

DEFESA DE ESPINHO

DIRECTOR: FERNANDO BARRADAS

FUNDADOR: BENJAMIM COSTA DIAS

Quinta-feira, 18/Dezembro/1980 — Ano 48.º — N.º 2542 — Preço 7\$50 — SEMANÁRIO

VARIANTE À EN 109

QUE PENSA ESPINHO DA DECISÃO DE LISBOA? — ONTEM A RESPOSTA?

O SUCESSOR DE SÁ CARNEIRO



DEZASSEIS ANOS DEPOIS

SP. ESPINHO CAMPEÃO
REGIONAL DE VOLEIBOL

LER EM DESPORTO

Finalmente, a Câmara tomou conhecimento de um volumoso caderno onde se reduz a escrito a proposta apresentada verbalmente a alguns vereadores pela Junta Autónoma de Estradas, numa reunião nas instalações daquele organismo, sobre a localização do atravessamento de Espinho pela variante à Estrada Nacional n.º 109.

O documento apresenta como solução a passagem da variante a nascente da cidade, porquanto a alternativa-nascente não será executável, além de outros motivos, por, nos dizeres do caderno, contrariar os interesses locais. — soubemos durante a última sessão pública camarária.

Pelo decorrer do debate do assunto, que será objecto de mais detalhada apreciação em reunião privada dos edis, ficou-nos a ideia que a JAE está disposta a esquecer os 26 longos anos do processo e pretende que se parta dessa sua proposta para se encontrar a solução definitiva. Solução, que nos pareceu merecer, desde já, o apoio dos três edis da Aliança Democrática, dada a dificuldade em atender às sugestões da Repartição Técnica e, também, do vereador comunista Casal Ribeiro, desde o momento em que haja garantia que no local inicialmente previsto (que coincide com o traçado da Rua 32) se fará uma avenida ou se arranjará qualquer outra solução urbanística, ideia com a qual, aliás, julgamos que ninguém discorda.

Os maiores problemas foram levantados pelos socialistas (que não estiveram na reunião na JAE) que, não obstante a ideia manifestada pela JAE de partir desta proposta para uma decisão final, se agarraram a algumas dúvidas do passado do processo. Isto, se bem que Artur Bártolo tenha afirmado, e reafirmado, a sua intenção de não fazer «fincapé» à melhor solução.

Dado que, como dissemos, o assunto vai ser discutido pela Câmara (juntamente com o urbanismo e o chefe da RT) em privado, na próxima semana voltaremos ao assunto, julgamos que para dar já

(Continua na pág. 4)

JORNAL
DE NATAL
MAIS
CEDO

A próxima edição do «Defesa de Espinho» sairá para a rua na próxima segunda-feira para que os nossos assinantes a possam receber antes do Natal.

Para esse número, estamos já a preparar um suplemento especial dedicado à quadra festiva.

PARÁ-
-GRAFO

«Eles andam a tentar defender o mar em Espinho e isso não resulta porque ali é meseta ibérica. Dali até Ferrol (Espanha). Basta ver os contornos do mapa de Portugal. Penso que Espinho vaizer destruído pelo mar... e não se perdia nada! Porque eles têm feito de Paramos um pasto de pilhagem, eles (Espinho) onde os de Anta iam pôr os seus males, porque são uns excomungados».

Quem assim falou é homem do povo e, como se deduz, reside em Paramos, Chama-se Celestino Oliveira e quando pusemos as nossas dúvidas quanto às suas afirmações, retorquiu-nos: «tenho a minha vocação histórica».

Motivo para receio no momento em que estão para arrancar as obras?



POLUIÇÃO
MATA
BARRINHA
DE PARAMOS/
/ESMORIZ

UMA «VIAGEM» AO PROBLEMA DAS CASAS DE ARRENDAMENTO ...QUE ESBARRA NA LEI

«Lar, doce lar». Próprio ou alugado, o importante, o imprescindível é ter «um ninho».

A uma família, uma habitação — condigna, obviamente — deseja-se, exige-se. Um direito que, sendo de todos, é privilégio de alguns.

Neste país, onde existe uma chamada «lei do congelamento», vive-se uma situação paradoxal. Só há casas para os que vivem em barracos a cair ou, então, para aqueles cuja situação financeira lhes permite adquirir vivenda ou apartamento.

No meio, o vazio do desespero em forma de casa invisível, o casamento atrasado, a sogra que já ultrapassou os limites...

«Não posso aguentar mais esta situação. Estou casado há dois anos, tenho um filho de 5 meses e não tenho onde morar. O meu pai está-me sempre a dizer que não pode ter-me eternamente em casa e, verdade se diga, ele está muito apertado, nós estamos a dormir na sala com o castrão.»

— Não concorre às casas sociais?

«Tenho concorrido, mas não vale mais a pena. Só quem estiver em casas degradadas é que consegue... e a minha sogra não pode comigo.»

— E no mercado de habitação?

«Como? Ou deixava os 10 contos que ganho no senhorio ou comprava um apartamento mas os juros seriam para mim incorporáveis, porque não podia entrar com mais de 100 contos...»

— Que é que acha que se devia fazer?

«Sinceramente, não sei. O que sei é que preciso de uma casa.»

«Também eu preciso», dirão muitos dos leitores.

Pois é. Os apartamentos / vivendas e as casas sociais são privilégios dos que têm muito dinheiro ou praticamente, nenhum, também dos que habitam casas com rendas do «arroz de 15». E há, pelo meio, a especulação imobiliária, que abusa da renda técnica, onde entram «preços da chave» e rendas «de boca», que o recibo só «diz» aquilo que convém que as Finanças saibam. Métodos que uma pretendida lei-coleta de forças deixou escapar. Controlou o mal menor, «esqueceu» ou, digamos, foi mais liberal para com o grande mal.

E, enquanto que os senhorios beneficiados com esta situação se calam no desespero dos que procuram casa, há outros senhorios (de segunda) que se lamentam na satisfação dos que alugaram casas «de borla». Dando murros na mesa por um dia terem trocado o depósito a prazo pela construção para arrendamento prometer que a tal tipo de construção que não mais dedicarão em prejuízo directo do candidato a inquilino «não privilegiado», enquanto não for revista a lei das rendas de casa.

Este senhorio, por exemplo: «Eu pagava 60\$00, há uns 15 anos, por uma assinatura do vosso jornal e foi subindo de tal maneira que hoje são 350\$00. Em contrapartida, as rendas têm ficado eternamente congeladas...»

— Quais são as suas situações concretas?

«Tenho um bairro no Porto, na Constituição, com diversas casas. Tenho lá três a pagarem-me 350\$00 há quase 30 anos. Pedi-lhes para me darem pelo menos 500\$00, mas ainda me estão a pagar o mesmo. Cada um olha por si, não quer saber dos outros, prejudicando o senhorio e, até, o Estado, porque eu, por exemplo, pago 30 contos por ano ao Estado. Se as rendas

aumentassem, eu pagaria 60 contos ou mais e o Estado teria mais dinheiro para investimentos».

— Também tem casas em Espinho?

«Tenho duas na Rua 4. A do rés-do-chão tem 5 divisões e pagam 800\$00. A do primeiro andar tem 7 divisões e pagam mil escudos. Já estão alugadas há 15 anos».

— ... «Termos casas para alugar é uma vocação. Há quem compre jóias, acções, etc., cada um tem a sua ideia. Nós tapamos uma falta e se não há mais casas é por culpa dos inquilinos.»

— Mas...

«Eu tenho um caso concreto de um senhor que ganha 18 contos. Paga 700\$00 por dois andares. Pedi-lhe que pagasse voluntariamente mais: «Não dou, só quando for obrigado», disse-me, o que não é justo».

— Em seu entender, que medidas deviam ser tomadas?

«O Estado devia fazer como o Governo francês ou brasileiro. As rendas subiriam gradualmente, de acordo com a inflação e o aumento dos salários.»

— ...E nesse caso?

«Tenho algum dinheiro e poderia construir. É que, de outro modo, um andar, que nos custaria a fazer mil e tal contos só pode render eternamente 5 contos por mês. Será que uma casa construída agora ainda só vale 5 contos daqui a 10 anos?»

— Bem, o prédio foi construído a um preço antigo...

«Que seja então proporcional ao rendimento familiar e as rendas aí de uns 20 anos atrás seriam actualizadas. Depois, já poderíamos fazer obras. É que cheguei a pagar 20\$00 a um trola e noutro dia pediram-me 900\$00 por dia!»

— Mas os inquilinos e as suas associações terão, certamente, outro ponto de vista.

«Eles deviam ser, essencialmente, uma cooperativa de construção para acudir a inquilinos sem casa e, até, facilitar a construção de casa própria... Agora, estão para aqui uma série de empregados a incitar a não pagar mais. E há casos, como eu conheço um no Porto, em que uma senhoria vive com bastantes dificuldades e tem uma casa alugada a 60\$00 de renda mensal».



Há casas que não se constroem, há casas que não se raparam... Não há casas para alugar

A PARTIR DE JANEIRO:

OBIGATORIOS PARA-LAMAS NOS VEICULOS AUTOMOVEIS

O uso de pára-lamas é obrigatório em todos os automóveis ligeiros e pesados e respectivos reboques a partir do dia 1 de Janeiro do próximo ano. Exceptuam-se desta obrigatoriedade os automóveis em quadro (chassis), os tractores agrícolas e respectivos reboques e todos os que por lei não possam exceder a velocidade de 40 quilómetros/hora.

A falta de pára-lamas, além de constituir infracção a partir da data acima referida, agrava os riscos de circulação rodoviária nos troços de via molhados, enlameados ou em mau estado de conservação e muito especialmente nos dias de chuva, devido

à projecção de água, lama ou outros objectos que se encontrem na estrada, que dão origem à diminuição extremamente sensível da visibilidade dos condutores dos veículos atingidos, provocando por vezes, a quebra do vidro dos faróis e dos próprios pára-brisas, bem como outros danos.

Assim, recomenda-se aos proprietários dos veículos que ainda não o fizeram, para mandarem colocar pára-lamas nos rodados traseiros dos seus veículos, para evitarem as consequências referidas.

Evitarão, assim, as sanções da lei e contribuirão para melhorar a segurança rodoviária.

«SEMENTE» DE ANTA FEZ TRÊS ANOS

(Do nosso correspondente) — Comemorou-se no passado dia 8 do corrente, o terceiro aniversário do Grupo Cultural e Recreativo «Semente», de Esmoães, Anta.

Para o efeito, foi levada a cabo uma festa comemorativa no Salão de Festas da Tuna Musical de Anta, gentilmente cedida pela sua Direcção, de que constavam canções, teatro e baile.

Para a festa, foram convidados os elementos do grupo bem como familiares e amigos.

Neste terceiro ano de vida, o Grupo vem reiterar os propósitos que nortearam a sua fundação: ajudar a promover, recreativa, artística e culturalmente os seus elementos, bem como as pessoas que o rodeiam.

Entretanto, no próximo sábado, o jovem agrupamento musical «Geração 20», também de Anta, comemora o seu primeiro aniversário, com um baile também na sede da Tuna Musical.

BIBLIOTECA «REV. CUNHA» DE CORTEGAÇA

(Do nosso correspondente, Augusto de Oliveira) — Já há cerca de 15 anos deixou de pertencer ao número dos vivos o inesquecível Rev.º Padre Cunha, que foi abade desta freguesia durante mais de 25 anos. E nós ac escantaremos que o melhor, o mais baírrista e dinâmico dos abades que conhecemos nesta terra — também, naturalmente, por o seu período de acção ser aquele em que vivemos o nosso melhor tempo — foi, sem dúvida, o saudoso Padre Cunha — e nenhum outro padre pode «sentir-se» com esta realidade que os não diminua, antes serve de incentivo para fazerem mais e melhor pela nossa terra e as nossas gentes.

