói e António Lobo Antunes, confessa ter sido um homem com pouco, mas feliz na sua infância. Profissional de marketing digital e empreendedor no e-commerce de moda, construiu sozinho o seu negócio tal como construiu este livro: de forma autodidata e cuidando de cada detalhe, desde da escrita à revisão final. Foram três anos de trabalho intenso, muitas vezes roubando horas à noite para escrever. Entre as frases que guarda dentro de si, há uma que se destaca: "Nunca te esqueças de ti". Uma frase repetida em bilhetes escritos por uma cliente de 92 anos, numa altura em que, ainda adolescente, dividia os dias entre o trabalho num restaurante e as noites passadas num banco de jardim que lhe servia de casa.

Para quem não o conhece, quem é António Maria Matos?

Bem, sou um homem comum. Não me preocupo muito com coisas supérfluas - costumo até dizer que não tenho tempo para isso. Além de escrever, gosto muito de gastronomia e tenho uma paixão infinita por animais. A escrita é a minha salvação e é aquilo que mais quero fazer. Acho que se aprende muito com os livros, mas aprendemos ainda mais com as experiências. Por exemplo, podemos ser fascinados pelo Monte Everest, ter todos os livros, fotografias e quadros do local, mas nunca terá o mesmo impacto de o ver diante de mim, cair na neve e sentir o perigo.

Nasceu em Miragaia, viveu na Afurada e mudou-se para Espinho há cinco anos. Como se deram estas mudanças geográficas?

Sou afuradense, mas aos 14 anos saí de lá. Foi aí que comecei a minha primeira jornada pela vida sozinho, a aprender a tomar conta de mim próprio, sem medo, e com os pés afilados. Isso levou-me a sítios fantásticos e que me fizeram aprender muito, sobretudo sobre mim próprio. Comecei a perceber como é importante entender o 'eu' das pessoas. Foi por isso que comecei a escrever. Escrevo desde que me lembro e, durante muito tempo, tinha o hábito de deitar tudo fora. Parece que o segredo era esse: escrever e deitar fora. Hoje isso parece-me um pouco estúpido...

E como acabou por chegar até Espinho?

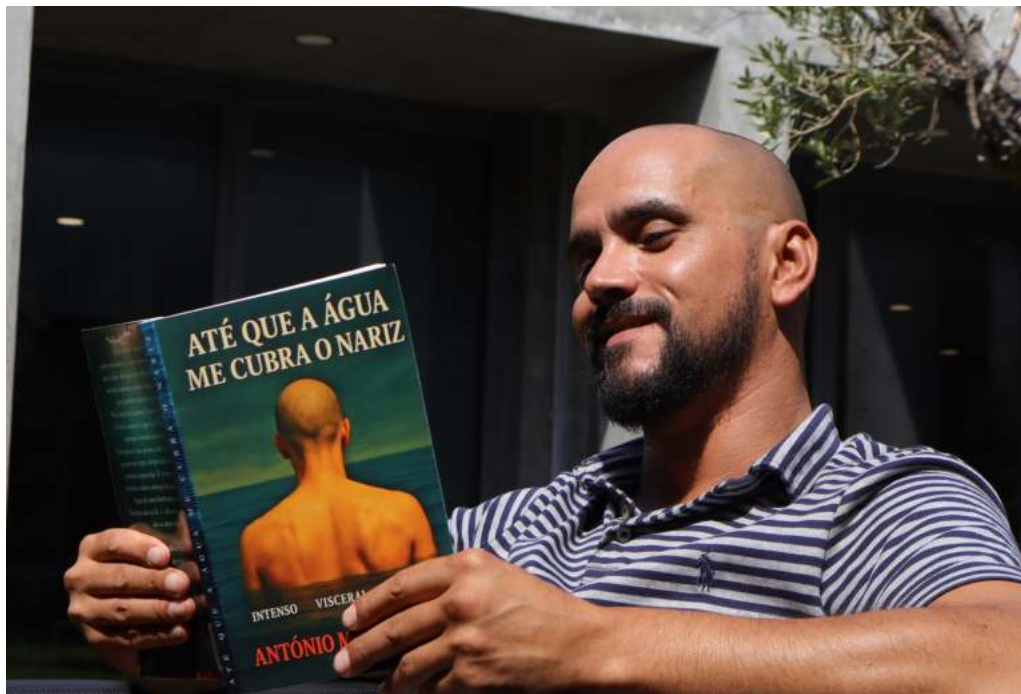
Foi durante a pandemia de Covid-19. Morava numa zona muito ruidosa, as pessoas estavam em casa e a revolta começou a ser mais audível. Havia muitos gritos e era uma zona um pouco complicada. Não conseguia concentrar-me no que queria fazer. Por isso, procurei vir para Espinho com a intenção de viver, ficar e terminar o meu livro.