Mas vem esta referência a propósito da inauguração da Biblioteca «PADRE CUNHA», que se fixa numa das salas do nosso Centro Paroquial, a que foi, muito justamente, dado o nome do falecido Padre Cunha, o Homem que sonhou a construção do Salão e que todos nós, seus continuadores, tantos anos temos levado a completar.

A Biblioteca legada a Cortegaça pelo Padre Cunha é, segundo os entendidos, de um valor incalculável, com exemplares e obras muito antigas, já de seus antepassados, mas foi sendo devassada e destruída pelo «abandono» a que foi votada durante muitos anos. Ainda bem que, agora, tem o seu lugar condigno e vai, naturalmente, além de conservada, passar a ser enriquecida por outras obras.

Na altura da inauguração, que devia ter mais brilhantismo e reconhecimento geral, o sr. Álvaro Rola — mais uma vez ele — teve oportunidade para oferecer o alcatifamento da sala ou salas principais. Facto a assinalar.

ASILO «FLORINDO CANTINHO»

Como algumas vezes temos referido, existe nesta freguesia um ASILO para velhas e desamparadas, que «nasceu» do legado do grande benemérito Sr. Florindo Cantinho. Trata-se de uma obra de um alcance social incomparável, jamais nos tempos que correm, em que tanto se fala de desamparada 3.ª idade, mas que só o fruto do legado e a ajuda dos cortegacenses tem conseguido manter, pois o Estado e os Poderes Públicos, parece que muito pouco têm ajudado, apesar de ser seu dever e fazê-lo. E lembre-se que esta Casa já tem servido para acolher pessoas idosas de Esmoriz e Maceda, também.

Acontece que, na penúltima semana, faleceu uma velhinha, «habitante» da referida Casa/Asilo e, embora se trate de uma obra meritória quem quer saber até onde vai o desinteresse e vergonha ou falta de compaixão dos habitantes da terra (e o autor destas linhas inclue-se no número dos faltosos)? Pois exactamente isto: apenas assistiram e acompanharam o funeral, duas pessoas: os srs. Álvaro Rola e Américo Caetano!!! Muito oportuna foi a observação feita, publicamente, por alguém, que até perguntava: então, pelo menos os Reformados (e alguns com 2 reformas, diremos nós) têm tempo para reclamar e não têm tempo, estandoparados, para acompanhar a sua contárranea e de certo modo sua contárranea? Não! Assim, não somos dignos dos mortos e estamos a ferir as intenções daquele que foi a causa da fundação desta meritória obra.

RECORDAR...

HÁ 40 ANOS NO «DEFESA DE ESPINHO»

«Entre os apreciáveis melhoramentos empreendidos pela actual vereação da nossa Câmara merece ser posta em relevo a urbanização do Bairro Piscatório da Mata».

Evidentemente que a «actual vereação» era a de 1940, presidida pelo dr. Castro Soares, que tinha procedido a importantes melhoramentos naquela zona.

A abertura de novas ruas, a construção do «cano do saneamento» eram algumas das obras feitas, cuja importância, ao tempo, era enorme. Isto, também porque desde o princípio do século que nada de palpável se fizera na área, a não ser a instalação da luz eléctrica.

Deixemos a vida municipal de então para passar às notícias sociais muito abundantes, na altura, no nosso jornal.

Por exemplo, no Grémio Literário brasileiro, um espinhense concluiu, com distinção, o curso de contabilista. «O novel contabilista» fora aluno do Colégio de S. Luís e pelo seu brilhantismo no exame arrecadara um prémio de mil escudos, quantia que, em 1940, seria exorbitante!

Entretanto, em Avanca estava doente o filho do farmacêutico João Camelo, que era conterrâneo do correspondente de Esmoriz.

Ao mesmo tempo, estavam por cá, em gozo das apetecidas férias, alguns «distintos académicos» de Coimbra, o que merecia grande destaque na coluna «Sociedade».

Sociedade — a «elegante» — que podia adquirir um bom presente para casamento ou aniversário em casa especializada em louças e vidros, desta cidade. Que igualmente podia ir ao «Aliança» e ver «Amor... a prestações!».

...É VIVER

«UM CRIME!»
BARRINHA DE PARAMOS/ESMORIZ
REDUZIDA A UMA LIXEIRA

Há cerca de 30 anos que a Barrinha de Paramos/Esmoriz se vem transformando naquilo que denominamos de «charco das tintas».

região castrense. Quantidades anormais de peixe existiam ali, naquela altura. Na Idade Média, passou a chamar-se Lagoa das Contendas, por causa das grandes rixas entre a família nobre dos Pintos e o povo da freguesia, que pretendia ir para lá com o gado para pastar nas margens e, ao mesmo tempo, pescar.

Aliás, não fora a poluição da lagoa, a zona, com a pavimentação do caminho a norte, já teria bastantes condições para atrair os turistas. Uma estalagem, um aeroclube e, sobretudo, muita verdura e silêncio portador de paz de espírito dão ao local o «charme» turístico necessário, que o «charco das tintas» retira.

NINGUÉM «SEGURA» A POLUIÇÃO

Do passado da Barrinha, há testemunhos escritos.

Como nos diziam na freguesia, «tanto se reclama da poluição nos jornais e ninguém liga aquilo. É um crime.

Subemos, por outro lado, que o proprietário da Estalagem estaria na disposição de «fazer disto uma zona turística a sério», se o local tivesse «outras condições».

O aspecto «saúdavel» que a Barrinha então adquiriria, transformá-la-ia, sem dúvida, num tesouro turístico. Quem se lembra, pois, da Barrinha? Oxalá que as nossas palavras não caiam no saco roto do «deixa correr»...

INFORMAÇÕES • INFORMAÇÕES • INFORMAÇÕES • INFORMAÇÕES

NECROLOGIA

FLORINDA DIAS DA SILVA REIS - Com 76 anos de idade, faleceu em Sales, Silvalde, no dia 7, Florinda Dias da Silva Reis, casada com Adelino Pais.

AMÉRICO PINTO RODRIGUES DOS SANTOS - Na Rua 16 n.º 650, faleceu, dia 6, com 70 anos, Américo Pinto Rodrigues dos Santos, viúvo de Maria da Costa Santos.

MARIA AMÉLIA RODRIGUES DE ASSUNÇÃO - Solteira e com 76 anos de idade, faleceu na Rua 39 n.º 113, Maria Amélia Rodrigues de Assunção.

ALZIRA RODRIGUES MENDES - No Bairro Piscatório, casa 176, faleceu, dia 10, com 67 anos de idade, Alzira Rodrigues Mendes, casada com João Afonso Rodrigues Cacheira.

MARÉS

Table with 3 columns: Dias, Preia-mar, Alturas. Rows show tide data for days 18-22.

TR. URBANOS

ANTA (carreira n.º 1, partidas e chegadas: Largo da Graciosa) - 7,35 h. (a); 9,30 h.; 12,35 h. (a); 14,10 h.; 16 h. (a); 17,35 h.; 18,35 h.; 19,40 h.; 20,40 h. ESCOLAS (carreira n.º 2, partidas e chegadas: Largo da Graciosa) - 7,55 h.; 12,55 h. SILVALDE (carreira n.º 3, partidas e chegadas: Largo da Graciosa) - 7,05 h. (a); 9 h.; 12,05 h. (a); 13,40 h.; 15,30 h. (a); 17,05 h.; 18,05 h.; 19,10 h.

TELEVISÃO

PRIMEIRO CANAL
Quinta-feira, dia 18 - 18,30, Tempo dos mais novos; 19,00, País, País; 19,25, Música 80; 20,00, Telejornal; 20,30, Mensagem de Natal; 20,35, «Dona Xepa»; 21,15, Edward e Mrs. Simpson; 23,20, 24 horas.
Sexta-feira, dia 19 - 16,02, Natal dos Hospitais (transmissão directa); 20,00, Telejornal; 20,30, Mensagem de Natal; 20,35, «Dona Xepa»; 21,10, A vida na Terra; 21,55, Até à eternidade; 23,30, 24 horas.
Sábado, dia 20 - 13,02, Luculos e Bróculos; 13,30, Novos Horizontes; 14,00, Tropicália; 14,30, Tempo dos mais novos; 17,00, Os pequenos vagabundos; 18,00, Zoom; 19,00, Futebol: Belenenses-Portimonense; 21,00, Telejornal; 21,30, Mensagem de Natal; 21,35, «Dona Xepa»; 22,20, Eu show nico; 23,20, O amante.
Domingo, dia 21 - 11,02, Tempo dos mais novos; 12,30, Eucaristia dominical; 13,20, 70x7; 13,55, Sumário; 14,00, Telejornal; 14,00, TV Rural; 14,30, Schools prom; 15,00, Carva de Cavalaria; 17,00, Magazine 7; 18,00, Pantera cor de rosa; 18,30, A Arte e as coisas; 19,00, Grande Encontro; 20,00, Os goodies; 20,30, Telejornal; 21,00, Mensagem de Natal; 21,15, TV show, com Henrique Mendes.

SEGUNDO CANAL
Quinta-feira, dia 18 - 20,32, Espaço Rock; 21,30, Informação; 22,00, Viagens imaginárias com André Malraux.
Sexta-feira, dia 19 - 20,32, As novas aventuras de Huck Finn; 21,00, Animação; 21,30, Informação; 22,00, Concurso de so. listas de Munique.
Sábado, dia 20 - 20,32, Black Seven; 21,30, A par e passo; 22,30, Os pilares da civilização.
Domingo, dia 21 - 20,00, Mil anos de civilização Mala; 21,00, Power, 22,00, Ao vivo.

FARMÁCIAS

TURNO C
Quinta-feira - PAIVA - Rua 19 n.º 319 (Telef. 920 250).
Sexta-feira - HIGIENE - Rua 19 n.º 393 (Telef. 920320).
Sábado - GRANDE FARMACIA - Rua 62 n.º 457 (Telef. 920 092).
Domingo - TEIXEIRA - Avenida 8 (Centro Comercial) (Telef. 920352).
Segunda-feira - SANTOS - Rua 19 n.º 263 (Telef. 920331).
Terça-feira - PAIVA - Rua 19 n.º 319 (Telef. 920250).
Quarta-feira - HIGIENE - Rua 19 n.º 393 (Telef. 920320).

TELEF. ÚTEIS

- Bombeiros de Espinho .. 020 005
Bombeiros Espinhenses .. 920 042
Hospital Concelho 920 327
Polícia de Espinho 920 038
GNR de Espinho 920 035
Táxi, da Graciosa 920 010
Táxi da Câmara 923 167
Rádio-Táxis (Central) .. 920 118
Secretaria Municipal 920 020
Repart. de Finanças 920 750
Registo Civil e Predial .. 920 599
Cartório Notarial 920 348
Serv. Municipalizados ... 920 367
Posto de Turismo 920 911
Tribunal da Comarca ... 922 351

ESPECTÁCULOS

TEATRO S. PEDRO
Quinta-feira, dia 18 - As 21,45 h., QUE SE PASSA SUPER-DOUTOR? (18 anos). Quando as beldades são às dúzias! Alucinante comédia, incrivelmente escandalosa.
Sexta-feira, dia 19 - As 21,45 h., O GRANDE GOLPE (18 anos). Assaltam o museu, invadem a cadeia, rebentam a esquadra da polícia e praticam o grande golpe.
Sábado, dia 21 - As 15,30 h. e 21,45 h., ENCONTRO COM O PERIGO (18 anos). Tema absorvente de suspense. O perigo vinha de onde menos se esperava.
Domingo, dia 21 - As 15,30 h. e 21,45 h., LUTANDO PELA JUSTIÇA (13 anos). Maravilhosas cenas de dança num «show erotic cabaret» no tradicional estilo árabe, que constitui a última palavra em dança com deslumbrantes cenas de todas as cores.

POSTAIS DE ESPINHO OU RECORDAÇÕES ANTIGAS COMPRAM-SE
Sebastião Prata, Rua 16 n.º 424 - Telefone 920 903.