Pelo que pude perceber, os seus avós tiveram um papel central na sua história de vida. Como é que essa relação o moldou enquanto pessoa e autor?

Venho de uma família pobre. Muito pobre. Vivíamos do mar. O meu avô era pescador e, à noite, partia da Afurada para alto-mar nos barcos de pesca. No fim, todos os pescadores do barco recebiam uma parte do peixe pescado. Eu comia peixe todos os dias, porque era o que o meu avô trazia. Só comia carne ao fim de semana. Mas, respondendo à pergunta, os meus avós ensinaram o amor das coisas belas: o amor pelo respeito, pelos animais, pelo próximo, e dar sem esperar nada em troca. Também me ensinaram duas palavras que são, aliás, as que terminam este livro e que jamais esquecerei: amor e verdade. Tem de existir amor e verdade em tudo na vida, seja entre amigos, com namorados ou namoradas e até com a Natureza. Não há amor sem verdade e vice-versa. Além disso, também me ensinaram que um dia partimos e fica tudo cá. O que permanece é aquilo que fomos para os outros e, através da escrita, sinto que quero deixar alguma coisa.

E por falar na escrita, falemos sobre o livro que marca a sua estreia literária. Quando começou a germinar a ideia desta obra e porque decidiu avançar com a publicação?

Foi [um passo] muito importante para mim. Nos últimos quatro anos tenho escrito crónicas no meu perfil de Facebook e, por muita sorte, tornaram-se virais. Publico um



Durante muito tempo escrevi sobre o telhado de vidro dos outros. Este livro é o meu telhado de vidro

texto e atinge os dois ou três mil 'gostos' e 200 comentários. Isso aproximou-me de pessoas sensíveis que se identificam com o que escrevo. Nos meus textos abordo sempre temas diferentes e escrevo sobre os telhados de vidro dos outros. Diria que cerca de 70% do meu público é feminino, e dizem-me que encontro a sensibilidade da Mulher. Percebo as lágrimas, percebo o grito sem haver grito e sei o quão mau é adormecer sem termos alguém a olhar por nós. É muito triste.

Diria que se revê nesses sentimentos?

Sim. Eu percebo a solidão. Sei o que é a solidão e também reconheço que, às vezes, é preciso estarmos na solidão.

O título da obra é intrigante. Passa uma ideia quase claustrofóbica de ter a água a afligir e a interromper a normalidade. O que quer transmitir com esta inscrição?

Se repararmos, muitas pessoas só se mexem na vida quando a água está prestes a chegar-lhes ao nariz. É quando se encontram num momento vulnerável. Mas, muitas vezes, deixam que isso aconteça. É o típico 'deixa

andar' ou o 'depois isso resolve-se'. Então, a água começa a subir. Neste livro, uso a água como metáfora, também porque vim do mar: o meu avô era pescador e a minha avó era vareira, que vendia peixe na rua aos gritos. A frase funciona como um cordão umbilical entre a vida e a morte. É o limite. E o livro é esse percurso.

Aproveitando a metáfora, o que podemos esperar ao 'mergulhar' nestas páginas?

Antes de mais, optei por não dividir o livro em capítulos. Fi-lo em quatro espasmos: o primeiro é a água pelos tornozelos, o segundo pelo umbigo, o terceiro pelo coração e, por último, a água pelo nariz. Tem que ler o livro [risos]. Mas assim, de forma súbita, o António Maria Matos passa dos 14 para os 38 anos e está na cidade de Espinho, ainda que não o refira explicitamente na obra. No último espasmo, faço uma viagem, quase como se fosse um salto mágico, e volto a ter sete anos, no colo da minha avó.

O livro é autobiográfico?

Classifico-o como um romance contemporâneo. É autobiográfico, mas não narro a história na primeira pessoa. Narro a vida de um jovem...

PUB



E a obra começa pelo falecimento dos avós desse jovem...

Exatamente. Foram as pessoas mais importantes da minha vida e nunca terei alguém tão importante como eles. Quando faleceram, a casa ficou basicamente com uma tia minha que, infelizmente, conversava sozinha ou com a minha falecida avó. Com 14 anos, ganhei coragem, meti uma mochila às costas e atravessei o rio numa lancha até à outra margem. Caminhei desde Lordelo do Ouro até Ermesinde. Foram muitos quilómetros. Era quase a noite inteira a caminhar.... Embora não seja religioso, parei na Igreja de Santa Rita e ali fiquei durante muito tempo.