POLÍCIA
Foram aos arames

...E levaram duzentos contos daquele material, repartidos por 4 rolos. Valiam 20 contos e estavam numa obra de Alvaro Fernandes Padrão. Não se sabe onde param os arames mas a queixa está na PSP local.

VAGA DE ASSALTOS
Para além dos casos com queixa na Polícia, pudemos apurar em três estabelecimentos da nossa cidade, supõe-se que por um mesmo grupo de larápios, numa preocupante vaga de assaltos. Assim, e para além de uma tentativa de assalto à Livrália, de António Alberto Alves, sita na Rua 23 n.º 211, os gatuños penetraram no Salão Progresso (mais conhecido por «Zé Barbeiro»), de José Martins Ferreira, na Rua 8 n.º 1.043, de onde furtaram dinheiro e tabaco. Igualmente, assaltaram a sede do Partido Social-Democrata, na Rua 8, n.º 803, de onde furtaram um televisor e objectos diversos.

NA BOMBA DE GASOLINA ENCHEU... AS MEDIDAS
Com muita, mas muita pressa devia estar o automobilista Manuel Gomes das Neves, de 65 anos de idade, residente em FORMAL, Silvalde, porquanto ao abeirar-se do posto de abastecimento da «Galp», junto ao Hospital, colocou-se ao lado de uma viatura que, por acaso, era a do sub-chefe da Polícia, e logo que a viatura da frente foi abastecida, «saltou» à frente, e azar seu, levou consigo o guarda-lamas do carro do agente de autoridade.

Também a Mercearia Silva da Rua 4 foi assediada pelos marginais, mas desconhecemos os artigos furtados.
ATROPELAMENTO MORTAL
Uma septuagenária de Silvalde faleceu em consequência do atropelamento de que foi vítima junto à sua residência.

Se o facto de não respeitar a bicha bem como os danos provocados, eram já motivos para uma detenção, uma melhor «justificação» para essa detenção deu-a o Manuel Neves quando, a intervenção do agente (na sua qualidade de lesado, e depois de agente), lhe respondeu da maneira menos correcta, raiando a injúria.

CICLOMOTORISTA FERIDO
Em Silvalde, na Estrada Nacional n.º 109, embateram o autocarro AZ-98-00, conduzido por Manuel da Silva Rocha, e o ciclomotor 3-ETR-29-55, tripulado por António dos Santos Ferreira. Além dos danos materiais, há a registar ferimentos no ciclomotorista.

A Rosa Alves de Castro Pedrosa, do lugar do Sisto, naquela freguesia, atravessava a Estrada Nacional n.º 109, quando foi apanhada pelo auto-ligeiro EN-87-10, propriedade da firma N. Costa Graça, do Picoto, e conduzido, na circunstância, por Joaquim da Silva Graça, residente em Estrada, Maceda, Ovar, que transitava no sentido norte-sul. Transportada ao hospital local, a infeliz Rosa Alves chegaria ali já sem vida, tendo a GNR local tomado conta da ocorrência.

PISCINA DE ESPINHO
SALÃO DE FESTAS
BAILE DE PASSAGEM DE ANO 80/81
22 Horas, dois conjuntos: «Grupo Quatro» e «J. M.»
Marcações na «CASA VITÓ» - Telef. 923056 - ESPINHO
Organização da Comissão conjunta S.C.E./A.E.
Entrada por convite

CAMPANHA DE NATAL ELECTRO-SOM
Rua 20 n.º 296 - 1.º Esq. ANG. Rua 62
TELEF. 921004
ELECTRODOMÉSTICOS
ALTA-FIDELIDADE T.V. A CORES
AS MELHORES MARCAS
OS MELHORES PREÇOS
BOA OPORTUNIDADE
BOA ASSISTÊNCIA
VEJA E DEPOIS DECIDA

SAIU O BOLETIM DOS COMERCIANTES CAETANO EM EDITORIAL

Só agora foi possível à Associação Comercial de Espinho a publicação do seu boletim informativo relativo aos meses de Setembro e Outubro.

Para além de informações de interesse para a classe, o boletim publica, na sua secção «Direito ao Trabalho», rubricas sobre bolsas de formação profissional, subsídios de emprego — formação de iniciação e qualificação e apoios financeiros à reintegração sócio-profissional de deficientes.

Sob o título «Morreu Marcelo Caetano», o Editorial do número a que vimos fazendo referência debruça-se sobre a vida daquele que consideramos «grande português».

Transcrevemo-lo, como habitualmente:

A esta hora do dia 26 de Outubro de 1980, faleceu no seu exílio do Rio de Janeiro, Marcelo Caetano.

«De ascendência modesta, trabalhando para poder estudar, depressa a sua inteligência superior se impôs na Universidade e na Sociedade.

«Professor eminente de Direito Público, jornalista, publicista conferencista, escritor, historiador, doutrinador e político, ocupou na vida todos os lugares apenas reservados a homens excepcionais.

«Sucedendo a Salazar numa época particularmente crítica, procurou uma abertura (não compreendida) para o Regime, substituiu a designação consagrada de Estado Novo por Estado Social com amplas perspectivas sociais, adaptou, dentro do contexto possível na altura, a Constituição de 33, iniciou o processo de autonomia progressiva do Ultramar, criou a SEDES (embrião de partidos políticos), transformou a União Nacional em Acção Nacional Popular onde caberiam todos os Portugueses de boa vontade, abriu a Assembleia Nacional a uma ala liberal de deputados de que fazia parte Sá Carneiro.

«Alterou a legislação laboral em termos francamente favoráveis às classes trabalhadoras, reformulou a legislação sindical onde aparece, pela primeira vez, a figura de delegados sindicais, estendeu a Previdência aos trabalhadores e pequenos proprietários rurais que causou uma verdadeira revolução nos campos, acolheu, nas nossas leis e na prática, a orientação da Organização Internacional do Trabalho sobre convenções colectivas, emprego e mão-de-obra e formação profissional, dotando o País de infra-estruturas capazes de a realizarem e que são ainda hoje as únicas existentes; desenvolveu a economia, o ensino, rasgou estradas, construiu barragens, multiplicou o investimento, aumentou os postos de trabalho, estabeleceu salários con-

dignos criou o subsídio de Natal para os funcionários públicos e o subsídio de férias, melhorou a qualidade de vida dos Portugueses, sendo de notar que ao findar o ano de 1973 não havia desemprego, mas falta de empregados, todos tinham acesso ao ensino e à cultura, o nível de vida das classes trabalhadoras era, para a época, razoável e o futuro do País parecia sorridente.

«Era, incontestavelmente, uma obra de mérito.

«Marcelo Caetano ao assumir as funções de Presidente do Conselho em Setembro de 1968, frisava que o país fora governado até então por um homem excepcional (Salazar) e que daí em diante ter-se-ia de habituar a um homem comum (ele, Marcelo Caetano).

«Para os que o conheceram na sua inteligência, na sua vontade, na sua devoção desinteressada ao bem comum, na sua honestidade, nas suas ansiedades e preocupações, no seu patriotismo, haverá que confessar que Marcelo Caetano era um homem comum.

«Morreu e com ele um grande português.

«Para ficar na história e na saudade dos amigos.

«Morreu Marcelo Caetano.»

HORÁRIO DE NATAL

Em ordem a facilitar as compras de Natal, os estabelecimentos comerciais da cidade estão abertos nos próximos sábados, dias 13 e 20 à tarde. Alguns deles abrem também nas noites de 20, 22 e 23, das 21 às 24 horas — informou a Associação Comercial de Espinho.

CÂMARA MUNICIPAL DE ESPINHO AVISO

JOSÉ CARVALHO DA FONSECA, Presidente da Câmara Municipal do Concelho de Espinho:

Para os devidos efeitos se torna público que esta Câmara Municipal em sua reunião ordinária de 4 de Dezembro de 1980, deliberou abrir concurso documental, pelo prazo de 30 dias, a contar do dia imediato ao da publicação deste aviso no «Diário da República», para provimento do lugar de **Motorista de Pesados** dos Serviços de Higiene e Limpeza, desta autarquia, a que corresponde o vencimento mensal de 12.300\$00 (letra P).

São condições de admissão as do artigo 460.º do Código Administrativo.

Os concorrentes deverão apresentar na Secretaria da Câmara requerimento, em papel selado, dirigido ao Presidente da Câmara, com a assinatura sobre uma estampilha-fiscal de 100\$00 reconhecida por notário, com indicação do nome, profissão, estado civil, data do nascimento, filiação, naturalidade, residência e número e data do bilhete de identidade e serviço do Arquivo de Identificação que o emitiu, e ainda a declaração referida no § 1.º do art.º 460.º do Código Administrativo, podendo também especificar quaisquer circunstâncias susceptíveis de influírem na apreciação do mérito do candidato ou de constituírem motivo de preferência legal, conforme refere o § 2.º do mesmo artigo.

A falsidade das declarações prestadas será punida nos termos do § 6.º do citado artigo 460.º

PAÇOS DO CONCELHO DE ESPINHO, 12 de Dezembro de 1980.

O PRESIDENTE DA CÂMARA José Carvalho da Fonseca

DIA 26: CAMPISMO DE SALES NA ASSEMBLEIA MUNICIPAL

Acaba de ser marcada uma Assembleia Municipal para o próximo dia 26 de Dezembro.

Trata-se de um sessão extraordinária que promete interesse no seu 4.º e último ponto: discussão e votação da exposição dos proprietários integrados na zona destinada ao Parque de Campismo a construir pela Câmara Municipal de Espinho em Sales.

Este ponto da agenda tem origem num pedido de vários cidadãos, apoiados na legislação em vigor, que pretendem ver discutido o problema pelo poder deliberativo.

Na base deste pedido está a afirmação do anterior chefe do Executivo, Artur Bártolo, segundo a qual iria consultar o Município e a Assembleia Municipal, depois de a Direcção Geral de Turismo ter apontado uma série de inconvenientes ao local para parque de campismo.

Conhecida que é a palavra do Município quanto ao assunto, importa agora saber o que pensam os deputados municipais de um desnecessário gasto de milhares e milhares de contos que bem seriam precisos noutros sectores, tanto mais que, no momento, um outro parque de campismo se encontra em acelerado ritmo de construção, o da Quinta do Tavares.

Os outros três pontos da agenda são os seguintes:

- 1 — Discussão e aprovação do segundo orçamento suplementar ao ordinário dos Serviços Municipalizados para 1980;
- 2 — Discussão e aprovação do orçamento ordinário para 1981 dos Serviços Municipalizados;
- 3 — Discussão e aprovação do orçamento ordinário da Câmara para 1981.

FESTAS DE NATAL

Chegaram até nós notícias de duas festas de Natal, a realizar na nossa cidade:

LEO CLUBE DE ESPINHO

Será no próximo sábado, dia 20, pelas 14 horas, no Pavilhão da Académica de Espinho.

Esta festa de Natal do Leo Clube de Espinho inclui exibição de palhaços, sorteio de prendas pelas crianças e outras surpresas.

Como se trata de uma festa infantil, as crianças nada pagam enquanto que o ingresso dos adultos fica por 20 «leos».

SOLVERDE

Também a Solverde promove uma festa de Natal, no sábado, dia 20, às 15 horas, tendo por palco o Salão Paroquial de Espinho. É dedicada aos filhos dos empregados da concessionária do Grande Casino de Espinho e tem o seguinte programa: palhaços «Landy's», cançonetista Lilita Onofre, ilusionista Barko e o ventríloquo José Freixo, com o seu pato Donald.

Haverá ainda lugar à distribuição de brinquedos e guloseimas às crianças.

GRANDE CASINO DE ESPINHO

TELEF. 920238

TODAS AS NOITES

NA BOITE (M/18 ANOS)

JANTARES-CONCERTOS E BAILES PELOS CONJUNTOS

Carlos Machado * Sigma Band

VARIEDADES

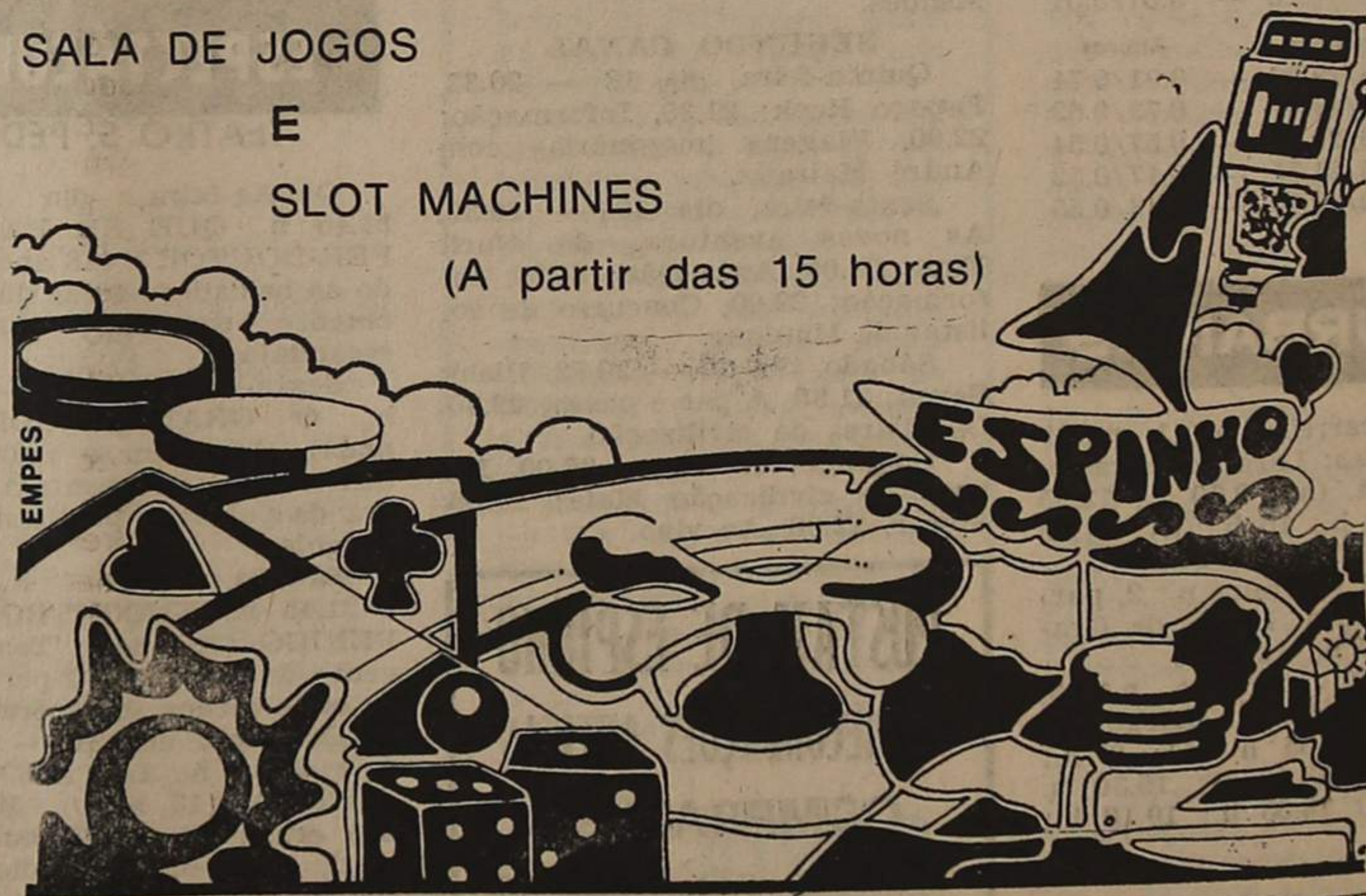
- 2.ª Quinzena de Dezembro de 1980
- GERARD DANN ET CHRISTINE** — Equilibristas Franceses
GLÓRIA MARIA — Fadista
FANTASIE SHOW — Ballet Inglês

PRESTÍGIO DE ESPINHO, ORGULHO DO NORTE
A nova Boite do Casino é MESMO uma maravilha
O GOSTO COM PERSONALIDADE PARA PERSONALIDADES COM GOSTO

SALA DE JOGOS

E
SLOT MACHINES

(A partir das 15 horas)



Variante à E.N. 109

(Continuação da 1.ª página)

a decisão final do Executivo, que não deixará de ter em conta — esperamos — os interesses de uma cidade que não quer ver a sua expansão futura comprometida.

DECISÃO ONTEM ?

De acordo com uma fonte camarária, deverá ter sido discutido ontem o problema da localização definitiva da variante à EN 109, no atravessamento de Espinho.

Da decisão tomada na reunião privada de ontem entre os 7 vereadores, o chefe da Repartição Técnica e o urbanista, deverá ser dado conhecimento público hoje, na sessão pública camarária.

Se assim acontecer, contamos divulgá-la numa próxima edição do «Defesa de Espinho».

APOIO TÉCNICO AOS MUNICÍPIOS EM ENCONTRO NACIONAL

3 — RESÍDUOS SÓLIDOS

Integrando este problema no domínio mais geral da salubridade pública recomenda-se:

- 11 — Que seja definida a breve prazo uma política nacional de aproveitamento dos recursos energéticos;
- 12 — Que sejam tidas em conta, no tratamento deste problema, as diferentes características de cada região.

4 — POLUIÇÃO

Relativamente aos problemas da poluição do ar recomenda-se:

- 13 — Que seja dada formação de âmbito geral a técnicos dos GAT'S nesta matéria;
- 14 — Que as comissões de ar, criadas pelo decreto-lei n.º 255/80, sejam constituídas por forma a abrangerem áreas equivalentes aos níveis regional, municipal ou de agrupamentos de municípios, onde estejam representadas prioritariamente, as autarquias, as universidades ou laboratórios de investigação da região e os serviços públicos descentralizados com ligação ao problema;
- 15 — Que a composição de tais comissões não lhes retire de qualquer forma a sua operacionalidade;
- 16 — Que seja dada aos GAT'S a possibilidade de intervenção no âmbito dos problemas do ambiente quer dando apoio técnico aos municípios na encomenda e apreciação de estudos quer colaborando com as equipas públicas ou privadas na elaboração de tais estudos, necessariamente acompanhados pela respectiva cor.

Ainda no domínio do tema a «defesa da saúde pública e promoção da salubridade do ambiente no espaço municipal», recomendam os participantes:

- 17 — Que, dada a sua influência na qualidade de vida das populações, seja dada maior relevância e atenção aos requisitos técnicos na elaboração de projectos de urbanização, habitação e saneamento básico, pela exigência de uma melhoria da qualidade dos projectos por parte das Câmaras Municipais e da administração em geral;
- 18 — Que as Câmaras Municipais promovam uma conveniente fiscalização dos projectos e das obras de saneamento básico, tendo em vista o cumprimento dos preceitos aplicáveis aos projectos e à construção, dentro do espírito das normas que regulam este domínio no âmbito da CEE.

Tema B — «Gestão Urbanística Municipal»

Reconhecidas as virtualidades de uma gestão planeada face à escassez de meios e condições para a elaboração e implementação do planeamento físico, podem os GAT'S apoiar as autarquias na realização do diagnóstico ou inquérito necessário a qualquer das fases dessa gestão e ainda contribuir com alguns instrumentos ou acções que assegurem a eficácia deste tipo de planeamento, recomendando-se para tanto:

- 1 — Que seja publicada a curto prazo a lei da delimitação dos investimentos e coordenação da actuação da Adm. Central e Local.
- 2 — Que seja publicada uma lei quadro do urbanismo, regulamentando o plano directivo municipal e consubstanciando a autonomia do município no planeamento de sectores da sua competência.
- 3 — Que o planeamento regional seja descentralizado, criando para tal órgãos próprios na região com autonomia para a sua implementação e com capacidade de aprovação.
- 4 — Que os autarcas sejam sensibilizados no sentido de terem em vista a sua própria gestão urbanística na elaboração dos planos de

actividade anuais e plurianuais.

- 5 — Que o diálogo a travar nesta matéria entre os GAT'S e os autarcas seja feito também pela via dos serviços técnicos das Câmaras.
- 6 — Que se alargue o ordenamento do território às aldeias, como modo de equilibrar a vida própria dos pequenos aglomerados no contexto do desenvolvimento regional, por forma a evitar o fluxo migratório para os grandes centros.
- 7 — Que, com vista a colmatar o espaço que resta para além do plano físico, seja iniciado o planeamento económico e social, por uma forma gradativa que conduza a:

1.ª Fase — Escolha e aquisição de terreno — constituição de um banco de terras;

— localização e licenciamento de loteamentos, completados com o plano de actividades e orçamento anual;

2.ª Fase — Elaboração de planos de pormenor isto é planos de intervenção urbanística, e em conjunto com outras iniciativas preencher o plano de actividades e elaborar o orçamento anual;

3.ª Fase — Estabelecimento de um programa plurianual de investimento;

4.ª Fase — Caminhar-se para o plano director com o ordenamento do território local e com uma programação financeira estratégica, concretizada no programa plurianual, num plano anual de actividades e num orçamento anual.

Tema C — Recursos Naturais e o Ordenamento.

No âmbito deste tema foi reconhecido serem as autarquias quem se encontra melhor colocado para fazer a gestão dos seus territórios, podendo os GAT'S intervir na articulação do processo entre o organismo central/regional e os órgãos

locais, pelo que dentro deste espírito se recomenda:

- 1 — Que seja definida uma política de ambiente que integre a sua defesa e a valorização económica das regiões;
- 2 — Que seja aprovada uma lei quadro do ambiente por forma a que a inexistência de legislação adequada não continue a ser um factor de indisciplina;
- 3 — Que seja estabelecida uma franca comunicação entre a secret. Estado do Ambiente e as Direcções Gerais do Planeamento Urbanístico e do Saneamento Básico, para que de uma forma concertada sejam empreendidas todas as acções a desenvolver neste domínio;
- 4 — Que seja feita a cobertura cartográfica do país as escalas compactivas com a disponibilidade de informação base e o tipo de problemas locais, encarando mesmo a cartografia ecológica, de acordo com o ensaio que está a ser promovido pela CEE;
- 5 — Que as populações sejam convenientemente esclarecidas sobre a necessidade de preservação de certos bens e valores, através de acções directas implementadas, pela secret. Estado do Ambiente.

Tema D — O Pessoal na Gestão dos GAT'S

Tendo presente a natureza das actividades cometidas aos GAT'S bem como a experiência colhida ao longo do seu funcionamento, concluiu-se:

- 1 — Que os GAT'S não são nem podem ser considerados ou equiparados às empresas públicas ou privadas de projectos;
- 2 — Que, para poder aferir-se a rentabilidade do trabalho dos GAT'S por padrões aplicáveis àquelas empresas, importaria considerar:
 - a) A contabilização de activida-

des diversas que os GAT'S desenvolvem no âmbito da assessoria.

b) As tarefas que as empresas não podem nem querem executar por falta de rentabilidade e que estão cometidas aos GAT'S que as veem desenvolvendo.

3 — Que, para além do que fica exposto, a dificuldade de fixação de técnicos à periferia leva a que os GAT'S funcionem efectivamente como centros de estágio de técnicos que logo que podem deixam os seus quadros para se radicarem nos centros urbanos, renovando os quadros das empresas públicas e privadas;

4 — Que no sentido de aumentar a rentabilidade do trabalho dos GAT'S é necessário apetrechá-los com os meios técnicos, humanos e materiais adequados e dar-lhes instalações próprias à realização das suas funções;

5 — Que sejam dados aos técnicos dos GAT'S condições favoráveis à sua fixação e manutenção nos seus locais de trabalho;

6 — Que, em virtude das carências actuais de pessoal e da necessidade de adaptar os quadros ao volume e diversidade de actividades dos GAT'S face às solicitações, seja acelerado o processo de preenchimento de vagas e a integração dos agentes em situação indefinida.