Ficou a viver na rua com 14 anos?

Sim. Lembro-me que, na segunda noite, entrei por um restaurante adentro e perguntei quem era o patrão. Cheguei à beira dele e pedi para me dar uma semana à experiência. Disse que, se não gostasse do meu serviço, podia mandar-me embora e não tinha de pagar nada. Estava disponível 24 horas por dia e podia começar a trabalhar no imediato. Ele ficou sem saber bem o que dizer, mas respondeu para estar lá às 09h00 do dia seguinte. Eram 08h00 e eu já estava à porta do restaurante.

Além dos seus avós, não tinha outra retaguarda familiar?

Não queria depender de ninguém. Já doeu muito depender dos meus avós e perceber o esforço que fizeram para me darem os bens essenciais e as coisas para ir para a escola. Muitas vezes, era alguém de fora que tinha de ajudar. Não queria ser um peso para ninguém. Não queria que alguém um dia me dissesse: "Fui eu que tomei conta de ti, após a morte dos teus avós". Não. Quis tomar conta de mim.

Entre afetos, perdas e superações que aborda na obra, o que foi mais difícil de transformar em palavras?

É uma boa pergunta. A dona Deolinda foi uma senhora que conheci quando trabalhava nesse restaurante de que falava. Era uma cliente habitual de lá. Tinha 92 anos, muito carismática e com um humor sarcástico

único. Era uma pessoa incrível. Metaforicamente, 'apaixonamo-nos'. Eu sentia a minha avó nela. Nessa altura, estava muito sozinho e nem sequer posso dizer que era 'casa-trabalho/trabalho-casa'... no fundo, era 'banco do jardim-trabalho/trabalho-banco do jardim'. Essa senhora, além dos meus avós, talvez seja a mais marcante do livro. A dona Deolinda tinha Alzheimer e eu ajudava-a, embora só mais tarde tenha descoberto que ela tinha a doença. Fui um 'neto de apoio' para ela. Escrevia tudo o que ela dizia e ajudei-a a decorar, de uma forma engraçada, em que gaveta guardava os comprimidos. É um momento muito bonito do livro, mas foi muito difícil escrevê-lo.

Há três palavras que acompanham o livro: "intenso", "visceral" e "inesquecível". Foi um processo catártico ou até doloroso escrever o livro?

Sim. Escrevi o livro todo à mão e depois corrigi ao passá-lo para o computador. É muito difícil definir a primeira palavra de um livro, mas ainda ficamos mais indecisos em saber quando o devemos terminar. Descobri o fim do livro numa noite, quando o manuscrito caiu a meus pés. Estava exausto. Dei o ponto final com aquelas duas últimas palavras, que já tinha guardadas: amor e verdade. De umas 600 páginas, espremi a 'gordura' e o resultado são 269 páginas. Gostava que o leitor apanhasse este livro como uma febre e que se curasse dele. Quero que cada página seja como um espelho, que a pessoa sinta que aquilo poderia ter sido ela e que há alguém que pode estar assim.

Como se sente ao ver o livro concluído, depois desse esforço?

Não escrevo para impressionar. Dizem que sim, mas escrevo para que me respirem. Pouco me importa que me digam que não estarei numa Bertrand nos próximos dez anos. Não quero que a minha literatura seja vendida por impulso à beira de uma caixa de um supermercado e que se comente que é muito floreada. Não é nada disso. É visceral. Há sangue, dor, gritos, e uma criança a bater com a cabeça no chão porque caiu do colo da mãe que está desesperada com a droga. Há mo-

mentos muito fortes, que eu vi, que guardei dentro de mim, e chegou a um ponto em que decidi que tinha de me esvaziar e passar isto para um livro. Como lhe disse, escrevi durante muito tempo sobre o telhado de vidro dos outros. Este livro é o meu telhado de vidro.

Como tem sido o feedback depois desta estreia literária?

Não estava à espera. Tenho muita sorte pelo carinho que me têm dado. As pessoas dão-me abraços - não por pena, mas pela coragem, acho eu. De alguma forma, acho que inspirei as pessoas com o livro.