CONCLUSÕES GERAIS

Numa análise de conjunto do encontro e do seu espírito foi considerado pelos participantes:

1 — O grande interesse de que se revestiu a realização do encontro nacional de directores dos GAT'S e a necessidade de promover novas reuniões desta natureza, com maior período de tempo para debate e reflexão;

2 — Que os directores dos GAT'S deveriam ter tido um papel activo na preparação do encontro, designadamente na definição de temas de significativo consenso;

3 — Que o alargamento das linhas de actuação dos GAT'S, implícita no espírito deste encontro, passa pela abertura dos municípios a novas áreas de preocupações e actividades.

A SEMANA

BALSEMÃO «SALVA-VIDAS»?

A partir de Janeiro de 81 que se aproxima, Francisco Pinto Balsemão será presidente do PSD e, em consequência, líder da AD e Primeiro-Ministro de Portugal, isto na sequência dos acontecimentos da penúltima semana.

Mas o facto de Balsemão, o único fundador do então PPD que se conservou fiel à linha do partido, suceder a Sá Carneiro não significa, à partida, que ele vá ser o retrato, digamos o fiel seguidor do pensamento do malogrado ex-Primeiro-Ministro. Nem por muito que se deseje, o poderia ser no actual momento político, dada a vitória de Eanes nas presidenciais e a necessidade de se chegar a acordo com PS para a revisão constitucional, «esquecida» que está, pela derrota de Soares Carneiro, a via referendária.

Balsemão tem de ser tolerante e, parece-nos, sê-lo-á, embora isso desagrade aos

«duros» da AD porque de tal poderá significar de sacrifício de algumas das mais importantes linhas programá-

ticas da AD. Mas, doutro modo, não estaria ameaçado o futuro da própria coligação?

LUIZ MEGRE BEÇA & CA., LDA.

CORRECTORES DE SEGUROS

(Inscritos no Instituto Nacional de Seguros)

ESPECIALIZADOS EM SEGUROS INDUSTRIAIS
INCÊNDIO E LUCROS CESSANTES

42 ANOS DE ACTIVIDADE SEGURADORA
DE LUIZ MEGRE BEÇA

Avenida dos Aliados, 20 - 4.º

Telgr. Oruges — PORTO — Telef. 29908 - 29909 - 29900

A defesa da saúde pública e a promoção da salubridade do ambiente no espaço municipal, a gestão dos cursos naturais do ordenamento e pessoal na gestão dos gabinetes de apoio técnico aos Municípios foram os temas apresentados nas conclusões do encontro nacional de directores dos gabinetes de apoio técnico aos Municípios, realizado no hotel Sintra-Estoril.

Por outro lado o painel do encontro, o qual contou com a presença do secretário de Estado da Administração Regional e Local, dr. Silva Peneda, versou o tema «Os Gabinetes de Apoio Técnico como factor de dinamização e modernização do espaço municipal».

De salientar a importância de algumas recomendações feitas no tocante a matérias de política da habitação, saneamento básico e poluição.

Relativamente à gestão urbanística municipal foram feitas várias recomendações pedindo nomeadamente que seja publicada a curto prazo a lei da Delimitação dos Investimentos e Coordenação da Actuação da Administração Central e Local e que o planeamento regional seja descentralizado, criando para tal órgãos próprios na região com autonomia para a sua implementação e com capacidade de aprovação.

Nas conclusões do encontro e no decorrer do tema «Gestão Urbanística Municipal» foi igualmente pedido que se alargue o ordenamento do território as aldeias, como modo de equilibrar a vida própria dos pequenos aglomerados no contexto do desenvolvimento regional, por forma a evitar o fluxo migratório para os grandes centros.

São as seguintes as conclusões do Encontro, por temas:

Tema A — «Defesa da saúde pública e promoção da salubridade do ambiente do espaço municipal»:

1 — HABITAÇÃO

Reconhecendo-se a necessidade da melhoria da qualidade da habitação a promover, recomenda-se:

- 1 — Uma mais pronta divulgação da informação técnica existente junto dos técnicos dos GAT'S e das autarquias;
- 2 — A sensibilização dos municípios para passarem a exigir dos projectistas projectos completos;
- 3 — Um incremento da fiscalização na construção da habitação, designadamente nos aspectos da sua higiene e salubridade;
- 4 — A sensibilização dos projectistas para a elaboração de projectos completos;
- 5 — O desenvolvimento da acção dos GAT'S, reconhecendo-se embora limitações decorrentes das sua dimensão, dos seus técnicos, e dos choques com interesses e rotinas que a sua acção tem provocado

2 — SANEAMENTO BÁSICO

Tendo em atenção as metas a atingir no domínio da saúde em geral, recomenda-se:

- 6 — Uma melhor articulação dos níveis centrais responsáveis com os seus serviços locais, tendo em vista a ligação com os GAT'S, as Câmaras Municipais e actividade privada, no sentido de permitir a informação de base dos projectos no seu aspecto global;
- 7 — A recomendação anterior não deverá excluir as soluções pontuais que os problemas a curto prazo possam exigir;
- 8 — Uma clara redefinição de competências dos diferentes níveis de intervenção na aprovação dos projectos, dando competência e meios aos serviços regionais e locais nesta matéria;
- 9 — A sensibilização das Câmaras Municipais no sentido de um melhor controlo da operação e manutenção dos sistemas de saneamento básico, podendo para o efeito recorrer aos GAT'S dos seus agrupamentos;
- 10 — A sensibilização das populações para a importância da sua colaboração com os serviços de saneamento básico, no domínio da saúde pública.

«POR QUEM OS SINOS DOBRAM»

Por ARAÚJO DE CASTRO

Nas bocas vicipinas de todos os inimigos da Pátria Portuguesa, desapareceram mais três «reaccionários». Se não fosse o facto, verdadeiramente satânico, destes inimigos da Pátria Portuguesa levarem a uma ignóbil traição a adulterarem conscientemente, diabólicamente, o próprio sentido das palavras, nada me custaria fazer coro com eles: — Sim, morreram três «Reaccionário», três grandes e enormes «Reaccionários», reaccionários, sim, com letras grandes. «Reaccionários», porque Portugueses. Reaccionários, porque Homens livres, Homens que amavam a liberdade, a dignidade, a honra, a grandeza da Pátria onde nasceram, viveram, sofreram e morreram. Morreram em holocausto, em missão de serviço, em dádiva total a ideal de patriotismo acendrado.

Reaccionários, sim, contra todas as tiranias, contra todas as escravaturas, contra todos os geocroatas que esmagam os homens e as nações que só o são, quando livres.

A sua morte sentem-na mais do que ninguém todos quantos têm da vida uma concepção digna: missão de destino histórico em que a grandeza da Fé se ca ou sempre com o engrandecimento da Pátria. e da sublimação dos valores que constituem a sua própria estrutura ontológica. A morte abraçou-os no cumprimento do seu dever, na vontade decidida, na coragem indomita, na luta por um ideal que sempre foi aquele que nos assistiu, na nossa vida de Povo e de Nação. Indomáveis, estes Reaccionários que, no zelo pela dignidade do Português, se sacrificaram e morreram. A Nação inteira compreendeu e sentiu que ficou mais pobre com o seu desaparecimento, e mais rica com a mensagem que lhe deixaram.

Reaccionários, sim, como o sentiram, profundamente até ao íntimo do ódio os que, almas vendidas, saudaram o sacrifício, com gargalhadas sardónicas acompanhadas de esgares de faces contraídas com sede de sangue. O ódio contra Portugal manifestou-se ainda no estralejar dos foguetes atirados por quantos virema na morte dos três Reaccionários, menos um obstáculo no caminho da traição à Pátria e ao Povo Português. Eles morreram para que a Nação continuasse a viver. E os Portugueses compreenderam isto, entenderam bem a mensagem viva deixada por quem o amou até ao último sacrifício. Por isto, o Povo não se deixou enganar nem encantar pelas artes mágicas dos que esperam a oportunidade para jungir à canga da mais ignóbil e desprezível tirania que de outra semelhante não reza a História.

Reaccionários contra todos quantos tramam nas alforjas secretas dos «veneráveis aventaís», herdeiros caquéticos de ritos confesadamente anticristãos e antinacionais, ou dos bandoleiros políticos, a infelicidade a Portugal e a entrega dos Portugueses a um internacionalismo raziador dos valores em que asentam a independência, a grandeza e a história de um Povo para quem Catolicismo, Universalismo, Fé e Civilização constituem «A Quádrupla Raiz do Princípio de Razão Suficiente» da sua existência. O Povo Português cuja cultura está presente nos quatro cantos da Terra, é, por tal motivo, uma unidade de destino de sentido católico, bem diferente do de outros povos cuja história é a recordação de monstruosas perversões nacionais. A Soviética é herdeira legítima de Pedro-o-Grande, o rei maldito, de Catarina a perversa, ambos herdeiros de Gengiscão e Tamerlão, conquistadores bárbaros da Tartária que queimavam a terra por onde passavam.

Não deixemos queimar a nossa terra pelos novos bárbaros aqui instalados e que a espreitam com raiva incontrolada.

Reaccionários de uma grandeza de ânimo ímpar, de alma portuguesa, cuja morte retine aos nossos ouvidos, fazendo-nos lembrar as trombetas altissonantes, anunciadoras do triunfo, quando da partida de Belém para Ceuta, início da grande aventura universalista dos Descobridores. Nunca fomos muitos, mas fomos sempre bastantes para expandir Portugal e salvar Portugal, quando foi preciso. A nós, Portugueses, nunca o racismo discriminador seduziu. Por onde passámos aí nos misturámos. Deixámos o nosso sangue a correr nas veias dos nossos filhos. Nunca soubemos o que eram raças superiores nem raças inferiores. Catequizámos, baptizámos e civilizámos. Os homens de outras raças foram sempre tidos havidos como filhos de um mesmo Deus que a todos nos criou, dotando-os de uma alma espiritual e imortal que é necessário salvar.

Todos tivemos a mesma origem e todos temos o mesmo destino. Todos, mas todos sem excepção, fomos regenerados pelo sangue de Cristo. Este foi sempre o nosso pensar. Os nossos reis não se cansavam de recomendar que fizessemos muita Cristandade e que este era o principal fim da nossa aventura.

Reaccionários contra os míseros traidores desta aventura, da grande e esplendorosa aventura que é a nossa história, foram Sá Carneiro, Amaro da Costa e Patrício. A mensagem que nos deixaram não será pedra arremessada ao charco.

Será antes estremeção para nos acordar da modorra em que temos vivido; abalo violento para nos fazer sair do nosso comodismo; aviso solene contra a nossa cegueira; coragem contra a nossa covardia; decisão para o combate; fortaleza para as nossas convicções; vigilância permanente contra a traição; apelo à nossa energia contra todos os oportunistas. AMOR A PORTUGAL.



Jogo no Campo da Avenida.
Árbitro: Manuel Pedrosa (Aveiro).
ESPINHO — Serrão; Coelho, Freixo, Pinto Ribeiro e Raul; João Carlos, Ruben e Herminio; Moinhos, Reis e Canavarro.

Figuras & factos

A «SELVA» TEM OS DIAS CONTADOS

Finalmente, a «selva» que envolvia o infantário IOS junto ao hospital começou a ser desvastada. Mais vale tarde do que nunca!

«DIREITOS E LIBERDADES» NA URSS

Autoridades soviéticas prenderam mais de 450 activistas dos direitos humanos desde 1978, declarou ontem um grupo internacional, com sede na Suíça, que verifica o cumprimento das liberdades civis na Europa de Leste. A Associação Internacional de Helsínquia, cujo presidente é o laureado Nobel da Paz, Andrei Sakhorov, afirmou num relatório que 201 pessoas tinham sido condenadas em tribunais soviéticos por exigirem direitos religiosos.

FERRO

VENDO, 6 POLEGADAS MUITO EM CONTA. — TELEFONE 964 25 46 (DAS 13 ÀS 14 HORAS).

Ao Divino Espírito Santo
Ao Menino Jesus de Praga
Ao Sagrado Coração de Jesus

Novena infalível. Oh! Jesus que disseste: pede e receberás, procura e acharás; bate e a porta se abrirá. Por intermédio de Maria Vossa Mãe Santíssima, eu bato, procuro e Vos rogo que minha prece seja atendida. (Menciona-se o pedido).

Oh! Jesus que disseste: Tudo que pedires ao Pai em meu nome. Ele atenderá. Com Maria Vossa Santa Mãe, humildemente rogo ao Pai, em Vosso Nome, que minha prece seja ouvida. (Menciona-se o pedido).

Oh! Jesus que disseste: o céu e a terra passarão, mas a minha palavra não passará: Com Maria Vossa Mãe Bendita eu confio que a minha oração seja ouvida. Menciona-se o pedido. Rezar 3 Avé Marias e uma Salvé Rainha. Em casos urgentes esta novena deverá ser feita em 9 horas. Publicado por graças recebidas e peço desculpa pelo atraso.

TRESPASSA-SE

Estabelecimento numa praia a sul de Espinho, com bom movimento, com recheio, renda barata e habitação

Resposta ao jornal «D.E.» ao n.º 2085.

«TAÇA AMIZADE»

ESPINHO, 1 - F. C. PORTO, 1

SE NO «NACIONAL» FOSSE ASSIM, JÁ NÃO ERA NADA MAU!

Suplentes não utilizados: Gaspar, Vitor Manuel e Santos.

F. C. do Porto — Tibi; José Luis, Fernando, Freitas e Lima Pereira; Jaime II, Frasco e Sousa; Walsh, Romeu e Duda;

Não utilizados: Zé Beto, Jaime I e Teixeira II.

Substituições: no Espinho Carvalho entrou para o lugar de Herminio ao intervalo e Belinha ocupou a vaga deixada por Rúben aos 76 m.

No F. C. Porto uma única alteração, a de Wash por Niromar, quando iam decorridos 64 minutos.

Ao intervalo: 0-0.

Na segunda parte: 1-1.

No final: 1-1.

Marcadores: Reis inaugurou o «placard» aos 50 minutos após uma excelente triangulação de ataque entre este e Canavarro e Carvalho.

O tento do empate apareceu passado que foram 17 minutos, por intermédio de Lima Pereira, que acorreu ao esférico, enviado de canto por Romeu, e de cabeça executou um excelente golo.

Como retribuição à «visita» que o SCE efectuou no passado mês de Fevereiro às Antas, para apresentação do ex-portista Bife, o Futebol Clube do Porto esteve no Avenida, na tarde do passado sábado, para a disputa do jogo em débito.

Apenas um milhare e meio de entusiastas assistiram à partida, que estava rotulada de «Taça Amizade». Assim, e porque o jogo era entre «amigos», no final o resultado traduziu-se num empate, o que originou que o troféu em causa fosse na bagagem dos forasteiros.

VOLEIBOL

SPORTING DE ESPINHO CAMPEÃO REGIONAL DO PORTO

— UM TÍTULO POR MUITOS DESEJADO ...E BEM RECEBIDO!

Vencer o «Regional» e, abrir assim boas perspectivas para o triunfo no «Nacional» onde os espinhenses se apresentarão como o mais candidato ao título, é coisa que não acontecia há 16 anos por estes lados. Mas aconteceu agora.

No jogo decisivo disputado nas Antas, os espinhenses surpreenderam tudo e todos, e derrotaram os portistas, por um concludente três a zero.

Entretanto principia no próximo sábado, o «Nacional da I Divisão» — Norte, cabendo ao Sporting de Espinho defrontar a boa formação da Académica de S. Mamede.

RESULTADOS

F. C. Porto-Espinho 0-3
Espinho-At. da Madalena 3-0

Proximamente, daremos o relevo merecido ao feito dos voleibolistas espinhenses.

TOTOBOLA

CONCURSO N.º 19

28 Dezembro 1980

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. A. Viseu - Marítimo | x |
| 2. Porto - Guimarães | 1 |
| 3. Académico - Sporting | 2 |
| 4. Amora - Belenenses | 1 |
| 5. Portimonense - Setúbal | 1 |
| 6. Benfica - Espinho | 1 |
| 7. Braga - Boavista | 1 |
| 8. Varzim - Penafiel | 1 |
| 9. Chaves - Bragança | 1 |
| 10. Fafe - Leixões | 1 |
| 11. Torriense - Beira-Mar | x |
| 12. U. Leiria - O. Bairro | 1 |
| 13. Lusitano - Quimigal | x |

SUPERMERCADO DO LAR

ESPINHO — PICÓTO

VEJA AS NOVAS COLEÇÕES DE PAPÉIS E ALCATIFAS

Agente das famosas marcas de PAPÉIS: Vymura, Pareta, Domus-Parati, Azcoaga, Colwall, Marburg, Bammantal, Heta, May-Fair, Aurora, Lancel, FDP, etc.

ALCATIFAS: Pérola, Textron, Lider, Derby-Twist, Carlon, Super, Policar, Robilon, Penina, Conforto, Foco, etc.

DISTRIBUIDORES: Cozinhas «SÓNIA», Pavimentos GERFLOR, L. Louças, Tectos Falsos, MÓVEIS Plásticos, Armários e Arcas, Jogos, Estantes, Maples, Utilidades, WC SOREMA, etc.

AGENTE ÚNICO NESTA ZONA: Lustres de Cristal das marcas CRISTALUZ e BRONZES SUPER, BANHADOS A PRATA e OURO. Grandes lotes de ALCATIFAS, Carpetes, Tapetes, Passadeiras, jogos de Casa de Banho, Plásticos, PAVIMENTOS para Cozinhas, WC, Marquises, etc.

ORÇAMENTOS GRÁTIS — PESSOAL ESPECIALIZADO NA COLOCAÇÃO DE TODOS OS NOSSOS ARTIGOS

Rua 62 n.º 227/231 — Telef. 922 986 — ESPINHO

BREVEMENTE: Filial na Estrada Nacional 1 - PICÓTO - Argoncilhe

M MOREIRA OCULista

ÓPTICA — INSTRUMENTOS DE PRECISÃO

RUA 27 N.º 700

4500 ESPINHO

COMPRA-SE/ALUGA-SE

CASA, PODE SER QUINTA COM CASA, PELO MENOS SEIS QUARTOS, PODE SER CONSTRUÇÃO ANTIGA RAZOAVEL ESTADO. ÁREA DE ESPINHO E PORTO.

RESPOSTA AO N.º OP 2057 DESTE JORNAL.

APARTAMENTOS EM ESPINHO**PRÓXIMO DA PRAIA**

2 RÉ-CHÃO e ARMAZÉM NA CAVE

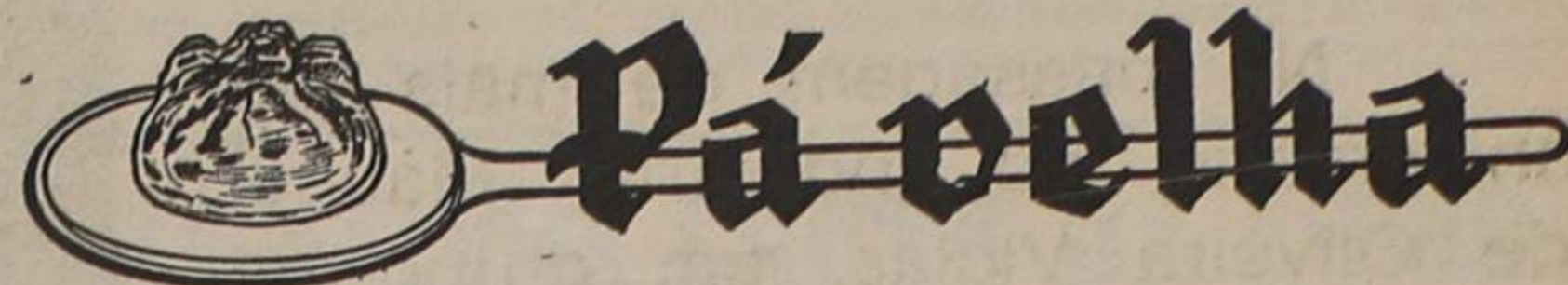
Esq. R. 35, n.º 75 — R. 4, 1159 prontos habitar c/ 3 quartos, sala, cozinha c/ móveis e exaustor, despensa, banho principal e serviço. Na cave 1 quarto de arrumos, garagem comum. Ver diariamente, incluindo sábados e domingos. Telef.: 922174-922036 — Falar M. Salgueiro — Apartado 80 — ESPINHO.

**Associação Humanitária
Bombeiros Voluntários
de Espinho****CONVOCATÓRIA****ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA**

Em conformidade com o Artigo 24.º dos Estatutos e nos termos do Artigo 26.º convoco todos os associados no gozo dos seus direitos a reunirem em Assembleia Geral Ordinária, no dia 22 do corrente mês, pelas 21 horas, para

Eleição dos Corpos Gerentes para 1981**Atenção** — Se no dia acima indicado não estiver presente o número legal de sócios para o funcionamento da Assembleia, ficam desde já avisados os Srs. Associados de que a reunião se realizará no dia 30 do mesmo mês e à mesma hora, reunindo então com qualquer número, meia hora depois da marcada.

Espinho, 15 de Dezembro de 1980

O Presidente da Assembleia Geral
Dr. Manuel Baião Nunes dos Santos**Nota** — A Assembleia terá lugar no edifício social.**CONFEITARIA****Deseja BOAS-FESTAS****Aos seus estimados
clientes e amigos**Rua 20 e 23 — Telef. 922514
4500 ESPINHO — CODEX**LEIA, ASSINE E DIVULGUE «DE»****JOSÉ DE SOUSA
FERNANDES MARQUES
MISSA DO 1.º ANIVERSÁRIO**

Recordando com profunda saudade, sua esposa e restante família, mandam celebrar missa do 1.º Aniversário, no dia 23, terça-feira, às 19 horas na igreja matriz de Espinho.

A família agradece a todas as pessoas que possam comparecer a este piedoso acto.

**ALBERTINA ENCARNÇÃO
LOPES FONTES**

MISSA DO 13.º ANIVERSÁRIO

Com a mesma dor de sempre, sufragando a alma da sua querida e eternamente lembrada filha, seus inconsoláveis pais e irmão mandam celebrar Missa de Aniversário na igreja paroquial de Silvalde, no próximo dia 20, sábado, pelas 19 horas, agradecendo desde já muito reconhecidos a todas as pessoas que se dignarem assistir a este piedoso acto.

**BEDFORD CF***uma ferramenta de trabalho sempre à mão*Bedford CF — o seu "armazém" — o maior espaço para carga (5.240 m³).
Bedford CF — a sua "loja ambulante" — a maior capacidade de carga (1.195 kg).
Bedford CF possui o conforto dum automóvel, graças à sua suspensão independente à frente.
Bedford CF com motor Opel Diesel.**É BEDFORD. É DE CONFIANÇA.****GARAGEM JUSTINO - OLIVEIRA DE AZEMÉIS**
CONCESSIONÁRIO GENERAL MOTORS NO DISTRITO DE AVEIRO

AGENTE EM ESPINHO

JOSÉ NUNES MARTINS

AVENIDA 24 — TELEFONE 920237 — ESPINHO

MANUEL DE OLIVEIRA VIOLAS

SALVE 19/12/80

Na passagem de mais um aniversário do industrial Manuel de Oliveira Violas, um grupo de espinhenses dos autênticos vêm por este meio desejar-lhe um aniversário muito feliz, na companhia dos que lhe são queridos, e que esta data se venha a repetir por muitos e muitos anos.