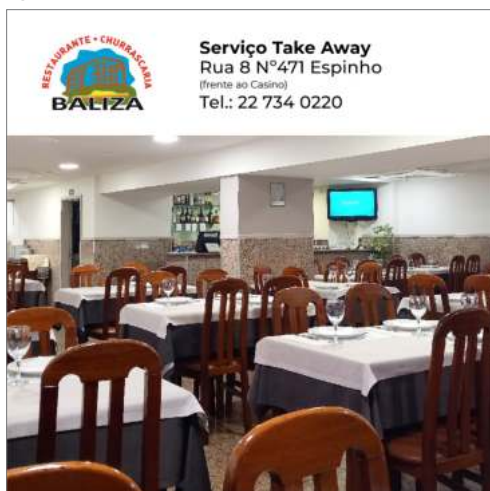
Já pensa num próximo projeto literário?

É engraçado, porque já tenho o terceiro livro pronto: reúne as quase 200 crónicas que publiquei nas redes sociais. Quanto ao segundo livro, tenho uma vaga ideia do que poderá ser. Estou numa rua sem saída na minha cabeça, mas consigo vislumbrar um prédio. Talvez o livro aconteça dentro de um prédio, entre muitas vidas. Mas escrever continua a ser muito difícil.

"Até que a água me cubra o nariz" é descrito como um romance visceral e poético sobre o sofrimento emocional masculino e feminino, a dor invisível e o amor que afoga. Escreveu-o para partilhar o que sente ou para dar voz a quem sente, mas não consegue dizer?

É uma boa questão. Como disse, este livro não é para impressionar. É para que as pessoas me 'respirem' e percebam que este grito é um grito contra o sofrimento alheio, na tentativa vã de haver menos lágrimas. É muito bom viver. Nós somos feitos de pensamentos e, de alguma forma, às vezes, as pessoas acordam um bocadinho tarde. Se respirarem comigo, até que a água nos cubra o nariz, a sensação vai ser a mesma: é como se ficassemos doentes e nos quiséssemos curar. Quero que as pessoas absorvam o meu livro como uma segunda pele, que sintam a dor e a vitória que existe.

PUB



RESTAURANTE - CHURRASCARIA
BALIZA

Serviço Take Away
Rua 8 N°471 Espinho
(frente ao Casino)
Tel.: 22 734 0220



CFE
Central de
Ferragens de Espinho

Central de Ferragens de Espinho, Lda
Rua 12, N°618 - 4500-228 Espinho
Tel. 227342882
comercial@cfespinho.com



Terra Viva Restaurante & Merceria BIO
Rua 27 N°715 e 722
4500-287 Espinho

espaço cidadão



APENAS 23% DOS TRABALHADORES DO SERVIÇO DOMÉSTICO DESCONTAM PARA A SEGURANÇA SOCIAL

Em Portugal, o trabalho doméstico continua a ser uma das atividades mais marcadas pela informalidade e pela ausência de contribuições regulares para a Segurança Social. Estatísticas divulgadas pelo Instituto da Segurança Social (ISS) mostram que, no final de 2024, dos 220.360 profissionais oficialmente registados com a qualificação ativa de serviço doméstico, apenas 51.504 faziam descontos, representando cerca de 23% do total.

O cenário mantém-se praticamente inalterado nos últimos anos. Em 2023, registaram-se 221.185 trabalhadores no setor, com 53.103 a contribuir para a Segurança Social (24% do total). Já em 2022, o número de inscritos era de 217.320, dos quais 49.120 pagavam contribuições, também 23%. Apesar de pequenas oscilações absolutas, a percentagem de trabalhadores com descontos manteve-se sempre abaixo de um quarto do total, sinalizando uma tendência estrutural de incumprimento ou ausência de enquadramento contributivo.

O rendimento médio mensal no setor, em dezembro de 2024, situava-se nos 358 euros, o que representa um aumento de 26 euros face a 2023 e de 40 euros em relação a 2022. Ainda assim, trata-se de um valor muito abaixo da média nacional e que evidencia a precariedade que caracteriza esta profissão.

Segundo o Livro Branco Trabalho Doméstico Digno, publicado em abril de 2024 pelo Sindicato dos Trabalhadores de Serviços de Portaria, Vigilância, Limpeza, Domésticas e Atividades Diversas (STAD), com o apoio da Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (CIG) e do EEA Grants, cerca de 48% dos profissionais que trabalham para um ou mais agregados familiares não fazem qual-

quer desconto. Na grande maioria dos casos, o pagamento das contribuições é assumido pelos empregadores – e, frequentemente, apenas quando se trata de vínculos mais regulares ou de maior carga horária.

O estudo aponta ainda para um possível crescimento do trabalho não declarado, embora não existam dados concretos que confirmem esta tendência. A informalidade no setor é histórica: entre 1990 e 2022, o número de trabalhadores domésticos com declarações à Segurança Social caiu 69%, enquanto o número de entidades empregadoras aumentou 42%, passando de 334 mil para 475 mil.