CÂMARA MUNICIPAL DE ESPINHO

EDITAL N.º 127/80

JOSÉ CARVALHO DA FONSECA, PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DO CONCELHO DE ESPINHO;

Faz público em cumprimento da deliberação tomada em reunião ordinária desta Câmara Municipal de quatro de Novembro de mil novecentos e oitenta, em relação ao processo do concurso para adjudicação de uma moradia de renda limitada, que faz parte do Bloco B do Condomínio Habitacional da Quinta da Marinha, Freguesia de Silvalde, assim

N.º de Fogo	Tipologia	Área	Preço de Venda
1	T3	96 m2	1.012.500\$00

e a que se refere o Edital n.º 78/80, de 6/10/80, foi estabelecida a seguinte lista definitiva com a respectiva pontuação em face do preceituado no artigo 9.º do Decreto-Regulamentar n.º 50/77, de 11 de Agosto, relativa aos concorrentes do mesmo concurso, respectivamente

ANTÓNIO RODRIGUES MACEDO	164 Pontos
ANTÓNIO ALCINDO DA COSTA	164
DAVID DA SILVA ANDRADE	162
FERNANDO JORGE MARINHO RIBEIRO	159
AMARO DA CUNHA MACEDO	159
JOAQUIM DA SILVA ALMEIDA	158
ANTÓNIO GOMES DA TAIRA	156
SERAFIM SOARES MARTINS	156
ADRIANO RODRIGUES LEITE	153
MÁRIO BASTOS FERREIRA	153
MARIA CARMINDA GRAÇA ROD. COSTA	150
JOSÉ GOMES SANGUEDO	147
MANUEL DA SILVA MARQUES MANÉ	145
EDUARDO DE SOUSA FERREIRA	143
MANUEL LOPES DE OLIVEIRA TAVARES	142
RUI AUGUSTO COSTA GERMANO	129
JORGE COUTO PEREIRA SOARES	122

O mesmo edital vai ser afixado nos lugares de estilo e nos jornais locais Espinho Vareiro, Maré Viva e Defesa de Espinho.

O PRESIDENTE DA CÂMARA
(José Carvalho da Fonseca)

DESPENSA ECONÓMICA

MERCEARIA LOLITA BEBIDAS
FRANGOS ASSADOS P O M A R

ABERTO AOS DOMINGOS ATÉ ÀS 13 HORAS

Rua 15 n.º 280 — Telef. 922534 — ESPINHO

VENDE-SE

FORD TRANSIT
CAIXA ABERTA — 1977

EM BOM ESTADO
— SÓ UMA MÃO

POR 300 CONTOS

Contactar Telefone 923006

VENDE-SE

TERRENO próprio para construção, com 25 m. de frente para estrada e com a área de 1.400 m2. - Telef. 9643863

JÚLIO & CASANOVA, LDA.

REPRESENTAÇÕES

— MÁQUINAS — TOALHEIROS AUTOMÁTICOS — PAPEL (para limpar as mãos)

— TOALHEIROS DOMÉSTICOS (rolos de papel)

— ROLOS DE PAPEL PARA MÁQUINAS TOALHEIROS

— DISTRIBUIDORES DE SABÃO

— LÍQUIDO PARA LAVA-MÃOS, ETC., ETC., ETC.

Rua do Bonjardim, 120-3.º — Sala 308 — PORTO

NOVO HORIZONTE SUPERMERCADOS

Desejam BOAS FESTAS aos seus estimados clientes, promovendo um sensacional sorteio.

Ao fazer as suas compras de NATAL nos nossos estabelecimentos, habilite-se a três magníficos prémios.

- 1.º — 1 CABAZ DE NATAL NO VALOR DE 5.000\$00
- 2.º — 1 CABAZ DE NATAL NO VALOR DE 3.000\$00
- 3.º — 1 CABAZ DE NATAL NO VALOR DE 1.000\$00

Sorteio a realizar pela lotaria do ano novo, 26/12/80.

Não esqueça o nosso grande sortido de ofertas de NATAL, tais como: BRINQUEDOS, PERFUMARIA, LOUÇAS, ETC.

E ainda o nosso delicioso BOLO-REI e PERÚ.

Em Espinho Ovar, Visite-nos

FELIZ NATAL E PRÓSPERO ANO NOVO

COMBATE À INFLAÇÃO!

BAIXA DE 20 %

SÓ POSSÍVEL NA TELE-ROCHA

Rua 31, n.º 469 — Telefones: 920325 - 920977 — ESPINHO

CAMPANHA DE TROCAS BERICKO

Televisor de cor 51 — O seu usado e apenas	42 000\$00
» » » 56 — » » » »	45 000\$00
» » » 66 — » » » »	52 000\$00
Máquinas de lavar roupa (25 400\$00) — A sua usada apenas	20 000\$00

Reparações imediatas ao domicílio — Montagens de antenas simples e colectivas

VISITE-NOS e veja a maior gama de artigos aos melhores preços

EMPES — EMPRESA DE PUBLICIDADE DE ESPINHO, LDA

PROPRIETÁRIA DO JORNAL «DEFESA DE ESPINHO»
CENTRO COMERCIAL «SOLVERDE»
AVENIDA 8 — ESPINHO

Encarrega-se de toda a publicidade em Jornais Diários, Semanais ou Mensais, Participações de Falecimentos, Aniversários, etc.

EMPES — UMA EMPRESA AO VOSSO SERVIÇO
CONSULTE-NOS

MÉDICO

JOAQUIM FERREIRA
MENDES

Rua 9 n.º 295 - 2.º Esq.º —
Espinho — Telefone 921710

LUSOTUFO

TAPETES • CARPETES • ALCATIFAS

Telefone 72005

CORTEGAÇA

JORGE PACHECO
MÉDICO DENTISTA

Consultório: Av. 8, n.º 784-1.º

TELEF. 922718
ESPINHO

MÁRMORES E GRANITOS

MÁRMORES PARA TODAS AS APLICAÇÕES

— DE —

VITORINO LOPES DA CRUZ

Telef. 920565 — Monte Lírio — ESPINHO

Novas Instalações da Oficina de Mármore — Rua 7, n.º 561

REFRIGERANTES GRUTA DA LOMBA

AO SOL E À SOMBRA

BEBA REFRIGERANTES GRUTA DA LOMBA

Agora com novos refrigerantes de MORANGO e PÊSSEGO
GUETIM — ESPINHO TELEF. 920588



«PNEUS CAR» Telef. 923266

CENTRO DE VENDA DE PNEUS
NACIONAIS E ESTRANGEIROS
ASSISTÊNCIA TÉCNICA

— ALINHAMENTO DE DIRECÇÕES
— EQUILÍBRIO DE RODAS
— VULCANIZAÇÃO DE CÂMARAS

Rua 18, n.º 1010 (Rua da Igreja) Espinho

ESPOSABELA

Casa especializada em artigos para Noivas, Acompanhantes, Comunhões, Lingerie e Pré-Mamá

Rua 12 n.º 589

ESPINHO

RESTAURANTE • SNACK-BAR

O PADRINHO

Especialidades

BACALHAU A PADRINHO E CABRITO
ASSADO

Garcia Covelinhas & Soares, Ld.º

Av. 24, n.º 697-Telef. 920665-4500-ESPINHO



SOCURAL

SOCIEDADE DE CONSTRUÇÕES
E URBANIZAÇÕES, LDA.

Construção de Apartamentos em Propriedade Horizontal — Compra e Venda de Terrenos

RUA 23 N.º 353 e 357
TELEF. 921602 — ESPINHO

VENDE-SE

- APARTAMENTOS — na Rua 18 e 33 — com 4 assoalhados, 2 banhos, cozinha e garagem. Com 5 quartos, sala-comum, 2 banhos, cozinha e garagem (Tipo Duplex).
- TERRENO para edifício de r/chão e 2 andares, na zona do Liceu.
- TERRENO e CASA no ângulo das ruas 7 e 66 — vende-se em conjunto ou em separado.

INFORMA:

J. RIBEIRO — Rua 19-192 1.º - ESPINHO

Telefone 923063 às horas de expediente



COTESI — COMPANHIA DE TÊXTEIS SINTÉTICOS S.A.R.L.

Telefone 9640351 * Telex

22572 COTESI P

22677 CORFI P

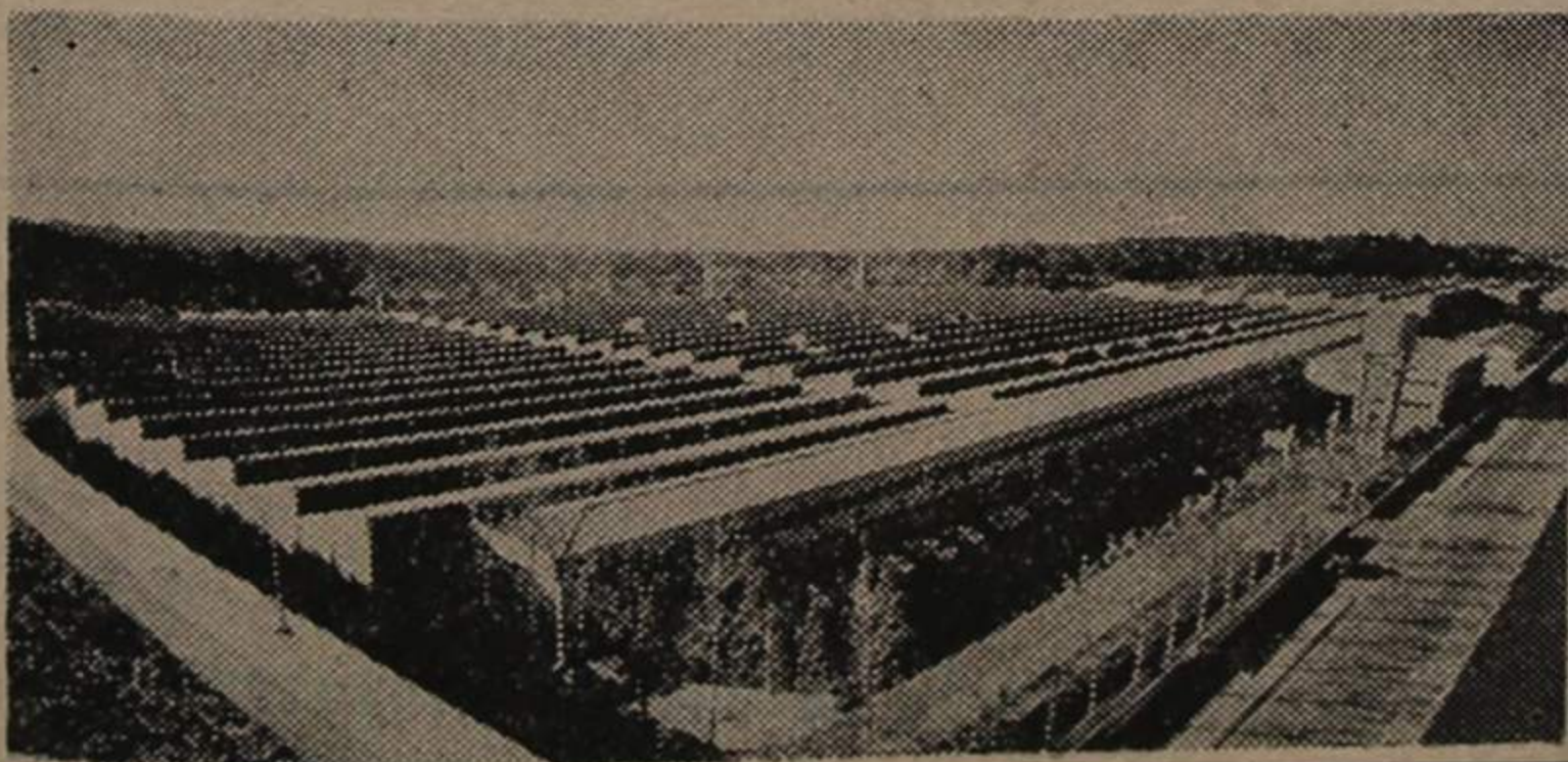
GRIJÓ — VILA NOVA DE GAIA

4415 - CARVALHOS

Telegramas COTESI * Apartado 3

FABRICANTE DE:

CORDOARIAS SINTÉTICAS, REDES DE PESCA
E DESPORTO, SACOS DE RÁFIA E TECIDOS
DE RÁFIA



- Fundada em 1967, sendo hoje a maior Empresa nacional é uma das maiores da Europa dos seus ramos de actividade
- Um dos casos mais extraordinários de rápida expansão industrial no nosso País
- A primeira Empresa nacional a fabricar sacos e telas de ráfia sintética e também fios agrícolas sintéticos
- Virada para a exportação, coloca 99 % da sua produção nos mercados externos
- Classificada em lugar de relevo no Livro de Ouro «Os 100 MAIS DA EXPORTAÇÃO PORTUGUESA»
- A excelente qualidade dos seus produtos, foi já reconhecida internacionalmente pela atribuição de diversos prémios

★ GALARDOADA COM O TROFÉU INTERNACIONAL DE QUALIDADE
EM 1976, 1977 E 1978 E «CARAVELA PORTUGUESA» EM 1979

ÚLTIMA PÁGINA

Saber comer é saber viver

SEM LEITE, NEM OSSOS NEM DENTES SAUDÁVEIS

Regra de ouro em alimentação correcta é variar o mais possível de alimentos dentro de cada grupo da roda. Comida sempre igual, sempre com os mesmos produtos, mesmo dos melhores, acabam por provocar doenças por excesso ou deficiência de alguns constituintes nutritivos. Comida variada todos os dias, e diferente de dia para dia, é seguramente mais equilibrada, mais rica e, por isso, mais saudável.

Segunda regra de ouro em alimentação correcta é utilizar diariamente, sem falhas, alimentos de todos os 5 grupos da roda (hortaliças, legumes e frutas; cereais e derivados, batatas e feijão, grão e outras leguminosas secas; leite e derivados: carne, peixe e ovos; gorduras). Por isso, alimentos do grupo do leite têm que entrar obrigatoriamente na nossa alimentação quotidiana. Só tomando leite, queijo, iogurte ou requeijão todos os dias é que conseguimos manter bom equilíbrio do cálcio, mineral indispensável para a saúde dos ossos e dentes e ainda para o bom funcionamento do organismo.

O leite constitui alimento exclusivo para crianças até aos 3 ou 4 meses de vida: contém tudo o que elas precisam. Depois, crianças, adolescentes, e adultos não podem alimentar-se só com leite; têm que consumir de todos os restantes grupos de alimentos para gozarem do máximo bem-estar.

Dois razões dão ao leite e seus derivados tão grande importância nutritiva. A primeira razão é porque fornecem as melhores e mais baratas proteínas.

As proteínas são formadas por constituintes, os ácidos animados, que são os tijolos que o organismo utiliza para se construir a si próprio durante o desenvolvimento (ou seja, enquanto no ventre materno, na infância e na adolescência) e

para reparar todos os estragos que os seus órgãos vão sofrendo ao longo da vida, sobretudo na velhice e na convalescença. Alguns ácidos aminados são indispensáveis porque não os fabricamos; temos que os receber dos alimentos.

Outros podem ser fabricados pelo organismo a partir das proteínas alimentares, desde que estas não faltem.

Ora, o leite fornece todos os ácidos essenciais e não essenciais em proporções muito favoráveis para o organismo. Por isso, uma alimentação com produtos lácteos melhora muito quanto à qualidade de proteínas e diminui relativamente de custo, porque deixam de ser precisas quantidades tão grandes de outros fornecedores alimentares de proteínas, como carnes e peixe, que são muito mais dispendiosos.

Proteínas de idêntica qualidade só as de fígados e ovos mas não se podem consumir com a regularidade dos laticínios. Igual qualidade proteica também se pode conseguir com uma alimentação muito variada e equilibrada de todos os restantes fornecedores animais e vegetais de proteínas embora cada um isolado seja de qualidade modesta; mas a soma de todos acaba por atingir grande valor porque uns completam os outros quanto a fama e proporções de ácidos aminados. Um exemplo mais de como a variedade melhora o valor nutritivo da alimentação.

Para adultos, o leite constitui a fonte mais equilibrada de proteínas necessárias para a reparação e reconstrução do organismo na sua luta contra doença e envelhecimento.

Para que os bebés cresçam e se desenvolvam fortes e saudáveis nenhum leite é tão bom como o da mãe; os leites artificiais, às vezes necessários (mas não com a frequência com que são utilizados no

nosso país) são arremedos e a prova está em que as crianças alimentadas a biberão adoecem, em média, 4 vezes mais do que as amamentadas ao seio.

Mulheres grávidas e a amamentar, crianças desde o desmame e adolescentes não dispensam quantidades importantes de leite ou produtos lácteos.

A segunda razão para o grupo do leite ser tão importante é a sua riqueza de cálcio; nas hortaliças de folhas verdes também abunda o cálcio. Mas como o aproveitamento deste mineral pelo organismo só se verifica em certas condições favorecedoras e quando a quantidade fornecida pelos alimentos é suficientemente grande para contrariar o efeito antagonístico de outros constituintes alimentares, o uso de produtos lácteos (manteiga e natas, não) adquire grande importância porque estimula o aproveitamento de cálcio pelo organismo; por isso, é que quando falta leite, queijo, iogurte ou requeijão em certa quantidade, ossos e dentes nem se formam bem nem se mantêm saudáveis. Compreendemos como no nosso país, com reduzido consumo ainda (gastamos milhão e meio de litros por dia — o dobro de 1974 — mas deveríamos gastar cerca de 5 milhões), tanta gente se queixa de ossos e articulações e como anda com os dentes numa lástima.

Certas pessoas dizem não tolerar leite e, de facto, às vezes é verdade; mas se tratarem a vesícula, não abusarem de gorduras fritas e estrugidos, matarem os vermes intestinais e insistirem, a tolerância melhora. Outras não foram habituadas a não o apreciarem; mas para se habituarem podem aromatizá-lo com cevada, café, canela, cacau ou outro sabor, sem que perca valor alimentar, ou então usá-lo em comidas: por exemplo, leite em pó magro pode adicionar-se em sopas e outros cozinhados sem dar gosto. Podem também usar os seus derivados.

Um quarto de litro de leite (2,5 dl) equivalente a 30 gramas de queijo feito, 50 g de queijo fresco, 80 g de requeijão, 200 g de iogurte, 25 g de leite em pó, quanto a cálcio e proteínas. Os adultos devem consumir meio litro por dia ou equivalentes; crianças maiores, adolescentes, grávidas, entre 4 a 6 dl; mulheres a amamentar, 1 litro.

Leite de lavrador e queijos muito gordos, a não ser por excepção, não são saudáveis para adultos; é melhor um leite semidesnatado, como os que agora abundam no comércio em sacos, pacotes ou garrafas. Ao leite pasteurizado (ao esterilizado ou ultrapasteurizado não) é fácil roubar ainda mais gordura retirando a nata após fervura. As natas não se devem deitar fora; são tão boas como a manteiga e muitíssimo úteis na alimentação da criança.

O leite não é antídoto para intoxicações industriais; não é contra-veneno que possa prevenir ou minorar intoxicações de tipo profissional, embora essa ideia esteja muito difundida. Não substitui, portanto, de modo nenhum os cuidados de higiene do trabalho indispensáveis para a saúde e bem-estar dos trabalhadores.

Se consumirmos leite, queijo, iogurte ou requeijão diariamente na quantidade justa teremos todos mais saúde.

SOM «MAIS» DEZEMBRO

DISCOS NOVOS NO NATAL

Apenas 3 LPs e outros tantos singles se seguraram no som «mais», o que não é de estranhar, dada a aproximação do Natal, quadra em que as editoras fonográficas lançam bastantes trabalhos discográficos.

No que toca aos LPs, merece destaque o grupo AC & DC, que se mantém, desde o princípio neste

som «mais» e sempre bem classificado. Tivera o primeiro lugar no primeiro som «mais» com «If you want the blood». Conservou-o no mês anterior mas já com «Highway to hell» e só agora cedeu a primeira posição nas vendas a uma miscelânea denominada «Os 20 super da Polystar», ficando, no entanto, no 3.º lugar.

Posição anterior	Lugar	Grupo Artistas	LP's
(—)	1.º	(vários)	Os 20 super Polystar
(—)	2.º	Police	Zenyatta Mondatta
(1.º)	3.º	AC&DC	Highway to hell
(—)	4.º	Amália	Gostava de ser quem era
(—)	5.º	Dire Straits	Making Movies
(5.º)	6.º	Happy Rock	O máximo da New Wave
(6.º)	7.º	Sammy Hager	Danger zom
(—)	8.º	Richard Clayderman	3 discos de ouro
(—)	9.º	Devo	Freedoms choice
(—)	10.º	Stevie Wonder	Hotter than July

OBTENHA 10% DE DESCONTOS NAS S/ COMPRAS DE DISCOS

CONTRA A APRESENTAÇÃO DESTA RECORTE, OS LEITORES DA «D. E.» TÊM 10% DE DESCONTO NAS SUAS COMPRAS DE DISCOS NA:

DISCOTECA XARANGA

Centro Comercial Praia - Golfe — Tel. 922643 — 4500 ESPINHO

Os astros ditaram que a Xepa também viria para ao som «mais»... e veio mesmo. Directamente para o primeiro lugar de vendas, em singles, «Eu gosto de você», do Ricardo, uma das coisas mais «românticas» da banda sonora da novela que corre na lusa TV... para

ficar? Uma outra referência para o muito comercial «Weekends», que conserva o 3.º lugar do mês transacto. E, a propósito, uma sugestão: vale a pena ouvir muito bem a «B» deste trabalho do «Earth and Fire».

Posição anterior	Lugar	Grupo Artistas	Singles
(—)	1.º	Ricardo	Eu gosto de você (da novela «D. Xepa»)
(3.º)	2.º	Earth and Fire	Weekend
(—)	3.º	Cliff Richard	Dreamin
(—)	4.º	Suzi 4	Rock Hard
(6.º)	5.º	Blondie	Call me
(—)	6.º	Peter Gabriel	Games without frontiers
(—)	7.º	Fever	Disco
(—)	8.º	Júlia Graciela	Anúncio de jornal
(2.º)	9.º	Rui Veloso	Chico Fininho
(—)	10.º	ABBA	The winner takes it all

CARTA

AMOR:

A manhã é uma densa juventude e um caminho de esperança, recolhido. Com brisas que antecedem os desejos magoa as tênues águas dos nenúfares onde os peixes gravitam suas cores. As crianças brincam a esta hora. As suas vozes trocam de harmonia e sobem, no meu peito iluminado. O dia acorda o dia e, lentamente, nos preparamos para envelhecer. E assim, amor, eu mando-te notícias sem vontade de ter outra morada que não seja sorrir e estar contigo. Passou, agora mesmo, ao rés da rua um esquife, vazio de pessoas, queimando a dor em duas ou três rosas — quase bonitas de tão pobrezinhas! Além, um gato, expira nos esgotos seu gesto melancólico de fome e um homem — já cansado de ser homem, encosta-se ao portão dum prédio novo. É manhã. Um ar lavado e fresco entorna-se nos rostos apressados como se a dor não existisse mais. Que sons, os da cidade, meu amor! Surgem na ausência essas pancadas breves dum martelo, dum grito, dum silêncio, e as vozes que circulam no trabalho trazem-me a força de quem quer viver. E a cidade constrói a manhã clara.



PORTE PAGO

Biblioteca da Câmara Municipal de Espinho
ESPINHO