A legislação em vigor estabelece que a admissão de um trabalhador do serviço doméstico deve ser comunicada à Segurança Social até 15 dias antes do início do contrato, podendo, em casos específicos, ser feita até 24 horas após o começo da atividade. O processo é atualmente simples e pode ser realizado online, através da Segurança Social Direta.

No que diz respeito às contribuições, a taxa global é de 28,3%, repartida entre empregador (18,9%) e trabalhador (9,4%). Para quem é remunerado à hora, o salário declarado que serve de base ao cálculo das contribuições é fixado em 3,01 euros/hora, independentemente do valor real pago, que pode ser superior. Além disso, a entidade empregadora deve declarar um mínimo de 30 horas por mês, mesmo que o trabalho efetivo seja inferior.

As consequências de não fazer descontos são significativas. A ausência de contribuições reduz o valor da futura pensão de velhice e pode impedir o acesso a prestações sociais

como o subsídio de doença ou o subsídio de desemprego. A inscrição na Segurança Social, independentemente do regime contratual, garante ainda direitos laborais fundamentais como o pagamento do subsídio de férias e de Natal.

Especialistas alertam que, sem medidas eficazes para combater a informalidade e incentivar o pagamento de contribuições, esta realidade poderá manter-se, prejudicando não só os trabalhadores – que ficam desprotegidos perante situações de desemprego, doença ou velhice – mas também a sustentabilidade do próprio sistema de Segurança Social. O desafio passa por reforçar a fiscalização, simplificar os processos administrativos e sensibilizar empregadores e trabalhadores para a importância de cumprir com as obrigações contributivas.

PUB

Tel.: 22 732 1000 **60 ANOS** R. 4 540, Espinho

desporto



ANDRÉ RAMOS CONQUISTA MEDALHA DE OURO NA WORLD BOCCIA CUP

DR: PCAND/Arquivo

O atleta André Ramos, do Sporting Clube de Espinho, obteve uma conquista dupla na Taça do Mundo de Boccia, realizada em Curitiba, no Brasil. O "tigre" destacou-se na prova individual (BC1), com o primeiro lugar, e no plano coletivo (BC1 e BC2) desta prova, acabando por garantir o segundo posto para a seleção nacional na Taça do Mundo de Boccia.

O atleta começou por dominar a competição individual no escalão BC1, não tendo sofrido qualquer derrota na fase de grupos, onde se impôs sobre Abdulaziz Alzahrani (Arábia Saudita), Jovin Tan (Singapura) e o canadense Lance Cryderman. Nas meias-finais, derrotou Roly Castro Nuñez, do Peru, antes de vencer a final por 4-1 frente a John Loung, de Hong Kong/China, atual campeão paralímpico.

Além do sucesso individual, a seleção portuguesa alcançou a medalha de prata na mesma competição, com André Ramos, Cristina Gonçalves e David Araújo a assumirem um papel determinante. Orientado pelo treinador André Tavares, o "tigre" ajudou Portugal a garantir um lugar de destaque no pódio da World Boccia Cup 2025.

Surfista João Guedes organiza campo de treinos em Cortegaça

A praia de Cortegaça vai receber, nos dias 30 e 31 de agosto, a primeira edição de um campo de treinos de surf, dinamizado pelo surfista profissional João Guedes em parceria com a Surf at Night - Surf School.

A iniciativa, limitada a dez participantes,

tem como objetivo fornecer ferramentas de treino e desenvolvimento técnico, combinando sessões de surf, preparação física e momentos de formação teórica.

Durante o campo de treinos, as sessões serão filmadas para análise individual, permitindo que cada participante tenha um retorno personalizado sobre pontos a melhorar e estratégias de evolução. O programa inclui noções de trabalho físico dentro e

fora de água, leitura das condições do mar, escolha de equipamento adequado e regras de segurança.

Aos 39 anos, João Guedes é campeão nacional em todas as categorias de surf e voltou recentemente à competição, tendo apostado também nas grandes ondas da Nazaré. Paralelamente à sua carreira desportiva, dedica-se à pesca e ao mergulho profissional.

PUB

Aipal
Pãozinhos, Pastelitos e muito mais...

Diariamente até às 03:30h

PUB INST

CiNANiMa 25

49º FESTIVAL
INTERNACIONAL
DE CINEMA DE
ANIMAÇÃO

49th INTERNATIONAL
ANIMATED FILM
FESTIVAL



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



www.cinanima.pt

7 | 16 NOV. 2025

**ESPINHO
PORTUGAL**

© 2024 Design / JOÃO MACHADO